

ЮГОЗАПАД

Театрални постановки • Изложби • Културен календар

Брой 8 (113)

м. Вгуст

15.08.-14.09.2017

Електронно издание на
Културно-информационен
гайд "Югозапад"



Теодора Петрова с първа изложба в галерия "Околийска къща"

на стр. 17

**ХГ „Владимир Димитров - Майстора“ представя
Стефан Десподов в НГ - София**

стр. 11

**Проф. Панайот Панайотов със 17 метафизични
визии в Сапарева баня**

стр. 13

4 мита за успеха, на които не бива да вярвате

стр. 6

Dupnitsa.NET

ОнЛайн Бизнес Каталог

отвори и провери >

Линк към:

**Справочник за Дупница
и област Кюстендил**



... сверете си часовника!

**праховото
бойдисване**



АПТЕКА
"Мария Попова"

Ние предлагаме не само
лекарства, а и фармацевтични
сришки!

2600 Дупница, пл. "Свобода" 1,
тел./факс: 0701/5 10 65,
e-mail: apt_popova@mail.bg



Фейсбук страница
за всички от
гр. Дупница

<http://www.facebook.com/dupnitsa>

stad ВСИЧКО ЗА
МОДЕРНОТО
СТРОИТЕЛСТВО

www.stad.bg

СПРАВОЧНИК

Здравеопазване **8**

Обзавеждане **5**

Магазини **5**

Строителство,

ремонти **4/5/10**

Транспорт **10**

Туризм **26**

Услуги **5/26**

КУЛТУРЕН КАЛЕНДАР

Перник **14**

Благоевград **14**

Кюстендил **14**

Дупница **18**

Театри **16**

Галерии **17**

Кино **23**

Културни събития -

София и страната **23, 25**

СЪБИТИЕН КАЛЕНДАР



НАЦИОНАЛНАТА СОД
УСЛУГА

0700 14 000

www.vipsecurity.bg



ОнЛайн Бизнес Каталог

Всички бизнес услуги в град Дупница
и региона на едно място в Интернет

www.dupnitsa.net

отвори и провери >

СПЕЦИАЛИЗИРАН МАГАЗИН ЗА

МАЗИЛКИ

И АНТИБАКТЕРИАЛЕН ЛАТЕКС

- Огнезащитна боя със сертификат (за метал и дърво)
- Боя за ПЪТНА МАРКИРОВКА (с перли)
- ТЕРМОдекоративна БОЯ
- Лак за камък (мокръ ефект) и дърво

ПЕРНИК, ул. П. Каравелов №1, 0896.288.788

www.mazilki-pk.com // mazilki.pk@abv.bg

0701/ 5 15 11 078/ 55 30 30

CSW
КАБЕЛ САТ ЗАПАД

ЦИФРОВА ТЕЛЕВИЗИЯ
КАБЕЛНА ТЕЛЕВИЗИЯ
ИНТЕРНЕТ

Вашата връзка със света!

www.cable-sw.net



За реклами и публикации:

0878 959 960

ugozapad_guide@abv.bg

БИЗНЕС СПРАВОЧНИК
на Дупница и област Кюстендил

МЕТА ТАХИ
0701/ 5 22 22
0701/ 5 11 11
0878 55 02 22
0999 55 02 22

0701/ 5 30 30
0701/ 5 30 33
0878 55 30 30
0895 55 30 30

stad
KUPUVA I PRODAVA
KONSTRUKTORI, STROITELI I B.

Трябва да стимулираме децата да правят това, което могат, а не това, което не могат

Как образованието в България може да стане по-хуманно и ефективно, завръща ли се сугестопедията в училищата и какви са уменията на бъдещето – Пламен Натов, управител на частното училище „Артис“

Как би изглеждал животът ни, ако ние учим едно дете на български език, така както ние после се опитваме да го учим, когато порасне? Означава ли, че майката не си е свършила работата, ако детето примерно не може да проговори на една година? Или че детето трябва да каже в първата година точно трите думи, които системата е решила, че то трябва да знае? Естествено, че животът не работи така. Детето проговоря то-

ва, което иска и това, което най-силно го е докоснало. Защо обаче, когато това дете порасне, но остава същото „бебе“ за следващото знание, ние решаваме, че ще му го преподаваме по друг начин? И точно тук д-р Лозанов дава отговорът. Просто трябва да продължим така, както животът ни е създал. И когато използваме естествените нагласи и физиология на нашето учене, резултатът се постига с лекота, с



Пламен Натов

вдъхновение и имаме дълготраен ефект на знанията. Д-р Лозанов изкарва от живота точно тези основни фундаменти, които правят успеха на един учещ в образованието. И ги съчетава в една методика, която може да бъде усвоена и преподавана.

[Цялото интервю](#)

На корицата: Картина на Теодора Петрова от изложбата ѝ "По пътя" в Дупница

Д-р Любомир Малчев специалист акушеро-гинеколог

МДЦ "Рубидент-Медика"
ул. Трети март "42"
Благоевград
тел.: 073/880755
e-mail: dr.malchev@gmail.com



ИЗДАТЕЛ *Арт Медиа+*

гр. Дупница, ул. "Цар Освободител" 25,
тел.: 0701/393 38, 0878 959 960
e-mail: ugozapad_guide@abv.bg

Фотограф: Елена КАЦАРСКА

Електронно издание на
културно-информационен гайд "Югозапад"

Информацията за културния календар се предоставя от общините и културните институции в региона и от интернет.

Изпраща се на електронните пощи на фирми, общински и държавни институции, туристически агенции, заведения и хотели и др., в Югозападна България и страната.

За реклами и публикации: **0878 959 960**
artmedia_2014@abv.bg



Производствена база
МЕТАЛСНАБ - гр. Дупница
Телефон: 0701/51 355
Факс: 0701/51 322
Моб.: 0888 397 542

www.stad.bg

София 1 – Околовръстен път Люлин
Моб.: 0888 209 752
София 2 – гара Север
Ул. „Първа Българска армия“ 9А
Моб.: 0884 584 434

E-mail: *mdionisiev@stad.bg*



АРМАТУРНИ РЕШЕНИЯ



АРМАТУРНИ МРЕЖИ

АРМАТУРНИ МРЕЖИ

Фирмата разполага с високопроизводителна машина за изработване на арматурни мрежи.

Предназначение – за подложен бетон, плочи и др.

Дебелина от ф 4.0 мм до ф 12.00 мм.

Размери на карето от 100x100 до 300x300 мм.

Габаритни размери 2200 мм до 6000 мм.

АРМАТУРНИ ЗАГОТОВКИ

Производството е оборудвано с високопроизводителни роботизирани машини за изработване на арматурни заготовки с капацитет до 100 тона на ден. Разполагаме с машина за изработване на кръгли колони (пилоти) с диаметър от ф 350 мм до ф 1500 мм и дължина до 12 м.

Изработваме армопакети по заявка.

Фирмата ни е сертифицирана като производител на арматурни заготовки. Гарантирано качество, срок и коректност.

Услуги, магазини

Магазини Стил
Пазарувай **ОНЛАЙН**
www.chanti-obuvki.com

Счетоводна кантора
ЕТ "Василка Борисова-Йоана сто"
0899 426 450

Счетоводна и софтуерна къща
АССО
0888 218657
www.acco.co.nf

Сибитер Куриери
Курьерски услуги за страната и
целия свят 0700 11 121, 088 77 26 891

ВиК-услуги Благоевград,
тел.: 0885/012 759, 0879/604 114

Специализирано КЛЮЧАРСКО АТЕЛИЕ
Дупница, ул. "Иван Вазов" 20, 0886 185
522, 0896 718 925

Цифрово фото- и видеоаснемане.
Презаписва заснет видеоматериал
(сватби, кръщенки и др.)
0888 310 176, 0888 865 177 и 0895 197 492

ЛОБИЛАНЕС
Разкодиране, продажба, замяна
и изкупуване на GSM апарати и
компютри
Дупница, "Николаевска" 14
(срещу съда), GSM: 0896 660 640,
0893 332 231.

Гр.Дупница
Онлайн Бизнес Каталог

**ДОБАВЕТЕ
БЕЗПЛАТНО
ВАШАТА
ФИРМА В
КАТАЛОГА**

отвори и провери >
www.dupnitsa.net

ЕВРОКЛИМА

Доставка и монтаж на климатич-
на техника
гр. Дупница, жк "Бистрица", бл.
46, вх. "Б", ет. 1, тел.: 0887/ 312 267,
офис: 0701/ 4 02 73,
<http://www.euroklima-bg.com/>

Магазин ТЕО

В подлеза на ГУМ - Дупница
Перилни и почистващи препарати,
косметика. На най-добри цени!

ЯВОР ИВАНОВ - експерт ключар
Авто, секретни и ключове с чип. Ремонт и
монтаж на авто, домашни и секретни брави.
Метални врати. Професионални консултации
Перник, ул. „Петко Каравелов“ 6 (блока на коопе-
рация "Колош"), 0898/32 90 35, 0878/32 90 35

**СОЛАР КОНСОЛ ЕООД
СПЪНЧЕВИ СИСТЕМИ.**

Доставка Монтаж Сервиз. Газови котли
TESY. Висококачествени бойлери с 1 и 2 сер-
пентини; буферни съдове и спънчеви панели.
Климатичи. Алюминиеви радиатори
Дупница, ул. „Орлинска“ 42, тел. 0878 94
53 59, 0894 34 79 68 www.solarkonsol.eu

„Добел“

Алкохолни напитки. Консумативи за
кафе-автомати. Кафе. Цигари.
Складове: „Търговия на едро“, гр. Дупница,
ул. Никола Малашевски“ № 5, тел.: 0701/5 07
40, тел./факс: 0701/5 07 46, 088 84 53 619

Поръчка на пица: 0898 82 23 23

Торти, пасти: пл. "Свобода" (зад
хотела), тел.: 0897 83 10 87

VIP SEKURITY

Системи за сигурност, техническа
охрана на обекти, физическа охрана
офис Дупница
ул. "Христо Ботев" 5, 0701 5 04 51

**МЕРКУРИЙ 2006 ЕООД
ПОЛИЕТИЛЕНОВИ ИЗДЕЛИЯ**

*** торбички и чували;**
*** прибори за еднократна**
употреба.



**Транспорт
до всеки магазин!**

гр. Дупница, ул. "Св. Иван
Рилски" №60, тел.:
0701/4 90 22, 0878/78 54 83.

Обзавеждане

Дайте нов живот на вашите мебели!

Мебели „НАНСИ“

Производство, ремонт и претепици-
ране на мека мебел. Обзавеждане на
хотели, ресторанти и офиси.

Производство на нестандартна
мебел

Отстъпка!

Дупница, ул. „Хр. Ботев“ 1, тел.: 0899 744 774
vasilka_nansi@abv.bg

ПИРАНЕЛ МЕБЕЛ

Проектиране, производство, доставка и мон-
таж на нестандартни и стандартни мебели.

Перник, кв. Изток, сп. "Метал", тел.: 0887
933 044, 0896 704 011, тел./факс: 076 67
3584, www.mebeli-piranel.com

Строителство, ремонти**ГЕОРГИЕВ 13**

Фаянс, теракота, гранитогрес, лами-
ниран паркет, обзавеждане за баня, са-
нитарна керамика, ВиК-материали.

Дупница, магазин - склад - ул. "Христо Ботев"
36, тел.: 0701/50196.

**СТАД
ВСИЧКО ЗА МОДЕРНОТО
СТРОИТЕЛСТВО**

Дупница, ул. "Отовица" 1, тел.: 0701/ 5 13 22.

СПАРК

АЛУМИНИЕВА И РУС ДОГРАМА
Дупница, ж.к. "Развесена
върба" 3, тел.: 0988 828 441,
0988 828 443

sparkeood@yahoo.com

РЕКЛАМИ ВЪРХУ**ТОРБИЧКИ**

0878 785 483

Европейски спешен телефон
116 000

**Национален
горещ телефон
за деца в риск**

116 111

4 мита за успеха, на които не бива да вярвате

В интернет е пълно със съвети за постигане на успех в кариерата. Някои от тях обаче могат да ви донесат повече проблеми, отколкото ползи. От Entrepreneur посочват митовете, на които не бива да вярвате.

Мит 1: Трябва да бъдете перфекционисти и работохолици, за да сте успешни

В днешно време се смята, че ако не сте готови да работите дълги часове, за да гарантирате, че всеки детайл е изпълнен съвършено, значи не искате достатъчно силно да постигнете успех. Този мит насажда идеята, че трябва да сме готови да пожертваме всичко в името на работата. Така обаче вдигаме летвата невъзможно високо и постигаме обратен ефект - чувстваме се демотивирани и напрегнати. Важно е да отделяме време за самите себе си.

Мит 2: Скъпото образование гарантира успех



Посещаването на престижен университет не е по джоба на всеки. Това означава ли, че ако не можете да си го позволите сте обречени на живот изпълнен с неуспехи? Абсолютно не! Образованието идва във всевъзможни форми и може да бъде придобито по най-различни начини. Ключът е в натрупването на познания и придобиването на житейски опит, които ще ви научат как да приложите на практика наученото.

Мит 3: Трябва да се фокусирате върху това, което правите

най-добре

Този мит гласи, че ако искате да бъдете успешни, трябва да съсредоточите цялото си внимание в една област на развитие. Подходът може да работи за някои хора, но неговият недостатък се крие във факта, че когато се фокусирате върху една област на бизнеса, вие затваряте вратите към други възможности, които може да се окажат удовлетворяващи.

Мит 4: Щастието и успеха се определят от парите

Лесно е да повярвате, че успехът, щастието и богатството са свързани. Идеята, че парите ще ни донесат щастие, е може би най-тъжният и опустошителен мит от всички. Парите никога не трябва да бъдат крайната цел. Те са средство за осигуряване на комфорт и сигурност за вас и за хората близо до вас. Но любовта и семейството са далеч по-значими.

Expert.bg

3 неща, които всеки лидер може да научи от грешките на Джон Сноу

Преди дни започна седмият сезон на най-популярния сериал в света - „Игра на тронове“. Зимата дойде, а с нея и нови проблеми за любимите ни герои. Освен да съпреживяваме случващото се с тях обаче, ние можем и да научим много от него. Джон Сноу например постепенно се издигна до Крал на Севера благодарение на качествата си. И сега му се налага да взема важни решения. Той обаче направи някои грешки като лидер. От Inc.com посочват кои са те и защо не бива да ги допускаме.

1. Не се доверявайте на хора само заради високите им постове

В епизода Джон не послуша сестра си Санса и прости измяната на родовете Ъмбър и Карстарк, който се биха на страната на негови противници. Заради старите дружби той отново реши да приеме нас-

ледниците им. **Урок:** Много лидери се вслушват в съвети само защото идват от хора на определени позиции. Често обаче личности извън сферата или такива с по-нисши постове могат да дадат по-обективно мнение. Стремете се винаги да изслушвате различни гледни точки.

2. Бъдете търпеливи и се фокусирайте върху крайната цел

Джон Сноу почти загуби важна битка, защото не успя да запази спокойствие, когато беше провокиран. **Урок:** Лидерите трябва да са търпеливи. Дори да не ги заплашва нашествите от Бели бродници, те трябва винаги да гледат голямата картина и да влагат старание във всяка стъпка от пътя.

3. Скъпостта не означава, че не можете да промените света

В много случаи Джон Сноу ка-



то че ли не осъзнава цялостния ефект, който управлението му има върху много други хора. **Урок:** Макар да не ръководят големи армии, лидерите са пример за десетки служители. Те трябва да ценят работата, която подчинените им вършат, да показват, че виждат усилията им и да им благодарят за тях. Именно по този начин се изгражда лоялен, мотивиран и продуктивен екип.

actualno.com

Трудно ще ви е да усвоите тези 5 умения, но те ще ви се отплатят

Най-хубавите неща в живота може и да са безплатни, но това не означава, че не отнемат време, енергия и постоянство. Особено когато става дума за придобиването на важни за кариерата и личния живот умения. От Business Insider посочват способностите и качества, които няма да ви бъде лесно да придобиете, но които ще ви се отплатят стократно.



с приятелите или тренира- те във фитнеса, постоянството е ключово за успеха. Много хора спират да се стараят, когато достигнат върха. Но всъщност за да удържите върха, там трябва да се потрудите по-здраво от всякога.

4. Умението да слушаш

Претрупани сте с работа? Съчувстваме ви, но е важно да отделяте време и да изслушвате внимателно хората около себе си. Така показвате уважение и загриженост и печелите другите на своя страна.

5. Научаване на още един чужд език

Владеенето на чужд език не само ще отвори нови професионални възможности пред вас, а и ще ви даде нова гледна точка и дори по-различен начин на мислене. Ще ви помогне да опознаете още една култура и да разширите мирогледа си.

Expert.bg

1. Разпределяне и организиране на времето

Ефективната организация на ежедневието ви ще ви бъде изключително полезна. Трябва да намерите системата, която ви пасва най-добре. Научете се да планирате, като не само си правите списъци със задачи, а и опеределяте срокове за изпълнението им.

2. Позитивно мислене

Става дума по-специално за мислите ни насочени към сами-

те нас, към това как се справяме с проблемите. Не е лесно да натрупате достатъчно увереност и вяра в себе си, но когато това се случи, определено ще усетите промяна в качеството си на живот.

Почивката е важно и необходимо нещо, но ако имате повече свободно време, не го прекарвайте изцяло в лежане. Вместо...

3. Постоянство

Независимо дали работите по важен проект в работата, искате да заздравите връзките си

8 СИГУРНИ ПРИЗНАКА, ЧЕ ШЕФЪТ ВИ ИСКА ДА НАПУСНЕТЕ

7 причини, поради които мъжете трябва да носят часовник!

ИЗСЛЕДВАНЕ РАЗКРИ КАКВО НИ ПРАВИ ЩАСТЛИВИ

БЪЛГАРИЯ ЛИДЕР В ЕС ПО ЖЕНИ ИТ СПЕЦИАЛИСТИ

Делът на дамите в ИКТ сектора у нас е двойно по-голям от средното в ЕС

Софтуерната компания Symphony: Ще открием до 70 работни места в офиса ни в София

<http://www.investor.bg/>
<https://www.expert.bg/>

<http://finance.dir.bg/>
<http://www.pariteni.bg/>

<http://www.econ.bg/>
<http://www.capital.bg/>

ПОЛЕЗНИ САЙТОВЕ

147 общински наредби с незаконни такси

Българска търговско-промишлена палата

<http://newtrend.bg/> <http://profit.bg/>

Агенция по заетостта Панаури и изложения

КАЛЕНДАР НА ПАНАИРИТЕ И ИЗЛОЖБИТЕ В БЪЛГАРИЯ

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

ЗДРАВНИ ЗАВЕДЕНИЯ И КАБИНЕТИ

Аптека "Мария Попова"

Дупница, пл. "Свобода" 1, тел.: 0701/ 5 10 65

ОЧЕН КАБИНЕТ**Д-р Тания Димитрова**гр. Дупница, ул. Николаевска №34, тел.: 0701/04 04 71 и 0887/43 52 03. **Работно време:** всеки ден от 8 до 12 и 14.30 до 18.00 ч, събота - от 10.00 до 14.00 ч**Д-р Александър Паризов
СПЕЦИАЛИСТ ПСИХИАТЪР**Дупница, пл. "Свобода" 1, кабинет 10, тел.: 0888 90 16 93, 0898 704 702, www.psyhparizov.hit.bg**МБАЛ "СВ. ИВ. РИЛСКИ" ЕООД****Доболнична и болнична помощ, физиотерапия, специализиран транспорт**

Дупница, ул. "Св. Георги" 2, тел.: 0701/ 5 18 26, управител - 5 89 32, регистратура - 5 89 09, 5 89 71, секретар - 5 89 31, ТЕЛЖ - 5 89 36, информационен център - 5 89 45, спешна помощ - 5 89 46.

Медицински център**Предлага доболнична лекарска помощ****Д-р ИЛКА ИВАНОВА***Психиатър. Невролог. Работи със РЗОК*

Дупница, пл. "Свобода" 1 (бивш. ДКЦ-1), ет. 3, каб. 311А, тел.: 0887/ 31 79 46.

**Центрове за Спешна Медицинска Помощ
в Югозападна България (ЦСМП)**

Благоевград, ул. „Бр. Миладинови“ 21, 073/881 442

Кюстендил, ул. „Яворов“ 2,

078/550 150 и 0878/524 041

Дупница, ул. „Св. Георги“ 2, 0701/52 001

Перник, ул. „Брезник“ 2, 076/601 132

София, бул. „В. Левски“ 12, 02/9983 52 24

Обл. София, жк „Младост“ 1, 02/975 92 60

„Пирогов“, 02/915 43 33

БОЛНИЦИ**МБАЛ - Благоевград**, ул. "Славянска" №60 ет. 5,

тел.: 073/82 92 329, факс: 073/88 41 29

МБАЛ "Рахила Ангелова" - Перник, ул. "Брезник" 2,

тел.: 076/601360; 076/68821

МБАЛ „Николай Василев“ - Кюстендил, пл. "17 януари" 1; 078/550241, 078/550231**МБАЛ „Св. Иван Рилски 2003“ ООД** -

Дупница, ул. „Иван Вазов“ 26, тел.: 0701/595 38, 595 00

МБАЛ "Радомир" ЕООД - Радомир, ул. "Р. Даскалов" 50, тел.: 0777 82076**МБАЛ РОКФЕЛЕР** - Петрич, бул. Рокфелер 52, 074/569 773**МБАЛ СВ.ВРАЧ ЕООД** Сандански,

м. МЕСТНОСТ ПАРКА тел.: 0746 30608

"Специализирана болница за рехабилитация - Сандански" ЕАД кв. Смилково, тел.: 0746/ 232 31**МБАЛ "Д-р Иван Скандеров" ЕООД**, гр. Гоце Делчев, ул. Стара планина, 54 , тел. 0741/602 41**Яжте тези 5 храни на работа за по-добра концентрация**

Заетите хора често нямат време да хапнат на работа. Ако се лишите от храна обаче, няма как да очаквате да сте енергични и работоспособни през целия ден. Разбира се, важно е и какво точно да консумирате. Има определени храни, които стимулират мозъчната дейност и на които е добре да заложите за по-голяма концентрация.



1. Ябълки. Вкусните плодове съдържат определени антиоксиданти, които имат и свойствата да подобряват паметта и да подобряват фокуса.

2. Авокадо. Полезните мазнини в авокадото помагат на функционирането на мозъка.

3. Листни зеленчуци. Спанакът и кейлът съдържат лутеин, който също ускорява мозъчната дейност. Препоръчва се да се консумира по около 6 милиграма лутеин на ден, което грубо отговаря на една чаена чаша задушени листни зеленчуци.

4. Съомга. Омега 3 мастни киселини, които се съдържат в съомгата, се смятат за „добри“ мазнини. Те стимулират когнитивната функция и спомагат за по-лесното асимилиране на информация. Важно е да си ги осигурявате чрез храната, защото организмът не може да ги произвежда сам.

5. Слънчогледови семки. Удоволете гласа си за нещо солено с белени слънчогледови семки. Можете да ги добавите и към салата. Те са богати на витамин Е, който е важен за паметта. Специалистите препоръчват да се яде по около една шепа на ден.

Как да се научим да се събуждаме в добро настроение

Учените вече са наясно как да се научим да се будим в добро настроение.

Експертите определиха няколко ефективни начина за ранно ставане в добро настроение.

Как да се научим да ставаме рано?

Желателно е да има приятни условия при събуждането. Ставането от леглото не трябва да бъде тежко задължение – добре е да си пуснете приятна музика, да осигурите подходяща температура в стаята. Всичко това се прави, за да не излизате и изпод топлото одеало в студената реалност. Но най-важно е да помислим за своевременното лягане предишната нощ. Организмът е настроен за заспиване и събуждане в определено време. Не забравяйте, че режимът има огромно значение за поддържане на здравето и доброто настроение.

7-те правила на добрия сън**7 изненадващи неща, които не знаем за тялото си**

Европейски тел. за спешна помощ	112
Спешна помощ	150
Пътна помощ към СБА	146
Противопожарна служба	160
КАТ	165
Полиция	166
Главно спасителна служба	088 1470
(мобилен) и	02 963 2000
за справки, съвети 088 1471 (Mtel, Vivacom)	
услуги - 11 800;	повреди - 13 000
Електроснабдяване	070010010

Храните, които ни разболяват

Най-добре е, още докато е млад и здрав, човек да преосмисли своите хранителни навици

Високо кръвно налягане, диабет, подагра, неправилното хранене може да отключи десетки болести. И обратното - правилното хранене може да ни направи по-здрави.

Андреас Михалсен е убеден в това. Той е един от водещите германски учени, които изследват взаимовръзките между храненето и болестите.

“Ние почти сме победили засрашаващите живота болести. Днес обаче има повече хронично болни хора.

Най-важният терапевтичен принцип при хроничните заболявания е храненето.

Първо храненето и след това лекарствата”, съвета Михалсен.

Главните причини за високото кръвно налягане например са наднорменото тегло, недостатъчното движение и стресът. Лекарствата могат да предизвикат странични явления, а правилното хранене - не.

Според Михалсен човек трябва да набляга на растителните храни или вегетарианството и да избягва факторите, предизвикващи високо кръвно като месо, колбаси и наситени мазнини. Освен това има и отделни видове зеленчуци, ядки, и плодове, които понижават кръвното.

Например червеното цвекло.

Една до две чаши сок от червено цвекло на ден понижават кръвното. Авокадото, бадемите, орехите, руколата и спанакът също помагат. Една до две чаши зелен чай или чай от хибискус също допринасят за нормално кръвно.

“Растенията са нещо като мини-аптеки.

Във всички растения има оцетители. Зеленчуците са зелени, червени или жълти. Понякога са горчиви, понякога лютиви. И това се все субстанции, които имат и фармакологичен ефект”, обяснява Михалсен.

Също и при ревматизъм.

“Още от 90-те години знаем, че в храните има вещества, които действат възпалително - и



други, които облекчават възпаленията. По този начин обаче ревматизмът не може да бъде излекуван. При ревматизма лекарствата са неотменна част. Но и храненето може да спомогне, човек да взема по-малко болкоуспокоителни, или кортизон”, казва ученият.

Противовъзпалително действат например здравословните мазнини, като Омега-3. Тя се съдържа в лененото масло, лененото семе или в орехите. Лекарите възлагат големи надежди и на куркумата.

По-рано се говореше, че млякото помага при остеопороза, защото съдържа много калций.

Според Михалсен при млякото ситуацията е сложна.

“То съдържа едновременно и много животински белтъци. А животинският белтък е киселина за тялото. Също както месото



и рибата, впрочем. И когато употребяваме богати на киселини храни, тялото трябва да възстанови равновесието чрез своите запаси. Най-големият резервоар за тях са костите. И организмът изтегля калция и минералите от костите, за да блокира киселините. В този смисъл това с млякото е заблуда”, разяснява той.

Тоест, ако пиеш мляко, в крайна сметка организмът изтегля повече калций от костите, отколкото получава от млякото. Затова е по-добре да бъде придобит от растителни източници.

Човек трябва изцяло да се откаже от фосфорните киселини.

Тоест никаква кола, а негазирана минерална вода.

В крайна сметка Андреас Михалсен препоръчва растително базираното хранене и по-малко животински мазнини. Все повече изследвания в тази насока показват успех. Все пак всичко зависи от индивида.

“Храненето е свързано преди всичко с навиците и усещанията. Храненето не може да бъде предписвано с рецепта. Човек трябва сам да се храни здравословно. Успехът зависи от собствената ефективност”, казва още ученият.

Най-добре е, още докато е млад и здрав, човек да преосмисли своите хранителни навици.

Диетата на викингите - как се прави и защо е полезна **Бялата храна - полезна за здравето и дар за кожата**
Не яжте тези храни, ако имате болки в ставите **Български учен създаде сърце от стволони клетки**

ЕТ „Василка Борисова-Йоана сто“



Гр. Дупница, ул. „Св. св. Кирил и Методий“ №8, тел.: 0899/426 450, e-mail: vasilka_borisova1956@abv.bg



Разкодиране, продажба, замяна и изкупуване на GSM апарати и компютри

MOBILVES

гр. Дупница, ул. „Николаевска“ 14 (срещу съда), GSM: 0896 660 640, 0893 332 231.

СОЛАР КОНСОЛ ЕООД
СЛЪНЧЕВИ СИСТЕМИ

Доставка Монтаж Сервиз

Газови котли Висококачествени бойлери с 1 и 2 серпентини; буферни съдове и слънчеви панели

TESY

Климатизи, алуминиеви радиатори

Дупница, ул. „Орлинска“ 42, тел. 0878 94 53 59, 0894 34 79 68, e-mail: info@solarkonsol.com

www.solarkonsol.eu



ПЕРИЛНИ И ПОЧИСТВАЩИ ПРЕПАРАТИ

НА НАЙ-ДОБРИТЕ ЦЕНИ!

Убедете се сами!

ТРАНСПОРТ

Национален телефон на служба „Справки“:

.....11 800
- Автогара Банско..... 0749/ 5 2157
- Автогара Разлог 0747/8 02 40
- Автогара Брезник
.....07751/20 33, 0899/96 19 32
- Автогара - Благоевград държавна
.....073/ 88 40 09 <http://www.pprevoziblg.com/>
- Автогара - Благоевград частна
.....073/ 83 13 12
- Централна автогара - София
.....02/ 813 32 04

<http://centralnaavtogara.bg/>

- Автогара Овча Купел.....02/ 9 555 362
- Автогара Сердика...02/ 832 10 33, 02 832 10 34
<http://www.avtogara-serdika.com/>
- Автогара - Гоце Делчев0751/612 22
- Автогара - Дупница.....0701/408 54
- Автогара - Кюстендил078/550 141
- Автогара - Перник.....076/601 482
- Автогара - Перник - диспечер....076/603 870
- Автогара - Петрич.....0745/62 136
- Автогара - Радомир.....0777/809 92
- Автогара Самоков.....0722/665 40
- Автогара - Сандански.....0746/ 3 03 17
- Автогара Трън.....07731 21 44,
0888 76 97 74, 0888 78 67 30

ЖП гари

- София.....02 931 11 11, 02 932 33 33
- Дупница.....0884 405 623
- Перник.....076 60 30 50
- Благоевград.....073 83 39 09
- Международни линии.....0884 405 621
- Кюстендил.....078 55 06 23
- Банско.....0749/ 8 8214
- Радомир.....0777/8 21 33

www.avtogari.info

www.bgrazpisanie.com

<http://www.sofia-airport.bg/>

ПРЕДПЕЧАТ И ПЕЧАТ НА
УБЕДИТЕЛИ И ЦЕЛНИ НА

Книги и рекламни материали

0878 959 960

ХГ „Владимир Димитров - Майстора“ представя Стефан Десподов в Национална галерия - София

Художествена галерия „Владимир Димитров – Майстора“ представя от 27 юли до 10 септември 2017 г. всепризнатия майстор на плаката и карикатурата Стефан Десподов в Националната художествена галерия, филиал Двореца – София. Експозицията включва творби, които са притежание на Националната галерия, СГХГ, Галерия „Възраждане“ – Пловдив, ХГ „Владимир Димитров – Майстора“ и колекции на приятели на ху-



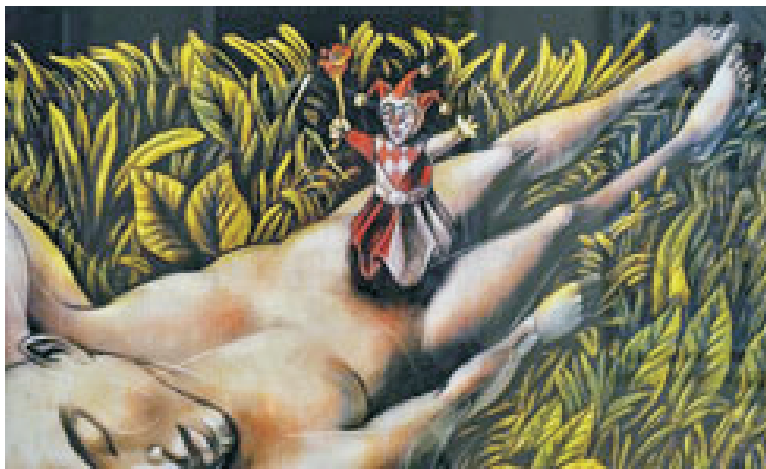
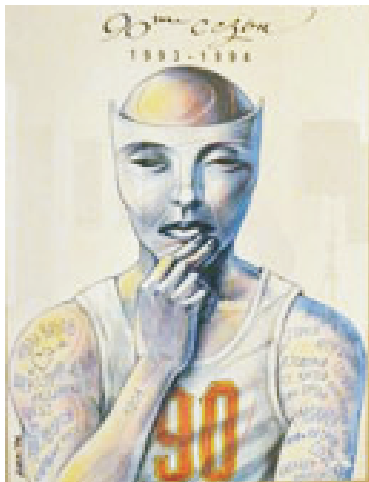
Директорът на ХГ - Кюстендил Валентин Господинов и поетът Румен Леонидов при откриването на изложбата.

дожника, както и 112 плаката, дарени на ХГ – Кюстендил от съпругата му Правда Спасова.

Това е най-мощната изложба с творби на Стефан Десподов. Всички зали на първия етаж на сградата са заети от плакатите, сатиричните рисунки, шаржовете, както и други трудно определими жанрово произведения в лесно разпознаваемия експресивен стил на художника и неподражаемата му авторска техника.

Стефан Десподов (1950-2015), е известен като автор на плакатите на Народния театър, един от най-талантливите представители на своето поколение плакатисти, получили широко международно признание.

Роден е в гр. Кюстендил. През 1974 г. завършва Националната художествена академия, специалност „Приложна графика“ в класа на проф. Александър Поплилов. Започва работа в издателство „Техника“, а по-късно и в



Фрагмент от плаката на „Сън в лятна нощ“, постановка на Александър Морфов в Народния театър

„Народна култура“ като художествен редактор. От 1989 г. работи за независимото списание за литература и публицистика „Глас“, алманаха „Мост“, „Литературен вестник“ и др. Финото му чувство за хумор, великият му усет към абсурда и разпознаваемият му почерк го правят дългогодишен плакатист на Народния театър „Иван Вазов“ и Сатиричния театър „Алеко Константинов“.

Стефан Десподов има участия в повече от 200 изложби по целия свят. Освен в България неговите творби са публикувани в Русия, Полша, Швейцария, Германия, Япония, Италия, Турция, Куба, Сърбия и други държави. Сред най-престижните издания, публикували произведения на Десподов, се открояват Новое время, Литературная газета,



Снимки - Фейсбук страница на ХГ „Владимир Димитров - Майстора“

Слово, Europeo, Graphis, Idea, City. Има пет авторски албума и около 80 награди от наши и международни изложби и конкурси. Художник-постановчик е на три анимационни филма.

Стефан Десподов „оставя след себе си стотици прекрасни творби, оставя едно голямо и достой-

но име... Дари ни с творчество – апология на иронията, парадокса, фантазията и изисканата сатира, в което картините, изпълнени в характерния му стил на великолепен симбиоза между форма и замисъл, гордо носят подписа Despo“, споделя Николай Пекарев.

Виж статия на Емил Георгиев в сайта ploshtadslaveikov.com

Ухото, дръпнато силно, разтегля лицето в усмивка



Фотографии на автора през годините

Проф. Панайот Панайотов със 17 метафизични визии в Сапарева баня

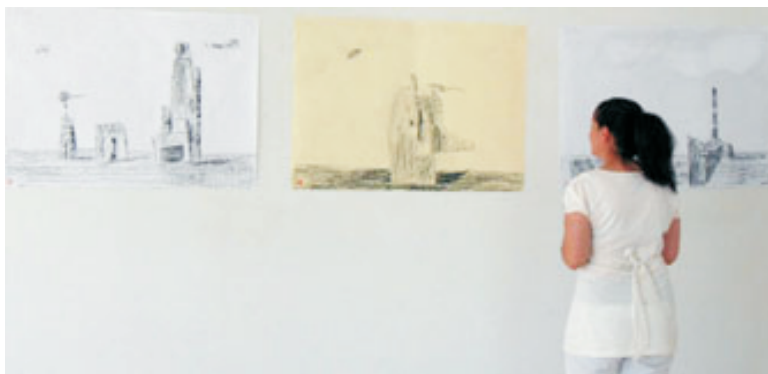


Проф. Панайот Панайотов

Известният български художник проф. Панайот Панайотов – Пането откри изложба в Градската художествена галерия „Васил Крапчански“ – Сапарева баня. В курортния град художникът представя 17 свои графични творби от цикъла „Метафизични визии“. Любителите на изобразителното изкуство могат да се насладят на великолепно преплитане на метафизични и абстрактни елементи в картините на художника. Изложбата ще може да бъде разглеждана до началото на месец септември.

Проф. Панайот Панайотов е роден на 28 август 1944 г. в Сливен. Той е по-малкия син на родения в Стралджа художник Па-

найот Панайотов, носи неговото име и следва неговия творчески път. През 1963 г. завършва Художествена гимназия в София. През 1972 г. се дипломира в Националната художествена академия – специалност „Стенопис“ при проф. Георги Богданов. През 1973 г. става преподавател в Художествената академия, през 1997 г. става доцент, а през 2003 г. – професор. В момента преподава рисуване в Националната художествена академия.



Част от изложените в галерията творби



Интервю

с художника в „Делник“:

ПЕРНИК <http://www.pernik.bg>
Културна програма за м. август

БЛАГОЕВГРАД <http://www.blgmun.com/>
Програма за м. август

БАНСКО
<http://bansko.bg/>
05-12 август пл. „Н. Вапцаров“
Международен Джаз Фестивал Банско

XX ДЖАЗ ФЕСТИВАЛ БАНСКО 2017 – ПРОГРАМА

XX JAZZ FESTIVAL BANSKO 2017 – PROGRAMME

м. август НЧ „Н. Вапцаров“
Концерт на Школата по китара, тамбура и народно пеене на Марин Бърдарев

24-26 август
Фестивал за опера и класическа музика „Банско Опера фест“

- Държавна опера - Русе представя балетната постановка „Спящата красавица“ по музика на Чайковски.

- Държавна опера - Русе ще представи операта „Джани Скики“ на Джакомо Пучини.

- Мюзикълът „Котките“ на Андрию Лойд Уебър ще бъде представен от трупата на Държавна опера - Варна.

1-2.09. пл. „Н. Вапцаров“
„Банско Балкан Фест“ Фестивал на Балканската музика

06.09. пл. „Н. Вапцаров“
Честване на Съединението на България

22.09. пл. „Н. Вапцаров“
Честване Независимостта на България

БРЕЗНИК
<http://www.breznik.info/>
06.09.2017 г. гр. Брезник

132 години от провъзгласяването на Съединението на Княжество България и Източна Румелия

22.09.2017 г. гр. Брезник
Честване на Деня на независимостта на България

БОВОВ ДОЛ
<http://www.bobovdol.eu/>

КЮСТЕНДИЛ
<http://www.kustendil.bg/>
www.kultura-kn.info
<http://www.bratstvokn.org/>
Културна програма - Кюстендил

18.08.
Отбелязване празника на миньора

15.08. Площада, с. Мламоларово
„Събор на родовете“ - традиционен празник в с. Мламоларово

БОБОШЕВО
<http://obshtina-boboshevo.com/>
18 август IV Международен фолклорен фестивал „Бобошевско веселие“ 2015

19 август
Празник на гр. Бобошево

БЕЛИЦА
<http://www.belitsa.com/>
15.08. м. „Богородица“ на 4 км от Белица

Народен събор „Света Богородица“: Културна програма с участие на художествено-творчески колективи от Белица
2 септември Община Белица
Общински събор „С любовта и вярата в общите ценности“

ГОЦЕ ДЕЛЧЕВ
<http://www.gotsedelchev.bg/>
Септември
Рок фест по повод 131 години от Съединението на България.

DJ фестивал
6 септември
Храмов празник на с. Баничан
8 септември
Празник на с. Господинци
Септември

Традиционен есенен панаир, с участието на местни изпълнители през цялата седмица и гост-изпълнител

ГЪРМЕН
<http://www.garmen.bg/>
15.08.2016 с. Огняново
Събор
ДУПНИЦА
<http://www.dupnitsa.bg/>

Средата на м. септември
Изложба живопис на доц. Здравка Брайкова
ЗЕМЕН
<http://zemen-bg.com/>
09.08. гр. Земен
Традиционен събор „Пантеле“ в гр. Земен

КОВАЧЕВЦИ
<http://kovachevtsi.com/>
26.08. с. Светля – площад
Землячески събор с. Светля
2.09. с. Егълница – площад
Землячески събор
06.09. с. Ковачевци
Отбелязване Съединението на България

КОЧЕРИНОВО
<http://www.ob-kocherinovo.bg/>
21 септември
Празник на гр. Кочериново
КРЕСНА
<http://kresna-bg.com/>
15 август гр. Кресна
„Мой роден край“ - земляческа среща

НЕВЕСТИНО
<http://www.obshtinanevestino.kncity/>
12 и 13 август
XII Фолклорен фестивал - „Струма пее“
15.08. Ден на Невестино
<http://www.obshtinanevestino.kncity.info/index.php/kultura>

ПЕТРИЧ
<http://www.petrich.egov.bg/>
06.09. Ден на Съединението
22 септември
XXII международен фестивал „Златен кестен“
НЧ „Братя Миладинови-1914“
<http://www.chitalishtebratiamiladinovi.org/>

РАЗЛОГ
<http://razlog.bg/>
6-20 август, гр. Разлог
XI Международна лятна академия за изкуство „Огънят на Орфей“
Август с. Елешница
Национален Фолклорен фестивал „Фолклорна среща“
РАДОМИР
<http://www.radomir.bg/>

12.08. р.Радомир
Отбелязване международния ден на младежта
14.08. с.Прибой
Ден на селото
15.08. с.Д.Диканя, с.Прибой
Традиционен събор с курбан по повод празника на черква „Успение на Пресвета Св.Богородица“
06.09. гр.Радомир
„Съединението прави силата“ - 132 години от Съединението на Княжество България и Източна Румелия.
- Празнична програма
10.09. гр.Радомир - кв. „Върба“
Традиционен събор на квартала
НЧ „НАПРЕДЪК-1895“
www.napredak.hit.bg
РИЛА
<http://www.grad-rila.bg/>
27 август с. Пастра, хан „Дяволски води“
Среща на всички, родени в с. Пастра, живеещи на други места
1-8 септември
Етно-фестивал „Музика под Рилското небе“, с участието на млади музикални ентузиаста от Европейските страни
с. Пастра
<http://pastra.selo.bg/>
САНДАНСКИ
<http://sandanski.bg.com/>
14.08. с. Дамяница
Фестивал на доброто
25 август 2017 г.
„Детски Пирин Фолк“ Сандански 2017 г.
25-27.08.
25-ти Международен фестивал „Пирин фолк“
31.08. Мелник
Празник на гр. Мелник „Св. Зо-на“
Август с. Спатово
Пети юбилеен старовремски Неделен събор „Леб и вино“
6-10 септември
21 Балкански младежки фестивал „Младостта на Балканите“
8-14 септември Парк „Свети

Врач“, гр. Сандански
Арт фест
<http://www.pirinfolk.com/>
<http://pirinfolk.com/blog/>
септември
XXI Балкански младежки фестивал „Младостта на Балканите“
Кръгла маса „Партньорство сега и за в бъдеще“, кампания на ЕС „Различията ни събират срещу дискриминацията“, сцена на съвременните улични изкуства, надпяване и надиграване, еко хепнинг
НЧ „Отец Паисий-1919“
<http://www.sandanski-chitalishte.com/>
САМОКОВ
<http://www.samokov.bg/>
21 август
Празник на град Самоков
август
Рок в Рила (БОРОРОК)
Септември
с. Говедарци
Фолклорен фестивал „Дар от природата“
Септември
Младежки фестивал „Ритъмът на планината“
02.09. с. Радуил
Фестивал на боба
САПАРЕВА БАНЯ
<http://saparevabanya.bg/>
15 август
Събор на св.Богородица
Празнуване в м. Св.Богородица
19.00 ч. амфитеатър „Гейзера“
Празничен концерт
Събор на с.Сапарево
18.00 ч. с. Сапарево площада
Празничната програма
Събор на с.Овчарци
СИМИТЛИ
<http://www.simitli.bg/>
15.08. с.Брежани, с.Мечкул, кв. „Ораново“ - гр. Симитли
Успение на Пресвета Богородица
18.08. Общ. Симитли
Успение на Свети Йоан Рилски
29.08.с. Крупник
Традиционен младежки събор

5 септември местността Св.Георги (между с. Мечкул и с. Сенокос)
Събор на народното творчество „Традиция, развитие, приемственост“
8 септември гр. Симитли
Празник на гр. Симитли
САТОВЧА
<http://www.satovcha.bg/>
СОФИЯ
<http://www.sofia.bg/>
СТРУМЯНИ
<http://www.strumyani.org/>
15.08.2016г. с.Игралище
Народен събор в с. Игралище на „Св. Богородица“
15.08.2016г с.Колибите
Народен събор в с. Колибите на „Св. Богородица“
15.08.2016г. с.Горна Рибница
Народен събор в с. Горна Рибница на „Св. Богородица“
08.09.2016г. с.Велювец
Народен събор в с. Велювец на „Малка Богородица“
ТРЪН
<http://www.tran.bg/>
6 септември гр.Трън
Отбелязване Деня на Съединението на България
ХАДЖИДИМОВО
<http://www.hadzhidimovo.com/>
15.08. гр.Хаджидимово
Успение на Света Богородица - църковен и селски празник
15.08. с.Лъки и с. Илинден
Успение на Света Богородица - църковен и селски празник
1-4 септември с.Абланица, с.Блатска, с.Беслен, с.Теплен
Курбан Байрам - официален мюсюлмански празник
15.08. гр.Хаджидимово
Успение на Света Богородица - църковен и селски празник
ЯКОРУДА
<http://yakoruda.gateway.bg/>
4 септември
Празник на Якоруда
* Възможни са промени в програмите на общините и културните институции

ГАЛЕРИИ

ДУПНИЦА

Галерия "Джамията" пл. "Свобода" 1

1 октомври

Изложба концерт по повод деня на музиката

Галерия Околийска къща

Средата на м. септември

Изложба на доц. Здравка Брайкова

САПАРЕВА БАНЯ

Градска художествена галерия "Васил Крапчански", тел.: 0895 180 311

Изложба живопис на проф. Панайот Панайотов началото на септември

Изложба - акварел и масло, на сапаревобанския художник Васил Соколов

КЮСТЕНДИЛ

ХГ "Владимир Димитров - Майстора"

ул. "Патриарх Евтимий" 20, тел: 078/55 00 29,

e-mail: info@artgallery-themaster.com,

www.artgallery-themaster.com

Постоянна експозиция с творби на Владимир Димитров – Майстора

"Военни художници" - изложба по повод 100 години Първа световна война (1917-2017), с творби от фонда на ХГ – Русе и ХГ „Вл. Димитров-Майстора“, Кюстендил

Изложба с творби на студенти, участници в *"Студентски пленер 2017"* - с. Шишковци

Гостуващата изложба „Избрани произведения от фонда на Художествена галерия – Габрово“

27 юли ХГ "Владимир Димитров – Майстора" гостува на НХГ - София с изложба на Стефан Десподов

1.09., 18.00 ч.

Изложба на Асен и Мария Евтимови

Галерия ИЩАР

Представя съвременно изкуство в областта на живописата, графиката, малката пластика, керамиката, текстила

089 918 5733, gallery_istar@abv.bg

Кюстендил, ул. "Търговска" №44

Галерии **ПЕРНИК** <http://gallery.pernik.org/>

e-mail: pk4art@yahoo.com

ХГ "Любен Гайдаров", тел.: 076/ 60 19 83

Изложба с картини от конкурса "180 години от рождението на Васил Левски"

"20 години Международен пленер по живопис Арт студио "Рударци" – изложба – вернисаж от фонда на Художествена галерия

Арт Салон, тел.: 076/60 03 63

Изложба-вернисаж на Христо Песев и Петър Кракляков

14 септември 17,00 ч.

"В света на Тери Пратчет" - гостуваща изложба

Галерия "Кракра", тел.: 076/ 60 25 18

"Лято" - изложба на пернишки автори

21 септември 17,00 ч.

Изложба - фотография на Андон Тацев

Галерия „При ммета“

"20 години Международен пленер по живопис Арт студио "Рударци" – изложба – вернисаж от фонда на Художествена галерия

ХГ "Марин Гогов", при чит. "Съзнание" - км. Изток, 076 670 634

РИМ – Перник

1 юли – 30 септември

ИЗЛОЖБИ:

· "Въоръжение и снаряжение от фонда на РИМ – Перник"

· "Дарове за боговете" - находки от светилище то в махала Арбанас гр. Радомир

· "Пришълец от палеогена"

· "Пътят на времето"

· "Времето в хората и хората във времето" – изложба, посветена на 180 годишнината от рождението на Васил Левски

Vip Gallery, ул. Св. св. Кирил и Методий" №23, тел.: 0898/53 56 28, www.vipgallery.eu

Зала - Бизнес център "Елена"

БЛАГОЕВГРАД

Градска художествена галерия - Благоевград, ул. "Крали Марко" №8, 0897 015 979, galleryblg.com

Изложба от фонда на галерията

1.09., 18.00 ч.

Изложба живопис на НХА

19.09., 18.00 ч.

Самостоятелна изложба на Захари Каменов

Художествена галерия "Любимо"

гр. Благоевград, ул. "Хр. Татарчев" 24 (срещу книж. "Перун"), тел.: 0888/325211, 0884/974 007, e-mail: lubimo@abv.bg, <http://www.lubimo.com>

САНДАНСКИ <http://www.likin.vibs-bg.com>

Художествено сдружение "Ликин", изложбени зали - Сандански - ул. "Македония" №53 и ул. "Банска" №2, изложбена зала - гр. Мелник.

Постоянна експозиция на художници от Юго-западна България

Теодора Петрова с първа изложба в галерия „Околийска къща“ в Дупница, сподели: Имам вдъхновение да рисувам в момента, до кога, животът ще ми подсказже

Под наслов „По пътя“ младата художничка Теодора Петрова откри в средата на м. юли първата си самостоятелна изложба в Дупница. Около 50 пъстри творби бяха под-

редени в двете зали на галерия „Околийска къща“. Младата художничка покани свои приятели и любители на изобразителното изкуство за едно цветно изживяване в топлата юлска вечер. Тя посочи, че картините ѝ говорят вместо нея, а емоциите са водещи при избора на цвят.

За Теодора това е първа изложба. Сподели, че рисува отскоро, а рисуването за нея е хоби. Има сериозна професия, но свободното време посвещава на боята и четка-

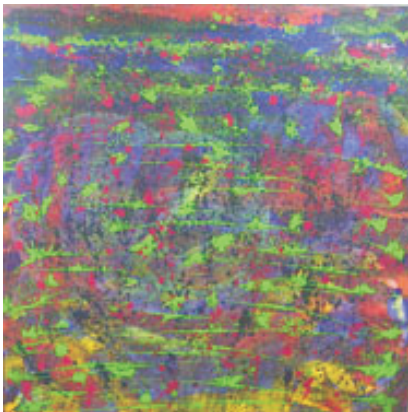


„Изложбата е посветена на изненадите, които изникват по пътя ни, защото самият живот е едно пътуване, изпълнено с препятствия, завои и предизвикателства. Понякога се губим по пътя си, падаме, ставаме и много често се разминаваме. Но точно в това се състои красотата на живота. Това е моето пътуване!“, споделя Теодора Петрова

та. Смята, че никога не е късно човек да започне да прави нещо ново. Според нея животът е един път, който трябва да следваме въпреки превратностите. „Имам вдъхновение да рисувам в момента, до кога, животът ще ми подсказже“, споделя още тя и посочва, че за откриването на тази изложба са я провокирали приятелите ѝ, които ѝ дали сила и подкрепа да покаже това, което твори. А показаното наистина е прекрасно и си заслу-

жава тя да продължи по този път.

Теодора вече има и реализирани продажби. Тя работи логистика в „Активис“, с рисуване се занимава активно от ноември миналата година.



Две изложби в Перник от АРТ СТУДИО РУДАРЦИ

Откритата на 20 юли изложба от фонда на Художествената галерия - Перник, с творби от Международния пленер по живопис „Арт студио Рударци“, предшества юбилейното 20-то издание на пленера, който ще започне в началото на октомври.

В двете експозиции са представени общо 47 картини, подредени в две изложбени зали – галериите „Любен Гайдаров“ и „При кмета“. Автори на творбите са както местни художници, така и гостуващи творци от страната и чужбина.

Подборът на картините в галерия „Любен Гайдаров“ е направен

на така, че да бъдат представени всички издания през годините.

В галерия „При кмета“ са изложени 13 картини на проведения през 2014 година пленер.

Целта на пленера „Арт студио Рударци“ е да даде възможност на творци от различни държави да общуват помежду си, да обменят творчески идеи и да срещнат ценителите на изобразителното изкуство в Перник с различни гледни точки и похвати в изкуството.

Изложбата „20 години Международен пленер по живопис „Арт студио „Рударци““ ще остане в залите и през месец август.



gallery.pernik.org

Фотограф: Андон ТАЦЕВ



Изложбата

„ЛЯТО“ В „КРАКРА“

От изложбата „ЛЯТО“ в „КРАКРА“, творби на Снежана ВЕЛИНОВА - „Лято“, Светослав ТОДОРОВ - „Буря“ и Сашо ЕВТИМОВ - „Един друг поглед към нещата“

Фотограф: Андон ТАЦЕВ



Изложба „100 години плаката“ представиха в библиотеката при НЧ „Зора 1858“ в Дупница

Изложба „100 години плаката“ бе открита в библиотеката при НЧ „Зора 1858“ в Дупница. Тя е дело на фондация „Деца на България“ и столична библиотека и включва 4 пана с 19 фотоса.

„Целта е да се напомни на всички българи колко е важно да се чете и насочва към важните въпроси, свързани със смисъла на четеното, мястото на биб-

лиотеките и тяхната роля за изграждане на нашата интелигентност,” разказа библиотекарят при читалище „Зора“ Наталия Павлова. Тя посочи, че изложбата има 100 плаката, като са разделени на малки колекции, за да могат да пътуват из цялата страна. В Дупница са представени четири руски, един български, един мексикански, а останалите са американски.

Проектът е на Ясен Николов, който е организатор и куратор на изложбата. Той е основател на фондация „Деца на България“.

„Това е пътуваща изложба. Започва пътешествието си от юли месец 2016 г., като до момента е обиколила около 50 места – библиотеки, университети, културни институции и медии. Получихме я от библиотеката в Казанлък,” допълни Наталия Павлова.

Десетки дупничани разгледаха изложбата. Между тях бяха

Част от изложените в библиотеката плакати



Наталия Павлова

Евгени Марушев, Мария Занева, фотографът Елена Кацарска, секретарят на НЧ „Ген. Георги Тодоров“ – Дупница Валентина Караганова и др.

Изложбата ще бъде експонирана в библиотеката от 3 до 18 август.



Художничката Здравка Русева от Банско с изложбата „След танца“ във френската резиденция на модния дизайнер Пиер Карден



Здравка Русева

Художничката от Банско Здравка Русева участва в международна изложба в замък на маркиз дьо Сад в Лакост, Южна Франция, който е собственост на модния дизайнер Пиер Карден. Изложбата се организира от Световния фонд за изкуство и

от Продуцентския център „Изкуство на бъдещето“ в чест на 95-годишния юбилей на Пиер Карден и 70-годишнината от творческата му дейност.

Замъкът на маркиз дьо Сад освен със зала за ревюта разполага и с художествена галерия. В

международната изложба в Лакост, от 19 до 25 юли, се представят общо 151 експоната.

Здравка Русева участва с картината „След танца“. Художничката от Банско е лауреат на трета награда от Международния конкурс по класическа живопис, категория „Натюрморт“, който се провежда в рамките на Седмичата на изкуството през март 2017 г. в Анкара, Турция. Пет месеца преди това тя взе участие в изложбата конкурс и Седмичата на изкуствата в Москва. През тази пролет авторката представи в родния си град 75 маслени картини и графика в своята трета самостоятелна изложба. Месец по-късно показва свои картини на 18-ия международен фестивал „Мелнишки вечери на поезията“ в гр. Мелник, където беше удостоена с наградата на Издателска къща „Ирин Пирин“ за цикъл стихотворения, посветени на Банско и Пирин.

Отец Костагин Калайджиев от Банско откри изложба „Красотата ражда оптимизъм“



Отец Костагин Калайджиев

През изминалия уикенд в Банско бе открита изложбата на икони, живописни платна и дърворезба

„Красотата ражда оптимизъм“ на отец Костагин Калайджиев, православен свещеник към църквата в град Банско.

Изложбата е част от богатата културна програма на вечерите „Традиции и изкуство“, които се провеждат през летния сезон под шапката на Посетителския информационен център в курорта.

За гостите и жителите на града пък „Песента на българската шевица“ бе представена от Здравка Цветкова. Тя намира вдъхновение от красотата и разнообразието на българската бродерия, характерните за всяка фолклорна област стилове, с които българските жени са създавали естетика и изящество в облеклото си през вековете.

В допълнение към пъстрите български традиции - Сашка Коюва демонстрира как да си оплетем шушони за студентите зимни вечери.

Дупница отбеляза 180-ата годишнина от рождението на Левски



Инж.Методи Чимев

те си сили. Днешна България може и иска да обърне времето, за да съхрани най-ценния си национален капитал – възрожденската вяра на Левски, че човекот може да победи, че свободата и демокрацията са достойни за саможертва”, каза в словото си кметът на Община Дупница инж.Методи Чимев.

Изпълнения на Общинския духов оркестър, на възпитаници от НЧ “Ген.Ге-



С музикално-поетична програма, пърформанс и пленер в Дупница отбелязаха 180-годишнината от рождението на Апостола на свободата Васил Левски. Тържеството започна пред паметника на Дякона в градинката в Дупница, носеща неговото име и събра десетки политици и граждани, които се преклониха пред делото му.

“Ако е за България, то времето е нас и ние сме във времето, то нас обръща и ний него обръщаме.” Тази мисъл на Васил Левски е написана от него, сякаш за да бъде завещание към нас: както и да ни обръща времето, да обичаме България, да отстояваме вярата си в нея и в собствени-



Тържеството събра десетки политици и граждани. Възпитаници на НЧ “Ген. Тодоров” и на ВГ при ОУ “Хр. Ботев” с. Самораново представиха програма.



орги Тодоров” и на Вокална група при ОУ “Христо Ботев” с. Самораново с ръководител Лилия Дотина трогнаха с изпълненията си присъстващите на церемонията, между които бяха депутатът Иван Ибришимов, председателя на ОПС-Дупница Емил Гуцеров, зам.кметът Крум Милев, директорът на Исторически музей Анелия Геренска, общински съветници, кметове на села и много граждани.



В късния следобед в двора на Джамията дупничани се проведе пленер с участие то на творците – Цветанка Христова, Румен Георгиев, децата от Арт ателие “Дон Кези” с ръководител Елена Марулевска. Елена Марулевска. Цигуларят Владимир Тасев изпълни популярни произведения на класически автори.

Над 30 деца от Дупница се включиха в изрисването на няколкометров транспарант по случай 180-ата годишнина от рождението на Васил Левски. Под ръководството на художничката Елена Марулевска, малчуганите вложиха много старание и любов. Накрая, децата оставиха своите “подписи” с дланите си върху платното, което ще бъде монтирано днес в центъра на Дупница. Мероприятието е част от разнообразната



програма на Община Дупница “Активно лято”, която е свърза-

на с всекидневни приятни моменти за децата от общината.

По повод юбилейния 20-и Международен джаз фестивал

В Дома на изкуствата в Банско бе открита изложбата „Живопис, графика, стъкло“

По повод юбилейния 20-и Международен джаз фестивал, в Дома на изкуствата в Банско бе открита изложбата „Живопис, Графика, Стъкло“ по програма „Произведено в България“. В рамките на Джаз фестивала, до 12 август, жителите и гостите на планинския курорт имаха възможността да се насладят на творбите на десет талантлив художници – Андрей Янев, Александра Велева, Александър Станев, Калина Кралева, Дарина Янева, Иван Димитров, Петър Великов, София Хара-Хадзопулу, Цветанка Грънчарова и Цветан Лазаров.

Александра Велева - Туши и София Хадзопулу, млади автори, които творят в областта на художественото стъкло, представиха произведенията си в изложбата. На откриването авторките споменаха думите на чешкия автор Рубичек „Стъклото е като джаз / Sklo e jako jazz“, обвързвайки изкуството от стъкло и неговата непривидима природа с експресивното звучене на джаза.

Творбите на двете дами са като антиподи, София Хадзопулу е



Момент от откриване на изложбата и представяне на авторите.

представила морската градина, характерна със своята нежна гама и корали, а Александра Велева разработва серия от графични петна, образували се от изгарянето на органика в стъклото. Водата и огъня са основополагащи елементи в създаването на форми от стъкло, в творбите на авторките. Антиподите – огън и вода проличават ясно и категорично в Серията „В морската градина“ и „Пух и прах“.

Серията „Пух и прах“ е създадена с изгаряне на органични и неорганични материали с техниката фюзинг. Защо „Пух и прах“? За-

щото перата влизат в стъклото като пух, но минавайки през температура от около 730 градуса се превръщат на прах, но оставят своите следи.

Серията „В морската градина“ е комбинация от органични и неорганични материали – духано стъкло, фюзинг и корали. Част от произведенията са от чешки оловен кристал. Творбите представят силата на морето, затворена в крепкостта на стъклото, преобладават пастелните тонове, наподобяващи морската пяна, която в някои от творбите обгръща корали или самото пространство.

ТВ ПРОГРАМАТА

Програмата на театрите - София

<http://www.operasofia.bg/>

кино - Кюстендил <http://www.kino.theatrekyustendil.com>

Кино CINEMAX

<http://www.kino.gbg.bg>

<http://www.start.bg/lenta/cinema.php>



БГ Apm Start.bg - сайтове и галерии на български

художници, скулптори, занаятчии

<http://www.ploshtadslaveikov.com/>

<http://literaturensviat.com/>

<http://www.fakel.bg/>

<http://bgbilet.com/>

<http://www.kulturbench.com>

<http://bulgariaart.wordpress.com>

<http://www.festivals.bg/>

Образователни сайтове: всичко - безплатно!

Приходите от местни данъци и такси на община Дупница с 320 000 лева повече

2 748 325,63 лева са приходите от местни данъци и такси за първото полугодие на тази година. В сравнение с миналата, те са с 320 000 лева повече. През първите 6 месеца на миналата година са събрани 2 426 534,99 лева. Завишение в приходната част се забелязва във всички пера.

Традиционно, най-голям е приходът от такса би-



тови отпадъци, който е в размер на 1 330 361,19 лева (1 166 611,48 лв за същия период на миналата година). От данък МПС са влезли 920 169,06 лева срещу 845 367,59 лева за 2016 година. От данък "недвижими имоти" са влезли 391 131,52 лева (360 059,91 за 2016 год). Патентния данък от 49 717,41 лева през 2016 година сега е в размер на 100 397,69 лева. Ръста се дължи на данъка "таксиметров превоз", който се включва в него и е в размер на 52 825 лева, като е събран на 100% от заявите желание за издаване на разрешително за тази дейност на територията на общината. От такса "куче" постъпленията са 1682,63 лева срещу 1 044,82 за същия период на миналата година.

Запазва се тенденцията от последните 4 години с увеличаване на туристопотока в общината. С близо 20% са повече били гостите на общината в сравнение с миналата година. 4 583,54 лева са постъпили от пари от туристически данък, а за сравнение през 2016 година за същия период са 3 733,78 лева.

Общината заделя 64 хиляди лева за ремонт на Джамията

63 512,30 лева без ДДС е заделената от бюджета на общината сума за ремонт на един от историческите паметници в Дупница – "Тюрмето". Сградата, в центъра на града, известна още като Джамията се нуждае от ремонт, за да бъде съхранена и да продължи да бъде използвана като художествена галерия.

Изпълнителят ще бъде избран посредством пряко договаряне, чрез оферти от три фирми, които са лицензирани с дейност – възстановяване и ремонт на архитектурни и исторически паметници.

От Община Дупница се надяваха на цялостно финансиране през Американското посолство и техният фонд за архитектурни паметници, но отговор не последва и в крайна сметка Общината реши сама да осигури парите за една от емблематичните сгради. Ремонтът е за база 1-и етап, който включва цялостно външно възстановяване, което ще съхрани паметника на културата, за да спре рушенето ѝ. Издаде-

но е вече разрешително за ремонт, като след приключване на огледите от страна на фирмите, които ще участват в договарянето – ще стане ясна и конкретната сума за изпълнението, както и одобреният изпълнител.



Рекламен клип Дупница

В You Tube-канала на който можете да видите на Община Дупница е качен следния адрес: вторият рекламен филм, <https://www.youtube.com/wa>

tch?v=a8F0qUA1Ziw
(на български)

Скоро ще бъде качен и с превод на английски.

Община Дупница започва изграждането на скейт-парк

Община Дупница започна изграждането на скейт-парк, като изборът на площ падна върху т.нар. Скаутско игрище. От няколко дни, теренът се разчиства и ще започне полагането на специализирана за този спорт настилка.

Върху 430,5 квадрата ще бъдат разположени съоръженията за скейтбординг, като паркът ще бъде пригоден и за любителите на ролерите. Съоръженията, които ще бъдат монтирани са сертифицирани и се произвеждат в най-големия завод за такива в Европа - Естония, откъдето ще бъдат внесени. Стойността на обекта е 47 492 лв, а изпълнител е "Азимут Спорт" ООД-София. "Имахме няколко варианта за избор на квадратура и съоръжения. Съвместно с младежите, които практикуват този спорт обсъждахме на няколко срещи възможностите и в крайна сметка, това което поискаха и избраха, това ще се реализира. Районът ще бъде приведен във вид, така че да бъде и приятно за одих местенце. Забавихме се с реализацията цяла година, но идеята постоянно се надграждаше.

Ако всичко върви по план, до 15-20 август най-късно ще имаме много хубав скейт-парк, какъвто на общината липсва и най-вече на младежите. За останалата част от площта, имаме някои идеи. Със сигурност ще бъдат свързано с някакъв вид спорт или пък продължение на друга идея за любителите на по-екстремното колеездене, но засега не се наемам да кажа категорично", коментира кметът на Дупница инж.Методи Чимев.

Скейт-паркът ще бъде и с осветление, за да се използва в тъмните часове на деня. Той ще



Изпълнител на обекта е "Азимут Спорт" ООД-София



бъде и с места за одих, а най-голямата атракция ще бъде направата на 20-метров улей, по който скейтъри и любители на ролерите ще могат да влизат в парка.

Сайтове - събития, концерти, изложения

Концерти, спорт, културни събития

Календар на събитията

Изложбите в София <http://kafene.bg/>

СЪБИТИЕН КАЛЕНДАР

<http://sofia-art-galleries.com/>

ПРЕДПЕЧАТ И ПЕЧАТ НА

КНИГИ

**РЕКЛАМНИ
МАТЕРИАЛИ**

фотография

0899 34 20-20



Достъпът забранен: 9 места, които никога няма да посетите

**5 СТРАННИ ДЪРВЕТА, ЗА КОИТО НЕ ПОДОЗИРАТЕ,
ЧЕ СЪЩЕСТВУВАТ**

*Дърво, в което има параклис, а друго е превърнато
на тунел? Да, вижте сами във видеото*

Най-екзотичните плажове в света (ГАЛЕРИЯ)

**ШЕСТ ИЗЖИВЯВАНИЯ, КОИТО МОЖЕМ ДА
ОПИТАМЕ ТОВА ЛЯТО**

Вижте идеи за интересни събития и атракции в България

**В БЪЛГАРИЯ Е НАЙ-ВИСОКАТА ПАНОРАМНА
ПЛОЩАДКА НА БАЛКАНИТЕ**

*Атракцията се нарича Вълчи камък и се намира само на 10
минути от пещера Дяволското гърло*

<http://www.bgchudesa.com/>

<http://www.svetimesta.com/>

Календар за туристически събития

**Ползени
сайтове**

<http://hermes.superhosting.bg/> (Водач за българските планини)

<http://btourism.com/> <http://bulgariaturism.blogspot.com/>

<http://www.sabori.bg/>



Бизнес Информационен и Консултантски Център - Сандански
Европейски Информационен и Иновационен Център - Сандански

ул.Скопие 5, П.К.50 2800 Сандански

Тел.: +359 746 30549 Тел./Факс: +359 746 32403

E-mail: office@bicc-sandanski.org www.bicc-sandanski.org

www.southwest-business.com

enterprise
europe
network

В подкрепа на бизнеса

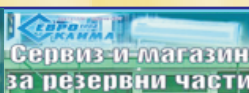


гр. Дупница, жк "Бистрица", бл. 46, вх. "Б", ет. 1,
тел.: 0887/ 312 267, офид: 0701/ 4 02 73,

e-mail: loroklima@abv.bg

**Доставка и монтаж на
климатична техника**

<http://www.euroklima-bg.com/>



Сервиз и магазин
за резервни части

на бела техника
Оторизиран гаранционен
сервиз на марките:
„Панасоник“, „Самсунг“, „Нео“,
„АЕГ“, „Електролюкс“ и др.

Ние ценим Вашето време!

Групажи и карго

Сибитер Куриери

0700 11 121, 088 77 26 891

**КУРИЕРСКИ УСЛУГИ ЗА
СТРАНАТА И ЦЕЛИЯ СВЯТ**

*Вечно в движение
Semper in motu*

● Туристическа агенция "ЗОРИ"

гр. Кюстендил, ул. „Иларион Ловчански“
№25, тел./ факс: 078/ 522 445, 0887 264 331
office@zorieood.com www.ZoriEOOD.com

● Туристически Информационен Център -
гр. Банско пл. "Никола Вапцаров" 1, 0749/ 885
80, infocenter@bansko.bg www.bansko.bg

● Туристически информационен център
"ТЕЙЗЕРА" - Сапарева баня 0707/2 23 32

● Посетителски център за НП "Рила" - курортно
селище Паничище, 0701/ 5 67 57

● Туристически информационен център -
Невестино, 07915/ 22 71

● Информационен център - гр. Рила
пл. "Възраждане" №1, тел.: 0701 985 21,
0886 89 89 56

● Туристически информационен център-Сандански
Ул. Македония 28 (до ГУМ)
Тел. 0884 898 976; 0882 050 176

<http://www.touristmedia.info>

<http://www.naselo.net/>

<http://www.visit.bg/>

<http://www.ukazatel.bg/hotels>

<http://selo.bg/>



Супер оферта от Кабел Сат-Запад

Аналогова ТВ + Цифрова ТВ + Интернет

Едникви условия за нови и настоящи абонати
на територията на общините:
Дупница, Сапарева баня, Боров дол

За пакетна услуга

- Аналогова телевизия

- Цифрова телевизия с над 110

програми

- 10 Mbps Високоскоростен интернет

БЕЗПЛАТНО ВКЛЮЧВАНЕ, БЕЗПЛАТЕН МОДЕМ, БЕЗПЛАТЕН ЦИФРОВ ПРИБОР
ЗА КОНТАКТИ: Тел.: 0701/5-15-11; GSM: 0885/600-800, 0895/455-454, 0878/600-897

Сензационна
цена от

29⁹⁹

лв. на месец

Гр. Дупница

**Всички бизнес услуги в региона
на едно място в Интернет**

отвори и провери >

www.dupnitsa.net