

ЮГОЗАПАД

Театрални постановки • Изложби • Културен календар

Брой 7 (160)

М. юли

15.07.-14.08.2021

Електронно издание на
Културно-информационен
гайд "Югозапад"



Валентин Топалов гостува със
самостоятелна изложба в Дупница

стр. 16

Моника Стойчева: Акварелът е моята голяма любов

стр. 18

Пернишките художници организираха благотворителна
изложба за лечението на колегата си Георги Георгиев

стр. 14

Мария Златкова показва в Перник живопис и декорирани пана

стр. 20

6 признака, че имате силен имунитет

стр. 8

Дупница
Он-лайн Бизнес Указател
DUPNITSA.NET

РЕГИСТРИРАЙТЕ СЕ СЕГА И ПОЛУЧАВАТЕ
1 ГОДИНА БЕЗПЛАТНО!
ФИРМЕНО ПРИСЪСТВИЕ В ОН-ЛАЙН
КАТАЛОГА НА ГРАД ДУПНИЦА

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, ремонт	4/5/10
Транспорт	10
Туризм	28
Услуги	5/28

КУЛТУРЕН КАЛЕНДАР

Перник	12
Благоевград	12
Кюстендил	12
Галерии	11
Театри	12
Кино	28
Културни събития - София и страната	2

Парите не
прощават
тези
7 грешки

стр. 7

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

VP SECURITY
НАЦИОНАЛНАТА СЪД
УСЛУГА
0700 14 000
www.vpsecurity.bg

сайта на **Дупница**
Он-лайн Бизнес Указател
18 ГОДИНИ
DUPNITSA.NET

РЕГИСТРИРАЙТЕ СЕ СЕГА И ПОЛУЧАВАТЕ 1 ГОДИНА БЕЗПЛАТНО УЧАСТИЕ В КАТАЛОГА

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

Картини и
сувенири
Арт
Иделия от плът



0899 34 20 20

ИЗДАТЕЛ **Арт Медиа+**
ISSN 13 13 - 3209

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

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

Житейски мъдрости от Бенджамин Франклин

Когато свършите с промените, сте свършен

Големият политик, общественик, учен, издател, дипломат, изобретател и един от бащите основатели на САЩ, Бенджамин Франклин е роден преди 315 години. Той е бил личност с широк кръг от интереси. Известен е и с просветителската си дейност, с множеството известни цитати, както и със своите експерименти с електричеството. Сред изобретенията на Франклин са затворената фурна, медицинският катетър, гръмотоводът, плавниците и бифокалните очила. Изиграва значителна роля и за развитието на американската книга. Самоук печатарски работник, благодарение на упорития труд и необикновените способности той си пробива път в живота, нареждайки сред най-видните политици и създатели на Съединените американски щати. Неговата „Автобиография“ (1775 г.), останала незавършена, провъзгласява идеала за човека, свободен от робство и притежаващ редица добродетели.

Припомняме ви някои от най-известните му мъдрости:

„Никога не отлагайте за утре нещо, което можете да направите днес.“

„Когато свършите с промените, сте свършен.“

„Ако искаш да узнаеш цената на парите, опитай се да вземеш на заем.“

„Бог лекува, а докторът прибира парите.“

„Чувството на удовлетворение прави бедните хора богати; чувството на неудовлетворение прави богатите хора бедни.“

„Богатството не е на този, който го има, а на този, който му се наслаждава.“

„Най-добрият лекар е този, който знае безполезността на повечето лекарства.“

„Няма малки врагове.“

„Не се страхувай от грешките. Така ще опознаеш неуспеха. Продължавай напред.“

„Вярвай в себе си и никой друг няма да те предаде.“

„Котка с ръкавици няма да хване мишката.“

„Мисълта за миналото щастие трябва да ни помага да понасяме безропотно нещастieto.“

„Мързелят се влачи толкова бавно, че бедността бързо го застига.“

„На хора, които не се вслушват в съвети, не трябва да се помага.“

„Най-благородният въпрос в света звучи така: „Какво добро дело мога да сторя?“

„Няма такова нещо като добра война или лош мир.“

„Ранното лягане и ранното ставане прави човека здрав, богат и мъдър.“

„Онези, които са готови да се откажат от основна свобода, за да си купят малко преходна сигурност, не заслужават нито свобода, нито сигурност.“

„Понякога човек е по-щедър, когато има малко пари, отколкото когато има много; може би, за да не си помислят, че въобще няма пари...“

„Предимството да имаш пари се заключава в това, да можеш да се възползваш от тях.“

„На този свят нищо не е сигурно, освен смъртта и данъците.“

m.economy.bg



Портрет на Бенджамин Франклин от Дейвид Мартин.

Бенджамин Франклин е следвал стриктно няколко принципа, на които отдава цялата заслуга за успеха си. Всеки от тях може да бъде практикуван ежедневно и да се превърне в навик за цял живот. Вижте кои са те:

Бъди умерен. Не преяждай и не се напивай. Бъди умерен в изказванията и отношенията си с хората.

Бъди тих. Говори тогава, когато това ще е от полза за другите или за теб. Избягвай безсмислени разговори.

Подреди нещата си. Нека всички твои неща имат своето място. Нека всяка част от твоя бизнес и дейности получават полагаемото им се внимание.

Бъди решителен. Имай волята да правиш това, което трябва и прави това, което трябва, без да губиш волята си.

Бъди пестелив. Не прави разходи, които няма да допринесат за твоето благоденствие или за това на други хора. Не пропилявай нищо.

Бъди предприемчив. Не губи време. Винаги бъди зает с нещо полезно. Премахни от навиците си всички дейности, от които няма полза.

Бъди открит и честен. Не си служи с измама. Мисли справедливо и когато говориш, говори честно и открито.

Бъди справедлив. Не обвиняван някой, че ти е причинил вреди или е изпуснал ползи за неща, които всъщност са били и са твои задължения.

Не бъди екстремен в думи и действия. Избягвай да нагрубяваш и да се караш с хората.

Бъди чист. Не показвай толерантност към нечистоплътно тяло, дрехи, навици или душа.

Бъди спокоен. Не оставяй дреболии или пък внезапно случили се проблеми да те безпокоят.

Бъди целомъдрен. Бъди възпитан и показвай добри маниери в отношенията с представителите на другия пол.

Бъди скромнен.



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

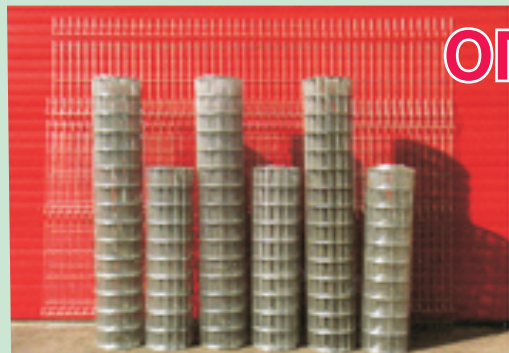
Моб.: 0884 584 434

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 цинкуван 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 правохов боядисване.

Материал: Поцинкувана 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 ветроопори от кристал
**Ремонт на автоброни, радиа-
тори и пластмасви изделия**
Петрич, ул. "Места", Консервната фаб-
рика, тел.: +359 879 55 09 00
+359 878 16 18 22

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

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

сайта на
Дупница
Онлайн
Бизнес
Указател
18
ГОДИНА
DUPNITSA.NET

РЕГИСТРИРАЙТЕ СЕ
СЕГА И ПОЛУЧАВАТЕ

1 ГОДИНА
БЕЗПЛАТНО!

ПРИСЪСТВУЕ В
САЙТА НА
ГРАД ДУПНИЦА

DUPNITSA.NET

"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; буфери съдове и слънчеви панели.
Климатизация. Алюминиеви радиатори
Дупница, ул. „Орлинска“ 42, тел. 0878 94 53
59, 0894 34 79 68 www.solarkonsol.eu

VIP SECURITY
Системи за сигурност, техническа
охрана на обекти, физическа охрана
Офис Дупница, ул. "Христо Ботев"
5, 0701/ 5 04 51.

**Цифрово фото- и видеозаснема-
не. Презаписва заснет видеомате-
риал (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.

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

Европейски
спешен
телефон
116 000

Обзавеждане**ПИРАНЕЛ МЕБЕЛ**

**Проектиране, производство,
доставка и монтаж на нестан-
дартни и стандартни мебели.**

гр. Перник, кв. Изток, сп. "Ме-
тал", 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

Производствена база в Дупница
ул. "Никола Малашевски" № 20,
тел.: 087 958 7831

„ГЕОДОН“

**СТЪКЛАРСКИ УСЛУГИ, СТЪК-
ЛОПАКЕТ, ОГЛЕДАЛА**

Гр. Петрич, ул. „Цар Борис III“
43, тел.: 0898 521 520

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



Какво се крие зад позицията Change Angel?

Change Angel не е позиция, на която човек е назначен в организацията, а роля. Change Angel означава да инициираш и да бъдеш посланик на промяната, каквато и да е тя в този момент за компанията. Това казва за есопому.bg Явор Мраморенски - ръководител „Софтуерна разработка“ във Fadata, дългогодишен експерт в областта на мениджмънта, ИТ услугите и продуктите разработки.

Никак не е лесно обаче да се превърнеш в такъв. За да бъдеш „номиниран“ за тази роля, на първо време ти самият трябва да

разбираш и прегърнеш новостите. Трудно е да подкрепиш или насърчиш курса към трансформация, ако ти самият не вярваш в нея. Зад думата „Angel“ се крие ангелско поведение и чистота на намеренията. Затова и ролята на Change Angel е изключително важна и трябва да бъде възприемана с високо ниво на отговорност. Например, не бива да се допуска ситуация, в която Change Angel не вярва в нещо, но въпреки това бива заставян да проповядва кауза. Фалшивостта веднага се забелязва и тогава човек се превръща в котва на статукво-



Явор Мраморенски

то, а не във вятър на промяната. В резултат – губи ролята си на Change Angel, допълва той.

Цялото интервю

**На кафе или ресторант в Гърция:
Само с ваксина или отрицателен тест**

**Как да сме успешни в намирането
на работа в постковид реалността?**

**ОТ КЪДЕ ИДВА СРЕБРОТО И КОЛКО Е
СТАР БЛАГОРОДНИЯТ МЕТАЛ**



Рядка древна звезда претендира да е родно място на урана и сребро

Финансистът Момчил Андреев: В какво си струва да влагате своите пари



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 занимания 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 - тийнджъри 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 подтикваат към говорене. Освен чисто езикови познания, учебниците имат образователен характер, като обогатяват знанията на тийнейджърите за света.



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

Парите не прощават тези 7 грешки

“Правя добри пари, но средствата си отиват бързо и не е ясно къде”, често чувате тези думи от иначе разумни и успешни хора.

Мнозина сред нас, постигнали стабилен и висок доход, имат този проблем. Всички те правят някои грешки всеки ден, поради което парите буквално “бягат” от тях. В този текст ще разгледаме по-отблизо всяка по-съществена грешка и ще ви покажем как да ги избегнете.

ПАРИТЕ ЦЕННОСТИ ЛИ СА?

Всеки ще отговори положително на този въпрос. Но по някаква причина никой не мисли за тяхната стойност, когато заема средства на роднини, приятели или колеги. Винаги вземайте разписка, когато давате пари назаем. Няма значение колко вярвате на този човек. Няма значение колко даваш. И ако не вземете такава разписка може да не очаквате сумата да ви бъде върната. Помислете, че с подобно решение сте се “откупили” от човека, защото последващите ви взаимоотношения за под въпрос заради дълга.

НЯМА ПАРИ

Когато имаме пари, често купуваме ненужни неща. Ако се опитаме да живеем на принципа “няма пари”, тогава ще спестим от бюджета си спонтанни покупки. Ако знаете, че желанието за закупуване на определени стоки ще се появи отново, опитайте се да планирате тези разходи предварително.

Вторият, по-опростен вариант. Никога не купувайте това, което искате тук и сега. Дайте си три дни, за да живеете стази мисъл, и ако желанието не е преминало - не се колебайте да купите. Но най-вероятно ще забравите за това, което

сте искали да купите след един час. В резултат на това спестявате пари и правите съзнателен избор.

ЛИПСА НА КОНТРОЛ

Запазете контрол върху паричния си оборот. Трябва да знаете точно колко пари има по вашите карти и сметки и кеш. Планирайте приходите и разходите си. За това е удобно да използвате приложения на компютър или смартфон. Подходяща е и обикновена табличка на Excel.

Но като цяло на телефона има много удобни приложения, с които можете да видите в кой момент и за какво харчите парите си. Можете да зададете лимит, така че приложението да ви напомня, че вече харчите достатъчно.

ПОСТАВЕТЕ СИ ПРИОРИТЕТИ

Не можете да гледате, за да можете да купувате всички продукти на Apple. Приоритизирайте и направете избор какво е наистина важно и необходимо. Ако контролирате всички приходи и разходи, ясно ще разберете, че имате възможност за много неща, от които имате наистина нужда. И ако някои от тях ви правят щастливи, защо да не си ги позволите?

ОЦЕНЯВАЙТЕ СЕБЕ СИ РЕАЛИСТИЧНО

Представте си: искате Мерцедес, но можете да го купите само на кредит. Изчислете колко средства ще ви отнеме всеки месец, за да изплатите заема и да поддържате колата. Ако разберете, че доходите няма да ви стигнат за комфортен или дори приличен живот, тогава не бива да вземате заем. И по-често се случва човек да започне да живее от вноски до вноска, след това се взема още кредити за обслужването на заемите и се получава неприятният ефект на търкалящата се снеж-



на топка.

СРАВНЯВАТЕ СЕБЕ СИ С ДРУГИТЕ

Не се опитвайте да надминете колега или съсед, като си купите по-впечатляваща къща или по-добра кола. Скъпите неща не са показател за успех. Хората около вас, купувайки скъпа кола или организирайки годишни круизи за любимите хора, често живеят извън възможностите си. Показният лукс често крие огромни заетости и дългове.

Решете какво точно искате да постигнете след определено време. Стремете се да постигнете това, което искате, разчитайки на собствените си доходи, без да гледате собствеността на другите. Така можете не само да спестите, но и да увеличите капитала си.

ЖИВОТ ЗА ЕДИН ДЕН

Не можете да живеете, опитвайки се да получите удоволствие от това да харчите парите си за един ден, без да мислите за бъдещето. Това поведение ще ви доведе до дългов капан и финансова нестабилност.

За да си осигурите комфортно бъдеще, планирайте и разпределяйте бюджет всеки месец. Не забравяйте да планирате пенсионни спестявания и да заделите пари за непредвидени ситуации, като болест, загуба на работа и т.н. Този подход ще осигури финансова стабилност независимо от обстоятелствата. *money.bg*

Приемане на еврото: Как ще се променят цените?

КАКВО Е БЪДЕЩЕТО НА ПАРИТЕ?

полезни сайтове

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

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

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

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

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

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

полезни сайтове

Публикуваха за обсъждане Националния план за въвеждане на еврото в България
Скоро на пазара ще се появи българско растително месо

<http://www.manager.bg>

<http://www.money.bg>

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

6 признака, че имате силен имунитет

Трудно е за съвременния човек, който е постоянно зает, да наблюдава здравето си и да посещава лекарите навреме.

Важно е обаче да знаете, че можете самостоятелно да определите дали всичко е нормално. Ще разкрием топ 6 признака, че имате силен имунитет.

ЗДРАВА КОСА

Когато има дори малки проблеми в тялото, те се отразяват във външния вид на човека. Първата, която страда, е косата. Ако косата е бляскава, расте добре и не пада, тогава бъдете сигурни, че имате силен имунитет.

Важно! Обикновено човек губи до 100 косъма дневно. Това не е причина за безпокойство.

Ако на гребена остава повече коса от обикновено, тогава това е повод да потърсите помощ от лекар. Струва си да изпите курс от витамини, които само лекар ще предпише. В крайна сметка той ще може да определи необходимата доза, така че да повлияе благоприятно на здравето ви.

Какви витамини могат да ви изпишат лекарите: B12; B6; желязо; омега 3. Въпреки това, нека ви ги изпише лекар.

ЗДРАВИ НОКТИ

Трябва да разгледате ноктите на ръцете. В крайна сметка, на краката винаги са по-дебели и силни. Ако ноктите на ръцете са здрави, те не могат да бъдат огнати, това показва, че с имунитета всичко е наред и няма вируси. Ако нокътната плочка започна да екسفолтира, става тънка и на нея се появяват бели петна, тогава това показва липса на витамини и проблеми с имунната система, които трябва да бъдат решени.

БЕЗ ВЪЗПАЛЕНИЕ В УСТАТА

Стоматит, зачервяване и кръвене на венците могат да показ-



ват проблеми с имунната система. В здраво тяло това никога няма да се случи. Свръхчувствителността на зъбите може да бъде свързана със сърдечно заболяване. Лошият дъх може да показва нарушение на работата на стомашно-чревния тракт.

НОРМАЛНИ ИЗПРАЖНЕНИЯ

Ако нямате запек и диария, тогава това показва нормалното функциониране на вътрешните органи. Трябва внимателно да следите изпразненията си. Именно по този индикатор можете да разберете дали всичко е наред, или има някакви проблеми.

Особено важно е да се обърне внимание на цвета. Реална заплаха за здравето и дори живота може да бъде наличието на кръв. Особено това трябва да се следи от хора, които винаги имат студени ръце и крака.

Тези признаци могат да показват недостиг на желязо, което често е симптом на анемия. Често по същото време се развиват проблеми със стомашно-чревния тракт, които не могат да бъдат лекувани с активен въглен. Наистина в този случай човекът премахва симптомата, а не самия проблем.

ДОБЪР СЪН

Сънят е важна част от живота на човека. Всеки знае, че по време на спане човек се възстановява. Тялото сякаш се рестартира. Хората

трябва да спят поне 7 часа на ден. Само това може да осигури добро възстановяване. При редовна липса на сън шансовете за развитие на диабет, затлъстяване и сърдечни заболявания се увеличават. От липса на сън човек става раздразнителен. Често е с лошо настроение, което се отразява на качеството на живот.

СОЦИАЛЕН КРЪГ

Всеки човек трябва да бъде в обществото. Това помага не само да направите нови познанства, но и да получите подкрепа в трудни моменти, което е нужно на всеки. Колкото по-широк е социалният кръг на човек, толкова по-малко е податлив на психични разстройства. Това пряко се отразява на имунитета.

В случай, че се развие депресивно разстройство, апатия или други здравословни проблеми, имунитетът става слаб, което засяга абсолютно всички функции на организма. Не винаги депресията може да причини проблеми с имунитета. Понякога се случва такова разстройство да се развива точно поради липса на витамини.

За да предотвратите това, трябва: да се срещате с приятели; да общувате с нови хора; да се срещате по-често с роднини; да пътувате; да научите много нови неща; да се влюбите. Само по този начин всеки наистина може да стане щастлив човек.

За поддържане на силен имунитет е важно не само да приемате витамини и да следите храненето. Трябва редовно да се занимавате със спорт, да ходите много, да излизате сред природата и да водите активен начин на живот. Ако има лоши навици, тогава си струва да ги преустановите. След месец животът ще се промени драстично - вижте сами. /zdrave.to

Учените изчислиха в колко часа задължително трябва да си легнете да спите

Едва ли има някой, който не знае, че за всеки човек сънят е необходим като храна и въздух

Науката и безмъртието: Ще открием ли някога "извора на младостта"

Липсата на Омега-3 мастни киселини съкращава живота

Американски учени са идентифицирали нов фактор, който допринася за преждевременната смърт. За това пише в American Journal of Clinical Nutrition. Експертите са установили, че липсата на Омега-3 мастни киселини може да увеличи риска от преждевременна смърт, точно както пушенето. Учените стигнаха до това заключение след поредния етап от дългосрочно клинично проучване на сърцето, именувано "Фрамингам". Това изследване се счита за едно от най-дългите, тъй като започва през 1948 г.

Полиненаситените мастни киселини имат ключова роля за човешкото здраве, подкрепяйки работата на различни органи и системи. Те спадат към т. нар. полезни мазнини. Основната им роля се състои в изграждане на клетъчните мембрани и биосинтез на ейкозаноиди (важни тъканни хормони). Наричат се есенциални (незаменими), тъй като не могат да се синтезират в организма без необходимите прекурсори.

През 2018 г., според проучването "Фрамингам", са анкетирани 2500 участници на възраст между 66 и 73 години. Лекарите са установили, че консумацията на Омега-3 мастни киселини е свързана с намаляване на риска от сърдечно-съдови заболявания и увеличаване на продължителността на живота.

Хората с най-висок индекс на Омега-3 са с около 33 процента по-малко застрашени от преждевременна смърт.

Пушенето и индексът на омега-3 изглежда са най-лесно модифицируемите рискови фактори. Според последния модел пушенето скъсява повече от четири години живот, което е еквивалентно на съкращаване на живота на хората с нисък индекс на Омега-3", коментира д-р Майкъл Макбърни от Института за изследвания на мастните киселини.

Омега-3 мастните киселини се намират в изобилие в рибеното масло. Добри източници са студеноводните риби като сьомга, пъстърва, херинга, скумрия, риба меч, риба тон, сардини, както и маслото от антарктически крил. Съдържат се в някои растителни масла, ядки, леноно семе, чия, орехи, соя, слънчогледово семе. /по материали от интернет/



Водещите признаци, че сте изкарали COVID-19, без да разберете

Определиха смъртоносна комбинация от заболявания и COVID-19

Как да сведем до минимум наличието на акриламид в домакинството?

14 ПРИЗНАКА ЗА ИЗЛИШЪК НА ВИТАМИН Д В ТЯЛОТО

Черешите, мелатонинът и една причина да ги консумираме вечер

ПЪРВА ПОМОЩ ПРИ ПОХОД СРЕД ДИВАТА ПРИРОДА



ЗДРАВНИ ЗАВЕДЕНИЯ И КАБИНЕТИ

Аптека "Анита Занков"

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

ОЧЕН КАБИНЕТ

Д-р Тания 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“, 02/9154 213, централа: 02/9154 411

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“ ЕООД - 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

ПО-ВАЖНИ ТЕЛЕФОННИ НОМЕРА	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 нещастни случаи)	112
	Централен денонощен пост ПСС	02 963 2000
	За всички мобилни оператори	1470
	За справки, съвети (за всички мобилни оператори)	1471
	Електроснабдяване	070010010



GSM
сервис

MOBILVES

GSM
апарати и аксесоари

LG
Samsung
Apple
Sony
Alcatel
Xiaomi
Huawei

GSM апарати
таблети
аксесоари

**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.

сайта на **Дупница**
17 Он-лайн Бизнес Указател
DUPNITSA.NET
ГОДИНИ

РЕГИСТРИРАЙТЕ СЕ СЕГА И ПОЛУЧАВАТЕ
1 ГОДИНА БЕЗПЛАТНО!
ФИРМЕНО ПРИСЪСТВИЕ В САЙТА НА ДУПНИЦА

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



**За реклами
и публикации:**

0878 959 960

artmedia_2014@abv.bg

**ПЕРИЛНИ И
ПОЧИСТВАЩИ**

ПРЕПАРАТИ

НА НАЙ-ДОБРИТЕ ЦЕНИ!

Убедете се сами!



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 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

ГАЛЕРИИ Музеи

ДУПНИЦА

Галерия „Джамията“ пл. „Свобода“ 1
Изложба акварел на Моника Стойчева

Галерия „Околийска къща“

Изложба живопис Валентин Топалов

19.07., 17.00 ч. двора на Джамията

„Ад Либитум“ - пърформанс на възпитаниците на арт школа „Дон Кези“, посветен на Васил Левски

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 с творби на Н. Дюлгерев

Избрани произведения на Стоян Венев

Юбилейна изложба „120 години от рождението на Асен Василиев“

Изложба на кюстендилските художници „Кюстендилска пролет“

04 - 15.07.2021 г.

Студентски пленер „В ДУХА НА МАЙСТОРА“, с. Шишковци

15.07., 18.00 ч.

Изложба на участниците в студентски пленера

Галерия ИЩАР

Съвременно изкуство в областта на живописата, графика-

та, малката пластика, керамиката, текстила

089 918 5733, gallery_istar@abv.bg

Кюстендил, ул. „Търговска“ №44

Фейсбук Галерия Ищар/ Gallery Ishtar

РИМ „АКАД. ЙОРДАН ИВАНОВ“

http://www.kyustendilmuseum.primasoft.bg/bg/index.php

- Археологическа и нумизматична експозиция в зала „Асклепий“;

- Музеен кът за деца и любопитни възрастни

Галерии ПЕРНИК http://gallery.pernik.org/

e-mail: pk4art@yahoo.com

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

Изложба от колекцията на ХГ Перник

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

14.07.21 16:00 - 18:00 ч.

„Надежда“ - обща изложба на Румен Кожухаров и доц. Валентин Савчев

Галерия „Кракра“, тел.: 076/ 60 25 18

Мария Златкова – авторска изложба

15.07. 16:00 – 18:00ч.

„Колекцията на Юри Георгиев“ – гостуваща изложба от Държавен архив Перник, откриване

14.06.21 /събота/ 11:00 ч. НЧ „Трудолюбие-1926“

с. Боснек

Изложба на Сашо и Дария Евтимови с участие-то и на местни художници

12.07.21 г., 10:00 ч. РБ „Св. Минков“, отд. „Изкуство“ <http://www.libpernik.net>

„Жизнерадостната живопис на Любен Гайдаров“ – виртуална и библиотечна витрина по повод 115 г. от рождението на художника /12 юли 1906 г. – 10 септ. 2004 г./

16.07.21 /петък/ 10:00 ч. РБ „Св. Минков“

„Скулпторът проф. Емил Попов на 70 години“ /18 юли 1951 г./ - виртуална витрина

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

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ

<https://www.museumpernik.com>

- Въоръжение и снаряжение от фонда на РИМ – Перник

- „Пришълец от палеогена“ – сбирка минерали

- „В нашите земи от праисторията до средновековието“ – съвместно с Националния антропологичен музей към ИЕМПАМ – БАН

- Минната църква „Свети Иван Рилски“ – 100 години от освещаването ѝ

- Старинни стъклени шедьоври от фонда на РИМ – Перник

- „Некрополите на богатите и на бедните траки (XI-VI в. пр.Хр.)“

БЛАГОЕВГРАД

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

08.07.2021 г. 12:30 ч. В двора на Измирлиева къща в кв. „Вароша“

Откриване на шести Национален пленер по живопис „Живописната технология в съвременното изкуство“

16.07.2021г., 18:00 ч. ГХГ

Откриване на изложба от пленера

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ

<http://museumbld.com/>

19.07.2021г. 17:00 ч. Нова многофункционална зала

Изложба „Лято на пътешественика в музея“

Регионален исторически музей – Благоевград 20.07.2021г. 17:30 ч. Регионален исторически музей – Благоевград

Изложба „Златният трън“

САНДАНСКИ

Общинска художествена галерия (Дом на културата)

Епископска базилика

Галерия „Ликин“ гр. Сандански, ул. „Мелник“

№3, e-mail: gallery_likin@abv.bg, тел.: +359 899 857 524, <http://likin.atspace.com/>

ПЕРНИК <http://www.pernik.bg>

Културен календар община Перник

Културен календар Област Перник

БЛАГОЕВГРАД <http://www.blgmun.com/>

Програма за м. юли

Културен календар

Област Благоевград

КЮСТЕНДИЛ

Културна програма за м. юли

www.kultura-kg.info

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

ДУПНИЦА

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

<http://zadupnitsa.com/>

КЮСТЕНДИЛ

22-24.07.2021 г.

ШЕСТНАДЕСЕТИ ФОЛКЛО- РЕН ФЕСТИВАЛ „СРЕБЪРНА ПАФТА”

Парка пред НЧ „Братство
1869”

22.07.2021 г.

17:00 часа – Дефиле на участ-
ниците

от хотел „Велбъжд” до пло-
щад „Велбъжд”

17:30 часа – Концертна прог-
рама

23.07.2021 г.

18:00 часа – Концертна прог-
рама

24.07.2021 г.

18:00 часа – Концертна прог-
рама и закриване на фестивала

КУЛТУРЕН КАЛЕНДАР - БАНСКО



Благоевград

15.07.2021г.20:30 ч. Площад
„Македония” – открита сцена
пред Камерна опера

„ИСКРИ от ОПЕРЕТНАТА КЛА-
СИКА” с обичани арии и дуети от
оперетната класика

ДТ - Перник

15.07., 19:00 ч.

Театрален салон „Георги Ру-
сев”

„Баща ми се казва Мария” – от
Иван Ангелов, режисьор Асен
Блатечки, театрална постановка
с участието на Станимир Гъмов,
Румен Угрински, Стефан Рядков,
Петьо Петков-Шайбата, Жанина
Стоилова и Невена Бозукова

За резервация и контакт: 076
603 203

ОбДТ - Кюстендил

078 987 337, 0886 400 168

Лятно кино в петък с „Кине-
матограф Медия” от 21.00 ч.
6, 13, 20, 27 август 2021 г.

ОбДТ „Невена Коканова” -

Дупница тел.: 0893 394 778

12.07., 19.00 ч.

„Ама че семейство”, ре-
жисьор Валентин Балабанов

Постановка на ОбДТ „Невена
Коканова” - Дупница

20.07., 19.00 ч.

„Верига от думи” от майстора
на трилъра Жорди Галсеран!

Един спектакъл, изпълнен с из-
ненади, лъжи и неочаквани об-
рати, които ще ви оставят без
дъх...

С участието на ВИКТОРИЯ
ЯНЕВА и БОЖИДАР ПОПЧЕВ

Режисьор: Валентин Балаба-
нов

Превод от каталонски: Нева
Мичева

[Фейсбук страница](#)

[Арт Дупница](#)

[Фейсбук страница](#)

1 и 2 август – автокино под звездите и в Дупница

„Open Air Cinema“ стартира през март 2020 г., като инициатива, породена от първия локдаун вследствие пандемията от COVID-19. Те ще гостуват и в Дупница със съдействието на Община Дупница на 1 и 2 август.

Създателите Александър Сано, Васил Чорбанов и Александър Забунов решават да направят опит за автокино в няколко града в България. Успехът и отзвукът още след първите прожекции, довеждат до лавинообразен интерес. Така до края на летния сезон на 2020 г. успяват да реализират 31 прожекции в над 23 града в България, срещайки публиката с хитовите заглавия: „Диви и щастливи“ и „Привличане“. В началото на 2021 г., екипът решава да раз-

вие много по-организирано и мащабно инициативата си. Тази година зрителите в много повече градове ще имат възможността да се насладят на това събитие с много по-голям филмов реперто-

ар.

Прожекциите под звездите ще бъдат на 1 и 2 август, напълно безплатно на паркинга на „Кауфланд“ в града. Паркирането започва в 20 часа, а филмите са с начало 21,20.



Ladies of Jazz ще открият Банско Джаз Фест на 7 август от 20 часа

Идеята за създаването на уникалното трио „Ladies of Jazz“ идва на Ruth Koliva, която през 2018 година кани на една сцена Camellia Todorova и Милица Гладнишка Official. Събитието е повече от успешно. Публиката е във възторг.

Чест е за Банско Джаз Фест, че именно Ladies of Jazz ще го открият на 7 август от 20:00 часа!

„Готова е програмата на фестивала. Фокусът е върху български изпълнители, за да подадем ръка на хората, които година и половина не успяха да се качат на сцена и да имат досег с публика, както и да се застраховаме, че няма да имаме проблеми с пристигането от по-далечни дестинации“, заяви за БНТ Илияна Щерева от организаторите.

В програмата на фестивала са включени изпълнители от балканските страни – Северна Македония, Сърбия и Гърция.

„Имаме и екзотични изпълнители от Индонезия. За програмата тази година сме се постарали да звучи под мотото „Приемственост и развитие“ - приемственост в идеите, приемственост в поколенията на музикантите. Има 3 големи концерта в началото, средата и края на фестивала. Ще открием с концерт „Дами пеят джаз“ с Рут Колева, Милица Гладнишка и Камелия Тодорова. Завършваме с концерта на Хилда Казасян „Да послушаме кино“, допълни Илияна Щерева.

Според думите на кмета на община Банско Иван Кадев градът отдавна е целогодишна дестинация.

„Тази година, независимо от пандемията, имаме един сравнително добър зимен сезон. Лятната програма ще бъде изключително богата и разнообразна“, каза още Иван Кадев.



Пернишките художници организираха благотворителна изложба за лечението на колегата си Георги Георгиев

Продадени са 40 картини, а сумата е достатъчна за възстановяване на художника

Едно добро дело обедини десетки перничани, които не се колебаха да дарят в името на живота. Колеги, приятели, бизнесмени и ценители на изкуството се събраха на благотворителната изложба в подкрепа на пернишкия художник Георги Георгиев. Той премина през много тежка операция и се нуждае от скъпоструващо лечение за възстановяване. За кратко време повечето от предложените уникални, стойностни и ценни картини, наредени в галерия „Марин Гогев“ в кв. „Изток“, са изкупени, информираха организаторите.

Изложбата бе открита на 7 юли и продължи до 10 юли. На нея освен картини на колегите на художника от Перник, бяха изложени 25 творби от личната колекция на Георги Георгиев, както и 35 негови лични творби. Личната му колекция съдържа творби на видните художници: Любен Гайдаров, Димитър Делийски, Марин Гогев, Петър Борджошки и др.

“Каузата е изпълнена, събра-



Десислава Стоянова, Богомил Благоев и Ани Савова

на е нужната сума, лечението на Георги е осигурено, информира за „Югозапад“ в събота художникът Богомил Благоев, който е главен организатор на инициативата. Той сподели, че е приятно изненадан от желанието на пернишката общественост и бизнесмени да помогнат. Картините на пернишките

автори са се предлагали на цени от 200 до 400 лв., а тези на Гогев, Делийски и Гайдаров – от 800 до 2500 лв. Продадени са около 40 картини, като тези на по-старите пернишки майстори – на 100%, посочи той и допълни, че някои са купували по две и по три картини.

В подкрепа на Георги Георгиев-



Десетки колеги, приятели, бизнесмени и ценители на изкуството се събраха на благотворителната изложба в подкрепа на пернишкия художник Георги Георгиев.

ев се обедини цялата пернишка гилдия. Самият той е отдаден на благородно дело – ръководител е на защитено жилище за мъже и младежи с лека умствена изостаналост. Успява да ги обгрижва и обедини да съжителстват като едно семейство.

„Всички се включиха без всякакви условности. Хубаво е, че в Перник правим такова нещо, това не е за първи път и е чудесно, че хората са съпричастни. Много ценители на изкуството, бизнесмени и колеги се отзоваха. Дай боже винаги да бъдем такива. Това е една от най-хубавите изложби, които правим в тази галерия. Всеки един от гостите закупи картина и така подпомогна лечението на Георги“, каза още Богомил Благоев.

Ани Савова – секретар на НЧ „Съзнание 1922“ в кв. Изток в Перник изрази задоволство, че в галерията са минали толкова хора, които са били съпричастни на благородната инициатива. „Надявам се тези наши положителни мисли и чувства да достигнат до него по най-добрия начин“, каза още тя.

Кампанията бе подкрепена и от общинската управа, включиха се и общински съветници, зам.-кметът на Перник Стефан Кръстев, а неформален домакин бе кметът на кметство Изток Десислава Стоянова.

„Толкова много хора с големи сърца са тук. За мен е познат от много години – аз съм възпитаник на IV гимназия в Перник, а там той бе преподавател. Вярвам, че ще се оправи и ще продължи да прави своето творчество, защото Перник има нужда от такива хора като него. Благодаря и на неговите бивши колеги и на г-н Благоев, които са тук и са съпричастни на тази благотворителна инициатива“, каза Десислава Стоянова.

Фотограф Андон Тацев



Сред закупилите си картини бяха кметицата на Кметство Изток Десислава Стоянова, зам.-кметът на Перник Стефан Кръстев и общинската съветничка от БСП Ралица Андреева.

Валентин Топалов гостува със самостоятелна изложба в гр. Дупница

Представя 30 картини, от които 20 голям формат

Пернишкият художник Валентин Топалов откри самостоятелна изложба „Живопис“ в изложбена зала „Околийската къща“ в Дупница. На събитието дойдоха неговите колеги художници от Перник – директорът на ХГ – Перник Елена Темелкова, Снежана Велинова, уредник в пернишката галерия, Силвия Топалова, любители на изкуството в Дупница, художничката Милена Найденова и др. Изложбата бе открита с популярни народни песни от известната народна певица от Дупнишкия край Спаска Борисова в съпровод на акордеон от Венци Джаджаров. Уредникът на галерията Катя Йоцова пък отпрати специален поздрав на пианото към автора на изложбата. Преди това тя прочете рецензия за творчеството на В. Топалов, направена от проф. Чавдар Попов и връчи на художника поздравителен адрес от името на кмета на Дупница инж. Методи Чимев.

Валентин Топалов представя в двете зали на галерията 30 платна абстрактна живопис, от които 20 голям формат.

„Влюбен съм в това място. За мен е интересно - голямата и малката зала в галерията по някакъв неповторим начин си съжителстват. Приятно е в тази особена атмосфера да покажа своите неща. Картините са правени през последните две години. Отдавна не бях правил голям формат, в миналото работех често... Големият формат дава



Дуо „Настроение“ - Спаска Борисова и Венци Джаджаров

много нови възможности“, заяви Валентин Топалов.

Пернишкият художник е познат на дупничани. През 2014 г. той реализира самостоятелна изложба в Околийската къща и редовно се включва със свои творби в общите експозиции, организирани в галерията.

Валентин Топалов е роден през 1949 г. в гр. Перник. Завършва Художествената академия в София през 1972 г. със специалност резба. Има над 40 самостоятелни, както и много участия в национални и международни художествени изложби. Участва в редица пленери по живопис в България, Полша, Македония и Черна гора. Негови произведения са притежание на Националната художествена галерия в София и много общински художествени галерии в България. Картините му са собственост на част-

ни колекции и сбирки в България, САЩ, Франция, Германия, Холандия, Гърция, Македония, Чехия и др. През 2014 г. участва в голямата творческа работилница Cite des art в Париж.

Художникът е носител на награди от няколко поредни издания на Зоналната изложба „Струма“, а през 2013 г. получи голямата награда. Председател е на представителството на СБХ в Перник. Живее и работи в родния си град. Добре познат на ценителите на живописиста у нас и по света.

Преди няколко месеца Валентин Топалов представи в галерия „Париж“ в столицата изложбата си „Ефирни пътеки“. Последната му изложба бе в Перник - в Деня на българската просвета и култура – 24 май в галерия „Любен Гайдаров“. Изложбата му в Околийската къща може да бъде разгледана до 25 юли.

“Последните творби на Валентин Топалов са закономерен резултат от неговото досегашно развитие като живописец. Те свидетелстват за стремежа на автора все по-последователно да освобождава своя почерк от зависимостта от натурата и от бремето на сюжетното начало, като го насочва главно към знаково-символен тип изразяване в сферата на нефигуративното, на абстрактното. Творческото кредо на автора изповядва представата за картината като за автономен пластичен организъм, притежаващ свои собствени закони и логика. Независимо от това, че в някои платна можем да открием асоциации с предметни конфигурации, с природни елементи или с фигуративни мотиви, напомнящи ни, макар и далечно, „неща от живота“, те нямат определящо значение за поетиката на визуалния образ.

Художникът обръща основно внимание на самостоятелните експресивни възможности на цвета, на тона, на нюанса, на гамата, съмнявайки да оркестрира по впечатляващ начин многобройни различни по характер абстрактни компоненти – линии, петна и форми (геометрични или с дифузни размити очертания), фактура, текстура и т.н. постигайки – чрез сложни композиционни похвати – нужната органика на общото въздействие на пластическия образ. Избраната от Валентин Топалов стилистика илюстрира нагледно необятните възможности на абстрактната живопис за визуално споделяне със зрителя на различни размисли и емоционални състояния – от космологичните висини до най-интимните, личностни трепети на човешката индивидуалност.” проф. д. изк. Чавдар Попов



**Катя Йоцова
поздрави с из-
пълнение на
пиано авторът
на изложбата.**

Моника Стойчева: Акварелът е моята голяма любов

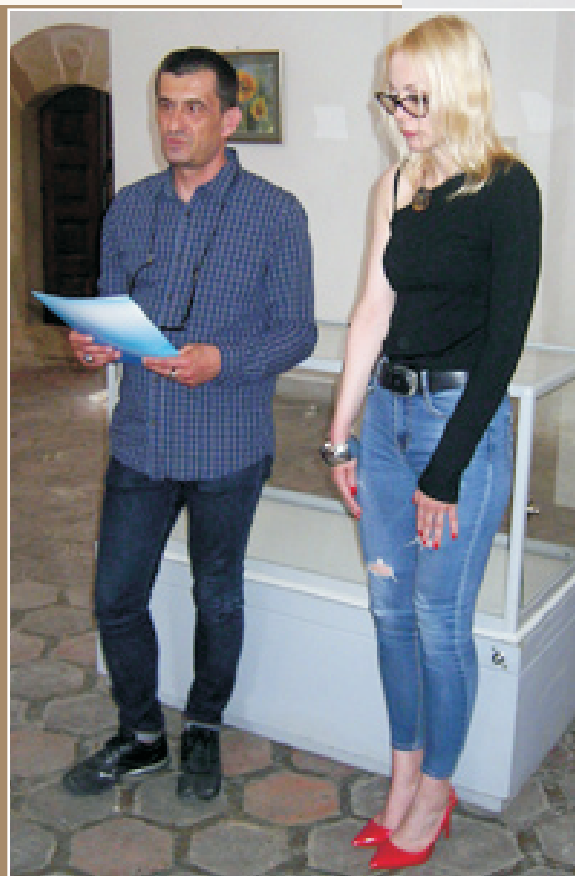
Младата столична художничка дебютира в Дупница с изложбата „Акварелни вдъхновения“

Младата художничка от София Моника Стойчева откри в Джамията в Дупница своята първа самостоятелна изложба. Под наслов „Акварелни вдъхновения“ авторката показва общо 26 творби – акварел и една графика, изпълнена с техника бял химикал върху кадастрон. Представена е и икона на „Св. Йоан Кръстител“. Експресивни горски пейзажи, разцъфнали макове, цветя, както и абстрактно голо женско тяло красят изложбена зала „Джамията“.

Моника Стойчева идва в Дуп-



Моника Стойчева пред любимите си „макове“. Вляво - Ивайло Орманков открива изложбата.

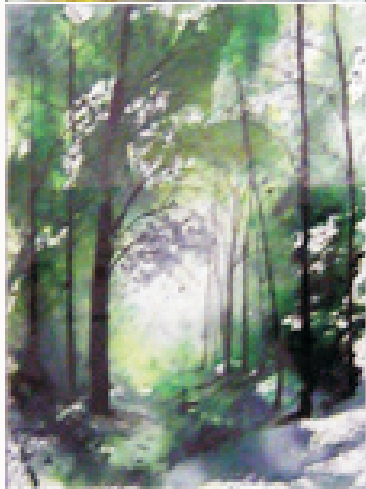


ница по покана на уредника на галерията Ивайло Орманков, който също е голям любител на акварела. Творбите, които той открил на Стойчева в социалните мрежи, го впечатлили. Авторката използва същата техника като него – „мокро в мокро“.

Сред гостите, дошли да разгледат изложбата и да поздравят авторката, бе и художничката Диана Дезир.

Моника Стойчева има участия в групови изложби. Картините в изложбата са от последните 2-3 години. Авторката споделя, че в пандемията с коронавируса е имала повече свободно време да работи. Пише и стихове – едно прекрасно допълнение към акварелните ѝ творби, които са много близо до поезията.

Споделя, че Дупница ѝ харесва, намира я за приятно, спокойно и красиво място с много зеле-



нина.

„Завършила съм Художествена гимназия, не бях рисувала дълги години, но благодарение на един курс по иконография се върнах към това нещо и започвах да се занимава по-сериозно. Това е специален курс по иконография към школата на храм „Покров Богородичен“ в школата на Младенка Ланджева. Благодарение на него се върнах към рисуването отново“, разкрива още младата художничка.

„Акварелът – това е нежна и красива техника, харесва ми, защото е като музика и ми дава голяма свобода... Освен това се развива като мелодия и поезия – специфична и красива мелодична техника. Така го усещам.

Насочила съм се и мога да кажа, че акварелът е голяма ми любов в живота, това е основното за мен, обичам природата – планината, цветята...“, споделя тя.

Експозицията на Моника Стойчева ще остане подредена в зала „Джамията“ до 15 юли.



Творби на Моника Стойчева.



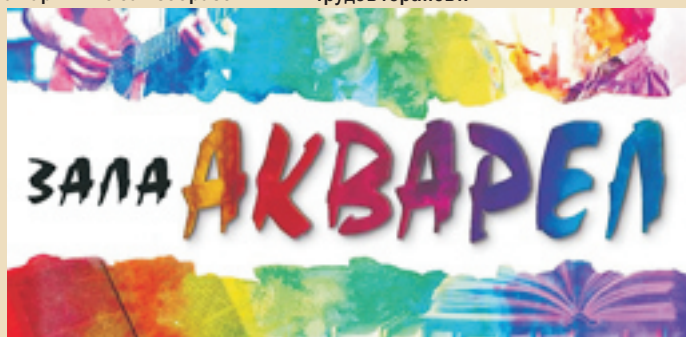
В зала „Акварел“ в Благоевград представят творби, изработени от потребители на социални услуги

В новооткритата зала „Акварел“ в Благоевград може да се видят творби, изработени от потребители на социални услуги

Изложбата бе открита в началото на месеца в новото арт пространство „Акварел“, а потребителите, ползващи социалната услуга на ДЦПЛУ „Светлина“ Виктор Манов и Георги Бойков, на ДЦДУ „Зорница“, ДЦПЛУ „Зорница“, Йорданка Стойкова и ЖЖЛУИ „Струма“ представят своите художествени произведения, рисувани с масло, темперни бои, акварел и с молив (графика). По-голямата част от картините са рамкирани, рисувани върху платно и картон.

Творбите са изработени в програмата на „Ателие“ за занимателна трудотерапия и занимания по изобразително изкуство. На картините са изобразени жи-

вотни (коне, бухали и делфини), обекти, хора и пейзажи. При рисуването на картините потребителите са насочвани от трудов терапевт.



Мария Златкова показва в Перник живопис и декорирани пана

Художничката Мария Златкова показва в пернишката галерия „Кракра“ 24 живописни платна и пана. Това са картини – масло, акварел и декорирани пана. Сред творбите и има пейзажи, натюрморти и абстракции, предизвикващи най-различни асоциации и емоции.

В тази изложба авторката иска да разчути акварелите си с пана, направени от ръчно изработена хартия, която е и допълнително обработена. В случая из-



Уредникът на галерията Първолета Маджарска, Мария Стойчева и Силвия Топалова

ползва смесена техника – декорирани пана на ръчно изработената хартия – неин стил, който за пръв път прилага преди 18-19 години. С творби с тази техника е правила 3-4 самостоятелни изложби, а има и участия в редица общи експозиции.

В изложбата включва и творби, рисувани на пленери и участвали и в други изложби. Споде-

ля, че рисува картини, които да бъдат по-достъпни и разбираеми за хората. Набляга на натюрморти със стари къщи и цветя. Държала е да се аранжират така, че да не се „бият“ едни със други. Затова акварелите са на едната стена, а паната от друга...

Изложбата е под наслов „Огледалото“. „Огледалото“ – защото отразява самата мен – моя



Момент от откриване на изложбата в галерия „Кракра“.

стил, моят начин на работа... хората като погледнат, да знаят, че картината е моя“, споделя художничката и допълва, че от много години е художник и винаги е държала на качеството.

Мария Златкова е работила в „Стомана“ – Перник, сега е аранжор в магазин за цветя в София. През цялото това време не спира да рисува. Правила е и керамика. Споделя, че е може би единственият автор, който ползва толкова техники. Неин брат е Евтим Постолюв – с когото често правят съвместни изложби.

Рисува и икони от 1992 г. В храма „Св. Димитър“ в самоковското село Клисуря освен надписа има 9 нейни икони, като тази на св. Димитър е с размери 100/70 см, поставена е до олтаря. Припомня високите изисквания да се направи и дари икона на църква. Нейна икона има и в храма „Св. Иван Рилски“ в центъра на гр. Перник.

Картини на художничката.



Изложбата е озаглавена „Огледалото“ – защото отразява самата мен – моят стил, моят начин на работа, казва Мария Златкова.

Фотограф Андон Тацев



В Благоевград стартира пленерът за съвременно изкуство



В Измирлиевата къща в кв. „Вароша“ - Благоевград бе открит VI Национален пленер по живопис „Живописната технология в съвременното изкуство“ - „РАЗЛИКА ИЛИ НЕ“. От 8 до 16 юли във възрожденския квартал на града ще творят десет автори, използващи различни техники на съвременното изкуство. Двама са от Благоевград и осем от страната. Те ще рисуват една седмица с материали, които осигурява Градската художествена галерия. Ще направят по две произведения, които ще останат във фонда на галерията. „Това е начин за попълване колекцията на галерията“, каза директорът на Градската художествена галерия Иван Милушев. Амбицията му е тази колекция един ден да се превърне в основата на един бъдещ музей.

„Този пленер за мен и моите колеги е свеж въздух в културния живот на града. Пленери останали много малко в страната. Хубавото е, че дават възможност за контакти между художници от страната, а понякога и от чужбина“, посочи Иван Милушев.

Куратор на събитието е Сашо Стоицов. Той заяви, че в този пленер са творили всички извес-

тни художници в страната, а тази година посоката е към младите. „Това са хора, които сега навлизат в изкуството. Има и такива, които са завършили в чужбина и работят с различни техники – спрей, отпечатащи и др.“, допълни той.

Участниците са: Петър Чиновски (визуален артист от Варна), Анна Васева, Били Матеева, Велислава Гечева, Калина Терзиева, Калия Калъчева, Николай Петров / GLOW, Савина Топурска, София Димова и Теодор Генов.

На 16 юли от 18:00 часа ще бъде открита изложбата от плене-

ра.

Повече от пет години в Благоевград се провежда Симпозиум по живопис за съвременно изкуство.

Дълги години автори, които са в широкото поле на световното изкуство, бяха в сянката на формалистичното соц - ограничение. Това продължава и сега след близо 30 години.

В Благоевград са събрани в държавна колекция работи на почти всички художници, работещи съвременно изкуство в България. Идеята е автори, работещи с различни медии в съвременното изкуство да „оставят своя отпечатък“ с конвенционални средства в уникална за България колекция, събирана от пет години в Благоевград. Колекцията има за цел да представи, колкото може по-голям спектър от художници работещи съвременно изкуство в България. Работите са основа за бъдещ Музей за съвременно изкуство в Благоевград.

Това е опит да се запълни голямата празнина от липса на селектиране на работи от съвременно изкуство по време на прехода



Снимки: Фейсбук страницата на ГХГ - Благоевград

Студентският пленер „В духа на Майстора“

За 8-и път студенти черпят вдъхновение от природните красоти на Кюстендилския край

На 5 юли в къща-музей „Владимир Димитров – Майстора“ в с. Шишковци бе открит студентският пленер „В духа на Майстора“. Същия ден участниците посетиха Художествената галерия и разгледаха забележителностите на град Кюстендил.

Художествена галерия „Владимир Димитров – Майстора“ е инициатор на Студентски пленер „В духа на Майстора“ в село Шишковци, чието начало бе поставено през 2014 г. За осма поредна година студенти от Националната художествена академия ще черпят вдъхновение от красивата природа на Земенското дефиле, Скакавишката водопад и Кюстендилското



Пред къща-музей „Владимир Димитров – Майстора“ в с. Шишковци

поле. Сътвореното там, по стъпките на Рисувача, ще бъде представено в Художествена галерия „Владимир Димитров – Майстора“. За разлика от пред-

ходните години, този път ще бъде поставена конкретна задача на младите творци, която предвижда създаване на скулптурни творби за Алеята на влюбените в лесопарк „Хисарлъка“, където имаше беседка „Гъбката“.

На 14 юли, от 18:00 ч., студентите ще участват в среща с творчеството на кюстендилски поети и музикални изпълнители „Поезия и музика край Струма“ в с. Шишковци, организирана от Народно читалище „Асклепион 1998“ – гр. Кюстендил.

На 15 юли, от 18:00 ч., в залите на Галерията ще бъде открита изложба, която включва живописни платна, рисунки и скулптурни пластики на студентите от НХА, създадени по време на пленера.

Студентският пленер е един от важните проекти на НХА, който се финансира по програмата за научната и художествено-творческата дейност на НХА и със съдействието на Община Кюстендил, на кметство Шишковци и на ХГ „Владимир Димитров – Майстора“.

Снимки: Фейсбук страницата на ХГ „Владимир Димитров – Майстора“



Участниците посетиха Художествената галерия

Деца от „Ателието“ подредиха своите рисунки в „Арт салон“-а в Перник

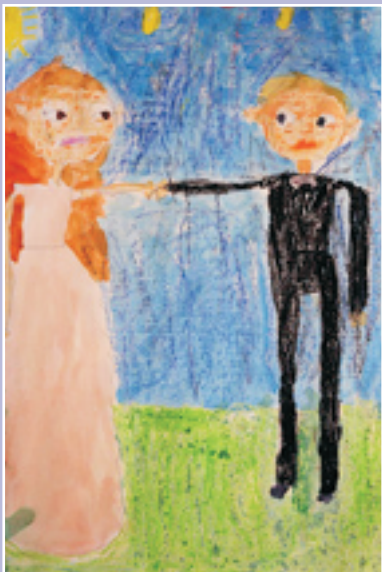
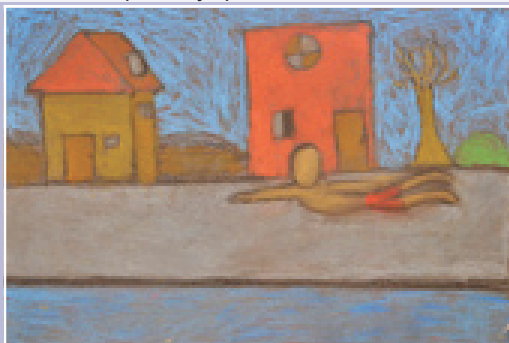
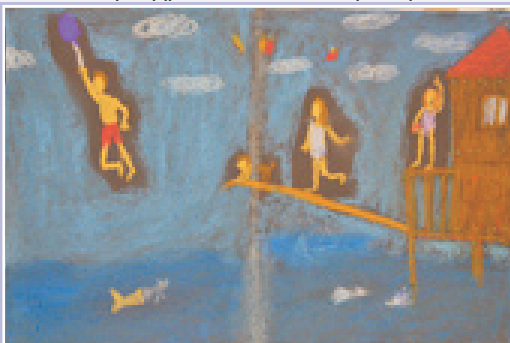
Изложба от творби на 27 деца от художествена школа „Ателието“ към Двореца на културата бяха подредена в галерия „Арт салон“ в Перник. Малките художници са на възраст от 7 до 16 години, рисунките им са със свободна, избрана от тях тематика, като е използвана разнообразна техника – въглен, молив, туш, пастел и др. Могат да се видят пейзажи, натюрморти, автопортрети с домашни любимци и др.

Изложбата се организира седма поредна година. Възпитаниците на школата провеждат заниманията си в най-голямата художествена галерия в Перник – „Любен Гайдаров“. „Това им дава възможност и да придобият художествена култура“, посочва ръководителят на школата Снежана Велинова. Родителите също обогатяват познанията си, като посещават постоянно галерията, превърнала се в естествена сре-

да за развитието на децата им, смята тя.

През учебната година участниците в „Ателието“ имат практически занимания и две изложби в края на сроковете – януари и юни. Отделно имат и образователна програма за деца и младежи – срещи с пернишки творци, лекции по история на изкуството, запознаване с различни художествени техники, беседи по темите изложби.

Фотограф Андон Тацев



Дупнишкият художник Димитър Божков открива изложба във Варна

Образът на птицата като надежда търсят в изложба Румен Кожухаров и Валентин Савчев

На 14 юли в галерия „Арт салон“ в Перник се открива обща изложба на Румен Кожухаров и доц. Валентин Савчев. Изложбата е озаглавена „Надежда“, като в нея се застъпва образа на птицата като надежда, каза за „Югозапад“ Румен Кожухаров. Той представя живопис, а доц. Савчев скулптура, като в галерията ще бъдат изложени около 20-25 творби на двамата автори.

Румен Кожухаров използва предимно маслена и смесена авторска техника – акрил, пастел, масло, мастила на акрилна основа и др., най-вече върху платна по-голям размер. Завършва ЧПСОУ „Свети Наум“ през 2007 г., а през 2012 г. две паралелни бакалавърски програми в Нов български университет, съответно „Дизайн и архитектура“ с модул „Интериорен и пространствен дизайн“ в департамент „Дизайн“, и „Пластични изкуства“ с модул „Живопис и стенопис“ в департамент „Изящни изкуства“. Следва и защитава 2 магистърски степени в Нов български университет 2014 г. – „Пространствен дизайн“ в департамент „Дизайн“ и „Живопис“ в департамент „Изящни изкуства“. През 2015 защитава магистърска степен в Национална художествена академия катедра „Стенопис“ към Факултет за изящни изкуства, в класа на проф. д-р Олег Гочев.

Д-р Румен Кожухаров успешно защитава докторска дисертация през 2018 г. с тема „Изобразителното изкуство и предметно-материалната среда“ с научен ръководител доц. Михаил Чомаков. Участва в над 40 общи и има над десет самостоятелни изложби. Учас-



Румен Кожухаров и Валентин Савчев

тва активно във всички важни събития свързани с изобразителното изкуство в цялата страна.

Доц. Валентин Савчев е ръководител на департамент „Изящни изкуства“ в Нов български университет от 2011 г. Завършва Техникума по керамика и стъкло в гр. София през 1974 г. През 1982 г. се дипломира като магистър по скулптура в Национална художествена академия при проф. Илия Илиев.

Работи в областта на малката пластика и декоративно-монументалната скулптура. Владее различни техники за работа с траен материал: бронз, камък и дърво. Има реализирани паркови пластики и пластични паметни знаци в страната.

Член е на Съюза на българските художници и на „Клуб между колеги“ и активно участва в национални и международни художествени изложби. Негови творби се намират в частни колекции в страната и чужбина: САЩ, Китай, Франция, Италия, Австрия. Реализирал е пет самостоятелни изложби в страната и чужбина.



Пластика на доц. Валентин Савчев

in memořiam

Почина художникът от Самоков Иван Шуманов

Напусна ни Иван Шуманов – един страхотен талант – художник и педагог, голям приятел на Дупница и Сапарева баня. Отиде си от нашия свят само на 37 години!

Иван Шуманов бе един много позитивен, винаги усмихнат, човечен, съпричастен млад човек. Ще го запомним с изложбите, които направи в Дупница и Сапарева баня, с участията му в общите изложби в региона и гостуването му с негови възпитаници в дупнишката галерия. Ще го запомним и със страхотните му картини, изобразяващи по своеобразен начин природата на Самоков и Рила, новите му и оригинални идеи в изкуството, които ни оставиха послание за повече доброта и уважение към природата...

Иван Шуманов е завършил специализиран клас за изящно изкуство в ОУ „Отец Паисий“ в Самоков при известния художник Васил Чакъров, ПГ за изящни изкуство „Николай Райнов“ в София със специалност „Графика“ и „Графичен дизайн“. Родителите му починали, когато бил малък, отгледан е от леля си Лили

Шуманова, която е председател на читалище „Младост“ в Самоков.

През 2018 г. Иван Шуманов придобива бакалавърска степен в СУ „Св. Климент Охридски“, специалност „Изобразително изкуство – неконвенционални форми“ при проф. Орлин Дворянов. От 2006 г. е секретар, а след това ръководител на художествени дейности и ръководител на школа за изобразително изкуство „Наум Хаджимладенов“ към НЧ „Младост 2003“. Има самостоятелни изложби в родния си град Самоков – в галерия „Масларски“, в р. „Езерото“, Сарафската къща и градска галерия „Проф. Васил Захариев“, самостоятелна изложба в галерия „Милениум“ в София в НДК през 1999 г. и в галерия „Околийска къща“ в Дупница през 2017 г., както и участия в десетки изложби в страната и чужбина, участия в пленери, биеналета и др. Правил е и стенописи в училища и бизнес сгради в Самоков, София и Босилеград (Сърбия).

В началото на годината откри девета самостоятелна изложба,



озаглавена „Изгонването от Рая“ – в софийската галерия „Дероо“, където бе поканен от художника Васко Славков.

Поклон пред паметта му!



Снимка от изложбата на Иван Шуманов през м. януари т.г. „Изгонването от Рая“ – в софийската галерия „Дероо“.

samokov365.com

Кралският артистичен кръг в Барселона награди Вежди Рашидов със златен медал /Real Circulo Artnstico/ – RCA



Отличието му се присъжда за изключителни заслуги към европейската култура.

На тържествена церемония в Двореца „Пинятели“ в Барселона Вежди Рашидов бе удостоен със Златния медал на Кралския артистичен кръг /Real Circulo Artnstico/ – RCA. Най-високото отличие на RCA му се присъжда за изключителни заслуги към европейската култура. Вежди Рашидов стана и почетен член на Съюза на испанските художници.

Церемонията по връчването на най-престижното отличие на RCA се състоя в четвъртък вечерта в двореца „Пинятели“ на ул. „Арс“, в центъра на каталунската столица... Средновековната сграда, архитектурен паметник на културата, е седалище на авторитетната институция.

На официалното събитие присъстваха ценители, колекционери, изкуствоведи, собственици на галерии, бизнесмени, представители на българската общност в Каталуния. Тук беше и ге-

нералният консул на РБългария в Барселона Цветелин Цолов.

„Връчваме максималната награда на Кралския артистичен кръг на скулптора Вежди Рашидов като признание за неговото творчество и за популяризиране на българското изкуство като министър на културата на България“, заяви Жозеп Феликс Бенц, президент на Кралския артистичен кръг на Барселона и член на Международната конфедерация на арт критиците. Известният изкуствовед подчерта значителния принос на Вежди Рашидов за укрепването на връзките между България и Каталуния.

„Колкото и награди да имам, това отличие ми е много скъпо, защото е медал на приятелството. Най-важното е, че две страни с много богата, древна култура и история се опознаха и ако съм бил за малко посредник на това, се чувствам много щастлив“,

призна развълнувано Вежди Рашидов.

Изкуството на Вежди Рашидов е познато на публиката в Каталуния. На 11 октомври 2018 г. бившият председател на Парламентарната комисия по култура и световноизвестният художник Николай Янакиев откриха в Барселона съвместна изложба от 12 скулптори и 11 живописни платна в най-старата професионална галерия в Испания. Златната книга на Кралския артистичен кръг съхранява подписите на двамата български творци, редом до посланията на Хуан Миро, Пабло Пикасо и Салвадор Дали.

Сред творчеството на Вежди Рашидов е и неговият „Портрет на Гауди“. Увековеченият образ на Антонио Гауди – прочутият архитект на емблематичната за Барселона катедрала „Саграда фамилия“ и други знакови сгради в Каталуния, е изваян от бронз.

Кралският артистичен кръг на Барселона е авторитетна институция, създадена за развитие на изкуството. Основана е през 1881 г. от няколко художници и е призната с името „Кралски артистичен кръг“ от крал Алфонсо XIII през 1916 г. В тази институция се е развила голяма част от каталунския модернизъм. Тук днес се представят изложби на художници от цял свят, има зали за обучение по рисуване, за концерти, конференции, както и за други културни събития.

По материали от Интернет



Изложби

ГОЛОТО ТЯЛО ВДЪХНОВЯВА НИКОЛАЙ ЯНАКИЕВ

8 спираци дъха планински гледки от Италия

7 изненадващи неща, които са забранени в Италия
От сядане на стълби до ходене по джапанки

5 ОТ НАЙ-ДЪЛБОКИТЕ И КРАСИВИ КАЪНИ В СВЕТА

Засекретените китайски пирамиди са два пъти по-високи от Хеопсовата, но не дават на никого да припира до тях

Осмото чудо на света и погребаното село, унищожени от невиджано бедствие

Стаи по един декар и космически цени - вижте
отвърте чисто новият най-висок хотел в света **ВИДЕО**

10-те най-добри европейски планински дестинации

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

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
Кюстендил, пл. "Велбъжда"

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://nameridobroto.com/>

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

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

<http://selo.bg/>

ТВ ПРОГРАМАТА

Програмата на театрите - София

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



Кино CINEMAX

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

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

БГ Арх Start.bg - сайтове и галерии на
български художници, екулптори, занаятчии
Литература: <http://magnifisonz.com>

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

<http://literaturesnviat.com/>

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

<http://bgbileti.com/>

<http://www.kulturbench.com>

<http://bulgariaart.wordpress.com>

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

Образователни сайтове: всичко - безплатно!