

БЕЗПЛАТЕН РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОНЕН ГАЙД

новече

за сливен и региона

БРОЙ 14 • ФЕВРУАРИ 2015



Любовно тайнство, аз не те познах
в разпукнатия миг на пролетта.

Как осезаемо е недокоснатото,
как ненапитото опиянява, как всичко е любов!

Блага Димитрова



Издава:
Рекламна агенция "РЕК-АРТ" ЕООД
Сливен, ул. "Д-р Константин Стоилов" 30
тел.: 0898 54 58 54
e-mail: rekartbg@gmail.com

Тираж: 15 000 бр.
Разпространява се бесплатно и безадресно
в магазини, офиси, държавни институции
и други.

Оформление: Искра Гочева
Печат: "БУЛВЕСТ ПРИНТ" АД
РА "РЕК-АРТ" не носи отговорност за
предоставените материали и реклами
послания от фирми и организации.



ОБЩИНА СЛИВЕН
www.sliven.bg

06 ФЕВ/ПЕТЬК, 19:00
 24 ФЕВ/ВТОРНИК, 19:00
 ЗАЛА ЗОРА



93 годишната „Царица на комедията“ СТОЯНКА МУТАФОВА в постановката

ГОСПОЖА СТИХИЙНО БЕДСТВИЕ

по Алдо Николай

Режисура: Николай Атанасов
 Участват: Стоянка Мутафова, Адриана Андреева, Николай Атанасов

В един италиански град живеят майка, дъщеря и техният предан приятел. Най-фаталната, най-сексапилната, най-женствената дама – такава е в мечтите от своята младост жизнената геройна на Стоянка Мутафова.

Билети на касата на НЧ „Зора“

07 ФЕВ, 17:00, БИБЛИОТЕКА ЗОРА

СРЕЩА С
МАДЛЕН АЛГАФАРИ
 ПСИХОТЕРАПЕВТ И ПИСАТЕЛ

ПРЕДСТАВЯНИЕ
 НА НОВАТА Й КНИГА



ПРИНЦЕСАТА И ГРАХОВОТО ЗЪРНО

по Ханс Кристиян Андерсен
 Драматизация: Тодор Вълов
 Постановка: Христина Арсенова
 Сценография: Свила Величкова
 Музика: Петко Манчев
 Държавен куклен театър - Сливен



08 ФЕВ/НЕДЕЛЯ, 11:00, ДКТ

БЪЛГАРИ ОТ СТАРО ВРЕМЕ

Автор: Любен Каравелов
 Режисьор: Невена Митева
 Участват: Илия Костадинов, Огнян Каменарски, Силвия Боева, Лилия Димитрова, Светослав Славчев, Мирослав Симеонов, Петко Петков и Цветина Петрова



БЪЛГАРИ ОТ СТАРО ВРЕМЕ
 10 ФЕВРУАРИ, ЗАЛА ЗОРА

КОНЦЕРТ ЗА ФРЕНСКИ КЛЮЧ И МАСКИТЕ НА МЕЛПОМЕНА

Режисьор: Иван Панев
 ДТ „Стефан Киров“ - Сливен
 17 ФЕВ/вторник, 19:00,
 ДТ „СТЕФАН КИРОВ“

КОНЦЕРТ НА ТРИО „ТЕНОРИТЕ“ МУЗИКА ЗА ЦЕНИТЕЛИ



КОНЦЕРТ НА СИМФОНИЧЕН ОРКЕСТЪР

„Младите таланти на България“
 Диригент: Димитър Караминков
 Солисти: Мартин Колев – тромпет
 Арсений Новодершкин – тромпет
 12 ФЕВ/ЧЕТВ, 18:30, ЗАЛА НТС

КУЧЕТО, КОЕТО НЕ ЗНАЕШЕ ДА ЛАЕ

по Джани Родари
 Режисьор: Злати Златев
 Сценография: Коста Ортодоксов
 Музика: Владимир Джамбазов
 15 ФЕВ/НЕДЕЛЯ, 11:00, ДКТ

Ръководител: Кирил Илиев
Билети на касата на НЧ „Зора“
 18 ФЕВ/СРЯДА, 19:00,
 ЗАЛА ЗОРА

АФИШ СЛИВЕН

142 ГОДИНИ ОТ ГИБЕЛТА НА ВАСИЛ ЛЕВСКИ

Общоградска възпоменателна церемония пред паметника на Васил Левски
Слово за делото на Левски
Полагане на венци и цветя пред паметника на Апостола
19 ФЕВ/четв., 12:00
пл. ВАСИЛ ЛЕВСКИ

ВЪЗХВАЛА НА КОЛЕБАНИЕТО

от Г. Господинов
ДТ „Степан Киров“ - Сливен
Едно представление за участта на българина от времето на прехода. За живия човек, който вече 25 години се съпротивява на превъръщането му в „електрорална единица“; пази в паметта си трепетите, мечтите, мислите и вълненията на своето лично



битие. Вдъхновени от ранната поезия и късната проза на Георги Господинов, заредени от вечните „парчета“ на „Бийтълс“, шестима млади актьори в творчески говор и доверие към зрителя водят своята артистична битка срещу о-без-човечаването на живота.
19 ФЕВ/четв., 19:00,
ДТ „СТЕФАН КИРОВ“

РЕГИОНАЛЕН ПРАЗНИК МАСКАРАДНИ ИГРИ – 2015 г.

21 ФЕВ/събота, 10:00
с. КАМЕН

ПЕТЬР И ЗМЕЯТ

Автор: Венера Нечкова-Сингарова
Режисьор: Елица Петкова
Сценография: Ива Гикова и Ивайло Николов
Музика: Христо Намлиев
Държавен куклен театър - Сливен
22 ФЕВ/НЕДЕЛЯ, 11:00, ДКТ

БЯЛА ПРИКАЗКА

Гостува ДКТ – Пазарджик
Билети на касата на ДТ „Степан Киров“
23 ФЕВ/пон., 11:00, ЗАЛА ЗОРА

МНОГО ШУМ ЗА НИЩО

по У. Шекспир
Както винаги, става дума за

НЕПОЗНАТИЯТ МОЦАРТ

Концерт на Симфоничен оркестър – Сливен
Диригент – Григор Поликаров
Солисти: Жанет Стегарева – сопран
Арсений Арсов – тенор
26 ФЕВ/ЧЕТВ, 18:30, НТС

ХУДОЖЕСТВЕНА ГАЛЕРИЯ “ДИМИТЪР ДОБРОВИЧ”

бул. „Цар Освободител“ 13
телефон: 622083

- Изложба по повод 120 г. от рожденията на Донка Константинова
- Документална изложба на Китайското посолство
- **Най-новата царската експозиция на „България в блясък“ гостува в Сливен.** По случай Националния празник на България -3 март, галерия „Димитър Добрович“ Сливен и Движение за национално възраждане „Оборище“ - София на 3 март 2015г. от 12:30 часа в зала „Сирак Скитник“ представят пред сливенската публика на изложбата „България в блясък“ „Владетели и дворци на Третото Българско Царство“.

РЕГИОНАЛЕН ИСТОРИЧЕСКИ МУЗЕЙ

бул. „Цар Освободител“ 18
телефон: 622494

- Експозиция „Памет от векове“
- Юбилейна изложба „180 години от началото на текстилната индустрия на Балканите“

ДРАМАТИЧЕН ТЕАТЪР “СТЕФАН КИРОВ“

площад „Хаджи Димитър“ 4
телефон: 624181

ДЪРЖАВЕН КУКЛЕН ТЕАТЪР

бул. „Цар Освободител“ 24
телефон: 622718

НАРОДНО ЧИТАЛИЩЕ “ЗОРА“

площад „Хаджи Димитър“ 1
телефон каса: 0879 405 416



МОСТ НА ВЛЮБЕНИТЕ

14 февруари /ден на влюбените/
Новоселски мост ще се превърне
в Мост на влюбените Там
всяка влюблена двойка ще има
възможност да „заключи“ своята
любов с катинар и да хвърли
ключа в реката.

ОБЕДИНЕНА ШКОЛА ПО ИЗКУСТВАТА МИШО ТОДОРОВ

ПРИ ЧИТАЛИЩЕ •ЗОРА•

КЛАСОВЕ ПО:



ПИАНО ЦИГУЛКА • СОЛФЕЖ
ВОКАЛНА ТЕХНИКА

БАЛЕТ • СПОРТНИ ТАНЦИ
ТЕАТРАЛНА ФОРМАЦИЯ

КОМПЮТЪРНО СТУДИО
ДЕМО ЗАПИСИ, АРАНЖИМЕНТИ

0879 405 419 • 0879 156 974 • ZORA-SLIVEN.NET



www.tvarditsa.org

НАРОДНО ЧИТАЛИЩЕ „ПРОСВЕТА 1910“ И КМЕТСТВО С. СБОРИЩЕ ОРГАНИЗИРАТ

КОНКУРС ЗА МЕСТНИ ВИНА И ПРАЗНИК „ТРИФОН ЗАРЕЗАН“



ПРОГРАМА НА ПРАЗНИКА:

12 февруари /четвъртък/ от 9.00 до 16.00 часа

Представяне на вината за конкурса (бутилка червено, бяло или вино розе) в читалището

14 февруари /събота/

10.00 часа От центъра на селото тръгва шествие за лозята, където ще бъде отслужен Молебен за здраве и берекет и ще се извърши обичая „Зарязване на лозе“.

13.00 часа Откриване на конкурса за местни вина в младежката зала на читалището

НЧ „ПРОСВЕТА 1910“ И КМЕТСТВО С. СБОРИЩЕ

ТЕЛ. ЗА КОНТАКТ: 0898 829 600

**ПРОЛЕТНИ ИГРИ И
ОБИЧАИ „ЦВЕТНИЦА“
РЕГИОНАЛЕН ФОЛКЛОREN
ПРАЗНИК**

5 април, гр. Твърдица

Заявка за участие в събора се приема до 22 март 2015

Повече информация на тел.: 0454 4 4002

Община Твърдица

площад „Свобода“ 1



www.kotel.bg

**ТУРИСТИЧЕСКИ
ИНФОРМАЦИОНЕН И
ОБРАЗОВАТЕЛЕН ЦЕНТЪР**

гр. Котел, ул. Изворска 21, етаж II

www.kotel.bg/tourism

тел. 0453/42289

тел. 0453/42336 – вътр. 145;

работно време:

понеделник до петък

8:00-12:00 и 13.00-17.00



СИНИ ВИР е името на малък водопад, намиращ се на Медвенска река в близост до с. Медвен. За да стигнете до водопада, първо трябва да минете през село Медвен, което се намира сгущено в южните склонове на Стара планина сред вековни и непокътнати красиви гори. Влизайки в селото, следвате табелите за Екоселище „Синия вир“. След няколко калдъръмени улички, пътят става тесен и води директно до екоселището. По пътя ще видите табела за екопътека Сини вир, която подминавате. От Екоселището

започва пътека, която се спуска надолу и после се движите по нея от ляво на реката. След около 15-20 мин. пеша ще стигнете до водопада. Гората е изключително красива, въздухът е чист и лек за дишане. Скалите и стичащата се по тях вода, правят мястото приказно красиво. „Сини вир“ е с височина на пада 7м. и площ 1.1 ха. Земните пластове около коритото на реката са силно нагънати и много интересни. Името „Сини вир“ идва от красивия син цвет на водата, която се събира под водопада в малко езеро с дълбочина 8-10м. Къпането във вира е забранено! Буйните планински води често се спускат по отвесни скали и образуват красиви водопади. Местността е любимо място за разходка на природолюбителите от региона и близките по-големи градове. Очарованието на водопада допринася за славата на с. Медвен като дестинация за туризъм, тъй като дава възможност за активна почивка на гостите на селото.



КРЪСТОПЪТ НА ТРАДИЦИИ,
КУЛТУРИ И ЕПОХИ

СЛЕДВАЙ СТЪПКИТЕ
НА ВЪЗРОЖДЕНЦИТЕ



Внедрено е специализирано бесплатно мобилно приложение за смартфони и таблети, изгответо по проект „Регион Сливен – кръстопът на традиции, култури и епохи“.

Приложението представя различни аспекти и туристически особености на общините Сливен, Котел и Търъдица и има за цел да популяризира региона като туристическа дестинация.

 Свалете мобилно приложение [Region Sliven] за Android от App Store или Google Play

tourism.hostsliven.net 
[facebook: Region Sliven](#)



В ПРИРОДОЗАЩИТИЛЕН
ТУРИСТИЧЕСКИ ЦЕНТЪР
„СИННИТЕ КАМЪНИ“
МОЖЕТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАЗНООБРАЗНА
ИНФОРМАЦИЯ ЗА:

- туристически маршрути;
- природни забележителности в парка;
- биологично разнообразие;
 - културно-историческо наследство в парка;
- туристически обекти в града;
 - защитените територии в страната;
 - възможности за отдих и настаняване на територията на парка.

Дирекцията на Природен парк „Сините камъни“ предлага:

- тематични екскурзии и маршрути;
 - образователни програми за ученици;
- екологични игри и състезания;
- консултации при научно-приложни дейности;
- информационни и реклами материали.

гр. Сливен, бул. Цар Симеон 15
044 66 29 61, 044 62 46 32

ПРАЗНИЦИ И ИМЕННИ ДНИ ПРЕЗ ФЕВРУАРИ

01 Февруари

Трифон Зарезан Трифон,
Трифонка, Лозан, Лозанка

03 Февруари

Симеон, Симеона, Симеонка,
Симеонко, Симо, Симон,
Симона, Симонка, Симян,
Симяна, Мони, Монка, Моника

05 Февруари

Агата, Агатия, Добрин, Добринка

06 Февруари

Огнян, Огняна, Искра, Искрен,
Пламен, Пламена, Светла,
Светлана, Светозар, Светлозар,
Светослав, Светослава, Фотий,
Фотин, Фотина

09 Февруари

Никфор

10 Февруари

Харалампий

13 Февруари

Евлоги, Евлогий, Евлогия, Зоя

14 Февруари

Валентин, Валентина, Вальо,
Валю, Валя

15 Февруари

Месни заговезни

21 Февруари

Евстати, Евстатия

22 Февруари

Сирни заговезни

28 Февруари

Тодоров ден Божидар, Божидара,
Дора, Дорина, Доротея, Теодор,
Теодора, Тодор, Тодора, Тодорка

15 Февруари

Месни заговезни или Неделя месо постна е православен църковен празник. В различните краища на страната празникът носи и различни имена - Месни заговелки, Малки заговезни, Месници, Кокошкини пустове, Месно запушване.

Всяка година празникът се отбелязва на различна дата, но винаги се пада в неделя, осем седмици преди Великден. Това е и първият празник свързан с настъпването на пролетта. Наричан е месни заговезни, защото това е последната неделя през която се разрешава заговяване (постене) с месо, преди най-дългите и строги пости - Великденските пости.

Празничната вечеря на Месни заговезни е отрупана предимно с месни ястия, но най-често се приготвя варена кокошка. Приготвя се още баница с мас и извара, свинско месо със зеле и др.

Характерно още за този празник е, че се ходи на гости на кръстниците с пригответи ястия.

Седмицата след Месни заговезни се нарича Сирница и се яде много извара, масло и яйца. Това е последната седмица, в която се играят хора и се пеят песни, защото последващите пости са не само хранителни, но и духовни.



www.tuidaccastle.bg



ЗАГОВЕЗНИ

22 Февруари

Сирни заговезни, православен църковен празник, който се празнува седем седмици преди Великден. За трапезата на Сирни заговезни се приготвят баница със сирене,варени яйца,варено жито и бяла халва с ядки. Канят се най-близките роднини и се извършва обичаят хамкане: на червен конец се привързва и се спуска от тавана парче бяла халва иливарено яйце. Най-възрастният мъж в къщата завърта конеца в кръг и всеки (най-вече децата) се стреми да хване

яйцето или халвата с уста. Който успее ще бъде жив и здрав през цялата година.

Вечерята завършва с обичаят прошка - по-младите молят по старите -баба, дядо, майка, баща, свекър, свекърва, брат, сестра и кръстници за прошка. Затова празникът е известен още и като Прошка.

Друг характерен обичай за Сирни заговезни е паленето на празнични огньове.

По стар обичай Сирнишките огньове се палят от ергените по

високите места край селото. Помалките момчета правят свои огньове по улиците. Огънят трябва да им висок пламък, защото се вярва, че докъдето стига светлината му, до там през лятото няма да пада градушка. Мъжете, жените и децата прескачат този огън за здраве и предпазване от бълхи и змии.

В някои части на България е разпространен обичаят оратници (огргулици) — това са факли от слама, които всеки стопанин завърта около главата си, така се прогонват бълхите от всяка къща.

Двете седмици около Месни и Сирни заговезни са своеобразна подготовка на организма за най-дългите пости през годината.

ХАЛВАТА е един от най-популярните ориенталски десерти и има дълбока традиция и у нас.

Оригиналният произход на халвата е Индия и Централна Азия, от където през вековете започва инвазия на Запад – към Арабския свят и Ориента, с които по принцип я свързваме.

Халвата има твърде много разновидности в различните краища на света. Някъде слагат повече плодове, другаде повече ядки.

Едната голяма група халви е тази, приготвена от различното съчетание на захар, яйца, глюкоза и брашно (пшенично или грис). Бялата халва за Сирни Заговезни се приготвя с течна глюкоза, която я втвърдява. При нея също, както при нугата, се добавят ядки.

Другата голяма група халви са на основата на семена и те са далеч по-здравословни от белите си съименници. Основна сировина за тях е таханът, който е всеизвестен с полезните си качества за храносмилателната система и с високото си съдържание на калций, което го прави предпочитан, дори задължителен, в менюто на вегетарианци и вегани.



ВИНО И ЛЮБОВ

За празника ...

Трифон Зарезан е един от най-обичаните и почитани празници, предшестващи идването на пролетта. Денят на лозаря има древни езически корени от времето, когато по българските земи са живеели траките, а пролетните тържества в чест на бог Дионисий се отбелязвали с особено голяма пищност.

Според Православната църква празникът се чества на 1 февруари, посвещавайки го на Св. Трифон – лечителят-мъченик, който през 248 г. е осъден и посечен заради силата на вярата си и категоричния си отказ да се отрече от християнството.

Векове наред обаче, по стар утвърден обичай, на 14 февруари във всички краища на България се зарязват лозята.

Празнуват всички лозари, кръчмари и градинари.

Традицията повелява още от вечерта жените да омесят квасеник. На сутринта изпичат пресния хляб, правят пълнена кокошка с ориз или булгур и заедно с руйно вино го слагат в торбата на лозаря. Всички лозари от селото се събират и с пълните торби поемат към лозята, където изпълняват ритуала зарязване: отрязват с наострен косер (специален лозарски нож) няколко най-плодовити лози, които се поливат с вино и благославяват да родят много грозде.

След ритуала по зарязването следва обилна гощавка.

За виното ...

Историята на виното и винопроизводството е толкова стара, колкото е и самата цивилизация. Една от най-старите и разпространени истории е за митичния персийски цар Jamsheed. В неговия двор, гроздeto е било съхранявано в деливи за консумация извън сезона. Веднъж, една от деливите била изхвърлена, защото загубила своята сладост и съдържанието в нея се считало за отровно. Една от жените в царския гардероб имала толкова силен главоболие, че решила да се самоубие с „отровата“. В резултат не само, че не умряла, но и главоболието изчезнало. След като разказала за чудотворния лек, виното станало желана напитка в царския двор и не само.

Виното е известно на хората още от 6000 г. пр. н.е. Ненапразно в гръцката и римската митология има Богове на виното и веселието. Гръцкия Бог на виното е бил Дионис, а римският – Бакхус.

Християнската църква също почита виното най-вече при светото причастие – евхаристия. Счита се, че виното символизира кръвта на Иисус Христос.

В края на седемнадесети и началото на осемнадесети век, виното се явява не просто напитка, а индикация за повишаването на жизнения стандарт.

ДА ПРАЗНУВАМЕ ЗАЕДНО
ВАШИЯ СПЕЦИАЛЕН ПРАЗНИК!

- 150 места
- VIP зала
- Жива музика

Сливен
бул. Цар Освободител 1
(в двора на читалище Зора)
0885 101 746, 0879 211 131
facebook: Restorante Prego

*Ristorante
Prego*



МЕХАНА
СТАРОТО
СЕЛО

специалитети
на пещ
всяка вечер
живя музика

Сливен
бивш ресторант
Дебоя
тел.: 0877 71 67 67

Виното и здравето ...

1. Защита на вашата усмивка – въпреки, че червеното вино и белата на зъбите са несъвместими, учени са доказали, че благодарение на проантоксидантите (флавоноиди с антиоксиданти), които се съдържат във виното се предотвратява натрупване на плака и съответно предпазват зъбите си от кариеси.

2. Подпомага храносмилането – полифенолите, които се съдържат във виното помагат за намаляване на вредното въздействие на определени химикали в храните. Те също така „казват“ на тялото да се освободи от азотния оксид, който отпуска (разпъва) стените на стомаха, когато той е пълен с храна и подобрява храносмилането.

3. Може да извади талията ви – благодарение на пицеатанола във виното се спира растежа на мастни клетки в организма.

4. Укрепва костите ви – последните проучвания показват, че умереното консумиране на червено вино помага за здрави кости. Този ефект, обаче може да бъде „обратен“, ако е налице свръхконсумация на вино.

5. Побеждава настинката – високите нива на богатите на антиоксиданти полифеноли възпрепятстват размножаването на вирусите, веднъж попаднали в тялото ви.

6. Предотвратява рак – благодарение на съдържанието на ресвератрол в напитката се увеличава действието на химиотерапията и раковите клетки стават по-податливи на лечението.

7. Живеете по-дълго – ресвератролът има още едно предимство – може да се бори със стареенето. Той задейства т. нар. "ген на дълголетието" (SIRT1), който допълнително повишава общото здравословно състояние.

Само не забравяйте, че тези здравни ползи от червеното вино се появяват при умерена консумация (около една чаша за жените, и 1-2 за мъжете).

За психичното здраве.....

Накратко казано, виното е в състояние да действа като естествено успокоятелно. Този ефект може да се види по-специално във вина розе чрез комбиниран психологически ефект на алкохола върху мозъка и цвета.

Това че виното, има влияние върху нервната система вече е потвърдено.

Алкохолът в малки дози намалява чувството на страх, тревожност, емоционално напрежение и повишава способността да се реагира на стреса.

А сега за виното и любовта ...

„Няма любов без вино и няма вино без любов.“



За любовта казват, че е като виното и обратното – замайват, опияняват, правят цветовете по-ярки и вълнуващи – наистина необикновена и неразделна двойка.

Началото е винаги плахо, но последващата реакция след няколко гълтки вино и любов е взрив от емоции и чувства!

Тази комбинация опиянява – ефектът е сладко-горчив, но никое друго съчетание на чувство и напитка не може да го постигне!



БОЛКИ В ГЪРБА И ШИЯТА?

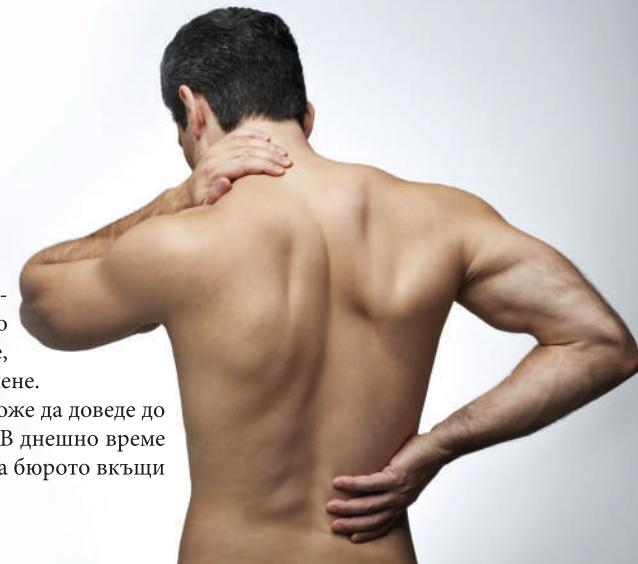
Измъчват Ви главоболие, неспокoen сън и болки в шията и гърба? Най-вероятно причината за тези болки се крие в обездвижването и начина, по който стоим на работното си място. Често, погълнати в работа или залегнали над уроците, не усещаме, че сме застанали наведени или с увиснали, приведени напред рамене. Тази неправилна поза може да бъде причина не само за неприятните болки, но може да доведе до прогърбане и други по-сериозни проблеми (като остеопороза или дископатия). В днешно време децата са най-застрашени от последствията от неправилната стойка в училище, на бюрото върху и пред компютъра.

ЕТО РЕШЕНИЕТО

Най-доброто, което можем да направим, за да се спасим от това неразположение и да се погрижим за перфектна осанка на нас и децата ни, е да заемем правилна работна стойка. Предлагаме Ви няколко съвета за постигане на тази оптималната позиция:

1. Старате се да дръжите раменете и гърба изправени. Ако ви е трудно или усещате, че несъзнателно ги свивате или привеждате горната част на гърба напред, можете да използвате ортопедичен колан за изправяне на гърба и раменете. Той ще ви помогне да поддържате гърба и раменете в правилната позиция.
2. Облегалката на стола трябва да бъде изправена под ъгъл от 90°, а долната част на гърба Ви пътно да прилепва към нея. Ако остава празнина между облегалката на стола и кръста, може да поставите някаква опора (като нагънато яке напр.) или да използвате лумбална възглавница.
3. Седалката на стола не трябва да бъде прекалено мека.
4. Регулирайте височината на стола така, че бедрата ви да стоят успоредно на пода и на едно ниво с коленете.
5. Целите стъпала трябва да са стъпили на пода.
6. Наместете екрана на компютъра така, че горният му ръб да бъде на нивото на очите Ви.
7. Дръжте лактите сгънати под ъгъл 90° спрямо рамото, трябва да са раздалечени един от друг и да не са облегнати на бюрото.
8. Не се задържайте седнали прекалено дълго време. На всеки 45 минути си правете почивки, разтягайте се или се разходете.

Ако спазвате тези прости правила и особено ако ги комбинирате с повече движение, ще избегните болката и прогърбането, и ще запазите перфектната си осанка по-дълго време.



ОРТОПЕДИЧЕН МАГАЗИН
АЛФАМЕДИКА

РЕШЕНИЕТО ЗА БОЛКИ В ГЪРБА И ШИЯТА

гр. Сливен, ул. Одрин 17 • тел.: 0878 81 03 81
(източната страна на НТС - зад сградата на Здравна каса)





Ябълка

Хранителни съставки:

- Витамин С
- Ябълчена киселина
- Флавоноиди
- Фибри

Ябълката е ефикасно прочистващо средство, спомагащо за детоксикация на организма.

Ябълките имат прочистващ ефект върху организма най-вече заради съдържащия се в тях пектин (вид растителни влакна), който ускорява изхвърлянето

на холестерол, токсини и тежки метали и възпрепятства натрупването им. Флавоноидът кверцетин облекчава алергичните симптоми и успокоява възпалителни състояния (като артрит), а ябълчената киселина съдейства за правилното използване на енергията. Според проучвания, консумирането на ябълки подпомага функционирането на беляния дроб.

Предвид всички полезни ефекти от приема на ябълки, ние ви препоръчваме следната диета:

Диетата с ябълки е широко разпространена и е сред най-простите и ефективни диетични планове. Може да се придържате към нея по всяко време на годината, но най-добрия период за прилагането е юни - септември. Тогава плодът масово зреет и може да се намери в натурално състояние, без да е обработен с вредни вещества. Ако решите да приложите диетата във всяко друго време от годината е препоръчително кората на плода да се обелва.

В повечето случаи ябълковата диета е с продължителност 7 дни, а ефектът от нея е отслабване с 5 до 7 кг. Този тип диета се отнася към сировите диети, защото менюто включва (в най-добрия случай) консумация само на сърови ябълки.

МЕНЮ:

1 ден - 1 килограм ябълки (при недобра поносимост добавете по 1 филийка препечен ръжен хляб 3 пъти за деня);

2 ден - 1,5 килограма ябълки;

3 ден - 2 килограма ябълки;

4 ден - 2 килограма ябълки;

5 ден - 1,5 килограма ябълки;

6 ден - 1,5 килограма ябълки;

7 ден - 1 килограм ябълки (при

недобра поносимост добавете по 1 филийка препечен ръжен хляб 3 пъти за деня).

Препоръчително е при този тип диета: да разделите дневния прием на ябълки на 6 порции, за да не чувствате глад между храненията; пиенето на много вода - около 1.5 - 2 литра на ден или зелен чай без захар; избягвайте да се натоварвате физически.

Ако в резултат на диетата страдате от подут корем, диария или метеоризъм, започнете да консумирате препоръчаното количество ябълки печени, те са със същата калоричност, но не дразнят стомаха.

Ако през тези 7 дни всичко е нормално и нямаете оплаквания, след приключването им преминете към нормално хранене постепенно, като дадете възможност на организма да се адаптира плавно и е много важно да не пресяждате.

Важно: Преди да започнете какъвто и да е тип диета трябва добре да прецените здравословното си състояние. Ако имате дори и малки съмнения по отношение на въздействието на диетата върху вашия организъм или някакви здравословни проблеми, задължително се консултирайте със специалист преди да се подложите на нея.

За да не изключите напълно ябълките от менюто след приключване на диетата, ви предлагаме тази вкусна рецепта за

Печени ябълки

Необходими продукти за 2 порции:

55 г обезсолено масло

4 ч. л. стафиди

4 ч. л. сурова тръстикова захар

4 ч. л. нарязани бадеми

1 ч. л. канела

1 ч. л. смляно индийско орехче

2 обелени и почистени ябълки

2 с. л. прясно сирене при сервиране.



Начин на приготвяне: Включете фурната на 180 градуса. Смесете всички продукти в купа, с изключение на ябълките. Разделете сместа на две и напълнете ябълките. Опаковайте ги поотделно в алуминиево фолио и ги печете около 20 минути. Сервирайте с прясно сирене.



бул. Христо Ботев
между бл.25 и 27



на 50 метра от Бистро Макси

ЛИТОТЕРАПИЯ

Цветни, прозрачни, блестящи - скъпоценните камъни са толкова изящни! Но те ни даряват не само с красотата си, а и с терапевтичните си свойства. Лечители и магьосници ги използват от хилядолетия насам...

Литотерапията (от гръцки *Lythos* - камък), възникнала през 1970 година на основата на древната китайска медицина и ведическите писания, залага на капацитета на камъните да канализират енергията и да я предават на отслабналите зони на тялото и духа. По принцип камъните трябва да бъдат поставяни от терапевт върху специфични точки на тялото, отговарящи на седемте чакри (центрове на жизнена енергия според индийската философия). Но най-често се носят на колие, пръстен или просто в джоба. Друг вариант е пиемето на вода, в която е бил поставен камък за няколко часа. Но сериозно ли е всичко това? Точен отговор все още няма. Науката досега не е доказала конкретно влияние на камъните върху различни заболявания. Едно обаче е сигурно - техните физически качества са изключителни.

Цветове и вибрации

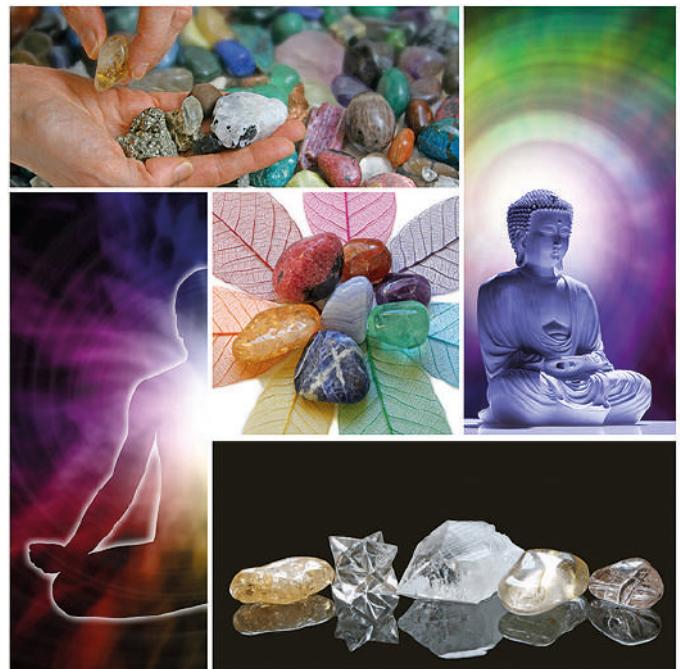
Разнообразието в нюансите на камъните е почти безкрайно, а всеки цвят има своя собствена вибрация. Според хромотерапията определени вибрации влияят на различни клетки и органи в тялото. Червеното например раздвижва кръвообръщението, а жълтото успокоява стомаха и черния дроб. Науката не отрича влиянието на цветовете върху здравето, особено тези в червената гама - от ултравиолетово до инфрачервено. Скорошни изследвания на НАСА доказваха, че червената светлина от диодна лампа стимулира заразстването на рани.

По отношение на психиката вече повече лекари възприемат идеята за пряка връзка между цветовете и настроението. Топлите тонове (жълто, червено, оранжево) действат възбуджащо, студените (синьо, виолетово, бяло) успокояват, а неутралните (всички нюанси на зеленото) благоприятстват хармонията и равновесието.

В търсене на енергията

В материата 99.9% е самото вещество, а останалото са енергийните процеси. Когато докосваме един кристал, атомите му се раздвижват и това създава вибрации, тоест енергия. Тя може да се проявява в различни форми, например като електричество. Неслучайно затоплените камъни привличат прахта. При определена температура около турмалина възниква статичен ток. Силното притискане на парче кварц "подлудява" електрически натоварените атоми в него и така камъкът произвежда пиезоелектричество. Всъщност камъните притежават свойства, които създават различни форми на енергия, а литотерапевтите твърдят, че тя лесно може да премине в човешкото тяло и да го лекува.

Електричество, магнитни полета, топлина - всички тези "магически" свойства на камъните отдавна са познати на традиционната медицина.





Минерали в човешкото тяло

Произходът на вселената е свързан с минералите - те се съдържат в нашите корени. Следи от това далечно минало представляват многобройните минерални соли, намиращи се в човешкото тяло, като калций, калий, хлор и др. Известно е, че минералите са от важно значение за здравето. Немски учени са доказали благоприятния ефект на богатите на магнезий бани върху сухата кожа, например. Минералните соли проникват и се разпространяват в организма. Съществува мнението, че подобно действие имат и камъните, без засега да е изяснен механизъмът, по който те отделят минерални частици.

Елена 34 г., разказва за първата си среща с литотерапията. Самовнушение или не - преценете сами. "Около главата и по цялото ми тяло поставиха камъни. Изпаднах в дълбока релаксация. Чувствах как по краката и ръцете ми протича енергичен ток. Но най-вече ми се струваше, че виждам виолетова светлина в мислите си. После разбрах, че на челото ми, върху т. н. "трето око", е бил поставен аметист."

Какво казва науката?

Всеки терапевтичен жест съдържа частица внушение, което участва в оздравителния процес - при мигрената то може да достигне до 60%. За да се прецени реалното влияние на камъните върху човешкото здраве, е необходимо да се проведат проучвания, при които нито пациентът, нито терапевтът знаят дали използваното срещу определена патология средство е скъпоценен или никакъв обикновен камък. Такива изследвания предстоят и само те могат да дадат научен отговор на въпроса. Междувременно да се наслаждаваме на искрящата красота на минералите - това никога няма да навреди.

Камъни и здраве - поверия преминала през вековете

Ахат - укрепва зрението, лимфната система, дебелото черво, панкреаса и кръвообръщението. Полезен при синдрома на раздразненото черво и при подуване на stomаха.

Диамант - стимулира обмяната на веществата, повишава енергията, подпомага възстановяването след отравяне.

Аметист - ефикасен при главоболие, възпалено гърло, хормонален дисбаланс, безсъние, вирусни и бактериални инфекции.

Цитрин (жълт кварц) - благоприятен за храносмилането, зрението, сърцето, бъбреците, щитовидната жлеза и черния дроб. Стимулира възстановяването на тъканите, помага при анемия.

Корналин - влияе добре на жълчния мехур, черния дроб, белите дробове, гръбначния стълб, далака, щитовидната жлеза и панкреаса. Облекчава храносмилателните проблеми.

Кехлибар - помага на гърлото, сърцето, хормоналната система и бъбреците. Облекчава акнето. Може да бъде използван като антисептично средство (за венците например).

Смарагд - притежава успокояващо въздействие. Бори се с кожните инфекции. Благоприятства здравето на черния дроб и бъбреците, костите и зъбите, сърцето и имунната система.

Гранат - помага за прочистването на кръвта, при анемия, високо кръвно налягане, ревматизъм, проблеми с щитовидната жлеза. Повишава жизнения тонус.

Хематит - полезен за далака, кръвта и прешлените.

Нефрит - облекчава болките в бъбреците и предменструалния синдром, благоприятства плодовитостта.

Яспис - тонизира организма, успокоява нервите, полезен е за пикочния мехур, далака, стомаха, черния дроб. Подпомага храносмилането.



Опал - стимулира паметта, подобрява зрението. Благоприятства освобождането от отровите.

Перла - преборва стреса, стимулира плодовитостта и женската сексуалност.

Турмалин - стимулира творчеството, полезен за психичното здраве. Подпомага доброто функциониране на лимфната система и на пикочния мехур.

Рубин - връща енергията. Нормализира менструалния цикъл, поддържа доброто състояние на имунната система и кръвообращението.

Сапфир - подобрява издръжливостта. Полезен за сърцето и стомаха.

Топаз - ефикасен срещу безсънието. Благоприятен за здравето изобщо.

Розов кварц - успокоява, стимулира паметта и въображението. Полезен за надбъбречните жлези, сърцето и кръвта.

Тюрокоаз - пропъжда стреса, полезен за целия

Държавно предприятие СЪОБЩИТЕЛНО СТРОИТЕЛСТВО И ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ

40 години история доказан опит в строителството на:

- подземни съобщителни кабелни линии • оптични кабелни магистрали фиксирани телефонни мрежи • мобилни телефонни мрежи

• Възстановяване на асфалтови и тротоарни настилки • Направа на сондаж • Монтаж, измерване и издаване на измервателни протоколи от лицензирана лаборатория • Всякакви общи строителни дейности

044/625795, 044/565563, 0875136096 • siven@dpssv.com • www.dpssv.com



Ароматни масла

СРЕЩУ ЗИМНИ БОЛЕЖКИ

Течащ нос, пресипнал глас, тъжно настроение...

Да, зимата е все още тук. Но аромотерапията също! Етеричните масла могат да ни помогнат срещу неразположенията, присъщи на студения сезон.

Те са истински лекарства със своите антисептични, противовъзпалителни и имуностимулиращи свойства. Ефикасността им се дължи на факта, че представляват мощен концентрат от растения. Например за производството на 1 литър ароматно масло от маточина са необходими 4 тона от билката.

Едно от най-важните им качества е, че проникват много бързо в организма. Това е причината, поради която с тях трябва да се внимава. Основните правила за употреба изискват те да не се прилагат при деца под 3 години, а за по-големите деца е необходима предварителна лекарска консултация. Необходимо е също да се спазват стриктно препоръчаните дози и маслата да не се употребяват прекалено дълго време.



В случай на температура, затруднено дишане или липса на подобреие след 4-дневна терапия трябва да се потърси лекарска помощ.

Тук ви предлагаме някои комбинации, приложими при обикновените зимни неразположения. Изберете ги по свой вкус. Голямото предимство на ароматните масла е в това, че са приятни за употреба.

Слагам край на хремата.

Всички познаваме това състояние - запущен или течащ нос и неспирно кихане. Лечението може да започне със "сухи" инхалации, тоест вдишване от самия флакон с ароматно масло. Поемете дълбоко въздух през едната ноздра, после през другата. Използвайте смес от евкалипт и мента. Ако хремата е много упорита, направете си истинска инхалация: в съд с гореща вода кипнете 3-4 капки от всяко от маслата. Можете също да поръсите носна кърпичка с масло от лавандула (1-2 капки) и да я вдишвате няколко пъти през деня. Фрикционта е друг начин да използвате ароматните масла. За целта смесете 2 к.л. растително масло с по 1 капка масло от евкалипт, лавандула и риган. Нанасяйте с масажни движения по гърба, гърдите и китките сутрин и вечер.



... за да пазарувате
по европейски!



VIVA
Всичко за
ОСВЕТЛЕНИЕТО



ШОУРУМ:
Сливен,
бул. Хр. Ботев 21
044 633 700

Гърлото ме дразни.

Ароматното масло от розово дърво отново е едно от най-подходящите. Кипнете една капка в лъжица мед и я проглътнете. Не надхвърляйте дневната доза от 1 капка на 10 кг. телесно тело. Ако предпочитате гаргарите, смесете лъжица мед с 1 капка ароматно масло от лавандула, 1 капка чаено дърво и 2 капки от гераниум. Разтворете сместа в чаша гореща вода и правете 2-3 гаргари на ден в продължение на 2 минути.

Кашлям.

Ако кашлицата ви е мазна, правете инхалации поне 5 пъти дневно със следната смес: 3 капки ароматно масло от кипарис, 3 капки от риган, 10 капки от чаено дърво и 5-10 капки от евкалипт, разтворени в купа с гореща вода. Вдишвайте в продължение на 5-10 минути. Можете също да смесите 1 капка евкалипт, 1 капка мащерка и 1 капка лавандула с растително масло, след което направете фракции на гърдите и гърба. Ако кашлицата е много мазна, добавете и капка розмарин.

При суха кашлица се препоръчват горещи инхалации със същите ароматни масла като при мазната, но без евкалипт.

Настинала съм

Направили сте дълга разходка в снега, а след това вкъщи не успявате да се стоплите? Най-добре бързо си направете вана. В горещата вода разтворете по 6 капки от следните ароматни масла: бор, евкалипт и лимон. За да постигнете най-добър ефект, можете да ги смесите с течен сапун и после да ги разтворите във водата. Докато сте ваната, сложете си гореща кърпа на челото. Останете така не по-малко от 15 минути.

Ако нямаете вана, натопете краката си в леген с гореща вода и разтворете в нея същите масла, но по 5 капки от всяко.

Имам температура.

Веднага щом почувствате това, си направете фракции с растително масло, в което сте кипнали по 2 капки ароматно масло от равенсара (мадагаскарско дърво от семейство лаврови) и чаено дърво. Масажирайте гърдите и гърба (по гръбначния стълб) сутрин и вечер.

Чувствам се отпаднала.

Черният смърч и сребърният бор са вашите съюзници срещу липсата на тонус.



Направете си масажна смес от растително масло и по няколко капки от двата екстракта. Нанесете с кръгови движения по корема, кръста и китките. Можете да добавите и 1 капка ароматно масло от розмарин. Правете тези масажи 2 пъти дневно (сутрин и вечер) най-много в продължение на 1 седмица.

Нямам настроение.

Усмивката ви ще се завърне, ако масажирате китките си с растително масло, в което са разтворени по 1 капка ароматно масло от риган и лайка. Правете това сутрин и вечер, но не по-продължително от 10 дена.

САГБАЛ ЕВА

4D ЕХОГРАФ

Съвременно водене на раждане
Съвременни грижи за новороденото
Акушеро-гинекологични консултации
Стая за придружители

Сливен , ул. Ичеренско шосе 11
agbolnica_sl@mail.bg

дежурен телефон: 044 66 70 74
тел.: 0886 59 12 02

**ЗАЛОЖНА КЪЩА
ТРЕЗОР**

НАЙ-НИСКИ ЛИХВИ В ГРАДА
ТЕЛ.: 0884 24 68 24



 **MoneyGram**
парични преводи

 ТУК МОЖЕТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ ИЛИ ИЗПРАТИТЕ
ПАРИ С MONEYGRAM



**ГАРАНЦИЯ
ЗА СИГУРНОСТ**

**РЕАЛНО ПОКРИТИЕ
НА ЩЕТА**

**ФИЗИЧЕСКА
ОХРАНА**

**ЦЕНТРАЛИЗИРАНА
ОХРАНА
С ТЕХНИЧЕСКИ
СРЕДСТВА**




**МИНИСТЕРСТВО НА ЗЕМЕДЕЛИЕТО
И ХРАНИТЕ**
югоизточно държавно предприятие
гр. Сливен, ул. Орешака 15а
uidp@uidp-sliven.com
тел. 044/62 29 21 факс 044/62 20 77
www.uidp-sliven.com


Напоителни Системи ЕАД
Клон Средна Тунджа

Сливен 8800, ул. Д. Пехливанов 2, ет. 4
тел. централа: 044 622 414 • факс: 044 622 812
office.sliven@irrigationsystems.bg
www.ns-sliven.domino.bg

**ЕС-СИ
такси**

✓ЛЕСНО ✓УДОБНО ✓БЪРЗО



ИЗЦЯЛО В ДУХА НА
НОВИТЕ ТЕХНОЛОГИИ
ПОРЪЧАЙ ЕС-СИ ТАКСИ
ОТ СМАРТФОНА СИ!

**ИЗБЕРИ
ПРИЛОЖЕНИЕ
СВАЛИ ГО
И СЕ РЕГИСТРИРАЙ**
www.essitaxi.com

Поръчайте такси и на телефон

**0888 888 145
0878 888 145
0898 646 445**

НЕЗАВИСИМА МЕДИЯ ЗА ОБЕКТИВНО
ОТРАЗЯВАНЕ НА СЪБИТИЯТА
И ВАШИТЕ ГЛЕДНИ ТОЧКИ
НОВИНИ И ПРОБЛЕМИ
БИЗНЕС, КУЛТУРА, БИТ

СПОРТ ЗДРАВЕ

АТРАКТИВНА РЕКЛАМА

www.
slivenpress.bg

ИНФОРМАЦИОННИЯТ САЙТ НА СЛИВЕН



СЛИВЕН ПРЕС Е ЧАСТ ОТ ГРУПАТА НА
LIVE MEDIA.bg

Sliven Press ☎ 0888 808 106



Мили,
ден след ден
стана част от мен.
Обичкам те!

Петя



Благодаря ти за любовта,
която ми даваш.
Когато си с мен
се чувствам прекрасно.
Дано това чувство
никога не изчезне.
Обичам те!

От Ваня за Велин

Ако има нещо
по-хубаво от пролетта,
по-приятно от нощта и
по-велико от любовта,
то нека бъде твое!
Честит Свети Валентин!

За Краси



Твоята специална усмивка,
безгрижния ти смях,
топлината на твоите ласки
са достатъчни
да те обичам!
Честит празник!

За Катя от таен обожател

Най-прекрасното нещо
за мен е да съм до теб!
Обичам те, миличко!
Честит празник!

Галчето



Всички мои мисли
се въртят около теб,
а всяка мисъл за теб
ме прави по-щастлив!
Честит Свети Валентин!

От Красимир за Юлия



ПЪТНИЧЕСКИ ПРЕВОЗИ ЕАД - СЛИВЕН
РАЗПИСАНИЕ НА АВТОБУСИТЕ ТРЪГВАЩИ ОТ АВТОГАРА СЛИВЕН

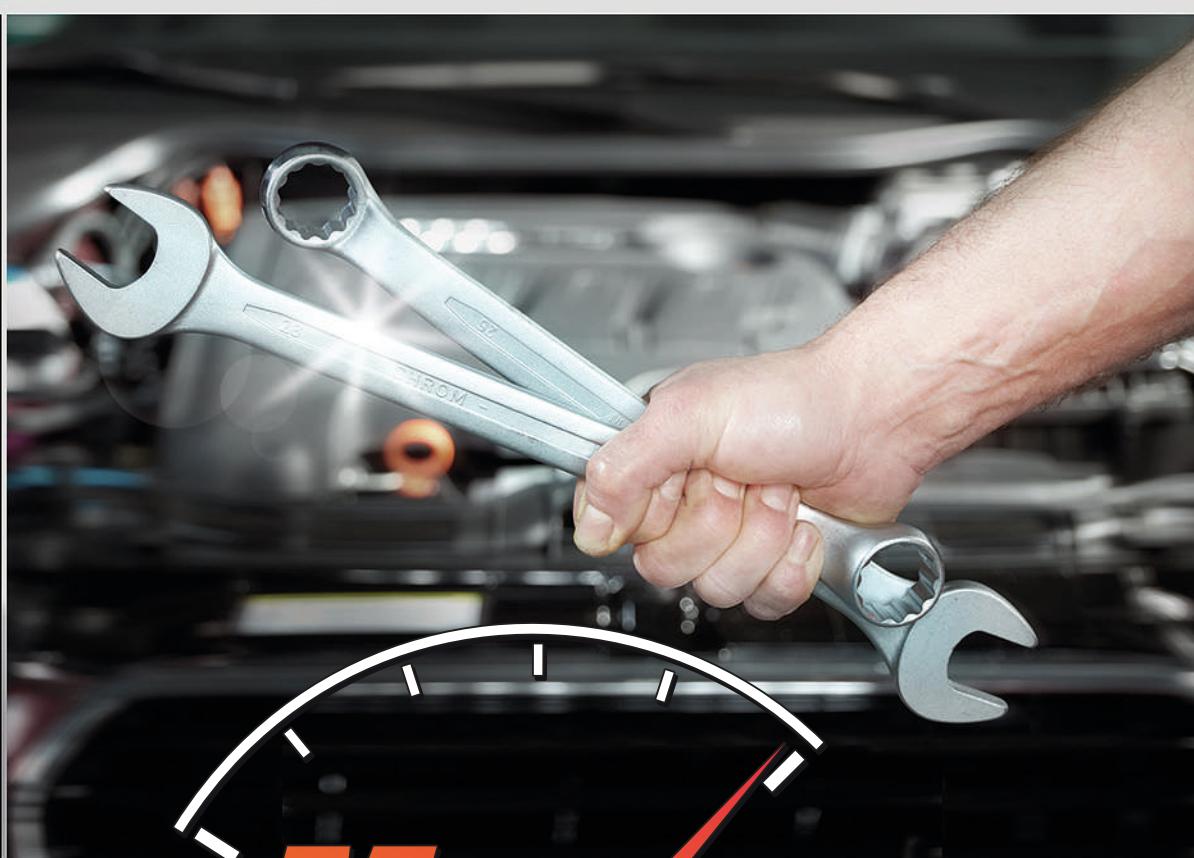
Направление	Час на тръгване	Направление	Час на тръгване
СОФИЯ	1:10. 4:00. 5:00. 6:00. 8:30. 10:30 11:40. 14:30. 15:20. 15:30. 17:20	ТВЪРДИЦА	7:30д. 8:10. 9:00д. 10:00. 10:30. 11:00д. 12:00. 13:00. 14:30. 15:00. 16:00д. 17:00д. 18:00. 18:30. 19:30д. 20:30
ПЛОВДИВ	6:00. 6:20. 8:00. 9:10. 9:40. 11:05. 11:45. 13:00. 16:00. 16:45. 19:50	ШИВАЧЕВО	7:30д. 8:10. 9:00д. 10:00. 10:30. 11:00д. 12:00. 13:00. 14:30. 15:00. 16:00д. 17:00д. 18:00. 18:30. 19:30д. 20:30
ВАРНА	9:15. 18:05	БИНКОС	7:15. 7:30д. 8:10. 9:00д. 10:00. 10:30. 11:00д. 12:00. 13:00. 13:50. 14:30. 15:00. 16:00д. 16:45. 17:00д. 18:00. 18:30. 19:30д. 20:30
БУРГАС	7:00. 9:10. 9:30. 10:30. 10:50. 11:33. 13:18. 14:30. 16:30. 17:00. 18:05. 19:50.	СТРУПЕЦ	7:15. 13:50. 16:45
СТ. ЗАГОРА	4:00. 5:00. 6:00. 6:20. 8:00. 9:10. 9:40. 11:05. 11:40. 11:45. 13:00. 14:30. 15:15. 15:20. 15:30. 16:00. 16:45. 19:50	ЕЛЕНА	12:30 - в петък за Стрелци Забележка: от 24.01.2014 г. за Елена с прикачване в Майско в 15:00 ч.
В. ТЪРНОВО	7:40. 9:30. 15:40. 17:20	КОТЕЛ през Ичера	6:30 (без неделя). 13:30. 17:10
ПЛЕВЕН	8:45. 15:50	КОТЕЛ през Маращ	6:00. 10:15. 10:30. 12:00д. 13:00д. 14:00. 15:30. 16:00д. 17:00д. 17:15. 18:40. 19:00. 20:30
ГАБРОВО	8:45. 15:50	КЕРМЕН	6:50. 7:20. 8:20. 9:15. 10:30. 12:30д. 14:30. 16:00д. 16:30. 17:30. 18:30п. 19:30д Забележка: 7:20 - понеделник, сряда, петък 9:15 и 17:30 - без неделя
ЛОВЕЧ	8:45. 15:50	ПАНАРЕТОВЦИ	6:50. 7:20. 7:50д. 8:20. 9:15. 10:30. 11:40. 12:30д. 14:00. 14:30. 16:00д. 16:30. 17:00п. 17:30. 18:30п. 19:30д
СЕВЛИЕВО	8:45. 15:50	НИКОЛАЕВО	6:50. 7:20. 8:20. 9:15. 10:30. 12:30д. 14:30. 16:00д. 16:30. 17:30. 18:30п. 19:30д
КАЗАНЛЪК	8:45. 15:50	БОЗАДЖИИ	6:50. 7:20. 10:30. 12:30д. 14:30. 16:00д. 17:30. 18:30п. 19:30д
ШУМЕН	6:00. 18:40	СКОБЕЛЕВО	6:50. 7:20. 10:30. 12:30д. 14:30. 16:00д. 17:30. 18:30п. 19:30д
РАЗГРАД	10:30	БИКОВО	7:20. 8:20. 9:15. 14:30. 16:30
ТЪРГОВИЩЕ	6:00. 10:30. 18:40	ОМАРЧЕВО	8:20. 9:15. 16:30
ОМУРТАГ	6:00. 10:15. 10:30. 17:15. 18:40	ГЪЛЪБИНЦИ	8:20. 16:30
СВИЩОВ	17:20	ПИТОВО	8:20. 16:30
Г. ОРЯХОВИЦА	17:20	ГЛУФИШЕВО	7:00. 7:50д. 11:40. 14:00. 16:30д. 17:00п. 17:30д. 18:30п. 19:30д
АЙТОС	7:00. 9:10. 9:30. 10:30. 10:50. 13:18. 14:30. 16:30. 17:00. 18:05. 19:50	ЧОКОБА	7:00. 7:50д. 11:40. 14:00. 16:30д. 17:00п. 17:30д. 18:30п. 19:30д
КАРНОБАТ	7:00. 9:10. 9:30. 10:30. 10:50. 13:18. 14:30. 16:30. 17:00. 18:05. 19:50	МЛАДОВО	5:45д. 7:10. 9:10. 11:10. 13:20д. 15:00. 17:20д. 19:30
СОЗОПОЛ	18:00. 21:20	КОВАЧИТЕ	5:45д. 7:10. 9:10. 11:10. 13:20д. 15:00. 17:20д. 19:30
ПРИМОРСКО	18:00. 21:20	Г. ЧОЧОВЕН	6:00д. 11:30. 13:30. 17:30д
КИТЕН	18:00. 21:20	М. ЧОЧОВЕН	7:15. 11:30. 13:50. 16:45. 17:30д. 19:10
ЦАРЕВО	18:00. 21:20	СЪДИЕВО	6:30. 7:30. 8:00. 9:00. 9:30. 10:00. 10:30н. 11:00. 11:30. 12:00. 12:30н. 13:00. 13:30. 14:00. 14:30н. 15:00. 15:30. 16:00. 16:30н. 17:30.
ПОМОРИЕ	9:15. 17:00. 18:05	КИПИЛОВО	12:30 - петък , 17:10 - без събота
СЛ. БРЯГ	9:15. 17:00. 18:05	ИЧЕРА	6:30. 13:30. 17:10
ЯМБОЛ	6:30. 7:30. 8:00. 8:30. 9:00. 9:30. 10:00. 10:30. 11:00. 11:30. 12:00. 12:30. 13:00. 13:30. 14:00. 14:30. 15:00. 15:30. 16:00. 16:30. 17:00. 17:30	БЯЛА ПАЛАНКА	6:50. 9:00. 9:50. 11:00. 12:00. 13:45. 15:00д. 15:45. 17:15д. 18:00. 19:30. 20:30
НОВА ЗАГОРА	6:00. 6:20. 6:30. 7:30. 8:00. 9:00. 9:10. 9:30. 9:40. 10:00. 10:30н. 11:00. 11:30. 12:00. 12:30н. 13:00. 13:30. 14:00. 14:30н. 15:00. 15:30. 16:00. 16:30н. 17:00. 17:30	БОРОВ ДОЛ	6:50. 12:00. 15:45
СОЛУН	4:00. 11:00	Ж. ВОЙВОДА	6:40. 7:40д. 8:10. 9:40д. 10:10. 11:00д. 11:40. 12:30д. 13:15д. 14:00. 14:30д. 15:00д. 16:00д. 16:30д. 17:00д. 17:35. 18:30д. 19:30
АТИНА	4:00. 11:00	КАЛОЯНОВО	7:00. 8:00д. 9:30. 11:05. 12:30д. 14:00. 15:00д. 16:15. 17:30д. 18:30. 20:30.

Сливен, бул. "Стефан Караджа" 3 • тел.: 044 66 26 29 • e-mail: pprevozi@gmail.com • www.pprevozi-sl.domino.bg



ПРОВЕРКА, РЕГУЛАЖ И РЕМОНТ НА COMMON RAIL ДЮЗИ

НА ТЕЖКОТОВАРНИ, ЗЕМЕКОПНИ И СЕЛСКОСТОПАНСКИ МАШИНИ



Max service

ЕЛЕКТРОНИКА: 0878 671 661 МЕХАНИКА: 0886 37 48 24, 0878 44 26 28

Max service

REK^{art}



външна реклама



Асоциация
дигитална
външна реклама

ВЪНШНА РЕКЛАМНА ДИГИТАЛНА МРЕЖА - БЪЛГАРИЯ Е С ПОКРИТИЕ:

СОФИЯ, ПЛОВДИВ, ВАРНА, БУРГАС, СТАРА ЗАГОРА, НОВА ЗАГОРА, СЛИВЕН, ПАЗАРДЖИК, СВИЩОВ,
ВЕЛИКО ТЪРНОВО, ГАБРОВО, ГОЦЕ ДЕЛЧЕВ, КАЗАНЛЪК, СИЛИСТРА, РАЗГРАД, РУСЕ, СЛЪНЧЕВ БРЯГ

WWW.BILLBOARDSLIVEN.COM

GSM: 089 854 5854 • REKARTBG@GMAIL.COM



ОВЕН

В любовен аспект месец февруари ще бъде много добър – в живота ви навлизат нови хора, които ще му придадат розови оттенъци. Ще се засили и нуждата да бъдете с близките си хора. Обстановката в работата ще е напрегната и би било добре да избягвате конфликтите с колеги. Бъдете внимателни със здравословното си състояние около 25-ти.

ТЕЛЕЦ

В любовта ви предстоят драстични промени. Ако не сте обвързани, от приятелското ви обръжение ще изскочи интересно преживяване – флирт. Кариерата превзема интереса ви този месец. От началото на месеца до 22-ри ви предстоят много професионални дискусии. В здравословен аспект, многото работа ще доведе до нуждата от почивка.

БЛИЗНАЦИ

Ако имате връзка, добре е да обръщате повече внимание на партньора си и нуждите му. За тези, които не са обвързани периодът до 22-ри е благоприятен за нови запознанства и връзки. Ще се наложи да вземете важно решение относно развитието на кариерата ви. Здравето ви е добро, но няма да е зле да се подложите на лека диета към средата на месеца.

РАК

В любовния ви живот със сигурност ще има развитие и то в положителен аспект. Чарът ви е в изобилие – използвайте го. Относно работата, февруари слага начало на възходящо развитие в кариерата ви. Месецът създава условия и за започване на ново начинание от професионална гледна точка. Възможни са дребни инциденти, бъдете внимателни.

ЛЪВ

Ако връзката ви е проблемна, този месец

ще вземете много важни решения и е напълно възможно да поставите ново начало в живота си. За тези, които нямат партньор след 10-ти е напълно възможно да го откриете.

Кариерата и професионалният ви живот остават на заден план, но след 25-ти късметът ви се усмихва и се задават подобрения във финансите ви. Около 25-ти не се натоварвайте психически.

ДЕВА

За тези от вас, които са обвързани, любовният живот ще придобие по-романтични очертания. Ако все още нямате половинка, в края на месеца ви очакват нови приятели и забавления.

Кариерата ви ви удовлетворява. След пето число на месеца ви очакват успехи в бизнеса и подобрения във финансите.

Бъдете внимателни със здравето си през този месец, податливи сте към леки настинки.

ВЕЗНИ

Със сигурност ви очаква възходящо развитие в любовен аспект. Ако сте необвързани се откриват възможности за флиртове и нови личности в живота ви. Относно работата, независимо, че се чувствате уморени, през този месец за вас стартира период на интензивна активност. Здравето ви през този месец няма да е много добро, желателно е да вземете превантивни мерки – пийте повече витамини.

СКОРПИОН

Февруари ще бъде доста важен месец за любовният ви живот. Балансът във връзката ви ще бъде възстановен.

Предстои ви работа по амбициозен проект. Вниманието ви е насочено към подобряване на финансите. Възможни са леки сътресения в здравословния ви живот – спортувайте повече.

СТРЕЛЕЦ

За тези от вас, които са обвързани е възможно започване на нова паралелна връзка, предпоставка за това е, че не забелязвате лошото в настоящата. За тези от вас, които не са обвързани любовта чука на вратата след 10-ти.

В работата използвайте първите 20 дни от месеца, за да реализирате повечето си планове. Като цяло сте в отлично здравословно състояние.

КОЗИРОГ

Ако сте във връзка сега е идеалното време да я узаконите или да помислите за деца. Ако сте необвързани, възможно е настоящо приятелство да прerasне в любов. В работата си ще имате доста предизвикателства. Ако си търсите нова работа е напълно възможно това да се случи през втората половина на месеца. Възможно да е имате здравословни проблеми – внимавайте за стари болежки.

ВОДОЛЕЙ

Вълнения и нов период в любовния ви живот – това обещава февруари за вас. Вашата комуникативност и харизматичност ще ви донесат значителни промени в любовния статус.

В професионален план ще има леки сътресения, най-вече заради по-високите изисквания към вашата длъжност.

Здраве – пазете си нервите към края на месеца.

РИБИ

Задават се много романтични моменти в любовният ви живот, които са плод на доста усилия от ваша страна. През втората половина на месеца ви очакват много приятни изненади от любимия човек. Февруари е един от най-важните месеци за вашата кариера.

Внимавай с диетите, не се подлагай на драстичен глад.



гр.Сливен ул. Д-р К. Стоилов 30
телефон: 0884 49 27 27
email: office@credilend.bg

www.credilend.bg

Работно време:
Всеки делничен
09:00 - 18:00 ч.

[f Кредиленд Бързи Кредити](#)



КРЕДИТ АВАНС

СЕДМИЧЕН ПОТРЕБИТЕЛСКИ КРЕДИТ

МЕСЕЧЕН ПОТРЕБИТЕЛСКИ КРЕДИТ

КРЕДИТ ПЕНСИОНЕР

ИПОТЕЧЕН КРЕДИТ

VIP ТАРИФА