



E-mail:tashsel@mail.ru

БУДНИ СЕЛА

* 15 октября 2020 года в администрации Таштыпского сельсовета состоялось совещание с предпринимателями, занимающиеся пассажирскими перевозками, т.е. нашими таксистами.

На совещание прибыли В.А. Кулумаев (такси «Таштып») и С.А. Субраков (такси «2-11-11»), не было владельца такси «Бумер» Токчинаковой З.И.

На совещании присутствовали депутаты Таштыпского сельсовета Андреева А.В. и Ишутченко Т.И. Решались вопросы обслуживания таштыпцев на территории сельсовета.

* 21 октября 2020 года в Таштыпский сельсовет были приглашена инициативная группа от предпринимателей райцентра.

Накопившиеся вопросы требуют немедленного решения. Прежде всего – это уплата налогов. На совещание приглашены представители отдела экономики районной администрации и сельсовета.

* 23 октября 2020 г. состоялась вторая сессия Совета депутатов Таштыпского сельсовета четвертого созыва.

Рассмотрены вопросы и приняты решения по Правилам землепользования и застройки, проект межевания территории жилого района в части образования земельных участков.

Также заслушан отчет об исполнении бюджета Таштыпского сельсовета за 9 месяцев текущего года, о внесении изменений и дополнений в Устав муниципального образования Таштыпский сельсовет.

* Публичные слушания по обсуждению Проекта решения Совета депутатов «О внесении изменений и дополнений в Устав муниципального образования Таштыпский сельсовет» состоятся 03 ноября 2020 года в 14.00 часов в кабинете №103 администрации Таштыпского сельсовета по адресу: с. Таштып, ул. Луначарского, 17.



С ДНЕМ РАБОТНИКА АВТОМОБИЛЬНОГО ТРАНСПОРТА!

*Всё больше с каждым днём автомобилей –
Буквально всю страну заполонили.
Как тяжело работать за рулём
В туман и слякоть, ночью, да и днём!
Водители автобусов, такси,
Вам службу нелегко теперь нести.
Поздравить с вашим праздником хотим
И пожелать счастливого пути.
А тех, кто вам в работе помогает –
Машины чинит, в рейсы выпускает –
Мы тоже в этот праздник поздравляем,
Работать им на совесть пожелаем.*

Уважаемые работники автомобильного транспорта, ветераны отрасли! Примите самые теплые и искренние поздравления с вашим профессиональным праздником!

Автотранспорт является важнейшим звеном экономики. Он обеспечивает деятельность любого развитого общества. Сегодня перед вами стоит ряд важных задач: дальнейшее совершенствование автомобильных перевозок, обеспечение их безопасности, повышение качества оказываемых транспортных услуг.

Благодарим всех представителей этой отрасли за преданность своему делу, высокий профессионализм, ответственное отношение к труду. Особая благодарность ветеранам за годы плодотворного труда, огромный вклад в развитие транспортной системы нашего села и района.

Желаем вам безаварийного движения по дорогам, крепкого здоровья, прекрасного настроения и удачи в пути и всего самого доброго. С праздником!

**Р.Х. Салимов, глава
и Совет депутатов Таштыпского сельсовета**



ПОГОДА с 23 по 29 октября

	23.10	24.10	25.10	26.10	27.10	28.10	29.10
Темпе- ратура	День	+7	+3	+2	+9	+6	+8
	Ночь	+3	-1	-4	-7	0	-1
Осадки	Сплошн. облачн., мелк. дождь		Облачно с про- яснени- ями	Не- большая облач- ность	Облачно с про- яснени- ями	Сплошн. облач- ность	Сплошн. облач- ность, снег
	Давление, мм.рт.ст.	725	728	734	725	724	719
Скорость ветра, м/с	2,7	4,3	2,1	3,8	1	2,2	

ПО ДАННЫМ САЙТА SINOPTIK.COM.RU

24 октября - замечательный праздник – Международный день школьных библиотек

Библиотека открывает школьнику безграничный мир книги, дает возможность познакомиться с выдающимися произведениями художественной литературы, прививает любовь к чтению.

В профессиональный праздник мы желаем всем работникам школьных библиотек удачи в делах, хорошего настроения и благодарных читателей.

Пусть каждый ученик найдёт для себя в храме книг что-то новое, интересное и необыкновенное. Пусть школьная библиотека станет настоящим помощником в учёбе для каждого, замечательным другом и советчиком.

Библиотекарь – это больше, чем профессия! Это достойное звание человека, который скромно доносит до подрастающего поколения знания, запечатанные в книгах.

Поздравляем от всего сердца благовоспитанных, вежливых школьных библиотекарей, которые выполняют свой незаметный, на первый взгляд, труд с большим трепетом и старанием.

Всего вам самого доброго и наилучшего! С праздником!

Р.Х. Салимов, глава

и Совет депутатов Таштыпского сельсовета



**С Международным днем
школьных библиотек!**



УВАЖАЕМЫЕ ОДНОСЕЛЬЧАНЕ, НА ИСХОДЕ ОСЕНЬ!

Администрация Таштыпского сельсовета уже неоднократно проводила рейды, обращалась и предупреждала о том, чтобы ваши приусадебные территории находились в порядке, чтобы были убраны строительные материалы или выписано на их складирование разрешение, чтобы была выкошена трава и крапива, чтобы были отремонтированы упавшие и поломанные заборы, убраны навалы «лапши» и кучи дров.

У многих жителей все осталось по-прежнему: из-за немыслимо долгого хранения за воротами дома «залежей» дров и прочего, все уйдет под снег. Хотя еще есть немного времени, чтобы все прибрать и заскладировать.

Обращаем ваше внимание на то, что администрация сельсовета больше не намерена предупреждать нерадивых жителей о таких нарушениях правил благоустройства, а сразу же будет оформлять протокол на административную комиссию. Если у вас много денег, но мало совести, будете платить штрафы до тех пор, пока не наведете должный порядок у себя на участке.

Комиссия по благоустройству Таштыпского сельсовета

СОХРАНИ ЖИЗНЬ РЕБЁНКУ! УСТАНОВИ В ДОМЕ ПОЖАРНЫЙ ИЗВЕЩАТЕЛЬ!

ВРЕМЯ ДОСТАВКИ ТРЕВОЖНЫХ СООБЩЕНИЙ 20-40 СЕКУНД

ВОЗМОЖНОСТЬ ИНФОРМИРОВАНИЯ НА 5 ТЕЛЕФОННЫХ НОМЕРОВ

ВРЕМЯ РЕАГИРОВАНИЯ НЕ БОЛЕЕ 10 МИНУТ В НАСЕЛЕННОМ ПУНКТЕ

РАЗБУДИТ СПЯЩЕГО ЧЕЛОВЕКА!

ВОЗМОЖНОСТИ ИНФОРМИРОВАНИЯ

- ✓ ВОЗМОЖНОСТЬ ИНФОРМИРОВАНИЯ О ПОЖАРЕ СМС-СООБЩЕНИЯМИ
- ✓ ВОЗМОЖНОСТЬ ИНФОРМИРОВАНИЯ О ПОЖАРЕ ЗВОНКОМ СОСЕДЯМ
- ✓ ВОЗМОЖНОСТЬ ИНФОРМИРОВАНИЯ О ПОЖАРЕ ЗВОНКОМ СОЦИАЛЬНОМУ РАБОТНИКУ
- ✓ ВОЗМОЖНОСТЬ ИНФОРМИРОВАНИЯ О ПОЖАРЕ ЗВУКОВОЙ СИРЕНОЙ

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!

ПРИВАТИЕ ПОЖАРНЫХ ПОСТРАДАВАНИЙ НА РАННЕЙ СТАДИИ РЕАКТИВНОГО ПОЖАРА ДО НАСТУПЛЕНИЯ НЕИЗБЕЖНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ

СВЕДЕНИЕ К МИНИМУМУ ВЕРОЯТНОСТИ ГИБЕЛИ И ТРАВМАТИЗМА НА ПОЖАРАХ, ЗНАЧИТЕЛЬНОЕ СНИЖЕНИЕ МАТЕРИАЛЬНОГО УЩЕРБА

ЗАГОРЕЛСЯ ЭЛЕКТРОПРИБОР

1. Обесточьте электроприбор, выдернув шнур из розетки. Не хватайтесь за шнур тальми руками, возьмите сухое полотенце или сухой полиэтиленовый пакет.
2. Детей и престарелых выведите из квартиры.
3. Вызовите пожарную охрану.
4. Если после обесточивания горение прибора не прекратилось, накройте его плотной мокрой несинтетической тканью (одеялом).
5. Обесточенный горящий телевизор можно залить водой, но при этом надо находиться сзади или сбоку от телевизора во избежание травм при возможном взрыве кинескопа.

ВСПЫХНУЛА ОДЕЖДА

1. Сбросьте с себя горящую одежду или помогите сделать это тому, на ком загорелась одежда.
2. Если сбросить одежду не удастся, набросьте на горящего человека плотную (не синтетическую!) ткань, пальто, одеяло и т.д., оставив голову открытой, чтобы человек не задохнулся от продуктов горения. Залейте пламя водой, засыпьте землей.
3. Находясь на улице, падайте на землю и катайтесь по земле, в песке, в снегу – это поможет сбить пламя.
4. Не бегите – это способствует усилению горения.
5. Окажите первую помощь пострадавшему:
 - при легких и средних ожогах (не вскрывая ожоговых пузырей) приложите лед или холодный компресс, наложите стерильную повязку;
 - при множественных и тяжелых ожогах заверните пострадавшего в чистую простыню.

- при болях дайте 1-2 таблетки анальгина или другого болеутоляющего средства, при шоке - дайте пострадавшему успокоительное средство (настойка валерианы, корвалол, валокордин), напоите теплым чаем и обеспечьте покой до прибытия врача.
- 6. Примите все возможные меры для немедленной доставки пострадавшего в лечебное учреждение. **НЕЛЬЗЯ СМАЗЫВАТЬ ПОРАЖЕННЫЕ УЧАСТКИ КОЖИ ВАЗЕЛИНОМ И ДРУГИМИ ЖИРАМИ**

ЗАГОРЕЛСЯ АВТОМОБИЛЬ

1. Сообщите о происшествии в пожарную охрану по телефону 101.
2. Уведите с места возгорания детей и стариков.
3. Тушите пожар подручными средствами до прибытия пожарной охраны. Постарайтесь сбить пламя с помощью огнетушителя, плотной тканью, землей, песками, снегом.
4. Капот открывайте осторожно, находясь сбоку, т.к. возможен выброс пламени.
5. Не приступайте к тушению пожара, если вы в одежде, пропитанной парами топлива или масла - это опасно.
6. Ни в коем случае не садитесь в горящий автомобиль, и не пытайтесь его завести.
7. Если потушить машину не удастся, безопаснее будет отойти подальше, т.к. может произойти взрыв топливного бака (газового баллона).
8. Постарайтесь не дать огню распространиться на другие автомобили и квартиры, привлекайте для тушения пожара подручными средствами прохожих и жителей ближайших домов

ОБЪЯСНИМ, ЧТО ТАКОЕ МЕЖЕВАНИЕ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА И ДЛЯ ЧЕГО ОНО НУЖНО

Межевание земельного участка – это работы по определению, восстановлению, закреплению границ участка, его площади и прочих данных плюс дальнейшее юридическое оформление полученных показателей (если необходимо).

Межеванием границ занимается геодезическая компания, которая имеет лицензию на проведение инженерно-геодезических работ.

Говоря кратко и простыми, **межевание границ земельного участка проводится по следующей схеме:** сотрудники геодезической компании приезжают на участок и с помощью специального прибора, который соединяется с Росреестром, определяют границы участка;

Далее для того, чтобы наглядно видеть границы участка, вставляются колышки и их соединяют между собой, например, веревкой;

После сотрудники геодезической компании составляют акт межевания границ земельного участка. Данный акт на месте необходимо подписать собственникам участка, соседям (если участок граничит с соседними участками) и инженером, который проводил работы;

После составляется межевой план, который в назначенный день необходимо забрать в офисе геодезической компании.

Вышеописанная схема самая короткая, т.к. в ней описано определение границ участка. Если же забор стоит не на границе, которая указана в Росреестре, то либо переставить забор, либо оформить изменения. Советуем прочитать инструкцию проведения межевания, где более подробно описан сам процесс и дальнейшее оформление новых границ участка.

Случаи, при которых нужно обязательно провести межевание:

При перераспределении земель (то есть создание участка путем нового распределения границ этого участка), а именно:

- при разделении земельного участка (то есть образование на существующем участке двух и более других);
- при объединении земельных участков (то есть создание одного нового участка путем объединения двух и более разных участков);



При уточнении границ участка (то есть точное определение границ владений участка и их закрепление).

При оформлении участка в собственность также нужно провести межевание.

Чтобы иметь полные права на землю, надо знать, как оформить земельный участок в собственность. По окончании оформления Вы получите свидетельство на собственность.

УПЛАТИТЬ ИМУЩЕСТВЕННЫЕ НАЛОГИ ЖЕЛАТЕЛЬНО ДО 15 НОЯБРЯ 2020 Г.

**ВНИМАНИЮ
НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКОВ!**



УФНС России по Республике Хакасия сообщает, что в целях совершенствования структуры Федеральной налоговой службы, предусмотренной пунктом 2.2 Стратегической карты развития ФНС России на 2020 - 2024 гг., налоговые органы по Респ-

спублике Хакасия с 23 ноября 2020 года переходят на двухуровневую систему управления.

Данная система управления подразумевает, что на территории республики налоговым администрированием будет заниматься только Управление Федеральной налоговой службы по Республике Хакасия, а подведомственные межрайонные инспекции ФНС России по Республике Хакасия прекратят свою деятельность путем присоединения.

Модернизация налоговых органов направлена, прежде всего, на повышение качества налогового администрирова-

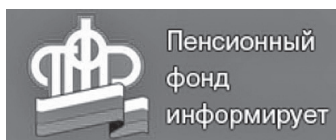
ния и финансовой эффективности структур.

Налоговая служба с 15 сентября начала рассылку сводных налоговых уведомлений на уплату земельного налога, налога на имущество физических лиц, транспортного налога.

Для тех налогоплательщиков, у которых открыт «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц», налоговые уведомления уже выгружены и появилась возможность оплатить имущественные налоги он-лайн.

Реорганизация налоговых органов попадает на период наступления срока уплаты имущественных налогов. На сегодняшний день в налоговых уведомлениях получателем платежа указаны Межрайонные инспекции по Республике Хакасия. **Однако с 23.11.2020 года, в связи реорганизацией, реквизиты получателя платежа для оплаты налогов изменятся.**

В связи с этим УФНС России по Республике Хакасия просит произвести оплату имущественных налогов **до 15.11.2020 года.**



ПЕНСИОННЫЙ ЛИКБЕЗ

ВОПРОС

Слышал, что с 1 июля были проиндексированы страховые пенсии граждан, которые являются опекунами несовершеннолетних детей. Я пенсионер, у меня оформлено опекунство над несовершеннолетним, но почему-то пенсию мне не увеличили. Объясните, почему?

Пухалин П., пос. Вершина Тёв

ОТВЕТ

В июле были проиндексированы страховые пенсии граждан, которые являются опекунами или попечителями, исполняющими свои обязанности возмездно (за оплату) по договору об осуществлении опеки или попечительства. Ранее такие опекуны считались работающими, а выплата пенсии с учётом индексации производилась только после прекращения трудовой деятельности. После вступления в силу поправки в федеральное пенсионное законодательство, лица из указанной категории получили право на ежегодную индексацию.

Получатели страховых пенсий по старости, которые имеют договоры о безвозмездной опеке, считаются неработающими. В связи с этим их размер пенсии ежегодно индексируется 1 января. Если вы не получили увеличение размера пенсии в июле, значит вы имеете договор о безвозмездной опеке и ваша пенсия была уже проиндексирована в январе 2020 года.

ВОПРОС

Подскажите, засчитывается ли в трудовой стаж учёба в училище, техникуме или в ВУЗе тем, кто учился в середине 90-х годов, если образование законченное и есть диплом?

Сергей, Усть-Абаканский район

ОТВЕТ

В общий трудовой стаж засчитываются периоды учёбы в вузах и ссузах при условии, что обучение проходило до 1 января 2002 года. Дело в том, что «старое» законодательство вместо страхового стажа (т.е. периоды работы, за которые уплачиваются страховые взносы на обязательное пенсионное страхование) учитывало общий трудовой стаж, в который включались не только периоды работы, но и другие, например, учёба или служба в армии.

Поскольку ваши пенсионные права были сформированы до вступления в силу нового законодательства, то период учёбы в середине 90-х годов будет засчитан органами ПФР в общий трудовой стаж для определения права на пенсию.

ВОПРОС

В августе этого года родился первый ребёнок. Сертификат на материнский капитал ещё не оформляли. Говорят, что его теперь в Пенсионном фонде на руки не выдают, а направляют в электронной форме. Подскажите, как получить документ.

Вероника, Богградский район

ОТВЕТ

С 15 апреля текущего года сертификаты на материнский капитал Пенсионный фонд оформляет в беззаявительном порядке на основании данных, поступающих из органов ЗАГС. Владельцу документ направляется в электронном виде в личный кабинет гражданина на сайте ПФР или портале Госуслуг, его можно открыть, скачать и распечатать.

В личном кабинете на сайте Пенсионного фонда в разделе «Электронные услуги и сервисы» необходимо выбрать в правом верхнем углу опцию «Вход», зайти, используя персональные данные, и в разделе «История обращений» выбрать строку «О выдаче сертификата на материнский капитал». На портале Госуслуг сертификат находится в разделе «Уведомления».

Напомним, что доступ к сервисам на сайте Пенсионного фонда и портале Госуслуг открывается гражданам, зарегистрировавшимся на портале Госуслуг и получившим логин и пароль.

ВОПРОС

Объясните, пожалуйста, как определяется доход семьи для назначения ежемесячной денежной выплаты из средств материнского капитала. Например, если подам заявление в конце декабря, то за какой период нужно предоставить сведения? Думала, что с прошлогоднего декабря по нынешний, но говорят, что это вроде бы не так. А тогда как же?

Е. Людмила, Усть-Абаканский район

ОТВЕТ

Доход семьи при назначении ежемесячной денежной выплаты из средств материнского капитала учитывается за 12 месяцев. Однако в расчёт берётся период времени за полгода до даты подачи заявления.

Если заявление оформляется, например, в декабре, то нужно вернуться на 6 месяцев назад – это июнь – и взять 12 месяцев, предшествовавших июню, то есть за период с 1 июня 2019 года по 31 мая 2020 года.

Изменения в правилах подсчёта вступили в силу в апреле текущего года. До этого в расчёт принимались сведения за год, предшествовавший дате подачи заявления.

Среднедушевой доход семьи не должен превышать двукратную величину прожиточного минимума в регионе проживания: в Хакасии в 2020 году – 23504 рубля.

При определении прожиточного минимума в расчёт берутся доходы обоих родителей или опекунов ребёнка, в связи с рождением или усыновлением которого возникло право на получение ежемесячной выплаты, а также несовершеннолетних детей.

Подробнее ознакомиться с порядком получения ежемесячной выплаты из средств материнского капитала и с перечнем необходимых документов можно на сайте Пенсионного фонда в разделе «Гражданам» в подразделе «Получателям МСК».

ВОПРОС

До какой даты работодатели должны уведомить своих сотрудников о праве выбора формата трудовой книжки? Помоему срок истекает в октябре, но некоторые коллеги убеждают, что время есть до декабря.

А.В. Шитников, Алтайский район

ОТВЕТ

Проинформировать своих сотрудников о праве сделать выбор в пользу ведения трудовой книжки в электронном виде, либо сохранить её бумажную версию работодателям необходимо в письменном порядке до 31 октября 2020 года.

А работники определиться с формой документа и подать заявление работодателю должны до конца 2020 года.

Переход к новому цифровому формату носит добровольный характер и осуществляется только с согласия самих работающих граждан. Тем, кто выбирает электронный вариант, бумажную трудовую книжку с записью о подаче соответствующего заявления работодатель обязан выдать на руки в течение трёх рабочих дней. Её необходимо сохранять, поскольку она является источником сведений о трудовой деятельности до 2020 года. Со дня выдачи бумажного документа данные фиксируются в электронном виде.

У граждан, которые впервые будут устраиваться на работу, начиная с 2021 года, будет только цифровой формат трудовой книжки.

ВОПРОС

Скажите, правильно ли понимаю, что для того, чтобы получить право на пенсию достаточно иметь требуемый стаж и определённое количество пенсионных коэффициентов? Правда ли, что если всё это есть, то пенсия однозначно гарантирована, и можно уже не работать, а дожидаться, когда подойдёт возраст, и спокойно выйти на заслуженный отдых?

Е. Аношкин, Черногорск

ОТВЕТ

Для того чтобы приобрести право на страховую пенсию по старости кроме достижения соответствующего возраста, необходимо иметь определённую сумму индивидуальных пенсионных коэффициентов и продолжительность страхового стажа. Требования по ним пока ежегодно увеличиваются. С 2024 года страховой стаж должен составлять не менее 15 лет, а с 2025 года минимальная сумма пенсионных коэффициентов должна быть не менее 30. При достижении вышеуказанных базовых показателей по стажу и коэффициентам, вы действительно получите гарантированное право на страховую пенсию, но сам размер будущей пенсии, скорее всего, окажется минимальным.

На увеличение размера пенсии влияет количество пенсионных коэффициентов, которые конвертируются из уплачиваемых работодателем страховых взносов на обязательное пенсионное страхование сотрудника. Получается, что чем дольше вы работаете, тем больше пенсионных коэффициентов поступает на ваш индивидуальный лицевой счёт в ПФР. Таким образом, продолжение трудовой деятельности после достижения минимальных требований по стажу и баллам, влияет на увеличение размера будущей пенсии.



ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ МОГУТ СПАСТИ ЖИЗНИ

Госавтоинспекция Таштыпского района напоминает, что для безопасного

движения на дороге необходимо помнить несколько важных правил:

- Переходить дорогу нужно только по пешеходным переходом (подземному, надземному, наземному). В случае, если поблизости нет пешеходного перехода, проезжую часть дороги нужно переходить по линии тротуаров под прямым углом;
- Перед пересечением проезжей части дороги необходимо быть спокойным и очень внимательным. Нужно снять капюшон, убрать телефон, наушники в карман, то есть все вещи, которые могут ограничивать видимость и отвлекать внимание;
- Нужно уметь видеть, что происходит вокруг, слы-

шать движение автомобиля, звук тормозов.

Не забывайте, что на проезжей части дороги детям нельзя:

- играть в мяч;
- ездить на роликах, самокате, велосипеде.

Нужно:

- Рассказать вашим детям о понятии «слепая зона» у автомобиля, есть ли в это время у водителя возможность видеть пешехода;
- Рассказать вашим детям, какое правило нарушил тот или иной водитель или пешеход и о последствиях этих нарушений.

Помните, соблюдая правила дорожного движения, мы не только делаем наше пребывание на проезжей части безопасным, но и являемся примером для остальных участников дорожного движения.

СДЕЛАЙТЕ СЕБЯ ЯРЧЕ

Госавтоинспекция Таштыпского района напоминает, что более 90% наездов на пешеходов с тяжелыми последствиями совершаются в темное время суток – вечером или ночью.

Улучшение видимости пешехода становится одним из важных способов предотвращения дорожно-транспортных происшествий с их участием. Поэтому роль световозвращающих элементов трудно переоценить.

Световозвращающие элементы изготавливаются из специальных материалов, обладающих способностью возвращать луч света обратно к источнику, поэтому очень важно:

- приобретая одежду ребенку, нужно обратить внимание на наличие на ней световозвращающих элементов;
- у ребенка ростом до 140 см световозвращающие элементы размещаются на рюкзаке, верхней части рукава, головном уборе.

Взрослым людям необходимо размещать световозвращающие элементы на высоте 80 – 100 см от поверхности проезжей части, например, на личных вещах, сумках, колясках, велосипедных, роликах, шлеме, защитной амуниции и других предметах:

- наиболее всего заметна прямая световозвращающая полоска длиной не менее 7 см, размещенная на одежде или на сумке. Лучше использовать одновременно несколько предметов со световозвращающими элементами различной формы и размеров. Чем больше световозвращающих элементов на одежде человека, тем он заметнее для водителей транспортных средств в темное время суток;
- можно использовать различные виды световозвращающих элементов – знаки, браслеты, наклейки,



бреloки, ленты, термоaппликации, катафoты, нарукaвники на oдежду и т. д.;

- в собственном автомобиле необходимо иметь жилет со световозвращающими элементами.

Важно знать, что в темное время суток и в условиях недостаточной видимости вне населенных пунктов, использование световозвращающих элементов обязательно!

(п.п 4.1 ПДД РФ, вступил в силу с 01.07.2015 г.).

Помните, наша безопасность – в ваших руках! Дайте водителю шанс – вовремя заметить вас в темное время суток!

ИНАЯ ИЗЖОГА ЗАМУЧИТ И ЙОГА

Ученые выяснили, почему бактерия, вызывающая самую распространенную в мире болезнь, выживает там, где казалось, ничто живое выжить не может – в желудке человека. Мы же составили памятку для тех, кто не хочет пополнить и без того широкие гастритные ряды.

Желудок человека – место недружелюбное: все, что туда попадает, оказывается в очень агрессивной среде, какую представляет собой желудочный сок, главной составляющей которого является соляная кислота. У микробов, даже самых опасных, в принципе нет шансов миновать здоровый желудок. Кроме одного – ХЕЛИКОБАКТЕР, так называют теперь эту бактерию. Ее открыли 32 года назад – в 1982 году, и уже сейчас ясно, что именно хеликобактер – главная виновница гастрита. За это открытие 9 лет назад австралийские ученые Уоррен и Маршалл получили Нобелевскую премию по медицине.

У хеликобактер есть несколько удивительных способностей, благодаря которым она не только не гибнет в желудке, но и селится там всерьез и надолго, чувствуя себя в безопасности. Над ее изучением работают биологи по всему миру, и недавно группа ученых из Института молекулярной биологии университета штата Орегон (США) выяснила, почему хеликобактер не боится агрессивного желудочного сока, на сколько бы не повышалась его кислотность. Оказывается, эта бактерия умеет распознавать, когда содержание соляной кислоты повышается до опасного уровня, вовремя прячется в безопасных слоях желудка и переживает опасность. Авторы исследования считают, что эта способность помогает хеликобактер «уворачиваться и от «антибиотиков», с помощью которых с 90-х годов лечат связанные с этой бактерией гастриты. К сожалению, чудеса адаптации хеликобактер продемонстрировала и тут: в каждом третьем случае врачи сталкиваются с тем, что на антибиотики она не реагирует.

Учитывая, что две трети людей в мире носят в себе эту бактерию (в России по разным данным от 50 до 90%), суперспособности хеликобактер могут создать немало проблем – от банального острого гастрита, какой летом на фоне отравлений возникает сплошь и рядом, до совсем небанальных язвы, атрофического гастрита (это уже предраковое состояние) и рака желудка.

Что нужно, чтобы не заработать гастрит?

Можно считать, что хеликобактер есть у большинства из нас – по крайней мере, в нашей стране. Тем не менее, гастрит – далеко не у каждого. В чем дело?

Врачи говорят: в образе жизни. Можно соблюдать нехитрые правила и не пополнить статистику гастритов, даже будучи носителем хеликобактер.

Вот пять основных рекомендаций врачей.

Пейте больше и чаще. Это нужно для нормального процесса пищеварения – ферменты, участвующие в нем, активизируются с водой. К тому же вода разбавляет желудочный сок, что в плане профилактики гастрита тоже хорошо, потому что именно сильно концентрированный желудочный сок и вызывает обострения.

Ешьте в одно и то же время. Если завтракаете в 7-8 часов утра – не нарушайте эту традицию. Кроме того, нужны интервалы между завтраком, обедом, ужином и перекусами (всего 4-5 приемов пищи) – максимум 4 часа. В таком случае соляная кислота будет вырабатываться в определенное время и в остальное время желудок не станет страдать от нее без повода.

Диета все равно нужна. Когда была открыта хеликобактер, все страшно обрадовались, что виной гастриту, оказывается, не еда всухомятку и не любовь к сосискам. Махнули рукой на диету и принялись лечить гастрит антибиотиками, будучи уверенными, что победили его. Оказалось, что не все так просто: хеликобактер – то они выводят, только проблему это не решает – злобная бактерия



возвращается, и, если наплевать на питание, вернется гастрит. Пища, попавшая в черный список (чипсы, колбаса, газированные напитки, острая пища и т.д.), раздражает не только диетологов, но и слизистую желудка, коротко связь между нею и развитием гастрита можно описать так: когда эта пища попадает в желудок, выделяется огромное количество соляной кислоты. В реальности столько не нужно (объем вредностей все-таки небольшой), часть кислоты попадает на стенки желудка и разъедает их.

Надо двигаться. Как ни странно, это тоже профилактика гастрита. Помните старый совет: не ложиться спать после еды? Он и сейчас актуален. У любителей принять горизонтальное положение после выше риск такого вида гастрита, как гастроэзофагеальный рефлюкс, при котором происходит заброс содержимого желудка обратно в пищевод.

Не курите! Объяснять тут в принципе нечего – связь курения и гастрита прямая и простая: табачный дым попадает не только в легкие, но и в органы пищеварения, раздражая слизистую (особенно если курить на пустой желудок). В желудке он, кроме прочего, разрушает особый гель, защищающий стенки, а значит, делает их уязвимыми перед соляной кислотой.

Кабинет медпрофилактики Таштыпской РБ

О ПРАВИЛЬНОМ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МАСОК

Роспотребнадзор напоминает, что маски – это средства защиты барьерного типа. Они помогают защитить ваш организм от возбудителей ОРВИ и других респираторных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем. При этом важно помнить, как правильно использовать маску.

Маски задерживают капли влаги, которые образуются при кашле, чихании, и в которых могут быть вирусы – возбудители ОРВИ и других респираторных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем. Маски эффективны только в сочетании с другими методами профилактики (частое мытье рук, дезинфекция предметов, дистанция), и потребность в их использовании различна у разных групп людей и в разных ситуациях.

При использовании маски в воздух попадает значительно меньше вирусных частиц и опасность инфицирования для окружающих снижается. Кроме того, маску должны носить люди, оказывающие медицинскую помощь заболевшим и осуществляющие уход за ними. Здоровые люди должны использовать маску при посещении публичных мест, общественного транспорта.

ВАЖНО! Через два-три часа постоянного использования маску надо менять. Одноразовые медицинские маски из нетканого материала не подлежат повторному использованию и какой-либо обработке. В домашних условиях использованную одноразовую медицинскую маску необходимо поместить в отдельный пакет, герметично закрыть его и лишь после этого выбросить в мусорное ведро.

**Дорогая Алла Петровна Ерина,
от всей души поздравляем тебя
с Днем рождения!**

Сегодня поздравления с Днем рождения
Звучат в подарок только для тебя.
Желаем самой лучшей в мире женщине
Жить весело, счастливо и любя...
Пусть ангелы всегда своими крыльями
Тебя закроют от житейских бед.
Будь женственной, успешной и сильной.
И проживи бесечно сотню лет!

**Участницы народного хора
«Калина красная»**



**Уважаемый Дмитрий Александрович Костяков,
водитель администрации Таштыпского сельсовета,
с Днем автомобилиста Вас!**

Пусть в жизни, как и на дороге,
По лучшей из различных трасс
Придется ехать без тревоги.
Пусть мирно нежится душа
В семье, она пусть согревает,
Чтоб можно было, не спеша,
К мечте авто свое направить.

Коллектив Таштыпского сельсовета

РАБОТА

**В ТО № 2 с. Таштып ГАУ
РХ «МФЦ Хакасии» на
постоянную работу требуется
юриисконсульт.**
Требование: высшее образование.
Тел. 8(39046) 2-25-44,
8-906-191-1661

* НЕДОСТРОЙ. Есть гараж, скважина, септик. Недорого. ул. Садовая, 4-1.

Тел. 8-913-540-3150

* Пай 10,5 га

Тел. 8-913-180-6059

* Сено в рулонах.

Тел. 8-913-443-0429

* Куртка жен. 54 разм. Пальто демисезонное 54 разм. Рассада виктории.

Тел. 2-16-44

* Поросят 1,5 мес. по 1,5 тыс. руб. или поменяю на предложенное.

Тел. 8-983-278-4494, 8-913-443-7805

* Участок под ИЖС. ул. Солнечная, 39 (20 соток).

Тел. 8-913-444-2662

* Земельный участок (20 соток) под ИЖС, с. Имек.

Тел. 8-961-745-3215

ОТДАМ

* В добрые руки котенка сиамской породы. Голубоглазый.

Тел. 8-983-199-7083

Листопад любви



Расшвыряла осень
листья золотые.
Огненно-рябиновый закат.
Бисером на ветках капли ледяные.
У любви сегодня листопад...
Вновь по лужам пробежался ветер.
Холодно в душе... бросает в
дрожь...
Весь в слезах стучится в двери
вечер.
Ну а может это просто дождь...?
У природы нет плохой погоды...
Это просто осень у любви.
Стаи птиц летят. А может это
годы?
И судьбы теченья, виражи...
И бродяга-вечер одиноким
взглядом
Рыщет по ущельям тонких душ.
Рассыпает осень желтым
листопадом
Той любви нечаянную грусть...

Л. Осенина

РАБОТА

**ООО «ЧОП «Беркут» примет на
постоянную работу охранников.**
Помощь в получении
удостоверения охранника.
Тел. 8-913-449-9104

ПРОДАМ

* Продам морковь и свеклу.
Тел. 8-913-055-4143

* Корову и бычка (8 мес.), молодых петухов.
Тел. 8-913-444-3260

* Однокомнатную благоустроенную квартиру на 1-м этаже или сдам в аренду.
Тел. 8-913-053-4801

* Картофель едовой и мелкий. Доставка.
Тел. 8-913-548-8696

* Картофель едовой.
Тел. 2-19-57, 8-983-194-8705

**Уважаемые читатели,
информационный
бюллетень
«Таштыпский
вестник»
принимает
объявления.
Обращаться
в каб. №105
администрации
Таштыпского
сельсовета.**

Учредители:
Администрация и Совет
депутатов Таштыпского
сельсовета
**Глава Таштыпского
сельсовета:** Р.Х. Салимов

Адрес: с. Таштып,
ул. Луначарского, 17.
Телефон: 2-11-07.
E-mail: tashsel@mail.ru.
Ответственная за выпуск:
А.И. Салайдинова.

Отпечатано в ООО ИП «Журналист»:
г. Абакан, ул. Советская, 71.
Номер заказа: 18.
Номер подписан в печать: 22.10.2020 г.
в 15.30. **Тираж:** 700 экз.
Объем: 1,5 п.л.
Цена номера – бесплатно.

Мнение
редакции может
не совпадать
с мнением
авторов.