

LIBERTATEA

cuvântului

Declin demografic

Arcadie ȘOVA, primarul
comunei Mămăliga:
„În 2017 la Stălinești,
Nesvoia și Bălcăuți
nu s-a născut
nici un copil”



▶ pag. 4

Mașinile cu numere de înmatriculare străine nu vor fi legalizate în Ucraina



▶ pag. 2

CURS VALUTAR MEDIU LA ZIUA DE 29 MARTIE 2017**1 RON - 6 GRN.41 COP. 1 USD - 26 GRN.99 COP. 1 EUR - 29 GRN.06 COP. 1 RUB - 0 GRN. 47 COP. 1 MDL - 1 GRN.39 COP.**

Guvernatorul Fișciuk, sărac ca șoarecele bisericii



Starea socială a demnitarilor ucraineni este foarte diferită: unii nu au locuințe, alții sunt proprietari de imobile și de firme sau de mașini luxoase. Dar sunt și din aceia care de abia supraviețuiesc de la un salariu la altul. În declarația de avere depusă pe anul 2016, guvernatorul regiunii Cernăuți, Oleksandr Fișciuk, a indicat un venit anual din salariu în valoare de 220 mii de grivne.

Veniturile soției guvernatorului sunt mai modeste – 71 mii de grivne. Acestea provin din alocația de șomaj și pensie. De asemenea, O. Fișciuk a declarat un cadou primit anul trecut în valoare de 1.285 de grivne și un ajutor material de 500 grivne. Singurele averi ale guvernatorului sunt o casă cu o suprafață de 360 m. p., un garaj. În schimb, soția lui este mai avută și deține o casă cu o suprafață de 172 m. p. și a unui apartament de 92 m. p. la Cernăuți, un apartament la Ternopil și o casă în raionul Zalișciki. De asemenea, familia Fișciuk deține câteva loturi de pământ la Cernăuți, Zalișciki și Lopușna. La fel, guvernatorul Fișciuk este proprietarul unui autoturism "Opel Kombo", fabricat în anul 2008.

Nu e păcăleală! De la 1 aprilie se scumpește transportul public la Cernăuți

Prețul călătorilor cu troleibuzul se va majora începând cu 1 aprilie. Costul unui bilet va fi de 2 grivne. Decizia respectivă a fost adoptată de către comitetul executiv al Consiliului local. Pensionarii și alte categorii de cetățeni care beneficiază de înlesniri vor putea călători în continuare în mod gratuit. „Când vorbim de tarife, economie, onestitate și corectitudine, aritmetica e simplă. Există o întreprindere comună, numită Direcția de troleibuze și care aparține întregii comunități. Ani la rând întreprinderea nu a beneficiat de echipament tehnic nou. Acestea au fost realitățile economice. Toate fondurile din regiune ajungeau în buzunarul statului și ulterior primeam



copeici. Orașul nu dispunea de fonduri pentru procurarea de noi troleibuze și întreprinderea pierdea pozițiile pe piața transportului. Actualmente avem

doar o treime din troleibuzele necesare, dar care sunt vechi și uzate. În plus, acest mijloc de transport îndeplinește și o funcție socială transportând

categoriile privilegiate, studenți și elevi. Potrivit estimărilor, prețul de 2 grivne va compensa Direcției de troleibuze 18,2 milioane de grivne, dintre care 7 milioane pentru călătoriile cetățenilor care beneficiază de înlesniri”, a explicat primarul orașului Cernăuți, Oleksii Kaspruk. Concomitent va fi majorat și prețul călătorilor cu rutiera, care va oscila între 3-4 grivne. Dacă transportatorii vor îndeplini condițiile contractului, inclusiv păstrarea curățeniei în salon și respectarea graficului deplasărilor, prețul unei călătorii va fi de 4 grivne. În cazul transportatorilor iresponsabili, prețul unei călătorii va rămâne 3 grivne, a mai adăugat primarul O. Kaspruk.

Lovitură pentru profesori! Meditațiile elevilor în școli vor fi interzise

Cadrele didactice nu vor mai avea voie să facă meditații în școli cu propriii elevi contra unor avantaje materiale. Ideea aparține Ministerului Învățământului în vederea eliminării corupției din acest sistem.

E vorba de cazurile când profesorii în mod deliberat nu oferă informații elevilor în timpul orelor, încurajând astfel practicarea meditațiilor plătite suplimentar. În vederea prevenirii cazurilor de



abuz în școli, Ministerul Învățământului va demara o serie de acțiuni menite să îmbunătățească statutul social al profesorilor. În primul rând e vorba de creșteri salariale. Cu toate acestea chiar și după aceste majorări, salariile profesorilor ucraineni sunt cele mai mici din lume. Un cadru didactic obișnuit are un salariu mediu lunar de până la 4 mii de grivne, iar cei cu categorie superioară primesc în jur de 6-7 mii de grivne. Salariul mediu al profesorilor din Polonia e de 12,5 mii grivne, în Cehia – 23 mii, în Franța – 69 mii grivne.



Ucraina suferă din cauza lipsei de apă potabilă

În ultimii ani, în Ucraina se înregistrează o scădere a nivelului apei din râuri și lacuri. De asemenea și calitatea apei s-a deteriorat. Anunțul a fost făcut de către ministrul Ecologiei și Resurselor Naturale, Stepan Semerak.

În consecință, în viitorul apropiat Ucraina va avea de suferit din cauza lipsei apei potabile. Potrivit ministrului, situația creată este cauzată în primul rând de defrișările masive de pădure și iresponsabilitatea întreprinderilor industriale, care poluează mediul înconjurător. Până în prezent nici o întreprindere nu a fost pedepsită din această cauză. Acest lucru se datorează



legislației autohtone imperfecte, care prevede doar răspundere administrativă pentru neglijarea mediului.

Mașinile cu numere de înmatriculare străine nu vor fi legalizate



Proiectul de lege nr. 5567 care prevedea legalizarea mașinilor cu numere de înmatriculare

străină a fost respins de către Comitetul în chestiunile fiscale și vamale al Radei Supreme.

Legea presupunea posibilitatea exploatării legale pe teritoriul Ucrainei a mijloacelor de transport străine fără aplicarea taxelor vamale. Membrii comitetului au indicat faptul că numărul mare al autoturismelor străine au fost introduse în Ucraina prin încălcarea legislației fiscale autohtone. Parlamentarii au căzut de acord că proiectul de lege propus spre examinare nu ține cont de interesele naționale și va spori considerabil veniturile firmelor intermediare din străinătate implicate în introducerea mașinilor străine în Ucraina. În plus, sunt lezate interesele cetățenilor care au achitat taxele vamale în timpul procurării mașinilor cu numere de înmatriculare străine.

Buletinul meteo

	Joi	13°C
	30.03.17	3°C
	Vineri	14°C
	31.03.17	3°C
	Sâmbătă	18°C
	1.04.17	6°C
	Duminică	19°C
	2.04.17	6°C
	Luni	19°C
	3.04.17	8°C
	Marti	17°C
	4.04.17	7°C
	Miercuri	15°C
	5.04.17	7°C



Mare conspirație! 8 ruși importanți au murit în mod suspect

Cel mai recent incident în care a fost împușcat un politician rus, în fața unui hotel din Kiev, ridică la 8 numărul rușilor cunoscuți, care au murit în ultimele cinci luni, de la alegerile prezidențiale din SUA, până acum, remarcă CNN. Printre decesele recente, se numără cinci diplomați ruși. Unele dintre decese par a fi din cauze naturale, iar autoritățile au exclus vreun scenariu morbid. În unele cazuri, totuși, rămân semne de întrebare. Asta fie pentru că faptele s-au schimbat între timp, detaliile sunt greu de găsit, fie pentru că decesele sunt încă anchetate.

Teoreticienii conspirației au speculat că moartea acelor persoane ar avea de-a face, într-un fel sau altul, cu interferența Rusiei în alegerile din SUA. Nu exis-

tă nicio dovadă, însă, pentru o astfel de legătură.

Politicianul rus, Denis Voronenkov, 45 de ani, a fost împușcat mortal în fața unui hotel din



Kiev. El și soția sa au fost parlamentari în Duma de Stat, apoi critici ai regimului de la Kremlin și au părăsit țara, refugiindu-se în

Ucraina, în octombrie 2016. Voronenkov a depus mărturie într-un proces de trădare împotriva fostului președinte ucrainean

Viktor Ianukovyci. Președintele Petro Porosenko a catalogat uciderea lui Voronenkov drept „un act terorist al statului rus”. Autoritățile rusești neagă, însă, acuzațiile. Asasinul lui Voronenkov, Pavel Paršov, a trecut în secret granița Ucrainei în Belarus în 2015 și și-a continuat drumul spre Rusia, unde a fost antrenat în sabotaj și însărcinat să se infiltreze în armata ucraineană, a explicat consilierul ministrului de Interne, Anton Gerașcenko, într-o postare pe Facebook. Paršov a slujit apoi în Garda Națională a Ucrainei timp de un an și avea doar 28 de ani.

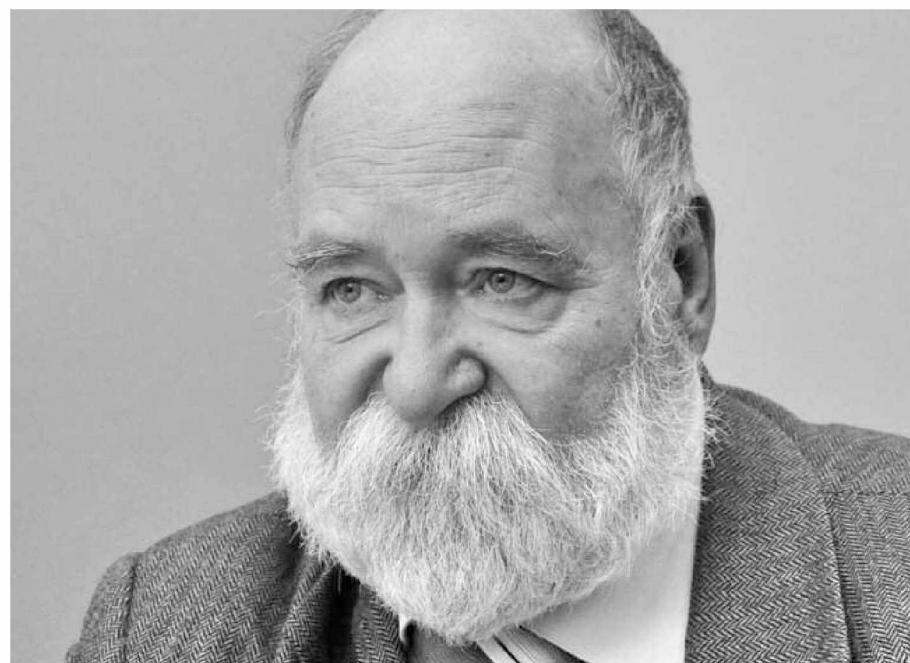
Igor BURKUT: Se încearcă destabilizarea situației în regiunile Transcarpatia, Odesa și Cernăuți

Reputatul analist politic din Cernăuți, Igor Burkut, a comentat la solicitarea Agenției Informaționale ACC, scandalul legat de agresiunea fizică și verbală a politologului Oleg Havici.

„Dacă Havici a încălcat legile Ucrainei el trebuie să răspundă pentru aceasta. În cazul dacă nu a încălcat legea, cu ce drept i-au fost puse cătușе? Ceea ce s-a întâmplat este un lucru inadmisibil într-o țară unde sistemul judiciar funcționează în mod normal.

Acest sistem în Ucraina nu funcționează. Activiștii care cred că Havici este un separatist urmau să apeleze la instanța judiciară. Când instituțiile statului nu func-

ționează, atunci activiștii încep să acționeze”. Igor Burkut îl cunoaște pe Havici încă din perioada studenției și monitorizează de mai mult timp ideile acestuia cu privire la divizarea Ucrainei în Est și Vest. „Avem un articol al legii care pedepsește separatismul. Nu e de competența noastră, a activiștilor sau politologilor, de a da sentințe în locul instanțelor de judecată. Havici a propagat aceste idei ani la rând. Oricine poate găsi pe Internet articole semnate de el în ucraineană sau rusă și să facă anumite concluzii. El organiza mese-rotunde, iar la una din ele am participat și eu. Mi-am exprimat propria viziune, dar pe viitor nu am mai acceptat invitațiile. Sunt niște idei pro-Kremlin dar



care pot funcționa și în cazul șovinismului polonez, ungar și român. Aceste idei sunt susținute de anumite forțe politice din statele învecinate cu Ucraina... Se încearcă o destabilizare a situației în regiunile Tran-

scarpătia, Odesa și Cernăuți și, cel mai probabil, în spatele evenimentelor există un singur scenarist și regizor”, menționează Igor Burkut.

Jaf la un muzeu din Berlin



O monedă de 100 kilograme, care valorează 4,5 milioane de dolari, a fost furată

Jaf de proporții la un muzeu din Berlin. Hoții au reușit să fure o monedă de aur care cântărește nu mai puțin de 100 de kilograme și are o valoare de 4,5 milioane de dolari, relatează Sky News. Moneda uriașă, numită „Big Maple Leaf” și care se afla în muzeul Bode din capitala Ger-

maniei, măsoară 53 centimetri și este considerată cea mai mare monedă din lume. Hoții au reușit să intre în muzeu, după ce au folosit o scară pentru a pătrunde printr-o fereastră. Ei au ajuns chiar în sala în care se afla moneda.

Moneda valorează aproximativ un milion de

dolari, însă valoarea ei în aur se ridică la aproximativ 4,5 milioane de dolari și este înscrisă în Cartea Recordurilor, datorită purității aurului folosit pentru realizarea ei. Pe o parte a monedei se află un portret al Reginei Elisabeta a II-a, iar pe cealaltă — o frunză de arțar.

Igor Dodon cere reintroducerea limbii ruse obligatorie în școlile din Republica Moldova

Președintele Igor Dodon a declarat că ar fi necesar ca limba rusă să redevină disciplină obligatorie în școlile din Republica Moldova, statut pe care l-a avut până în anul 2014.

„Cred că este necesar să ne reîntoarcem la studiarea obligatorie a limbii ruse în școli. A fost pur și simplu transformată într-o activitate extra curriculară în urmă cu trei ani”, a declarat Dodon pentru postul

Rossiya 24 TV. Președintele a mai adăugat că peste 90% din cetățenii Republicii Moldova utilizează limba rusă. Potrivit Wikipedia, pe lângă limbile română și rusă, Igor Dodon vorbește fluent limba franceză și are cunoștințe de engleză și germană. Soția președintelui Republicii Moldova, Galina Dodon declară că vorbește nativ limba moldovenească!, posedă de asemenea engleza și rusa.



Pagină realizată de Mihai URSU



Cu alte cuvinte, „bunăstarea” oamenilor a dereglat orarul circulației autobuzelor pe cele câteva itinerare, dar mai ales pe două principale – Cernăuți-Noua Suliță și Noua Suliță-Mămăliga. Ca să parcurgi distanța de 70 kilometri de la Cernăuți la Mămăliga, dacă ai întârziat la autobuzul care circula direct pe acest itinerar, trebuie să pierzi cel puțin trei ore. Trebuie să ajungi cu un autobuz la Noua Suliță și de acolo cu altul – la Mămăliga. Și în cazul dat orarul îl „determină” șoferii de autobuz. Firește, ei sunt cointeresați ca el să fie plin de pasageri, să nu fie nici un loc liber și se rețin la autogara din Cernăuți până nu urcă în autobuz ultimul pasager. Uneori pasagerii, care au urcat primii, așteaptă cel puțin 30-40 de minute ca să fie plin salonul și abia atunci șoferul se așează la volan. Prin

urmare, distanța de 40 kilometri de la Cernăuți la Noua Suliță este parcursă într-o oră și jumătate.

Șoferii care deservește itinerarul Noua Suliță-Mămăliga, de asemenea, „corectează” orarul de la o ocazie la alta. De-a lungul acestui itinerar se află cele mai mari și bogate sate din raion, unde majoritatea gospodariilor au automobile proprii, și nu prea sunt pasageri pentru un trafic deplin. Și iată că se aplică aceeași chibrită practică și pentru șofer, și pentru pasageri – autobuzul își așteaptă pasagerii și această așteptare durează până la o oră. Dar aici se respectă cu strictețe o lege „nescrisă”: au dreptul să se așeze pe scaune pasagerii care pleacă până la Mămăliga și satele din apropiere și doar atunci când toate locurile sunt ocupate urcă pasagerii din Marșinți și Tărășăuți,

Când autobuzele își așteaptă pasagerii...

S-ar părea că în raionul Noua Suliță nu ar trebui să existe problema traficului de pasageri, doar pe teritoriul lui trece drumul european cu câteva ramificații. Dar ea a apărut din cauza creșterii numărului automobilelor proprii și reducerea evidentă a numărului persoanelor, care se folosesc de transportul public.

care stau în picioare, căci peste 5-10 minute trebuie să coboare.

O altă cauză că autobuzele sunt „nevoite” să-și aștepte pasagerii este și criza din țară. Insuși șoferii de autobuz mi-au spus că oamenii nu prea au bani ca să plece la „târg” când la Noua Suliță, când la Cernăuți, cu atât mai mult că în sate rețeaua comercială este pusă bine la punct. Sunt nevoiți să accepte aceste călătorii scurte și cu așteptări lungi cei care trebuie să plece la raion sau regiune pentru a-și rezolva diferite probleme.

Iată, recent, o forță politică, neagreată în raionul Noua Suliță, s-a apucat de „revizuirea” orarului de circulație a transportului public pe itinerarul Cernăuți-Noua Suliță, Noua Suliță-Cernăuți, amenințând cu blocarea ieșirii autobuzelor pe itinerar. O discuție serioasă pe această temă a avut loc la Administrația Raională de Stat, cu participarea primelor persoane din raion, reprezentanților întreprinderii „Nov-Trans-Avto” și protestatarilor. A fost creat un grup de lucru în vederea soluționării problemei apărute. Acesta s-a adresat

deja către Administrația Regională de Stat cu propunerea să fie făcute unele corective pe itinerarul Noua Suliță-Cernăuți. Este vorba ca autobuzele Noua Suliță-Cernăuți să treacă și pe la Piața „Kalynivska”, taxa rămânând aceeași – 23 de grivne. Există și alte propuneri: unele autobuze să circule de la Noua Suliță la „Graviron”, căci distanța e mai mică și mai convenabilă, altele – până la „Kemping”. Urmează ca pasagerii să aleagă soluția cea mai potrivită.

Foto A. ROMANȚOV



Satele pustii nu pot fi prospere

Comunitatea teritorială unită Mămăliga a fost creată printre primele în regiunea Cernăuți. În cei doi ani de activitate în noile condiții prevăzute de reforma organelor autoadministrării locale au fost și realizări, și nereușite, precum și „lecții amare”, cauzate de încercarea de a transforma 3 școli medii (din Stălinești, Nesvoia și Bălcăuți) în filiale ale Școlii de bază din Mămăliga. Această istorie cu răsunet mare s-a încheiat cu decizia a două instanțe judiciare nu în favoarea inițiatorilor „reformărilor”, ci a pedagogilor, elevilor și părinților din cele trei sate vizate.



Nu cu mult după ședința Curții de apel din Vinnița, la care a fost confirmată decizia primei instanțe judiciare (Judecătoria raională Noua Suliță) primarul Consiliului sătesc, dl Arcadie Șova, este invitat, în componența delegației raionului Noua Suliță, să participe la ședința Consiliului pentru dezvoltare regională, condusă de Președintele Ucrainei, Petro Poroșenko. L-am

întrebat pe domnul Arcadie Șova dacă, ascultând explicațiile demnitarilor și experților considerați, nu și-a schimbat părerea despre perspectivele descentralizării.

– Avantaje există. În situație avantajoasă se află comunitățile teritoriale unite. De aceea le-am și propus satelor Costiceni și Vancicăuți să adere la comunitatea noastră. Se face simțită pro-

blema cadrelor, a încăperilor pentru serviciile respective, ne străduim, pe măsura posibilităților să le rezolvăm pe toate. Iată, în luna aprilie va începe să funcționeze Secția Fondului de pensii. Deci, pensionarii vor fi deserviți pe loc, fără să plece la Noua Suliță. În fiecare sat din comuna noastră există ambulatoriu. Medicii dispun de licențe respec-

tive și asistența medicală va fi bine organizată. După cum prevede reforma ocrotirii sănătății, în curând cetățenii vor avea dreptul să-și aleagă ei înșiși medicul de familie. La noi, în această privință probleme nu vor fi.

– Domnule Arcadie Șova, la Kiev ați avut posibilitate să stați

de vorbă cu ministrul Învățământului și Științei al Ucrainei, Lilia Grinevici. V-ați referit la problemele școlilor din comună?

– Atât eu, cât și deputații din Consiliul sătesc, nu ne decidem de ideea creării Școlii de bază. Doamna ministru mi-a spus că în cazul dat decid părinții: dacă aceștia doresc ca odraslele lor să învețe în limba română, în română vor învăța. Importantă este calitatea învățământului, căci pentru aceasta și se fac reformele.

La instituția de învățământ din Mămăliga se creează condițiile necesare pentru școala de bază: se fac reparații serioase, este asigurată baza materială. Am procurat și deja circulă două autobuze școlare. Dar aceasta nu înseamnă că lăsăm în voia sorții celelalte școli din Nesvoia, Bălcăuți, Stălinești, Podvima și Dranița.

Ne îngrijorează situația demografică. Suntem în prag de Prier și în primele trei luni ale anului curent, la Stălinești, Nesvoia și Bălcăuți nu s-a născut nici un copil. La Grădinița din Bălcăuți, frecventată de puținii copii, vom efectua reparațiile cuvenite și în acest scop vom aloca 1,5 milioane grivne. Acceptăm în mod conștient asemenea cheltuieli cu speranța că situația se va schimba spre bine.

Numai prin crearea locurilor de muncă va putea fi rezolvată și problema școlilor cu puțini elevi. Or, satele pustii nu pot fi prospere.

Hoți de mașini prinși în flagrant

În cadrul unor măsuri operative, colaboratorii Secției de poliție Sadagura l-au reținut pe un cernăuțean de 32 de ani. Ulterior s-a constatat că acesta numai ce furase unele lucruri dintr-un automobil. Sarcina complicelui acestuia, un bărbat de 34 de ani, originar din centrul regional, era să stea la pândă. Oamenii legii au aflat mai târziu că cei doi numai ce jefuiseră un automobil, care era parcat în apropiere de Piața Kalynivska. A fost demarată o anchetă în baza



articolului 185 punct 2 (furt) al Codului Penal al Ucrainei. Principalul figurant a fost luat sub strajă până la elucidarea tuturor circumstanțelor.

Jefuitor de vile prins la Cernăuți

Colaboratorii Secției de poliție Sadagura au constatat că într-o scurtă perioadă de timp acesta a reușit să „curețe” vreo cinci case, preponderent vile din afara orașului. Din casele în care intra hoțul scotea, în special, lucruri de uz, pe care apoi le realiza la prețuri mult mai reduse, din care cauză acestea erau realizate într-un timp-record. Suma totală, obținută de pe urma lucrurilor realizate este de circa 14 mii grivne. Polițiștii au demarat o serie de măsuri operative în rezultatul cărora l-au reținut pe un bărbat de 32 de ani, locuitor al raionului Storojineț. Polițiștii au constatat că infractorul a mai fost tras nu o singură dată la răspundere penală pentru cazuri de furt. El a fost luat sub strajă. În prezent sunt verificate alte posibile cazuri de furt cu participarea lui pe teritoriul ținutului.



Femeie asasinată cu cruzime la Cernăuți

Persoane necunoscute i-au aplicat mai multe lovituri mortale de cuțit proprietarei unei firme private. Groaznicul asasinat a fost comis orientativ în jurul orei trei de noapte pe strada Matrosov din Cernăuți. Poliția a fost alertată de fiica victimei. Polițiștii, sosiți rapid la fața locului, au constatat că asasinul a pătruns în casă prin geamul spart. Atacantul a încercat să-i fure unele lucruri, însă femeia a opus rezistență. Acesta i-a aplicat mai multe lovituri de cuțit. Tipetele jertfei l-au băgat în sperieți și criminalul a fugit. Femeia în vârstă de 52 de ani a fost spitalizată în stare gravă. Însă, rănilor pricinuite s-au dovedit a fi incompatibile cu viața. Victima a murit în mâinile medicilor în timp ce aceștia îi acordau ajutor. La moment polițiștii întreprind măsurile necesare pentru identificarea și reținerea autorului teribilei crime.

Comerciant de droguri reținut la frontieră

Pe data de 27 martie, la Punctul de trecere și control „Porubne” a fost reținut un cetățean român în vârstă de 24 de ani, care încerca să intre pe teritoriul Ucrainei. În timpul întocmirii procedurilor vamale a funcționat baza de date a INTERPOL-ului. Ulterior s-a constatat că respectivul cetățean a fost dat în urmărire penală din inițiativa Bulgariei pentru circulația ilegală a drogurilor. Despre acest caz a fost informat biroul național al organizației INTERPOL din orașul Kiev. Bărbatul a fost predat reprezentanților poliției naționale pentru adoptarea ulterioară a unei hotărâri cu caracter juridic.

Tragic accident rutier pe drumul de centură al orașului Cernăuți

Doi bărbați au murit, alte două persoane, între care un minor, au fost spitalizate. Tragicul accident de circulație s-a produs la 27 martie pe drumul de centură a orașului Cernăuți. Deplasându-se dinspre satul Corovia înspre microraioul „Graviton”, un șofer în vârstă de 23 de ani a ieșit pe contrasens, unde a admis ciocnirea cu un „VAZ-2109”, condus de un locuitor al raionului Herța în vârstă de 28 de ani. La momentul impactului, în automobilul VAZ se aflau încă doi pasageri, originari din localitatea Zelenyi Gai, raionul Noua Suliță. În urma impactului deosebit de puternic, la locul accidentului au murit șoferul și unul din pasagerii „Vaz”-ului. Șoferul celeilalte mașini și cel de-al doilea pasager au fost spitalizați de urgență. A fost demarată o anchetă în legătură cu încălcarea regulilor de circulație rutieră. Polițiștii clarifică circumstanțele tragicului accident.



Director de liceu acuzat de luare de mită

Săptămâna trecută, colaboratorii organelor de drept din centrul regional l-au reținut pe conducătorul unui liceu din oraș după ce acesta primise zece mii de grivne de la un cetățean pentru contribuția la încheierea unui contract, care prevedea folosirea de către acesta a unei încăperi din așezământul de învățământ respectiv. A fost demarată o anchetă penală. În prezent oamenii legii clarifică toate circumstanțele, care l-au determinat pe director să recurgă la un asemenea pas.



Minor împins spre suicid de „grupe ale morții”

Un bărbat s-a adresat Procuraturii regionale și a declarat că niște persoane necunoscute l-au împins spre suicid pe fiul său în vârstă de 13 ani.

În reclamația sa bărbatul a comunicat că, deja timp de o lună, pe telefonul mobil al fiului său sosesc SMS-uri cu caracter amenințator cu cerința de a se sinucide. În afară de aceasta, din cele spuse de părinte, un bărbat necunoscut s-a apropiat de copil la școală și l-a amenințat cu răzbunarea, dacă acesta nu-și va pune capăt zilelor. În legătură cu aceasta, organele de drept se adresează părinților sau persoanelor, care îi înlocuiesc, să semnaleze imediat poliția în caz dacă vor sesiza asemenea cazuri. De asemenea, părinții sunt rugați să manifeste prudență și atenție maximă față de starea psihologică și comportarea minorilor pentru a nu admite pătrunderea acestora în grupe periculoase, să evite aflarea permanentă a minorilor în rețelele de socializare, să atragă atenția la cerul de comunicare al copilului. Amintim că în mijloacele mass-media sunt oglindite cazuri de antrenare a minorilor în rețelele de socializare la așa-numitele „grupe ale morții” de tipul „Marea balenelor”,



„Trezește-mă la 04.20”, „Casa liniștită”, „Balena cerească”, „Balena albastră” și altele, care propagă sinuciderea.

Contrabandiștii devin din ce în ce mai activi

În ultimele câteva zile, grănicerii din Detașamentul Cernăuți au reținut mai multe persoane și peste 50 de lăzi cu produse din tutun, pe care infractorii au încercat, în mod diferit, să le treacă peste Frontiera de stat ucraineano-română.

Aceste cazuri s-au produs în apropiere de pichetul de grăniceri din Crasna, unde au fost descoperite 20 de lăzi cu țigări, la pichetul de grăniceri „Seleatin”, unde, de asemenea, a fost reținut un important lot de țigări de contrabandă. În afară de aceasta, grănicerii de la pichetul „Seleatin” în comun cu colaboratorii poliției române au curmat o tentativă de trecere peste frontieră a zece lăzi cu țigări. Marfa de contrabandă a fost transmisă colaboratorilor Serviciului Fiscal de Stat al Ucrainei, iar infractorii vor răspunde pentru faptele comise în conformitate cu legislația în vigoare a Ucrainei.





După masacrele de la Lunca, din lunile ianuarie-februarie 1941 – asasinate sângeroase, intrate în istoria actualei regiuni Cernăuți ca unele din crimele odioase, din prelungul șir de fărâdelegi săvârșite de puterea sovietică, împotriva populației băștinașe românești – în primăvara aceluiași an, un zvon a străbătut cu iuțea fulgerului ținutul mioritic, anunțând că locuitorii primesc dreptul să părăsească în mod legal regiunea Cernăuți. Acei care doreau să schimbe locul de trai erau datori să înainteze cereri organelor locale de resort, alcătuite în limbile rusă sau ucraineană, în care să indice motivul plecării.

După cum s-a constatat mai târziu, zvonul a fost lansat de către reprezentanții Comisariatului Poporului pentru Afaceri Interne (NKVD) al Uniunii Republicilor Sovietice Socialiste (URSS) cu scopul de a scoate la iveală atitudinea băștinașilor față de regimul stalinist, instaurat pe meleagurile carpatine.

Locuitorii din ținut, care nu cunoșteau rusa sau ucraineană, s-au adresat președinților și secretarilor consiliilor satești cu rugămintea de a-i ajuta la scrierea cererilor pentru plecare în România. Conducătorii localităților românești – înscăunați de puterea sovietică dintre foștii participanți la mișcarea subversivă din ținut în perioada interbelică – îndeplineau, contra sumei de cinci ruble, rugămintea băștinașilor care se săturaseră de „marea fericire” adusă din Kremlin.

La 24 martie 1941, românii din localitățile storojinețene s-au adunat în orașul Storojineț, înaintând organelor raionale de resort cererile de plecare în Patria-mamă. Autoritățile staliniste au refuzat să primească cererile, clasificând adunarea băștinașilor drept o manifestare antisovietică, oamenii împrăștiindu-se pe la casele lor.

Cu sufletele pline de credință și cu chipul Mântuitorului pe crucile sfinte, mulțimea a pornit la drum

În dimineața zilei de 1 aprilie 1941, peste 1.500 de locuitori din

satele Pătrăuți de Sus, Cupca, Pătrăuți de Jos și Suceveni, în rândul cărora se aflau bărbați, femei și copii, s-au adunat în curtea bisericii din Suceveni, cu scopul să pornească spre centrul raional Hliboca, pentru a înainta organelor locale ale puterii bolșevice cererile lor. Din lăcașul sfânt al satului sunt scoase trei cruci, la care vor fi atârnate ștergare albe, demonstrând prin aceasta că viitoarea procesiune poartă un caracter pașnic. Apoi, cu toții, au îngenunchat în curtea bisericii și, susținuți de sunetele pline de jale ale clopotelor de aramă, au adresat o fierbinte rugăciune către Domnul, pentru ca El să-i aibă sub ocrotirea Sa.

Cu sufletele pline de credință și cu chipul Mântuitorului pe crucile sfinte, mulțimea a pornit la



MASACRUL DE LA FÂNTÂNA ALBĂ DIN PRIMĂVARA ANULUI 1941

Sătui de „marea fericire” adusă din Kremlin



drum. La hotarul satului Suceveni, lângă podul de peste apa Siretului, convoiul de oameni a fost întâmpinat de către treisprezece grăniceri sovietici, conduși de un ofițer comunist, care, scoțând săbiile din teacă, s-au răstit la oameni, poruncindu-le să se întoarcă la casele lor. Pentru a-i intimida pe români, un soldat a lovit cu sabia crucea din capul coloanei. Sabia s-a rupt în două. Oamenii, văzând în aceasta un semn susținător al Domnului, înlăturându-i pe grăniceri, și-au continuat merul spre centrul raional.

Către Hliboca s-au îndreptat și alte grupuri de băștinași din satele de pe Valea Siretului, mănâți de idealurile naționale, pătrunși de năzuința de libertate și sentimentul frăției de neam.

Un soare gingaș de primăvară învăluia glia străbună și pământul se trezea din amorțea unei ierni grele și îndelungate. Brândușele firave și dornice de viață, venite parcă din împărăția poveștilor, domneau pe crestele dealurilor, împânzind întreaga întindere moldavă. Razele soarelui încălzeau inimile țăranilor care doreau să trăiască liberi, nu sub jug asupritor. În fruntea coloanelor, care intrau în Hliboca, păseau Ion Musteață, Tudor Semeniciu, Ion Bojesco, Nazarie Iliuț, Gherasim Gușulea, Petru Dușceac, Florea Grosu, Ion Grosu, Grigore Bojesco, Constantin Holunga, Constantin Bojesco, Nicolae Galac. Numărul românilor adunați în piața centrală a raionului a crescut până la cinci mii de oameni.

Mult râvnita libertate se afla în „țara din zare”

În această străveche așezare bucovineană – unde se afla sediul Secției raionale Hliboca al Comisariatului Poporului pentru Afaceri Interne al Uniunii Republicilor Sovietice Socialiste – mulțimea, purtând prapurile și crucile cu chipul Mântuitorului pe ele, scoase din lăcașurile sfinte, intona Imnul României, scandând „Trăiască regele Mihail!”, „Trăiască marelui Ștefan!”, „Trăiască marelui Ștefan!”. Vocea oamenilor ajungea până la pădurea din Dumbrava Roșie, „de unde spiritul marelui Ștefan îi privea cu dragoste și îi încuraja”.

Reprezentanții organelor represive din raion – acești copoi ai regimului totalitar, cu sufletele pline de ură și dușmănie, aduși din toate colțurile fostului imperiu sovietic pentru promovarea unei politici de deznăționalizare și rusificare a populației băștinașe – au refuzat să primească cererile românilor. Dar românii, care de-a lungul mileniilor au înfruntat cu bărbăție și eroism toate vitregiile vecinilor, păstrându-și și afirmându-și ființa națională, n-au renunțat.

Supărați și indignați de această fărâdelege, urmașii legendarului Decebal, mândri și dornici de libertate, asemenea strămoșilor lor, au început să scandeze că nu mai doresc să trăiască în „raiul” bolșevic, unde birurile, pe care trebuie să le plătească țăranii, sunt imposibil de suportat și unde teroarea era ridicată la rangul de principiu.

Părăsind Hliboca, românii s-au îndreptat către Suceveni, pla-

nificând ca, din centrul acestei localități, să pornească cu toții spre frontiera sovieto-română, sperând în înduplecarea ocupanților.

Însă, în vatra satului Suceveni au apărut câțiva ofițeri și soldați sovietici, care au început a parlamenta cu lumea adunată, sfătuindu-i pe țăranii să se întoarcă la casele lor. Totodată, sovieticii doreau să câștige timp pentru mobilizarea forțelor necesare, capabile să oprească mulțimea. Românii, hotărâți să ducă la bun sfârșit pornirea lor, n-au ascultat de vorbele stalinștilor, apucând calea spre mult râvnita libertate, care se afla în „țara din zare” – după cum va spune în 2008, în timpul manifestărilor comemorative de la Fântâna Albă, profesorul și poetul Romeo Săndulescu, fostul Consul General al României la Cernăuți.

În ziua de 1 aprilie 1941 au sângerat cerul și pământul, s-a îngrozit Valea Siretului

Indicată listă a românilor, căzuți la 1 aprilie 1941 la Fântâna Albă, a fost alcătuită de către Pretura plășii Storojineț și înaintată, în ziua de 1 februarie 1943, Guvernământului Provinciei Bucovina. Concomitent se aducea la cunoștința organelor administrative de la Cernăuți faptul că, până la acea dată, n-au fost întreprinse acțiuni de deshumare a martirilor.

În ziua de 1 aprilie 1941 au sângerat cerul și pământul. S-a îngrozit Valea Siretului. Unii, care au reușit să scape de gloanțele grănicerilor bolșevici, „refugiindu-se în pădurea din apropiere, au fost ajunși din urmă de cavaleria sovietică și măcelăriți cu sabia”. Martirii sunt aruncați în gropi comune. Ei își dorm somnul veșnic la poale de codru verde. Fagii seculari le freacă în creștet.

Acei care s-au salvat din ghearele morții vor fi hăituiți, prinși și întemnițați de cerberii regimului totalitar. După interogatoriile bestiale, puterea sovietică s-a răfuit crunt cu „trădătorii patriei socialiste”. Ei au împărțit destinul martirilor de la Lunca.

Petru GRIOR,
directorul Centrului de Cercetări Istorice și Culturale din Cernăuți
Foto N. HAUCA

Inspirat de frumusețea codrilor Herței



Îndrăgostitul de poezie, GHEORGHE ȘODRÂNGĂ-REGĂȚEANU, s-a născut la 30 martie 1963 în satul Mogoșești, raionul Herța, unde a crescut fiind educat în cultul graiului, portului și obiceiurilor strămoșești. A studiat la școala primară și cea medie din satul natal, apoi în Republica Moldova a urmat cursurile Școlii Tehnice Silvici (post-liceale) din Chișinău, obținând diplomă de tehnician silvic. Din anul 1986 a lucrat la Ocolul silvic „Laura” din localitatea Crasna de lângă Vicovu de Sus din Bucovina, la mai puțin de 5 kilometri până la Putna. Și-a continuat studiile superioare și de specialitate la Universitatea de Stat din Moscova, devenind inginer silvic-tehnolog. A renunțat la facilitățile oferite după 1990 în zona fostului imperiu sovietic și s-a întors în anul 1998 ca specialist pe plaiurile natale ale Herței, ocupând postul de șef al Ocolului silvic. Din anul 2001 deține funcția de director al Întreprinderii de Stat „Ocolul Silvic de Stat Herța al Complexului Agroindustrial”. În familie educă doi copii pe care îi învață să trăiască, să vorbească, să gândească și să iubească românește.

Militantul pe tărâmul social și literar Gheorghe Șodrângă, care scrie sub pseudonimele Gheorghe Regățeanu-Cerna- uți, Gheorghe Regățeanu și uneori Gheorghe Șodrângă-Regățeanu, este un participant activ la activitățile culturale organizate atât

în țară, cât și în străinătate, aducând prin poeziile sale patriotice un strigăt pentru păstrarea graiului, portului și obiceiurilor românilor din Ucraina. Poeziile sale au fost publicate în cea mai mare parte în ziarul raional „Gazeta de Herța”, dar și în alte ziare locale. A debutat cu primul volum de versuri intitulat „Micul Regat”, publicat la Hliboca, sub îngrijirea scriitorului Nicolae Șapcă, redactor-șef la gazeta „Monitorul de Hliboca”, Cernăuți.

Mesajul din creația literară a poetului Gheorghe Regățeanu, este cu preponderență patriotic, în care dorul și dragostea pentru limba și cultura strămoșească a vitregitului său neam străbate timpul și veșnicia, concretizându-se în versuri ce se adresează atât minții, cât și inimii.

Poezia lui este ca o flacără, ca un vulcan care erupe instantaneu. Existența este o grea încercare, infinite răscruci apar la orice pas și el, poate, nu are altă cale decât de a mînuî condeiul cu decență și curaj, osândind păcatul celor care i-au smuls rădăcinile, i-au mutilat graiul și i-au știrbit identitatea. Rătăcind prin labirintul cuvintelor, poetul abordează cu bărbăție termeni și expresii sensibile precum gardul de sârmă ghimpată. Versurile sunt uneori un îndemn la luptă, alteori oscilează între speranță și resemnare, între durerea sfâșietoare a despărțirii de cei dragi, de dincolo de Prut până la Nistru...

● Țară de vis

Unde ești, țară de vis?
Regăsindu-te prin cărți.
Ușile ți le-ai închis,
Ne-ai lăsat în patru părți.

Ca să nu-ți mai fiu străin,
Să-mi reiau cetățenia,
Să dau lei pe buletin,
Oare-n asta ți-e tăria?

Ca să fiu părtaș al țării,
Apărând neamul și glia,
Să-mi aud valurile mării,
Înverzind de dor câmpia

Strânge-ți copilașii, țară,
Ca să nu-i piardă străinii,
Cât n-ar fi viața de-amară
Pragul tău – dulceața pâinii.

● Codrul

În pădurea verde-a Herței
Multe seri am poposit,
Ca să văd, cum trec mistreții
Pe poteci cu pas grăbit.

Stai, drumețule, la masă,
Greu nevoile te apasă,
Căci pădurea lecuiește
Cine-o clipă odihnește.

Doar natura voi o știți,
Rău cu ea să nu glumiți,
O greșală cât de mică,
Greu din nou ea se ridică.

Pentru ce trăiești pe lume
Și pădurea-ți poate spune,
Dacă stai o zi și-o noapte,
Ea pe toate ți le scoate.

Ascultând foșnet de frunze,
Ce miroase a verdeață,
Parcă-ar curge-n cet pe buze
Un izvor rece de gheață.

Păsările cu al lor cântec,
Ce-ți aduce voioșie,

Parcă trec săgeți în pântec
Cine vorba lor o știe.

Șerpui, broaștele prin baltă
Duc viața lor târâtă.
Veșnic haina lor o scaldă,
Ascunzând pielea urâtă.

Zori de zi când se revarsă
Păsările nu-și găsesc locul,
Iar ne vine-o zi măiastră,
Soarele-și revarsă focul.

Natura-și grăbește roata
Cu ai ei oaspeți trecători,
Iar la om îi trece soarta
Înzestrată de comori.

● Primăvara

Primăvara vine iară
Cu flori multe de parfum,
Plugurile câmpuri ară,
Mielușei zburdă pe drum.

Totul începe-a se trezi
De la somnul cel de gheață,
Mai frumos în zi cu zi
Iară totul prinde viață.

Înverzește tot pământul
În covorul de verdeață,
Ca în rai aleargă vântul
În frumoasa dimineată.

Și, de ești în suflet trist,
Tu privește-n jurul tău,
Gândul tău e un artist
Și tu uiți de tot ce-i rău.

Fii mereu tânăr ca ea,
Omule, plin de necaz,
Înmulțește-ți dragostea,
Nu lăsa loc de răgaz.

Inima să-ți fie plină
De a primăverii foc,
O cărare de lumină,
Viață plină de noroc.

● Micul Regat

Regățeni au fost bunicii,
Regățeni îmi sunt părinții,
Regățan din dealul crucii
De la talpă-n vârful minții.

Unde-ți e regatul Herța, țară,
Cel din veacuri plin de glorie,
De-am rămas plini de negară
Și îți plâng de dor feciorii?!

Mulți au fost striviți în beznă
Fără să-și mai vadă glia,
Pe când alții au dat buzna
De ne-au împărțit moșia.

Orice casă a fost zdrențată
Car cu boi luat de stat,
Orice fată a fost mușcată
De un orb – tiran turbat.

Oameni de la neam striviți
Aruncați de soarta vieții,
Fără de vină pedepsiți
Ne-au purtat grija mistreții.

Astăzi robi vă sunt nepoții
Și zidesc ce-a stins războiul,
Stăm smeriți,
e vremea nopții,
Grămadind la prag gunoiul.

Nimeni nu ne poartă grija
Să te-ntrebe cum o duci,
Amăgește țara, lumea, birja
Și cu gându-n bani te culci.

Eu n-am pace, nu am somn,
Când îmi văd că neamu-i rob,
Lumea-l face pe om Domn,
A uitat că-i praf, și-i colb.

Cât de-adânc este oftatul
Care-mi vine din strămoși,
Oare pot să fiu eu altul,
Rătăcind cu cei fricoși?
Uite cum ne piere vremea
Unui fărâmițat popor
Și de boală și de crimă
Cu nădejdea-n viitor!

LA O CEAȘCĂ DE VORBĂ CU NELLY CIOBANU

Nelly Ciobanu a reușit să-mi topească din imaginație nfemeia de gheață, surprinzându-mă prin calmul implicabil, generozitatea și rafinamentul său. Ea este cea care a dus „Hora din Moldova” pe marea scenă de la „Eurovision” în anul 2009, cea care se descurcă de minune și în calitate de prezentatoare TV, deținătoarea numeroaselor premii ale concursurilor internaționale, posesoarea unei voci incomparabile, diva muzicii ușoare din Republica Moldova. Ea zice că dacă râvnești din inimă, visele devin realitate. Se consideră bucuroasă, pentru că a avut noroc să întâlnească iubirea adevărată, a avut noroc să dea naștere unei fetițe deosebite și a avut noroc de a vizita orașul nostru, susținând sâmbătă un spectacol inedit, desfășurat în sala Filarmonicii regionale.

Cor.: Bine ați venit la Cernăuți! Cum a început afirmarea interpretei Nelly Ciobanu?

N. C. – Afirmarea mea a început la 19 ani și iată că la toamnă se împlinesc deja 24 de ani de când m-am consacrat muzicii. Sunt pentru a doua oară la Cernăuți, este o întâlnire de suflet, mai bine zis, pentru că cu foarte mulți ani în urmă, pe când eram o puștoaică, la Cernăuți m-a adus Concursul internațional de muzică, în cinstea lui Volodymyr Ivasiuk. La acest concurs am fost deținătoarea Premiului I.

Cor.: În anul 2009 ați participat la Festivalul muzical „Eurovision”, cu piesa “Hora din Moldova”. Ce ați simțit când ați aflat că veți reprezenta Moldova la acest concurs important?

N. C. – La vârsta de 3 anișori, fiica mea în fiecare seară când se ruga la Mântuitor spunea: „Doamne, te rog frumos ca mama mea să câștige”, ceea ce mă impresiona foarte mult. Sunt coautor și la muzică, și la text, și asta

mă face să mă simt și mai mândră, deoarece au trecut 8 ani de atunci, însă lucrul pe care l-am făcut cu continuă să trăiască și acum.

Cor.: Cum ați reușit să îmbinați cariera muzicală cu căsnicia frumoasă și trainică?

N. C. – Deseori când priveam televizorul vedeam foarte multe destine ale marilor artiști care și-au pierdut sentimentul de a fi părinte și asta m-a făcut să-mi dau cuvântul în fața lui Dumnezeu că o să am o familie trainică și o carieră de succes. Am un soț minunat, profesor și conferențiar universitar, doctor în drept, avocat care activează. Și o fiică de 11 ani care poartă un nume frumos din trei note muzicale – Mirela.

Cor.: Care este mesajul pe care-l transmiteți cititorilor noștri?

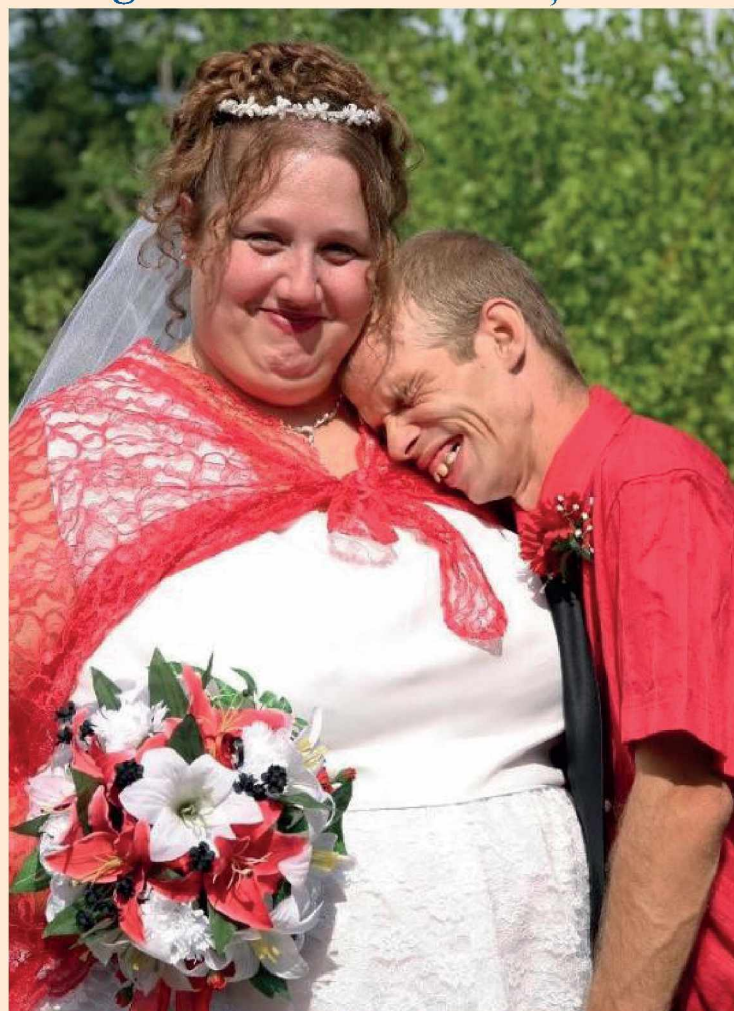
N. C. – Aș dori ca Bunul Dumnezeu să le binecuvânteze familiile, să le dea de toate câte puțin. Să le dea din înțelepciunea bătrânilor, să le dea căldură-n casă, dragoste față de cei apropiați, sănătate și tot ce-și doresc.





Să râdem cu lacrimi

Imagini haioase cu miri și mirese



Corupții din pădure și procurorii:

- Melcule, unde fugi așa repede? Întreabă ursul.
- Mă caută procurorii să mă aresteze.
- De ce?
- Eu am casă, mama - casă, tata - casă, fratele meu are casă...
- Ursul începe să fugă și el după ce s-a gândit un pic la ceea ce a spus melcul. Pe drum se întâlnește cu cocostârcul.
- Ursule, de ce fugi?
- Mă caută procurorii să mă aresteze. Eu am blană, mama are blană, tata are și el blană...
- Se gândește cocostârcul și se pune și el pe fugă. Se întâlnește cu maimuța, care îl întreabă:
- Cocostârcule, ce-ai pățit de fugi așa tare?
- Fug să nu mă aresteze procurorii. Eu trăiesc pe picior mare, mama trăiește pe picior mare, tata la fel...
- Fără să gândească, maimuța se pune pe fugă. Când obosește, se oprește pe loc și spune:
- Eu de ce fug? Eu sunt cu fundul gol, mama e cu fundul gol, tata e cu fundul gol, bunicii la fel...

- Tată, de ce bărbații de la noi
nu au mai multe neveste?
- Ești mic. Când vei crește,
vei înțelege de ce legea
ne apără!



Si un cadou special pentru
Gura Lumii

Sunt femei care,
în loc să-i facă să sufere
pe câți mai mulți bărbați,
așa cum este firesc,
se concentrează asupra
unuia până îl extermină.
Acestea se numesc
"fidele".



Calculatorul tace,
dar femeia - ba...

Un tip se duce la biserică să se
spovedească. Preotul îl
întreabă:
- Ai făcut păcate?
- Da, părinte.
- Te lepezi de Satana?
- M-aș lepăda, părinte, dar am
doi copii cu ea...



- Care-i diferența între
un tren și un popa?
- Trenul când te duce
te și aduce, da popa
când te duce, dus
ramai...

Soția se întoarce de la cumpărături și îi
spune soțului:
- Dragul meu, am două vești pentru tine,
una bună și una proastă! Cu care să încep?
- Cu cea proastă, evident!
- Am cheltuit toți banii, la shopping, dar
vestea bună este că... te iubesc și așa sărac
cum ești acum!

Doi moșnegi stăteau pe o
bancă:

- Auzi, o vezi pe tipa aia?
- Moare după mine.
- Da de unde știi?
- Doar n-o sa moară
înaintea mea!

- Bulă în armată.
- Bulă, ce este patria?
- Nu știu.
- Ești prost. Vasile, ce este
patria?
- Patria este mama mea.
- Corect. Bulă ce este
patria?
- Patria este mama lui
Vasile.
- Idiotule, patria este și
mama ta, ai înțeles?
- Înțeles.
- Ce ai înțeles?
- Că sunt frate cu Vasile.

Femeile se împart în două
categorii: Doamne și Doamne
Ferește!

- Soția îi spune soțului:
- Mai bine mă căsătoream
cu dracul!
- Aiurea, scumpo!
- Căsătoria între rudele de
sânge e interzisă!

- Două prietene:
- Dragă, spune și tu, nu e
viața asta groaznică? Ori de
câte ori dau și eu de un bărbat
cumsecade, descopăr că el fie
că e însurat, fie că eu sunt
măritată.

Epigrame

Amendament
De gândești cum se
cuvine,
Vei trăi împărătește,
Dar trăiește mult mai
bine

Prostul care nu
gândește.

Epigramă de Elis
Râpeanu

Celei mai bune
soacre din lume
Cât ar fi ele de acre,
Una, totuși, dintre
soacre,
M-a iubit și n-a
fost rea:
Soacra lui... nevastă-
mea!

Epigramă de Valeriu
Cercel

Dragoste de soacră
Spun deschis cât țin la
soacră:
Din al inimii adânc,
Fie dulce, fie acră,
Tot îmi vine s-o mănânc.

Epigramă de Ioan Hodaș

Un soț ce se crede familist
Dovedind mobilitate
- Deși este în etate -
Devotat a fost și este,
...La vreo patru, cinci
neveste.

Epigramă de Gabriela
Gențiana Groza



Al doilea meci oficial din acest sezon încheiat la egalitate

Partida FC Bucovina-Desna Cernighiv s-a încheiat cu scorul de 0:0. Jucătorii bucovineni nu au reușit să impună în meciul disputat în deplasare, chiar dacă au creat numeroase ocazii de gol la poarta adversarilor.

Acest rezultat menține echipa Desna pe locul 3 în clasamentul general pe echipe din Liga I. FC Bucovina ocupă locul 14 în clasament cu 21 de puncte la activ. "Ambele echipe au avut o prestație bună. Am intuit bine jocul echipei care pretinde calificarea în Premier Liga Ucrainei.

Am pus accent pe jocul ofensiv și am reușit să punem în pericol poarta adversarilor. Din păcate, nu avem acțiuni rezultative în atac", a menționat Oleg Ratii, antrenorul principal al FC Bucovina, după încheierea meciului. Pe 2 aprilie FC Bucovina va dispune pe teren propriu de Skala Strii, echipă care deține locul 17 în clasamentul general. Antrenorul Oleg Ratii invită suporterii să susțină echipa favorită din tribune. "Invit toți suporterii pe stadion. Intenționăm să vă bucurăm cu un joc de calitate și cu un rezultat pozitiv", a concluzionat antrenorul.



Competiție raională de orientare sportivă la Storojineț

Circa 80 de copii au participat în cadrul unei competiții raionale de orientare sportivă "Ghiocelul-2017", care s-a desfășurat la Storojineț. Întrecerile s-au desfășurat la 6 categorii de vârstă și pe distanțe diferite. La competiție au participat elevi din Storojineț, Banyliv-Pidhirnyi,

Dăvideni, Jadova Veche, Crasna și Ciudei, care au avut posibilitatea să-și verifice propriul nivel de abilități fizice și să câștige experiență. Un juriu competent a determinat câștigătorii competiției raionale la fiecare categorie de vârstă.

● Preliminariile CM 2018

Ucraina cedează dramatic în fața Croației

S-a disputat a cincea etapă a preliminariilor din zona Europa pentru Cupa Mondială, care va avea loc în Rusia, în 2018. În urma rezultatelor înregistrate, Franța, Elveția, Germania, Polonia, Anglia, Spania și Croația și-au consolidat pozițiile de lideri în grupele lor, în timp ce Olanda a rămas fără selecționer, după înfrângerea



din Bulgaria. Se știe că croații joacă foarte bine acasă, în timp ce ucrainenii încă nu au câștigat în deplasare. La Zagreb naționala Ucrainei a cedat cu scorul de 0:1 în fața Croației. Alte rezultate în Grupa I: Turcia-Finlanda (2:0) și Kosovo-Islanda (1:2). Lider în Grupa I rămâne Croația cu 13 puncte, Islanda – 10, Ucraina – 8, Turcia – 8, Kosovo – 1 și Finlanda – 1.



CAMPIONAT DE MOTOCICLISM LA BORIVȚI

În localitatea Borivți (raionul Chițmani) s-a desfășurat etapa a II-a a Cupei Ucrainei la motociclism. La competiție au participat circa 60 de sportivi care au concurat la diferite categorii de vârstă din regiunile Cernăuți, Jytomyr, Rivne, Vinnița, Hmelnițk, Lviv, Transcarpatia și Ivano-Frankivsk. Participanții au avut vârsta cuprinsă între 5 și 60 de ani. La eveniment a participat și guvernatorul regiunii Cernăuți, Oleksandr Fișciuk, care a oferit în dar o motocicletă KMT-125 celui mai bun sportiv al regiunii, Maxim Kupin de 16 ani. Maxim este originar din localitatea Kyseliv și are cucerite mai multe titluri în cadrul campionatelor naționale și internaționale.

Campionat regional la patinaj artistic găzduit la Cernăuți

La Cernăuți s-a desfășurat Campionatul regional la patinaj artistic "Constelația Bucovinei". La turneu au participat circa 200 de sportivi din mai multe regiuni ale țării și din Bielarus. Printre învingători se numără și tânărul sportiv Violeta Sevzan din Cernăuți.

Campionatul s-a desfășurat în trei categorii de vârstă și la diferite probe. Campionatul regional de patinaj artistic a fost organizat de Asociația sportivă „Liga ucraineană de patinaj artistic” în colaborare cu Departamentul Tineret și Sport din cadrul Administrației Regionale Cernăuți.

Stadionul echipei chineze de fotbal Shanghai Shenhua a fost afectat de un incendiu puternic

Stadionul echipei chineze de fotbal Shanghai Shenhua a fost afectat, marți, de un incendiu puternic, dar nici o persoană nu a fost rănită, notează Reuters. Focul a izbucnit în partea exterioară a arenei și a fost stins de către pompieri înainte să afecteze tribunele sau terenul de joc. Cauzele producerii incendiului sunt încă investigate.

Stadionul Hongkou are o capacitate de 33.000 de locuri și a fost reconstruit în 1999, în locul unei arene vechi de 46 de



ani. Arena a găzduit finala Cupei Mondiale din 2007 la fotbal feminin. Totodată, artiști precum Whitney Houston, Linkin Park, Kylie Minogue sau Mariah Carey au concertat pe stadionul din Shanghai.

Era ca acum, prin Postul Paștelui, când Maricica i s-a destăinuit mamei că abia așteaptă acea zi când alesul său va veni să-i ceară mâna. Avea o relație de numai câteva luni cu Viorel, dar nu la mult timp după ce s-au cunoscut flăcăul i-a spus că viața lui nu are sens fără ea și că o iubește mai mult decât orice. Fata nu i-a răspuns din start. Deși a fra-pat-o tânărul din prima întâlnire, vroia să-și verifice sentimentele.

Maricica și Viorel s-au cunoscut într-o seară splendidă de septembrie. Fata petrecuse toată ziua la ore, la facultate. Era în ultimul an de studii și, pe cât se apropiau examenele de licență, pe atât mai încărcată era. Continua să lucreze la firma tatălui, una de succes. O făcea în paralel cu studiile. Bunul ei părinte decedase subit cu jumătate de an în urmă la numai 44 de ani. Era omul în floarea vârstei. Își făcea planuri frumoase. Își imagina cum o va duce spre altar pe unica sa odraslă. Însă, într-o după amiază la sediul firmei au fost chemați doctorii. Sosind în grabă, cei de la ambulanță au constatat decesul omului. Muri în urma unui atac de cord. În dimineața acelei zile a simțit că ceva nu este în regulă. Și-a chemat fiica, la care ținea foarte mult, și i-a zis că se simte foarte obosit. A chemat în grabă un notar și a scris un testament prin care i-a lăsat ca moștenire Maricicăi o sumă solidă de bani, încredințându-i și firma pe care o crease și dezvoltase. După ce isprăvise aceste lucruri, i s-a făcut puțin mai bine, dar nu pentru mult timp. Pe la orele cinci steaua lui s-a stins. A lăsat în urmă o viață scurtă, dar trăită frumos, fiica și soția îndurerate.

Maricica s-a încadrat foarte rapid în activitatea firmei. Era ajutată și de colegii răposatului său tată, care iubeau mult felul ei de a fi, capacitatea de a comunica cu toți și ardoarea de a munci. În acea seară încântătoare de toamnă, Maricica a intrat într-o cafenea pentru a servi un suc și a se odihni după o zi grea petrecută la facultate. Muzica liniștită, ce răsuna în local, a transferat-o, parcă, într-o altă lume – cea a viselor și speranțelor. Și așa, meditănd despre una și despre alta, Maricica simți cum cineva o privește dintr-o parte. S-a uitat în dreapta. La altă masă stătea, tot de unul singur, un tânăr, care, într-adevăr, nu-și lua ochii de la ea. Peste câteva minute bărbatul s-a apropiat.

– De ce stai singură, frumoaso?
– Probabil, de aceea de ce și dumneata, i-a răspuns Maricica în doi peri.
– Sunt Viorel și propun să ședem și să servim ceva împreună.
– Maricica, i-a întins mâna, acceptându-i propunerea.

Firul discuției s-a depănat deosebit de frumos. Flăcăul i-a povestit multe și de toate. Nici nu au observat cum chelnerul de serviciu s-a apropiat și le-a zis că e ora târzie. Cei doi au făcut schimb de telefoane și și-au promis să se mai vadă tot în acel loc romantic. Așa au urmat vreo trei luni. Lumea se apropia de Sărbătoarea Luminoasă a Învierii. Într-o seară Viorel i s-a destăinuit că o iubește mult de tot și că vrea să vină la mamă-sa pentru a o cere în căsătorie. Fata nu i-a răspuns. Vroia să-și mai verifice sentimentele. Pe zi ce trecea tânărul devenea tot mai insistent. Într-o seară, în timp ce mama și fiica cinau, se pomeniseră cu el în prag fără să le prevină.

– Acesta este Viorel, mamă. Faceți cunoștință, îl prezintă Maricica.

Tânărul le întinse câte un buchet mare de trandafiri.

Intuiția și inima mamei spuneau mai multe



– Doamnă, o iubesc mult pe fiica Dumneavoastră și, dacă va fi voia ei și binecuvântarea Dumneavoastră, ne vom căsători.

– După câte știu vă cunoașteți de prea puțin timp. Poate că ar fi cazul să nu grăbiți lucrurile. Căsătoria nu este un măr din care poți să muști și după aceea să-l arunci, ci este pentru viața toată.

– Și dacă până atunci Maricica șovăia cu răspunsul pentru Viorel, din acea seară, după ce alesul ei a plecat, i-a replicat mamei:

– De ce nu ne-ai dat binecuvântare, mamă?

– Nu te grăbi așa, fata mea, spuse mama oftând.

Fata, însă, insistă:

– Mamă am deja 22 de ani și ar fi timpul să-mi fac și eu viața. Și apoi, vom locui cu dumneata, aici. Nu ai de ce să te îngrijorezi.

– Poate că ai dreptate, Maricica. Sau poate Viorel are nevoie de banii tăi, ce i-ai moștenit de la tată.

Fata sări ca arsă la auzul acestor cuvinte. În acea seară mama nu a putut s-o convingă. A încercat și în zilele următoare să-i dea de înțeles că graba nu ajută la nimic, dar în zadar. În cele din urmă, a cedat. Romanul celor doi avea deja o "vechime" de jumătate de an. Într-o sâmbătă călduroasă de vară s-au logodit și au decis ca până la nuntă să trăiască împreună într-un apartament luat în chirie. Și prima noapte au ales s-o petreacă la vila unui prieten de-al lui Viorel în afara orașului. Au savurat din plin acolo luna plină și puzderia de stele de pe cer. S-au întors foarte fericiti și au început să pună la punct pregătirile pentru nuntă. Maricica plutea dusă pe valurile fericirii. În fiecare zi Viorel o înconjură cu cele mai frumoase cuvinte, buchete de flori, cu cadouri, fie și mici, dar plăcute. De unde putea să știe biata fată că toate acestea sunt lucruri false și că într-o zi va regreta mult de tot. În plus, o neliniștea și îngrijorarea ce putea fi citită în ochii mamei. Intuiția și inima de mamă spuneau mai multe.

Maricica nu putea să nu observe acest lucru, însă privea la toate acestea ca la o simplă gelozie a celei care i-a dat viață. Într-o seară deznodământul s-a produs și Maricica s-a convins că dreptate a avut mama atunci când a vrut s-o ferească de această căsătorie. După ce au luat cina și au plecat la culcare, Viorel s-a ridicat încet și s-a retras la bucătărie. Maricica a șovăit câteva clipe apoi a plecat, cu pași de pisică, în urma lui.

– Suflețelul meu, astăzi nu am putut să vin să te văd. Știi că până la nuntă tre-

buie să fiu cu ea, altfel nu voi reuși ceea ce am pus la cale.

Bărbatul vorbea în șoaptă.

– Mai rabdă ceva timp, pușor. Numai căsătorindu-mă cu Maricica, voi putea obține acces la banii ce i-a moștenit. După aceea vom avea de toate.

La auzul acestor cuvinte lacrimile s-au prelins involuntar pe obraji Maricicăi. A intrat rapid în baie pentru a se spăla pe față.

– De ce nu dormi, scumpo? – a întrebato Viorel.

– Nu știu. Am avut numai ce un vis ciudat, îi răspunse ștergându-și fața.

În noaptea aceea Maricica nu a închis ochii. A urzit tot feluri de planuri de răzbunare și s-a gândit când va veni mai repede acel moment și va avea posibilitate să-și ceară iertare de la mama. A doua zi acel plan al răzbunării era gata pus la punct. Seara când Viorel veni acasă Maricica i se adresă:

– Dragul meu, avem o mică problemă.

– Ce fel de probleme mai putem avea noi, odorașul meu? Peste o săptămână jucăm nunta și ne vom trăi viața în dulceață și bună înțelegere.

– Ții minte, a insistat Maricica, am promis să achit eu toate cheltuielile pentru nuntă? Așa a dorit răposatul meu tată.

– Și?

– Banca nu-mi poate elibera acum bani-gheață. Sunt puși pe depozit. Vreau să te rog, dacă ai posibilitate, să achiziți tu aceste cheltuieli și peste două luni îți voi restitui banii.

– Cum să nu, draga mea. De ce nu mi-ai spus acest lucru mai devreme.

Iată sosi și ziua nunții. Văzând-o în rochie de mireasă, mama își îmbrățișă cu drag unica fiică.

– Cât de mult vreau să te văd fericită, Maricica.

– Voi fi neapărat fericită, mamă.

Cândva, odată.

Și lacrimile s-au prelins din nou pe obraji ambelor. În inima miresei fierbea acea sete de răzbunare pe omul pe care l-a îndrăgit și care a înșelat-o atât de crunt. Când funcționarul de la oficiul de stare civilă le-a adresat tradiționala întrebare de sunt gata să fie alături și la bine și la greu, Viorel a spus un "da" tare. Și iată că veni și rândul Maricicăi.

– Nu!!! – spuse ea cu voce tare. Să-și caute o altă proastă, pentru că în cazul meu nu merge. Rudele și oaspeții adunați au rămas șocați când mireasa a zbughit-o din local, aruncându-i din mers în față mirelui voalul alb.

Dumitru VERBIȚCHI

HOROSCOPI

3.04-9.04.2017



BERBECUL. Este o săptămână destul de agitată pentru tine, având tendința de a te implica în mai multe activități simultan. În familie și relația de mariaj au loc transformări importante, mai ales pe la jumătatea acestei săptămâni. Spre sfârșitul săptămânii se pare că primești bani de la cine te așteptai mai puțin sau te vei bucura de atenția celorlalți. Sfârșitul de săptămână poate să-ți aducă o veste importantă legată de un parteneriat sau de viața de cuplu.



TAURUL. Ai sentimentul că nu poți comunica atât de deschis sau că nu reușești să te faci înțeles. Te simți mult mai slăbit, lipsit de energie, punând totul pe seama asteniei de primăvară. Atenție la problemele de sănătate, care pot să apară în această săptămână. Ești mult mai dornic să ajungi în locașuri sfinte, reușind astfel să te echilibrezi la nivel emoțional. Spre sfârșitul săptămânii vei comunica cu prieteni dragi.



GEMENII. Te simți provocat de tot felul de adversități venite din partea prietenilor. Primești vești, nu prea plăcute, legate de relația sentimentală. Simți că nu-ți poți găsi locul și oricât ai încerca să te integrezi într-un anumit mediu, parcă tot apar piedici. Au loc transformări profunde în ceea ce privește idealurile tale de viață. Nu lua decizii importante acum.



RACUL. Te confrunți cu probleme legate de carieră, de felul în care te percepe ceilalți oameni. Se pare că în această săptămână pot apărea probleme legate de propria locuință. Fii atent la posibilitatea producerii unui incendiu sau orice alt pericol. Se pare că la jumătatea săptămânii ai parte de o întâlnire importantă, simțindu-te în largul tău, alături de persoana iubită. Sfârșitul de săptămână îți aduce răspunsuri importante legate de un loc de muncă. Ești mult mai stăpân pe propriile forțe.



LEUL. Apar tot felul de probleme legate de comunicare, călătorii, dar și de studii. Te simți prins într-un cerc și nu găsești o cale de a ieși din problemele care țin de relaționarea cu ceilalți. Familia este de partea ta susținându-te în demersurile pe care le faci, legate de locul de muncă. Posibil să apară o nouă relație de iubire în viața ta, având sentimentul că ți-ai întâlnit sufletul pereche.



FECIOARA. Apar probleme legate de banii pe care ar trebui să-i primești. Ai multă răbdare și chibzuință în privința administrării bugetului propriu. Comunicarea se desășoară în beneficiul tău spre jumătatea săptămânii, aducând de partea ta prieteni prin intermediul cărora poți încheia parteneriate importante, care îți vor aduce beneficii pe viitor. Petreci sfârșitul de săptămână alături de cei dragi.



BALANȚA. Ești agitat, găsindu-ți cu mare greutate calmul în preajma celorlalți. Parcă nimic nu se întâmplă așa cum ți-ai fi dorit. La jumătatea săptămânii primești banii pe care îi așteptai de ceva timp. La locul de muncă se pare că te simți în largul tău, mai ales că acolo se află o persoană dragă. La sfârșitul săptămânii te hotărăști să pleci într-o călătorie, alături de partener și prieteni.



SCORPIONUL. Este timpul să depistezi o problemă de sănătate. Adoptă un nou regim de viață, dedicând mai mult timp grijii față de propriul organism. Te simți fericit, împlinit alături de persoana iubită. Din păcate, spre sfârșitul săptămânii, ai sentimentul că nu-ți găsești cuvintele, astfel că nu vei putea să transmiți ceea ce gândești de fapt. Te gândești la o călătorie, pe care să o faci alături de o persoană dragă.



SĂGETĂTORUL. Au loc tot felul de teste în ceea ce privește relația de iubire, dar și în relația ta cu grupul de prieteni. Te simți foarte obosit în urma efortului pe care l-ai depus în ultima perioadă la locul de muncă. Simți nevoia să te retragi departe de lume, ascultând mai mult de nevoile sufletului tău. Ultima zi a săptămânii o vei petrece alături de familia ta, amintindu-ți de momentele dragi petrecute alături de rude apropiate, de părinți.



CAPRICORNUL. Ești într-un moment foarte încordat în privința carierei tale, dar și a unor probleme legate de o proprietate. Pot apărea probleme legate de părinți, fiind nevoit să pleci la un drum neașteptat. Prietenii sunt alături de tine, susținându-te atunci când vei avea de luat hotărâri importante. Rudele apropiate te susțin și ele, reușind să faceli o întrunire de familie, în ultima zi a acestei săptămâni.



VĂRSĂTORUL. Se pare că nu prea se leagă ceea ce planifici în această săptămână, privitor la călătorii. Ar fi mai bine să stai pe lângă casă, alături de familie. La locul de muncă au loc tot felul de schimbări; pe de o parte primești oportunități, promisiuni, iar pe de alta au loc schimbări neașteptate. Astrele susțin cariera și banii pe care trebuie să-i primești din prestarea unor servicii. Fii atent la modul în care comunică cu ceilalți. Sfârșitul de săptămână ți-l petreci alături de prieteni.



PEȘTII. Ești dispus să riști prea mult în plan financiar. Nu ar fi exclus să fie vorba de plata unor facturi restante sau a unor credite pe care nu le-ai plătit la timp. Ești hotărât să pleci la drum lung, poate chiar peste hotare. Chiar dacă este vorba de cheltuieli neașteptate, se pare că vei face față provocărilor financiare. La sfârșitul săptămânii te simți bine, alături de persoana iubită.

CE NU ȘTIAȚI DESPRE COLESTEROL?

Substanță cu importanță vitală pentru organism, colesterolul are ca sarcini sintetizarea unor hormoni, producerea acizilor cu ajutorul cărora funcționează bila, metabolizarea carbohidraților.

Colesterolul nu se poate dizolva în apă, așa că trebuie să fie transportat spre și de la celule prin lipoproteine. Cele cu densitate scăzută poartă numele de colesterol „rău” (LDL), iar cele cu densitate mare colesterol „bun” (HDL). Acestea formează colesterolul total, care poate fi măsurat printr-un test de sânge.

Un nivel ridicat de colesterol LDL poate provoca atac de cord sau accident vascular cerebral, pentru că el se depune în artere, ducând la ateroscleroză. O valoare mare a colesterolului HDL este considerată bună, pentru că împiedică depunerile de calcar pe pereții vaselor de sânge.

Și copiii pot avea colesterol mărit. Pentru că și copiii se pot confrunta cu această problemă, medicii recomandă evaluarea colesterolului încă de la vârsta de 9 ani. Riscul cel mai mare îl au cei supraponderali și copiii care au în familie rude

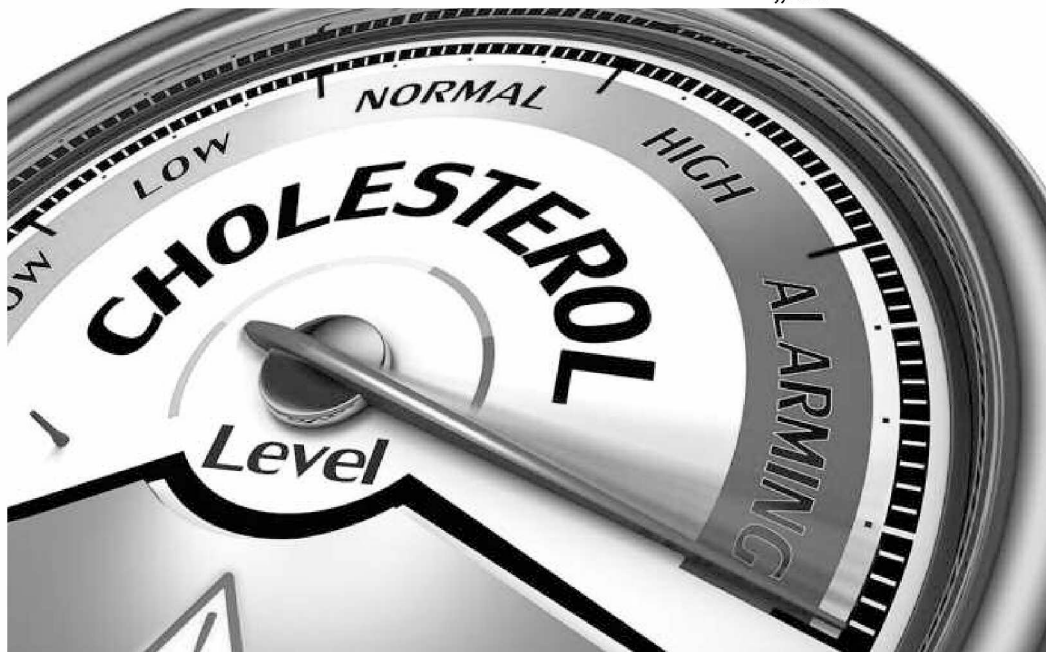
ment aleasă, dacă nu se operează, xentalasmele ajung la dimensiuni impresionante.

Poate crește în sarcină. Când sunt însărcinate, femeile pot avea un nivel ridicat de colesterol. Este o situație fiziologică care revine la normal la circa 4 săptămâni după naștere. Este indicat ca femeile care nasc să aștepte 6 săptămâni înainte de efectuarea analizei profilului lipidic.

Poate proteja pielea. Oamenii de știință au descoperit în urma mai multor studii că această substanță protejează tegumentul de acțiunea radicalilor liberi, care duc, în timp, la apariția bolilor de inimă și a cancerului. În plus, cremele care au pe lista de ingrediente colesterol apără pielea de razele ultraviolete, susțin specialiștii.

Sportul crește colesterolul „bun”. Cercetări recente arată că exercițiile fizice sunt eficiente în menținerea sănătății organismului, iar un program sportiv, desfășurat pe o perioadă lungă de timp cresc nivelul de HDL. Cele mai recomandate activități sunt exercițiile aerobice și cele de rezistență.

Cum poate fi scăzut colesterolului „rău”



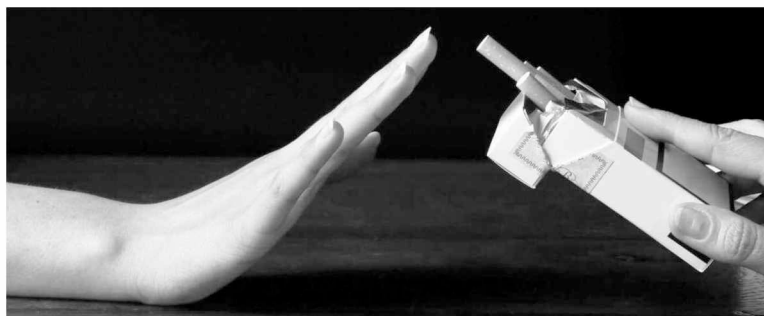
predispuse la boli cardiovasculare.

Colesterolul provine în proporție de 20 la sută din alimentație, restul fiind produs de ficat.

Uneori, poate da simptome. În general, colesterolul mărit nu are simptome. Cei care au colesterolul „rău” mare se pot confrunta cu mici umflături galben-roșietice, care apar mai ales pe pleoape. În termeni medicali, acestea poartă numele de xentalasmă. Ele pot fi îndepărtate chirurgical ori cu laserul. Indiferent de calea de trata-

- ➡ Consumă cât mai multe fructe și legume.
- ➡ Include în regimul alimentar cereale integrale și pâine neagră.
- ➡ Optează pentru carnea slabă și pentru lactate cu un conținut scăzut de grăsime.
- ➡ Nu consuma dulciuri, alimente de tip fast-food sau gustări nesănătoase precum chips-urile etc.
- ➡ Evită prăjelile și optează pentru mâncarea gătită la aburi, la cuptor sau pe grill.

ALIMENTE CARE ÎNVIING POFTA DE FUMAT



Fumatul se numără printre viciile foarte dăunătoare organismului. Lupta cu dependența de tutun este grea, dar nu este imposibil să ieși învingător. Vestea bună este că o serie de alimente ne ajută să învingem pofta de fumat.

Potrivit statisticilor, majoritatea persoanelor suferă de boli de plămâni din cauza fumatului. În plus, există și fumatul pasiv, ceea ce mărește numărul persoanelor afectate de acest viciu. Dependența de tutun nu este o legendă, dar, cu un efort de voință și o dietă corespunzătoare, se poate ieși învingător în lupta cu fumatul.

Brânză în loc de țigară. O mică gustare, compusă din preparate sănătoase și slab calorice, are proprietatea de a vă reduce pofta de fumat, susțin cercetătorii americani. Potrivit acestora, când simțiți nevoia să fumați, mâncați o felie mică de brânză sau o salată de broccoli, iar dorința dispăre. Și consumul crescut de fructe și legume are proprietatea de a reduce sau chiar inhiba necesitatea de tutun.

Sucurile naturale, un aliat.

Imediat ce ați luat decizia de a renunța la fumat, începeți să beți, zilnic, sucuri naturale din fructe și legume. Pentru gust, le puteți îndulci cu puțină miere. Sucurile naturale nu doar că vă taie pofta de fumat, dar constituie și o sursă importantă de vitamine și minerale pentru organism și vă sporesc imunitatea, explică medicii.

Sarea pe limbă, truc eficient. Pentru

a elimina toxinele acumulate în corp de-a lungul perioadei în care ați fost fumător, trebuie să beți multă apă. Ea vă scapă de toxine și vă taie pofta de tutun. De câte ori simțiți nevoia să aprindeți o țigară, beți un pahar cu apă. Un alt truc este să vă puneți puțină sare pe limbă de câte ori simțiți nevoia să fumați. În timp, dorința de tutun va dispărea. Un fenomen ce survine frecvent pe fondul renunțării la fumat este constipația. Pentru a o combate, trebuie să consumăm multe fibre.

Pentru a vă fi mai ușor să renunțați la fumat, nu mai beți cafea, deoarece ea vă accentuează pofta de tutun.

10 la sută din populație suferă de bronșită cronică și emfizem pulmonar, boli apărute, deseori, pe fondul fumatului. 85 la sută din numărul de bolnavi de cancer bronhopulmonar sunt fumători.



CUM VĂ ÎMBUNĂTĂȚIȚI VEDEREA FĂRĂ OCHELARI

Pentru a vă menține vederea ageră pentru mai mult timp, puteți face în fiecare zi sau de câteva ori pe săptămână câteva exerciții. Acestea îmbunătățesc vederea. Iată despre ce este vorba.

Clipitul

Clipitul poate să păstreze o vedere bună. Acest lucru ajută la lubrifierea și

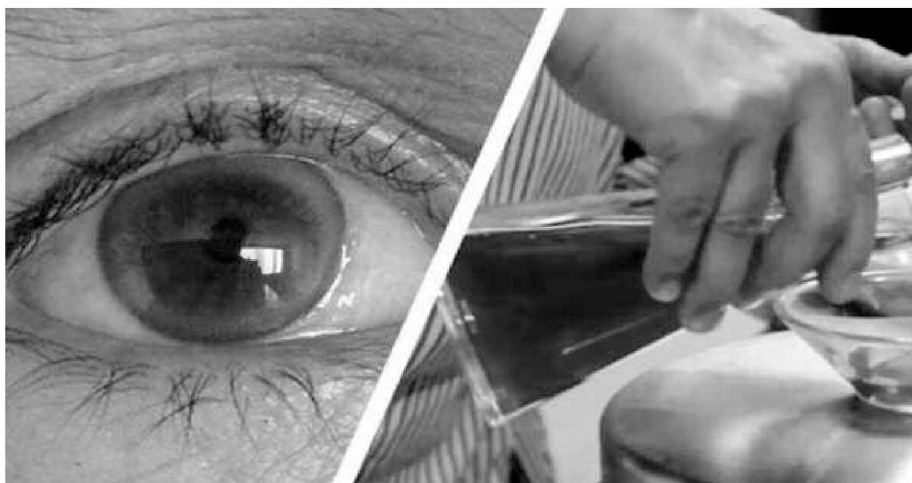
curățarea ochiului. Clipim în mod normal, la fiecare 5-6 secunde, dar atunci când ne concentrăm la un ecran sau pentru a citi un text, ochiul devine fix. Țineți minte că privirea fixă este inamicul ochilor. Faceți un obicei de a clipi în mod regulat când sunteți în fața unui monitor.

Respirația profundă

Buna oxigenare este benefică pentru întreg organismul, deci și pentru vedere. Inspirați adânc și expirați ușor. De ce este benefică respirația corectă? Oxigenul ajunge la retină prin rețeaua vasculară retiniană.

Conturul imaginat al obiectelor

Un exercițiu util pe care să-l faceți în mod regulat, pentru a permite mișcarea ochiului: imaginați-vă că aveți un creion cu care trebuie să faceți conturul unor obiecte. Este un exercițiu simplu, iar obiectul pe care trebuie să-l încercuiți cu privirea poate fi aproape sau la distanță. Este un exercițiu care ajută la



îmbunătățirea vederii centrale.

Focalizarea la distanță

În timpul pauzei de la serviciu, nu ezitați să aveți grijă și de ochi. Este simplu, căci nu trebuie decât să priviți pe geam. Priviți cât mai departe, timp în care să încercați să vedeți cât mai multe detalii: culoarea clădirilor, numărul de etaje, cu ce sunt îmbrăcați oamenii, câte mașini sunt în parcare. Este important, pentru că în felul

acesta vă relaxați cristalinul.

Exercițiile sus-jos, stânga-dreapta

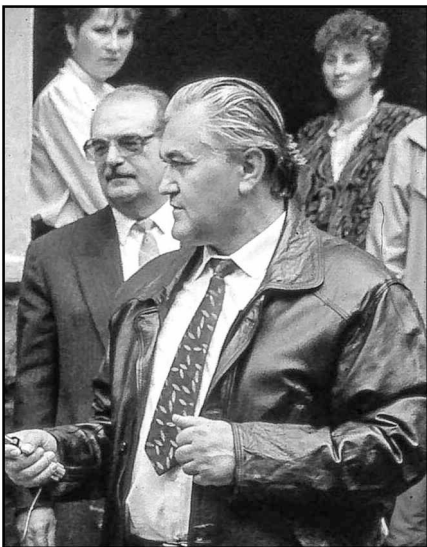
Un alt exercițiu simplu pe care îl puteți face: priviți de 5-10 ori spre dreapta, apoi spre stânga. După aceea, închideți ochii, ca să vă relaxați. Apoi, repetați acest lucru: vă uitați în sus, tot de 5-10 ori, apoi în jos, după care țineți o perioadă ochii închiși.



Pionier al audiovizualului românesc din Ucraina

La finele acestui Mărțișor, Ion RUSU ar fi împlinit 80 de ani. Soarta i-a prins Mărțișorul vieții pe o ramură a unui pom din livada din preajma casei părintești – din Nicoreni, sat mare și pitoresc din apropierea Bălților. Aici a învățat omenia, spiritul gospodăresc și înțelepciunea săteanului. Îi plăcea să scrie și, când își făcea serviciul militar la Cernăuți, i-a observat această „îndeletnicire a tinereții” Anatol Dobreanski, lector universitar, și l-a îndemnat să susțină examenele la Facultatea de Filologie. Ion Rusu n-a ratat această șansă și din cazarmă a trecut în aulele Universității cernăuțene.

Atunci, în anii 60, a fost printre puținii absolvenți români ai Facultății de Filologie, care a activat și la audiovizual, și în presa scrisă. A fost primul crainic la Televiziunea cernăuțeană în limba română, apoi, când în 1967 a fost creat ziarul „Zorile Bucovinei” a fost invitat în noul colectiv de creație. La un an, în 1968, Ion Rusu semnează prima cerere de a fi primit la lucru la Redacția principală în



limba română a Postului de radio Ucraina Internațional, creată la Kiev. A activat în această redacție, cu o întrerupere mică, până la pensionare.

La finele anilor 80-începutul anilor 90, când a început cu adevărat renașterea cultural-națională, Ion Rusu, purtând pe umăr reportofonul greu de 7 kilograme și în mâini microfonul, putea fi văzut la toate acțiunile principale, organizate de Societatea „Mihai Eminescu”, iar în dimineața zilei următoare era deja pe peronul

autogării din Cernăuți, transmitând prin șoferii autobuzelor pelicula cu imprimări făcute la Cernăuți, pentru Radio Moldova. Erau clipe majore ale trezirii conștiinței de neam și Ion Rusu le-a trăit din plin.

El a fost și printre primii, care a abordat problema deschiderii unei școli românești în centrul Cernăuțiului, și s-a încadrat cu trup și suflet în această activitate. Pentru el una dintre cele mai fericite zile din viață a fost cea din 1 septembrie 1991 când și-a deschis larg ușile noua școală românească din centrul Cernăuțiului – Școala medie nr. 29, devenită Gimnaziul nr. 6. Era nespuse de fericit și sufletul îi radia de bucurie și prin faptul că a contribuit la înființarea școlii, și că și-a adus aici fiica să învețe în limba română. Împreună cu buchetul de flori a luat cu sine și legendarul reportofon „R-6”, de care nu s-a despărțit până nu a depus cerere de pensionare. Și-a făcut cinstit datoria și de părinte, și de român, și de jurnalist profesionist.

Amintindu-ne cu gânduri senine, cu sentimente calde și luminoase despre cel care a fost Ion Rusu.

Vânt ce adie din veșnica primăvară a artei

Începe al doilea Prier fără Vitali KOLODII, fără acel zefir al elanului poetic care trezește la viață profunzimile spiritului ucrainean. El a menținut, cât i-a fost hărăzit de soartă, acest spirit pe valurile înnoirii, împrăștiându-l și cu podoabe alese ale altor neamuri. Astăzi, după plecarea autorului în veșnicie, continuă s-o facă vasta sa operă literară, precum și traduceri realizate din alte limbi. Se vor găsi regizori ca să pună în scenă poemele dramatice kolodiene despre ilustre personalități ucrainene Meletii Smotritki și Iuri Fedkovyci, se vor decide unii exegeți să-i analizeze fundamental scrierile poetice și în proză, plasându-l pe autor în locul pe care merită să-l dețină în literatura ucraineană de la răscruci de milenii.

În ultimii ani ai vieții sale Vitali Kolodii a săvârșit o adevărată faptă eroică pe frontul literelor ucrainene – a tradus din română capodopera literaturii universale, poemul „Luceafărul” de Mihai Eminescu. Este considerată cea mai strălucită traducere în întregul areal slav și laurii gloriei n-au întârziat să vină. I le-au oferit România și Moldova, în semn de profundă recunoștință și apreciere. Vitali Kolodii știa și despre intenția studenților de la Colegiul de Arte „Isidor Vorobchivici” din Cernăuți de a pune în scenă spectacolul „Luceafărul” în versiunea sa în ucraineană. Și s-a întâmplat așa că spectacolul a fost prezentat la Clubul de creație „Autograf” din centrul nostru regional în semn de comemorare a autorului traducerii, la un an de la moartea lui. A fost un spectacol inspirat de tinerețe, dar neauzit și neadmirat de mulți dintre frații și confracții de condei ai lui Vitali Kolodii. Să fie aceasta o suflare rece și păgubitoare, ca cea birocratică, în plină primăvară, care a adiat la plecarea Maestrului în lumea celor drepiți?

Oricum, zefirul elanului poetic al lui Vitali Kolodii va triumfa, căci adie din veșnica primăvară a artei. A lăsat pentru generațiile viitoare o vastă comoară estetică, scrisă în graiul lui Taras Șevcenko. Și tot în acest grai, asemănător cu trilul ciocârliei, a tradus din creația lui Mihai Eminescu, Grigore Vieru, a adus în cercul cititorilor ucraineni scrierile poezilor români cernăuțeni Mircea Lutic, Vasile Tărățeanu, Ilie Tutor Zegrea. A visat să fie auzită în ucraineană și nemuritoare baladă a neamului românesc – „Miorița”, dar n-a reușit... O vor reuși s-o facă cei ce-l vor urma? S-ar cere un răspuns afirmativ, iar pentru aceasta trebuie să se nască un Maestru de talia lui Vitali Kolodii – excepțional poet ucrainean și traducător înzestrat cu har divin, pătruns până în adâncul sufletului de simțul universalității.



Luminoase i-au fost viața și fapta

La 2 aprilie Victor OLARU ar fi împlinit 60 de ani. Nu i-a fost dat să ajungă la acest jubileu, iar chipul lui luminos continuă să rămână în memoria rudelor apropiate și a celor care l-au cunoscut, căci luminoase i-au fost viața și fapta.

A văzut lumina zilei la început de Prier în 1957, în familia pedagogilor Dumitru și Olga Olaru din Mihoreni Herței. Forța divină l-a înzestrat cu har și cu simțul frumuseții, iar „primele lecții” de pictură i le-a dat însăși Natura încă în fragedă copilărie. Casa părintească era situată în mahalaua Hârtop, sub geana codrului, de unde se deschidea o priveliște pitorească. Băiatul, frapat de această frumusețe, își avea locul preferat la geam și desena ceea ce vedea. Iar mai târziu, la vârstă matură el va scrie în poezia „Visul”: „Eu văd un vis cu șapte blânde/ Pe coama anilor ce iau galop/ Răsar din glee flori plâpânde/ În suflul vântului de la Hârtop... Am fost și ieri acolo-n vis, / Plimbându-mă prin văi, poie-

ni./ Din când în când mai gust din Paradis/ În țara mea natală – Mihoreni”.

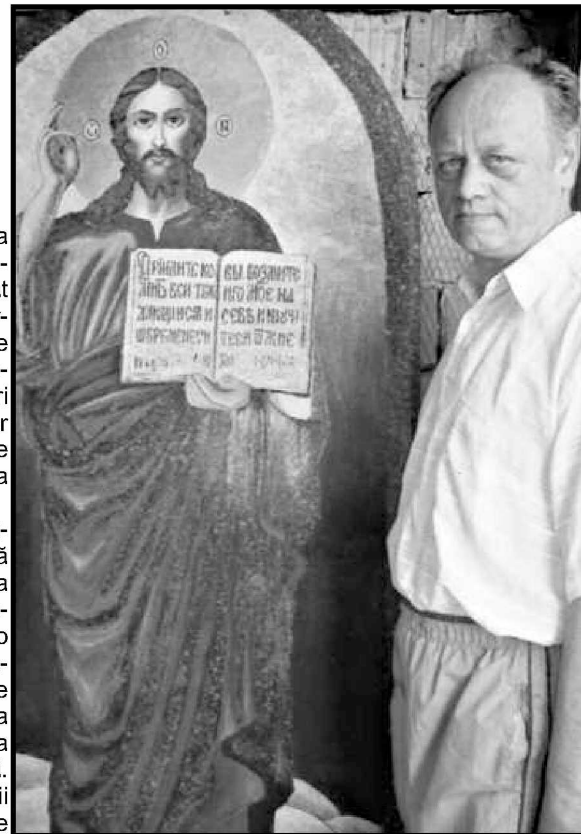
Pe când era elev în clasa a doua primi în ziua de naștere cadoul demult visat – un album pentru desen, acuarele și peneluri. În localitățile din vecinătatea Mihorenilor nu era școală de pictură pentru copii, de aceea și-a dezvoltat aptitudinile de sine stătător. Mai întâi a visat să devină profesor de istorie, însă n-a reușit la examenele de admitere nici la Chișinău, nici la Cernăuți. După prima nereușită a fost chemat să-și facă serviciul militar, unde a avut posibilitate să se ocupe și cu pictura, iar după a doua nereușită a urmat Școala tehnico-profesională nr. 5 din Cernăuți, însușind specialitatea de asamblor mecanic. S-a

înscriș și a învățat fără frecvență la Colegiul de arte, specialitatea regie. În timpul liber a frecventat Studioul de arte plastice din Cernăuți, avându-l ca îndrumător pe cunoscutul pictor și pedagog Nicolai Tkaciuk. Împreună cu alți tineri pictori de la Studioul de arte, Victor Olaru participă la primele sale expoziții internaționale – în Polonia și Bulgaria.

În calitate de pictor a lucrat puțin de tot – la Uzina „Kvarț”. După absolvirea Colegiului de arte i s-a încredințat postul de director al Căminului cultural din Corovia și acolo a organizat un studio de arte plastice pentru copii. Învățându-i pe copii să picteze, Victor Olaru picta și el tablouri după tablouri. Prefera mai mult peisajele, natura statică. Lucrările sale au completat colecții personale ale admiratorilor de arte frumoase din SUA, Canada, Germania, Polonia, Bulgaria. Penelul său a reprodus pe pânză încântătoarele peisaje bucovinene. El a „executat” totul ce-i dicta sufletul pictorului. Iar Victor Olaru a fost mereu îndrăgostit de natură, sentiment încercat încă din pragul casei părintești. Într-o poezie el scrie: „Soarele se lasă la chindii./ Razele-și ascunde prin poieni./ Baștina te-așteaptă ca să vii –/ Casa părintească-n Mihoreni... Nucul lângă poartă te-a-ntâlnit./ Iarba îți cunoaște pasul./ Mângâie zefirul liniștit./ „Bun venit acasă!”.

De Corovia este legată și o altă îndeletnicire, pasiune a pictorului Victor Olaru. Aici s-a afirmat și ca iconograf. Când biserica din localitate a împlinit o sută de ani, enoriașii i-au comandat lui Victor Olaru opt icoane, pictate în culori pe granit. El a fost dintre puținii maeștri bucovineni, care a recurs la asemenea tehnologii complicate.

Iar cu prilejul jubileului de 600 de ani al orașului Cernăuți, Victor Olaru a pregătit mai multe plachete în relief cu diferite imagini ale „miciei Viene” – Universitatea, Catedrala mitropolitană, Teatrul, Primăria ...



În casa sa, ridicată cu mâinile proprii la o margine a Cernăuțiului, pictorul Victor Olaru și-a avut atelierul de creație. Destinul i-a repartizat puțin timp pentru ocupația preferată. Panelurile tânjesc după amprenta degetelor sale, foile albe așa și n-au cunoscut până la capăt istorioarele sale hazlii, căci Victor Olaru a fost și umorist înnăscut, fiind menționat la Festivalul Internațional de Umor „Mărul de Aur” de la Bistrița (2001) și la Festivalul Internațional de Umor de la Iași (2002).

Sunt în așteptarea luminii tiparului și a drumului spre cititor două manuscrise de ale sale „Semafor în colivie” (schite umoristice) și „Să nu ne uitați” (roman cu tematica deportărilor). Într-un interviu pentru presa Victor Olaru afirma: „Omul trebuie să lase pe pământ o urmă frumoasă”. El și-a trăit frumos viața-i scurtă, în armonie cu oamenii, cu gândurile și sentimentele sale, cu natura: „Câte-o dată mi se pare/ C-ar vorbi cu mine-o frunză/ În desăru-i care gata/ Într-o taină să m-ascundă...”.





Când mireasma văzduhului de primăvară pune stăpânire pe acest picior de plai, aducându-ne în viață bucuria împlinirii și dulceața viselor, inima domnului **Nicolae ȘAPCĂ**, redactorul-șef al ziarului „Monitorul de Hliboca”, originar din satul lordănești, raionul Hliboca, este cuprinsă și ea de farmecul acestui anotimp dumnezeiesc. Doar anume în această perioadă, dumnealui își sărbătorește ziua de naștere, prinzându-și în pomul vieții încă un inel.

De mic copil a visat să activeze ca jurnalist și peste tot s-a manifestat ca un om harnic, responsabil și foarte sărguincios. Totodată, e om de omenie, de o rară bunătate sufletească, care știe să facă din orice clipă a vieții o sărbătoare.

În orice situații ale vieții nu-și pierde optimismul, pe fața lui înflorește întotdeauna zâmbetul, e foarte

binevoitor, e gata să-ți întindă o mână de ajutor la nevoie. De aceea are foarte mulți prieteni, oameni care-l înțeleg și-l susțin.

Domnule Nicolae, vă felicită din toată inima, cu ocazia zilei de naștere, colegii de breaslă, membrii redacției noastre. Vă dorim sănătate, fericire, noi împliniri, realizarea visurilor frumoase și ca îngerul păzitor să fie mereu alături.

La mulți ani!



La finele lunii lui Mărțișor, în aceste zile pline de lumină și mireasma adevăratelor sărbători, la 30 martie, când anotimpul primăverii cerne încă odată cu petale de noroc, doamna

Ancuța BĂCU,

director-adjunct, profesoară de limba și literatura română la Gimnaziul nr. 6 din or. Cernăuți, își sărbătorește ziua de naștere.

Cu această deosebită ocazie, împreună cu toate florile primăverii, îi adresează cele mai calde și sincere cuvinte de felicitare scumpul soț Vasile, fiica Daniela, feciorul Adrian, ginerele Ion, precum și dragălașa nepoțică Solomia, rudele, cumetrii, dar și colectivul pedagogic, elevii și părinții, dorindu-i sănătate, mulți ani fericiți și tot binele din lume. Fie ca pasărea norocului să vă poarte pe aripile sale pe toate căile destinului.

Vă dorim mulți ani cu drag

Și doar primăveri în prag,

Sănătate, mult noroc

Cu toți cei dragi la un loc!

La mulți ani!



În popor se zice că viața omului se măsoară nu cu anii, ci cu faptele. Și dacă aceste fapte sunt demne, chibzuite și înțelepte, merită să fie urmate și de alții. La sfârșit de Mărțișor împlinește o vârstă frumoasă domnul

Gheorghe ȘODRÂNGĂ

din satul Mogoșești, raionul Herța.

Merită să accentuăm faptul, că domnul Gheorghe este îndrăgostit de creație, de frumos, scrie versuri. Poezia lui este ca o flacără patriotică, în care dorul și dragostea pentru limba și cultura strămoșească străbate timpul și veșnicia.

Bunul Dumnezeu i-a dăruit doi copii, două flori, pe care i-a crescut împreună cu soția cu mare dra-

goste, altoindu-le cele mai frumoase trăsături de caracter, semănând în sufletele lor semințele binelui, omeniei, dragostei de graiul matern și de vatra strămoșească. Ține mult la ei și face totul pentru fericirea lor.

Domnule Gheorghe, cu ocazia zilei de naștere vă felicită din toată inima toți cei care vă cunosc și vă stimează, cei care țin nespus de mult la dumneavoastră, dorindu-vă multă sănătate și noroc, bucurii și împliniri. Inima să vă fie cuprinsă întotdeauna de iubire — iubirea față de ființele scumpe, de prieteni, rude, de satul natal și de poezie... Căci, după cum spune un poet:

Iubirea-i floare vie din grădină,

Ivită-n zori — minune trecătoare,

Ca să-ți reverse-n suflet până moare

Potop de strălucire și lumină.

La aceste cordiale felicitări se alătură și colectivul săptămânalului

„Libertatea Cuvântului”, dorindu-i mari succese pe tărâmul de creație.

La mulți și fericiți ani!



În aceste zile, mult stimată doamnă **Zinaida SMOCHINĂ-ROTARU**,

poetesă populară din frumoasa localitate

Costiceni, raionul Noua Suliță, și-a adunat în “casa mare a vârstei” cea de-a 76-a primăvară însorită, ce este înmiresmată de culorile fermecătoare ale narciselor și lalelelor fin parfumate.

Cu acest prilej, sărbătorita este felicitată și îmbrățișată cu drag de cei dragi sufletului, care-i aduc în dar cele mai alese flori în semn de recunoștință profundă și dragoste. Doamna Zinaida este o bună gospodină, o gazdă primitoare, ospitalitatea constituind cartea de vizită a familiei. Scrie versuri și istorioare foarte interesante, dragostea, bucuria vieții, natura, viața din Valea Prutului și copilăria sunt temele abordate în poeziile sale. Iar florile, aceste semne ale naturii ce sunt dăruite din partea celor dragi inimii, se aștern aidoma unui covoraș multicolor în fața casei doamnei Zinaida, cu prilejul zilei de naștere.

Zile senine, belșug, fericire, tot binele din lume, iar Bunul Dumnezeu, cu noroc și sănătate, să vă călăuzească calea vieții.

Pe drumul drag al vieții

Să vă însoțească Dumnezeu

Și să simțiți căldura inimilor dragi

În zi de bine și de greu.

La mulți ani!



Ziarul nostru la solicitările dumneavoastră aduce în casele tuturor prietenilor cele mai cordiale urări de viață lungă cu prilejul sărbătoririi zilei de naștere. Și această felicitare, însoțită de urări de bine și sănătate, este adresată mult stimatei doamne

Nina DAMASCHIN

din Cernăuți, care-și prinde în buchetul anilor încă un tranșafir fin parfumat de anotimpul dumnezeiesc al primăverii. Pentru o doamnă dornică de viață și înfrățită cu munca și frumosul, ziua de naștere care este scăldată-n culorile și mireasma florilor împărătești este o mult așteptată și frumoasă ocazie de a fi felicitată din adâncul inimii de cei dragi sufletului, care-

i doresc tot ce poate fi mai drag pe această lume: multă, multă

sănătate, că-i mai scumpă decât toate, sincere urări de viață lungă, zile cu soare, tihnă în suflet, pace în casă, pâine pe masă și tot ce este mai scump în viața omului — fericire și cât mai multe bucurii de pe urmele copiilor.

La mulți ani!



Secretul longevității

Satul unde sute de locuitori au peste 100 de ani

Rozmarinul este, se pare a fi, secretul unei vieți mai lungi, într-un mic sat din Italia. Dieta mediteraneană este foarte cunoscută pentru beneficiile ei asupra organismului uman.

Oamenii de știință au rămas însă uimiți de starea de sănătate exemplară a locuitorilor unei anumite regiuni din Italia, depășind cu mult vârsta de 83 de ani. Oamenii de știință au observat că toți rezidenții de aici consumă foarte mult rozmarin și cred că dieta este cea care le influențează longevitatea. Scopul acestui studiu pe termen lung este să descoperim de ce acești 300

în dieta lor există foarte mult rozmarin, o plantă excepțională, dar și că fac multe drumeții lungi pe munte pentru a obține această plantă. Iar acest exercițiu fizic împământănit în stilul lor de viață contribuie și el la vârsta înaintată, afirmă cercetătorii. Dieta și stilul de viață mediteraneene sunt foarte sănătoase pentru inimă și previn diabetul de tip 2, anumite forme de cancer. Trebuie să aflăm dacă un singur aliment din dietă, respectiv rozmarinul, este răspunzător de efectele asupra sănătății lor sau dacă este vorba despre o combinație de mai mulți factori - consum crescut de fructe, legume, plante,



de oameni trăiesc atât de mult, prin efectuarea unor analize genetice complete și examinând stilul lor de viață și în mod particular dieta. Am observat că

pește, ulei de măsline ca sursă principală de grăsime, cantități moderate de vin și plimbări dese, afirmă nutriționiștii și cercetătorii.

ÎN ATENȚIA CITITORILOR

Dacă doriți ca felicitările și publicitatea dumneavoastră să apară la timp, vă rugăm să le expediați pe adresa redacției până în ziua de marți a săptămânii de apariție a ziarului.

Colectivul redacției



Faceți cunoștință: Zaklina, cea mai sexy bunică din lume



La 47 de ani, ar putea da clasă multor tinere și chiar multor modele. Cu toate acestea, ea nu face carieră, ci vede moda ca pe o pasiune. Originară din Serbia, Zaklina face furori în Roma, orașul în care a ales să locuiască.

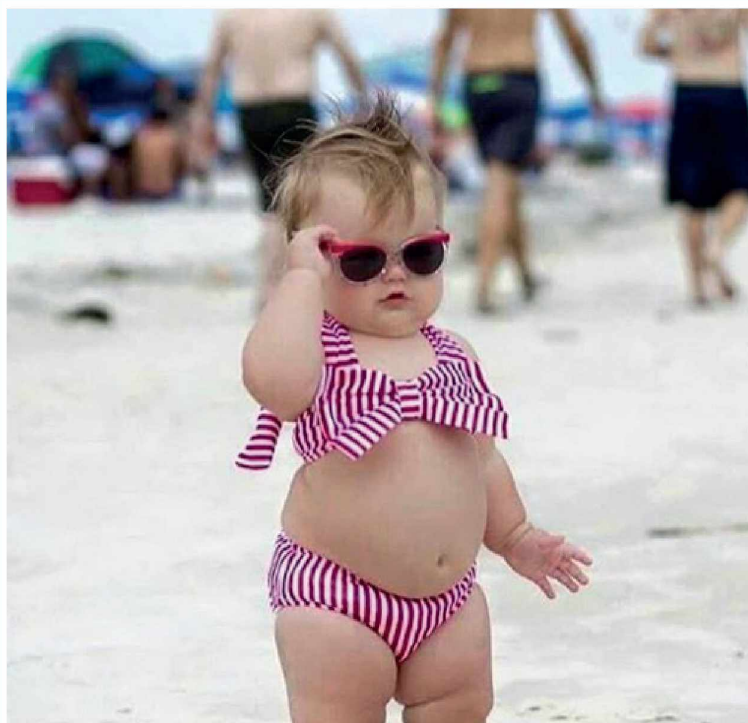
Ea a devenit celebră pe rețelele de socializare datorită pasiunii sale pentru modă și are deja 158.000 de fani pe contul

său de Instagram. Zaklina are 47 de ani și este bunică, dar nu are nici un rid pe față, are un corp incredibil, iar "micile bucurii" din viața sa se numesc: Fendi, Hermès, Chanel, Louis Vuitton sau Dolce & Gabbana.

Zaklina se îmbracă mereu după ultimele tendințe ale modei, așa că are deja sute de mii de admiratori din toată lumea care vor să se inspire din stilul ei.

Deși pare un model de 25 de ani, sârboica are deja doi nepoți de la fiica sa de 28 de ani. Dar să lăsăm vorbele și să vă prezentăm câteva imagini cu cea mai frumoasă bunică!

Cristina GOSTIUC



LIBERTATEA

cuvântului

liderul presei românești
din Ucraina

<http://www.lyberti.com>

libertatea@rambler.ru

tel. 066-00-93-999

Abonează-te pe 6 luni - 49,10 grn.

01886

LIBERTATEA
cuvântului

Șef redactor
Mihai GROSU

Adresa redacției: or. Cernăuți,
str. Mickiewicz, 5
Tel.mobil: 066-00-93-999,
libertatea@rambler.ru;

<http://www.lyberti.com>
Redactor
Romeo
CRĂCIUN

Contul de decontări

p/p 26006011348150
Cod ЕДРПОУ 39301520
в ПАТ "Укрсоцбанк" (м.Київ)
МФО 300023

COFONDATOR AL ZIARULUI -
COLECTIVUL REDACȚIEI

Свідоцтво № ЧІС 489-178 ПР від 16.07.2014

COLEGIUL DE REDACȚIE

Valeria ȘTEFUREAC:
secretar responsabil de redacție
Tatiana CARLAȘCIUC: redactor literar
Dumitru VERBIȚCHI
Vasile CARLAȘCIUC
Cristina GOSTIUC, Sergiu BARBUȚA
Design și adaptare computerizată
Valentina ROBU, Marian ANDRONIC

Віддруковано у ПП Ключук С.М.
м. Чернівці, вул. Заводська, 37 в

Autorii materialelor publicate
poartă responsabilitatea totală
pentru veridicitatea faptelor
expuse.
Redacția poate să publice
materiale fără să împărtășească
punctul de vedere al autorului.

Retipărirea materialului este
posibilă doar cu consimțământul
autorului.
Preluarea materialelor publicate
în paginile ziarului este posibilă
doar în cazul când se face
referință la săptămânalul
„Libertatea Cuvântului”.

Tir. total: 5200

Ціна договірна