



Мишо Ланджев: Търся спокойствието на селския живот и го намерих в Лесидрен



Интервю на в. „Друм“ с известния режисьор Мишо Ланджев, който от 11 години има къща в Лесидрен

Кой е Мишо Ланджев?

Един софиянец, живял и учил до първи клас в село Добромирка (родното място на поета Пеню Пенев). Човек и добре да живее, все някога отива в София. Завърших кино факултета във ВИТИЗ и от 1990 се занимавам като режисьор с телевизия („КуКу“, скрита камера „Пирон“, „Шаш“, „В неделях3“ с Митко Цонев“, в момента „Туризм Бг“ на БНТ1 и други), документално кино („5 минути София“, „Докоснати от древността“ Казанлък, Хисаря, Каварна, Троян и други)... и селски туризъм.

Защо режисьорът Мишо Ланджев загърби живота в София и избра живота на село, в Лесидрен?

Човек и добре да живее, все някога ще иска да се махне от София. Не съм загърбил живота в София, просто избрах комбинацията „и в града, и на село“. Напрежението в работата и лудницата на големия град са причината да търся спокойствието на селския живот. Разбира се и фактът, че в детството си имах две села, в които изживях едни от най-прекрасните си мигове - приключения, приятелства, първата любов. В село Добромирка дядо ми Димитър ме научи да разпознавам природата. Там научих какво е земеделие, какво е животновъдство, пчеларство, билки, гъбарство. В Лесидрен имам къща от 11 години.

Продължава на стр. 6 »

Николай Стойков хвана кръста на Йордановден

След отслужен водоствет по случай „Йордановден“ от местния духовник отец Димитър, десетки жители на град Угърчин се включиха в литийното шествие до водите на река Каменица. Там се състоя традиционният ритуал по „хвърляне“ на Светия кръст, в който участие взеха 7 млади момчета. Пръв до светото разпятие в ледените води стигна 20-годишният Николай Стойков, който бе благословен от отец Димитър и бурно аплодиран от присъстващите. За всички присъстващи имаше по чаша греяно червено вино.

Николай бе поздравен лично от кмета Станимир Петков и получи парична награда.



Публично обсъждане на проекта на бюджет за 2020 година

На 21 януари 2020 година от 11 часа в залата на общинската администрация се проведе публично обсъждане на проекта на бюджет за 2020 година.

Проектобюджетът на Община Угърчин за 2020 г. е разработен при спазване принципите на всеобхватност, законосъобразност, прозрачност и устойчивост. Проектобюджетът за 2020 г. е разработен в съответствие със Закона за публичните финанси, Наредбата за условията и реда за съставяне на тригодишната бюджетна прогноза за местните дейности и за съставяне, обсъждане, приемане, изпълнение и отчитане на бюджета на Община Угърчин.

Проекто-бюджетът на община Угърчин за 2020 г. е разработен на базата на:

- Реалистично бюджетно планиране на приходите;
 - Политика на оптимизиране на разходите чрез ограничаване на неефективните разходи;
 - Предложенията на кметове на кметства, кметски наместници, н-к отдели, управители на бюджетни дейности, останалите разпоредители с бюджет и неправителствени организации.
- Основната цел на проекто-бюджет 2020 е запазване на финансовата стабилност, чрез повишаване на местните приходи в общинския бюджет и икономично, ефективно и ефикасно разходване на бюджетните и извънбюджетните средства.

В подкрепа на общите цели на Община Угърчин бюджет 2020 г. залага на следните приоритети:

- Повишаване ефективността от публичните разходи;
- Увеличаване обхвата и подобряване качеството на предоставяните от общината публични услуги;
- Продължаване на усилията за успешно усвояване на средствата от европейските фондове и програми;
- Реконструкции, основен и текущ ремонт на пътища, улици с

цел подобряване на транспортния трафик;

- Подобряване материално-техническата база и условията за обучение в общинските училища и детските градини;
 - Поддържане чистотата, уличното осветление и озеленяването на града;
 - Превенция върху рискови зони, реки, дерета и язовири;
- Проекто-бюджет 2020 година е в размер на 9 483 748 лв. в т.ч: приходи за делегирани държавни дейности - 4 282 550 лв. Местни приходи - 5 201 198 лв. в т.ч 2 532 683 лв. преходен остатък 2019 година.

На 20.12.2019 година е публикуван Закона за държавния бюджет на Република България за 2020 г. и е определен размера на бюджетните взаимоотношения между Централния бюджет и общинския бюджет 5 255 911 лева в т.ч.3 986 211 лв. - обща субсидия за делегирани държавни дейности, 637 700 лв. - обща изравнителна субсидия 117 400 лв. - трансфер за зимно поддържане на общински пътища, 514 600 лв. - целева субсидия за капиталови разходи. Собствените приходи са в размер на 1 627 700 лв. в т.ч. имуществени и други данъци 264 000 лв., данъчни приходи 1 363 700 лв.

Общия размер на разходите по бюджета е в размер на 9 483 748 лв. в т.ч делегирани от държавата дейности 4 282 550 лв., дофинансиране на държавни дейности 333 195 лв., местни дейности 4 868 003 лева. Разпределението на разходите по функции е както следва: Общи държавни служби 1 293 141 лв., Отбрана и сигурност 160 566 лв., Образование 2 868 916 лв., Здравеопазване 108 254 лв., Социално осигуряване , подпомагане и грижи 714 344 лв., Жилищно строителство, благоустройство, комунално стопанство и опазване на околната среда 444 257 лв., Култура и почивно дело 322 456 лв., Икономически дейнос-

ти и услуги 250 032 лв., Резерв 188790 лв., Капиталови разходи 3 132 992 лв.

Проектът на инвестиционната програма за 2020 година е в размер на 8 607 807 лв. в т.ч: 5 474 815 лв. от ИСФ на ЕС.

Капиталовите разходи без средствата по ИСФ на ЕС са 3 132 992 лв. в т. ч. по източници на финансиране: целевата субсидия от РБ в размер на 514 600 лв., собствени бюджетни средства - 72 000 лв., от преходен остатък- 2 503 077 лв. в т.ч. 2 470 631 лв. от целеви трансфери, трансфер по споразумение с МРРБ 43 315 лв.

Капиталовите разходи за 2020 година по видове са: За основен ремонт на ДМА 7 404 791 лв., за придобиване на ДМА 1 345 537 лв., за придобиване на НДМА 43 315 лв.

Разходите, заложи в общинския бюджет, обслужват и обезпечават разнообразните потребности на гражданите на Община Угърчин: образователни, социални, здравни и културни дейности, благоустройство и опазване на околната среда, дейности по опазване на обществения ред, административно и техническо обслужване на населението, информационно обслужване на населението и други.

Въпреки допълнителните задължения на общините, които се вменяват с изменения на нормативните актове, без да са финансово обезпечени с допълнителни средства, Община Угърчин успява да осигури балансиран и стабилен бюджет и да привлече допълнителни средства, с които да допринесе за постигане на основните си цели и приоритети.

Предстои окончателното приемане на бюджета на заседанието на Общински съвет, насрочено от 10 часа на 30 януари 2020 година.

Община Угърчин

ОБЯВА

до заинтересованите лица и общественост

На основание чл.4, ал.2 от Наредбата за условията и реда за извършване на оценка на въздействието върху околната среда (Наредба за ОВОС, ДВ, бр. 25/2003 г., изм и доп.)

Оперативна група „Централен Балкан“
гр. Троян, ПК 5600, ул. „Христо Ботев“ №113,

СЪОБЩАВА

на засегнатото население,
че има инвестиционно предложение
за проектно предложение по процедура

№BG06RDNP001-16.001:

„Въвеждане на иновации при устойчивото управление на ливадите и пасищата в района на Централна Стара планина и Предбалкана при условията на настъпващи климатични промени“

Проектът предвижда да се приложат системи на ползване на планински и полупланински ливади и пасища при използване на елементи на прецизното земеделие, иновативни методи за обследване на площите и анализ на резултатите.

Ще се използват съвременни инструменти за мониторинг и отчитане на новите климатични предизвикателства, оказващи влияние върху ефективното използване на ресурсите за производство.

Резултатите от проекта ще са в полза на всички животновъдни стопанства за ефективно и устойчиво стопанисване на ливадите и пасищата при ползване на възможностите за мониторинг на стопанството и съвременни инструменти за контрол и отчитане и справяне с климатичните промени.

Публично обсъждане на Стратегията за управление на общинската собственост

Правото на собственост е регламентирано в основния закон на страната. Конституцията на Република България от 1991 г. отново след дългогодишен период дава това право и разделя общодържавната собственост на държавна, общинска и частна, като постановява режимът на общинската собственост да бъде уреден в самостоятелен закон.

Редът за придобиване на право на собственост и на ограничени вещни права, за предоставяне за управление, за разпореждане с имоти и вещи - общинска собственост, и правомощията на кмета на общината, се определят в Наредбата на общинския съвет при спазване на разпоредбите на Закона за общинската собственост и на специалните закони в тази област.

Основен принцип, проklamиран в Закона за общинската собственост е, че имотите и вещите общинска собственост се управляват в интерес на населението на общината, с грижата на добър стопанин, съобразно предназначението и нуждите, за които са предоставени.

Структурата на стратегията следва общоприетият модел за изготвяне на стратегически документ, включващ преглед и анализ на състоянието, определяне на визия, цели и приоритети за тяхното постигане и отразява всички законови изисквания за управлението на общинската собственост, залегнали в Закона за общинска собственост.

Стратегия за управление на общинската собственост се приема на основание чл. 8, ал. 8 от Закона за общинската собственост и обхваща четиригодишен планов период - 2019/2023 г.

Стратегията е отворен управленски документ и може да търпи изменения в целите и приоритетите си.

Стратегията е основа за приемане от Общински съвет

Угърчин на четири годишни програми за управление и разпореждане с общинска собственост, по една за всяка финансова г. - 2020, 2021, 2022, 2023 г.

- Стратегията включва:
- Основните цели, приоритети и базови принципи за придобиване, управление и разпореждане с имотите - общинска собственост;
 - Основните характеристики на отделните видове имоти;
 - Визия за развитието и управлението на общинската собственост;
 - Мерки за осъществяване на приоритетите.

Програмата за управление и разпореждане с имоти, общинска собственост е разработена на основание чл. 8, ал. 9 от Закона за общинската собственост, чл. 4, ал. 2 от Наредбата за реда за придобиване, управление и разпореждане с общинско имущество в Община Угърчин, в изпълнение на Стратегията за управление на общинската собственост на Община Угърчин за периода 2019 - 2023 г. и обхваща бюджетната 2020 г.

Предмет на програмата са: Прогноза за очакваните приходи и необходимите разходи, свързани с придобиването, управлението и разпореждането с имоти - общинска собственост; Описание на имотите, които общината има намерение да предложи за предоставяне под наем, за продажба, за предоставяне за безвъзмездно право на ползване. За 2020 г. се предвиждат приходи в размер на 20 000 лв.

Общо за отдаване под наем се предлагат 32 имота, от тях за 19 бр. има сключени договори а за останалите ще се проведат публични търгове при проявен интерес. Очакваните приходи от отдаване под наем на Язовири са в размер на 3 789 лв. С §33 от Закона за изменение и допълнение на Закона за водите, об-

народван в Държавен вестник бр.55 от 03.07.2018 г., бе предоставена правната възможност на общините да прехвърлят безвъзмездно собствеността на общинския язовири на държавата. Съгласно цитираната разпоредба в тримесечен срок от влизане в сила на закона, кметовете на общини внасят в Министерство на икономиката мотивирано предложение за промяна на собствеността на язовирите, при наличие на решение взето от съответния общински съвет за прехвърляне на собствеността безвъзмездно на държавата.

Във връзка с горезовженото, с решение №576/18.12.2018 г. Общински съвет-Угърчин даде съгласие за безвъзмездно прехвърляне в собственост на държавата на 4 броя общински язовири, в т.ч. язовирите отдадени под наем. Спазвайки законовите разпоредби Община Угърчин внесе в Министерството на икономиката мотивирано искане за промяна на собствеността на язовирите.

Приходите от наем на жилища се предвиждат н размер на 3 720 лева.Тези имоти са предназначени за настаняване на граждани с доказани жилищни нужди и поради силно изразен социален характер на тази дейност, получаването на високи приходи от отдаване им под наем, не е първостепенна задача.

От управлението на горски територии и от добита дървесина от земеделски земи за 2020 г. се предвиждат приходи в размер на 320 000 лв. Съгласно внесенния за разглеждане от Общински съвет годишен план за ползване прогнозното количество дървесина е 3 600 м³. Ползването на дървесината ще се извърши чрез продажба на стояща дървесина на корен чрез търг с явно наддаване. Добивът на дървесината ще се осъществи на територията на община

Угърчин в следните землща: с. Катунец, с. Каленик, с. Орляне, с. Драгана и Угърчин. Управлението на горските територии - общинска собственост е възложено по реда на чл. 181, ал. 1, т. 2 от Закона за горите и Решение №434 от 30.01.2018 г. на СЗДП ТП ДГС-Лесидрен. Предстои подписване на нов договор. Съгласно действащия договор и проекта на нов договор след приспадане на всички извършени разходи по изпълнението на договора се формира сума, подлежаща на разпределение в съотношение 70% за община Угърчин и 30 % за ДГС -Лесидрен. Очакваната сума от този договор е в размер на 130 000 лв.

Отдадените под наем земеделски земи са 13526 дка, от тях: 6046 дка ниви, 7480 дка пасища. Земеделските земи с НТП: нива и овощна градина, които Община Угърчин има намерение да предостави през 2020 г. под наем или аренда, след проведен публичен търг или публично оповестен конкурс. Общо прогнозните приходи от наем и аренда на земеделски земи-общинска собственост през 2020 г. се очаква да бъдат 400 000 лева.

От продажба на имоти общинска собственост, съгласно приетите решения на Общински съвет са предвидени приходи в размер на 76 000 лева.

Разходите за управление на общинската собственост са: оперативни разходи, свързани с поддръжка; разходи по управлението на имотите; капиталови разходи.

Разходите, като цяло бележат тенденция към растеж, като с най-големи темпове растат капиталовите разходи, а оперативните разходи, свързани с управлението на сградния фонд се запазват.

През 2020 г. с приходите от управлението на общинската собственост Община Угърчин залага в капиталовата програма на общината следните обекти:

- Изработване на инвестиционен проект за ремонт на Спортна зала „Петър Балевски“

- Текущи ремонти в сгради общинска собственост
- Преустройство на помещение за център за спорт

Със средства от Целева субсидия за капиталови разходи през 2020 г. ще бъдат проектирани, ремонтирани и реконструирани следните обекти:

- Ремонт на общинска пътна мрежа и улична мрежа в населените места;
- Реконструкция, паркоустройство и благоустройство на площадно и парково пространство в УПИ 5, кв.16, с. Катунец;
- Реконструкция на вътрешната водопроводна мрежа на Угърчин

- Рехабилитация на улична мрежа в с. Лесидрен, с. Кирчево, с. Катунец и Угърчин

Със средства по сключени договори за безвъзмездна финансова помощ по ПРСР ще бъдат обновени следните общински обекти:

- Реконструкция и ремонт на детска градина с местонахождение УПИ II - 995, кв. 105 по действащ ПУП-ПРЗ, Угърчин в изпълнение на проект
- Реконструкция, ремонт и обзавеждане на детска градина Угърчин №11/07/2/0/00517
- Реконструкция и рехабилитация на уличната мрежа в населените места на община Угърчин, включва основен ремонт на ул. „Поп Харитон“ в Угърчин
- Благоустройство и озеленяване на обществен парк в Угърчин
- Благоустройство и озеленяване на обществен парк в с. Лесидрен
- Благоустройство на обществен площад в с. Кирчево

Общинските обекти от първостепенно значение по смисъла на §1, т. 6 от ДР на ЗОС и §5, ал. 1, т. 73 от ДР на ЗУТ са общински пътища, улици от първостепенната улична мрежа, депа или други съоръжения за третиране на отпадъци, гробищни паркове, както и други обекти - публична общинска собственост, за изграждането на които е необходимо отчуждаване на частни имоти. При установена необхо-

димост и уточняване на имотите необходими за отчуждаване за обекти от първостепенно значение програмата ще бъде актуализирана.

Мерки по управлението на общинските имоти:

1. Текущ контрол по използването на общинските имоти - за нуждите за които са предназначени и тяхното съхраняване и опазване, чрез проверка на място.
2. Осъществяване на текущ контрол по изпълнение на задълженията по наемни договори, договори за продажба със задължения от проведени курси, чрез проверка на място.
3. Ежемесечен контрол по събираемостта на приходите от наеми и анализ на причините за забавя и своевременно прекратяване на договорите на нередовните наематели.
4. Установяване на реализираните права на строеж, по договорите за учредено право на строеж върху общински терени, във връзка с погасяването им по смисъла на чл. 67 от Закона за собствеността и подготовка на терените за откриване на нови процедури за учредяване на права на строеж.
5. Избор на най-подходящи разпоредителни процедури и способности и критерии при осъществяване на всяка разпоредителна сделка и осигуряване на свободна и честна конкуренция при осъществяването на разпоредителните сделки и сделките по управлението.
6. Осигуряване на взаимодействие, координиране на действията на всички звена на Община Угърчин за ефективно управление на общинските имоти и реализиране на максимални приходи в общинския бюджет.

Окончателното приемане на Стратегия за управление на общинската собственост и Програмата за управление и разпореждане с имотите - общинска собственост през 2020 г. в Угърчин предстои да бъдат приети от Общински съвет Угърчин на 30.01.2020 г.

ВИЦОВЕ

Влиза красива блондинка в казино, слага 20 000 евро на едно число и казва на мъжете около масата:

- Надявам се, че няма да ви притеснява, ако се съблека гола, така имам повече късмет.

Мъжете кимат, тя се съблича, хвърля заровете и казва:

- Хайде скъпи зарчета, трябва ми нови дрехи...

Заровете падат, блондинката скача от щастие и прегръща мъжете, които стоят опулени около масата, целува ги и крещи:

- Спечелих, спечелих! Благодаря ви много...

Блондинката взема всички пари от масата, облича се и си отива. Мъжете гледат и не вярват на случилото се. След пет минути един от тях пита:

- Абе, тази колко хвърли?! Пълно мълчание!

☺☺☺☺☺☺

Двама приятели си говорят:

- Иване, чух, че жена ти катастрофирала с новата ти кола. Как е тя?

- Засега е добре... Заклучила се е в бяната.

☺☺☺☺☺☺

В аптеката:

- Дайте ми хапчета срещу алчност. Само, че много, страшно много! И да са евтини!

☺☺☺☺☺☺

Изпит по физика:

- Колега, зле е. Ама хайде, последен въпрос. Отговорите ли - 3. Значи, пътувате във влак, топло ви е. Какво правите?

- Събличам си якето - отговаря студентът.

- Пак е горещо.

- Ами, отварям прозореца.

- Така! Ха, сега кажете каква е скоростта на вятъра!

- Ами, равна на скоростта на влака.

- Съжالياвам. Двойка.

Влиза следващият студент, пак същия въпрос. Така са скъсани поне 5-6 студенти. Влиза последният. Отново същият решаващ въпрос:

- Пътувате във влак, горещо Ви е. Какво правите?

- Събличам си якето.

- Пак е горещо.

- Събличам си пуловера.

- Пак Ви е горещо, колега.

- Събличам си ризата.

- Но пак е горещо. Какво правите по-нататък! - нервничите вече доцентът.

- Събличам си потника.

- После?

- Ако трябва и гол ще остана, но няма да отворя прозореца!

☺☺☺☺☺☺

По магистралата се движи вехта кола, в нея се возят възрастен мъж и жена му. Жената е полуглуха, но за сметка на това кара колата. Спира ги полицей.

Полицаят:

- Госпожо, карате с превишена скорост...

Бабата:

- К'во каза тоя?

Дядото крещи:

- Каза, че караш много бързо...

Полицаят, оглеждайки документите на бабата пита:

- О, вие сте от Смолян?!

Бабата:

- К'во каза тоя?

Дядото:

- Пита, дали сме от Смолян...

Полицаят:

- Имам силни спомени от Смолян. Преди много години там правих най-отвратителния секс в живота си...

Бабата:

- К'во каза тоя?

Дядото:

- Вика, че те познавал...

☺☺☺☺☺☺

- На каква програма да си пусна пералнята?

- Какво пише на тениската?

- Iron Maiden!

☺☺☺☺☺☺

Блондинка се жалва на приятелката си:

- Муцка, гаджето ми след шест години съвместен живот най-накрая заговори за брак.

- И какво каза?

- Каза, че вече е женен и има четири деца.

☺☺☺☺☺☺

- Барман, какво пие готината мадама на бара?

- Дон Периньон от 1896 г.

- Браво, да е жива и здрава...

„Лоши момчета 3“ - завръщане на екшъна



Докато влизах в киното и чакях търпеливо да минат безкрайните реклами и трейлъри се замислих колко много време мина от „Лоши Момчета 2“, колко много се промени светът на киното и телевизията и как екшън жанрът претърпя огромна метаморфоза през последните две десетилетия. Ако в края на деветдесетте и началото на новия век летвата е била нискобюджетни кютеци с Жан-Клод Ван Дам и тук-там по-високобюджетен блокбъстър тип „Матрицата“, днес нормата е 200 милион на продукция от типа на „Бързи и яростни“, където визуалните ефекти и грандомашината са на преден план. Мисля, че всеки трябва да се замисли за тази неподозирана еволюция в жанра и да подходи със по-занижени очаквания, преди да гледа „Лоши момчета завинаги“. Изненадващо филмът подхожда по-минималистично и се оказва не само неочаквано добро продължение на поредицата, но и добър завършек на трилогията за маямските ченгета.

Изминаха цели 17 години от последния път, в който гледахме Уил Смит и Мартин Лорънс на голям екран в ролите на Майк Лолъри и Маркърс Бърнет. Не само актьорите, но и техните герои са остарели и Маркърс се опитва отчаяно да убеди Майк, че е време за пенсиониране и задомяване. Майк, естествено, е на противоположно мнение и благодарение на завръщането на неочакван стар враг, дуото отново е въвлечено в безкраен низ от гонки, престрелки и насилие. Сюжетът няма как да е по-улеснен от това, което влияе позитивно на времетраенето на филма. В рамките на два часа зрителят има чувството, че е на задната седалка в полицейска кола и или се смее на диалогът между главните герои, или е по средата на вдигаща адреналина гонка из улиците на Маями.

Чарът на поредицата се състои в сблъсъкът на характери между Смит и Лорънс. Така наречената „buddy cop“ химия помежду им не е изчезнала въпреки дългото отсъствие на франчайза и учудващо сценарият предразполага към доста добри шеги и динамика не само по време на екшън сцените, но и извън тях. И двамата актьори имат същата харизма като от едно време, но няма как да не се забележи, че Мартин Лорънс е видимо напълнял и актьорът е изключително пасивен през целия филм, като разчита главно на комично развлечение. От друга страна физическият товар се пада на Уил Смит, който предимно размахва юмруци и оръжия, отколкото да остроумничи. Приятна изненада е, че за разлика от поредицата „Бързи и яростни“, където думата „семейство“ е преекспонирана до такава степен, че е лишена от смисъл, основата на „Лоши момчета завинаги“ е семейството и как няма нищо по-важно от него. В рамките на един филм Смит и Лорънс успяват да убедят зрителя в тази теза по много по-успешен начин, отколкото Вин Дизел и компания се мъчат да го направят вече осем филма подред.

За огромно съжаление на феновете на поредицата Майкъл Бей не сядат зад камерата, за да завърши започнатата трилогия, но пък има кратка поява във филма. Мястото му е заето от Адил Ел Арби и Билал Фала, които нямат дълъг стаж в екшън жанра. Въпреки това дуото успява да запази визията от предходните филми и предпочитат да разчитат на по-стегнати и минималистични екшън сцени, отколкото да навлиза в ексцентричната територия зададена от Бей в предните филми. Тук има наченки за налудничави екшън сцени, но режисьорите са предпочели да не нарушават законите на физиката прекалено много и вместо това разчитат предимно на престрелки в затворени пространства, съчетани с интересни ракурси на камерата.

Въпреки гореизброените плюсове, „Лоши момчета завинаги“ страда по няколко параграфа. Част от поддържащите герои са лишени от по-задълбочено представяне и в резултат се свеждат до заменими двоумерни персонажи, чиято функция е да придвижва сюжета напред. Най-голямата спънка в

ОТКРИЙТЕ ДЕСЕТТЕ РАЗЛИКИ



ШАХМАТ



Белите печелят с 3 хода

СУДОКУ

8								
		3	6					
	7			9		2		
	5			7				
			4	5	7			
			1				3	
		1					6	8
		8	5				1	
	9					4		

Изпращайте вашите обяви на тема:
КУПУВАМ/ПРОДАВАМ/ДАВАМ ПОД НАЕМ/ТЪРСЯ РАБОТА
на е-мейл: info@troyanpress.com

Ние ще ги публикуваме **НАПЪЛНО БЕЗПЛАТНО**,
без ограничение в думите.

„Пърлевска яхния“ представи Угърчин на „Храната като памет“ в Габрово

Община Угърчин и НЧ „Вълчо Русковски 1894 г.“ взеха участие в събитието под наслов „Храната като памет“ което се проведе на 22 януари 2020 г. в зала „Възраждане“ - гр. Габрово.

Кулинарната изложба е част

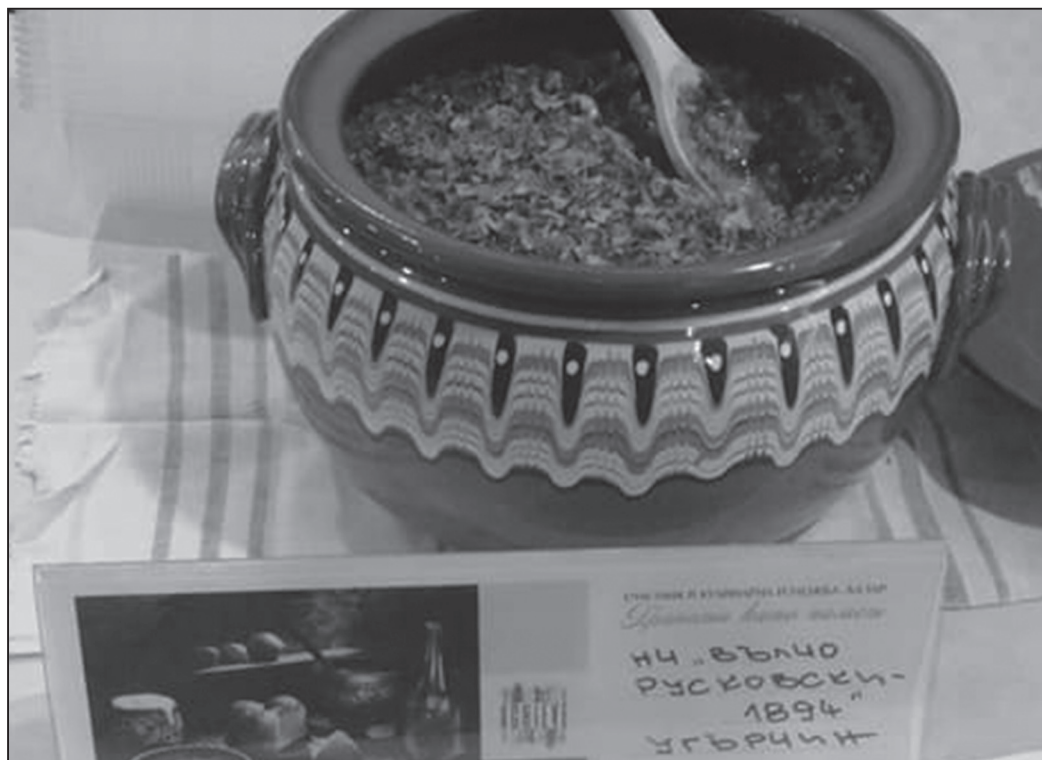
от дейностите по проект „Познаваме общата история, откриваме и разпространяваме европейските ценности“ (ACHIEVE), в който РСО „Централна Стара планина“ участва заедно с организации и общини от Централна

и Югоизточна Европа.

Основната цел на проекта е да хвърли светлина върху европейската идентичност, използвайки общата история, изкуство и религия на градовете като инструмент за борба с нарастващия евроскептицизъм и да създаде усещане за обща европейска памет, история и ценности чрез различни местни инициативи на партньорските организации, включени в него.

Изложените специалитети бяха заснемани от професионален фотограф. Неговите снимки и предварително подготвените описания ще послужат за създаване на календар за 2020 година. Такъв календар, носещ познание за старопланинските общини и представящ тяхната идентичност, ще получи и всеки участник в изложбата-базар.

Ястието с което беше представена Община Угърчин е традиционната „Пърлевска яхния“.



„Бабин ден“ в Угърчин и Лесидрен в снимки



Предстоящо: Празник на сланината и греяната ракия в Априлци през февруари

Община Априлци и Народно читалище „Светлина - 1895 г.“ организират десетото издание на традиционния празник на сланината и греяната ракия.

Празникът тази година ще се проведе на 22 февруари (събота) на площада в центъра на планинското градче Априлци.

Празникът на сланината и греяната ракия е организиран за първи път през 2011 година с цел опазване на старите българ-

ски традиции чрез представяне на типичните за района печена сланина и греяна ракия на фона на народни песни, хора и хумор.

На 22 февруари всички посетители имат възможност да вкусят от т.нар. „Бабината гозба“, приготвена от 30 кг. сланина, 500 яйца и 30 кг. праз лук, приготвена в „големия чорбаджийски тиган“.

За да се гарантира качеството на продукцията и да се под-

помогне и стимулира местното производство на празника ще има специално обособена територия, на която ще се допускат само местни производители на сланина и ракия, представящи своята традиционна продукция.

В празника могат да заявят участие и всички производители на месни продукти, занаятчии и търговци на изделия, свързани с българския фолклор от цялата страна.



ДРУМ

2020 ©

Главен редактор:
Митко Динушев

GSM: 0878 94 29 29
E-mail: info@trojanpress.com
Печат: "Полипрес" ООД - Габрово
Издание на: "ГМД Медия" ЕООД

Пет емоции, които рушат здравето

Организмът реагира на нашите емоции. Ако те са отрицателни, отговорът на организма е деструктивен - боледуваме. Въпросът е можем ли да се справим с болестите, ако успеем да овладеем негативните емоции.

Завист и ревност

Завистта и ревността се отразяват на черния дроб, жлъчния мехур и мозъка. Ревността пречи на мисленето, влошава функциите на мозъка. Човек не може да преценява разумно ситуацията, когато завидва и ревнува. Ревността натоварва и стресира своя носител.

Расте тревожността му, която в запуснатите случаи може да се трансформира в депресия. Извършва се ударна секреция на хормоните норадреналин и адреналин, натоварват се жлъчката и черния дроб, настъпва застой на кръвта, отслабва имунната защита, нарушават се функциите на стомашно-чревния тракт, нарастват нивата на холестерола, повишава се артериалното налягане, учестява се пулсът.

Страх

Страхът ражда тревожност, дестабилизира работата на бъбреците и надбъбречните жлези. Когато човек се бои от нещо, се нарушава циркулацията на енергията в тялото, забавя се честотата на дишането и кръвотокът отслабва. Точно затова ръцете и краката изстиват от страх. Дисфункцията на бъбреците може да се прояви и в често уриниране.

Същевременно, не работи добре репродуктивната система. Когато се страхуваме, надбъбречните жлези секретират повече хормони на стреса. А те са в състояние да увредят всеки вътрешен орган. Например, може да започнат болки в кръста, провокирани от нарушаване функциите на бъбреците и надбъбречните жлези.

Тревога и безпокойство

Напълно нормално е да изпитваме тревога за дреболии, като закъсняването за среща или за сериозни поводи, като предстоящо интервю за работа. В леко тревожно състояние се забелязва учестено сърцебиене и дишане, кръвотокът се засилва, но това не уврежда здравето. Но ако тревогата е хронична, ако се безпокоите за всичко в живота си, подмолно отслабва и телесното, и психичното здраве.

Тревогата уврежда храносмилането, тъй като първият удар поемат стомахът, задстомашната жлеза и далакът. След това идва ред на исхемична болест на сърцето, запек, язвен колит.

Заради безпокойство може да страдаме от позиви за повръщане, киселини, диария, безсъние. Прекаленото възбуждане предизвиква гръдна болка, повишава артериалното налягане, отслабва имунитета и като цяло, настъпва преждевременно старене.

Гняв

Гневът е едно от четирите основни емоционални състояния на човека, наред с щастие, тъгата и страха. Гневът, ако е

в конструктивната си форма, може да бъде полезен за здравето. Но ако се гневим постоянно и по всякакви поводи, постепенно се уврежда целият организъм. Първи под удара попадат сърцето и черният дроб, от стесняването на кръвоносните съдове и износването на стените им възникват сърдечносъдови заболявания. Имунните клетки - цитокини - се активират, но когато техният брой стане прекалено голям, в организма настъпват възпалителни реакции, провокиращи редица патологии. Повишава се рискът от злокачествени заболявания, диабет, артрит и др. Гневът е отключващият фактор, който нарушава здравословния баланс в тялото.

Тъга

При продължителна тъга е трудно да се диша, защото мускулите се стягат, правят спазми и пречат на белия дроб да поема нормално количество въздух. Голям е рискът от астма. Хроничната меланхолия и депресия намаляват съдържанието на кислород в кръвта, увреждат функцията на стомашно-чревния тракт. Така че, ако ви се плаче, не се срамувайте да плачете. Тогава се секретират ендорфините, които възстановяват хормоналния баланс. В състояние на тъга и съпътстващото го чувство на самота може да настъпят психични заболявания, болести на сърцето, да отслабне имунитетът. Затова гонете от себе си негативните емоции. Научете се да виждате доброто и не се фокусирайте на проблемите.



Прогноза на времето за община Угърчин



Тревожни признаци, че пиете опасно много кафе

Понякога изглежда, че успешният и продуктивен ден се случва единствено благодарение на кофеина. Ако вие сте от хората, които не могат да започнат деня си без чаша кафе, не сте сами.

Пиенето на 400 милиграма кофеин (или четири чаши кафе) на ден е абсолютно безопасно и дори полезно. Това помага за намаляване на риска от диабет и сърдечни заболявания, но превишаването на тази цифра може да доведе до проблеми. Какви са те?

Според фармацевта Линдзи Елмор надвишаването на нормата от 400 милиграма кофеин на ден води до следните симптоми:

„Може да имате бърз или неправилен сърдечен пулс, тревожност, виене на свят, диария, безсъние, главоболие или раздразнителност. Има и по-сериозни симптоми, които изискват незабавна медицинска помощ, включително повръщане, объркване и болка в гърдите. „

Когато консумирате твърде много от тази напитка, тя напряга цялото ви тяло, тъй като кофеинът е мощен стимулант. Той стимулира хипофизната жлеза да отдели хормони, които увеличават производството на адреналин - така наречения „хормон на борбата“.

Той подготвя тялото ви да се справи с опасни или стресови ситуации. И дори ако опасността не ви заплашва, мозъкът ще бъде готов за това, сърцето ще бие по-бързо, светът ще изглежда враждебно и вие ще бъдете в състояние на вечна бързина и липса на време.

Веднага след като тялото ви е пълно с кофеин, не получавате никакви положителни качества от кофеина, които първоначално сте очаквали, като увеличена енергия и по-ясно мислене.

Вместо това ще имате симптоми като често уриниране, разстроен стомах, спазми, диария, нежелан прилив на адреналин и повишена тревожност. Съгласете се, това е точно обратното, което целите.

Ако смятате, че трябва да се откажете от кофеиновата зависимост, не се отказвайте изведнъж. Най-добрият начин е да намалите кофеина постепенно.

„Внезапното спиране на кофеина е стрес за организма. Това може да причини обща слабост, депресия, гадене и главоболие.



Постепенно намалете употребата на кафе, сода и енергийни напитки, замествайки част от тях с вода.

Ако харесвате кафе, започнете да пиете безкофеиново кафе или преминете към безкофеинов чай. Можете също да опитате и други напитки, които са полезни за вашето тяло, като комбуча, кокосова вода и чай от мате“, препоръчва д-р Лиза Самуелс, основател на фондацията Harry Home.

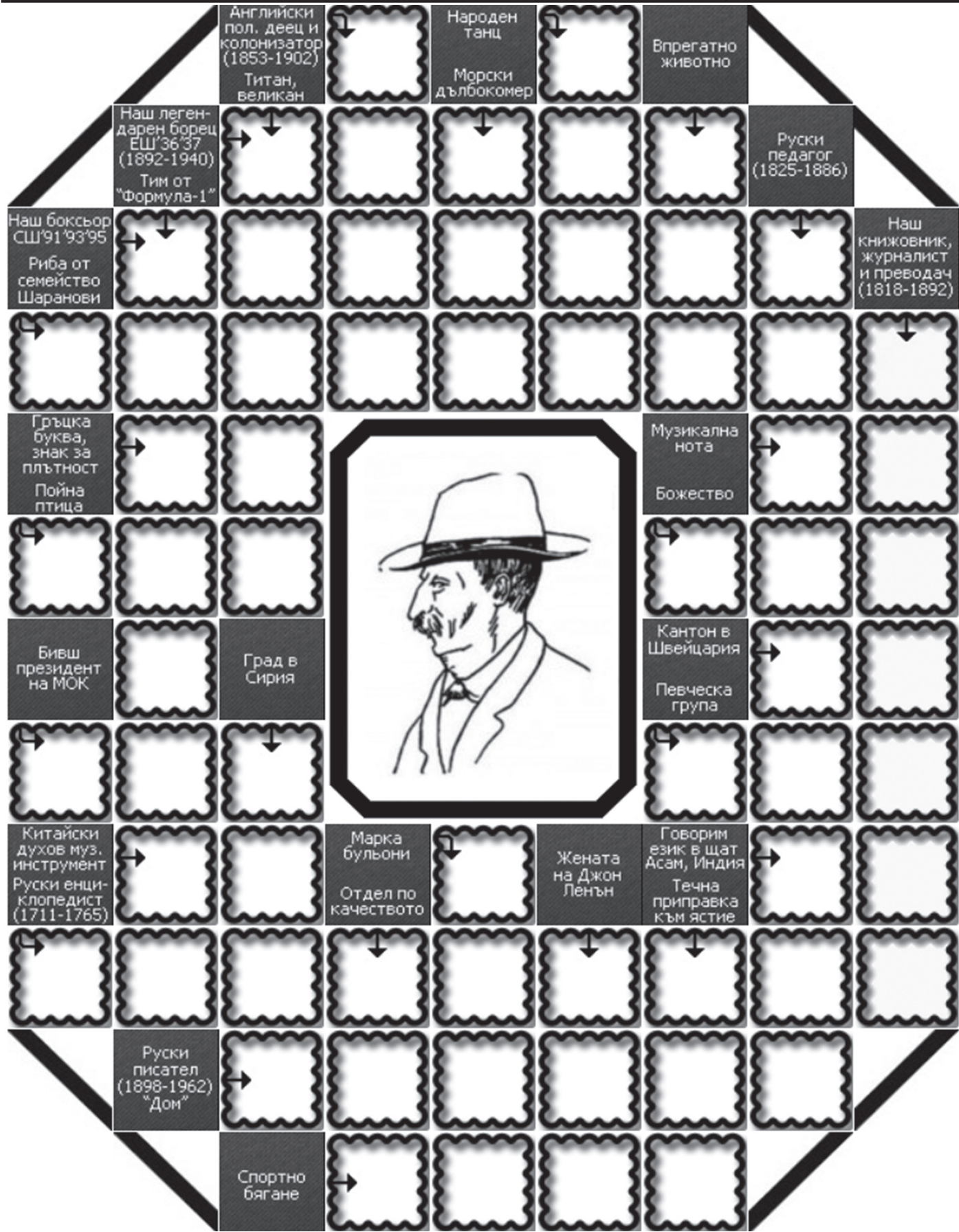
Между другото, можете просто да пиете топла вода. Звучи лудо за запалените любители на кафето. В крайна сметка водата няма вкус и аромат. Но всъщност е много приятна и полезна, тъй като овлажнява и затопля тялото ви отвътре. А водата няма и калории.

Много хора се страхуват, че след отказ на кофеина, нивата на тяхната енергия и производителност ще намаляят. Това всъщност не е така. Можете да намерите нови източници на енергия.

Например кафето може да бъде заменено със спорт, разходка в парка. И, разбира се, един добър сън е по-добър от всички енергийни инженери.

Щом се върнете към здравословно количество кофеин и се отървете от кофеиновата зависимост, ще се почувствате като напълно нов човек, ще станете по-свободни и весели. Ще имате нови планове и мечти.

Няма нищо лошо в това да обичате кафе или чай, наслаждавайки се на техния вкус и аромат, ако това не руши вашето тяло и вашите планове. Всъщност между удоволствието и зависимостта има много малка граница.





Един истински Божи дар за тате и за мама!

На 13.01.2015 година се роди това прекрасно ангелче, което промени живота ни завинаги.

Божидар, който преди седмици отпразнува със своите приятели своя пети рожден ден, е сбъднатата ми мечта. В момента, в който разбрах, че ще ставам майка, мечтата ми беше да имам момче, защото, както обичам да казвам, момчетата са най-голямата слабост на своите майки и това наистина е така. Връзката между майка и син е най-силното нещо и смело мога да кажа, че мечтите се сбъдват! Вярвайте и мечтайте! На своя рожден ден си пожела две неща - едното - да бъде здрав, а другото - да получава много подаръци. Когато идва време за подаръци очичките му светват. Има любими. Когато някой го попита какво да му купи, отговорът винаги е трактор с ремарке. Любимата му леля знае много добре това и как мислите за любимия племенник веднага се купува най-големият подарък.

За Боби мога да кажа, че е едно доста добро дете, срамежливо като тати и леко буйно като мама. Като всяко дете обича да играе и да се весели с приятели. Става доста грижовен, когато около него има по-малки деца.

През почивните дни обича да ходи при баба на гости и там заедно с нея започват да се веселят. Баба знае, че отиваме, трябва да се направи кекс за малкото момче. В неделя идва време за бели, защото пак там, при баба, ни чакат още две прекрасни момченца - неговите братовчеди Валентин и Даниел. И какво мислите се случва в къщата на баба? Става весела и обърната с краката нагоре.

Накрая мога да кажа, че децата са всичко за нас - родителите. С тях животът е весел, пълен и благословен. Затова пожелавам на Божидар и на всички дечица по света да бъдат здрави и благословени, да бъдат радост за нас, техните родители!

Галия Йосева
майка на Божидар

Мишо Ланджев: Търся спокойствието на селския живот и го намерих в Лесидрен

От стр. 1 »

Защо избрахте да си купите къща точно в Лесидрен, а не на някое друго място?

Стана на случаен принцип. Решихме да си купим селска къща в северна България. В продължение на месец тръгнахме с колата по магистрала Хемус и на всяка отбивка се отклонявахме да търсим села. Спираме, питаме кмета, оглеждаме, прибираме се. Скравена, Осиковица. Един ден стигаме до село Галата. Питаме един мъж, а той страшно изненадан казва „Тука искате да си купите къща, така ли?!“. Отиваме при кмета, и той страшно изненадан ни пита „Искате да си купите къща тук, така ли?!“. Така стигнахме до Лесидрен, харесаме мястото, защото беше в края на селото и двора беше с много дървета. Година по-късно разбрах защо в Галата бяха така изненадани, че софиянци искат да купят къща точно там.

Колко време прекарвате в Лесидрен през годината?

Целогодишно. Разбира се, стига да няма конкретен проект. Дърва - бол, зимнина също. Магазили колкото щеш. Добър интернет.

Разкажете ни как прекарвате времето си в Лесидрен?

Като селянин. С добавката, че съм от София. Ходя със скъсани дрехи, ремонтирам къща и огради, боря се с къпини, копая, плевя, поливам. Заедно с майка ми Роза и тъщата Ваня поддържаме малка градина, в която отглеждаме зеленчуци. Домати, краставици, лук, чушки, моркови, грах, боб, подправки, тиквички, патладжан, сладка царевича, фъстъци, ягоди, тикви. В двора засаждам и се грижа за малини, аромия, ябълки, круши, сливи, лешници, вишни, череши, една кайсия, три ореха

(съвсем млади са още), бял бъз от който правим сок и разбира се грозде - два големи асмаляка, с три сорта грозде. Засади си дъб и бреза. Садим цветя и поддържаме много рози. Дори имам три вида маслодайни рози, от Карлово. Подарък са ми от мой приятел, който произвежда розово масло в района. Като остане време, с дъщеря ми Балена тръгваме за гъби - масловки, манатарки, булка гъба, челядинки, пачи крак. Ядем, сушим или мариноваме. Правим си компоти, туршии, бабе по рецепта на майка ми. Правя сладко от люти чушки. Тази година ще си изградя сам и пеш, поне такъв е плана. Е, мъкна си и компютъра и работя дистанционно от село.

Кое е това, което най-много харесвате в Лесидрен и защо?

Много са преимуществата. Може би най-важното е, че в селото свършва пътят. През Лесидрен не се минава, за да стигнеш до някъде. Уредено село е. Автобуси От и До София. Действащо читалище, много магазини, аптека, здравна служба и лекар, прекрасен ресторант-градина с невероятното име „Люспата“. Между другото, градината му е изключителна и добре изградена. Това никак не е типично за село. Централният магазин се зарежда с месни продукти с много добро качество, директно от производителя (кооперация „Доверие“), който се намира също в селото. Казвам го без капка лицемерие, защото имат магазини и в София и нямам познат, който да не го е хвалил Прекрасни пътища, наскоро подновиха асфалта на централната улица и на пътя до село. Борката Нешев - кметът на селото, винаги е насреща ако се появи проблем. Хората са страхотни и винаги ще ти помогнат. Дори, едни от съседите ми са семейство

- Тошко и Катя, които отглеждат защитена порода кози - българска бяла млечна и произвеждат козе био мляко. Безкраен балкан с невероятни места и рекички. Съвсем близо е и язовир Сопот. Какво повече?!

Известни личности от Вашия бранш идвали ли са на гости в Лесидрен и какво мислят за селото?

Е, разбира се. Идва ли са ми на гости Камен Воденичаров, Милен Цветков. Често ни гостува и едно холандско семейство - Тон и Ада Делемар, което от 40 години представя българското изкуство в Холандия. Мои познати художници, юристи, лекари, актьори от Столичния куклен театър.

Вие в момента снимате туристически дестинации в България с „Туризм БГ“ по БНТ1. Кога да очакваме с БНТ да посетите Лесидрен?

Надявам се да е скоро. Не само за Лесидрен, защото не и за Угърчин. Там например има едно изключително атрактивно събитие - празника на трюфела. Когато за пръв път чух за това събитие преди години, не можах да повярвам. Никои от познатите ми не беше чувал нито за Угърчин, нито за този празник. Дори не ми вярват, че точно тук има такъв празник. А заслужава да се популяризира, особено с възможностите на интернет пространството. Смятам, че трябва да се помага на регионите. Трябва да се популяризират възможностите, които предлага провинцията. Два милиона и половина вече живеят и работят в София. Това е една трета от населението на България!

Бюджетите на общини и области се ръководят централизирано от столицата. Необходима е децентрализация.

Интервю на в. „Друм“



Мишо Ланджев с дъщеря си Балена след разходка за гъби в горите на Лесидрен