



2950, Сатовча, ул. „Тодор Шопов” № 37, тел.: 21-16, факс: 20-95

ВЕСТНИК НА ОБЩИНА САТОВЧА

e-mail: satovchabl@abv.bg

31 - 6 ноември 2011 г., година (VII), 41 /319/

ОБЩНСКИ НОВИНИ

МЮСЮЛМАНИТЕ ПРАЗНУВАТ КУРБАН БАЙРАМ



Курбан Байрам е мюсюлмански празник на жертвоприношението в чест на приключването на хаджа, отбелязван на 10-тия ден от месец „зул хидж“ по мюсюлманския календар хиджра в памет на жертвоприношението на пророка Ибрахим. На него се колят жертвени животни (наречени курбани) — овце, кози, камили, крави и телета. Чете се специална молитва преди заколението. Празникът започва 70 дни след Рамазан Байрам и продължава 4 дни.

На този ден цялото семейство се събира около трапезата. Младите искат прошка от възрастните, а скараните се помиряват.

По време на празника, изповядващите мюсюлманското вероизповедание, трябва да извършат поклонение (хадж - в Мека) - ритуалът се извършва в долината Мина, където се „убива Дявола с

камъни“. Всеки поклонник трябва да хвърли по седем камъка по три 18-метрови колони край моста Джамра, които символизират дявола. Хвърлянето на камъните става на мястото, където според историята Сатаната изкушавал Ибрахим.

Курбан Байрам е характерен с курбаните, които се принасят в жертва в името на Аллах. Смислът на курбана не се състои в заколението на животното, нито в неговата кръв, нито пък в месото на животното. Целта на курбана се изразява в боязънта пред Аллах и подчинението на Неговата повеля.

Преди същинския празник обаче има два предпразнични дни - малко и голямо Арафе. На малкото Арафе се раздават тестени храни - мекици, питки, баницы, но само на съседите. На голямото Арафе мюсюлманите трябва да постят и да се подготвят за посрещането на гости за празника. Нощта срещу Курбан Байрам е благословена и на вярващите се препоръчва да се молят горещо. След нощния намаз до късно те четат откъси от Свещения Коран. Вярва се, че в тази нощ молитвите непременно биват чути, а желанията се сбъдват.

Курбан Байрам е 70 дни след Рамазан Байрам. Продължава четири дни и свършва след следобедния намаз на четвъртия ден. Първият ден започва със сутрешния намаз, последван от проповед на имама, който припомня основните ценности в исляма и дава наставления за правилното изпълнение на жертвения ритуал - курбан. Задължително в този ден се дава садака (подаяние) на по-бедните.

САМОДЕЙЦИ ОТ САТОВЧА С ПЪРВА НАГРАДА

Детска група за „Високо пеене“ при ДФГ „Зорница“ – Сатовча взеха участие в VIII международен фестивал „Малашево пее и танцува“ – Микрево 2011, по покана на община Струмяни. Със своето акапелно пеене младите таланти на Сатовча потвърдиха непреходната слава и стойност на песните „на високо“, които те пазят в сърцето си.

За своето блестящо представяне детската група от Сатовча получи първа награда за вокално изпълнение на самодейци до 18-годишна възраст.

Предоставил: Катерина Коджаманова – ръководител на ДФГ Сатовча



КАТ ЗАПОЧВА АКЦИЯ „СВЕТЛИНА“

От 1 до 20 ноември ще се проведе акция „Светлина“, съобщиха от пресцентъра на МВР.

Тя се провежда повече от 16 години и нейната цел

е ограничаване предпоставките за тежки ПТП през есенно - зимния период с рисковите групи участници в движението /пешеходци, водачи с лисващ практически опит за движение при есенно - зимни условия, управляващи автомобили, неподготвени за сезона - с неизправни осветителни системи/.

Служители на КАТ „Пътна полиция“ и представители на Изпълнителната агенция „Автомобилна администрация“ ще проверяват изправността на фаровете и подготовката на моторните превозни средства за есенно-зимния сезон. Те ще сигнализират и за нередности в пътната маркировка и уличното осветление.

Партньори в инициативата са Съюзът на българските автомобилисти, Асоциацията на автомобилните

производители, Държавно-обществената консултативна комисия по проблемите на безопасността на движението, БЧК и Изпълнителната агенция „Автомобилна администрация“.

Засилените проверки, които предстоят, накарата доста водачи в цялата страна да се отправят към сервизите за смяна на масла, антифриз и гуми, както и да прегледат осветителните си системи.



Най-прекрасни са онези дни, които ни сближават, изпълват домовете ни с радост и мир. Дни, които за пореден път ни приканват да бъдем добри, справедливи и милосърдни. Да бъдем благодарни за всичко, с което посрещаме изгрева. Да не забравяме, че най-човешкото в нас е прошката: тази, която даваме, и тази, която искаме да получим.

Нека този Курбан Байрам зарадва всички празнуващи. Нека донесе чистота в душата, радост в очите и благодат в семейството.

6 ноември 2011
с. Сатовча

д-р Арбен Мименов - Кмет на община Сатовча

**МНЕНИЯ
И
КОМЕНТАРИ**

Дайте Вашето мнение и коментар за вестника на Община Сатовча на редакционния ни телефон:

0700 010 006, 07541/20-75 или на адрес: с. Сатовча, ул. „Тодор Шопов” 37

Открит е телефонен пост 070010006 в общината, можете да говорите толкова дълго, колкото поискате, само за 0,13 лв.

07541/20-66 – дежурен общински съвет за отбрана при Общинска администрация Сатовча

НОВИНИ

СЕДМИЧЕН КАЛЕНДАР

1 Ноември 2011, Вторник

Ден на народните будители



Посветен на делото на книжовниците, просветителите, борците за национално освобождение, съхранили духовните ценности и морал на българската нация през вековете. Сред тях са имената на: Йоасаф Бдински, Григорий Цамблак, Константин Костенечки, Владислав Граматик, поп Пейо, Матей Граматик, св. Иван Рилски, Неофит Бозвели, братята Димитър и Константин Миладинови, Георги Стойков Раковски, Васил Левски, Христо Ботев, Иван Вазов, Стефан Караджа, Хаджи Димитър, Любен Каравелов, Добри Чинтулов и още стотици радатели за народна сваят и българско самосъзнание.

За първи път Денят на народните будители се чества през 1909 г. в Пловдив. От 1 ноември 1923 г. с указ на цар Борис Трети е обявен за общонационален празник в памет на заслужилите българи. През 1945 г. е забранен. Честването му се възстановява със Закона за допълнение на Кодекса на труда, приет от 36-ото Народно събрание на 28 октомври 1992 г., когато е обявен официално за Ден на народните будители и неприсъствен ден за всички учебни заведения в страната.

1 Ноември 2011, Вторник

Ден на Всички Светии (Хелуин)

Католически празник, утвърден от папа Григорий Четвърти през 853 г. като ден за почит към всички християнски светци и мъченици. Отбелязва се в нощта срещу 1 ноември. Особено е популярен в Ирландия, Великобритания, САЩ и Канада. Предполага се, че тържествата на този ден са свързани с древна келтска традиция.

На 1 ноември келтите празнували Нова година - Самейн. Те вярвали, че в нощта срещу Нова година се отваря границата между мъртвите и живите, а сенките на умрелите през изминалата година навещават Земята. Тези души търсели живи тела, в които да се вселят. Затова живите се маскирали с животински кожи и страшни маски с надеждата да уплашат привиденията и да се предпазят от тях. Оставяли им храна отвън, за да не влизат в домовете им. След това се събирали около големи огньове, запалени от жреците.



3 Ноември 2011, Четвъртък

Ден на българския художник

Отбелязва се в деня на църковния празник Св. Пимен Зографски. За покровител на българските художници е обявен през ноември 1993 г. по идея на сдружението за възраждане на Софийското Светогорие (манастирите около столицата) „Св. Пимен Зографски“. Празнува се от художниците иконописци и реставратори.

Св. Пимен Зографски е български монах от манастира „Св. Георги Зограф“ на Атон, зограф и книжовник, живял в края на XVI век. Рисувал е стенописи и икони.

6 Ноември 2011, Неделя

Мюсюлманите празнуват Курбан Байрам

Курбан Байрам е мюсюлмански празник на жертвоприношението в чест на приключването на хаджа, отбелязван на 10-тия ден от месец „зул хидж“ по мюсюлманския календар хиджра в памет на жертвоприношението на пророка Ибрахим. На него се колят жертвени животни (наречени курбани) — овце, кози, камили, крави и телета. Чете се специална молитва преди заколението. Празникът започва 70 дни след Рамазан Байрам и продължава 4 дни.

На този ден цялото семейство се събира около трапезата. Младите искат прошка от възрастните, а скараните се помиряват.

По време на празника изповядващите мюсюлманското вероизповедание трябва да извършат поклонение (хадж в Мека) - ритуалът се извършва в долината Мина, където се „убива Дяволът с камъни“. Всеки поклонник трябва да хвърли по седем камъка по три 18-метрови колони край моста Джамра, които символизират дявола. Хвърлянето на камъните става на мястото, където според историята, Сатаната изкушавал Ибрахим.

Курбан Байрам е характерен с курбаните, които се принасят в жертва в името на Аллах. Смисълът на курбана не се състои в заколението на животното, нито в неговата кръв, нито пък в месото на животното. Целта на курбана се изразява в боязънта пред Аллах и подчинението на Неговата повеля.

Преди същинския празник обаче има два предпразнични дни - малко и голямо Арафе. На малкото Арафе се раздават тествени храни - мекици, питки, баницы, но само на съседите. На голямото Арафе мюсюлманите трябва да постят и да се подготвят за посрещането на гости за празника. Нощта срещу

Курбан байрам е благословена и на вярващите се препоръчва да се молят горещо. След нощния намаз до късно те четат откъси от свещения Коран. Вярва се, че в тази нощ молитвите непременно биват чути, а желанията се сбъдват.

Курбан Байрам е 70 дни след Рамазан Байрам и продължава продължава четири дни и свършва след следобедния намаз на четвъртия ден. Първият ден започва със сутрешния намаз, последван от проповед на имама, който припомня основните ценности в исляма и дава наставления за правилното изпълнение на жертвения ритуал - курбан. Задължително в този ден се дава садака (подаяние) на по-бедните.

Курбан Байрам е религиозен празник за мюсюлманското вероизповедание в България и официално се отбелязва два дни. Определен с Решение 958 на Министерски съвет от 16 декември 2009 г. за определяне на дните за религиозни празници на вероизповеданията, различни от източноправославното.

ЖЕНИ И ВИНО, ВИНО И ЖЕНИ'2012

Фондация „Буквите“ обявява, за девети пореден път, този път още при кипването на младото вино, своя ежегоден международен конкурс по случай Свети Валентин/Трифон Зарезан, вземайки за заглавие незабравимите думи на поета - „Жени и вино, вино и жени“.

Официални езици на конкурса:

- Български
- Руски
- Македонски
- Сръбски

Голямата награда в конкурса - стихосбирка /64-80стр/ на победителя в конкурса.

Обявава се и допълнителна награда „Жаден Пегас“ за хумористичен поглед към темата.

Предложения се приемат на адрес: vino@bukvite.bg

Големина на произведенията: до две машинописни страници. Може да се участва с максимум до три произведения.

Произведенията не трябва да бъдат публикувани до обявяване на резултатите от конкурса, включително и в литературни сайтове и блогове.

Краен срок - 5 февруари 2012.



НАЦИОНАЛЕН МЛАДЕЖКИ КОНКУРС ЗА ЕСЕ ИЛИ РАЗКАЗ „РАЗКАЖИ МИ ТВОЯТА ИСТОРИЯ ЗА ТОЛЕРАНТНОСТ“

Национален младежки конкурс за есе или разказ „Разкажи ми твоята история за толерантност“ обявяват от сдружение ГЛОУ-Велико Търново.

Условието е младежите между 12 и 22 години да отразят своята визия за равнопоставеността, ненасилието и толерантността в авторските си творби, като разкажат нещо преживяно или коментират информация, която имат по темата. В конкурса се търсят добрите примери, които да вдъхновяват, уточняват инициаторите.

Есетата и разказите ще бъдат оценявани от жури по съответствие с темата, оригиналност и ясно послание, демонстриране на позитивна позиция и ангажираност по темата за равнопоставеността, ненасилието и толерантността.

Победителите ще бъдат обявени в рамките на Международния ден на толерантността на 16 ноември 2011 година. Авторите на три отличени творби ще получат ваучери за закупуване на книги, на стойност 250, 150 и 100 лева.

Конкурсът за есе или разказ „Разкажи ми твоята история за толерантност!“ се обявява в рамките на проект „Ловци на митове: Равнопоставеност“ на Сдружение ГЛОУ, финансиран по Младежката програма 2009 – 2013 на Български фонд за жените.

Крайният срок за изпращане на материалите е 7 ноември 2011 година /важи датата на пощенското клеймо/. Материали за участие в конкурса се приемат само по пощата на адрес Велико Търново 5000, п.к. 345, Сдружение ГЛОУ, За конкурса.

Краен срок - 7 ноември



КОНКУРС ЗА НАЙ-ОРИГИНАЛНА КРАТКА ИМАНЯРСКА ИСТОРИЯ

Условие за участие: без ограничение във възрастта.

Критерии за оценка: оригиналност и още нещо...

Награди: Грамоти, три предметни награди на стойност 100 лв., 70 лв. и 50 лв.; три парични награди на стойност 200 лв., 120 лв. и 80 лв.

1. НАГРАДА НА ЖУРИТО - жури от уважавани творци и ценители на литературата ще определи носителите на наградите

2. НАГРАДА НА ЧИТАТЕЛИТЕ - след приключване на приемането на творбите на 15 ноември 2011г., от 16 ноември до 26 ноември 2011 г., вие, уважаеми читатели, ще определите носителите на наградата на читателите.

Творбите ще бъдат публикувани на сайта на Българска национална федерация по метал-детектинг www.metaldetecting.bg.

Всеки може да изпрати своя вот за наградата на читателите на адрес destivcheva@abv.bg със следните данни: име на участника и творбата, класирана от вас; вашето име и телефон за връзка - за наградата на читателите.

Жури: Председател - Десислава Тивчева - член на Дружеството на шуменските писатели. Лауреат за дебютна книга проза на „Южна пролет 2007“. Керамик, фотограф. Член на Българската национална федерация по металдетектинг.

Начин на изпращане на материалите: на адрес destivcheva@abv.bg

Придружени с посочени имена, адрес и телефон на участника.

Краен срок за изпращане на творбите: 15 Ноември 2011 г., включително.



ФОТООБЕКТИВ



Ако желаете да публикувате и Ваши интересни фотоси, моля изпращайте материалите си на адрес:
Саточка 2950, ул. "Тодор Шопов" №37, факс: 07541/20-95,
e-mail: satovchabl@abv.bg

ЗАКОНОДАТЕЛСТВО

ПРИЕМАТ ПРОЕКТИ ПО ТРИ МЕРКИ
ОТ ПРОГРАМАТА ЗА СЕЛСКИТЕ РАЙОНИ

Започва нов прием по 3 мерки от Програмата за развитие на селските райони, информират от Държавен фонд „Земеделие“.

От 9 ноември до 9 декември регистрираните земеделски производители могат да подават проекти по Мярка 311 „Разнообразяване към неземеделски дейности“. Мярката цели да насърчи създаването на нови работни места и развитието на интегриран селски туризъм, както и да повиши доходите в селските райони. Кандидатите трябва да са регистрирани по Търговския закон или Закона за кооперациите и да са микро-, малки или средни предприятия. Най-малко 50% от приходите им за годината преди кандидатстване трябва да са формирани от земеделска дейност или преработка на селскостопанска продукция. Приходът може да бъде и от финансово подпомагане за земеделие.

Финансовата помощ е до 80% от одобрените разходи за производство на енергия от възобновяеми енергийни източници. За всички останали дейности субсидията е до 70 % от инвестицията. Помощта не може да надхвърли 200 хил. евро. Очаква се бюджетът за периода на прием да надхвърли 35 млн. евро. Той е формиран от 50% от средствата по мярката за 2011 г. и 100% от средствата за 2012 г.

В същия период - между 9 ноември и 9 декември, фондът ще приема проекти по Мярка 312 „Подкрепа за създаване и развитие на микропредприятия“. Мярката е насочена към малки фирми, които не са регистрирани като земеделски производители. Могат да кандидатстват и физически лица, регистрирани по Закона за занаятите. Субсидиите се предоставят за неземеделски дейности и не могат да надхвърлят 200 хил. евро. Както при Мярка 311, проектите за енергия от възобновяеми енергийни източници получават до 80% от одобрените разходи, а всички останали направления - до 70%. Финансовата рамка за приема се формира от 50% от бюджета за 2011 г., който е над 24 млн. евро, и неусвоения бюджет от предишен прием.

Мярка 313 „Насърчаване на туристическите дейности“ ще бъде отворена от 14 ноември до 12 декември. Фондът ще приема проекти за туристическа инфраструктура, съоръжения и атракции, както и за разработване на маркетинг стратегии за туристическите обекти. Могат да кандидатстват общини с население до 10 хил. жители, както и юридически лица с нестопанска цел.

Одобрените проекти на общини и юридически лица, които не генерират приход, получават до 100% от допустимите разходи, а всички останали - до 70%. Максималната помощ отново е 200 хил. евро. Наличният финансов ресурс е 100% от бюджетите на мярката за 2010 г. и 2011 г., или близо 13 млн. евро, както и неусвоеният бюджет от предишен период на прием.

ДФЗ ПУСНА ВЪЗМОЖНОСТ
ЗА ОНЛАЙН СПРАВКИ ЗА ЗАСТЪПВАНИЯ
НА ЗЕМЕДЕЛСКИ БЛОКОВЕ

ДФЗ пусна възможност за онлайн справки за застъпвания на земеделски блокове. Всеки земеделски производител може да провери своите застъпвания и дали има уведомително писмо за санкции, след като въведе своя уникален регистрационен номер (УРН).



Проверете и вашите площи : <http://iacs-online.dfg.bg/apex/f?p=2012>

ПРЕЗ МЕСЕЦ НОЕМВРИ СТАРТИРА
НОВА МЯРКА ПО ПРСР

Стартира нова мярка 114 „Използване на консултантски услуги от фермери и ползватели на гори“ от Програмата за развитие на селските райони. Целта на новата мярка е да подкрепи фермерите и собствениците на гори да подобрят устойчивото управление на техните стопанства чрез използването на консултантски услуги. Мярката ще стартира през месец ноември тази година.

Под консултантски услуги по мярката се разбира комплект от консултации, които обхващат оценка,



предоставяне на информация и съвети предоставени на фермера или собственика на гори от консултантската организация, вписана в Регистъра на консултантите по мярка 114.

В рамките на две календарни години, считано към годината на подаване на предходното одобрено заявление за подпомагане, един земеделски стопанин или собственик на гори може да получи безвъзмездна финансова помощ за максимум един комплект консултации.

В комплекта консултации за фермерите се включват задължителни консултантски услуги и допълнителни консултантски услуги. Комплектът консултации за собствениците на гори включва съвети за: запознаване с горското законодателство, планиране на лесовъдски дейности, запознаване със съвременни практики за

стопанисване на горите, вещно право, екосистемни ползи от горите, превенция и защита на горите от пожари, насекоми и болести.

Задължителните консултантски услуги за фермерите са определени като група А и включват оценка на стопанството и установяване на подобрения във връзка с кръстосаното съответствие и стандарти за безопасност на труда, основани на законодателството на Европейския съюз. Предвидено е да има най-малко едно посещение на стопанството, свързано с изготвянето на оценка за изпълнение на посочените изисквания.

ДЕПУТАТИТЕ УЗАКОНИХА НА ПЪРВО
ЧЕТЕНЕ СУРОГАТНОТО МАЙЧИНСТВО

Парламентът одобри на първо четене законодателни промени, които регламентират т.нар. сурогатно или заместващо майчинство.

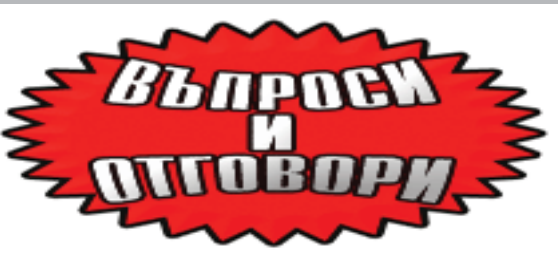
В момента сурогатното майчинство е извън закона - то е нито разрешено, нито категорично забранено. С поправките ще се помогне на над 270 000 семейства с репродуктивни проблеми - около тази теза се обединиха защитниците на измененията - депутати от различни цветове. Други избраници посочиха, че така се отива твърде далеч, като се регламентира покупко-продажбата на дете. С измененията се забранява да се заплащане възна-граждение на заместващата майка, могат да ѝ бъдат поети разумните разходи за здравословното поддържане на бременността, необходимите средства за възстановяването ѝ след раждането, както и финансовото обезпечаване заради временната ѝ нетрудоспособност.

Заместващо майчинство е това, при което съпрузи възлагат с договор на друга жена да износи бременност и да роди дете, което е заченато чрез асистирана репродукция с генетичния материал на съпрузите или със сперматозоид на ползващия се от заместващо майчинство съпруг и донорска яйцеклетка.

Заместващо майчинство с донорска яйцеклетка се допуска при условие, че ползващата се жена е на възраст до 45 години и е с онкологично гинекологично заболяване; с отстранени матка и яйчници; или е преминала успешно онкологично лечение, но има противопоказания за износване на бременност, предвиждат промените.

Не се допуска заместващо майчинство с донорска яйцеклетка от заместващата майка. Т.нар. „майка под наем“ може да бъде само жена, която е български гражданин, на възраст между 21 и 43 години, има поне едно живо родено дете и е клинично здрава, способна да износи бременност. Тя трябва да е в добро психическо здраве и да декларира, че не е била заместваща майка повече от два пъти.

Сурогатната майка да е с право на 87 дни отпуск за бременност и раждане, предвиждат още поправките.



Въпрос: Колко месеца трудов стаж трябва да имам, за да имам право на отпуск?

Отговор: Съгласно чл.155, ал. 1 от КТ, всеки работник или служител има право на платен годишен отпуск. В ал. 2 на чл.155 от КТ е предвидено, че при постъпване на работа за първи път работникът или служителят може да ползва платения си годишен отпуск, когато придобие най-малко 8 месеца трудов стаж. Съгласно Наредбата за работното време, почивките и отпуските, всеки работник и служител, който има най-малко 8 месеца трудов стаж, придобива право да ползува платен годишен отпуск по чл. 155 и 156 КТ.

Когато 8-месечният трудов стаж е придобит през първата година на работа на работника и служител, той има право на платен годишен отпуск за същата година в пълен размер. Когато част от 8-месечния трудов стаж е придобита през една календарна година и друга част - през следващата календарна година, той има право на платен годишен отпуск за първата календарна година пропорционално на трудовия му стаж през тази година, а за втората година придобива право на платен годишен отпуск в пълен размер. За ползуване на платения годишен отпуск за втората и следващите календарни години не се изисква нов 8-месечен трудов стаж. Както е видно от разпоредбите, за да имате право да ползвате платен годишен отпуск в размер пропорционален на трудовия стаж при този работодател, е необходимо е да имате най-малко 8 месеца общ трудов стаж.

Въпрос: Кои документи работодателят е длъжен да издаде и предостави на работника?

Отговор: Съгласно разпоредбата на чл. 128а, ал. 1 от Кодекса на труда по писмено искане на работника или служител, работодателят е длъжен да му издаде и предостави необходимите документи, удостоверяващи факти, свързани с трудовото правоотношение,

ДАНЪЧНО-ОСИГУРИТЕЛЕН
КАЛЕНДАР

До 10-ти ноември:
ЗДДФЛ

Внасяне от работодателя или възложителя на авансовия данък, удържан през месец октомври за доходи от трудови правоотношения и за доходи от друга стопанска дейност по чл. 29 от ЗДДФЛ.

Внасяне от платеща на дохода на авансовия данък, удържан през месец октомври за доходи от наем или от друго възмездно предоставяне за ползване на права или имущество.

ЗКПО

1. Подаване на декларация по ЗКПО за данъка върху хазартната дейност от лотарии, томболи и числови лотарийни игри Бинго и Кено.

ЗСВОТС

Подаване на Интрастат-декларации пристигания/изпращания по ЗСВОТС за месец октомври 2011 г.

Кодекс за социално осигуряване

Внасяне на авансово дължимите вноски за държавно обществено осигуряване и допълнително задължително пенсионно осигуряване от самоосигуряващите се лица за Октомври 2011 г.

Внасяне от възложителя на дължимите за Октомври 2011 г. осигурителни вноски за държавно обществено осигуряване и допълнително задължително пенсионно осигуряване за лицата, които работят без трудови правоотношения.

Наредба за обществено осигуряване на самоосигуряващите се лица, българските граждани на работа в чужбина и морските лица

Внасяне от изпращащата организация на отнасящите се за месец Октомври 2011 г. осигурителни вноски за държавно обществено осигуряване и допълнително задължително пенсионно осигуряване за българските граждани, работещи в чужбина по трудови или служебни правоотношения с български осигурител, които подлежат на задължително осигуряване по българското законодателство.

Внасяне от работодателя на отнасящите се за месец Октомври 2011 г. осигурителни вноски за фонд „Пенсии“ и допълнително задължително пенсионно осигуряване за изпратените за участие в международни мисии по реда на Закона на министерството на вътрешните работи.

Внасяне на отнасящите се за месец Октомври 2011 г. осигурителни вноски за фонд „Пенсии“ за:

- лица, изпратени на работа в чужбина от български посредник;

- лица, работещи в международни органи или организации със съгласието на компетентните български държавни органи.

- служители, изпратени за участие в международни мисии по реда на Закона за Министерството на вътрешните работи.

- съпругите/съпрузите на дългосрочно командировани служители в дипломатическа служба за времето, през което са пребивавали в чужбина по време на задграничния им мандат.

Закон за здравното осигуряване

Внасяне на авансово дължимите здравноосигурителни вноски от самоосигуряващите се лица за Октомври 2011 г.

Внасяне от възложителя на дължимите за Октомври 2011 г. здравноосигурителни вноски за лицата, които работят без трудови правоотношения.

Внасяне на здравноосигурителни вноски от самоосигуряващите се лица, които през Октомври 2011 г. са били във временна неработоспособност поради болест, бременност и раждане и отпуск за отглеждане на малко дете по реда на чл. 164, ал. 1 и 3 от КТ.

Внасяне на здравноосигурителните вноски от лицата, които през Октомври 2011 г. са подлежали на здравно осигуряване по реда на чл. 40, ал. 5, т. 1 от Закона за здравното осигуряване (лица, които не са били осигурени на основание чл. 40, ал. 1, 2 или 3 от закона).

Внасяне на здравноосигурителните вноски за месец Октомври 2011 г. за служителите на Българската православна църква и други нормативно признати вероизповедания, които не получават възнаграждения за извършвана дейност.

Наредба № Н – 8 от 29 Декември 2005 г.

Подаване на декларация образец № 3 с данните за месец Октомври 2011 г. за лицата, които се осигуряват здравно за сметка на републиканския бюджет, с изключение на данните, подавани от НОИ.

в 14-дневен срок от искането. Исканите документи са в зависимост от конкретния случай.

Като пример могат да бъдат посочени следните документи: за размера на трудовото възнаграждение – при определяне на дължима издръжка от работника или служител; за правото и размера на стипендията на учащи се, които се издържат от него; за изчисляване или преизчисляване на пенсия; при ползване на банков кредит – за съществуването на трудов договор и неговият вид /срочен или за неопределен срок/ и др. подобни.

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

ОРЕХИТЕ - ПОЛЕЗНИ ЗА НЕРВНАТА СИСТЕМА

Консумацията на шепа орехи всеки ден се отразява благоприятно на нервната система. Редовният прием на ядките предпазва мозъка от амиотрофична латерална склероза, наричана още болест на Лу Гериг.

Неврологичното заболяване, характеризиращо се с прогресивна дегенерация на моторните неврони - клетки в гръбначния и главния мозък, може да доведе до парализа и фатален край.

Връзката между консумацията на ядките и здравословното състояние все още не е ясна, но според учените ключов елемент в защитните свойства на орехите е витамин Е. Той е признат за най-мощният антиоксидант сред витамините. Смята се, че предпазва клетките от увреждане, забавя окисляването на липидите и образуването на свободни радикали в организма. Освен това витамин Е предпазва другите мастноразтворими витамини от окисляване, като спомага усвояването на витамин А.

Орехите осигуряват повече от 19 витамини и минерали, включително витамин А, фолиева киселина, калций, магнезий, фосфор, цинк и витамини от група В.

Чрез ядките набавяме 8% от дневното потребление на антиоксиданти.

За да усвоим полезните свойства и да извлечем максимална полза за здравето ни, експертите препоръчват да консумираме по 7 сурови ореха на ден.

Учени откриват и друга полза от хапването на този вид ядки. Според проучване орехите ни предпазват и от сърдечни заболявания. Те съдържат алфа-линоленова киселина - една от основните омега-3 мастни киселини, подобни на тези в мазната риба като сьомга и скумрия. Тези основни мастни киселини подобряват сърдечно-съдовото здраве, като спомагат предотвратяването на нестабилен сърдечен ритъм и чрез контролиране на образуването на плаки в кръвоносните съдове. Спомагат и за намаляване на „лошия“ - LDL холестерол, и С-реактивния протеин - възпалителен маркер, свързан с атеросклероза и сърдечни заболявания.

Установява се, че нивата на С-реактивен протеин спадат с почти 75%, на общия холестерол с 11%, а LDL-холестерола с 11-12% при пациенти, консумиращи храна, богата на алфа-линоленова киселина. Тя е съставка на продукти като орехи, орехово и ленено масло. Подобни ползи са открити при хора с диабет тип 2, които са с повишен риск от сърдечно-съдови проблеми.

ЧЕРВЕНОТО ЦВЕКЛО БОРИ РАКА

Червеното цвекло може да бъде намерено на пазара цялостно. То е не само много полезно и диетично (100 г съдържат само 44 калории), но е и изключително вкусно, когато е пикантно приготвено.



Кореноплодите му съдържат средно 88% вода, 1,2% белтъчини, 9,3% въглехидрати, 0,9% минерални соли (калий, калций, фосфор, желязо, сяра, йод), малки количества витамин С, каротин, витамини В1, В2 и В12. Благодарение на наличието на калиеви соли, сяра, фосфор и магнезий ускорява процесите на обмяна на веществата в организма. Заради хлорофила, който съдържа, е неотменна съставка в менюто на страдащите от анемия.

Парадоксален е фактът, че въпреки наличието на захари червеното цвекло е полезно за консумация дори от диабетици. То подпомага асимилирането на хранителните вещества и ускорява изхвърлянето на токсините.

В народната медицина с червено цвекло лекуват и болни от левкемия. Изцеленият сок (от 100 до 300 мл на ден) подобрява общото състояние на организма.

Особено полезен през зимните месеци е коктейлът от сок от червено цвекло, ябълки и изцедени лимони, истински букет от витамини. Той е подходящо защитно средство против тумор, рак, левкемия, жлъчка, грип

и както вече споменахме - прочиства кръвта и забавя процеса на стареене. Установено е, че там, където населението консумира големи количества червено цвекло, раковите заболявания са много по-малко.

Съдържащата се в цвеклото целулоза, ябълчена, лимонена и други киселини усилват перисталтиката, съдействат за разграждането и усвояването на белтъците, повишават жизнената дейност на черния дроб. Затова при хроничен запек, смущения в храносмилането и при чернодробни заболявания се препоръчва изяздането на гладно по 100-150 г варено цвекло. Сокът от цвекло, особено смесен с равни

части сок от моркови и ряпа, помага при анемии, подобрява обмяната на веществата и укрепва организма. Ако се смеси с мед, се прилага при високо кръвно налягане и като успокояващо средство.

Сравнително високото му съдържание на йод и магнезий го прави подходяща храна за възрастни и болни от атеросклероза. Лапи от стрито цвекло помагат при рани и отоци.

Най-удивително е действието му при ракови заболявания. Има случаи при рак на кожата, при които налагането с компреси от сок от цвекло по няколко пъти на ден е довело до пълно изчезване на злокачествените образувания.

КОГА ИМУНИТЕТЪТ ВИ ИМА НУЖДА ОТ ПОМОЩ

Повечето хора допускат грешката да се грижат за имунната си система само през есента и зимата. Лекарите обаче са категорични, че трябва да бъдем отговорни за здравето си не само през студените месеци, когато ни атакуват всякакви вируси, а през цялата година.

Ако постоянно сте подложени на стрес, храните се неправилно, пушите и пиете алкохол, усилията на имунната система да ви защити се обезсмислят. Препоръчването с антибиотици, липсата на движение и



недостатъчният сън също са сред основните фактори, които оказват негативно влияние върху организма ви.

Има няколко признаци, по които сами може да разберете дали имунитетът ви е силен, или слаб и нуждаещ се от подкрепа. Имате понижена имунна система, ако: постоянно сте сънливи; имате ниско кръвно налягане; имате петна по езика си; страдате от болки в мускулите и ставите; чувствате отпадналост и умора; тревожите се без причина; често имате проблем с гъбичните инфекции; побиват ви студени тръпки; трудно заспавате.

Какво може да направите

Първото нещо, на което трябва да обърнете внимание, е начинът ви на живот. Опитайте се да промените менюто си, изхвърляйки от него поне част от вредните храни и напитки. Елиминирайте стреса - намерете начин да се отпуснете. Дали ще практикувате йога, ще четете, или ще се отдадете на своето хоби, вие решавате. За по-добър имунитет увеличете и физическата активност.

Попълнете празните квадратчета, така че всеки ред, всяка колона и всяка 3x3 секция да съдържа числата от 1 до 9.

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

ИМЕЛЪТ

Имелът расте кълбовидно върху своя гостоприемник. Обикновено това са широколистни дървета, елхи и борове. Листата му са вечнозелени и са твърди, подобно на кожа.

Гроздовият му плод е белезникав, със стъклен вид, а отвътре е слюзест и лепкав. Сред предците ни било известно като растение, което лекува всичко, свещено растение, прогонващо всяко зло. Имелът се препоръчва при хронични спазми и състояния на истерия.

Листата и малките стъбла на растението се събират само през месец октомври и до средата на декември, както и през месеците март и април. През останалата част от годината имелът няма лековита сила. Зърната му са отровни, когато се прилагат вътрешно. Биха могли обаче да послужат като съставка за мехлем.

Билката се отразява много добре на всички жлези в тялото. Тя е чудесно средство за стимулиране обмяната на веществата. Освен това има благоприятно действие и на панкреатичната жлеза.

Природният дар оказва много добро влияние и при хората, които срещат проблеми с хормоналната система. Той също така е и отлично средство против атеросклероза. Препоръчва се след инсулт и като превантивна мярка срещу него.

Билката се счита за много добро средство за подпомагане на сърцето и кръвообращението. Тя съдържа ензими, които нормализират цялостния организъм, а заедно с него и кръвното налягане. Прилага се и при световъртеж, отпадналост, смущения в сърдечния ритъм.

Полезно е и за дамите, тъй като нормализирането на кръвното налягане прекратява смущенията в матката и менструацията - предимно силни месечни кръвотечения, а също така и продължаващо кървене след раждане.

ПИЛЕ БЕАРНЕЗ

Необходими продукти:

- пилешко месо - 500 г филе
- чесън - 2-3 скилидки
- мазнина
- сметана - 200 г заквасена
- сирене - 1 опаковка пушено топено
- горчица
- соев сос
- бяло вино

Приготвяне:

Пилешкото се нарязва на хапки и се задушават в мазнина, като се добавя и малко соев сос, бяло вино и нарязаният на ситно чесън.

Месото се изважда и в същия тиган се слага сметаната, нарязаното пушеното топено сирене, малко горчица и се бърка до получаване на хомогенна смес.

Със соса се заливат пилешките късчета и ястието се поднася с гарнитура от картопки соте.



МАЛКА обява
(до 76 символа)

2.00 лвева

РЕКЛАМА
(в каре)

1.00 лв./см²

ОБЯВА
(в каре)

0.50 лв./см²

Виц на броя

Момиченце на пет години се хвали в детската градина на приятелка:

- Имаме си нов татко!
- Как се казва?
- Петър Крумов.
- Петър Иванов Крумов?
- Да.
- А-а, този е добър! Беше у нас миналата година!

РЕДАКТОРСКА КОЛЕГИЯ:

Мария Самарджиева, Красимир Странджев и Невена Кислева