ВЕСТНИК НА ОБЩИНА

САТОВЧА

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

e-mail: satovchabl@abv.bg

22 - 28 август 2011 г., година (VII), 34 /312/

ОБЩИНСКИ НОВИНИ

ПРИЕТИ ПО-ВАЖНИ РЕШЕНИЯ НА ОБС САТОВЧА

В края на работната седмица се проведе редовно заседание на Общински съвет Сатовча, на което се приеха следните по-важни решения:

Във връзка с предстояща процедура за набиране на проектни предложения по мярка 41 „Прилагане на стратегиите за местно развитие” от ПРСР 2007-2013г., Общинска администрация Сатовча и СНЦ „Местна инициативна група – МИГ Сатовча” съвместно разработват проект на Стратегия за местно развитие на територията на община Сатовча. Съгласно изискванията на Наредба №23 на МЗХ, Общински съвет Сатовча прие решение, с което дава съгласие Община Сатовча да члнува официално като юридическо лице в Управителният орган на СНЦ „Местна инициативна група – МИГ Сатовча”, за да може същата да бъде призната от МЗХ и съответно да кандидатства за финансиране на „Стратегия за местно развитие”.

Общински съвет Сатовча прие решение за включване на още две читалищни библиотеки - библиотеките при НЧ „Пробуда 1928” с.Слащен и НЧ „Просвета 1938” с.Кочан по Програма „Българските библиотеки – място за достъп до информация и комуникация за всеки”, по която Общинската администрация Сатовча кандидатства с проект за финансиране. Проектът има за цел да улесни достъпа до информация и услуги чрез Интернет за населението на община Сатовча. В проекта се



предвижда безплатно ползване на информационни и комуникационни технологии, оборудване и интернет от посетителите в обществените библиотеки. Ще бъдат обучени библиотекарите в компютърни умения, предоставяне на нови услуги и модерен библиотечен мениджмънт. Програмата е насочена предимно към повишаване качеството на услугите в обществените библиотеки. Съгласно условията на програмата според типа читалищни библиотеки е предвидено оборудване като от 5 до 7 работни станции за потребители, 1 работна станция за библиотекар и периферни устройства. До сега на територията на Община Сатовча Програмата „Глобални библиотеки- България” е одобрила библиотеките при читалищата в Сатовча, Плетена, Ваклиново и Вълкосел. Всяка една от тях е официално призната като партньор по програмата след подписване на четиристранно споразумение за сътрудничество с Министерство на културата, Програма на ООН за развитие (ПРООН) и Община Сатовча.

Другото важно решение, което общинските съветници приеха, е решението, с което дават съгласие Общинска администрация Сатовча да кандидатства с проект с работно заглавие „Водата като източник на вдъхновение за туристите. Трансграничен подход към туристически продукти, основаващи се на природата” по обявената втора покана за набиране на проектни предложения по Програмата за трансгранично сътрудничество между Република България и Бивша Югославска Република Македония, Бюджетна линия №: 2007CB16IPO007 - 2011 – 2, в партньорство с Община Липково, БЮР Македония. Съгласно изискванията на програмата в проекта се залагат дейности, които ще се изпълняват паралелно и в двете общини. По проекта се предвиждат следните дейности, които да се изпълняват в община Сатовча:

- Почистване на речното корито на р.„Бистрица”, заздравяване стените на реката в силно амортизираните участъци, чрез заздравяване на основите на стените и цялостно обработване на фугите на каменната зидария с циментов разтвор;
- Премахване на стария и поставяне на нов парапет по двата бряга на реката в централната част на с.Сатовча;
- Благоустройствени мероприятия по мостовете – разширяване на единия от мостовете за постигане на нормален пътен габарит и оформяне на пешеходна зона, поставяне на парапети и еластична ограда в рамките на мостовете, тампониране на каверните по основите и бетониране на участъците на коритото под мостовете против подмиване.
- Каменният римски мост в центъра на Сатовча ще бъде изцяло ремонтиран, като се възстанови изцяло автентичния му вид.
- Монтиране на осветление по мостовете;
- Изработване на интерпретативни табели за информиране на посетителите;
- Изготвяне на материали за популяризиране на традициите за ползване и опазване на водите;
- Провеждане на съвместен семинар с македонските партньори за разработване на общ туристически продукт.

СТАРТИРА ЛОВНИЯ СЕЗОН ЗА ПЕРДАТ ДИВЕЧ

На 13 август тази година се откри ловният сезон на пъдпъдъци, гургулици, гривеци, горски бекаси и бекасини. По традиция първият ловен ден се очаква с много голям интерес от ловците. Дългата пауза между стария и новия ловен сезон създава настроение и приятно напрежение с очаквани ловни страсти, много емоции, адреналин и много хубави, споделени радостни тръпки.

Ловците и ловните дружинки от седмици се подготвят за този ден. Пушките са готови за точен отстрел и показване на ловни умения. Председателите на ловни дружинки своевременно направиха необходимия инструктаж. Напомниха за броя и вида пернат дивеч разрешен за ловуване: за пъдпъдък могат да се отстрелят не повече от 15 бройки, на гривек, гълъби, гургулици, гугутки не повече от 10 бройки, на горски бекас и обикновена бекасина – не повече от 10 бройки. Стрелбата по пернати е разрешена само през почивните дни. След това се открива ловът на едър дивеч, на местен дребен дивеч – на фазан, на яребица, на заек и т.н., и се открива ловът на едър дивеч – на дива свиня, сърна и т.н.

На тържественото откриване ловците, разбира се, се зарекоха да бъдат едни от най- добрите, с най-много отстрелян пернат дивеч.Всяка ловна дружинка си пожела да бъде първенец в лова. А и отсега се стягаха и за лова на диви прасета, който ще започне от 1 октомври. Отсега започнаха и с емоционалните си помисли за успешен улов на прасета.



Уважаеми жители на община Сатовча,

Уведомяваме Ви, че Общинска администрация – Сатовча продължава да записва желаещите да подменят личните си документи, срокът на валидност на които е изтекъл или изтича в края на 2011 година.

Записването се извършва в отдел „ГРАО” на общината.

Необходимо е всеки гражданин предварително да е заплатил необходимата държавна такса за издаване на лична карта или паспорт по банков път. Въз основа на списъка ще бъде изготвен график с дати, на които мобилен екип от Областна дирекция на МВР – Благоевград ще посети общината за снемане на биометрични данни, а гражданите своевременно уведомени.

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

22 Август 2011, Понеделник
Световна седмица на водата
Стокхолм, Швеция

Световна седмица на водата - продължава до 27 август. Провежда се от 1991 година. Организатор и домакин е Стокхолмският международен институт по водата.

Всяка година темата е различна и е насочена към конкретен проблем, свързан с водата. Темата за 2011 година е „Водата в урбанизирания свят".

Световната седмица на водата е най-голямата годишна среща в света за изграждане на партньорство и капацитет при осъществяването на международни мерки и процеси, свързани с водните ресурси, тяхното качество и опазване.

В момента един на всеки трима жители на планетата страда от недостиг на вода под една или друга форма, се казва в изследване, реализирано през последните 5 години от 700 специалисти от цял свят.

Проблемът с водите е свързан повече с управлението им, отколкото с тяхната наличност. Липсата на вода е причинена от човека при 98 на сто от случаите и само при 2 на сто се дължи на природни дадености (2006 г.).

23 Август 2011, Вторник
Ден за почитане паметта на жертвите на тоталитарни режими

Ден на памет за престъпленията на националносоциалистическите, комунистическите и други тоталитарни режими и за почитане паметта на жертвите на тези режими.

Обявен с Решение на 41-ото Народно събрание от 19 ноември 2009 г. в подкрепа на европейски актове за осъждане на престъпленията на комунистическите и националсоциалистическите режими.

24 Август 2011, Сряда



Годишнина от създаването на НАТО
Вашингтон, САЩ

Годишнина от влизането в сила на Северноатлантическия договор, подписан във Вашингтон на 4 април 1949 г. от 12 държави (Белгия, Великобритания, Дания, Исландия, Италия, Канада, Люксембург, Норвегия, Португалия, Франция, Холандия и САЩ), с който се създава НАТО - Организацията на северноатлантическия договор.

26 Август 2011, Петък



Имен ден празнува Адриан и Наталия

На 26 август имен ден празнуват всички, които носят името Адриан, Адриана, Наталия (Наталия идва от латински означава родна, рождена; Адриан идва от името на древен град в северна Италия, дал името на Адриатическо море). **Поздрави ги с картичка!**

На този ден православната църква почита паметта на Светите мъченици Адриан и Наталия. Те са живели по времето на император Максимиан, който останал в историята с жестоки гонения срещу християните. Легендата разказва, че войниците на Максимиан намерили в една пещера 23 човека, които твърдо отстоявали своята вярва, войниците ги вързали и отвели при Максимиан, който опитал всичко за да ги склони да се откажат - закани, мъчения и жестоки изтезания. На изтезанията станал свидетел Адриан, един на преторията, знатен и богат човек, близък с императора. Той бил езичник и много се впечатлил от необяснимото за него търпение на християните.

28 Август 2011, Неделя
Годишнина от смъртта на цар Борис III

На 28 август 1943 г. умира цар Борис III (католическо име: Борис Луи Роберт Пиер Станислав) - български цар от 1918 г. до 1943 г. Роден е на 30 януари 1894 г. Син е на цар Фердинанд I и на княгиня Мария-Луиза Бурбон-Пармска, брат е на Кирил Преславски. При раждането си е награден с ордена „Св. Александър" I степен, както и с I и IV степен на военния орден „За храброст". През 1896 г. се прекръства в източноправославната вяра - негов кръстник е руският император Николай II. Завършва гимназия в София през 1912 г. Посещава Санкт Петербург и Киев (1911 г.), където е награден с най-високия руски орден „Св. Андрей Първозваний" с брилянти.

През 1911-1912 г. пътува с научна цел във вътрешността на Мала Азия, по крайбрежието на Средиземно море и на Канарските острови. Пълнолетието



му е отпразнувано в София през 1912 г. с големи тържества в присъствието на престолонаследниците на Турция, Румъния, Сърбия, Гърция и Черна гора, както и на много видни чуждестранни гости. Взема участие в Балканската война със VII Рилска дивизия. През 1915 г. следва във Военната академия в София. През Първата световна война, като офицер за поръчки при щаба на Действащата армия, изпълнява поръчки на върховното командване от бойно и политическо естество. Възкачва се на престола на 3 октомври 1918 г. Встъпва в брак с принцеса Джована Савойска, от който се раждат: княгиня Мария-Луиза (13 януари 1933 г.) и Симеон, княз Търновски (16 юни 1937 г.).

Управлението на цар Борис III протича в най-сложните и тежки години от историята на Третото българско царство. Победена в Първата световна война и унижена от Ньойския договор (1919 г.), България е в състояние на политическа изолация. В страната се разгарят остри политически борби, които довеждат до военния преврат на 9 юни 1923 г. (преврат за сваляне на правителството на БЗНС начело с Ал. Стамболийски, извършен от Военния съюз и политическата групировка „Народен сговор" с подкрепата на двореца). С търпение, такт и политическа ловкост цар Борис III успява да постигне вътрешнополитическо спокойствие в страната, което създава условия за икономическа стабилност и укрепване на международния авторитет на България.

По време на Втората световна война присъединява България към Тристранния пакт (1 март 1941 г.), но не изпраща войски на Източния фронт. От началото на 1943 г. прави опити за преориентация към Великобритания и САЩ. Борис III е единственият владетел, който не експортира българските евреи в Германия, с което ги спасява от унищожаване. Носител е на френския орден на Почетния легион (3 пъти), на английския кралски викториански орден, на белгийския орден „Леополд", на немския домашен рицарски орден „Св. Хубертус", на „Червен орел" (Прусия), на руския орден „Св. Анна", на румънския „Карол III", отличия на Италия, Австрия, Полша и др. Умира при неизяснени обстоятелства. Погребан в Рилския манастир.

ФОТООБЕКТИВ

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

AIESEC предлага студентски стажове в чужбина

Краен срок: Целогодишно



Секцията на AIESEC в Пловдив организира 4 вида стажове:

- технически, свързан с уеб-дизайн, софтуер, мрежи, бази данни и инженерство;
- образователен, свързан с промоция, развитие на учебни планове, преподаване и консултиране в сектор образование;
- икономически, свързан с администрация, финанси, счетоводство, маркетинг, управление на проекти, човешки ресурси и международни отношения;
- социален, свързан предимно с неправителствени организации, който цели развитие на обществото или е със социална насоченост.

Стажовете са насочени към бивши и настоящи студенти до 30 години. Участниците трябва да владеят английски език на добро или много добро ниво.

Кандидатите трябва да изпратят имейл на адрес aiesec_plovdiv@hotmail.com, като посочат за какъв стаж кандидатстват и кога желаят за заминат.

Източник: www.dnevnik.bg/evropa

НОВО: Стипендиантска програма „Готови за успех" за ученици и студенти без родители, които учат в държавни училища и университети 2011-2012 г.
Краен срок: 9 октомври 2011 г.



„Готови за успех" е ежегодна инициатива на Фондация "Помощ за благотворителността в България", в партньорство с Фондация "Сирак" , която осигурява стипендии на ученици и студенти, израснали без родители. Основно изискване към кандидатите е отличният успех, и в този смисъл, «Готови за успех» е не само социална програма, но и предприемаческа, защото награждава тези, които учат добре и са решени чрез образование да променят живота си. Средствата за стипендии се набират ежегодно от дарители - за всяка учебна година. Стипендиите са десетмесечни и се отпускат ежегодно след конкурс.

За кого са предназначени стипендиите „Готови за успех": за всички ученици и студенти без родители, които учат в държавни училища и университети. Стипендиите се отпускат за период от 10 месеца. През 2010 г. наши стипендианти бяха 117 отлични студенти и ученици.

Стипендиите са на стойност 120 лв. месечно за студентите и 80 лв. месечно за учениците и се отпускат за период от 10 месеца.

Фондация "Помощ за благотворителността в България" (ФПББ)
София 1000, бул. Витоша 65, ет. 2, тел.: 02 988 00 80; 02 981 19 01; факс: 02 987 15 74

Национален конкурс „Нарисувай ми слънце"
Краен срок: 10 септември 2011 г.

Списание „Аз съм българче" кани деца от над 500 учебни заведения за екипно участие в тазгодишното четвърто издание на конкурса за детска рисунка. Целият клас или част от него ще рисува заедно. А с творбата всички художници ще се включат в категорията „Най-добър екип" на Четвъртия национален конкурс „Нарисувай ми слънце".

Изискванията към участниците са само две: да се работи върху основа с формат А4 и всеки предварително да се регистрира за участие по електронната поща на адрес: bulgarche@sdrujenie-bulgarche.info. В регистрация трябва да фигурират трите имена, възраст, адрес и телефон за връзка. А самите творби се изпращат по пощата на адрес: София 1164, п.к. 23.

Инициативата се развива в три категории. Адресирана е до момчетата и момичетата на възраст от 4 до 104 години, ако рисуват в екип. И до художниците на възраст от 6 до 16 години, когато участват в категориите „Най-усмихнато слънце" и „Най-нестандартна техника".

По искане на граждани Общинска администрация Сатовча, Ви уведомява, че може да се обръщате и да подавате сигнали към длъжностните лица на съответните ресори:

Длъжностнолице	Ресор	Служебентелефон
Зайра Ибишева зам. кмет	Социални дейности Екология Култура и здравеопазване Спорт	0879 12 17 35
Илхан Карагьозов зам. кмет	Общинска собственост Стопански дейности – механизация Земеделие и гори Зимна поддръжка на пътища	0879 12 17 36
Илия Маламишев секретар	Административно обслужване на населението Образование – детски градини, детски ясли, училища	0879 12 17 23
Петър Мутафчиев главен инженер	Устройство на територията Евроинтеграция Екология Туризъм	0879 12 17 26

Обмислят тримесечен гратисен срок за плащане на тока



Електроразпределителните дружества вече няма да спират подаването на ток веднага след като изтече срокът за плащане на сметката. Ако хората не са успели да се издължат навреме или пък са затруднени финансово, ще имат три месеца гратис.

Това е една от мерките, които предвиждат промените в Закона за енергетиката.

Измененията са свързани с новите изисквания на ЕС. Идеята е за битовите абонати да бъде създаден гратисен период от 2-3 месеца, в които те да не остават без ток, ако не са си платили.

Но за да не се получават злоупотреби, през това време ЕРП-тата ще имат пълното право да потърсят дължимата сума чрез всички позволени от закона методи, включително и чрез съда. Ако двете страни обаче не намерят решение на проблема, шалтерът на длъжника ще бъде дръпнат.

Обмислят тримесечен гратисен срок за плащане на тока



3 снимки - в началото, средата и края на техническата проверка, ще документират годишните прегледи на автомобилите.

Видеонаблюдението ще може да бъде осъществявано в реално време. То ще бъде осъществявано от звено в ИА „Автомобилна администрация“. Фокусът ще попада върху местата с констатирани до момента нарушения или тези, за които има подаден сигнал, че извършват нередности.

Ще бъде въведено и персонализиране на отговорността, за да се следи коя част от автомобила реално е била проверена. С тази част ще се занимава специално звено за мониторинг и превенция, а идеята е да се пресече практиката на нереалните прегледи. Очаква се практиката да бъде въведена до края на годината.

Гласуване върху изборните бюлетини



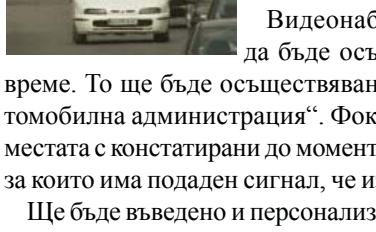
На изборите за президент, кметове и общински съветници в изборната бюлетина ще се гласува единствено със знака Х. Решението е взето от Централната избирателна комисия. Същото правило е записано и в изборния кодекс, но се одобрява и от комисията, която отговаря за провеждането на вота.

Освен знака Х избирателите ще могат да отбелязват предпочитанията си в бюлетината единствено със син химикал.

„Знакът Х се изписва с две наклонени линии, които се пресичат в една точка и краищата им не са свързани”, уточняват от ЦИК.

Предлагат временни книжки за младите шофьори

85 процента от пътно-транспортните произшествия са в резултат на човешка грешка. Едно от предложенията за подобряване на безопасността по пътищата е издаването на временни шофьорски книжки на младите водачи за период от три години.



Идеята е младите шофьори да имат 3-годишен изпитателен срок, през който ако допуснат произшествие или изгубят точки от контролния си талон, да преминат курса на обучение отново. Ако пък шофират разумно през този период, ще получат стандартни свидетелства за управление на автомобил.

Сред останалите предложения на автомобилния бранш за повишаване сигурността по пътищата са по-качествени курсове за обучение на професионалните автобусни шофьори и следене на здравословното им състояние и технически контрол на превозните средства.

До края на годината регламентират Агенциите за временна работа

Агенциите за временна работа да плащат на работника за периода, в който не могат да му осигурят работа – затова настояват синдикатите във връзка с подготовката на промени в трудовото законодателство, с които ще се регламентира дейността на агенциите за временна работа. Промените ще бъдат приети до края на годината. С въвеждането на този регламент ще намалее дялът на сивия сектор в икономиката.



Основна цел на промените е да уредят отношенията между работник, агенцията за временна работа, която му намира работно място, и работодателят-ползвател, който осигурява работното място. Синдикатите настояват за ясно формулиране на отговорностите на двамата работодатели и определяне на работодателя, при който работникът ще може да използва правото си на отпуск и болничен. От КНСБ предлагат и някои ограничения, като например, ако работникът е имал до 3 договора с различни агенции, четвъртият договор да е за постоянна работа.

Работодателите подкрепиха регламентирането на тази дейност с въвеждане на регистрационен режим и контрол от страна на държавата. Агенциите за временна работа ще спомогнат за намаляване на безработицата и заемане на свободните работни места. Всеки месец у нас остават между 1000 и 3000 свободни места заради липсата на кандидати за работа.

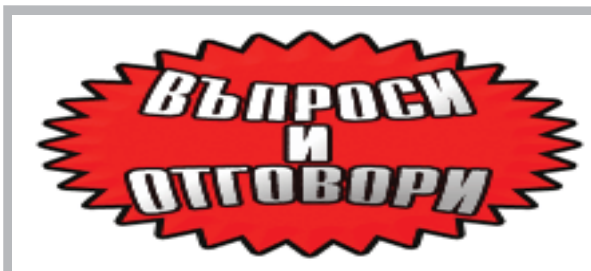
Правят регистър на хората с увреждания



Национален регистър на хората с увреждания ще бъде създаден до октомври следващата година. Той ще представлява система от данни за здравния, трудовия и социално-икономическия статус на хората с увреждания, а самите данни ще идват от различни институции като Националната експертна лекарска комисия, НОИ и образователното министерство.

Бъдещият национален регистър ще покаже в кои региони какви хора с увреждания живеят и с какво могат да се занимават.

Предвиждат се промени в трудовото законодателство, които ще отнемат част от защитата на хората с увреждания при кандидатстване за работа и ще дадат предимство на професионалните им качества пред социалните стимули за работодатели, наели човек с увреждане.



Въпрос: Какви права имам, при положение че съм бременна 2-ри месец и съобщих това на работодателя ми, а той ми каза че можел да ме държи само още 2 месеца, защото няма да мога да си върша работата пълноценно.

Отговор: Съгласно чл. 333, ал. 5 от КТ бременна работничка или служителка, както и работничка и служителка в напреднал етап на лечение ин-витро, може да бъде уволнена с предизвестие само на основание чл. 328, ал. 1, т. 1, 7, 8 и 12, както и без предизвестие на основание чл. 330, ал. 1 и ал. 2, т. 6.

Тази закрила при уволнение включва забрана за уволнение на бременната работничка или служителка с предизвестие, освен в следните случаи, извършени в КТ: закриване на дейността на предприятието; отказ на бременната работничка или служителка да последва предприятието или поделението, в което работи, когато то се премества в друго населено място или местност; когато бременната заема длъжност, на която е възстановен незаконно уволнен работник или служител, заемал преди това същата длъжност; при обективна невъзможност за изпълнение на трудовия договор. Закрилата включва и забрана за уволнение на бременната работничка или служителка без предизвестие, освен в следните случаи, също извършени в КТ: когато бременната бъде задържана за изпълнение на присъда или бъде дисциплинарно уволнена. При дисциплинарното уволнение е необходимо предварително разрешение от инспекцията по труда. Ако работодателят възнамерява да прекрати трудовия Ви договор, той следва да спази закрилата при уволнение по чл. 333, ал. 5 КТ. Контрол за спазване на трудовото законодателство се осъществява от Главна инспекция по труда, която имате право да сигнализирате при нарушение от страна на работодателя.

Въпрос: Длъжен ли е работодателят при налагане на дисциплинарни наказания да ги степенува забележка, предупреждение и дисциплинарно уволнение или може да пристъпи направо към дисциплинарно уволнение в зависимост от тежестта на провинението?

Отговор: Съгласно чл. 188 от КТ, дисциплинарните наказания са забележка, предупреждение за уволнение и уволнение.

При определяне на дисциплинарното наказание работодателят следва да вземе предвид тежестта на нарушението, обстоятелствата, при които е извършено, както и поведението на работника или служителя /чл. 189 от КТ/. Работодателят, с оглед нарушението, преценява какво наказание ще наложи на работника или служителя. Преди налагане на дисциплинарното наказание работодателят е длъжен да изслуша работника или служителя или да приеме писмените му обяснения и да събере и оцени посочените доказателства /чл. 193, ал. 1 от КТ/. Както е видно, при налагане на дисциплинарно наказание значение има тежестта на извършеното нарушение, обстоятелствата, при които е извършено, както и поведението на работника или служителя.

ДАНЪЧНО - ОСИГУРИТЕЛЕН КАЛЕНДАР - АВГУСТ 2011

ЮЛИ 2011 г.

До 31-ви август:

ЗКПО

1. Внасяне на данъците при източника по ЗКПО.

2. Внасяне на данъка върху дейността от опериране на кораби за месец юли.

ЗДДФЛ

Внасяне от платеца на дохода на окончателните данъци за начислени/изплатени доходи по глава шеста от ЗДДФЛ.

Внасяне от работодателя на авансовия данък, определен по реда на чл. 42, ал. 6 от ЗДДФЛ върху брутния размер на сумата от частичните плащания по трудови правоотношения, ако през юли са направени само частични плащания.

ЗДЗП

1. Внасяне от застрахователите или данъчните представители на данъка върху застрахователните премии, дължим за предходния месец.

Кодекс за социално осигуряване

31 август

Внасяне от осигурителя на осигурителните вноски за държавното обществено осигуряване и допълнително задължително пенсионно осигуряване върху начислени, но неизплатени възнаграждения или върху неначислени възнаграждения, отнасящи се за труд, положен през месец Юли 2011 г.

Закон за здравното осигуряване

31 август

Внасяне от осигуряващия на осигурителните вноски за здравно осигуряване върху начислени, но неизплатени възнаграждения или върху неначислени възнаграждения, отнасящи се за труд, положен през месец Юли 2011 г.

Внасяне на здравноосигурителните вноски за лицата в неплатен отпуск през месец Юли 2011 г., които не са подлежали на осигуряване на друго основание.

Наредба № Н – 8 от 29 Декември 2005 г.

31 август

Подаване на Декларация образец № 6 от работодателите, осигурителите и техните клонове и поделения за дължимите през месец Август 2011 г. задължителни осигурителни вноски.

Подаване на Декларация образец № 7 от лицата, за които през месец Юли 2011 г. е възникнало задължението за осигуряване на основание 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).

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

КАКВО ЛЕКУВА МОРСКАТА ВОДА



Морската вода лекува и съдържа в себе си всичко, което е необходимо на кожата, на вътрешните органи и на нервната система.

Къпането

Къпането в морето е безценен тренажор за сърдечносъдовата система. Когато влезете в морето, в организма ви протича естествена реакция на охлаждане и кръвоносните съдове се стесняват.

Боси по брега

Изключително полезни и приятни са разходките по морския бряг. Потопете краката си до глезените и оставете водата и пясъкът да масажират нежно ходилата ви. Тази процедура подобрява работата на всички вътрешни органи.

Хидромасаж

Възползвайте се от хидромасажа, който ви осигуряват морските вълни. Излишните килограми ще изчезнат, мускулите ще се стегнат, кожата ви ще се изпъне, а ставите ви ще се подмладят.

Изгорете калории с горещия пясък

По 1-2 пъти на ден можете да се заровите в горещия пясък, като главата и гърдите трябва да са над пясъка. Полежете спокойно около 15 минути. През това време пясъчното покритие ще отдава лечебни йони, разгряващи подкожната съединителна тъкан.

ЗЕХТИНЪТ - ДРЕВНО КОЗМЕТИЧНО СРЕДСТО



Всяка маслина съдържа стотици полезни микроелементи, витамини и минерали. Доказано е, че тези компоненти забавят стареенето на организма, оказват благоприятно въздействие на работата на сърцето и съдовете, способстват за намаляване на нивото на холестерол и за бързото усвояване на солите и мазнините

Зехтинът е отличен природен филтър, тъй като неутрализира негативното действие на ултравиолетовите лъчи, предпазва клетките от увреждане, изглажда бръчките и забавя тяхната поява. Той е особено полезен за сухата и чувствителната кожа.

КОВАРНИТЕ НАПИТКИ

Безалкохолни питиета

Четете ли етикетите на безалкохолните, които купувате? Зад неразбираемите „Е” с някакви числа се обозначават различните добавки към храните и напитките: оцветители, стабилизатори, консерванти, емулгатори, антиоксиданти, подобрители и ароматизатори. Голяма част от тези добавки са изключително опасни и са забранени със закон в редица страни. Вредата от газирани напитки се дължи основно на тези добавки.



Символът Е с различните номера означава стандартите на Европейския съюз.

От Е 100 до Е 181 е групата на оцветителите - Използват се в сладки газирани напитки, лимонади, бонбони, близалки, сладолед.

От Е 620 до Е 640 са овкусители, ароматизатори и подобрители.

От Е 900 до Е 999 са пенорегулатори и се използват в газираните напитки.

От 81 оцветители, 20 са забранени. Абсолютно забранени са два от тях: Е 121 – цитрусов червен оцветител, и Е 123 – оцветител амарант, който се използва в миксове за кекс, плодови пълнежи и желета и предизвиква астма, екзема, хиперактивност и е вреден при бременност.

Е 102 (тартазин) предизвиква астматични пристъпи и уртикария при децата. Той се използва в безалкохолни напитки, сладкиши, снаксове, тестени храни, консервирана риба, готови супи.

Е 133 се използва в млечните продукти, сладка и напитки и е забранен в 7 европейски държави.

Често срещаният в натуралните сокове червен оцветител Е 122 предизвиква алергии и астматични пристъпи.

Е 951 (аспартам) е изкуствен подсладител, известен като нутрасуит. В Европейския съюз и България аспартамът е разрешен за употреба. Изключително широко се използва в газираните напитки и разтворимите прахчета. В част от продуктите дори не е отбелязан на етикетите: дъвки без захар, какаови смеси, напитки с кофеин, разтворими чай и кафе, сокове, мултивитамини. Редовната употреба води до пристрастяване. Много хора съобщават за тежък абстинентен синдром, когато се опитат да изхвърлят аспартама от храната си. Някои твърдят, че предизвиква дори по-силна зависимост от алкохола.



Ракия

Алкохолът е отровен за бебета и малки деца!

Не разтривайте при настинка бебето с ракия, защото алкохолът се резорбира през нежната детска кожа и може да доведе до „безпричинно” отравяне!

Редовният прием на алкохол унищожава мозъчни клетки и води до нервнопсихични отклонения и деградиране на личността.

Към алкохола се развива пристрастяване, което е причина за заболяването Хроничен алкохолизъм (Етилизмус хроникус).

Ако се пие всеки ден над 150 грама чист алкохол, в около 80% от случаите се развива цироза. Алкохолната цироза се предшества от стеатоза (мастна дегенерация) на черния дроб, която е лесно установима ехографски. Ако на този етап се прекъсне приема на алкохол за един месец, обикновено черният дроб се възстановява напълно.

Гликогенът (въглехидрат) предпазва черния дроб от увреждане, затова преди или след прием на концентриран алкохол, си хапнете нещо сладко.

Гледайте обаче това да не ви стане навик, защото диабетът дебне, скрит в кутията на тортата.

Ако сте любители на домашната ракия, задължително правете преварка. При повторната дестилация, количеството на метанола намалява драстично. След ракия изваряването оставете ракията в открит съд поне за 20 дни. Метиловият алкохол е силно летлив и ще се изпари почти напълно. Не съхранявайте ракия в пластмасови съдове, защото някои отровни съставки на пластмасата са разтворими в алкохол.

Забранява се изцяло приемането на алкохол под каквато и да е форма!

За възстановяване нормалната структура на черния дроб са необходими поне два месеца на пълно въздържание!

Редовната употреба на малко количество чист алкохол предпазва от развитие на атеросклероза и инфаркт на миокарда! Малко означава 50-60 мл, а не половин бутилка дневно! Чист означава марков, а не евтино менте от кварталната кръчма. Не само рискувате да се отровите от евтиния алкохол, а може и да ослепеете от високото съдържание на метанол в него.

ХРАНИ, КОИТО ПРЕДИЗВИКВАТ ГЛАВОБОЛИЕ

Храни, които предизвикват главоболие



Някои експерти по храненето са на мнение, че цитрусовите плодове и други хранителни продукти могат да предизвикват силно главоболие. Това се дължи на липсата на специален ферментв организма на някои хора.

Този ферменте необходим за неутрализация на аминитев продуктите. Някои продукти съдържат голямо количество амини, които при липса на необходимите ферменти предизвикват главоболие и дори мигрена.

Няма нищо лошо в това да хапнете няколко портокала, дори е полезно. Но ако сте от тези няколко милиона хора на планетата, които постоянно страдат от главоболие, трябва да знаете кои продукти предизвикват поредния пристъп на болка.

Според новите изследвания липсата на желание за определена храна е свидетелство за приближаващ се пристъп на мигрена. Този тип главоболие е непредсказуемо, тъй като храненето с определени продукти не всеки път предизвиква болка.

Сред продуктите, които могат да предизвикат главоболие, са сирената, които съдържат тирамин – това е природно вещество, което се натрупва в процеса на дългото съхраняване на продуктите.

В големи количества тираминът може да предизвика хипертония. Високо ниво на тирамин има в такива сирена като чедър, фета, моцарела, пармезан и сиренатас плесен.

Солените и консервирани продукти също съдържат много тирамин. Наблюдавайте реакцията на организма си след консумация на кисели краставички, маслини и сухи супи.

Алкохолът също може да предизвика силно главоболие, тъй като твърде дълго време се преработва в организма. Обърнете специално внимание на това дали имате пристъп на главоболие или мигрена след употреба на червено вино, бира, уиски и шампанско.

Сред продуктите, които също могат да провокират силен пристъп на главоболие, са фъстъци, фъстъчено масло, чипс, пица, киви, сливи, хляб и сухари.

ПРОСТИ ПРАВИЛА ЗА ЗДРАВЕТО

Спазването на няколко прости правила може да намали вероятността от инфаркт с близо 90%.



1. Избирайте и консумирайте храни, които са минали през минимална термична обработка. Наблягайте на плодовете, зеленчуците и рибата.

2. Внимавайте с алкохола и ограничете консумацията на концентратите. По-добре чаша вино, отколкото водка или ракия.

3. Пазете талията си от затлъстяване. Ако талията ви е по-широка от бедрата, спешно се подложете на диета. Смята се, че затлъстяването в областта на корема е най-опасно за здравето.

4. Движете се. Ежедневно се разхождайте, спортувайте и се радвайте на живота. Поне веднъж в седмицата правете гимнастика.

5. Спрете цигарите завинаги, ако още не сте сторили това. Тютюнопушенето е по-голям враг за сърцето от алкохола.

Към всичко това учените препоръчват и да обичате себе си, което от своя страна ще ви гарантира и добро здраве. Когато полагате усилия за собственото си здраве, много по-лесно ще се освободите от лошите навици.

Помело

/Билка, плод/

Помело е най-богатият източник на витамин С, от което произхождат редица ползи на човешкия организъм. Освен това плодът помело съдържа и значително количество витамин А, етерични масла, антиоксиданти, както и микроелементи. Богатото съдържание на етерични масла и антиоксиданти и витамин С превръща помелото в полезен помощник в борбата с вирусните заболявания. Помело съдържа липолитичен ферментт, който подпомага разграждането и усвояването на белтъчините, което пък от своя страна е причина това да е една перфектна храна за спортистите. Много са доказаните антибактериалните свойства на помелото. Сокът от помело може да се прилага при лечение на хипертония, тъй като понижава високо кръвно налягане. Плодът действа профилактично срещу ракови заболявания. Помелото е и удачен вариант при диети за отслабване.



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

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

МАЛКА обява (до 76 символа)	РЕКЛАМА (в каре)	ОБЯВА (в каре)
2.00 лвева	1.00 лв./см²	0.50 лв./см²

Вицът на броя

Отива Генко в цветарския магазин:

- Ще ви помоля за един много хубав букет за жена ми. Максимално хубав, ще платя каквото трябва.

Цветарката:

- Вероятно имате годишнина с жената?

- Не, седмица.

- Иха! И правите такъв подарък!

- Да, седмица...откак не съм се вясвал вкъщи.

РЕДАКТОРСКА КОЛЕГИЯ:
Мария Самарджиева, Красимир Странджев и Невена Кислева