

ЮГОЗАПАД

Театрални постановки • Изложби • Културен календар

Брой 1 (143)

м. януари

15.01.-14.02.2020

Електронно издание на
Културно-информационен
гайд "Югозапад"



Коледните изложби в региона – традицията продължава

стр. 11, 13 и 21

Изложбата "Шест посоки"

стр. 23

Изложбата „Махатма Ганди – сила на истината“ гостува в Благоевград

стр. 24

Учени определиха
двата плода, които
забавят стареенето

Стр. 9

Будисткият
монах Шунмьо
Масуно: Вместо да
се притеснявате,
действайте

стр. 6

АПТЕКА
"Анита Занков"

Работно време:
понеделник-неделя
8.00-22.00 ч.

Аптеката притежава лиценз за
приготвяне на лекарства и
лекарствени продукти, съдържащи
наркотични вещества.

Дупница, пл. "Свобода" №1,
тел./факс: 0701/5 10 65

stad ВСИЧКО ЗА
МОДЕРНОТО
СТРОИТЕЛСТВО

www.stad.bg

 Фейсбук страница
за всички от
гр. Дупница

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

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
Галерии	17
Театри	18
Дупница	14
Кино	26
Културни събития - София и страната	25



VIP
SECURITY

НАЦИОНАЛНАТА СЪД
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 (мокр ефект) и дърво

ПЕРНИК, ул. П. Каравелов №1, **0896.288.788**
www.mazilki-pk.com // mazilki.pk@abv.bg

РЕНТГЕНОВ КАБИНЕТ

**ВСИЧКИ ВИДОВЕ
ЗЪБНИ СНИМКИ**



Работим със Здравната каса

Дупница, хотел "Рила", ет. 1, каб. 116,
тел.: 0888 521 251; 0897 205 670.

Раб. време: понеделник-петък 9.00-19.00,
събота: 9.00-13.00, почивен ден - неделя

Дизайн, предпечат и печат
на рекламни материали,
брошури, книги
0875 323 949



**За реклами
и публикации:**

0878 959 960
artmedia_2014@abv.bg

Dupnitsa.NET

Предлага услуга
към фирмите в
гр.Дупница
**Изработка на
фирмен уеб сайт**

Цена: **300 лв.**



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

ИНДИАНСКА МЪДРОСТ:**ПРЕСТАНИ ДА ГЛЕДАШ СВЕТА С БЕЗПОКОЙСТВО***Из „Мъдростта на северноамериканските индианци“ – Източник: pozitivnoto.info*

Научи се да се наслаждаваш на мигновената красота, на птичия полет, играта на вятъра, песента на изворите, тайнствения сумрак на горския храсталак... Стани като детето, което се учудва на всичко и времето ще спре; ще се слееш със света в собственото си тяло...

Не се страхувай от различията и противоречията, които разделят света и създават илюзията за отделни събития. Такова възприемане е извор на съблъсъци, страдания и постоянна борба. Нощта не е враг на деня, както смъртта не е враг на живота. За да се получи небесна дъга трябва да се срещнат огъня и водата, слънцето и влагата...

Слънцето, луната, звездите... както и сърцето на човека са местата, където Бог е спрял, за да открие любовта си. Индианецът мисли за тези места и отправя към тях молитвите си. От тях получава подкрепа и благословия...

Бъди внимателен към шумовете на природата, към собствените си мисли, към вътрешните си усещания, към вълненията и реакциите на хората наоколо – без насилие, с любов и почитание. Тогава Духът ще се отвори като цветето сутрин, Вселената ще ти открие красотата си и всеки миг от живота ти ще бъде като първи изгрев...

Когато проникнеш много дълбоко в себе си, неизбежно стигаш до безкрая на света. Лесно можеш да се поставиш на мястото на дърво, планина или дишащ листак, да станеш птичи полет или уханието на цвете. Имаш в себе си мощта да изпиташ незнайните възможности на природата чрез вътрешния опит, който ни връща в центъра на всички неща...

Престани да гледаш света с безпокойство. Очите ти пръскат светлината на деня...

Научи се да общуваш с другите форми на живот – дървото, ручея, животното. Това са другите форми на теб самия...

Бъди ти самият, научи се с действията си да създаваш вълнения, усещания и цветове подобно на художника,



подобно на твореца на вселената. В теб е мястото на най-голямата любов. Няма друго място, за да обичаш...

Размишлявай за ведростта на небето, лекотата на облака, отдалечи се от всичко, което задръства и натоварва духа. Промени начина си на виждане и усещане: „На върха на планината е закачен един облак и моето сърце е закачено за него.“ Така мисли и мъдрият навахо...

Чрез природата Бог ни дава необятна възможност: свободни сме да правим нещата с любов. С други думи – трябва да поемем риска да живеем и да обичаме, да преоткрием всеотдайността на детето, чистата му радост, безкрайната му доверчивост, без да губим прозорливостта на воина...

Не губи невинността и неуязвимостта на детето! Това не са различни неща, едното е следствие на другото. Мъдрият е едновременно и орелът в небесата, и ластовицата, все още крехка, зачудена от първите лъчи на пролетта...

Любовта няма нито минало, нито бъдеще. Тя се осъществява на мига с непосредствена красота, като пламък. Това усилва и осветява цялото Творение. Научи се да изживяваш мига, тогава страхът ти ще изчезне и мигът ще стане вечен. Друга вечност няма...

Ако искаш да живееш в трайно щастие, освободи се от навиците, които оковават и утежняват духа. Остави красотата на света да те изненадва. Всеки миг бъди готов за нови слънца..., за нови светове. Тогава Великият Дух ще те благослови и ще се възрадва чрез теб...

Картини и сувенири
Изделия от плъст

0899 34 20 20

КЛИМАТИЧНА И ВЕНТИЛАЦИОННА ТЕХНИКА

ДОСТАВКА, МОНТАЖ И СЕРВИЗ

"ХАОС-КЛИМА" ЕООД
гр. Дупница
ул. "Орлинска" №69
haosclima@mail.bg
0877 456 103



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

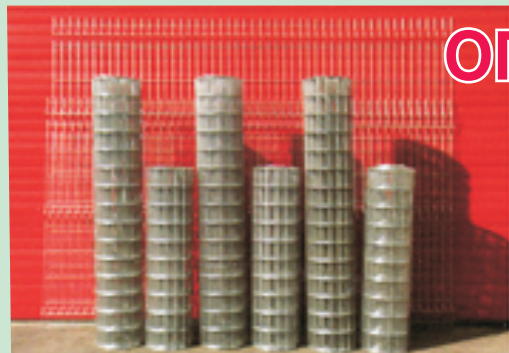
Моб.: 0884 584 434

E-mail: stad@stad.bg

ОГРАДНИ РЕШЕНИЯ



ОГРАДНИ МРЕЖИ



Оградни пана, колове и врати

Предназначение: За ограждане на дворове, фабрики, производствени бази, спортни комплекси, детски площадки, паркове и др.

Материал: Горещо поцинкован тел и тел с ПВЦ покритие.

Диаметър на тела - от ф 4,0 до ф 6,0 мм.

Карета с размери 50x50, 50x150, 50x200 мм

Височина от 750 мм до 4000 мм;

Ширина до 2500 мм; Цвят по RAL

Колове с планка за монтаж на пана

Врати - изработка по проект.

Фирма СТАД е производител на електрозаварени оградни мрежи и пана, предназначени за ограждане на дворове, индустриални парцели, пътища, магистрали, селскостопански ферми и масиви с насаждения. Изработката може да стане по индивидуален проект и с правохово боядисване.

Материал: Поцинкована тел и тел с ПВЦ покритие.

Дебелина на тела - от 1,2 до 2,5 мм.

Размери на карето в мм: 50x50, 50x100, 75x100, 75x150, 75x75, 100x100 до 200x200.

Услуги, магазини

Магазин "Стил"
Пазарувай онлайн
www.chanti-obuvki.com

"Васко пласт"

*Изработка и ремонт на ТИР
брезенти, тенти, навеси и ветро-
опори от кристал*

*Ремонт на автоброни, радиа-
тори и пластмасви изделия*

Петрич, ул. "Места", Консерв-
ната фабрика

Тел.: +359 879 55 09 00
+359 878 16 18 22

Сибитер Куриери

Куриерски услуги за страната и целия
свят. 0700 11 121, 088 77 26 891

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

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

**Цифрово фото- и видеозаснема-
не. Презаписва заснет видеоматериал (сватби, кръщенки и др.**

0888 310 176, 0888 865 177, 0895 197 492

МОБИЛВЕС

*Разкодиране, продажба, замя-
на и изкупуване на GSM апарати
и компютри*

Дупница, "Николаевска" 14
(срещу съда), GSM: 0896 660
640, 0893 332 231.

"ХАОС КЛИМА" ЕООД гр. Дупница,
ул. "Орлинска" 69, тел.: 0877 456 103
e-mail: haosclima@mail.bg
Климатична и вентилационна
техника - ДОСТАВКА, МОНТАЖ
И СЕРВИЗ

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
кооперация "Колош"), 0898/32 90 35,
0878/32 90 35

СОЛАР КОНСОЛ ЕООД
СЛЪНЧЕВИ СИСТЕМИ.

Доставка Монтаж Сервиз. Газови котли
TESY. Висококачествени бойлери с 1 и 2 сер-
пентини; буферни съдове и слънчеви панели.
Климатизи. Алюминиеви радиатори

Дупница, ул. "Орлинска" 42, тел. 0878 94 53
59, 0894 34 79 68 www.solarkonsol.eu

VIP SEKURITY

*Системи за сигурност, техническа
охрана на обекти, физическа охрана*

Офис Дупница, ул. "Христо Ботев"
5, 0701/5 04 51.

Торти, пасти: пл. "Свобода" (зад
хотела), тел.: 0897 83 10 89

ЕВРОКЛИМА

*Доставка и монтаж на климатична
техника.* Дупница, жк "Бистри-
ца", бл.46, тел.: 0887/312267, 0701/40273

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

Обзавеждане**ПИРАНЕЛ МЕБЕЛ**

*Проектиране, производство, дос-
тавка и монтаж на нестандартни и
стандартни мебели.*

гр. 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, ла-
миниран паркет, обзавеждане за
баня, санитарна керамика, ВиК-
материали.*

гр. Дупница, магазин-склад,
ул. "Христо Ботев" №36,
тел.: 0884 000 681, 0888 946 443
www.esen96.com

СТАД
ВСИЧКО ЗА
МОДЕРНОТО СТРОИТЕЛСТВО

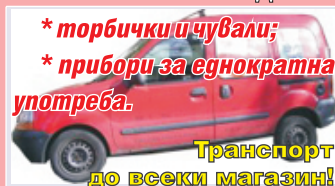
гр. Дупница, ул. "Отовица" №1,
тел.: 0701/5 13 22

„ГЕОДОН“

*СТЪКЛАРСКИ УСЛУГИ,
СТЪКЛОПАКЕТ, ОГЛЕДАЛА*
Гр. Петрич, ул. „Цар Борис III“
43, тел.: 0898 521 520

МЕРКУРИЙ 2006 ЕООД
ПОЛИЕТИЛЕНОВИ ИЗДЕЛИЯ

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



**Транспорт
до всеки магазин!**

гр. Дупница, жк "Дупница", до бл.2
(м/у бл.2 и бл.3), тел.: 0701 490 22,
0878 78 54 83

**Европейски
спешен телефон
116 000**

**РЕКЛАМИ ВЪРХУ
ТОРБИЧКИ**

**Национален
горещ
телефон
за деца
в риск
116 111**

Д-р Камелия Иванова
**ВЕТЕРИНАРЕН
ЛЕКАР**
гр. Дупница,
ул. "Хаджи Димитър" 7А,
тел.: 0898 67 88 23

Вместо да се притеснявате, действайте

Вижте какво съветва популярният будистки монах Шунмьо Масуно

Как можем да живеем спокоен и радостен живот? В „Изкуството да живеем просто“ (Colibri) прочутият будистки монах Шунмьо Масуно ни предлага 100 всекидневни упражнения. „Вместо да се притеснявате, действайте“ гласи едно от тях. Ето какво препоръчва Масуно.

„Преподавам в университет и студентите често се консултират с мен при търсене на работа. Чувам неща като: „Дори и да кандидатствам за работа в компания, която наистина харесвам, може да не получа отговор“ или „Когато гледам статистиката за наемане на хора в тази компания, име се струва, че те не вземат много служители от този университет“. Голяма част от тези сту-



денти сякаш вече са се предали.

Казвам им: „Не се притеснявайте толкова много от цифрите. Идете там и вижте със собствените си очи“.

Независимо дали се тревожите заради работа, или заради междупersonal отношения, когато поддържате съмнението в ума си, вие просто позволявате на чувства като „Няма да мога да се справя“ или

„Никога няма да се получи“ да вземат превес.

Но ако скочите напред с двата крака, може да се изненадате колко лесно е да се постигне нещо или да се намери решение. Точно както при бързи скоковете или при возенето на скоростно влакче, най-плашещата част не е самото действие, а моментът точно преди извършването му.

Бъдете откровени: вие ли посажда семената на собствени те си тревоги?

Истинската загуба на време е да се лутате в лабиринт, който сами сте си създали. Вместо това насочете енергията си към действителността, пред която сте изправени, и лека-полека я преодолявайте. „economy.bg



0898 705 809



cpo_atlas@abv.bg



atlas1972

Езиков и професионален център „Атлас 1972“ записва за езиково обучение: групово и индивидуално; професионално обучение и за целогодишна частна занималня с начален учител (по всички предмети) на две смени: сутрин от 8 до 12.30 ч. и следобед от 13.30 до 18.00 ч.

Повече информация на тел.:

0898 705 809 и <http://ezikovcentar-atlas.eu/>

Езиков център „Атлас 1972“ извършва индивидуално и групово обучение по английски, немски и руски език

Езиков и професионален център „Атлас 1972“ ЕООД обучава ученици от 1. до 12. клас и подготвя зрелостниците за матура. По системата Excellent на издателство Longman обучава деца 1.-4. клас, а по Challenges - тийнейджъри 5.-7. клас.

Excellent е изключително нова и интересна система, която дава на децата познания за света, доразвива речевите им умения и създава първи навици за четене на английски език. Дават се задълбочени познания по езика и се механизират граматичните умения чрез много упражнения. Упражненията, песните и снимките развиват въображението на децата и ги подтиква към говорене. Освен чисто езикови познания, учебниците имат образователен характер, като обогатяват знанията на тийнейджърите за света.



гр. Дуница, ул. „Христо Ботев“ №1, ет. 2, (бившето еврейско училище)

Българите трябва първо да спестяват, а след това да харчат

Трябва да се научим да спестяваме и как да си харчим парите най-разумно, съветва финансовият анализатор Преслав Райков пред bTV. По думите му е хубаво, когато човек следпразнично види бюджета си, да осъзнае грешките, които прави, да не ги допуска за следващите празници или да започне да планува, или да събира средства за лятната си почивка.

Райков посочи факторите, които натоварват бюджета ни по празниците. Това са по-ранните заплати за декември, както и големите разходи по коледните и новогодишните празници.

Хубаво е човек да си осигури финансови средства за месец-два, за да се чувства спокоен. В България допреди години

първо харчихме и след това спестявахме. Хубаво е първо да спестим и след това да харчим, съветва финансовият анализатор.

“Трябва да заделяме малки суми, за да си осигурим малък буфер, когато се наложи отново да харчим за нуждите си, за празник или някой неочакван повод”, подчерта Райков.

Той определи като нерационално неплащането на сметките с аргумент, че трябва да се направи разчет на бюджета, защото сметките не могат да бъдат пропуснати като например да бъдат заменени с телефон. Хората могат да отложат във времето да купят нещо, което не е толкова базово за тях, но сметките задължително трябва да бъдат платени.



Относно бързите кредити, финансовият анализатор посочи, че ръстът на бързите кредити е доста голям в последните години, но ако се използват разумно, може да свършат работа. Ако не се използват разумно, се влиза в порочен кръг и връщане на сумата е в много голям размер, предупреди той.

expert.bg

Юсаку Маезава, универсалният доход и защо японецът раздава милиони в Twitter

КРИЗАТА СЕ ОТЛАГА ЗА 2021 ГОДИНА

10 ТЕХНОЛОГИЧНИ ПРОГНОЗИ, КОИТО НЕ СЕ СЪБДНАХА ДО 2020 Г.

Летящи коли, hyperloop амбиции и “супертелефони” са само част от нещата, които така и не видяхме

10-ТЕ НАЙ-БОГАТИ ПРЕСТЪПНИЦИ В ИСТОРИЯТА

КАКВИ СА ПРОГНОЗИТЕ ЗА ВЪЗНАГРАЖДЕНИЯТА ПРЕЗ 2020?

Вижте коментарите на консултанти по подбор на персонал, които имат поглед върху различни индустрии и сегменти от пазара

полезни сайтове

<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

НАП С НОВИ ИЗИСКВАНИЯ КЪМ РАБОТОДАТЕЛИТЕ ПРЕЗ 2020 Г.

<http://www.manager.bg>

<http://www.money.bg>

Българска търговско-промишлена палата

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

Агенция по заетостта Панаури и изложения

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

КАЛЕНДАР НА ПАНАИРИТЕ И ИЗЛОЖБИТЕ В БЪЛГАРИЯ

ЗДРАВНИ ЗАВЕДЕНИЯ И КАБИНЕТИ**Аптека "Анита Занков"**

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

ОЧЕН КАБИНЕТ**Д-р Таня Димитрова**

гр. Дупница, ул. Николаевска" №34, тел.: 0701/4 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

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, 089 700 0150

Кюстендил, ул. „Яворов“ 2, 078 550 151

Дупница, ул. „Св. Георги“ 2

Перник, ул. „Брезник“ 2, 076/601 132

София, бул. „В. Левски“ 12, 02/9327221, централа: 02 9357

„Пирогов“, 02/9154213, централа: 02/9154411

БОЛНИЦИ**МБАЛ - Благоевград**, ул. „Славянска“ № 60 ет. 5, тел.: 073 / 82 92 329**МБАЛ "Рахила Ангелова"** - Перник, ул. „Брезник“ 2, 076/601360**МБАЛ „Николай Василев“** - Кюстендил, пл. "17 януари" 1; 078/550241, 078/550231**МБАЛ "СВ. ИВ. РИЛСКИ" ЕООД** - Дупница, ул.: "Св. Георги" 2, управител: 0701/518 26, регистратура: 5 18 27, 0896 819 243, клинична лаборатория: 0892 095 731 ТЕЛК: 0892 274 157, информационен център: 0892 274 153, спешна помощ: 0894 305 563.**МБАЛ „Св. Иван Рилски 2003“ ООД** - Дупница, ул. „Иван Вазов“ 26, тел.: 0701/595 38, регистратура 595 48**МБАЛ "Радомир" ЕООД** ул. "Р. Даскалов" 50, тел.: 0777 82076**МБАЛ „ЮГОЗАПАДНА БОЛНИЦА“ ООД**

гр. Сандански, Паркова зона

Приемнен кабинет - 0746/30608; 0887652208

Приемнен кабинет - гр. Петрич 0886 723 913

"СБХ - Сандански" ЕАД кв. Смилово, тел.: 0746/ 232 31

МБАЛ "Д-р Иван Скендеров" ЕООД, гр. Гоце Делчев, ул.

Стара планина, 54, тел. 0741/602 41

Европейски тел. за спешна помощ	112
Спешна помощ	150
Пътна помощ към СБА	146
Противопожарна служба	160
КАТ	165
Полиция	166
Планинска сп. служба (при несчастни случаи)	112
Централен дежурен пост ПСС	02 963 2000
За всички мобилни оператори	1470
За справки, съвети (за всички мобилни оператори)	1471
Електроснабдяване	070010010

Тиквените семки са богати на магнезий

Все още сме в сезона на тиквите. Зеленчукът трайно зае своето място на зимната ни трапеза - вкусен и здравословен. Но не всеки намира рационално приложение за тиквените семки, често те се изхвърлят. Лекарите съветват да не се прави това.



Тиквените семки не само, че не са по-малко ценни от самата тиква, но в много отношения дори я надминават. Може да си ги изпечете на фурната както останалите семена, или да ги ядете сурови, но е препоръчително да ги добавяте към зимните салати.

Подобряват здравето на сърцето

Тиквените семки са ценен източник на магнезий, който е необходим за нервната система и сърцето. Проучванията показват, че понижават нивата на LDL (лошия холестерол). Освен магнезий, семената съдържат много полиненаситени и мононенаситени мазнини, включително омега-3, както и антиоксиданти и микроелементи, като цинк - всички те са необходими за сърцето.

Помагат за контрола на нивата на кръвната захар при диабет

Проучванията върху животни и хора показват, че тиквените семки понижават кръвната захар при пациенти с диабет. Ефектът върху кръвната захар се дължи на високото съдържание на магнезий и фибри в тиквените семки. Хората с богата на магнезий диета имат с 33-34% по-нисък риск от развитие на диабет тип 2.

Подобряват съня

Недостигът на магнезий води до проблеми със съня. Микроелементът спомага за отпускане на тялото и мозъка, като по този начин подобрява качеството на съня и заспиването.

Страхотна превенция на рака

Тиквените семки, богати на антиоксиданти, намаляват риска от развитието на ракови заболявания. По-специално, те защитават клетките от увреждане от свободните радикали и следователно, от мутации. Въпреки че редица фактори влияят върху риска от рак, проучванията показват, че тиквените семки са свързани със значително намален риск от рак на гърдата при жени в менопауза.

Добавките от тиквено семе могат също да забавят растежа на раковите клетки на простатата. zdrave.to

Ако сте над 50, ви е необходим магнезий!**ТОВА Е НАЙ-ПОЛЕЗНИЯТ ПЛОДОВ СОК**

Сокът на киселото зеле - ключ към дълголетие и красота

Учени определиха двата плода, които забавят стареенето

Швейцарски учени се доближиха до откриването на „еликсир на живота“, защото клинично изпитание показа, че малините и нарът могат да забавят стареенето, съобщава „Скотсман“.

Изпитанията доказаха безопасността на по-високи дози от съединението уролитин А, стимулиращо гените, които спират възрастовото отслабване на мускулите. Това съединение се синтезира в човешкото тяло при смилането на плодовете.

„Новите резултати, надграждащи предишните доклинични изпитания, наистина изясниха как уролитин А може да промени из основи човешкото здраве“, ка-



за проф. Йохан Ауверкс от Федералното политехническо училище в Лозана.

Известно беше, че естественят метаболит уролитин А засилва мускулите на възрастни опитни животни. Действието му беше потвърдено и с човешки модели. Сега учените доказаха подмладява-

щите му свойства в първите клинични изпитания с хора, при които не бяха установени странични ефекти.

В изпитанията са участвали около 60 възрастни доброволци, водещи застоял начин на живот. Те са получавали различни дози синтезиран уролитин А за период от четири седмици - 250, 500 или 1000 мг дневно. Дозите от 500 мг и 1000 мг са повлияли на генната експресия на митохондриите в клетките на скелетните мускули.

Митохондриите получили стимул да създават повече мускули по същия начин като физическите упражнения. Източник: БТАплодове здраве стареене. dariknews.bg

Кое семенно растение е шампион в борбата за здраво сърце

Отбелязва се, че за ефективна профилактика ще е достатъчна само една чаена лъжичка на ден

Редица изследвания, проведени от учени от различни страни и институции, разкриха зрънцето, което е не само полезно за организма, но може и да намали риска от развитие на сърдечно-съдови заболявания.

Абсолютният шампион в борбата за здравето на сърцето и кръвообращението са боровинките, чиито плодове са богати на полифеноли и антоцианини. Те в различни проучвания многократно са показали способността си да намаляват риска от сърдечно-съдови заболявания.

Боровинките също са антиоксидант и подобряват усвояването и преработката на глюкоза. В допълнение, пресните боровинки предотвратяват образуването на хо-



лестеролни плаки, потискат възпалителните процеси в организма и спомагат за намаляване на риска от възпаление на миокарда.

Отбелязва се, че, за да се постигне положителен резултат, изобщо не е необходимо да се ядат боровинки в големи количества. За превенция ще е достатъчна една чаена лъжичка от тези плодове на ден. zdrave.to

Изненада: Консумацията на пилешка супа - универсален лек срещу настинка и грип, но и срещу...

ЛЕКАРИ ПОСОЧИХА ПРИЗНАЦИТЕ НА СЪРДЕЧНИ ПРОБЛЕМИ, КОИТО МОГАТ ДА БЪДАТ ОТКРИТИ ПО ВЪНШНИЯ ВИД

Ако забележите тези симптоми при вас или при някой от близките ви, определено трябва да се консултирате с лекар

УБИВА ЛИ НИ ЗАХАРТА, ДОБАВЕНА В ХРАНИТЕ, КАКВА Е ИСТИНАТА

Трудно е да си представим, но в миналото хората са имали достъп до захар само няколко месеца в годината

Внимавайте: Експерти посочиха кои обичани храни причиняват рак

www.avtogari.info
www.bgrazpisanie.com
<http://www.sofia-airport.bg/>

ПРЕДПЕЧАТ И ПЕЧАТ НА
ЦЕЛЕНАЧУЛ И ЦЕЛЕНАЧУЛ НА
Книги и рекламни материали
0878 959 960



**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



ТРАНСПОРТ

Нац. телефон служба "Справки"	11 800
Автогара Банско	0749 521 57
	0888 896 833
Автогара Разлог	0747 802 40
Автогара - Благоевград, държавна	073 884 009
	0879 356 318
Автогара - Благоевград частна	073 83 13 12
Центр. автогара - Сф (0,60 лв./мин.)	090021000
Автогара - Запад	02 9555362
Автогара - Подуяне	02 84742 62
Автогара - Сердика	02 832 10 33
	0885 009 954
Автогара - ЮГ	02 87 22 345
Автогара - Брезник	07751 2033
Автогара - Гоце Делчев	0751 23547
Автогара - Белица	07444 2300
Автогара - Дупница	0701 4 08 54
Автогара - Кюстендил	078 550 141
Автогара - Перник	076 603 870
Автогара - Петрич	0745 6 21 36
Автогара - Радомир	0777 82 001
Автогара - Сандански	0746 3 03 17
Автогара - Самоков	0722 66 540

ЖП ГАРИ

Центр. жп гара София- информация	0889 754 814
Предварителна продажба билети	0884 193 758
Продажба на билети	0884 363 086
Информация и продажба на билети межд.собщ.	(02) 931 09 72
Телефон за информация и сигнали	0889 074 581
на граждани - от страната	0700 10 200
- от чужбина	+359 2 9040950
Банско	0885 057 568
Дупница	0884 405 623
Перник	0887 398 437
Перник - Разпределителна	0888 410 583
Благоевград	0884 405 621
Международни линии	(073) 833 909
Кюстендил	0884 405 627
Петрич	0884 405 573
Разлог	0747 8 06 90
Радомир	0884 258 750
Сандански	0746 322 35
	0884 405 612

Аерогара - София, летищна информация

+359 2 937 2211 – денонощно
 +359 2 937 2212 – денонощно
 +359 2 937 2213 – денонощно

Коледната изложба на кюстендилските художници – традицията продължава

66 творби бяха подредени за традиционна коледна изложба на кюстендилските художници. Експозицията бе открита в навечерието на Рождество Христово в Художествена галерия „Владимир Димитров – Майстора“ в Кюстендил, като в нея участват почти всички местни живописци, скулптори, приложници. По традиция изложбата включва творби на автори, чийто живот и творчески път е трайно обвързан с гр. Кюстендил и района му. Тези общи изложби поддържат живи традициите в изобразителното изкуство, посочват от галерията. Едновременно с това разкриват новото и актуалното в художествения живот, новите имена в него и развитието на вече познатите.

Показаното в изложбата и този път защитава нивото и имиджа на Кюстендил като „Град на художниците“. Наред с изявените имена като Елица Тодорова, Асен Динев, Бого-



мил Благоев, бившата шефка на галерията - Ценка Бакърджиева, своите търсения и стилови и композиционни решения показват цяла група млади художници, сподели директорът на галерията - скулпторът доц. Валентин Господинов.

И тази година бяха присъдени награди на името на Майстора. Комисия с председател проф. Ана Бояджиева и членове



Председателят на Представителството на СБХ в Кюстендил Владимир Шунев връчва наградата на Елица Тодорова (горе), горе вляво, Валентин Господинов и Здравко Анев, вляво - залата при откриване на изложбата.

Нина Русева и Бианка Ненова разгледа 77 творби на 40 автори и допусна до участие в изложбата 66 експоната. Уважено бе предложението да бъдат връчени на всички номинирани грамоти с подарък – комплект сухи пастели с хартия за сух пастел. Председателят на Представителството на СБХ в Кюстендил Владимир Шунев съобщи имената на номинираните, това са: Елица Тодорова, Асен Динев, Здравко Анев, Богомил Благоев, Юли Цветанов, Евгени Серафимов и Детелина Тихолова.

Валентин Господинов информира, че през 2020 г. видната художничка Ценка Бакърджиева навършва 75 години и подчерта, че юбилейът трябва да се отбележи подобаващо.



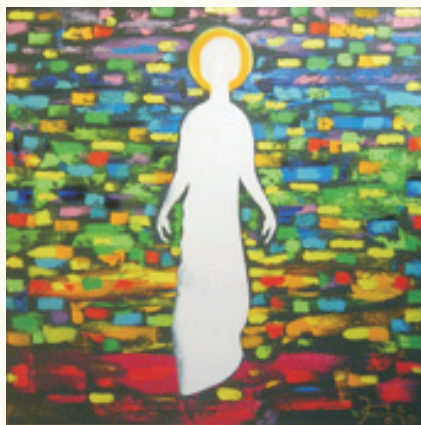
Картини от експозицията.

Долу - десетки художници и много любители на изкуството присъстваха на откриването на изложбата.



25 пернишките художници

представят повече от 40 творби на откриването на 18 декември в галерия „Кракра“ в Перник традиционна коледна изложба. Експозицията включва основно картини – живопис (пейзажи, натюрморти, абстракции, портрети), както и 3 икони – на Светослав Тодоров и Силвия Михайлова, 6 пластики – на Димитър Галчев, Стефан Тодоров и Емануил Врангов и приложно изкуство – на Боряна Боко. Сред участниците са Васил Добренев, Силвия Топалова, Методи Петков, Костадин Костадинов, Латинка Минкова, Григор Жлябинков, Валентин Делийски, Китан Китанов, Емилия Димитрова, Йоана Николова, Бисера Вълева, Мая Бисеркова, Елена Темелкова, Снежана Велинова, Изабел Топузова, Кирил Сергинов и др. Изложбата ще остане експонирана в галерията до средата на м. януари.



Участници в изложбата

Сн. Андон Тацев



ПЕРНИК <http://www.pernik.bg>

Културна програма за м. януари

БЛАГОЕВГРАД <http://www.blgmun.com/>

Програма за м. януари

КЮСТЕНДИЛ

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

www.kultura-kn.info

<http://www.bratstvokn.org/>

Културна програма - Кюстендил

БАНСКО

<http://bansko.bg/>

21 януари НЧ „Н. Вапцаров“
Честване Деня на родилната
помощ-„Бабинден“

14 февруари НЧ „Н.Вапцаров“
„Грешна беше тя, но беше ху-
бава - любовта в творчеството
на Йордан Йовков по повод 140
години от рождението на писа-
теля

БРЕЗНИК

<http://www.breznik.info/>

12 януари Общински музей
ОИМ Откриване на изложба
„Следи от миналото“

13 януари с. Велковци
Среща на сурвакарските групи
от с. Велковци, Сопица и Расник
13.01. с. Габровдол площада
Гостуване на сурвакарската
група в с.Габровдол – среща на
двете групи

13 януари с. Гигинци
Среща на сурвакарските гру-
пи - с.Чепино, с.Елов дол
13 януари с.Кошарево
Сурвакарски празник.Среща с
групи от други села.

м. януари с. Гигинци
Участие на сурвакарската гру-
па в общински преглед
м. януари гр.Брезник
Участие в сурвакарските игри
в гр. Брезник

13/14 януари площада на с.
Долна Секирна
Местна Сурва
14 януари с. Велковци,
Сурвакарски игри в селото, На-
родно читалище

14 януари с.Ноевци, площада
Сурва 2020 в с. Ноевци. Об-
ходжане на селото от сурвака-
рите, запалване на сурвакарс-
кия огън и заря

14 януари с. Слаковци площад

Сурвакарски празник в селото
Народно Читалище “Искра 1932 г”
14 януари с.Кошарево,

Обикаляне на сурвакарите из
селото. Сурвакарска група с.Ко-
шарево

14 януари с. Бегуновци
Изложба на сурвакарската
маска

17.01. читалище малък салон
„Бабинден – българският ден
на благодарността, – пресъзда-
ване на обичая

18 януари гр.Брезник площада
Участие на сурвакарската гру-
па в общинския преглед „Сурва
2020 г.“

21 януари с. Велковци,
„Бабин ден“ в читалището
21.01. с.Ноевци читалището
Празнуване на „Бабин ден“. Из-
ложба на гозби, пригответи от
бабите, поздрав на внуците към
своите баби и много забава

21.01. с. Слаковци читалище
Общоселско тържество - Ба-
бин ден

21.01. с. Бегуновци читалището
Бабин ден

22 януари пл. ”9-ти септември”
Обичаят „Сурова“-традиция и
иновации-беседа пред ученици
13.02. с. Бегуновци читалището
Конкурс за най-добър произ-
водител на вино

БОБОВ ДОЛ

<http://www.bobovdol.eu/>

БОБОШЕВО

<http://obshtina-boboshevo.com/>

21 януари Бобошево, Слатино,
Усойка, Блажиево

Отбелязване деня на родил-
ната помощ

1 февруари/14 февруари Бобо-
шево, Слатино, Усойка, Блажиево
Честване Деня на лозаря - Три-
фон Зарезан

БЕЛИЦА

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

21 февруари Белица-Семково
„За купата на кмета“ - 2020
Зимен празник Белица-Сем-
ково. Културно-развлекателна
програма с участието на местни,
регионални, международни със-
тави и изпълнители. Спортни със-
тезания.

ГОЦЕ ДЕЛЧЕВ

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

21 януари МБАЛ „Ив. Скенде-
ров“

Ден на родилната помощ. Пред-
ставяне на обичая “Бабуване“

22 януари

Вечер на народното творчест-
ва. Участват деца –
певци и инструменталисти, за-
нимаващи се с
народна музика.

4 февруари

Тържествено честване на 148-
та годишнина от
рождението на Гоце Делчев
12 февруари
Вечер на поезията и прозата
14 февруари с.Делчево
Отбелязване на празника „Три-
фон Зарезан“

ГЪРМЕН

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

21 януари Кафе аперитив към НЧ
„Асен Златаров -1924“ с. Огняно-
во, с. Гърмен, с. Дебрен, Кафе
към НЧ „Зора – 1929“ с. Дъбница,
с. Рибново, с. Горно Дряново

„Ден на родилната помощ“ Кул-
турна програма с участието на са-
модейни творчески колективи
НЧ „Асен Златаров-1924“, Огня-
ново. Извършване на ритуала „по-
ливане“. Даване на име на ново-
родено – ритуал

21 януари с. Гърмен, с. Дебрен,
Кафе към НЧ „Зора – 1929“ с.
Дъбница, с. Рибново с. Горно
Дряново

„Ден на родилната помощ“

ДУПНИЦА

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

12.01., 11.00 ч. Горна махала,
“Рибарника“

Отбелязване 142 години от освобождението на Дупница с историческа възстановка и празнично шествие

ЗЕМЕН

<http://zemen-bg.com/>

13-14.01. селата от общината Сурвакарски празник

КОВАЧЕВЦИ

<http://kovachevtsi.com/>

13 и 14.01. Ковачевци, Сирищник, Светля, Косача, Калище, Лобош, Ракиловци, Чепино

Сурвакарски празник

21.01. с. Ковачевци

Бабин ден

21.01. с. Сирищник – стола на кметството, с. Ракиловци - читалище, с. Калище, - читалище, с. Светля – читалище, с. Косача - читалище

Ден на родилната помощ - Бабин ден

01. 02. с. Лобош - читалище, с. Светля – читалище, с. Косача - читалище

Трифон Зарезан

14. 02. с. Калище – площад

Ден на влюбените, Трифон Зарезан

19. 02. с. Ковачевци – зала

Честване на 147 г. от

обесването на Васил Левски

19. 02. с. Косача

Честване на 145 г. от обесването на Васил Левски – поднасяне на цветя на паметната плоча

19. 02. Лобош – читалище

Честване на 147 г. от обесването на Васил Левски

01.03. Ковачевци – читалище

Ден на самодееца и Баба Марта

01.03. с. Егълница, с. Косача

Сирни заговезни

03. 03. Ковачевци – площад, с.

Калище – площад, Сирищник –

площад, Егълница – читалище,

Косача – читалище

Отбелязване освобождение-то от турско иго

КОЧЕРИНОВО

<http://www.ob-kocherinovo.bg/>

КРЕСНА

<http://kresna-bg.com/>

21.01. Площад „Кресненско въстание“; Бизнес център; Сградите на читалищата

Ден на родилната помощ – Бабин ден. Културна програма с участие на самодейни творчески колективи от всички читалища в общината; извършване на ритуала "поливане".

01.02. Лозовите масиви; Площад „Катранджиев площад“, гр. Кресна; Селата в Община Кресна НЧ в с. Сливница с. Г.Брезница, с. Долна Градешница

Празник на виното и лозаря – Трифон Зарезан; Традиционно зарязване на лозята в землището на община Кресна

НЕВЕСТИНО

<http://www.obshtinanevestino.kncity/>

ПЕТРИЧ

<http://www.petrich.egov.bg/>

02.02. населени места в общината

Трифоновден – празник

14.02. м. Лозята, с.Ръждак

Ден на лозаря-празник

Февруари гр. Петрич

Национален литературен конкурс „Светът на Яворов“

РАЗЛОГ

<http://razlog.bg/>

12.01. центр. площад гр. Разлог

Международен кукерски карнавал „Старчевата“

РАДОМИР

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

18 януари гр. Радомир

Общински сурвакарски празник, придружен с кулинарна изложба на традиционни зимни ястия

НЧ „НАПРЕДЪК-1895“

http://napredak_radomir.artbf.com

РИЛА

<http://www.grad-rila.bg/>

14 февруари площада

Честване Трифон Зарезан и зарязване на Кратун месец

м. декември- м. февруари

<http://pastra.selo.bg/>

САНДАНСКИ

<http://sandanskibg.com/>

12 януари с. Дамяница

“Квадратура на кръга” - театрална постановка

19 януари с. Ново Делчево

“Квадратура на кръга” - театрална постановка

21 януари Селища в община Сандански

Бабин ден, пресъздаване на народен обичай

„Бабуване“

26 януари с. Левуново

“Квадратура на кръга” - театрална постановка

31 януари гр. Сандански, АМ - Сандански

„Тумулус“ от Кирил Печев. Представяне на книга

1 февруари общината

Трифон Зарезан - Народен обичай за зарязване на лозята

2 февруари с. Пилянково

“Квадратура на кръга” - театрална постановка

9 февруари с. Петрово

“Квадратура на кръга” - театрална постановка

9-10 февруари Гр. Мелник

Фестивал на мелнишкото вино – „Златен грозд“. Изложение на винопроизводителите от региона и фолклорна програма

16 февруари с. Пирин

“Квадратура на кръга” - театрална постановка

14 февруари гр. Сандански,

Дом на културата, библиотека

Вечер на поезията – „Вино и любов“. Рецитал на местни и национални поети

НЧ “Отец Паисий-1919”

<http://www.sandanski-chitalishte.com/>

САМОКОВ

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

САПАРЕВА БАНЯ

<http://saparevabanya.bg/>

СИМИТЛИ

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

11 януари гр. Симитли, стадион “Септември”

Международен фестивал на бабугерските маски и гри –

„Симитлия – Древна земя на куркерите“

21.01. 2020 г. Симитли, Крупник, Д.Осеново

Ден на родилната помощ, Бабинден

САТОВЧА

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

СОФИЯ

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

СТРУМЯНИ

<http://www.strumyani.org/>

18.01.2020 г. с.Кърпелево

Народен събор в с.Кърпелево

01.02.2020 г. с.Илинденци

Празник на Боговете на виното – посрещане боговете на виното и плодородието, обявяване царя на лозята

ТРЪН

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

ХАДЖИДИМОВО

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

21.01.2020 г. гр.Хаджидимово, с.Копривлен, с.Ново Лески, с. Абланица

Бабин ден – Ден на родилната помощ

01.02.2020 г. Населените места в общината

Трифон Зарезан – колективно зарязване на лозята

ЯКОРУДА

<http://yakoruda.gateway.bg/>

21.01. Ресторант "Ямфорун" "Бабинден в Якоруда" - ритуали, съпътстващи празника

29.01. Читалищна библиотека 85 години от рождението на Дамян Дамянов – четене на негови стихове

** Възможни са промени в програмите на общините и културните институции*

“СТРИПТИЙЗ ПОКЕР”

“Стрип покер”, както е оригиналното заглавие на спектакъла, има премиера в парижкия Театър дьо Менилмонтан през 2008 г. “Да поканиш новите съседи на вечеря, за да опознаете - това може да се окаже по-рисковано, отколкото предполагате. От друга страна, може да бъде невероятна възможност за покер комедия, където всеки играч ще трябва да разкрие ръката си”, разказва авторът.

Българската версия е на режисьорката Надя Асенова, която за първи път работи пиеса на Мартинес. “Харесах този текст, защото на фона на бликащия хумор, усетих препратка към тази мисъл за голямото - за Бог или съдбата, ако предпочитате”, разказва тя.

На пръв поглед, обикновена ситуация събира две двойки на вечеря. Събитията, които произтичат от тази среща, водят до неудобство, конфуз, безкрайно смешни ситуации и дори парадоксалност в общуването. Докато се смеем и си мислим “Това никога няма да се случи на мен!”, се пораждат мисли за рутината, неудовлетвореността, лъжата в семейството и в обществото, коментира Асенова. Тя е и преводач на текста.

Защо лъжем, какво прикриваме, кого лъжем в крайна сметка - другия, или себе си? Не сме ли замръзнали в една социална мимикрия, която може да бъде много смешна за чуждия и много тъжна за нас. Това са само част от въпросите, които вълнуват режисьорката, докато подготвя представлението.

“Зареждах се от неизчерпаемия талант на Геро, от интелигентната провокация на Малин Кръстев, от деликатността на Василена Атанасова, от лудостта на Христина Караиванова”, споделя още Надя Асенова.

Вярва, че тази своеобразна амалгама от индивидуалностите на тези творци плюс комедийно-абсурдната ситуация от автора и убеждението й, че съдбата винаги си знае работата, сародили един ярък, смешен и парадоксален спектакъл.



СТРИПТИЙЗ ПОКЕР от Жан-Пьер Мартинес. Участват: Герасим Георгиев – Геро, Малин Кръстев, Василена Атанасова, Христина Караиванова, Атанас Чопов. Режисьор: Надя Асенова, сценография: Петя Стойкова, музика: Добрин Векилов – Дони, костюми: Петя Стойкова, превод: Надя Асенова. Фотограф: Павел Червенков - фотограф на плаката. Стефан Н. Щерев - фотограф на постановката.

29.01.2020 г. 19:00 часа ДТ - Кюстендил. Гостува МГТ „Зад канала“



Възстановката по случай 142 години Свободна Дупница в СНИМКИ

ГАЛЕРИИ

ДУПНИЦА

Галерия „Джамията“ пл. „Свобода“ 1

Изложба живопис на Иво Орманков

Галерия „Околийска къща“

Изложба в памет на Андрей Севдин

1 февруари, 15.00 ч.

„Аперцепции“ - изложба живопис и скулптура - с участието на 10 творци: Николай Янакиев, Румен Статков, Любен Генов, Симеон Панайотов, Валентин Топалов, Момчил Мирчев, Ралица Мирчева, Андрей Севдин, Иван Милушев и Емил Попов.

(Традиционната изложба „Приятелите“ ще се провежда през лятото)

Галерия Li art

Дупница, ул. „Дора Габе“ 14, 0896 91 93 78

trezorgesv8783@abv.bg, news.bg

Предлага творби на български и чужди автори, произведения на изящните и приложни изкуства; провежда обучение в областта на изобразителното изкуство и художествената литература; арттерапия

САПАРЕВА БАНЯ

ХГ „Васил Крапчански“, тел.: 0895 180 311

Изложба на представителството на СБХ - Сапарева баня

20.01.16.00 ч. Изложба живопис на Коста Лъондев

КЮСТЕНДИЛ

ХГ „Владимир Димитров - Майстора“

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

e-mail: artgallery_maystora_kn@abv.bg

- Постоянна експозиция с творби на Владимир Димитров - Майстора

- Постоянна експозиция - Николай Дюлгерев

Изложба акварел на Александър Ангелов

„Шест посоки“. Изложба на Бисер Лапев,

Десислава Лапева,

Евгени Серафимов, Иво Йорданов, Пенка Илиева

- Чория и Пирин Македонски

Годишна изложба на кюстендилските художници

Графична зала - Майстора и кюстендилските художници - съпътстваща изложба

1 февруари, 12.00 ч.

138 години от рождението на Владимир Димитров - Майстора. Връчване на Националната награда за живопис на името на Майстора.

Откриване изложба на Захари Каменов, носител на наградата за 2019 г. в ХГ „Владимир Димитров - Майстора“

Галерия ИЩАР

Представя съвременно изкуство в областта на живописата, графиката, малката пластика, керамика, 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

„Опит за летенето“ - изложба на студенти от НБУ 24 януари, 17.00 ч.

Традиционна обща изложба „Сурва арт“

Галерия „Арт-салон“, тел.: 076/60 03 63

21.01. 18,30 ч. „Текстилни интерпретации“ - изложба на Боряна Боко

Галерия „Кракра“, тел.: 076/60 25 18

Традиционна обща коледна изложба

16.01., 17,30 ч. - Галерия „Кракра“

„Лицата на Сурва през погледа на фотографа Андон Тацев“ - изложба

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

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

13 януари 14,00 ч. - в читалището

„Зимна приказка“ - изложба на картини, нарисувани от децата в „Школа по приложно изкуство“

22 януари 10,00 ч. - 17,00 ч. - Регионална библиотека „Светослав Минков“, фойе пред Детски отдел

„Сурва - празникът на маските“ - традиционна изложба на детски рисунки от АТЕЛИЕТО при ХГ Перник и приятели: ОШИ към ОК Дворец на културата и ЦПЛР - ОДК, Радомир

22.01., 14,00 ч. - Хотел „Струма“ - фойе

„Тайните на Сурва“ - изложба приложно изкуство на ученици от Обединено училище „Т. Ненков“

23 януари 14,00 ч. - Галерия „При кмета“

„Магията на Сурва“ - изложба от конкурс за детски рисунки

БЛАГОЕВГРАД

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

Традиционна коледна изложба базар на благоевградските художници

17 януари, 18.00 ч.

„Махатма Ганди - сила на истината“ - изложба

Художествена галерия „Любимо“

гр. Благоевград, ул. „Хр. Татарчев“ 24 (срещу книж. „Перун“), тел.: 0888/325 211, 0884/974 007, e-mail: lubimo@abv.bg

САНДАНСКИ Общинска художествена галерия (Дом на културата)

Галерия „Ликин“ гр. Сандански, ул. „Македония“ №53, e-mail: gallery_likin@abv.bg, тел.: +359 746 32 231, +359 899 857 524

Благоевград

Театрални постановки и концерти

18 януари 11.00 часа Дом на младостта

„ВЪЛШЕБНОТО ОГЛЕДАЛО“

Общински куклен театър

25.01.11.00 часа Голям салон

„КРАСАВИЦАТА И ЗВЯРА“ -

ДТ „Никола Вапцаров“

25 януари 11.00 часа Младежки дом

„БРЕМЕНСКИ МУЗИКАНТИ“ -

Общински куклен театър

ОДТ „Боян Дановски“

<http://www.odt.pernik.org>

21.01., 19.00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

„ЖЕНА МИ СЕ КАЗВА БОРИС“ - комедия от Рафи Шарт

Постановка: Владлен Алек-

сандров. Сценография: Петьо Начев. Костюми: Антония Попова и Алина Тютър

Участват: Станимир Гъмов, Любо Нейков, Стефан Рядков, Петьо Петков – Шайбата, Диана Любенова, Ернестина Шинова и Жанина Дончева

27 януари 19.00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

„УМОПОМРАЧЕНИЕ“ от Сам Бобрик. Постановка: Борислав Чакринов. Участват: Асен Блаetchки, Койна Русева, Стефан Иванов, Никол Карабинова, Никола Парашкевов

ОБДТ Кюстенгил

17.01.2020 г. 19.00 часа

„Луд съм по теб“. Гостува теа-

тър „Искри и сезони“

21.01., 19.00 ч. „Илинден“, спектакъл на ДТ - Ловеч

29.01.2020 г. 19.00 часа

„Стриптиз покер“. Гостува МГТ „Зад канала“

29.01.18.00 ч. НЧ „Братство 1869“

Концерт по случай 142 години от Освобождението на гр. Кюстендил

ОБДТ „Невена Коканова“ - Дупница

20.01., 19.00 ч. „Илинден“, спектакъл на ДТ - Ловеч

28.01., 19.00 ч. „

В открито море“ от Славомир Мрожек

КУЛТУРНИТЕ ИНСТИТУЦИИ СИ ЗАПАЗВАТ ПРАВОТО ЗА ПРОМЯНА В КУЛТУРНИЯ КАЛЕНДАР!!!

Комедия разказва за манипулацията, наречена „свободен избор“

Дебелия, Средния и Малкия човек са корабкрушеници, които трябва да изядат не нещо, а някого... Проблемът е, че са в открито море и изборът не е голям... Това е брилянтна комедия на абсурда, разказваща за манипулацията наречена „свободен избор“.



Спектакълът „В открито море“ от Славомир Мрожек ще бъде представен в салона на ОБДТ „Невена Коканова“ в Дупница на 28 януари от 19.00 ч., а билети можете да купите на касата на театъра. Режисьор е Росен Пенчев, сценограф: Бояна Бъчварова, продуцент: Цветомир Иванов. Участват: Цветомир Иванов, Константин Икономов, Мирослав Михов и Росен Пенчев.

Спектакълът е продукция на театрална формация „МАСКА“.

„ИЛИНДЕН“ по текстове от Димитър Талев и Пейо Яворов, драматизация и режисура: Биляна Петрова, сценография и костюми: Елица Андреева/Юлиана Войкова-Найман, композитор: Асен Аврамов, хореография: Елена Ангелова.

Участват: Иван Юруков, Анастас Жайгаров, Георги Трайков, Богомила Николова, Марина Георгиева, Станимир Михайлов, Нина Суванджиева, Петър Стойчев, Диана Спасова, Марина Атанасова, Радослав Тодоров.

Наричат го „Канатлъ шейтан“ – Хвъркатият дявол. Подписва писмата си с името Ахил. Това е Гоце Делчев – героят на един народ, който дава много жертви, за да извоюва свободата си. Спектакълът проследява неговата история през бурните и жестоки времена, когато Македония все още е под турско робство. Започва подготовката на Илинденско-преображенското въстание...

Ролята на Гоце Делчев е поверена на Иван Юруков, познато лице от киното („Дъвка за балончета“, „Аве“, „Кметът“ и др.) и телевизията („Откраднат живот“), както и от сцените на Народен театър „Иван Вазов“, Сфумато, Сатиричен театър и др. Спектакълът е подходящ и за ученици.



Доц. д-р Анна Покровнишка и доц. д-р Диана Захаријева с изложби в ЮЗУ

Преди коледните празници в ЮЗУ „Неофит Рилски“ - Благоевград бяха представени две изложби – „Живопис“ на доц. д-р Диана Захаријева и „Скулптура“ на доц. д-р Анна Покровнишка. Те са свързани с придобиването на академичната длъжност „доцент“ от двете преподавателки от Факултета по изкуствата, които преди да представят творбите си, изнесоха публични академични лекции пред студенти и преподаватели.

Доц. Захаријева представи „Живописа в нейната същност – творческа кон-

цепция, идеи и търсения“, а темата на доц. Покровнишка бе „Художественост и социално поведение на творбата“.

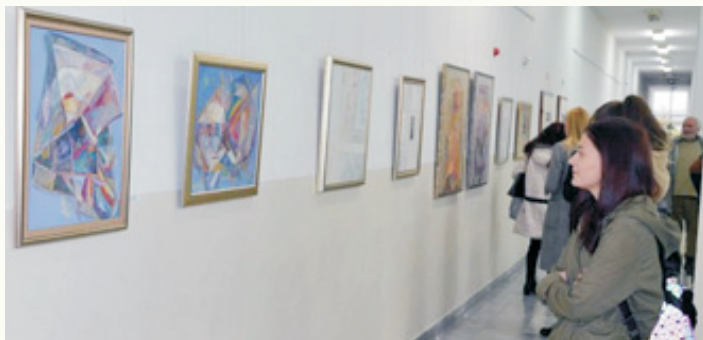
Изложбите откри ръководителят на катедра „Изобразително изкуство“ проф. д-р Емил Куков, който подчерта, че двете изложби си партнират много добре и се допълват.

„Доц. Захаријева и доц. Покровнишка имат много общи неща – интереса към различните експерименти с техники и материали, цвета в живописа и скулптурата. И двете експериментират смело с об-



Доц. Диана Захаријева и доц. Анна Покровнишка

Творби на двете преподавателки от Факултета по изкуствата в ЮЗУ - Благоевград



рази, жанрове, изразни средства и материали“, каза при откриването проф. Куков.

„За да придобием академичната длъжност „доцент“, зад нас застанаха институцията в лицето на Югозападния университет, колегите, студентите и приятелите ни. Това не е успех само на една личност, а на много хора“, сподели развълнувана доц. Анна Покровнишка.

Доц. Диана Захариева също благодари на ръководството на Факултета по изкуствата, на колегите си и на студентите за подкрепата и уважението.

Творбите на младите автори ще са разположени във фойето на Първи учебен корпус до края на месец януари 2020 г.

www.swu.bg



Картини на доц. д-р Диана Захариева от изложбата ѝ „Живопис“ в ЮЗУ „Неофит Рилски“.

„УМОПОМРАЧЕНИЕ“ от Сам Бобрик, спектакъл на ПК „ВИВААРТЕ“



27 януари 19,00 ч. – т.с. „Георги Русев“ – Перник

притежава всичко, но накрая цялото му съществуване се преобръща на 180 градуса.

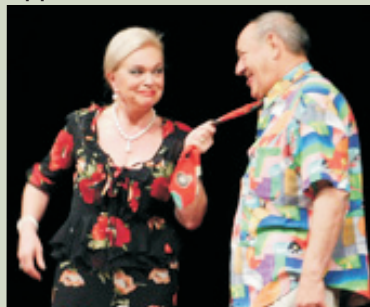
Режисьорът Борислав Чакринов превежда силния актьорски състав през тази забавна комедия на обратите, създавайки един свеж спектакъл, който кара публиката да се залива от смях, но и да се замисли за превратностите на живота. Умело написаният текст е дело на награждавания американски писател Сам Бобрик, който е написал над 30 театрални пиеси и е успешен сценарист на популярни телевизионни сериали като „Омагьосване“, „Семейство Флинстоун“, „Умирай умно“, „Шоуто на Анди Грифит“ и др.

Без да искаме да разкриваме интригата, мъжете ще понаучат едно-две неща по трудния начин, но дамите със сигурност ще заобичат „Умопомрачение“.

Постановка: БОРИСЛАВ ЧАКРИНОВ, участват: АСЕН БЛАТЕЧКИ, КОЙНА РУСЕВА, СТЕФАН ИВАНОВ, НИКОЛ КАРАБИНОВА, НИКОЛА ПАРАШКЕВОВ

Това е пиеса за мъжете, които се опитват да разберат жените и никога не успяват. За някои тя може да се окаже „твърде правдоподобна, за да е смешна“. Пълнокръвните образи и остроумните за качки превръщат „Умопомрачение“ в брилянтна комедия за живота на един мъж, който сякаш

„ЛУД СЪМ ПО ТЕБ“ от Нийл Саймън



29.01.2020 г. 19:00 ч. ОБДТ-Кюстендил

Режисьор: проф. д-р Ивайло Христов, участват: Искра Радева, Георги Кадурич, Пламен Сиравков, Милена Атанасова.

Нийл Саймън е най-успешния драматург след Шекспир. Единствената разлика между тях е, че Нийл Саймън е по-продуктивен и продължава да пише, казва Робърт Редфорд на тържествена церемония в Ню Йорк, на която връчват на Нийл Саймън наградата за американски хумор „Марк Твен“. „Той е най-смешния драматург за всички времена“, казват някои за автора на повече от 40 бродуейски пиеси и на много филмови сценарии. Театър „Искри и сезони“ представи за първи път пред българска публика друга негова пиеса – „Лоши момичета“.

„Луд съм по теб“ – дали човек може да изживее истински любов два пъти в живота си?! Дали ще повярва, че отново я е срещнал? Дали непрестанно ще я сравнява с първата? Ще успее ли да се отърси от спомените и отново да бъде щастлив? Все въпроси, отговорите на които ще намерите в спектакъла.

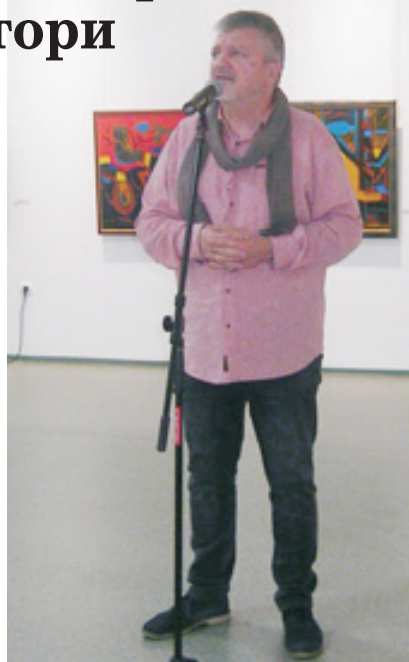
Коледната изложба на блягоевградските художници събра 42-ма автори

Обща коледна изложба базар на блягоевградските художници беше открита на 20 декември в Градската художествена галерия в Блягоевград. 90 творби на 42-ама художници изпълват двете зали на галерията. Авторите, които са от Блягоевград и региона, са известни имена на изобразителното изкуство и представят най-новите си произведения. Сред тях са доайените Николай Китанов и Славчо Багашки, а също познати и утвърдени автори като Христо Шапкарров, Иван Милушев, Пламен Бонев, Антон Гошев, Стоян Божкилов, Илия Борисов, Румен Дешев, Георги Драчев, Антон Мавродиер и много други.

„Живопис, графика, скулптура,

приложно изкуство – разнообразие на жанрове и сюжети, събрани на едно място, за да могат да зарадват жителите и гостите на града ни... Изложбата е част от Календара на културните събития на Община Блягоевград и е посветена на коледните празници“, заяви при откриването директорът на ХГ – Блягоевград Иван Милушев.

„Благодаря на участниците, че намериха време и желание да осъществим тази забележителна изложба, която е и един своеобразен рекорд – с участието на 42 творци с общо 90 експонати, така че нещата вървят в много добра посока. Защо толкова късно я откриваме!? Ами



Директорът на галерията Иван Милушев открива изложбата.

От долу - десетки творци от региона и много граждани присъстваха на откриването.

Картини на Веселина Димова, Николай Кашев и Любима Бърдарска.



смятам, че тази експозиция не обхваща само Коледа, а и новогодишните празници и остава експонирана до 15 януари, за да бъде видяна от повече хора.“, допълни Милушев. Той посочи, че свои творби представят и много млади автори, показват се много неща, които до момента не са из-

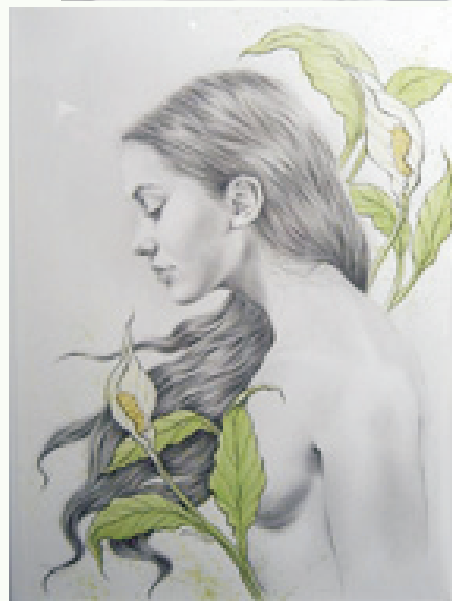
лагани – с приложно изкуство, дърво, стъкло, но преобладава живописиста... „Радвам се, че имаме заявки както от млади автори, така и на доайени като Николай Китанов и Славчо Багашки, на когото догодина ще отбележим 85-годишнината с ретроспективна изложба. Приятно ни изненадва

с новите си творби, сякаш работи по младежки. Огнян Механджиев пък направи съвсем нова работа, как намира сили да рисува... Пожелавам им успех, ще зарадват града с техните постижения“, каза още Иван Милушев.



Пластика от стъкло и дърво на Рая Стефанова „Дървото на живота“ - горе вдясно.

На страницата - творби на Царимира Георгиева, Огнян О. Механджиев, Крум Бонев, Еми Димитрова и Спас Цветков.



За втори път младите кюстендилски художници Бисер Лапев, Десислава Лапева, Евгени Серафимов, Иво Йорданов и Пирин Македонски показват артистичните си търсения в обща художествена изложба. Този път с тях участва и бургаската художничка Пенка Илиева - Чория, свързана с групата с общо приятелство от общите им студентски години. Изложбата "Шест посоки" беше открита в

Художествената галерия "Владимир Димитров - Майстора" в Кюстендил на средата на м. декември 2019 г.

"Изложбата се казва "Шест посоки", защото нашето творчество е разнопосочно. Ние сме много различни като темперамент, като душевност, но имаме и нещо, което ни свързва и откъдето тръгваме в различните си посоки", разказа Евгени Серафимов.

Под формата на едно приятелско биенале авторите запознават кюстендилската публика със своите лични артистични експерименти от последните две години. Изложбата наистина представя шест напълно различни подхода както в пластичния език, така и в тематичния и жанровия избор. Всеки от авторите присъства в художествения живот на града със своя разпознаваем маниер, но изложбата "Шест посоки" е и лична артистична провокация за всеки един и повод за нови творчески решения и импровизации.

В края на една календарна година "Шест посоки" е една артистична двугодишна равностметка за творчеството на художниците, родени през 70-те (и началото на 80-те) години. Изложба, която е резултат на едно приятелство и на едно и също отношение към изкуството.

Шест посоки



Изложбата „Махатма Ганди – сила на истината“

На 2 октомври м.г. се навършиха 150 години от рождението на Махатма Ганди. По този повод е подготвена „Махатма Ганди – сила на истината“, в която 20 изтъкнати български художници и скулптори представят свои творби, вдъхновени от делото и личността на великия син на Индия. Организатори са Индологическа фондация „Изток – Запад“ и посолството на Индия. Г-жа Пуджа Капур, посланик на Индия у нас, лично откри изложбата на 17 септември в галерия „Оборище 5“ в столицата. На 17 януари изложбата гостува в Градска художествена галерия - Благоевград.

Мохандас Карамчанд Ганди, наричан Махатма (велика душа), е сред най-значимите световни личности. Духовен водач на движението за независимост на Индия, той успява да постигне целта си – родината му е обявена за независима държава през 1947 г. Посветил целия си съзнателен живот на предана служба в името на другите, той спазвал и проповядвал висок морал, ненасилие, придържане към истината, пълна физическа, духовна и политическа свобода. „Няма път към мира – мирът е пътят“; „Насилието е оръжие на слабите“; „Бъди промяната, която искаш да видиш в света“... Това са само част от най-популярните му сентенции, които хората по цял свят не спират да припомнят. Мъдростта и делата на Ганди са вдъхновили и българските творци, за които разказва изкуствоведът Пламена Рачева, директор на Градската худо-



жествена галерия „Борис Георгиев“ във Варна:

“Проектът наистина е уникален, за първи път у нас изложба е посветена изцяло на Махатма Ганди. Ще видим творби на някои от най-добрите художници и скулптори на България – Иван Русев, проф. Иван Славов, проф. Десислава Минчева, проф. Емил Полов, доц. д-р Камен Цветков, Красимир Тодоров, Аглика Гайтаникова. Куратор на изложбата е Селма Тодорова, тя също представя свой диптих. В никакъв случай не бива да пропускаме и имената на проф. Станислав Памукчиев, д-р Стоян Дечев, доц. Цветан Стоянов, Ра-

шо Митев, Цветослав Христов, Стефан Чурчулиев, Хари Атанасов, Пенка Атанасова, Иван Милушев, доц. Валентин Господинов, Цанко Цанков. В тази експозиция те споделят своята рефлексия от личността на Махатма Ганди, за да се види мащабното присъствие на мъдреца и в днешния ден. Махатма Ганди принадлежи на света и световната история, той ще остане като една от просияните личности, дали нов път на човечеството не само в неговото духовно развитие, но и в чисто практическата страна на живота.

В експозицията може да се види и една забележителна картина, рисувана от Борис Георгиев през 1935 г. Това е може би единственият портрет на великия Ганди от български художник, правен от натура. Запазени са редица писмени сведения за приятелството между Махатма Ганди и Борис Георгиев, някои от които са публикувани. Миналата година този портрет постъпи в колекцията на Градската художествена галерия „Борис Георгиев“ във Варна, родния град на художника. Портретът е интересен и с това, че в левия ъгъл Махатма Ганди собственоръчно е написал: „В нозете на Бога, в сърцата на бедните.“ В същност от това духовно послание Борис Георгиев взима идея за голямата своя картина „Среща с паририте“ („Даридра нараян“).

Осма самостоятелна изложба представи от 28.12.2019 г. до 6.01. т.г. в @Hub-a в гр. Самоков художникът Иван Шуманов. Изложбата е озаглавена „ШУ - реализъм“. Както подчер-

тава авторът, това е заигравка с термина сюрреализъм. Но най-вече изразява това, че в изложбата показва своя поглед, чувство и усещане към заобикалящата ни действителност. „Аз съм Шуманов, а защо не и „Шу реализъм“, казва той. На откриването дойдоха близо 50 посетители. „Благодаря на всеки един от тях за вниманието! Безкрайно съм щас-

лив от това, че можахме да разговаряме, от компанията на всички гости и това че събитието бе приятно за всички!“, сподели във фейсбук профила си Иван Шуманов.

За творчеството си авторът споделя: „Тематиката е свързана с християнската религия и теми и сюжети, които са взети от християнството. Аз ги претрансформирам по един съвременен, авторски начин, със стремеж към нематериалното. Това означава, че творбите са с концептуален характер и целят да провокират зрителите.“

Освен творбите с концептуален характер, изложбата включва и чудни пейзажи от Рила планина.

Повече в ...



5 важни промени в бизнеса, които предстоят през 2020 г.

Новата година е отлично време да прецените къде сте били и накъде да се насочите в бъдеще. С оглед на второто, изданието Inc. ни представя следните 5 бизнес тенденции за 2020 г. и какво е добре да предприемем в следствие на тях.

1. Ще доминират все повече организациите, които не са с йерархична структура

Ако настоявате да вземате всички решения във вашата компания, вероятно ще изоставите от по-бързо развиваща се конкуренция. Все повече организации възлагат ключови решения надолу по нивата във фирмите към хора, които имат по-добри познания и пряк опит с клиентите, отколкото към топ мениджърите. Чрез все по-рядкото следване на определени йерархични структури, компаниите стават по-бързи в своите реакции и в пускането на нови продукти. За да останете в играта, е добре да изградите системи, които ви гарантират, че хората ви изпълняват това, което казват, да избягвате микромениджмънта и да се избавите от тези, които забавят вземането на решения.

2. По-възрастните работници ще променят облика на бизнеса - отново

Почти 79 милиона бейби бумъри само в САЩ вече са в предпенсионна възраст. Някои от тях може да са ваши служители, които се нуждаят от парите или които просто са удовлетворени от работата си. Други може да търсят да бъдат наети от вас или да представляват нарастваща част от клиентската ви база. Ако наемате представители от бейби бумърите, трябва да знаете какво можете да направите, за да извлечете полза от техния опит. В също-



то време е добре да помислите за промяна на политиките си за човешки ресурси, за да отговарят на нуждите им в здравеопазването. Ако голяма част от вашите клиенти са представители на това поколение, по-дълбокото познаване на служителите ви, които са също от него, ще ви даде представа, чрез която да сте от полза на потребителите си по-ефективно.

3. Евтината китайска работна ръка вече ще е минало

Населението на Китай застарява и страната предприема определени промени. Вместо да бъде разглеждана като място с евтина работна ръка, тя се пренасочва към индустрии, чиито продукти и услуги контролират високи цени и големи маржове на печалба, защото използват технологичните таланти като свои конкурентни оръжия. Ако компанията ви разчита на Китай за евтина производствена ръка, трябва да планирате да се преместите в други дестинации като Южна Азия или Африка. Имайте предвид обаче, че тези страни вероятно ще се стремят в бъдеще да следват примера на Китай.

4. Новите технологии ще играят все по-голяма роля в бизнеса

Новите технологии могат да бъдат както възможност, така и заплаха за вашия

бизнес, но за да разберете кои от тях помагат или възпрепятстват постигането на целите ви е различно за всяка компания. Разгледайте тези 7 технологии, защото те ще стават все по-значими през следващото десетилетие:

- 3D принтирането, което може да отпечата чаша за кафе, да помогне на роботите да построят нови сгради или да създаде изкуствени пръсти;

- Нанотехнологиите, чрез които ще се постигне голям напредък в медицината;

- Мобилните приложения, които ще продължават да трансформират цели отрасли;

- Мобилни плащания, които ще бъдат фокус на битката между банки, компании за кредитни карти, телекомуникационни и софтуерни компании;

- Развлечения - приложенията и свързаните машини (интернет на нещата) ще преобразят битката за вниманието на потребителите, които търсят забавление;

- Социалните медии ще продължат да играят значима роля;

- Големите данни ще генерират прозрения, които да помагат на компаниите да използват силата си и да идентифицират нови продукти и услуги, осигуряващи по-доброто обслужване на клиентите им.

5. Задължително ще е преквалифицирането на служителите

Преди да включите в организацията си нови технологии и начини на работа, трябва да се уверите, че вашите служители имат необходимите умения, за да се възползват от предимствата им. За целта е необходимо да ги обучите чрез ефективна комбинация от курсове на живо и онлайн. money.bg

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

8 МЕСТА ОТ "МЕЖДУЗВЕЗДНИ ВОЙНИ", КОИТО МОЖЕТЕ ДА ПОСЕТИТЕ

Или реалните локации, където са провеждани
снимки на хитовата поредица

**Градът на Българския Рокфелер и
Японец на Балканите (снимки, видео)**

**Най-скъпият полет в света включва
двойно легло, душ и иконом (ВИДЕО)**

**Информационен център ще бъде създаден в
района на Седемте рилски езера**

Google подреди Топ 10 актуални дестинации за 2020 г.

Какво забелязват пилотите, когато са просто пътници

КАДЕ ПО СВЕТА Е ДОСТАТЪЧНО ГОРЕЩО ЗА ВАКАНЦИЯ ПРЕЗ ФЕВРУАРИ

Календар за туристически събития

**Ползени
сайтове**

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

<http://btourism.com/> <http://bulgariatourism.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

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 Пловчански“
№25, тел./ факс: 078/ 522 445, 0887 264 331
office@zorieood.com www.ZoriEOOD.com

• Туристически информационен център
Кюстендил, пл. "Велбъжд"

078 550 204, 0887 252 509

• 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

• Туристически информационен център -
Петрич, ул. "Цар Борис III" 24, тел.: 0879 119840

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

• Туристически информационен център -
Невestino 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. 0882 011 039

• Туристически информационен център -
Благоевград, пл. "Георги Измирлиев" №1
тел.: 0884 115 150

• Туристическа агенция МАГИ ТУРС - Петрич,
ул. "Княз Борис I", №15, тел. 0745/6 17 49,
maggitours@abv.bg, www.maggitours.bg

<http://www.touristmedia.info>

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

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

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

<http://selo.bg/>

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

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

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
Литература: <http://magnifisonz.com>

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

<http://literaturesviate.com/>

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

<http://bgbileti.com/>

<http://www.kulturbench.com>

<http://bulgariaart.wordpress.com>

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

Образователни сайтове: всичко - безплатно!