

ЮГОЗАПАД

Театрални постановки • Изложби • Културен календар

Брой 10 (163)

м. октомври

15.10.-14.11.2021

Електронно издание на
Културно-информационен
гайд "Югозапад"



Единение на ум и сърце в изложба на Диана Дезир

стр. 15

Алцек Мишев – да преплуваш света от Дупница през Атлантика и Милано до София

стр. 23

22 картини с природата на Славовци нарисоваха участниците в пленера „Духът на Перник“

стр. 19

Борис Кацов с фантастични пейзажи в галерия „Марин Гогов“ в Перник

стр. 17

10 основни принципа на разумния егоист

стр. 7

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

f 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

Какво да
ядем,
за да
останем
млади?

— стр. 9 —

АПТЕКА

“Анита Занков”

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

Работно време:

понеделник-неделя
8.00-22.00 ч.

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

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 – поспете. 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

“Ум, който се е развил от нов опит никога не може да се върне към старите си измерения.” – Оливър Уендъл Холмс

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

“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

“Ако не ви харесва нещо, променете го. Ако не можете да го промените, променете начина, по който мислите за него.” - Мери Енгълбрийт

“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 подарък.” – 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 отговорят 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



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, радиатори и пластмасви изделия
Петрич, ул. "Места", Консервната фабрика, 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 видеозаснемане.
**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



Българка с успешна кариера в Лондон, помага за модернизирването на бизнеса и администрацията у нас

Какво може да върне в родината една българка след дълги години успешна кариера в чужбина, ще улеснят или заменят дигиталните работници реалните, кои професии ще бъдат засегнати в най-голяма степен от автоматизацията, ускори ли пандемията роботизацията и замаяната на хора, може ли тя да доведе до възникването на нови професии и какви могат да бъдат те – тези и други въпроси коментира Марчела Георгиева, съосновател на Capto.

“Уроците, които научих са много, но ако трябва да посоча основните, тогава бих посочила следните:

- Стреми се към това, което обичаш да правиш и в което виждаш смисъл и цел. Това всъщност е един от основните мотиви да стартираме Capto и е важна основа, върху която изграждаме културата на компанията.
- Оценявай хората и им го показвай чрез думите и действията си
- Трупей житейски опит - но разнообразен! Само опитът и личните истории са тези, които истински ни учат и ни позволя-



ват да преоткрием себе си, кое е важно то за нас самите и кое е рамка, в която сме се поставили самите ние или средата ни. Затова е нужно да пътуваме, да тестваме себе си, да опитваме нови неща, да се учим и да продължаваме да го правим без значение от възрастта, пандемията или позицията ни на работа, защото всяка една среща с нов човек, изкачване на планински връх или научаване

на ново умение ни изгражда и променя по свой си различен начин и ако не се поставяме в нови ситуации, няма как да знаем какъв урок или каква промяна изпускаме. Именно заради това заминах да уча в Шотландия, работих, а след това и напуснах PwC, стартирах Capto, обиколих Югоизточна Азия и Южна Америка съвсем сама, запознах се с непалската култура и се изкачих високо в Хималаите и Чилийска Патагония, а сега опознавам отново България. Всяка среща, място и промяна ми е помогнала да съм сега тук, щастлива да съм отново близо до семейството си и развиваща бизнеса си именно тук. Затова нека търсим баланса иtrupаме истории”, казва Марчела Георгиева.

[Разговор с М. Георгиева четете тук](#)



0898 705 809



cpo_atlas@abv.bg



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

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

Повече информация на тел.:

0898 705 809 u
<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)

10 основни принципа на разумния егоист

Свикнали сме да свързваме определението егоист с негативно звучене - човек който мисли и действа само в лична изгода, не се интересува от общото благо и не е съпричастен с проблемите на другите хора. Но трябва да признаем, че всеки от нас е малко или повече такъв, а егоизмът в разумни граници е качество, което помага за нашето развитие и благополучие.

И като цяло, обобщавайки, можем да кажем, че пътят на "рационалния егоист" е пътят на господар на живота му, това е пътят към освобождението, към постигането на хармония с неговия външен и вътрешен свят. Той също така разбира, че много от хората около него може да не харесват начина му на живот, но това, както се казва, не е негов проблем.

Предлагаме ви 10 важни житейски принципа на хората по които се ръководят разумните егоисти.

1. Разумният егоист разбира, че всеки на този свят е отговорен за собствения си живот и за основните му проявления. Той поема пълна отговорност за своите решения и действия върху себе си. Той разбира, че ако нещо се обърка в живота му, тогава причината за това е преди всичко той самият, което означава, че е в негова власт да промени ситуацията.

2. Разумният егоист осъзнава, че нищо не е дар и всичко в този живот има цена за своите действия и стъпки. Той също така изисква разумно заплащане за работата си, за собствената си енергия, изразходвана за изпълнение на всяка работа.

3. Не очаква особено някой да му помогне. Знае, че въпреки красивите фрази и лозунги в обществото, всеки на този свят мисли преди всичко за себе си. Той разбира, че всеки човек в този живот има свои собствени цели и планове и често те може да не се пресичат с неговите, но това не му дава основание да предаде собствените си житейски цели и планове. Както се казва, "всеки е ковач на своето щастие".

4. Разумният егоист цени и обича себе си. Той е уверен в себе си и силите си, уважава своята уникалност, приема себе си такъв, какъвто е, и то в най-добрата си версия. Намира най-ефективното използване на своите таланти и способности. Разумният егоист е свободен от всякакви предразсъдъци и е на пътя на постоянно развитие.

5. Разумният егоист знае, че всичко на този свят е относително и че всяка дума и определение за всеки човек има свой собствен смисъл. Затова той развива свои собствени значения за такива понятия като "любов", "чест", "съвест", "лоялност", "истина", "приличие", "щастие", което му дава възможност да има свои критерии за оценка, независимо от чуждите възгледи.

6. Разумният егоист не зависи особено от мненията и нагласите на другите хора към него. Той със сигурност знае, че е невъзможно да се хареса на всички. Ако е нужно, е в състояние да защити твърдо своите интереси. В крайна сметка той осъзнава, че ако неговите интереси не съвпадат с интересите на някой друг, това означава, че този човек просто не е от полза за това,



което е от полза за него.

7. Както всеки друг човек, рационалният егоист също прави грешки и е подложен на провали и падения в живота си, но ги възприема като необходими прояви на живота и уроци, които трябва да премине.

8. Той знае как да се наслаждава на всеки момент от съществуването си, възприема живота като прекрасен и безценен подарък, който си струва да се живее.

9. Разумният егоист признава правото на всеки човек на свобода на мисълта, действията и желанията. Той обаче изисква същото отношение към себе си. "Живей сам и не пречи на другите да живеят" - основната мужитейска позиция.

10. Разумният егоист знае как да защитава своите интереси и твърдо да каже "не", ако човек (включително тези от неговия вътрешен кръг) или ситуация го заслужават. Той разбира, че само той има правото да решава какво и как да прави по всяко време и никакви упреци от страна на другите не го подвеждат. В края на краищата той разбира, че всякакви упреци и обвинения са просто поредният опит на други хора да го използват в собствените им интереси.

money.bg

Съкровище за 16 800 млрд. на дъното на Черно море!

ОТ КИТАЙ ИДВА КРИЗА КАТО НИКОЯ ДРУГА

Положението става критично у нас заради новите пенсионери

ПАРИТЕ НЕ СА ВСИЧКО В РАБОТАТА

Хората преосмислят изискванията към трудовия си живот и работодателите трябва да отчитат това

В КАПАНА НА ЖИВОТА, ОТРОВЕН ОТ КОМПРОМИСИ

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

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

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

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

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

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

НА РАБОТА ОТВИСОКО

Как Банско се превърна в предпочитана дестинация за дигитални номади от цял свят

<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

Най-добри храни за засилване на имунитета през есента

Есента дойде и заедно с активизацията на Ковид-19 идват и много други вируси. Добре е да вземем мерки навреме и да се погрижим за здравето си. А колкото по-добър е имунитетът ни, толкова повече ще избегнем болестите. Затова трябва да се храним здравословно. Има храни, които могат да ни помогнат в това начинание. Вижте кои:

1. ЧЕСЪН

Чесът е епигенетичен модификатор и влияе върху гените ни чрез модификации в хистоните. Той съдържа серни съединения, на които се дължи и специфичната му миризма и вкус. Тези съединения увеличават нивата на ацетилация на хистоновите белтъци в организма, като по този начин активират гените потискащи образуването на тумори. Редовното консумиране на чесън е доказано ефективна превенция както на настинки, така и на ракови заболявания.

Алицинът е друга съставка, на която чесът дължи заслужената слава на имуностимулант. Алицинът активира белите кръвни телца да унищожат всякакви вируси и бактериални инфекции. Доказано е, че чесът унищожава с почти 100%-ова ефективност човешкия риновирус, който причинява настинки, грип и респираторни заболявания. Препоръчително е да го консумирате суров.

2. КУРКУМА

Куркумата е сред храните с най-силните антиоксидантни и противовъзпалителни свойства. Куркумин е активната съставка в златистата подправка, която ни предпазва от възпаления, вируси, гъбични инфекции и ракови заболявания. Тя се усвоява много по-добре от организма, когато е в комбинация с черен пипер. Куркумата не само ни предпазва от вируси и възпаления, но е



сред основните епигенетични модификатори. Тя повлиява върху гените и по двата възможни начина – чрез метилиране на ДНК и чрез модификации в хистоните.

3. КАНЕЛА

Канелата е сладкият вариант на куркумата по сила на действие срещу вирусите. Ароматната подправка не само подсилва имунитета – тя се бори с патогените, които причиняват болести.

Както куркумата, така и канелата е епигенетичен модификатор, който повлиява на гените ни по двата възможни начина, потискайки експресията на възпалителните гени. Можем да я добавяме към кафето или чая; да я поръсваме върху закуската си от овесени ядки; да я включваме към месно ястие; да я смесваме с тахан; да ѝ се наслаждаваме върху пресен плод и много други. Експериментирайте и си осигурете ароматна защита срещу грипове и настинки.

4. ЦИТРУСИ

Всеизвестен факт е, че цитрусовите плодове са изключително богати на витамин С. Този витамин е жизненоважен за справяне с инфекциите, защото увеличава производството на белите кръвни телца в организма. Тялото не може да произвежда или да съхранява този витамин и е важно да си го набавяме ежедневно. Съставките в цитрусите влияят върху гените

чрез модификации на хистоните, регулирайки генната активност.

5. БРОКОЛИ

Броколите са изключително богати на антиоксиданти и витамини, но най-ценната им съставка е сулфорафанът. От всички кръстоцветни зеленчуци, точно те съдържат ценния сулфорафан в най-голямо количество. А той е ценен, защото активира белите кръвни телца. А лимфоцитите са основните "борци" с гриповете и настинките.

За да запазите всички ценни вещества в броколите, пригответе ги на пара за кратко време (2-4 минути). Можете да мултиплицирате силата на броколите като ги консумирате в комбинация с други храни, съдържащи сулфорафани като репички, горчица и уасаби.

6. ДЖИНДЖИФИЛ

Джинджифилът е чудесна съставка за засилване на имунната ни система поради противовъзпалителни и антимикробни свойства. Добавяйте го към чая или комбинирайте с мед.

7. МАЗНИ РИБИ

Мазните риби като сьомгата, рибата тон и скумрията са богати на омега-3 мастни киселини, които намаляват възпалението, увеличават въздушния поток и предпазват белите дробове от студени и респираторни инфекции.

8. ПЧЕЛЕН ПРАЩЕЦ

Пчелият прашец е силен антиоксидант и има противовъзпалително действие. Той е богат на витамини А, В1, В комплекс и витамин С, както и на селен, желязо, магнезий, натрий, незаменими аминокиселини и други. Пчелиният прашец е богат и на лецитин, който помага за поддържане на нормални нива на холестерола и допринася за нормално функциониране на черния дроб.

zdrave.to

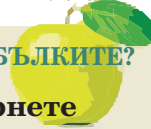
7 сигнала от кожата, предупреждаващи за сериозни заболявания

ИЗБРОИХА ПОСЛЕДСТВИЯТА ОТ ЕЖЕДНЕВНО ХАПВАНЕ НА КИСЕЛО МЛЯКО
Филтрираните кисели млека са неподходящи поради високото си съдържание на прости въглехидрати

Тайната на японското дълголетие се крие само в един продукт

КОЛКО ПОЛЕЗНИ СА ЯБЪЛКИТЕ?

Искате да се върнете към моменти на щастие в миналото? Ето кои звуци могат да Ви помогнат да го направите!



Ядките, които са най-полезни за жените

Бадемите спомагат за забавяне на процеса на стареене на организма и се считат за „най-женската“ ядка. Диетологът Евгений Арзамасов говори за тези и други полезни свойства на бадемите в интервю за телевизионния канал „Москва 24“.

Той отбелязва, че бадемите съдържат магнезий и витамини от група В, които помагат на жените да поддържат здрава нервната си система.

Също така, бадемите са богати на витамин Е и силиций. Те са незаменими при поддържане на еластичността и стегнатостта на кожата, както и за нормализиране на хормоните.

“Манганът помага за защита на костите от остеопороза, той е полезен както за млади, така и за възрастни дами. Позволява ви да подобрите усвояването на полезни за състава на костите елементи, както и да предпазите кожата от увреждане”, подчерта Арзамасов.

Бадемите са полезни и поради съдържанието на цинк, а един от доказаните ефекти при редовната им консумация е понижаването на лошия холестерол. Лекарят препоръчва да се ядат не повече от 10-15 ядки дневно заради високата им калоричност.

Освен това бадемите усилват имунната система на организма и предпазват срещу инфекции, грип и настинки, показва британско изследване.

Учените от Института за хранителни изследвания в Норич открива уникалните свойства на бадемите. Обвивката на бадемите засилват реакцията на имунната система срещу вируси и предотвратява тяхното разпространение в организма.

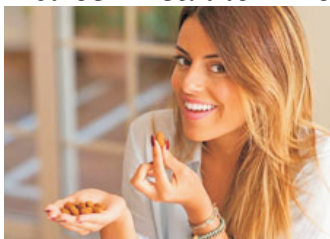
Учените не определиха какво количество бадеми трябва да ядем, но препоръчаха редовна консумация на ядки, което може да е добра профилактика срещу вируси.

Какво да ядем, за да останем млади?

Може ли да се избегнем от възрастовите изменения, налягайки на колагена и желатина? Наистина ли може да изглеждаме по-млади за годините си, ако ядем по-малко и се откажем от пърженото и мазното? И въобще, как трябва да се храним, за да запазим младостта си?

Бръчките съвсем не са единственият белег на възрастта. Освен това, благодарение на ботулиновите инжекции в днешно време се изглаждат дори най-дълбоките бръчки и „гъшите лапички“ около очите. Но не по-малко, а може би и в по-голяма степен от бръчките, ни състарява т.нар. птоза – възрастово отпускане на тъканите, възникващи заради отслабване на вътрешния „скелет“, поддържащ кожата.

[Повече вижте тук](#)



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“ 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 сп. 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 - акрил и маслена живопис и ръчно изработени бижута на Петра Добревска

2.11. Изложба живопис на Елена Темелкова
Галерия "Околийска къща"

Изложба живопис на Диана Ривера - Дезир
19 ноември, 12.00 ч.

Изложба скулптура на Александър Проиков - Апер
КЮСТЕНДИЛ

ХГ "Владимир Димитров - Майстора"
ул. "Патриарх Евтимий" 20, тел.: 078/55 00 29,
е-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 г. от рождението на Асен Василев“
13.10.2021 г. - 17:30 ч.

100 г. от рождението на Никола Мирчев

Откриване на изложбата "Завръщане"

19.10.2021 г. - 11:00 ч. НЧ "Братство 1869"

Есенна изложба на класа по изобразително изкуство към НЧ "Братство 1869"

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

РИМ „АКАД. ИОРДАН ИВАНОВ“

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

- Археологическа и нумизматична експозиция в зала „Аск-лепий“;

- Музеен кът за деца и любозитни 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 „ИЛЪО 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“

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

е-mail: pk4art@yahoo.com

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

19 октомври (без откриване)

Общата изложба на Представителството на СБХ Перник

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

Изложба акварел на Мариета Савчева

Изложбата на Методи Петков - Мохата се отлага

Галерия "Кракра", тел.: 076/ 60 25 18

11 октомври

Изложба на участниците в пленера в Славовци

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

Изложба живопис на Борис Кацов

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ

<https://www.museumpernik.com>

Изложби:

· Въроръжение 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 осветяването ѝ

· Старинни стъклени шедьоври от фонда на РИМ – Перник

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

· „Багри от долините на Струма и Места“ - обща регионална етнографска изложба

БЛАГОЕВГРАД

Градска художествена галерия, ул. "Крали Марко" №8, 0897 015 979, gallerybg.com

Изложба „Ангелина и приятели“

18.10.2021 г. 18:00 ч. Двете зали на ГХГ

Обща изложба на художници от Благоевград и региона, посветена на св. Лука – покровител на художниците

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ

<http://museumbld.com/>

15.10.2021 г. 17:30 ч. Зала „Временни изложби“

Изложба на художниците Румен Дешев и Анна Васева

БАНСКО Дом на изкуствата

Пътуване във времето. Среща с изкуството от Тракия, Египет и Древна Гърция през погледа на художника Краси Тодоров

доров

САНДАНСКИ

Общинска художествена галерия (Дом на културата)

Национална изложба на карикатурата

Епископска базилика

Галерия "Ликин" гр. Сандански, ул. "Мелник"

№3, е-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

БЛАГОВЕГРАД <http://www.blgmun.com/>

Програма за м. октомври

Културен календар
Област Благоевград

КЮСТЕНДИЯ

Културна програма за м. октомври

www.kultura-kg.info

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

ДУПНИЦА

<https://www.dupnitsa.bg/>
<http://zadupnitsa.com/>

ТЕАТЪР

Благоевград

Театрални постановки и концерти

13.10.2021 г. 19:00 ч. Зала „П. Яворов“

„Вражалец“ - гостуващ театър

14.10.2021 г. 18:30 ч. Голям читалищен салон

Концерт на Детска музикална школа към читалището с участието на настоящи и бивши възпитаници, посветен на 155-годишнината от основаването на НЧ „Н.И. Вапцаров - 1866“ - Благоевград

15.10.2021 г. 19:00 ч. Драматичен театър „Никола Вапцаров“ Голяма сцена

„КОЛКО Е ВАЖНО ДА БЪДЕШ СЕРИОЗЕН“ от Оскар Уайлд, режисьор - Антон Угринов

16.10.2021 г. 11:00 ч. Драматичен театър „Никола Вапцаров“ Голяма сцена

„ПЕПЕЛЯШКА“ по Шарл Перо,

режисьор - Маргарита Мачева. Постановка на Драматичен театър „Никола Вапцаров“

16.10.2021 г. 11:00 ч. Младежки дом

„Златка златното момиче“. Куклен театър Благоевград

18.10.2021 г. 19:00 ч. Драматичен театър „Никола Вапцаров“ Голяма сцена

„ПОД МАНАСТИРСКАТА ЛОЗА“ по Елин Пелин, режисьор - Калинин Ангелов. Драматичен театър „Никола Вапцаров“

20.10.2021 г. 19:00 ч. Драматичен театър „Никола Вапцаров“ Голяма сцена

„ДУХЪТ НА ГОГОЛ“ - гостува Драматичен театър Ловеч

20.10.2021 г. 19:00 ч. Зала „Пе-йо Яворов“

„Как се търси нов съпруг“. Импресарска къща „Верди Арт“

21.10.2021 г. 19:00 ч. Зала „Пе-йо Яворов“

„Шегите, които Бог си прави“. „Арт Венд“ ООД

22.10.2021 г. 19:00 ч. Зала „Пе-йо Яворов“

„VIVA VERDI“ ОПЕРНА ГАЛА, посветена на 120 години от смъртта на ДЖУЗЕПЕ ВЕРДИ. Гост – солист мецосопран: Цвета Христофору – Кипър, солисти: Венера Мелеки, Теодора Петрова, Михаил Михайлов, Георги Димитров, Пламен Кумпиков, Юрий Николов. Оркестър на Камерна опера Благоевград - концерт-майстор: Стоил Богданов. Камерна опера Благоевград

23.10.2021 г. 11:00 ч. Младежки дом

„Малката самовила“. Куклен театър Благоевград

29.10.2021 г. 19:00 ч. Благоевград Голяма сцена

„ПОРТРЕТЪТ НА ДОРИАН ГРЕЙ“ от Оскар Уайл, режисьор - Стайко Мурджев. Драматичен театър „Никола Вапцаров“

29.10.2021 г. 19:00 ч. Зала „П. Яворов“

„Всички страхотни неща“ – монспектакъл на Бойко Кръстанов с режисьор Владимир Пенев. „Арт Венд“ ООД

30.10.2021 г. 11:00 ч. Младежки дом

„Принцесата и граховото зърно“. Куклен театър Благоевград

ОБДТ - Кюстендил

078 987 337, 0886 400 168



На 15 октомври от 19:00 ч. Драматичен театър „Никола Вапцаров“ представя на Голяма сцена „КОЛКО Е ВАЖНО ДА БЪДЕШ СЕРИОЗЕН“ от Оскар Уайлд, режисьор - Антон Угринов.

ОДТ "Боян Дановски"-Перник "ПЕТЪК 13"

13 октомври 2021 г., 19.00ч.

Автор: Жан-Пьер Мартинез

Режисьор: Георги Кадурич

Сценография: Петьо Начев

Участват: Мария Салунджиева,
Христо Гърбов, Мариана Миланова

"НА ЖИВО"

20 октомври 2021 г., 19.00ч.

Участват: Александра Сърчаджиева, Радена Вълканова

текст - Яна Борисова по разкази
на Александра Сърчаджиева
сценография: Никола Тороманов - Фичо

"РАЗЛИЧЕН ОТ ВСИЧКИ"

28 октомври 2021 г., 19.00ч.

Автор Алексей Слаповски

Режисура Иван Савов

Участват: Стелиян Николов, Деляна Хаджиянкова, Людмила Стоин, Антоанета Станчева

Гостува театър "Иван Димов"-Хасково

За резервация и контакт: 076 603 203



ОбДТ „Невена Коканова“ -

Дупница тел.: 0893 394 778

13.10., 19.00 ч.

"Г-н Ганьо Балкански" - постановка на Общински драматичен театър "Невена Коканова"

15.10., 19.00 ч.

"Верига от думи" - постановка на Общински драматичен театър "Невена Коканова"

17.10., 19.00 ч.

"Театърът - това е нашият жи-

вот" - постановка на ОбДТ "Невена Коканова"

[Фейсбук страница](#)

Арт Дупница

[Фейсбук страница](#)

Събитията ще се провеждат в съответствие с регламентираните противоепидемични мерки!



19 октомври - ПРАЗНИК НА ГР. ДУПНИЦА

16.10, 11.00 ч. пл. „Свобода“

Фолклорна разходка – концерт на самодейни състави

17.10., 11.00. ч. залата на театъра

17.10., 19.00 ч. залата на театъра

„Театърът - това е нашият живот“ - постановка на ОБДТ

„Невена Коканова“, посветена на празника на града

„Робинзон Крузо“ – анимационен филм.

18.10., 19.00 ч. залата на театъра

„Като за последно“ – филм

19.10., 10.00 ч. ОБДТ „Невена Коканова“

Тържествено заседание на ОбС по повод празника на града

11.50 ч. пл. „Свобода“

Тържествена литургия

Концерт на СФТА „Дупница 2000“ и ДЮФА „Дани“.

12.00 часа Галерия „Околийска къща“

Откриване изложба на Александър Проинов-АПЕР

14 часа, партера на ОБА

Откриване изложба с картини от конкурса „Обичам моят роден град“

1 ноември

„БУДИТЕЛ НА ГОДИНАТА“

Церемония по награждаване на отличени личности от община Дупница

САНДАНСКИ

20.10. гр. Сандански, Паметник на Герал Тодоров, пл. „България“

109 ГОДИНИ ОТ ОСВОБОЖДЕНИЕТО НА СВЕТИ ВРАЧ

Празнична програма

22-24.10. Мелник, Винарски изби

МЕЛНИШКИ ВИНЕН МАРАТОН

Октомври Археологически музей

КЛУБ „ПРИЯТЕЛИ НА МУЗЕЯ“

01.11. Гр. Сандански, Дом на културата

„БУДИТЕЛ НА ГОДИНАТА“

Официална церемония по награждаване на отличени личности от община Сандански

01.11. Гр. Сандански, Паметник на Васил Левски

ДЕН НА НАРОДИТЕ БУДИТЕЛИ

Празнична програма

12.11. Дом на културата

„ОТКРИТО СЪРЦЕ“

Концерт, посветен на Световния ден на добротата

Конкурс за рисунка „Обичам моят роден град“ в Дупница

Община Дупница и МКБППМН организират конкурс за рисунка на тема „Обичам моят роден град“. Поводът е предстоящият празник на града – 19 октомври. Участници – ученици са разделени в три възрастови групи: Първа група – I-II клас, Втора група – III-IV клас и Трета група- V-VII клас.

Формат на рисунката – четвърт кадастрон (35/50 см.) с техника – акварел, като всички участници трябва да изпишат на гърба на рисунката – име, презиме и фамилия, възраст, клас, училище и телефон. Готовите рисунки да бъдат предадени в Община Дупница, ет.3, стая 51 до 15 октомври 2021 г.

Ще бъдат присъдени по три призиви награди и три поощрителни награди във всяка ка-



тегория. Най-добрите рисунки ще бъдат изложени в партера на Община Дупница. Открива-

не на изложбата ще стане на 19.10.2021 г.(вторник) от 14.00 часа.

Към единение на ум и сърце пледира в изложба Диана Дезир

Художничката представя 54 творби в галерия „Околийска къща“ в Дупница



Диана Дезир бе придружена от свои близки и приятели, с нея бяха и децата ѝ.

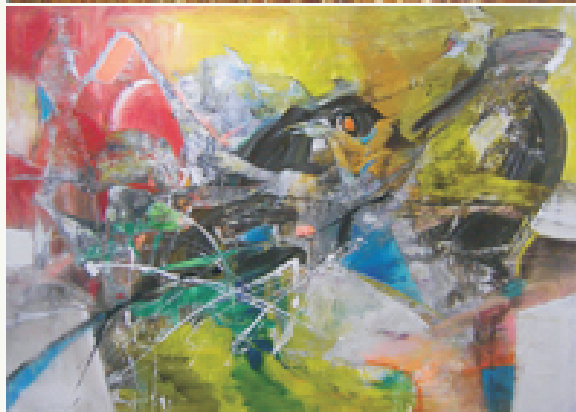
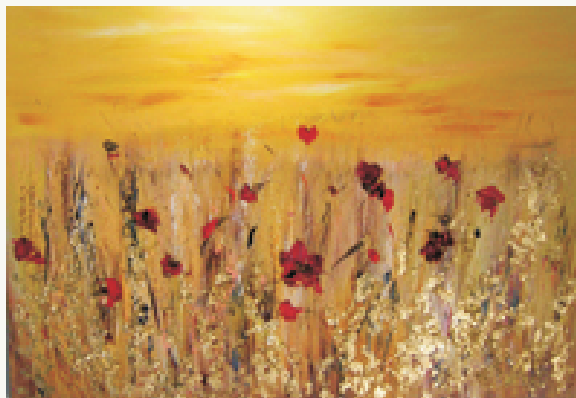
В края на септември художничката Диана Дезир откри в галерия „Околийска къща“ в Дупница изложба под наслов „Единение ум-сърце“. Експозицията включва 54 живописни творби.

Това е втора самостоятелна изложба на младата художничка в родния ѝ град Дупница. Преди две години и половина тя представи в галерия „Джамията“ изложбата „Отвъд ограниченията“. Както тогава, така и сега творбите ѝ носят впечатляващ емоционален заряд, с ярко изразен абстрактен, а в редица случаи и импресионистичен стил. Диана Дезир за последните 3-4 години, от както рисува активно, има повече от 20 самостоятелни изложби. Само преди няколко месеца тя откри своя експозиция под наслов „Видимо и невиди-

мо“ в галерия ЛИК в столицата. През пролетта на миналата година имаше и самостоятелна изложба в галерия „Васил Крапчански“ в Сапарева баня.

Заради ковид мерките откриването на изложбата се проведе в двора на „Джамията“, като художничката прочете „Молитва за Благоденствие на българския народ“, предоставена ѝ от Саша Тодорова и подчерта, че България е благословена страна и заслужава по-светло бъдеще. Тя препоръча да четем молитвата всяка вечер в 10 без 5. Преди това раздаде плик с текста на всички присъстващи, които заедно взеха участие в ритуала. Гостите на изложбата получиха и поетичната книга „На лов за изгреви“ на Галина Лозева, с включени цветни илюстрации с творби на Диана Дезир.

Посланието на изложбата е единение на ума и сърцето, посочи авторката. „Като човек, който обича да влиза в нови хоризонти, черпейки максимално положителното от всичко, не разделям сърцето и ума в отделни категории, а ги обединявам. Идеята е да следваме сърцата си, да слушаме интуицията си и съвестта си, с ясната мисъл и съзнател-



„Много колорит, много светлина, много енергия, много поезия има в картините на Диана Дезир. Дезир е желание, затова и много желание за красота – понякога природна, понякога абстрактна, рядко монохромна, но винаги с яркото присъствие на отношението на художничката. Картините са толкова силни, че не могат да оставят зрителя безучастен. Те или много се харесват, или много се отричат, но не те оставят безразличен към видяното. Богатият колорит и понякога несъвместимите цветове, натова варват съзнанието със силна провокативна енергия и в един момент човек се чувства повлечен от водовъртеж от чувства и емоции. Картини като дъгата – има всичко в тях, но винаги остава нещо и за после, когато минеш под дъгата и си от другата страна. Емоцията!

Творения без правила обхващат всичко: Безкрая, чувства, емоции, настроения, прозрения, вибрации, а формата или цвета само допълват картината. Богатството и силата на цветовете е огромно, въображението няма граница. Запомнящи се творби, създадени като че ли на един дъх и с един замах!

Румяна Велинова, „ЛИК“

ност в нашите мисли, дела и постъпки“, смята Диана Дезир.

Диана Димитрова Ривера – Дезир е родена в Дупница. Завършва Гимназия „Христо Ботев“, а след това Педагогическия колеж „Св. Иван Рилски“ в гр. Дупница, в класа на доц. Ивайло Попов. „Аз съм благодарна на моите преподаватели, че не направиха от мен шлифован диамант, а ме оставиха сама да се моделирам“, споделя за образованието си тя и допълва, че е благодарна и на своите родители, и на преподавателите си, че са й дали една основа, без която не може да се тръгне.

Диана Ривера – Дезир пише и стихове. „Това, което не можах да пресъздам в цветовете, го направих умело с думи. Мога да го нарека вътрешен порив, отдаденост на вътрешния ми глас...“, споделя тя. Мъжът ѝ е наполовина кубинец. Диана обяснява връзката си с него с влечението си към посвободолюбивите нации. Определя се като темперамента, луда, буйна. „Така, че това е моят усет за живота“, категорична е тя.



Прочетена бе „Молитва за Благоденствие на българския народ“, в която се включиха всички присъстващи.

Борис Кацов с фантастични пейзажи и копия на известни художници в галерия „Марин Гогев“

Изложба на пернишкия художник с дупнишки корени Борис Кацов бе открита на 30 септември в галерия „Марин Гогев“ в кв. „Изток“ на Перник

Авторът показва 25 творби – главно фантастични планински пейзажи, между които и картина със Седемте рилски езера на фона на огромна луна. Представени са и копия на известни картини. Перничани и гости могат да се насладят на копие на световноизвестния шедьовър на Леонардо да Вин-

чи „Мона Лиза“, както и портрет на самия Леонардо на фона на пейзажа на „Джокондата“. Посетителите могат да разгледат и копие на творбата на Карл Брюлов „Последният ден на Помпей“, както и на други картини от неокласицизма, като например „Явяването на Христос сред хората“ на Александър Иванов и „Нимфи и сатир“ на Уилям Бугро.

Изложбата бе открита от секретаря на читалище „Съзнание 1922“ Ани Савова, която е орга-



Борис Кацов

низатор на проявата. Сред гостите бяха колегите на Борис Кацов Евтим Постолюков, Сашо Евтимов, Даря Евтимова, Богомил Благоев, Снежана Велинова, Димитър Галчев и др. Сред тях бе и Георги Кьосев, който наскоро претърпя тежка операция, а пернишките художници организираха изложба в негова подкрепа. Борис Кацов получи цве-



Гостите на изложбата.



Секретарят на читалище "Съзнание 1922" Ани Савова и авторът на изложбата. Вдясно - картини на художника.

тя и поздравителен адрес от името на кметството Ани Савова.

Борис Кацов е роден през 1947 г. в дупнишкото село Топлица, но от 1975 г. живее и работи в Перник. Бил е технически ръководител в транспортното строителство, щатен художник в Завода за тежко машиностроене в Радомир, от 90-те години на миналия век досега е художник на свободна практика. Рисува предимно портрети и пейзажи. Участвал е в национални изложби в София и Пловдив, редовно се включва в регионалната изложба "Струма", негови творби се показват във всички общи изложби. Член е на представителството на СБХ в Перник.

Фотограф Андон Тацев



22 картини с природата на Слаковци нарисуваха участниците в пленера „Духът на Перник“

На 11 октомври в галерия „Кракра“ в Перник бе подредена изложба с нарисваните по време на 24-тия международен пленер по живопис творби. Десет художници от Югозападна България участваха в пленера, посветен на празника на Перник - 19 октомври. Събитието е под надслов „Духът на Перник“. Майсторите на четката твориха в брезнишкото село Слаковци.

„Пленерът се проведе в почивната база в с. Слаковци, край което има язовир, басейн и има достатъчно прекрасна природа, които могат да ги вдъхновят“, ка-

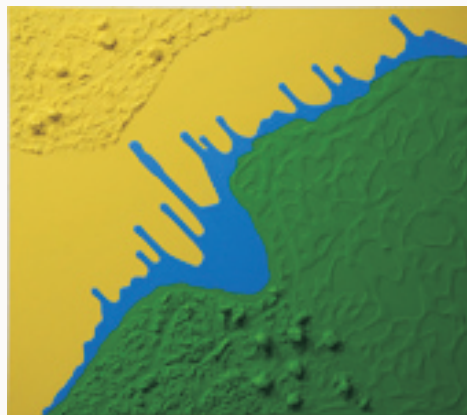
за директорът на Градска художествена галерия – Перник Елена Темелкова.

За първи път в пленера се включиха авторите Мария Валтерова от Перник, Пламен Ковачев от Благоевград, Илона Захариева и Евгени Серафимов от Кюстендил. Заради пандемията от COVID-19 нямаше международно участие. Останалите участници във форума са Сашо Евтимов, Васил Добренев, Китан Китанов, Адела Горанова, Мариета Савчева и Симеон Панайотов. Представени са общо 22 картини, като основна тема в творбите са природата, селото, хората, пречупени върху платното според творческите виждания на авторите.

Пленерът по живопис е традиционен и от 1998 година е неизменна част от културния календар на Перник. Доскоро културното събитие се провеждаше в общинската база в село Рударци, от две години художниците намериха своя нов дом в село Слаковци.

Фотограф Андон Тацев

Картини от пленера по живопис.



Петра Добревска представя „Реконструкции“ в галерия „Джамията“ в Дупница

Художникът и визуален артист Петра Добревска откри в началото на октомври самостоятелна изложба в галерия „Джамията“ в Дупница. В експозицията, озаглавена „Реконструкции“, авторката представя 52 свои творби, изпълнени с маслени, акрилни бои и смесени техники. „Жанрововото многообразие в творчеството на Петра Добревска се съчетава с перфектния й усет за живопис и композиция и носи различни послания към всеки, докоснал се до картините й“, каза уредникът на „Джамията“ Ивайло Орманков, по чиято покана се осъществява изложбата. Освен живописни платна, изложбата включва и уникални авторски бижута.

Петя Добревска благодари за поканата да открие изложба в Дупница и сподели, че е впечатлена от сградата на изложбената зала. Тя посочи, че картините й са правени през последната година. „По време на пандемията се отдадох изцяло

на изкуството. Идеята ми е чрез изкуството да се върнем назад към природата и светлата ни и сътворяваща същност“, каза още тя.

За авторските си бижута Петя Добревска посочва, че са изработени по традиционна българска техника. Използва естествени камъни, планински кристали, тюркоази и др. Получават се интересни бижута, които са уникални, смята тя.

Живописиста е страстта на Петра Добревска, но тя се изявява и в други сфери на визуалните изкуства – рисувана анимация, професионален грим и бодиарт, перформанс арт и инсталации, визуална поезия и много други.

Петра Добревска е родена и разраснала в Пловдив, където завършва и Художествената гимназия. След това продължава образованието си в Художествената академия „Жул Паскин“ в София с профил живопис при проф. Николай Майсторов. Обича нестандартните неща и начин на представяне на



Петра Добревска

авторските си картини. Има над 20 самостоятелни изложби страната и чужбина, като последната й – „Будни светове“ бе осъществена в музея „Борис Христов“ в столицата тази пролет. Много нейни картини са собственост на колекционери от България, Германия, САЩ, Испания и Чехия. Изкарва по-късно курс по професионален грим в школата на Светлана Арсова. Друга нейна страст и професия е правенето на бодиарт и изработването на авторски бижута.



„Не обичам рамките в изкуството, експериментирам с различни техники, както върху платната си, така и върху тялото. Владея изкуството на рисуване с естествена къна и бодиарт и с удоволствие го практикувам повече от десет години. С лекота преминавам от статичността на платното, върху живото човешко тяло и го превръщам в част от изкуството си. Докато в класическото рисуване, човек може да прекара часове.. понякога дни, изгубвайки себе си в детайли и постоянно надграждане. С бодиарта художникът се освобождава от цялата си преднамереност и избухва емоционално, което за женската чувствителност е водещо! Доверявам се на силата на момента и импровизацията и това е живият талант, който ме води през годините! Рисуването е като дишането – част от живота ми светоусещане и начин, по който възприемам света. А вдъхновението е компонент, който превръща една обичайна гледка в нещо магично – картина с послание. Платно, много обичам думата платно, защото самото рисуване е пътуване извън времето“, казва за творчеството си художничката.

Изложбата може да бъде видяна в „Джамията“ до края на м. октомври. На 2 ноември самостоятелна изложба - акрилна живопис и текстил, ще открие Елена Темелкова.



*Друга
страст на художничката
е изработването на
бижута.*

Галерия “Ванга” отвори врати на Рупите (галерия)

**С великолепен концерт
Камерна опера - Благоевград
откри 50-ия, юбилеен сезон**

**Живеещата от 20 г. в САЩ
певица от Дупница Олга
Карагъзова: На втората
ми година в Америка стана
атентатът с кулите
близнаци и икономиката
рухна, ресторантите и
хотелите затвориха,
работните места намаляха**

25 автори участват в изложбата “Ангелина и приятели”

На 24 септември в Градска художествена галерия – Благоевград бе открита изложбата “Ангелина и приятели”. 25 автори, обединени под призива “Аз уважавам света на другия”, представят 72 произведения – живопис, графика, дърворезба, приложно изкуство и колаж. “Двигачел” на инициативата е един от доайените на художническата гилдия в Благоевград Ангелина Станчева.

“За всеки творец има място под слънцето, нека се уважаваме и да ценим труда на други-

те!” – призова Ангелина Станчева. Тя представи и авторите в изложбата. В тазгодишното издание участват: Ангелина Станчева, Анна Васева, Валентин Топалов, Георги Драчев, Галина Левашка, Димитър Хаджиангелов, Дария Евтимова, Евгений Кузманов, Елена Темелкова, Живко Янев, Жулиета Георгиева, Здравка Лисийска, Илия Филипов, Ивайло Костадинов, Никола Руков, Наташа Ангелова, Огнян Георгиев, Пламен Братанов, Румен Дешев, Сашо Евтимов, Христо Шапкаров, Явор Ичков.

Изложбата откри директорът на Градската художествена галерия - Благоевград Иван Милушев.

От долу - част от участниците в изложбата “Ангелина и приятели”.



Снимки от Фейсбук профила на ГХГ - Благоевград



Алцек Мишев – да преплуваш света от Дупница през Атлантика и Милано до София



Алцек Мишев

Във впечатляващо мащабната изложба на художника Алцек Мишев, за която Националната художествена галерия отвори 13 от своите зали от 24 септември до 21 ноември, има няколко особено вълнуващи малки картини. Те са пейзажи от Дупница – родният град на автора, натюрморти и автопортрети, рисувани в ранната му младост. От създаването им е изминал повече от половин век

– време, през което Алцек Мишев е преминал през много житейски и творчески експерименти, за да стигне спасителния бряг на простотата на мисленето и изразяването. Той пресича границата на невъзвръщението почти едновременно с Кристо и като него започва в една напълно непозната действителност да създава своя собствен модел на свободата да имаш избор. Неговият малък плувец, прекосил Атлантическия океан, се превърна в образ на несломимото усилие да се преплуват всякакви възможни и невъзможни обстоятелства не за да се търси сигурност, а за да има движение и нови и нови хоризонти. И за да се докаже, че обстоятелствата могат да бъдат преплувани. Ако не искаш да те удавят.



Пейзаж от Дупница – родният град на автора



Плувецът на художника, прекосил Атлантическия океан, се превърна в образ на несломимото усилие да се преплуват всякакви възможни и невъзможни обстоятелства, за да има движение и нови и нови хоризонти.





Тази изложба, в която има и ранни пейзажи от Дупница, и макро поп арт портрети, и голяма картина, провокирана от стенопис в Хрельовата кула в Рилския манастир, и още редица артистични провокации, със сигурност ще бъде отбелязана като една от най-значимите в афиша на Националната художествена галерия, която с нея отбелязва 80-годишнината на художника. Откриването ѝ беше изненадващо (и вероятно за мнозина разочаровашо) безшумно и без присъствието на автора, който може би ще се появи към края ѝ, ако непрекъснато променящите се ковид ограничения позволят. За сметка на това още в първия час галерията беше препълнена с репортери и камери, които запечатваха събитието, и коментатори, които се опитваха да го тълкуват. Самият автор е цитиран ето така на гърба на една от картичките за изложбата: „Каква е живописиста през напредващия XXI век? Залязват ли завинаги модерното и абстрактното, времето, в което съм роден и в което съм бил вече? Въздига ли оно ва, което не е модерно? Размишления наред с други, рисувайки концертите под лозницата“. Една картина някъде от на-



Изложбата на Алцек Мишев може да се види до 21 ноември т.г. в Националната художествена галерия



чалото на 70-те, от самото начало на опитите за модерно и абстрактно на тогавашните млади български творци и поривите им не просто да променят реализма, а да преплуват реалността – маса с две риби, две бутилки и над тях едва доловим пейзаж с хоризонт над морето, е като едно малко ключе към отговора на тези големи въпроси. Ако изобщо има отговор. Но важното е да

започнеш да си задаваш въпросите. Алцек Мишев е започнал да си ги задава отдавна, още в родната Дупница, когато е бил чернокос, къдрокос и трийсетинагодишен. Сега, край Милано – все така къдрокос, побелял, осемдесетгодишен и вероятно освободен от илюзии, рисувайки концертите под лозницата, има право да не знае отговорите.

Виолета Атанасова

Мариета Савчева откри изложба акварел в Перник

Изложба на Мариета Савчева бе открита в галерия „Артсалон“ в Перник. Експозицията включва 25 акварела – предимно пейзажи и цветя. Авторката е реставратор и основно се занимава с църковна живопис. Участвала е в изографисването на големи църкви в Румъния и Молдова и на параклиси в България. Работи заедно с бесарабски българи, молдовци, украинци и руснаци. Савчева е доцент, преподава в Софийския университет и е участвала многократно в общи експозиции в Перник. Това е втората ѝ самостоятелна изложба в града.



Мария Савчева, която обича да рисува още от детството си, идва от щедрата Дунавска равнина. Завършва през 1993 г. Националната художествена академия. През 2001 г. защитава докторска дисертация „Консервация и реставрация“. Работи основно в областта на иконописа. Има участие в общи изложби в България и в чужбина. Участва и в пленери, които се провеждат сред естествена природна среда.

Фотограф Андон Тацев

Персоните и насекомите на съдия Калин Василев

Засега той все още е младши съдия. Младши е и в макро фотографията, с която ненадейно се захвана. Но в литературата започна да е сред имената, които а се появиха в някой конкурс, а го спечелиха. Как мисли да ги съчетава всичките тези работи заанапред, си е негов проблем, но едно е нещо а очевидно на негова страна – това, че умее да не се взема на сериозно и да се отнася с ирония не само към литературните персони, които създава като между другото, но и към самия себе си.

Към края на лятото Калин Василев извади от компютърните си папки все възможните ципокрили и пеперудени същества, които с часове е дебнел из гори и ливади, увеличи ги по няколко пъти и ги нарежи в една живописна фотографска изложба “Детайли от природата” в залата на кюстендилското Възражденско училище. Не е била идеята му просто да ни покаже красиви мигове от живота на природата – по-скоро неговите пеперуди, скакалци, комари и какви ли не още непознати за общата ни училищна подготовка по биология, ни изправят пред конфузния въпрос: човекът ли е наистина венецът в еволюцията на живата материя? Високомерно мислещи се за господари на света, ние не си даваме сметка какви съвършени системи функционират около нас, каква безупречна хармония е структурата, да речем, на едно водно

конче и как в точицата, която приемаме за негова глава, всъщност е ситуиран вселенски компютър. Та търпеливо наблюдаващото и дебнещо око на Калин Василев открива неподозирани светове и ни провокира да се спрем за малко, да се насладим и да се размислим.

Фотографската изложба бе направена с организационното съдействие на общинския отдел „Култура и духовно развитие“ и с финансовата подкрепа на НЧ „Асклепион 1998“. Фотографиите от нея бяха разпродадени благотворително, а събраните средства авторът преведе по сметката за лечение то на малката Анна-Даная Стойкова.



Калин Василев



Добрите намерения бяха около две седмици по-късно да бъде направена (на открито!) и премиера на новата книга на Калин Василев „Персони“, видяла бял свят благодарение на издателство „Арс“ под редакцията на Валентин Дишев. Но капанът на ковид рестрикциите щракна отново и, за да не си пренесат взаимно вируси почитателите на добрата съвременна литература, събитието бе отменено незнайно за кога. Така че радостта от срещата с талантиво забелязаните и остроумно описани от Калин Василев колоритни персони и ситуации в действителността около нас се поотложи. Освен за онези, които въпреки обстоятелствата побързаха да си поръчат книгата, насладиха й се вече, възхитиха се на автора, поздравиха го и мимоходом се запитаха: колко ли същества и неща така и ще си останат незабелязани и неописани, ако този човек вземе да се заизкачва по стълбицата на съдебната йерархия. Въпреки че той очевидно си може май от всичко по много. И вече е готов и с още по-новата си книга.

Виолета Атанасова



Ретроспективната изложба „Завръщане“ на Никола Мирчев

Художествена галерия „Владимир Димитров – Майстора“ отбелязва 100-годишния юбилей от рождението на Никола Мирчев с ретроспективната изложба „Завръщане“. Изложбата се открива на 13 октомври 2021 г. от 17:30 ч.

На 13 ноември се навършват 100 години от рождението на художника Никола Мирчев (1921-2021). А той си отиде в твърде ранна творческа възраст – нямаше 52 години! Можем да назовем настоящата изложба ретроспективна, но тя е по-скоро, за нас неговите деца, едно завръщане! Така я и нарекохме – като мото. Защо завръщане? Защото творчеството му бе затворено през годините сякаш в една рамка и в една тема. Докато всъщност Никола Мирчев бе от тази рядка категория художници, които могат всичко – в изящните и в приложните жанрове. Разбира се, живописът на първо място, в която той властваше със замаха на забележителна живописна култура във владенето на формата, композицията и цвета. Но и рисунката, особено рисунката, където той владееше всичко – чисто, спонтанно, искрено, изящно и майсторски! Неслучайно той работеше без умора и вдъхновено в областта на илюстрацията (особено на детските книги), карикатурата и политическата рисунка, плаката до пространственото оформление. В живописът обичаше голямоформатните многофигурни композиции и множеството подготвителни етюди към тях, вълнуваше го портретът и всяка вдъхновена индивидуалност, пейзажите, макар и малко на брой, въздействаха като слънчева полихронна музика, докато мъртвата природа в натюрморти-те не го докосваше! Но откровената еротика в серията цветни етюди! Да, защо не! Нека не звучи като предизвикателство към пуританите, а по-скоро като израз на широтата на естетическите и нравствени възгледи на един талантлив и търсещ художник!

Преди 10 години Светлин Русев бе казал: „Един малко познат Никола Мирчев възкръсна пред съвременната публика“. Колко актуално звучи това и днес!

Никола Мирчев е роден в един изумителен български град – Кюстендил на 13 ноември 1921 година. През 1940 година учи живопис в Художествената академия в София при проф. Борис Митов. Но поради липса на средства прекъсва образованието си и става начален учител в с. Мешемахле (Дъбрава) в Добруджа. През есента на 1941 година се връща в Академията, но поради провал в нелегалната ремсова организация в Кюс-



тендил е арестуван и осъден на 10 години строг тъмничен затвор. Освободен е на 8 септември 1944 година от затвора в Кюстендил.

Завършва живопис при проф. Илия Петров в Художествената академия в София през 1948 година. Живее в апартамента на проф. Кирил Цонев в София, който е негов приятел и учител. През 1946 година става един от основателите на в. „Стършел“. На три пъти е председател на Съюза на българските художници – (1953–1955), (1963–1965), (1970–1973).

През декември на 1971 година по повод неговата 50-годишнина е организирана първата му ретроспективна изложба в Кюстендил.

Заминава на лечение в Париж, където умира на 27 февруари 1973 г.

През март 2002 г. е организирана втората му изложба в Кюстендил в галерията „Владимир Димитров – Майстора“. През януари на 2011 г. в галерия – книжарница на София прес в София бе открита изложбата „От будоара до мавзолея“ по повод 90 години от рождението му.

Нина Мирчева

Кои са седемте най-скъпи круизни кораби в света

ГЕРАНИЦА – ТУРИЗМЪТ ПО АВТЕНТИЧНА РОДОПСКА РЕЦЕПТА

Фирма за космически туризъм предлага
пътуване със стратосферен балон за 50 000 долара

Топ 6 на градовете, в които туристите се губят най-лесно

Виолетов пясък и слънчева порта в скалата: Плаж,
който заслужава възхищение, но от безопасно разстояние

ЗАКЪСНЕЛИ СТЕ ЗА ПОЛЕТ? ИМА САМО ЕДИН ПОЛЕЗЕН ХОД

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



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

<http://www.ploshtheadslavkov.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!