



ЮГОЗАПАД

Театрални постановки • Изложби • Културен календар

Брой 12 (165)

м. декември

15.12.2021-14.01.2022

Електронно издание на
Културно-информационен
гайд "Югозапад"



Изложба живопис "Уют" гостува в Дупница

стр. 15

Коледна изложба на художници от Благоевград отвори врати в Историческия музей

стр. 18

Кой е идеалният продукт за отслабване? 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	5/26

КУЛТУРЕН КАЛЕНДАР

Перник	12
Благоевград	12
Кюстендил	12
Галерии	11
Театри	12
Кино	26
Културни събития - София и страната	2

**6 причини
да не
можем да
пестим**

— 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 СОД
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
Изделия от плъст

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



Скъпи сънародници,
Клуб НАСЛЕДСТВО пожелава
Светлината на прекрасните предстоящи
Коледни и Новогодишни празници
да осветява Пътят на всички към Доброто,
към Успех, Благоролучието, Мъдростта и Щастieto!
Пожелаваме Здравето, Радостта и Благостта
да бъдат в основата на всичко във
Живота ви през 2022 г.

Весели коледни и новогодишни празници!



22 от най-силните цитати на всички времена**Ганди: Трябва да бъдете промяната, която искате да видите в света**

Някои думи и мъдри мисли крият голяма сила в себе си. Толкова голяма, че успяват да вдъхновят и вдигнат духа в едни от най-трудните моменти на един човек. Следващите мъдрости са тези, които могат да помогнат и да успеят да ни внушат вяра в успеха, давайки ни сила да продължим напред:

“Всеки е гений. Но, ако се съди по способността на една риба да изкачи някое дърво, тя ще живее целия си живот, смятайки, че е глупава.”- Алберт Айнщайн

“Преди да се диагностицирате с депресия и ниско самочувствие, уверете се, че не сте заобиколени от идиоти.” – Зигмунд Фройд.

“Този, който се страхува, че ще страда, вече страда от страха си.” – Мишел дьо Монтен

“В търсене на щастието в другите, ще го намерите в себе си.” – Неизвестен автор

“Успехът е способността да се движиш от един провал към друг, без да губиш ентузиазъм.” – Уинстън Чърчил



“Трябва да бъдете промяната, която искате да видите в света.” – Ганди

„Когато една врата на щастието се затваря, друга се отваря, но често ние се вглеждаме толкова дълго в затворената врата, че не забелязваме тази, която се е отворила пред

нас.” – Хелън Келър

„Предизвикателствата правят живота интересен, а преодоляването им е това, което прави живота смислен.“ – Джошуа Дж. Марин

“Ако искате щастие за един час – опсете. Ако искате щастие за един ден – отидете на риболов. Ако искате щастие за една година – наследете цяло състояние. Ако искате щастие за цял живот – помогнете на някого.” – Китайска поговорка

“Животът никога не става непоносим заради обстоятелствата, а само от липсата на смисъл и цел.” – Виктор Франкъл

“Животът е много прост, но ние настояваме да го превърнем сложен.” – Конфуций

На стр. 25

Весели коледни и новогодишни празници!

На нашите читатели, сътрудници, рекламодатели и на всички приятели, пожелаваме повече здраве, щастие, просперитет и много вяра и сили, за да вървим напред, да откриваме красивото в живота и да поддържаме огъня на доброта и любовта!



**Светла, здрава и успешна
Нова 2022 година!**

От екипа на
гайд “ЮГОЗАПАД”



**Честито
Рождество Христово!**



НЧ “Христо-Ботев 1978” - гр. Дупница,
честити светлите Коледни и
Новогодишни празници!
На всички свои членове,
читатели, партньори, сътрудници
желаем от сърце Здраве, Щастие,
Будност, Успехи, Вдъхновение,
Благоденствие и Благополучие
през Новата 2022 година!



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

www.stad.bg

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

E-mail: *mdionisiev@stad.bg*



АРМАТУРНИ РЕШЕНИЯ



АРМАТУРНИ МРЕЖИ

АРМАТУРНИ МРЕЖИ

Фирмата разполага с високопроизводителна машина за изработване на арматурни мрежи.

Предназначение – за подложен бетон, плочи и др.

Дебелина от ф 4.0 мм до ф 12.00 мм.

Размери на карето от 100x100 до 300x300 мм.

Габаритни размери 2200 мм до 6000 мм.

АРМАТУРНИ ЗАГОТОВКИ

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

Изработваме армопакети по заявка.

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

Услуги, магазини

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 препа-
рати, козметика. На най-добри
цени!

СОЛАР КОНСОЛ ЕООД

СЛЪНЧЕВИ СИСТЕМИ.

Доставка Монтаж Сервиз. Газови кот-
ли TESY. Висококачествени бойлери с
1 и 2 серпентини; буферни съдове и
слънчеви панели. Климатизи. Алу-
миниеви 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

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

ЯВОР ИВАНОВ - експерт ключар
Авто, секретни и ключове с чип.
Ремонт и монтаж на авто, го-
машни и секретни брави. Метал-
ни врати. Професионални консул-
тации

Перник, ул. „Петко Каравелов“ 6
(блока на кооперация „Колош“),
0898/32 90 35, 0878/32 90 35

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



Вървим към все по-голяма свобода как, кога и откъде да работим

Хората все повече търсят баланс между работа и личен живот и това не е функция само на пандемията, казва Дарина Пенева, управляващ директор на „Стантън Чейс Интернешънъл България“

Хората все повече търсят баланс между работа и личен живот. Това ще продължава да е така и аз не мисля, че е функция само на пандемията. Оттам идва и заявката за 4-работна седмица. Това не означава, че хората ще работят по-малко или няма да са толкова ангажирани в това, което правят. Може би ще използват технологиите, знанията и опита си, за да са по-ефективни, по-концентрирани и по-фокусирани, за да могат да имат повече време за хобитата си, за нещата, които им носят удовлетворение и са важни за тях като личности извън работната среда.

Чисто законодателно има доста път да се извърви, има варианти, които да се следват. Въпросът е, ние като работодатели да сме узрели за тази идея кога и за кого може да се приложи, защото тя е приложима в едни сектори, но не толкова в други. За мен това е тенденция, която ще продължи да стои на дневен ред и най-вероятно ще се търси вариант, в който тя да работи, тъй като 4-дневната работна седмица може да означава по-удължен работен ден или по-ефективна работа. В крайна сметка ориентираността към резултат ще е тази, която ще води компаниите, а не толкова



присъствието в работната среда, било тя виртуална или физически офис.

[Цялата статия четете тук](#)

МЛЕЧНИЯТ ПЪТ НА ЕДНО РОДОПСКО СЕЛО ДО КИТАЙ

Възможностите за инвестиции в Момчиловци са представяни и в Китай, и на различни български, и чужди форуми



0898 705 809



cpo_atlas@abv.bg



[atlas1972](https://atlas1972.com)

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 - 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 тийнджърите за света.



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

Богатите не правят така: 6 причини да не можете да пестите пари

Да не мислят за утре, да живеят комфортно и да не се страхуват да загубят работата си, са мечтите на мнозина. Но защото някои хора успяват да спечелят и да натрупат богатството си, докато други не?

Ето 6 причини, поради които не се получава да влезете в категорията истински богати хора.

1. ЛИПСА НА ЦЕЛИ И ПЛАН

Мнозина са убедени, че ясно планират живота си. Но ако се вгледате по-дълбоко, трябва да признаете, че това обикновено са едnodневни планове. Няма дългосрочна стратегия, нито ясна цел. Хората живеят като кораб, който не знае къде плава - люшка се от вятъра ту на една, ту на друга страна. Яснотата на формулировката е много важна - това ще ви позволи бързо да реализирате плановете си. Освен това желанията трябва да са лично ваши, а не наложени отвън и постижими.

Имайки предвид конкретни цели, можете да изградите подробни планове: какво точно трябва да се направи; колко пари са необходими; колко можете да спестите, за да съберете сумата; от къде можете да получите повече пари за по-бързо създаване на капитал.

Когато имате цели и планове, мозъкът ви е настроен да работи, ясно разбира какво е необходимо и се фокусира върху него. И не пропуска шансовете и възможности, защото няма хаос, всичко е планирано.

2. ЗАБЛУДАТА, ЧЕ БОГАТСТВОТО МОЖЕ "ДА ПАДНЕ ВЪРХУ ГЛАВАТА ВИ"



Източник: iStock

Много хора са страдали и сега си патят от финансови пирамиди и измамници, защото в главите им живее убеждението, че парите могат да бъдат получени внезапно и веднага в големи количества. В действителност създаването на капитал е просто дисциплина. Заделянето на пари на малки и малки суми е по-добре, отколкото изобщо да не го правите.

3. ПРИДРУЖАВАНЕ НА ПРОЦЕСА НА НАТРУПВАНЕ ОТ ГОЛЕМИ ЕМОЦИИ

Създаването на капитал не е филмът "Вълкът от Уолстрийт", в истинския живот това е скучен и безинтересен процес на логически и стратегически проверени действия. Липсата на емоции относно парите помага да се харчат по-малко за спонтанни ненужни покупки, да се печелят повече на борсата, като се избират добри компании и се влиза в трудни периоди за пазара. Именно тази стратегия дава голям темп на растеж.

4. ГОЛЕМИ РАЗХОДИ

Всички наистина богати хора пестят част от доходите си, без значение колко печелят. Спестяването на 10% от дохода е достатъчно за изграждането на сериозен капитал. А ако има възможност да спестите 15%, тогава ще стигнете до солидна сметка много по-бързо. Не е нужно да пе-

челите много или да живеете в икономичен режим, за да станете наистина богат човек.

5. МАЛКО ДЕЙСТВИЯ

Наистина богатите хора многократно са падали на дъното. Но след това са се изправяли и опитвали да успеят отново. Трябва да продължите напред, опирайки и разчитайки на житейския си опит. Дори и на отрицателния. Вашият собствен успех е само във вашите ръце.

6. ИКОНОМИИ ЗА СМЕТКА НА ЗДРАВЕТО И ОБРАЗОВАНИЕТО

Важно е да умеете правилно да харчите парите си. Няма смисъл да пестите от всичко, в ущърб на живота и здравето. Купвайки добри бутуши и палта за есента, вие се предпазвате от болест, която определено ще доведе до намаляване на доходите и увеличаване на разходите.

Инвестирайки в образование, вие добавяте стойност към себе си като специалист или бизнесмен и спестявате много време за сметка на метода "проба и грешка". Или например, когато харчите пари за бизнес реклама, вие инвестирате в бъдещи печалби. Трябва да правите всичко компетентно, не пестете от наемането на специалист, който дава конкретен измерим резултат, ако не можете да го направите качествено сами.

Пандемията показва, че наличието на спестявания е изключително важно решение. Приложете в практиката тези прости принципи и подходи и те ще ви помогнат да започнете да пестите и промените живота си към по-добро.

money.bg

Българският представител в топ 10 на най-високите небостъргачи в Централна и Източна Европа

Кои университети и специалности у нас носят най-висока заплата след завършване? Учени разкриха план за превръщането на Марс в Земя

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

БЪЛГАРСКИЯТ РОЗОВ ДОМАТ ИМА ШАНС ДА СТАНЕ КОСМИЧЕСКА ХРАНА
Той може да стане част от менюто на Европейската космическа агенция под формата на специално ястие

<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

Добавки за по-силен имунитет – какво се случва с тялото, когато не ги приемем?

Витамин D е особено важен по време на пандемия

По време на пандемия, освен COVID-19, има много други вируси и сезонен грип, от които да се притесняваме. И със застудяването навън, всеки от нас търси начини да повиши защитните сили на организма, да се предпази от тях по някакъв начин. Това може да стане чрез приема на някои натурални средства, както и добавки, препоръчани от специалисти.

„Имаме късмет да живеем в епоха, в която можем да засилим имунната си система и да предотвратим заболявания чрез диета и хранителни добавки. Но това не винаги е било достъпно за всяко поколение“, коментира пред Eathis Триста Бест, според която добавките за повишаване на имунитета са широко разпространени днес и имат големи ползи за здравето като цяло.

Какво представляват добавките за по-силен имунитет?

Най-често срещаната форма на добавки за повишаване на имунитета са витамините под формата на хапчета.

„Те се предлагат в индивидуална витаминна форма като витамин D или C, а може да са патентована смес, която комбинира множество хранителни ве-

щества в едно като цинк, витамин C, витамини от група B, селен и други“, продължава Бест.

Основното, което правят добавките, е да намалят риска от цитокинова буря – реакция на имунната система, която води до разболяване. Те имат противовъзпалителен характер и засилват устойчивостта на организма срещу болестотворните микроорганизми, попаднали в него по един или друг начин.

Какво се случва, когато не приемем добавките?

СТРЕСЪТ СЕ УВЕЛИЧАВА

Повишаване нивото на стреса е един от основните странични ефекти при спирание приема на добавки за по-силен имунитет. По думите на Кортни Д'Анджело, автор на книгата GoWellness, това може да бъде причината за един порочен кръг, от който няма излизане.

„Възможно е нивата на стрес да се увеличат, ако имате по-слаба имунна система. Ако този стрес стане дългосрочен, може да отслаби още повече отговора на имунната ви система“, казва тя пред Eathis.

ТЯЛОТО СЕ ЗАРАЗЯВА МНОГО ПО-ЛЕСНО

Сигурно си казвате: „Аз съм здрав,



защо ми е да се тъпча с витамините?!“, но все пак, в сезона на вируси, е добре да взимате нещо от превантивна гледна точка. А и все пак, с приближаването на зимата рискът от хващане на настинка и грип е много по-голям.

ТЕЖКО ПРОТИЧАНЕ НА БОЛЕСТТА

Колкото по-силна е имунната ви система, толкова по-голям е шансът да изпитате по-малко тежки симптоми, ако се разболеете през есента или зимата.

„Заедно с по-ниския имунитет и по-голяма чувствителност, индивидът, който избере да не приема имуностимулираща добавка, е изложен на по-голям риск заболяването да протече по-тежко и да продължи по-дълго“, казва още Триста Бест.

Специалистът разкрива, че когато имунитетът е по-силен, тялото също може да се сблъска с вируси, но ще ги отблъсне по-лесно.

tialoto.bg

Диетолог разкри идеалния продукт за отслабване

Диетолог посочи, че ежедневната консумация на извара има благоприятен ефект върху състоянието на костите, черния дроб, мускулите, а също така нормализира съня и помага да стопите излишните килца.

Според експерта Олга Кораблева изварата е богата на триптофан, аминокиселина, която облекчава безсънието, тревожността и депресията. Продуктът също така съдържа много калций и фосфор.

„Като я включите в диетата си ще се отървете от проблеми със зъбите, костите ви ще станат по-силни, а ноктите и косата ви ще изглежда по-добре“, казва тя.

Диетологът посочва още, че изварата засища бързо глад. Това се дължи на факта, че в 100 грама от продукта има 9 процента мазнини и 16 процента протеин.

„По този начин вероятно няма да можете да преяждате. И най-вероятно с извара в менюто ще ядете дори по-малко храна от



обикновено“, казва Кораблева,

Тя добавя още, че продуктът съдържа и аминокиселината метионин, която ускорява метаболизма на мазнините и понижава лошия холестерол в кръвта.

Осем огромни ползи от киселото зеле за здравето Зеленчукът, който подобрява женското здраве

Нарът - полезен за кръвното, кожата и имунитета

Нарът е познат на човечеството още от древността, но през последните години стана изключително популярен заради откритите от учените полезни свойства, които съдържа.

Смята се, че персите първи са започнали да култивират дървото на нара, а по-късно то се е разпространило и към Южна Европа – поне така се твърди в древногръцките митове и старите свещени текстове. 11 супер храни за добро здраве



В Египет плодът се появява около 1500 години пр. н.е. По онова време са му се покланяли, като са го смятали за незаменимо лекарство и ценна храна. Доказателство за това са откритите по стените на гробниците рисунки на дървото.

За хората от отминалите епохи нарът символизира живота след смъртта и плодovitостта. Той е използван по време на сватбени ритуали, празнични церемонии и различни свещенодействия, пише руският портал Yandex. Плодът е бил символ на богатството, плодородието и просперитата.

Съвременните учени доказваха, че нарът е богат на антоциани и полифеноли, които блокират свободните радикали. Антиоксидантите са полезни за кожата, защитават я от ултравиолетовите лъчи и ускоряват регенерцията].

Сокът от нар е полезен за имунната система, циркулацията на кръвта и за нормализирането на концентрацията на холестерин в организма. Редовната консумация на плода намалява риска от сърдечно-съдови заболявания.

Козметичното масло, приготвено от нар, е източник на антиоксиданти, полезни за здравето и външния вид на кожата. Маслото се препоръчва за грижа за лицето, шията, зоната на деколтето, като придава на кожата сияние и младост и подобрява тонуса.

Нарът се препоръчва при суха кожа, пигментни петна, бръчки и акне. Съдържащите се в нара активни вещества стимулират производството на еластин и колаген в клетките на кожата, което я прави гладка и мека.

8 неща в дома ви, които увреждат щитовидната жлеза

6 БОЛЕСТИ – ТИХИ УБИЙЦИ

Такива заболявания не могат да се проявят по никакъв начин дълго време, но в същото време изведнъж провокират смъртта на човек

Популярни хранителни навици, които увреждат сърцето

КАК СЕ ОКАЗА, ЧЕ СУШИТО ПРЕДПАЗВА ОТ КОРОНАВИРУС

Селенът повишава риска от тумор на простатата

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,

централна: 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“ 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

Приемен кабинет - 0746/30608; 0887652208

Приемен кабинет - гр. Петрич 0886 723 913

"СБХ - Сандански" ЕАД кв. Смилково, 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 сл. служба (при нещастни случаи)	112
Централен денонощен пост ПСС	02 963 2000
За всички мобилни оператори	1470
За справки (за всички мобилни оператори)	1471
Електроснабдяване	070010010



GSM
сервис

MOBILVES

GSM
апарати и 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	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

ГАЛЕРИИ Музеи

ДУПНИЦА

Галерия "Джамията" пл. "Свобода" 1

Изложба живопис на Йовка Мечкарова и Албена

Гелева

Галерия "Околийска къща"

Спомен за Андрей Севдин - изложба с картини на художника, някои от които непредставяни

САПАРЕВА БАНЯ

ГХГ "Васил Крапчански", (в ремонт)

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 Николай Дюлгеров

Избрани произведения на Стоян Венев

Юбилейна изложба „120 години от рождението на Асен Василиев“

„Завръщане“ - изложба по повод 100 години от рождението на кюстендилския художник Никола Мирчев

Изложба от пленера "Св. Лука"

22.12.2021 г., 17.30 ч.

Коледна изложба на кюстендилските художници

Галерия ИЩАР

Съвременно изкуство в областта на живописата, графиката, малката пластика, керамиката, текстила

089 918 5733, gallery_istar@abv.bg

Кюстендил, ул. "Търговска" №44

Фейсбук Галерия Ищар/ Gallery Ishtar

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ

„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

ИЗЛОЖБЕНА ЗАЛА НА ДЖАМИЯ „АХМЕД БЕЙ“

КЪЩА-МУЗЕЙ „ДИМИТЪР ПЕШЕВ“

- Експозиция, посветена на Димитър Пешев и спасяването на българските евреи през Втората световна война

КЪЩА-МУЗЕЙ „ИЛЬО ВОЙВОДА“

- Експозиция „Национално-освободителните борби на населението от Кюстендилския край“

ЕМФИЕДЖИЕВА КЪЩА

- Експозиция "Градски бит и култура на населението в Кюстендил от края на XIX и началото на XX век"

МУЗЕЕН КОМПЛЕКС „СВ. ГЕОРГИ“

Галерия ПЕРНИК <http://gallery.pernik.org/>

e-mail: pk4art@yahoo.com

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

16.12.2021 г., 16.00-18.00 ч.

Коледна изложба на Представителството на СБХ Перник

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

Изложба с плакати от архива на галерията от 2008 г.

Галерия "Кракра", тел.: 076/ 60 25 18

Изложба на Ралица Мирчева

06.01.2022 г.

Изложба пластика на Борислава Борисова и Емануил Врангов

ХГ "Марин Гогев", при чит. "Съзнание 1922" - км. Изток, 076 670 634

Vip Gallery, ул. "Св. св. Кирил и Методий" №23, тел.: 0898/53 56 28, www.vipgallery.eu НЧ „Нови хоризонти-2009“

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ<https://www.museumpernik.com>

Изложби:

- "Пътуване във времето"

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

20.12.2021 г., 18.00 ч.

Коледна изложба базар на художници от Благоевград и региона,

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ<http://museumbld.com/>

Коледна изложба на художници от Благоевград и региона

САНДАНСКИ

Общинска художествена галерия (Дом на културата)

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

БЛАГОВЕВГРАД <http://www.blgmun.com/>

Програма за м. декември

Културен календар

Област Благоевград

КЮСТЕНДИЯ

Културна програма

www.kultura-kn.info

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

ДУПНИЦА

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

<http://zadupnitsa.com/>

ТЕАТЪР

Благоевград

Театрални постановки и концерти

12.12.2021 г. 11:00 ч. Младежки дом

„За една обикновена шапчица червена“. Куклен театър Благоевград

14.12.2021 г. 19:00 ч. Голяма сцена Драматичен театър „Никола Вапцаров“

„Панаир на суетата“ по Уилям Такъри, режисьор Маргарита Мачева Драматичен театър „Ни-

кола Вапцаров“

15.12.2021 г. 19:00 ч. Зала „Пе-йю Яворов“

„КОЛЕДАТА Е ВЪЗМОЖНА“ Концерт на Ансамбъл „Пирин“. Билети на касата на зала „Пе-йю Яворов“

16.12.2021 г. 19:00 ч. Зала „Пе-йю Яворов“

„КОЛЕДАТА Е ВЪЗМОЖНА“ Концерт на Ансамбъл „Пирин“. Билети на касата на зала „Пе-йю Яворов“

17.12.2021 г. 18:00 ч. Камерна сцена,

ПРЕМИЕРА на;

„Неволята“ по български народни приказки, режисьор Огнян Спиров Драматичен театър „Никола Вапцаров“

17.12.2021 г. 19:00 ч. Зала „Пе-йю Яворов“

„КОЛЕДА Е!“ Коледен концерт на Камерна опера Благоевград /вход свободен/

18.12.2021 г. 11:00 ч. Камерна сцена

ПРЕМИЕРА на „Неволята“ по български народни приказки, режисьор Огнян Спиров. Драматичен театър „Никола Вапцаров“

18.12.2021 г. 11:00 ч. Младежки дом

„Снежната кралица“. Куклен театър Благоевград

18.12.2021 г. 13:00 ч. Пред Зала „22-ри Септември“

КОЛЕДЕН КОНЦЕРТ НА ВОКАЛНО СТУДИО „ФА ДИЕЗ“

18.12.2021 г. 18:00 ч. Зала „Пе-йю Яворов“

„КОЛЕДЕН КОНЦЕРТ“ НА ДЕНС СТУДИО „ДЕ ЖА ВЮ“

19.12.2021 г. 11:00 ч. Младежки дом

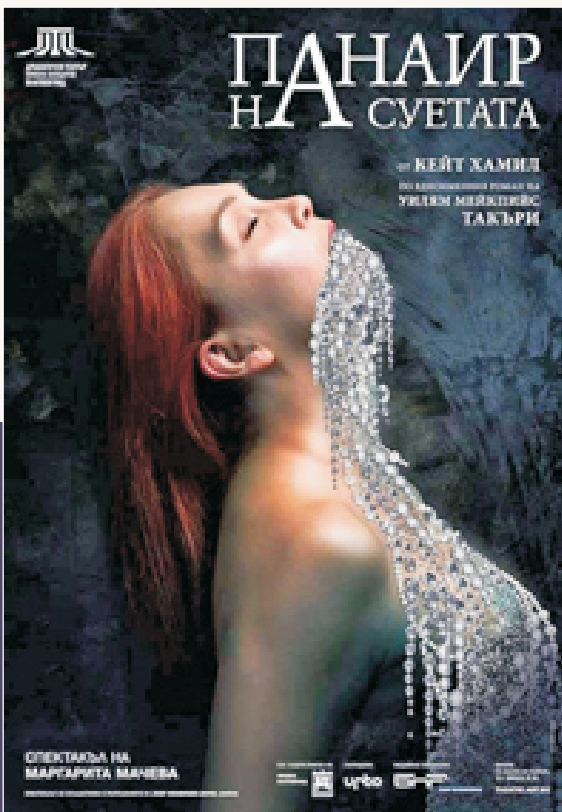
„Снежната кралица“. Куклен театър Благоевград

19.12.2021 г. 17:30 ч. Зала „Пе-йю Яворов“

„КОЛЕДНО ВЪЛШЕБСТВО“ - концерт на Танцов клуб „Силвана Денс“

20.12.2021 г. 17:00 ч. Младежки дом

„Златното момиче“ - Куклен театър Благоевград



Събитията ще се провеждат в съответствие с регламентираните противоепидемични мерки!

ПАНАИР НА СУЕТАТА

по едноименния роман на Уилям Такъри адаптация Кейт Хамил

превод Маргарита Мачева

сценичен вариант и режисура – Маргарита Мачева

сценография и костюми – Марина Райчинова

музика – Петър Дундаков

хореография и пластика – Мариана Йотова

Участват: Мариана Бонева, Гергана Цакова, Нено Койнарски, Божидар Йорданов, Иван Николов, Аладин Алиибрахим, Теодор Куков, Неделяна Павлик

21.12.2021 г.17:00 ч. Младеж-ки дом

“Принцесата и граховото зърно”. Куклен театър Благоевград

21.12.2021 г.18:00 ч. Зала „Пе-йо Яворов”

“LET IT SNOW” ДЖАЗ КОЛЕДА - концерт на Биг Бенд – Благоевград и децата на Благоевград /Вход свободен/

22.12. 17:00 ч. Мл. дом

„Снежната кралица”. Кукл. театър Благоевград

22.12.2021 г.18:00 ч. Зала „Пе-йо Яворов”

Коледен концерт на НХГ „Св. св. Кирил и Методий”

22.12.2021 г.19:00 ч. Голяма сцена Драматичен театър „Никола Вапцаров”

“Колко е важно да бъдеш сериозен” от Оскар Уайлд, режисьор Антон Угринов. ДТ „Никола Вапцаров”

23.12.2021 г.17:00 ч. Младеж-ки дом

“Снежната кралица”. Куклен театър Благоевград



ОбДТ - Кюстендил

078 987 337, 0886 400 168

ОДТ “Боян Дановски” -Перник

17 декември, 19.00 ч.

„Сватба със закъснител” от Робин Худън, режисьор: Николай Гундеров. Участват: Филип Аврамов, Мая Бежанска, Тони Минасяни и др.

23 декември, 19.00 ч.

„Кафе с претенция” от Георги Марков. Режисьор Иван Урумов. С участието на Моню Монеv,

Юлиян Вергов и Иван Радоев. Представление на театър “Българска армия”

По заповед на МЗ е необходимо да притежавате валиден зелен сертификат, за да дойдете на театър.

Може да резервирате Вашите места като позвъните на тел.: 076 603 203, както и на 0884 625 889 (в рамките на работното ни време).



ОБДТ - Дупница с премиера за 15 декември

На 15 декември Общински драматичен театър „Невена Коканова“ ще представи постановката „Запазено място за утре“. Това е адаптация по пиеса на Шарл Шара, а режисьор е Христо Чешмеджиев.

На пресконференция преди премиерата Христо Чешмеджиев разкри, че в пиесата става въпрос за двама мъже, влюбени в една жена. Тя е живяла с единия, а сега живее с другия. Единият праща другия за далечни острови на една гара. Двамата мъже са приятели, между тях обаче стоят много неща от миналото, които те си казват на тази гара, докато чакат закъсняващия влак. Историите, които споделят, са и философски, и доста забавни, разказа Христо Чешмеджиев. Той благодари на Общината за възможността да осъществяване на представлението и допълни, че това представление е и забавно, но и поставя доста философски въпроси за живота, а и всеки може да открие себе си в мислите, изразени от героите.

Христо Чешмеджиев е актьор в Наро-



Христо Чешмеджиев

ден театър „Иван Вазов“, но и също режисьор и преподавател по актьорско майсторство в Артистични школи на Културен център „След Тунела“ в София. От творческия сезон 2012 – 2013 г. той създава собствена „Театрална школа на Христо Чешмеджиев“ към Културен център „След Тунела“. Озвучавале редица игрални филми и сериали. От около година работи на половин щат в общинския театър в Дупница. На пресконференцията присъстваха и актьорите участници в

ОБДТ „Невена Коканова“ - Дупница тел.: 0893 394 778
15.12., 19.00 ч.

„Запазено място за утре“, премиера на ОБДТ „Невена Коканова“ - Дупница, режисьор Христо Чешмеджиев, с участието на Владимир Богданов и Петко Каменов

[Фейсбук страница](#)

Арт Дупница

[Фейсбук страница](#)

постановката Владимир Богданов и Петко Каменов, както и директорът на театъра Валентин Балабанов.

Премиерата на постановката е на 15 декември и ще бъде представена на камерна сцена. Обособено е пространство за 37 зрители, а при по-голям интерес местата ще бъдат увеличени на 50. Ще могат да присъстват единствено при тежатели на зелен сертификат. Билети ще се продават от 13 декември – понеделник на касата на театъра. Цената е 10 лв., а при по-голям интерес, ще бъде намалена на 8 лв.

ЗА ЕДНА ОБИКНОВЕНА ШАПЧИЦА ЧЕРВЕНА

Адаптация: проф. АНАБ ИЛИЕ
Превода: АНАБ ИЛИЕ
Текстове: Борислав
Музика: проф. Борислав
Актьори: д-р Л. Борислав
Сценариста: Христина
* Елизабет *
Музика: Борислав
Участници: Димитър, Виктория, Виктор, Катерина

www.kulindagroup.org | www.facebook.com/kulindagroup | e-mail: gylind@abn.bg

БЕЗПЛАТЕН КУКЛЕН ТЕАТЪР ЗА ВСИЧКИ ДЕЦА НА САНДАНСКИ!

На 15 декември, в навечерието на Коледните празници, община Сандански ще зарадва всички деца с безплатен куклен театър на любимата приказка „За една обикновена шапчица червена“.

Весело, пълно, изпълнено с много песни, танци, кукли и неочаквани обрати, това представление ще пренесе малки и големи във вълшебния свят на приказките. А там ще разберем, че четенето на книги е начин всеки да открие един по-красив свят. След края на приказката, малчуганите ще бъдат поздравени от самия Дядо Коледа, който ще ги изненада от сцената на Дома на културата.

Очакваме всички малки и пораснали деца на 15 декември /сряда/, от 17:30 ч. в Дома на културата. При голям интерес, представлението ще се изиграе още веднъж, непосредствено след края на първата постановка.

Ще бъдат спазени всички противоепидемични мерки, като зрителите над 18 години ще бъдат допускани със „зелен сертификат“ или отрицателен тест за COVID-19.

Изложба живопис “Уют” гостува в Дупница

Художничките Йовка Мечкарова и Албена Галева откриха обща експозиция в галерия “Джамията”

Под наслов „Уют“ Йовка Мечкарова и Албена Галева откриха съвместна изложба в галерия „Джамията“ в Дупница. Това стана на 1 декември, а изложбата уважиха техни близки и приятели. Двете дами, посветили се на изкуството, предлагат на дупнишките любители на живописа общо 38 картини, главно пейзажи, сред които на стари къщи, цветя, коне, както и цветя и пейзажи върху дърво. Йовка Мечкарова показва и няколко картини, в които в центъра е българката в народна носия, а Албена Галева има също няколко женски портрети, но жената там е сред природата в градски дрехи. И двете художнички работят с масло. Рядко обаче между двама различни творци се постига такъв синхрон по отношение на теми, идеи и реализация. Двете творчески линии вървят паралелно, някъде се



Ивайло Орманков връчи поздравителни адреси на художничките от името на кмета на Дупница инж. Методи Чимев.



пресичат, другаде се раздалечават, но винаги предизвикват възхищение и възторг у зрителя. Художничките споделиха, че рядко правят изложби, отдават се на основната си работа, която обичат, но успяват да намерят време и сили в свободното си време да рисуват и да пътуват сред природата.

Изложбата откри уредникът на галерията Ивайло Орманков, по чия-

то покана гостуват двете художнички. Той сподели, че е имал най-напред разговори и съгласие от Албена Галева, а след това и от Йовка Мечкарова за съвместната изложба. Художничките са дългогодишни приятелки, имат хубави професии, а рисуването им е хоби. Тази изложба е един достоен финал на творческата година и добро начало за 2022 г., посочи той. Орманков връчи и поздравителни адреси на двете дами от името на кмета на Дупница инж. Методи Чимев.

Йовка Мечкарова е родена в гр. Калофер. От малка обича да рисува пейзажи от родния си град. Професионалното си образование получава през 1995 г. в Художествено училище за приложни изкуства „Проф. Венко Колев“ – гр. Троян. Нейни творби са в частни колекции на любители на изкуството у нас и в чужбина, а друга част могат да бъдат видяни в художествените галерии на гр. Велико Търново, където живее и твори.

Албена Галева е учител по изобразително



Албена Галева и Йовка Мечкарова предлагат на дупнишките любители на живописата вълнуващи картини - пейзажи със стари къщи, цветя, коне...



Картини върху дърво на Йовка Мечкарова. Вляво - творби на двете художнички.

изкуство в 4-то ОУ „Проф. Джон Атанасов“. Родена е в Плевен, но живее и работи в столицата. Завършва приложни изкуства в гр. Троян, след което учи в ЮЗУ „Неофит Рилски“ педагогика на изобразителното изкуство. От 2001 г. преподава и се занимава с живопис. През 2013 г. е наградена със статуетка и грамота „Учител на годината“. Същата година прави първата си самостоятелна изложба. Участничка е и в международния проект през 2016 г. „Картина от мнозина“, където нейн ученик печели статуетка „Рицар на четката“. През 2017 г. по покана на художничката Кунка Бакалова, прави изложба в гр. Карлово. Участничка е и в много конкурси и пленери, а нейни картини красят и внасят уют в множество домове.

Експозицията ще бъде изложена в галерията до началото на следващата година.



Коледна изложба на художници от Благоевград отвори врати в Историческия музей

На 2 декември в една от залите на Регионалния исторически музей – Благоевград бе открита Коледна изложба на художници от Благоевград и региона. Представени са 62 творби – живопис, графика, скулптура, керамика и приложно изкуство на 22-ма автори. Сред тях са Живко Янев, Георги Стойчев, Ангелина Станчева, Емил Куков, Георги Драчев, Христо Шапкарев, Димитринка Гошева и др.

„Създадени в трудна година, творбите илюстрират несломимостта на творческия дух на авторите“, каза при откриването на изложбата художникът и преподавател Живко Янев. „Всеки който дойде в залите и види картините, ще усети тоя дух“, каза

още той и допълни, че са спазени всички изисквания по отношение на въведените противоепидемични мерки.

Изложбата се организира от сдружение „Македония арт“, чийто председател е Живко Янев и ще остане експонирана в залите на Регионален исторически музей - Благоевград до края на годината. Междувременно продължава изложбата живопис на Живко Янев в Галерия за изящни изкуства „Ромфея“ в Пловдив.



Картините от изложбата в Пловдив на Живко Янев може да видите [ТУК](#).

Гости и участници в изложбата

Дарителската кампания

СПАСИ, ОПАЗИ, СЪХРАНИ АРТЕФАКТ!

“Спаси, опази, съхрани артефакт” е мотото на съвместната инициатива на Ротари клуб – Дупница в партньорство с Община Дупница и Исторически музей – Дупница. Ротари клуб Дупница посвещава тазгодишната си Коледна кампания на културно-историческото наследство от Дупнишкия край.

Образците, съхранили се и достигнали до нас, ни разказват история, чрез тях проглеждаме в миналото си. Подредените експонати в музейните витрини реконструират един различен свят – света на нашите предци. Всеки един малък детайл „говори“, дава познание, от което се учим и което трябва да предадем на поколенията след нас.

Затова дарителската кампания, която обявяваме, е насочена към спасението и съхранението на артефакти от миналото на нашия край.

Погледът ни е фокусиран към образци от историята и изкуството, които са типични за нас – дупничани, които ни представят пред другите и са уникални, характерни само за нас.

Още от началото на XX век вниманието на специалистите етног-

рафи е привлечено от дупнишката шевица – специфична и оригинална по своя стил, създадена точно тук в малък регион в полите на Рила. Наречена е в науката дупнишка по мястото, където е сътворена.

Дупнишката шевица е призната за едно от върховите постижения в българското народно възебено изкуство. Тя е един уникален идентификационен код за нас дупничани, с който да се гордеем, но и който трябва да съхраним и пренесем във времето.

Наистина, много назад във времето дупнишката шевица е забравена и до нас са достигнали малко образци. Във фонда на Исторически музей са съхранени само три оригинала на части от ръкави и две ошвици /нагръдници/. Точно това ни кара да бъдем още по-бдителни и всяка следа за намерен оригинал да ни мотивира за действие.

По следите сме на такъв артефакт. Това е и причината да започнем набиране на средства за откупуването му!

За старта на кампанията Ротари клуб – Дупница изработи продукти с изображения на дупнишката шевица – тениски и кърпи.



Всеки може да стане част от благородната кауза като закупи подарък за Коледа с прекрасни орнаменти на шевицата!

Ще ги откриете в Исторически музей – Дупница (ул. „Велико Търново“ 2; бивш Юндом, втори етаж) и на други места в града. Като част от кампанията може да придобиете и Албум „Дупнишка шевица – образци и схеми“!

Фейсбук страницата на Исторически музей – Дупница

9 медала и грамоти ожънаха талантите на „АртПоп“ от международния софийски фестивал “Кръстопът на музите”

ОБЯВИХА ПОСЕДИТЕЛСТЕ В КОНКУРСА “НАЦИОНАЛЕН ПАРК “РИЛА” – ПОЗНАТ И НЕПОЗНАТ” (ВИДЕО)

ДЕЦА ИЗРАБОТИХА УНИКАЛНИ КАРТИЧКИ, С КОИТО ПОМАГАТ НА ХОРА В НУЖДА

ПРОДАВАТ С БЛАГОТВОРИТЕЛНА ЦЕЛ КАРТИНИ ОТ КОНКУРС В КЮСТЕНДИЛ

Събраните средства ще бъдат дарени за лечението на 3-годишния Огнян Огнянов

Уникални творби, непоказвани досега бяха изложени в новата художествена галерия на Дупница



IN MEMORIAM

Отиде си авторът на „Размисли“-те
инж. Борис Миланов

В края на м. ноември ни напусна инж. Борис Миланов. Мъдрецът на Югозападна България, както го определи краеведът Иван Хаджийски, си отиде на 85 години. Автор е на уникалната поредица с мисли, сентенции и афоризми „Размисли“, от която излязоха 7 книги.

Минен инженер по образование, литератор по дух и с философска мисъл - така го определя още Иван Хаджийски.

През целия си живот той носи голямата любов към литературата, изкуството, науката и просветното дело. Учи в Мъжката гимназия в гр. Дупница от 1950 до 1954 г. Завършил е Минно-геоложкият институт (сега университет) в гр. София и става инженер по минна електромеханика. От 1960 до 1965 г. инж. Борис Миланов е учител по общотехнически и специални учебни предмети в Техникума по минна промишленост в гр. Дупница. От 1962 г. ТМП е преместен в Бобов дол. До 1969 г. е учител в Техникума по електропромишленост в Кюстендил. Изграждал е кабинети за техническо осигуряване и онагледяване на учебното съдържание. От 1969 г. е назначен за главен специалист по професионално образование. На тази длъжност е работил до 1991 г., а след спечелен конкурс е назначен от Министерството на образованието и науката за ръководител на РИО в гр. Кюстендил. След това до пенсионирането си той е работил като специалист по образованието в Общинска администрация – гр. Бобов дол.

„Размислите на инж. Борис Миланов носят дълбок философски заряд и предизвикват у



- * *Духовността не търпи посредствеността.*
- * *За всяка неразумна власт възмездие то неизбежно идва.*
- * *Най-удобно ни манипулират невежите.*
- * *Свободата е светлина.*
- * *Диктатурата превръща всички подчинени в роби.*
- * *Да търсим спасение в мъдростта.*
- * *Умният човек не говори, когато от него не искат това.*
- * *Вирусът на омразата не отминава злите хора.*
- * *За човешката прошка е необходима голяма сила.*
- * *Не вярвай на неверниците и предателите.*
- * *Не гледай на света само и единствено с черни очила.*
- * *Страхливият приятел е до средата на пътя.*
- * *Не тръгвай на война без оръжие.*

читателите истински духовен катарзис, обогатяват и възвисяват човека.“ – казва за него Иван Хаджийски и допълва – „На 20.01.2012 г. при поредната ни философска дискусия помежду ни, неизчерпаемият извор на мъдрости инж. Борис Миланов подчерта: „Ако искаш да накажеш глупака, подари му книга“.

Оригинален и неповторим, мислител и мъдрец, инж. Борис Миланов продължаваше до последно да работи върху осмите поред размисли. Той е един феномен в духовния живот на Югозападна България и страната ни.

Ето какво обръщение написа в една от своите книги инж. Борис

Миланов: „Скъпи читатели, „Размисли“-те са моите открити послания към Вас, за да успеем да направим нашия свят по-добър, по-хуманен, по-благороден и свободен! Вярвам в непреходността на човешкия разум, морал и дух!

Кратките и точни мисли са като гръмотевична буря – събуждат и отрезвяват хората, предизвикват действията им, сподобват за духовното им израстване, формират копнежа им за справедлив и достоен живот.“

Предлагаме ви някои от неговите мисли в следващите две страници.

* Духовността има свои висоти, които посредством не може нито да разбере, нито да постигне.

* Човешкият дух повелява вътрешна свобода и независимост.

* Величието на духа прави човека благороден и достоен.

* Вътрешната светлина у човека прави истински чудеса.

* Духовността не е абстракция, а същност на човешката природа и човешкото развитие.

* Свободният дух разкрепостява човека от догмите в живота и от фалша.

* Хитростта не е признак на богата душевност.

* Само великодушният умее истински да прощава.

* Както мислим, така и живеем.

* Мисли за това, което правиш, а не за това, което ще правиш.

* Човек престава да съществува, когато престане да мисли.

* Мисълта може да преодолява времена, разстояния и неимоверни прегради.

* Превръщай творческите си мисли в полезни дела за хората.

* Трудно се постига единство между творческо мислене и житейска инфантилност.

* Не казвай всичко, което мислиш, но премисляй всичко, което казваш.

* Многословното и продължително говорене обикновено скрива липсата на разумна мисъл.

* Съмнението може да доведе до търсене на истината.

* Мислете с благородство и надежда за доброто и то ще дойде.

* Без мъдрост светът би бил пуст.

* Мъдростта идва с познанието, с опита и с времето.

* Шегата е силното оръжие на мъдростта.

* Мъдрият може да влезе в ролята на глупак, но глупакът не може да влезе в ролята на мъдрец.

* Глупакът не осъзнава своите заблуди.

* И глупостта има своите верни последователи.

* Умните доказват истината, а глупаците искат да налагат своята истина.

* Не удостоверявай с отговор нелогични и глупави въпроси.

* Умните хора обсъждат проблемите и ги решават, а глупавите само говорят за тях и създават конфликти.

* Умният може да говори и с мълчанието си.

* Самовлюбеният глупак има за всичко готов



Последната – книга 7 на "Размисли"-те.

отговор по шаблон.

* Мълчанието пред тези, които не искат да чуват, е израз на мъдрост.

* Остроумието се доказва с факти и логика, а глупостта се вижда и с просто око.

* Не давай прибързани преценки – обикновено те са ... грешни.

* Не искай отплата, когато правиш добро.

* Злото е като коварна болест – трудно се лекува.

* Не отмъщавай на друг за собствените си грешки.

* Кажете ми целите си, за да ти кажа кой си.

* От закъснели съвети никой няма полза.

* Не гледай прекалено назад – може да изгубиш пътя напред.

* Желанията не бива да надрастват възможностите.

* Скъмността не търси внимание и признателност.

* Не си спестявай крачките към доброто и успеха.

* Ако ласкателите те величаят, не значи, че си на прав път.

* За да станеш смешен, не е необходима смелост.

* Лесно е да поквариш човека, трудно е да го възродиш.



Двама приятели - гл.ас. Иван Хаджийски и инж. Борис Миланов на по чаша академично кафе, 2011 г.

- * Най-труден понякога е пътят към ... себе си.
- * Разумно е да мълчиш, вместо да изричаш клевети.
- * По-добре е да има разумно съмнение, отколкото наивно доверие.
- * Посредствените хора полагат неимоверни усилия, за да изглеждат ... велики.
- * Неспособният може да извърши много бели, ако не бъде спрян навреме.
- * Децата са безмилостни към чуждите недостатъци.
- * Повторението не винаги е майка на знанието.
- * Възрастният човек може да се вдетинява, но не може да стане дете.
- * Възпитание се постига с мъдрост, а не с тогя.
- * Личният пример е най-добрият възпитател.
- * Изкуството е паметта на човечеството.
- * Изкуството и невежеството са несъвместими.
- * Творецът показва чрез изкуството своето откритие и своите послания.
- * Бездарността не създава изкуство.
- * Не на всеки пиедестал е поставено величие.
- * Подобие на произведение на изкуството е ... пошлост.
- * Човек трябва да има власт над своето слово.
- * Човек трябва да знае какво говори и как да говори.
- * Една лоша дума заличава много добри дела.
- * И мълчанието има своята ... стойност.
- * Мълчанието понякога е удобна форма на рецензия.
- * Красноречието понякога цели прикриване на истината.
- * Казвай достойнствата, преди да казваш недостатъците.
- * Не доказвай своето невежество, като говориш за това, което не знаеш.
- * Празнотството е чиста проба губене на време.

ме.

- * Неограничената словесност често е приоритет на ограничените хора.
- * В книгите е безсмъртието на света.
- * С книгите се разговаря винаги разумно и спокойно.
- * Всеки дом трябва да има своите книги.
- * Стойността на книгата се определя от нейните читатели.
- * Книгите могат да се изгарят на кладбища, но идеите в тях остават живи.
- * Човек може да повярва и на ... заблудите си.
- * Човек може да се убива и с ... ласкателства.
- * Достойнствата често не се забелязват, но недостатъците винаги се виждат.
- * Славата е мечтаната цел на амбициозните хора с малки възможности.
- * Човек се окарикуатурява, ако смята, че всичко знае и всичко може.
- * Не допускай да се превърнеш в средство за постигане на чужди цели.
- * Злият човек е вечно недоволен от всичко и всички.
- * Ако се вдетиняваш, не значи, че се подмладяваш.
- * Всеки е способен, но зависи какви способности има.
- * Общественият порядък трябва да се създават в името на хората, а не в името на властимащите.
- * За клеветниците няма достойни хора.
- * И най-изтънчената маска не може дълго да прикрива лицето на лъжата.
- * Сълзите не винаги са мерило за искреност.
- * Вярвай в себе си, за да ти повярват и хората.
- * Хората обикновено вярват в това, което искат и което очакват.
- * Вярвай на свършеното, а не на обещаното.
- * Вярата се руши от лъжи и неизпълнени обещания.
- * Животът ни не бива да бъде вечна ... надежда.
- * В алчността се крие нищетата на богатите.
- * Не превръщай парите и виното в свои богове.
- * Умът на човека не търпи окови.
- * Свободата се оценява най-добре едва тогава, когато се загуби.
- * Народите се поробват все в името на ... независимостта.
- * С послушание свобода не се постига.
- * Губиш свободата си, ако робуваш на пороците си.

Търсенето на скъпоценни камъни е най-новият вид туризъм в България

Търсенето на скъпоценни и полускъпоценни камъни в последните години се превръща в един от най-модерните видове туризъм по целия свят. Сред страните, където често се практикува, са Турция, Грузия, Съединените Щати, Етиопия, Колумбия и Австралия, а в България този тип приключенски туризъм едва прохода. Но страната ни, с богатите си на ценни минерали и злато недра, има огромен потенциал за неговото развитие.

Лилави аметисти, смайващи с цветовете си ахати, млечносини халцедони и благородни ясписи — всички те лежат погребани в мината край Маджарово в Източните Родопи. За да ги намерите, всичко, което трябва да направите, е да се разходите в района на старата мина, казва Екатерина Терзиева от туристическата агенция „Слоу-Турс.БГ“, която вече предлага приключенски турове за търсене на ценните минерали. Благодарение на разположението си в кратера на изгасналия преди 35 милиона години вулкан, през социализма Маджарово се развива като рудодобивно селище. В резултат на вулканичната дейност тук има оловна руда, сребро, злато и над 16 вида ценни минерали и скъпоценни камъни, част от които и днес може да съберете покрай красивите меандри на река Арда.

От 50-те години на XX век до края на 80-те Маджарово се развива като миньорско селище и жителите му достигат почти 10 000 души. През 90-те години държавата изоставя маджаровската оловно-цинкова мина и прекратява изграждането на цеха за обработка на скъпоценни камъни, а съоръженията са премахнати. Проучването на находищата на аметисти, ахати и ясписи приключва, а след затварянето на двата рудника на някогашния минен гигант ГОРУБСО, Маджарово започва да се топи. Днес това е най-малкият град в България след Мелник, с население от едва 670 души, а територията около бившата мина се владее от планинските водачи и каменарите. Много от тях са работили в някогашните рудници, други са търсачи на съкровища с колекции от по над пет тона скъпоценни и полускъпоценни камъни, трети имат собствени ювелирни работилници.

Сред най-често срещаните тук камъни е аметистът — един от камъните с универсални терапевтични свойства. Ясписът също има силни лечебни и заземяващи сили. Според Библията, той е дар от Бога и е първият камък на новият Йеруса-



лим. Халцедонът, който също често се намира край Маджарово, символизира спокойствие и хладнокръвие, за тибетците той е камък на чистотата и концентрацията. Ахатът осигурява баланс между физическите, емоционалните, интелектуалните и духовните състояния. Всичко, което намерите по време на експедицията за търсене на скъпоценни и полускъпоценни камъни, можете да задържите, казва Екатерина Терзиева.

Освен на приключението в Родопския Клондайк, туристите могат да се насладят на местната източнородопска кухня, да посетят някои от десетките древни тракийски светилища в района, да наблюдават египетския и белоглавия лешояд, да се порадват на красивата природа и меандрите на река Арда.

Изложбата „Енигма“ на Ралица Мирчева

На 14 декември доц. Ралица Мирчева открива самостоятелна изложба в галерия „Кракра“ в Перник.

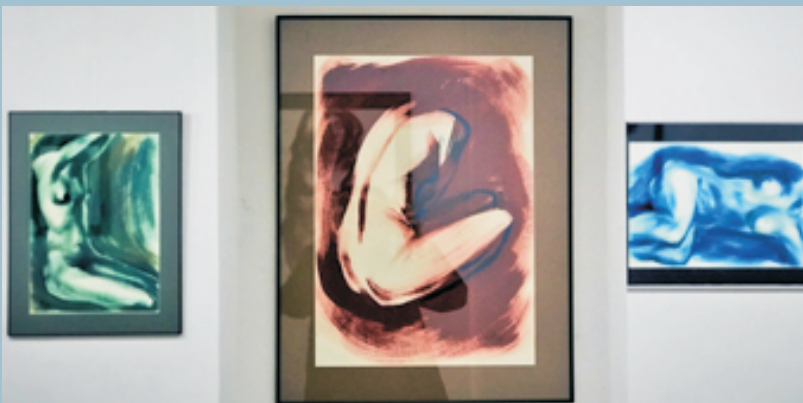
Изложбата „Енигма“ представя серия от подбрани рисунки и експресивни ескизи, посветени на голото тяло. Творбите са отражение на душевността на човека, която е неизменна част от неговата същност.

Тялото е една от вечните, необятни теми в изкуството. Авторката го преобразява в различни пластични форми и зарежда със силно визуално въздействие, в движенията, извивките, формите и уметото третиране на светлосенките. Творбите са убедителни и проникателни в образите, които от своя страна са обемно - пластични, майсторски овладени и предадени с техники като въглен, сангин и акрил.

Ролята на голото тяло в съвременното изкуство винаги ще бъде актуална, тази тема е и залегнала в академичното обучение на студентите. Като дългогодишен преподавател в НБУ със своя опит и познания, доц. д-р Ралица Мирчева, показва класическите прийоми на рисунката. Така авторът и с личността си пример насърчава и вдъхновява младите художници за нови творчески изяви.

Доц. д-р Ралица Мирчева преподава рисуване и живопис в департамент „Изящни изкуства“ в Нов български университет. Твори в областта на рисунката и живописа, визуалните изкуства, текстилната триизмерна пластика и ръчно правената хартия. Автор е на множество публикации и монографии, посветени на изобразителното изкуство и методите на обучение. Ралица Мирчева се изявява със самостоятелни изложби и е активен участник в български и международни изложби, пленери и конкурси.

Изложбата може да бъде разглеждана в галерия „Кракра“ от 14 декември 2021 г. до 4 януари 2022 г. в гр. Перник



Изложбата „Енигма“ представя серия от подбрани рисунки и експресивни ескизи, посветени на голото тяло.

От стр.3

“Истински успех е преодоляването на страха от неуспех.” – Пол Суини

“Единственият начин да живеем е, ако пораснем. Единственият начин да израстнем е, ако се променим. Единственият начин да се променим е, ако се учим. Единственият начин да се учим е, ако сме отворени. И единственият начин да се отворим е, ако се открием.” – Б. Джойбел.

“Живот, преминал в допускането на грешки е не само най-почтен, но и по-полезен от живот, прекаран с правене на нищо.” – Джордж Бърнард Шоу

“Времето е твърде бавно за тези, които чакат, твърде бързо за тези, които се страхуват, твърде

дълго за тези, които скърбят, твърде кратко за тези, които се радват, но за тези, които обичат, времето е вечност.” – Хенри ван Дайк

“Вчера е история, утре е мистерия, днес е дар от Бога, ето защо ние го наричаме пода-рък.” – Бил Кийн



“Аз по-скоро ще умра от смислена смърт, отколкото да живея един безсмислен живот.” – Мария Корасон Акино

“Боже, дай ми спокойствието да приема нещата, които не могат да се променят, куража да променя нещата, които мога, и мъдрост да видя разликата.” – Райнхолд Нибур

“Повечето хора не слушат с намерението да те разберат; те слушат с намерението да отвърнат на удара.” – Стивън Кови

“Мислим понякога, че бедността е само това да си гладен, гол и бездомен. Да бъдеш нежелан, необичан и пренебрегнат е най-голямата бедност. Ние трябва да започнем от собствените си домове, за да се отстраним този вид бедност.” – Майка Тереза

“Влюбването не е избор. Да останеш влюбен е.” – Неизвестен автор

“Светът, както сме го създали, е процес от нашето мислене. Не може да бъде променен без да променим мисленето си.” – Алберт Айнщайн.

missbloom.bg

Коледна ПРОГРАМА 2021
Община Сандански

13 - 17 декември Детска Коледна работилница сграда ИЧ „Отец Пансий 1919“ 14 декември 16:00 „Засади дърво за Коледа“ кампания за залесяване пл. „България“ 15 декември 17:30 „За една обикновена шапчица червена“ детско театрално шоу Дом на културата 20 декември 18:00 Спортист на годината 2021 Спортна зала 20 декември „Нарисувай Коледа със стих“ изложба сграда ИЧ „Отец Пансий 1919“	21 декември 16:30 „Доброто в нас“ коледен благотворителен базар пл. „България“ 21 декември 18:30 „Коледна приказка“ концерт на инструменталисти Дом на културата 22 декември 18:30 „Коледна мечта“ концерт ВГ „Звънче“ Дом на културата 23 декември 19:00 Театрална постановка Дом на културата 25 декември 12:00 „Вълшебството на Коледа“ детски коледен концерт пл. „България“
--	--

**ПРЕДПЕЧАТ И ПЕЧАТ НА
КНИГИ
РЕКЛАМНИ
МАТЕРИАЛИ
фотография**
0899 34 20 20

Сайтове - събития, концерти, изложения

Концерти, спорт, културни събития

Календар на събитията

Изложбите в София <http://kafene.bg/>

СЪБИТИЕН КАЛЕНДАР

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

Най-старият мост в света, който още се използва

Край Кърджали се извисява крепостен страж, който гледа отвисоко СНИМКИ

СВЕТОВНИ ТУРИСТИЧЕСКИ ДЕСТИНАЦИИ, КОИТО ДА ПОСЕТИТЕ

Градът, в който не се заключват къщите, банките и дори полицията

МИСТЕРИОЗНИЯТ ПОРТАЛ ХЪМ ПОДЗЕМНИЯ СВЯТ В ТУРЦИЯ

Пустинно чудо: Лечебно езеро, около което "поникна" 5-звезден курорт

Бира Corona, Corona Island и новият остров в Карибско море

Полезни 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



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 - Невестино 07915/ 22 71

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

• Туристически информационен център - Сандански, ул. "Македония" 28 (до ГУМ) Тел. 0882 011 039

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

• Туристическа агенция МАГИТУРС - 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.bgchudesas.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 Art Start.bg - сайтове и галерии на български художници, скулптори, занаятчии
Литература: <http://magnifisonz.com>

<http://www.ploshtadslaveikov.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!