Nr. 9 (768) JOI 1 MARTIE 2018

LIBERTATEA
cuvântului

GHIOCEII AU ÎNFLORIT, PRIMĂVARĂ, BUN VENIT!

▶ pag. 15

CURS VALUTAR MEDIU LA ZIUA DE 28 FEBRUARIE 2018

1 RON - 7 GRN.13 COP. | 1 USD - 29 GRN.94 COP. | 1 EUR - 33 GRN.18 COP. | 1 RUB - 0 GRN. 48 COP. | 1 MDL - 1 GRN.61 COP.

GROISMAN: Punctele de Trecere a Frontierei „Diachivți” și „Crasnoilsc” vor fi în curând finalizate

Prim-ministrul Ucrainei, Volodymyr Groisman, a declarat că Punctele de control de la Frontiera ucraineano-română „Diachivți” și „Crasnoilsc” vor fi finalizate „cât mai curând posibil”. Premierul a spus acest lucru în timpul discutării raportului activității Guvernului pe anul 2017 cu reprezentanții mass-mediei regionale. „Vom construi infrastructură transfrontalieră în toate regiunile. Este important să asigurăm astăzi condiții normale de trecere a Frontierei de stat și o vom face acest lucru în comun. În multe țări ale lumii punctele de control țin de competența autorităților locale, și nu a statului”, a spus V. Groisman. Reamintim că Uniunea Europeană a anunțat sistarea finanțării reconstrucției și modernizării punctelor de trecere a frontierei cu Ucraina. Printre acestea figurează și Punctele de trecere „Diachivți-Racovăț” și Crasna-Vicovu de Sus” din regiunea Cernăuți, unde lucrările de reconstrucție au fost executate în proporție de 80-85 la sută. Decizia de a opri programul de finanțare a fost luată din cauza numeroaselor întârzieri, erori ale oficialilor și a contractorilor și depășirii costurilor privind executarea lucrărilor de construcție. Modernizarea celor șase puncte de trecere și control urma să fie finalizată până la sfârșitul anului 2017. UE a alocat în aceste scopuri 29,2 milioane de euro.

UCRAINA A PRIMIT 220 MII DOZE DE VACCIN ANTIRUJEOLIC

În Ucraina au fost livrate 220 mii de doze de vaccin antirujeolic. Fondul ONU pentru Copii (UNICEF), la cererea Ministerului Sănătății, a accelerat livrarea vaccinului pentru a nu admite răspândirea focarelor de rujeolă în Ucraina. În comunicatul de presă al Ministerului Sănătății se spune că în Ucraina a fost importat vaccinul Priorix, fabricat de GlaxoSmithKline din Belgia, care are înregistrare de stat și este recomandat de către Organizația Mondială a Sănătății. Vaccinul este oferit cetățenilor în mod gratuit. Miercuri, 28 februarie, policlinicile din Cernăuți raportau că dispun doar de 18 doze de vaccin antirujeolic.

10 ZILE LIBERE ÎN LUNA MARTIE

Cei care doresc să-și programeze din timp vacanțele trebuie să știe că în martie avem 10 zile libere prevăzute de lege. În martie avem patru zile libere consecutive, între 8 martie și 11 martie. Potrivit dispoziției Cabinetului de Miniștri 8 și 9 martie sunt declarate zile libere. În schimb, 3 martie a fost declarată zi lucrătoare pentru a compensa ziua de 9 martie. Ziua internațională a Femeii, care este sărbătorită în mod tradițional pe 8 martie, începând cu anul viitor va trebui să fie sărbătorită la locul de muncă. Ziua internațională a Femeii din martie va fi redenumită Ziua Drepturilor Femeii. De asemenea, se propune ca zilele de 1, 2 și 9 mai să fie declarate zile lucrătoare. În schimb, se propune să fie sărbătorite Ziua Familiei și Ziua lui Șevcenko.

PROTEJEAZĂ-ŢI VIAŢA ŞI LOCUINŢA! ATENŢIE LA UTILIZAREA SURSELOR DE ÎNCĂLZIRE!

În această perioadă în care sunt prognozate temperaturi extrem de scăzute, confortul termic din locuinţe sau spaţii comerciale/industriale este important, dar mai importante sunt vieţile celor care locuiesc sau muncesc în aceste imobile, se arată într-un comunicat de presă al Direcției Situațiilor de Urgență din Cernăuți. Tocmai de aceea este necesară o atenţie deosebită în folosirea instalaţiilor de încălzire atât cu gaze naturale, cât şi cu energie electrică. Pentru a evita producerea de incendii: nu utilizaţi surse electrice de încălzire improvizate ori cu defecţiuni; nu utilizaţi prelungitoare şi prize care se încălzesc sau fumegă – pot duce la incendii devastatoare, cu pierderi de vieţi omeneşti şi bunuri materiale; nu utilizaţi aparate racordate la coşurile de fum înfundate; nu folosiţi aragazul pentru încălzirea locuinţei.

Pentru a preveni evenimentele tragice se recomandă: utilizarea surselor omologate de încălzire electrică sau pe combustibili gazoşi; montarea unor surse de încălzire trebuie realizată cu personal autorizat şi numai după verificarea instalaţiilor; echipamentele de încălzire trebuie permanent supravegheate şi să nu fie acoperite cu materiale ce pot lua foc; eventualele reparaţii trebuie făcute numai de specialişti, iar improvizaţiile trebuie eliminate.

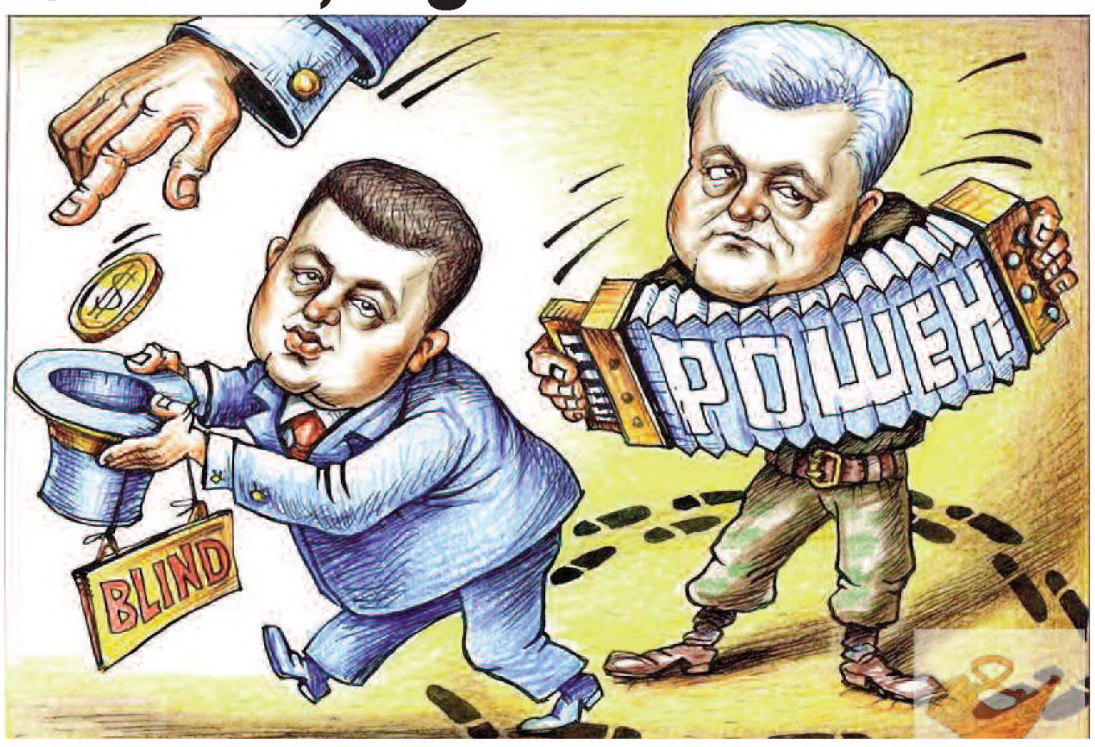
V. KOLODRIVSKYI,
șeful Direcției în chestiunile Situațiilor de Urgență Cernăuți

Buletinul meteo

Joi	1.03.18	-9°C / -16°C
Vineri	2.03.18	-6°C / -13°C
Sâmbătă	3.03.18	-4°C / -13°C
Duminică	4.03.18	-2°C / -8°C
Luni	5.03.18	2°C / -3°C
Marți	6.03.18	4°C / 0°C
Miercuri	7.03.18	4°C / 1°C

Pagină realizată de Romeo CRĂCIUN

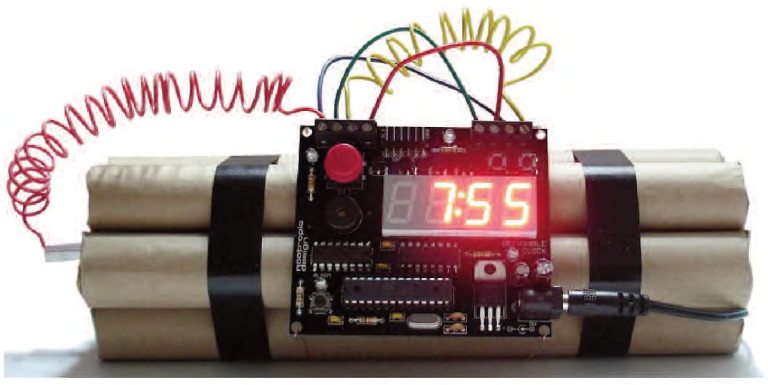
Ucraina, înglodată în datorii



Istoria relațiilor dintre Ucraina și Fondul Monetar Internațional (FMI) a început în 1992. În același timp, potrivit datelor FMI, pe parcursul a 26 de ani Ucraina a devenit unul dintre cei mai mari debitori ai FMI, ocupând locul doi, după Grecia. În timpul independenței, Ucraina a primit nouă tranșe de la FMI. La data de 31 ianuarie 2018, datoriile neachitate s-au ridicat la peste 11,93 miliarde $, sau aproximativ 332 miliarde grivne. Grecia este datoare la FMI aproximativ 12,8 miliarde de dolari.

Locul trei în TOP-ul cei mai mari debitori ai FMI îi revine Portugaliei, care are o datorie de peste 5,4 miliarde de dolari. În același timp, la începutul lunii februarie, Ucraina a rambursat parţial o parte din împrumuturile făcute la FMI în cadrul programului stand-by contractat în 2014. Ucraina a plătit două tranșe – 375 milioane $ și 87 milioane $. Rambursarea datoriei a început în august 2017. Oricum, Ucraina s-a îndatorat nu numai la FMI. La etapa actuală datoria de stat a țării depășește 2 trilioane de grivne. Doar în 2018, Ucraina va trebui să achite 4 miliarde de dolari. În general, în următorii patru ani, Ucraina trebuie să plătească datorii externe de aproximativ 20 miliarde de dolari. Rezervele de aur și valută ale Băncii Naționale sunt estimate în prezent la aproximativ 18 miliarde de dolari. Potrivit experților, fondurile disponibile nu sunt suficiente pentru a achita datoriile. Astfel că cea mai bună opțiune rămân noile împrumuturi.

Răspunsul Rusiei la acuzaţiile privind atacurile asupra şcolilor româneşti din regiunea Cernăuți



Ambasada Federaţiei Ruse la Bucureşti a precizat că ştirea lansată de Serviciul de Securitate al Ucrainei (SBU), despre şcolile româneşti vizate de tentative de incendiere, este una falsă. „Ambasada Federaţiei Ruse remarcă cu regret că mai multe surse din mass-media din România cu uşurinţă au cules şi au reprodus în masă o ştire falsă, lansată de aşa-zisul Serviciu de Securitate al Ucrainei (SBU), care, după cum ştie bine toată lumea, are mai mult de 10 ani de când este o instituţie controlată de către CIA în această ţară“, a arătat ambasada, într-un comentariu postat pe pagina sa de Facebook.

Serviciile de informații rusești intenționau să efectueze acțiuni destabilizatoare în școlile cu predarea în limba română din regiunea Cernăuți, a declarat zilele trecute în cadrul unui briefing șeful adjunct al Serviciului de Securitate al Ucrainei, Viktor Kononenko. „Reprezentantul serviciilor de informații ruse, Ponomariov, a planificat organizarea unor provocări violente în Bucovina. Noi am constatat transferarea de bani în vederea aruncării în aer a două școli românești”, a spus V. Kononenko, menționând că făptașii acestei crime nu au ajuns la destinație. Menționăm și faptul că în noaptea de 26 spre 27 februarie la Ujgorod a fost iarăși incendiat Sediul „Societății Culturii Maghiare din Transcarpatia”. Flăcările au distrus mobilierul și o parte din bunuri pe o suprafață de 25 metri pătrați. Poliția a demarat o anchetă penală pentru a stabili toate circumstanțele producerii incendiului în conformitate cu punctul 2 al art. 194 al Codului Penal – distrugerea intenționată sau deteriorarea proprietății prin incendiere. Persoanele vinovate riscă o pedeapsă cu închisoare de la 3 la 15 ani. Reamintim că sediul „Societății Culturii Maghiare” de la Ujgorod a mai fost incendiat pe 4 februarie 2018. Doi radicali de dreapta din UE au aruncat un cocktail Molotov în fereastra clădirii.

Val de sinucideri în rândul armatei ucrainene

Începând cu anul 2014 aproximativ 600 de veterani ai Operațiunii Antiteroriste din Donbas și-au pus capăt zilelor. Aceste statistici au fost făcute publice de către Olga Bogomoleț, președintele Comitetului în chestiunile Ocrotirii Sănătății din cadrul Radei Supreme. Potrivit ei, este necesar să se creeze un minister al veteranilor și o rețea de centre de veterani în toată Ucraina. „Angajații ministerului și ai centrelor regionale trebuie să provină din rândul veteranilor care înțeleg starea psihologică și care sunt necesităţile militarilor”, a menționat Bogomoleț. La rândul său, Procurorul Militar Anatol Matios, a confirmat nivelul înalt de sinucideri în rândul militarilor care participă la acțiunile militare din Donbas. „În primele două luni ale anului curent au fost înregistrate câte două suicide pe săptămână... Majoritatea sinucigașilor sunt băieți foarte tineri născuți între anii 1995-1998“, a menționat Anatol Matios într-o postare pe pagina de Facebook. Potrivit lui, acesta este „un adevăr teribil, iar datele despre sinucideri nu pot fi ținute în secret“. În 2017 doar 0,1% din numărul total al militarilor care au participat la Operațiunea Antiteroristă au beneficiat de reabilitare psihologică. „Încă din februarie 2017, organele regionale de protecție socială a populației au suspendat măsurile de reabilitare psihologică a participanților la Operațiunea Antiteroristă. În consecință, finanțarea de la buget în această direcție a fost redusă de la 49,9 milioane de grivne la 21,9 milioane de grivne, sau cu 56,1%“, subliniază Matios. În 2018 în aceste scopuri au fost alocate 109 milioane grivne. „Reieșind din realitățile triste ale vieții noastre, prezența unor resurse materiale semnificative nu garantează și utilizarea rațională și eficientă a lor“, afirmă Matios.

Mașinile diesel pot fi interzise în orașele din Germania

Mașinile diesel pot fi interzise în orașele din Germania. Una dintre cele mai importante instanțe din Germania, judecătoria din Liepzig, a decis ca mașinile care poluează mult să fie interzise în orașele Stuttgart și Dusseldorf.

Hotărârea ar putea lovi puternic industria mașinilor cu motoare diesel. Activiștii de mediu au dat în judecată zeci de primării, argumentând că e de datoria municipalităților să reducă poluarea pentru a proteja sănătatea publică, scrie The Guardian. Stuttgart și Dusseldorf, două dintre cele mai poluate orașe din Germania, ar putea acum, legal, să interzică folosirea mașinilor vechi cu motoare diesel. Decizia ar putea avea un impact în întreaga țară, pavând calea pentru ca alte orașe să introducă restricția. Aproximativ 70 de orașe din Germania, inclusiv Munchen și Koln, au înregistrat în 2017 nivele de dioxid de carbon peste limitele impuse de UE. Este de așteptat ca firmele din industria automobilelor să răspundă la această decizie.

Pagină realizată de Mihai URSU

➤ Învățământ

CU DRAGOSTE PENTRU ȚINUTUL NATAL

În ultimul timp se observă faptul că între pedagogi sunt foarte puțini bărbați. Este o caracteristică a vremurilor noastre, însă trebuie să ne împăcăm și cu aceasta. Școlii medii din Costiceni, raionul Noua Suliță, i-a mers în această privință. Colectivul pedagogic de aici nu este „pur feminin". Domnul Vadim Captar, profesor de istorie, a fost acela care a inițiat și, cu ajutorul colegilor și consătenilor, a creat la școală un minunat muzeu al satului.

În decursul lunii februarie a.c., la Cernăuți s-a desfășurat cea de a doua etapă a Concursului panucrainean „Izvorul creației" între pedagogii antrenați la activitatea extrașcolară. La secțiunea „Metodistul-2018" raionul Noua Suliță a fost reprezentat de dl Vadim Captar, care a și ocupat locul doi. Deci, este unul dintre cei mai buni metodiști din regiune în ceea ce privește studierea ținutului natal.

➤ Sfera de consum

Primăvara „reînvie" prețurile

Odată cu sosirea primăverii reînvie nu numai natura, ci se trezesc din somnul iepuresc și prețurile. Le place să galopeze prin piața de consum. Actualul sezon nu va face excepție. În primul rând, se va majora prețul la agenții energetici, îndeosebi, la curentul electric și, potrivit unei reacții în lanț, vor sălta prețurile și la principalele mărfuri de consum și servicii.

Scumpirea produselor alimentare se va face neuniform, în dependență de cerințele consumatorilor și ofertele pieții. Ne putem aștepta la o majorare esențială a prețurilor la ouă și carnea de pasăre din simplul motiv că întreprinderile avicole consumă o cantitate însemnată de energie electrică. Specialiștii deja au calculat că numai datorită acestui fapt prețul la carnea de pasăre poate să crească cu 1-2 grivne.

➤ Migrația brațelor de muncă

DE PRISOS LA TINE ACASĂ...

Din cauza insuficienței locurilor de muncă tot mai mulți cetățeni părăsesc țara în căutarea mijloacelor de existență în Occidentul ce prosperă. La acest motiv se mai adaugă și nivelul scăzut al salariului, conflictul îndelungat cu Rusia (recent durata conflictului armat în Donbas a depășit durata războiului din 1941-1945 împotriva Germaniei naziste), devalorizarea valutei naționale și corupția înverșunată.

În țările din Europa Centrală muncitorii ucraineni nimeresc pe urmele unui alt val de migrație a brațelor de muncă spre vestul continentului. Este vorba de completarea locurilor de muncă pe un teritoriu imens – de la Praga până la Varșovia – rămas în rezultatul plecării în Occident a lucrătorilor calificați din țările comunitare de la frontiera cu Ucraina. Evident că unui muncitor ucrainean nu i se plătește atât cât celui polonez sau ceh, dar, totuși, salariul este atrăgător. Dacă în Ucraina salariul mediu este de 7.100 grivne sau 265 dolari, în Polonia el este de 3.500 zloți, ceea ce echivalează cu 1.046 dolari, adică de patru ori mai mult. Iată de ce în această țară lucrează 1,5 milioane de ucraineni înregistrați și încă 0,5 milioane neînregistrați. Și Cehia planifică anul acesta să mărească de două ori numărul cetățenilor ucraineni angajați. Economiștii noștri au calculat că din anul 2015 Ucraina a pierdut 7 la sută din populația aptă de muncă. Datele Organizației Internaționale pentru Migrație sunt și mai impresionante: 12 la sută dintre cetățenii ucraineni s-au angajat peste hotare sau planifică să facă acest lucru.

Rezultatul neglijării valorii omului ca forță de muncă și ca făuritor al statalității se face simțit tot mai mult. Într-o bună zi ne vom trezi fără specialiști buni. Iată, zilele acestea s-a anunțat despre locurile vacante de medici și nu este o cifră mică. Asemenea statistici se pot face și în alte domenii. Dar de ce să mergem prea departe, când multe din satele noastre au rămas fără brațe tinere de muncă?! Tineretul se ține acolo, unde este câștig bun și posibilități de a se afirma. Iar atunci când impozitele îi constrâng din toate părțile, este imposibil să aibă afaceri oneste și eficiente. În cele din urmă, orice entuziast lasă totul baltă și ia calea spre apus. Mai rămân fideli fermierii, care, în pofida lipsei susținerii din partea statului, nu lasă pământurile paragină.

➤ Ecologie

Crești pădure și te-ndeasă...

Nu este zi ca pe drumurile din raionul Storojineț să nu treacă mașini încărcate cu lemn, ceea ce involuntar trezește alarmă: se taie pădurea cu nemiluita. Cazurile de braconaj le umbresc pe cele de regenerare a plantațiilor silvice. Or, a tăia un copac este mai ușor decât a-l crește.

Gospodăria silvică Storojineț și Institutul ucrainean de cercetări științifice în domeniul silviculturii montane au încheiat un acord de colaborare și de creare a plantației hibride de larice – europeană și niponă. Este un conifer, numit și zada, care iarna își scutură frunzele. Aceste lucrări se desfășoară în cadrul programului pentru obținerea semințelor calitative de copaci productivi. Anume cu acest scop primăvara trecută pe teritoriul Ocolului silvic din Pătrăuții de Sus pe un lot de 2 hectare au fost plantați 312 puieți de larice. Tineri copaci de această specie cresc și pe teritoriul Ocolului silvic din Igești. Materialul săditor a fost crescut din semințe în sere speciale la Ocolul silvic din Ciudei. Directorul Institutului ucrainean de cercetări științifice în domeniul silviculturii montane, Oleksii Golubceak, afirmă că scopul acestui program constă în a le ajuta

silvicultorilor storojinețeni de a obține puieți pentru regenerarea pădurilor locale cu specii de copaci de înalte calități productive.

Silvicultorul principal de la Gospodăria silvică Storojineț, dl Vasyl Romaniuk, a comunicat că în ultimii cinci ani copaci de larice au fost plantați, împreună cu puieți de alte specii, pe o suprafață de mai bine de 500 hectare de pădure. La un hectar revin câte 40-50 de puieți de larice.

În pădurile de la poalele Carpaților laricea nu este un copac străin. Pe teritoriul Ocolului silvic Ciudei sunt copaci de larice care au în jur de 170 de ani. Iar pepiniera din Pătrăuții de Sus va asigura cu material săditor și de înaltă calitate necesitățile privind îmbunătățirea pădurilor noastre.

Pagină realizată de Vasile CARLAȘCIUC

ȘASE ANI DE PUȘCĂRIE PENTRU TORTURI

Curtea de Apel Cernăuți i-a condamnat la șase ani de detenție pe doi cernăuțeni pentru că și-au bătut joc și l-au torturat pe un minor, iar toate „faptele lor" le-au filmat cu ajutorul telefonului mobil. Prima instanță a stabilit că, aflându-se în stare de ebrietate, inculpații au întâlnit întâmplător pe stradă un minor și au început să-l bată fără nici un motiv. După ce s-a ales cu mai multe lovituri peste față și peste cap victima a pierdut cunoștința. Atacanții l-au târât într-o bucătărie de vară, ce aparținea unuia dintre ei, unde au continuat să-l bată și, amenințându-l cu violul, l-au forțat să se dezbrace, i-au legat de spate o bucată mare de lemn și l-au impus să facă exerciții fizice. În scopuri de șantaj cei doi și-au filmat „fapta" cu ajutorul telefonului mobil. Amenințându-l pe tânăr cu un obiect din metal, atacanții l-au privat de telefonul mobil și l-au închis în subsolul casei. Tânărul s-a ales cu o traumă moral-psihologică puternică și a încercat să se sinucidă, de aceea a fost nevoie de un curs îndelungat de reabilitare psihologică. Deși cei doi și-au recunoscut vina, în sala de judecată se comportau agresiv, râdeau și vorbeau cu voce tare. La 20 februarie 2018 Curtea de Apel Cernăuți a respins cererile celor doi de a se revedea sentința instanței raionale și au lăsat-o fără schimbări. Cei doi vor petrece în locurile de detenție câte șase ani.

Bărbat împușcat în stradă

Procuratura locală Storojineț a transmis în judecată actul de învinuire referitor la doi locuitori ai raionului Hliboca, care l-au împușcat pe un bărbat.

Ancheta a stabilit că în luna octombrie a anului trecut doi locuitori ai satului Cupca, raionul Hliboca, au tras huliganic asupra unui automobil, care era parcat lângă căminul cultural din satul vecin Corcești și au fugit de la locul crimei cu o mașină cu numere de înmatriculare străine. Continuându-și turneul, unul dintre criminali, născut în anul 1998, a tras într-un consătean în vârstă de 44 de ani, cauzându-i leziuni corporale incompatibile cu viața. După finalizarea anchetei prejudiciare cei doi au fost aduși pe banca acuzaților.

■ Captură imensă de droguri pentru suma de un milion de grivne

Acesta este rezultatul unei solide operațiuni, întreprinse de către forțele de ordine și organele procuraturii în centrul regional Cernăuți. Drept rezultat, a fost reținut un grup de comercianți de droguri. Ancheta a stabilit că afacerea ilegală a fost pusă pe picioare de un bărbat în vârstă de 42 de ani din raionul Zastavna. Având un trecut „glorios" acesta și-a ales în calitate de complici persoane din mediul criminal. Din componența grupului mai făceau parte patru locuitori ai ținutului cu vârste cuprinse între 24 și 56 de ani. Toți au fost condamnați în trecut pentru crime grave. În timpul percheziției într-un garaj, pe care criminalii l-au amenajat în calitate de depozit, colaboratorii organelor de drept au depistat 825 de pastile „Subutex", un kilogram de amfetamină și o însemnată cantitate de canabis. În afară de aceasta, polițiștii au găsit două pistoale automate, două revolvere, două arme de vânătoare, o grenadă, precum și muniții pentru aceste tipuri de arme. De menționat că în această afacere fiecare dintre criminali își avea rolul său. Comercianții își realizau marfa pe teritoriul ținutului, având un câștig zilnic de 30 mii de grivne. Toți membrii grupului au fost reținuți și plasați sub strajă. Drogurile sustrase au fost expediate la expertiză. Colaboratorii organelor de drept verifică complicitatea posibilă a altor persoane la această afacere periculoasă și canalele de proveniență a stupefiantelor.

M-a scos din salon și a fugit cu mașina mea...

Polițiștii bucovineni l-au reținut pe un criminal, care i-a luat cu forța mașina unui bărbat în vârstă de 36 de ani din localitatea Jadova Veche, raionul Storojineț. Polițiștii au stabilit că infractorul a intrat special într-un conflict verbal cu proprietarul mașinii lângă magazinul din sat, l-a scos pe acesta cu forța din salon și a plecat. Mai târziu, automobilul avariat a fost găsit la marginea satului. Făptașul crimei a încercat să se ascundă într-o casă părăsită, dar a fost depistat și reținut de poliție. Pentru fapta comisă acesta va fi nevoit să răspundă în fața legii.

Trei automobile înghițite de flăcări

Potrivit concluziilor specialiștilor, în toate cele trei cazuri incendierea s-a produs din cauza scurtcircuitului rețelei electrice a mașinilor. Un „Mercedes E" și un „Mercedes Vito" au ars la Cernăuți – primul în timp ce se deplasa, iar cel de-al doilea fiind în parcare. Un „Ford Focus" s-a aprins în satul Hreațca, raionul Herța. Până la sosirea pompierilor, incendiul a fost localizat de către proprietarul mașinii cu ajutorul mijloacelor disponibile.

Licean găsit mort în cămin

Un tânăr de 18 ani de la Liceul profesional din Hliboca a fost găsit mort în cămin. Corpul fără suflare a fost găsit de către colegi în seara zilei de 26 februarie. Pe corpul tânărului nu au fost găsite nici un fel de urme de violență. Se știe că tânărul nu suferea de nici o boală cronică, ducea un mod sănătos de viață, practica cu regularitate sportul și provenea dintr-o familie sănătoasă din satul Corcești. Mai târziu expertiza medico-legală a constatat că tânărul a murit subit în urma unei grave insuficiențe cardiace. Medicii legiști au stabilit că moartea putea să fie cauzată de surmenaj în urma practicării sportului, ceea ce nu era chiar util pentru starea sănătății tânărului. În timpul autopsiei medicii au stabilit că inima lui era mărită de 1,5 ori. De asemenea, medicii au constatat schimbarea altor organe vital necesare – ficatul, rinichii și fierea.

Multe să vezi...

Colaboratorii organelor de drept l-au reținut pe un bărbat, care a bătut-o până la moarte pe propria mamă. Semnalul despre decesul femeii a fost recepționat de poliție în seara zilei de 24 februarie. Incidentul s-a produs în localitatea Ceponosy din raionul Hotin. Grupul operativ de anchetă al poliției a stabilit că la proprietarul casei a sosit în vizită o consăteană în vârstă de 57 de ani. Ulterior cei doi au băut pe săturate alcool și s-au odihnit, vorba ceea, cum scrie cartea. Mai târziu în casă a intrat feciorul femeii în vârstă de 34 de ani, care s-a luat la ceartă cu femeia aghesmuită deja de-a binelea. Feciorul i-a aplicat mai multe lovituri mamei sale, care i-au și cauzat decesul. La depistarea și reținerea criminalului au fost antrenate toate forțele și mijloacele poliției raionale. El a fost reținut în scurt timp în satul vecin, unde a evadat după fapta comisă. Criminalul era cunoscut organelor de drept prin modul antisocial de viață pe care-l ducea. „Copilul fără suflet", care și-a băgat în mormânt propria mamă, riscă cu privare de libertate pentru o perioadă de zece ani.

Pagină realizată de Dumitru VERBIȚCHI

Plante care pot înlocui carnea roșie

Există o mulțime de soluții pentru ca organismul să nu ducă lipsă de fier. Acesta contribuie la distribuția oxigenului, păstrează sistemul imunitar sănătos și ajută organismul să producă energie. Plantele vă pot ajuta să obțineţi doza zilnică necesară de fier.

Fierul este componenta principală a hemoglobinei care transportă oxigenul și dioxidul de carbon spre și dinspre celule. Pentru a fi absorbit, fierul are nevoie de vitamina C pentru a-și schimba valenta la nivelul stomacului.

Buna funcționare a sistemului imunitar este dependentă de fier. De aceea, poate fi principalul motiv de îngrijorare pentru toți vegetarienii.

Potrivit specialiștilor, pentru adulți, doza zilnică recomandată de fier este cuprinsă între 8 și 27 mg.

Pătrunjelul conține vitamina C. Pătrunjelul este un antioxidant, tonic general şi purificator al organismului. Acesta întărește imunitatea.

O jumătate de ceașcă de pătrunjel proaspăt sau o lingură de pătrunjel uscat

oferă necesarul zilnic de fier. În plus, conține și vitamina C necesară organismului pentru a absorbi fierul.

De asemenea, o legătură de pătrunjel furnizează mai multe proteine decât 2 ouă, devenind un aliat de nădejde în curele de slăbire, deoarece conferă senzaţia de saţietate.

Spanacul, bogat în vitamine și minerale. Bogat în substanțe nutritive, spanacul oferă aproape jumătate din necesarul zilnic de vitamina A. De asemenea, acesta este bogat în fier, calciu, precum și vitamina K.

Doar trei căni de spanac conțin 18 mg de fier,

astfel, o salată de spanac este suficientă pentru a întruni necesarul zilnic de fier. O salată de spanac oferă oricărei persoane o cantitate importantă de vitamine și minerale.

Fasolea are puține grăsimi. Fasolea este la fel de bogată în proteine precum carnea de pui, peștele sau ouăle.

În plus, are puține grăsimi, calorii și sodiu, conținând fibre, carbohidrați și o cantitate moderată de acizi grași omega 6.

De asemenea, este bogată în fier, un supliment natural energetic, fiind indicat mai ales femeilor.

CE NU ȘTIAȚI DESPRE FRUCTELE USCATE

Fructele se regăsesc pe piață atât în formă proaspătă, cât și uscată. Ambele variante oferă un plus de vitamine, minerale și energie. Iată de ce este bine să consumaţi și fructe uscate.

Proprietățile fructelor sunt adesea puse în pericol de adaosul de zahăr, deloc prietenos cu sănătatea. În plus, trebuie precizat și faptul că fructele uscate au o valoare energetică mult mai mare decât cea a fructelor proaspete. Din păcate, s-a observat că pentru mai buna lor păstrare fructele uscate conțin sulfiți, care în timp pot perturba grav mai ales funcționarea normală a aparatului digestiv.

Stafidele, o altă formă a strugurilor. Având un conținut de aproximativ 70% fructoză pură, stafidele sunt considerate ca fiind o sursă ideală de fibre, antioxidanți, vitamine, dar și minerale, fier, potasiu și calciu. Deci, iată cum un fruct atât de mic oferă o doză atât de mare de sănătate și vitalitate.

Stafidele consumate cu regularitate vor ajuta la menţinerea masei osoase sănătoase, să fie evitată anemia.

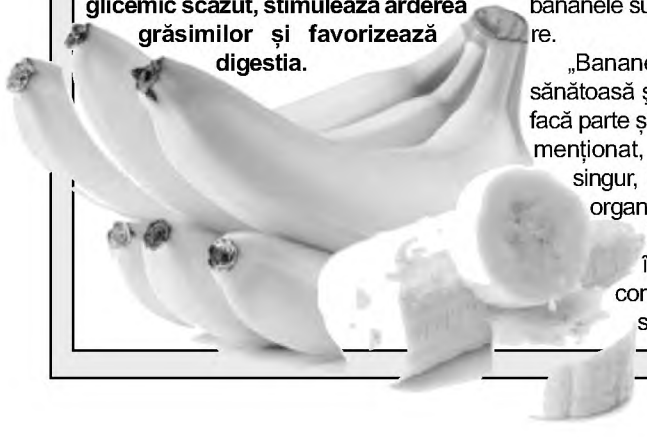
Prunele, sursă de vitamine. Prunele uscate au capacitatea de a stimula tranzitul intestinal și de a facilita procesul de slăbire. În același timp, prunele reprezintă o sursă bună de antioxidanți, fibre, potasiu și vitamine mai ales A și B.

Sunt ideale pentru a combate starea de oboseală, mai ales că au un conținut semnificativ de betacaroten, prunele sunt utile și pentru a preveni afecțiuni precum osteoporoza, artrita reumatică, dar și afecțiunile colonului. Din aceiași categorie fac parte caisele şi curmalele uscate.

➤ E bine de ştiut

Dacă doriţi să slăbiţi, consumaţi banane

Recomandate deseori înainte de efortul fizic, bananele și-au câștigat în timp o reputație proastă, fiind eliminate din lista fructelor bune în curele de slăbire. De fapt, bananele sunt chiar indicate în diete, pentru că au un index glicemic scăzut, stimulează arderea grăsimilor și favorizează digestia.



De aceea, specialiștii recomandă consumul bananelor în timpul micului dejun sau înainte de activitatea fizică intensă. Pentru că, pe bună dreptate, sunt adevărate „depozite cu bunătăți”. Antrenorii de fitness sugerează faptul că bananele sunt ideale și în curele de slăbire.

„Bananele fac parte dintr-o dietă sănătoasă şi ar trebui, de asemenea, să facă parte și dintr-un regim de slăbire. De menționat, totuși, că niciun aliment, singur, nu are proprietăți de a ajuta organismul să piardă în greutate. Pentru a slăbi este necesar, în primul rând, să se reducă consumul caloric, astfel încât să se ardă mai multe calorii decât sunt ingerate într-o zi. În cele mai multe cazuri, acționează foarte bine un deficit caloric de până la 15%. Un procent mai mare va afecta mai mult masa musculară, în detrimentul celei de grăsime”, explică antrenorii.

Există argumente legate de nutrienții conținuți de banane. Aceste fructe sunt bogate în carbohidrați, în fibre, vitamine, minerale și furnizează multă energie. La fel ca la celelalte alimente, la care este indicată o limită calorică, și la banană se aplică regula consumului moderat. 100 grame dintr-un fruct conțin doar 90 de calorii.

De preferat este să consumi bananele dimineața, la micul dejun. Vei avea energie întreaga zi și îți va fi asigurată senzația de sațietate pentru mai multe ore.

➤ Gătiți gustos împreună cu noi!

● Salată de sfeclă roşie şi porumb

Sfecla roşie are calități nutritive deosebite, aşa că aceasta nu ar trebui să lipsească din meniul anotimpului rece, mai ales din perioada Postului mare. Este accesibilă, iar prepararea ei este simplă.

Ingrediente: 4 sfecle mici, 1 cutie boabe de porumb, 1 lingură de ulei de măsline, zeama unei lămâi, 1 lingură de oțet alb, piper, sare, după gust.

Mod de preparare. Sfecla, bine spălată, o puteți fierbe sau coace, după cum vă place sau aveți timp. Bineînțeles că fierberea e mai rapidă, dar gustul celei coapte e mai bun. Sfecla se taie după plac, felii, cuburi și se amestecă cu boabele de porumb, peste care se adaugă dressing-ul preparat din oțet, ulei, zeama de lămâie, sare și piper și se lasă la frigider timp de o oră, pentru asezonare.

● Păpănaşi din brânză de vaci

Ingrediente: 250 g brânză de vaci, 1 ou, 30 g făină, sare, 50 g zahăr, 1 pliculeţ zahăr vanilat, făină, pentru presărat, 50 ml ulei, pentru prăjit.

Preparare. Se amestecă toate ingredientele într-un vas. Se pune compoziţia într-o folie de plastic, presărată cu făină. Se formează un sul gros, care se fierbe 15 minute. Se răceşte şi se taie sulul în 10-12 bucăţi. Se îndepărtează folia, se rulează fiecare bucată prin făină, dându-i o formă de gogoaşă cu

grosimea de 1 cm. După ce le-ai format pe toate, se încinge tigaia şi se dă apoi focul la mediu. Se toarnă uleiul în tigaia încinsă şi se prăjesc păpănaşii câte 1-2 minute pe fiecare parte. Se servesc cu dulceaţă sau frişcă deasupra.

● Pateuri cu ciuperci şi brânză

Pateurile sunt gustări simple pe care le preferă multe persoane atunci când sunt în trecere sau nu au timp să mănânce altceva. Pateurile mai sunt numite delicii apetisante foarte mici şi pufoase, create din foietaj de patiserie cu ciuperci, brânză Gouda şi aromă de cimbru proaspăt.

Ingrediente: 1/2 pachet de foietaj de patiserie, 250 g ciuperci, 100 g brânză Gouda, câteva crenguţe de cimbru proaspăt, 50 g unt, 1 ou bătut, piper negru, sare.

Mod de preparare. Se spală şi se taie ciupercile. Gătiţi-le în unt cu puţină sare şi piper. Tăiaţi bucăţi mici de brânză Gouda. Ungeţi o tigaie mare, rotundă, cu unt. Foietajul de patiserie se taie în pătrate. Întindeţi uşor cu mâinile şi puneţi în mijloc bucăţi de ciuperci mici. Se presară cu cimbru proaspăt şi se pune o bucată de brânză pe partea de sus.

Rubrică susținută de Tatiana CARLAȘCIUC

Crenguța de iederă a cântecului românesc

La sfârșit de Făurar și-a sărbătorit ziua de naștere doamna Maria ILIUȚ, vestită interpretă de muzică populară din Moldova, născută în Crasna Bucovinei. Fiecare concert al ei este o mare sărbătoare pentru cei care au îndrăgit cântecul popular, la fel cu mare drag este așteptată și primită Maria Iliuț pe meleagurile bucovinene, în Crasna ei natală.

În anii 1978-1984 și-a făcut studiile la Institutul de Arte „Gavriil Muzicescu" din Chișinău împreună cu Tamara Dergaci și Valentina Boldurat (catedra dirijare corală), Tatiana Muzâca (istoria muzicii) și Felix Biriukov (teorie-solfegiu, armonie).

Începând cu anul 1983, este solistă a Ansamblului etnofolcloric „Tălăncuța", în formațiile „Ștefan Vodă" și „Busuioc moldovenesc" din Chișinău. A condus studioul folcloric de la Palatul de Creație a Copiilor din Chișinău. În prezent este lector superior la Facultatea de Arte Frumoase a Universității de Stat din Moldova, unde conduce Ansamblul etnofolcloric „Crenguța de iederă".

A colaborat cu Orchestrele de muzică populară „Mugurel", „Folclor" și „Joc", cu Mihai Amihalachioaie, Gheorghe Banariuc, Petre Neamțu, Nelu Laiu și alți muzicieni. A înregistrat mai multe cântece populare la Radio Moldova, precum „Bătuta ca la Crasna", „Bătrânească", „Busuioace nu te-i coace", „Cântă, cuce, că ți-i bine", „Sus pe munte cade bruma", „Doamne, Doamne, greu e dorul", „Mamă, câte fete ai" ș. a.

A fost laureată a Festivalului-concurs internațional al cântăreților români de pretutindeni de la Drobeta Turnu-Severin, 1989, a Concursului „Cântați cu noi" de la Chișinău, 1989, a Festivalului folcloric național „Șezătoarea" de la Fălticeni, 1992 și a Festivalului-concurs al cântecului păstoresc „Miorița" de la Târgoviște, 1996. A întreprins mai multe turnee în străinătate. A mai fost menționată cu Diploma Ministerului Educației din Republica Moldova și Diploma de Excelență a Consulatului General al României la Cernăuți. Este membră a Uniunii Muzicienilor din Moldova și a Societății Culturale București-Chișinău.

Maria Iliuț este artista care își dă toată străduința să transmită tinerei generații întreaga moștenire spirituală a neamului nostru. Are o viață zbuciumată, dar și interesantă. A înțeles că dacă obții ceva, îți lipsește altceva. Interpreta este convinsă că nu există bărbat care ar accepta ca soția să fie mereu în deplasări, să nu aibă timp pentru bucătărie, sau să vină spre dimineață acasă. Maria Iliuț spune că iubește libertatea și nu dorește să-și împartă viața cu nici un bărbat.

„Vreau să fiu liberă, independentă și să nu mi se ceară niște dări de seamă… Sunt mereu pe drumuri, am agenda încărcată cu evenimente și nu știu dacă ar răbda, sau s-ar putea obișnui un bărbat cu programul meu. Nu am nici un regret. Sunt mulțumită și fericită de toate realizările mele de până acum", a spus interpreta într-un interviu pentru Busuioc TV.

Cântecele Mariei Iliuț sunt la fel ca și crenguța de iederă care, simbolizează permanența, veșnicia și nemurirea sufletului.

„Ultimul pas" – film ucrainean cu un renumit actor francez în distribuție

Zilele acestea a sosit în Ucraina vestitul actor francez, Jean Reno, care se va produce în unul din rolurile principale în filmul ucrainean „Ultimul pas". Filmările vor avea loc în Carpați, la lacul Synevyr, și la Kiev. De asemenea, sunt prevăzute filmări la New-York și în Canada. Președintele Comitetului de Stat pentru Cinematografie, Filip Illienko, a menționat: „Colaborarea cu vedete de talie mondială constituie o etapă ordinară a dezvoltării industriei cinematografice ucrainene și atestă încrederea în profesionalismul nostru din partea colegilor europeni".

Regizorul și autorul scenariului filmului este și el francez – Frederic Petitjean, operatorul Thierry Arbogast – de asemenea. Pe platoul de filmare sunt invitați și alți actori cunoscuți din SUA, Canada și Anglia, care vor lucra împreună cu actorii ucraineni Igor Țyșkevyci, Margaryta Burkovska, Oleg Karpenko etc.

Potrivit scenariului, Jean Reno se produce în rolul unui asasin necunoscut, care se retrage pe malul unui lac îndepărtat din Canada. La el nimerește o fată, în urma unui accident. Fostul asasin, pentru prima dată, salvează viața unui om.

Jean Reno, numele adevărat Juan Moreno Herrera Jiménez, s-a născut pe 30 iulie 1948 în Casablanca, Maroc, având părinți spanioli, care au fugit din țara natală și s-au refugiat în Africa pentru a scăpa de regimul fascist al lui Francisco Franco. Jean s-a stabilit în Franța abia la vârsta de 17 ani împreună cu tatăl său, mama sa murind de tuberculoză când familia încă se afla în Maroc. A început să studieze actoria mai târziu și a apărut atât la televiziune, cât și pe scenele de teatru. Reno are o carieră de peste 20 de ani în cinematografie și a colaborat cu Luc Besson încă din 1982.

Filmarea peliculei cinematografice ucrainene „Ultimul pas" este finanțată de stat în sumă de 21 milioane 630 mii grivne (suma totală fiind de 73,8 milioane grivne).

Filmul artistic „Ultimul pas" va apărea pe marele ecrane în anul 2019.

La Lisabona va pleca Melovin

În finala Selecției naționale pentru Concursul muzical internațional „Eurovision-2018" cernăuțeana Tayanna, având cea mai mare notă din partea juriului, a cedat în fața tânărului interpret Melovin, din cauza susținerii insuficiente din partea spectatorilor.

Pentru Tayanna s-a repetat istoria din semifinală, unde ea, de asemenea, a întrunit cel mai mare număr de puncte din partea juriului, dar n-a putut conta pe spectatori. În finală ea a mai trecut și printr-un moment foarte neplăcut: membrul juriului, Andrii Danylko, a învinuit-o de folosirea fonogramei și a insistat să fie verificat acest lucru. Și-a manifestat nemulțumirea un fan al Tayannei și Andrii Danylko l-a brutalizat în eter direct cu cele mai murdare cuvinte, ceea ce, desigur, nu-i face cinste unui asemenea artist, care, la timpul său, a uimit Europa la „Eurovision".

Melovin, numele adevărat Kosteantyn Bociarov, s-a născut la 11 aprilie 1997, la Odesa. A îndrăgit muzica încă din copilărie, a frecventat un timp oarecare școala de muzică pentru copii, apoi s-a înscris la școala de teatru. După cum a recunoscut însuși interpretul, anume arta teatrală i-a dat posibilitate să aprecieze fiecare emoție de pe scenă. Învingătorul Selecției naționale din anul curent a mai explicat că pseudonimul său provine de la grupul îndrăgit – „Queen".

Actuala participare a lui Melovin la Selecția națională nu este prima. Anul trecut el a ocupat locul trei. La Lisabona reprezentantul Ucrainei, Melovin, va evolua în cea de a doua semifinală, care va avea loc la 10 mai. Cu cântecul său el va încheia show-ul.

Pagină realizată de Vasile CARLAȘCIUC

Cu sufletul luminat de raza credinței

Roșa este o suburbie a Cernăuțiului numai din punct de vedere teritorial-administrativ, însă ea, cu adevărat, a fost și rămâne centrul spiritual românesc al urbei intrate în istorie pe timpul domniei lui Alexandru cel Bun. Și așa va fi cât va exista aici biserica și școala românească.

A fi slujitor al altarului la Roșa, la fel și pedagog, nu este chiar atât de simplu, or, localnicii, de la mic la mare, sunt foarte exigenți în toate: și la carte, și în ritualul bisericesc. E chiar semnificativ faptul că școala și biserica din suburbie se află alături.

În perioada sovietică s-a încercat ridicarea unui zid spiritual între aceste două instituții, dar nu s-a reușit. Odraslele roșenilor, deși purtau cravate roșii de pionieri la școală, la marile sărbători creștine veneau la biserică împreună cu părinții. Un exemplu elocvent este cazul lui Iulian Cerchez, care, elev fiind, nu și-a ascuns credința în Dumnezeu, ci era prezent în orice duminică la liturghie, iar în preajma absolvirii școlii a fost binecuvântat de arhiepiscopul de atunci al Cernăuțiului și Bucovinei, Onufrie, să fie dascăl la Biserica Sfinții Arhangheli Mihail și Gavriil de la Roșa. De atunci au trecut douăzeci de ani și domnul Iulian CERCHEZ e tot dascăl la această biserică. Altceva nici că și-a dorit în viață…

„A fost o chemare a lui Dumnezeu, explică domnul Iulian. Eram de patru anișori, când vecina noastră, Zoina Cuciurean, o femeie foarte evlavioasă, m-a luat cu ea la biserică și mi-a plăcut foarte mult. Odată, în ajunul Paștelui, ea a venit la părinții mei să mă ia la serviciul din noaptea Învierii Domnului. Mama și tata nu au vrut să-mi dea voie din motivul că pentru un copil este obositor să stea în biserică toată noaptea. Eu am început să plâng și, în cele din urmă, părinții au căzut de acord. Bunțea Zoina, așa i se spune bunicii la Roșa, cunoștea foarte bine rânduiala bisericească și m-a învățat multe lucruri bune. Cu mare respect îi spuneam așa, deși ea nu-mi era bunică adevărată. Nu avea pe nimeni și i-am fost ca un fecior, am îngrijit-o la bătrânețe și odată, venind de la biserică și trecând pe la ea, mi-a spus: „Te aștept ca pe un sfânt. Peste trei zile o să plec în lumea celor drepți”. Și așa a fost: a treia zi, de Sânziene, ea a închis ochii pentru totdeauna. Se spune că este fericit omul, care e chemat la Domnul în timpul marilor sărbători.

Flacăra credinței, aprinsă în suflet de bunțea Zoina, Dumnezeu s-o aibă în dreapta sa, mă poartă la biserică de când aveam șapte ani. Duminica dis-de-dimineață băteam la ușa ei și plecam împreună la liturghie. Tot la această vârstă am început să cânt în cor. Țin minte că pe timp de iarnă în biserică era foarte frig și, ca să nu răcesc, coriștii mă înfășurau cu niște plapome. Și așa cântam.

Râvna mea pentru credință le-a adus părinților multe neplăceri. Erau chemați la școală pentru comportarea mea „nedemnă”. Însă ei înțelegeau că, odată ce cred în Dumnezeu, o să fac numai fapte bune. Pentru mine au fost adevărați îndrumători părinții Ion Borcea, Gheorghe Chiseliță, Adrian Acostachioaie, cel care îmi dădea cărți românești, părintele Victor – toți deja plecați în veșnicie. Acum slujesc alături de părintele Ion Blaga. Rânduiala în biserica noastră este cea de pe timpurile vechi. Avem două coruri – unul alcătuit din coriști de vârstă înaintată (mai fiecare dintre ei are în jur sau peste 80 de ani), care respectă regulile și tradiția din perioada interbelică, adică de pe atunci când dirijor al corului de la Roșa a fost renumitul Gheorghe Șcraba, iar în al doilea cor cântă cei mai tineri. Cândva roșenii – și bărbații, și femeile – veneau la biserică îmbrăcați în costume naționale. În prezent așa ceva este mai mult o excepție, dar pentru unii roșeni credința a rămas la fel de sinceră și fierbinte.

În casa lui Dumnezeu vii să te rogi lui Dumnezeu. Aceasta e regula din moși-strămoși, pe care trebuie s-o primești și s-o urmezi cu gândul și inima. Din păcate, a scăzut numărul enoriașilor bisericii românești de la Roșa. În ultimul timp s-a schimbat componența populației suburbiei, au apărut biserici noi, dar și mulți români de-ai noștri sunt plecați peste hotare. În pofida acestor obstacole, drumul spre biserică este bătătorit. Oamenii noștri înțeleg că este o mare fericire să-l proslăvești pe Domnul în limba ta maternă. Iar roșenii sunt ambițioși și țin la neamul și la credința strămoșească.

Au trecut pe neobservate douăzeci de ani de când sunt dascăl la biserica românească de la Roșa. Am învățat la Institutul de teologie ortodoxă din Cernăuți, la Seminarul teologic de la Chișinău. De profesie sunt zugrav, ca și tatăl meu, așa îmi câștig pâinea cea de toate zilele, iar din cea spirituală „mă înfrupt” la biserică, cea de a doua casă a mea și principalul locaș de închinare. Așa a fost voia lui Dumnezeu că anume la biserică am întâlnit-o și pe viitoarea mea soție – Maria Ștefaniuc, care și ea cânta în corul bisericesc. Cu timpul s-a născut și îngeraşul nostru – fiul Ion. Îi mulțumesc din suflet lui Dumnezeu că trăim în bună înțelegere și armonie sufletească. Aceasta este cea mai mare bogăție a omului”.

Credința strămoșească și cea adevărată dăinuie în veacuri prin vrerea lui Dumnezeu și prin evlavia și râvna pentru logosul sfânt, manifestate de astfel de oameni simpli și cu suflete luminate ca Iulian Cerchez din Roșa Cernăuțiului.

Antologia lirică „Libertatea Cuvântului”

Nicolae DABIJA

Cât trăim pe acest pământ

Cât trăim pe acest pământ
Mai avem un lucru sfânt,
O câmpie, un sat natal,
O clopotniță pe deal.

Cât avem o țară sfântă,
Și un nai care mai cântă,
Cât părinții vii ne sânt
Mai există ceva sfânt.

Cât pădurile ne dor
Și avem un viitor,
Cât trecutu-l ținem minte
Mai există lucruri sfinte.

Cât Luceafărul răsare,
Și în cer e sărbătoare,
Și e pace pe pământ,
Mai există ceva sfânt.

Cât avem un sat departe
Și un grai fără de moarte,
Cât ai cui zice părinte,
Mai există lucruri sfinte.

Cât durea-ne-vor izvoare,
Ori un cântec ce dispare,
Cât mai avem ceva sfânt
Vom trăi pe-acest pământ.

Poetul notoriu Nicolae Dabija, fiind în vizită la Școala românească de la Roșa, a mărturisit că bunicul său, pe timpuri a fost preot la biserica din vecinătate. Din spusele bunicului cunoaște râvna pentru credința în Dumnezeu a roșenilor. Această poezie a poetului, care a devenit cântec, se înscrie de minune în atmosfera spirituală din suburbia Cernăuțiului, unde spiritul românesc mai este la el acasă.

Pagină realizată de Vasile CARLAȘCIUC

FC Bucovina a încheiat la egalitate meciul cu „Șahtar” (U19)

Amicalul a fost disputat pe terenul Complexului Sportiv „Olimpia” din Cernăuți. Echipa antrenată de Viktor Mglyneț a întâlnit „Șahtar” Donețk (U19), o echipă care participă la Liga UEFA între echipele de juniori și care actualmente este antrenată de ex-antrenorul FC Bucovina, Serhii Șușenko. FC Bucovina a deschis scorul în minutul 2 al primei reprize. Evhen Nemtinov a finalizat cu succes atacul echipei cernăuțene. În repriza secundă oaspeții reușesc să egaleze prin golul înscris de Iuri Mate în urma unei lovituri de la 11 metri. Au fost și alte ocazii de gol, însă situația de pe tabela de marcaj rămâne neschimbată până la finalul întâlnirii. Astfel, FC Bucovina – „Șahtar” Donețk (U19), scor final 1:1. Pe 7 martie FC Bucovina are programat amicalul cu „Nyva” Ternopil.

Campionatul raionului Hliboca la minifotbal

Etapa a 8-a. Rezultate:

Stârcea – Stănești (2) – 10:6
Privorochia – Mihailivka – 9:1
Porubne – Hliboca – 3:7
Molodia – Volcinețiі Vechi – 6:4
Sinăuți – Camenca (Dealuri) – 3:12
Suceveni – Stănești (1) – 4:3
Ceahor – Tereblecea – 3:0 (înfrângere tehnică)
Poleana – Cupca (Cupca suspendată din competiție)
Voloca – Camenca – 7:3
Cerepcăuți – Iordănești – 1:7
Corovia – Tureatca – 9:1

Fotbal: Dinamo Kiev – Lazio și Milan – Arsenal, în optimile Europa League

Programul meciurilor din optimi:

Lazio Roma (Italia) – Dinamo Kiev (Ucraina)
RB Leipzig (Germania) – Zenit Sankt Petersburg (Rusia)
Atletico Madrid (Spania) – Lokomotiv Moscova (Rusia)
ŢSKA Moscova (Rusia) – Olympique Lyon (Franţa)
Olympique Marseille (Franţa) – Athletic Bilbao (Spania)
Sporting Lisabona (Portugalia) – Viktoria Plzen (Cehia)
Borussia Dortmund (Germania) – RB Salzburg (Austria)
AC Milan (Italia) – Arsenal Londra (Anglia)

Meciurile vor avea loc pe 8, respectiv 15 martie.

FC Ciudei, campioană a raionului Storojinețt la minifotbal

FC Ciudei a cucerit titlul de campioană a raionului Storojineț la minifotbal. Potrivit rezultatelor finale ale competiției, FC Ciudei a acumulat 9 puncte. Pe locul doi s-a situat echipa Arșița (Storojineț) cu 6 puncte, iar pe locul trei – echipa Sokil Storojineț cu 1 punct la activ. De asemenea au fost desemnați și cei mai buni jucători ai campionatului. Serghei Grinciuc de la Sokil Storojineţ a fost desemnat cel mai bun portar al competiției. Ilie Guțuleac de la FC Ciudei a fost desemnat la categoria cel mai bun fundaș (21 de goluri), iar Oleksandr Kuba de la Arșița a câștigat la categoria cel mai bun jucător al campionatului.

Ceremonia de închidere spectaculoasă la JO de iarnă 2018

Ucraina a cucerit o singură medalie la Jocurile Olimpice de iarnă de la PyeongChang. Oleksandr Abramenko în cursa freestyle la categoria bărbați a cucerit medalia de aur. El a acumulat 128.51 puncte.

Preşedintele Comitetului Internaţional Olimpic, germanul Thomas Bach, a declarat închise Jocurile Olimpice de iarnă de la PyeongChang, la finalul ceremoniei găzduite de Stadionul Olimpic din localitatea sud-coreeană. „Jocurile Păcii”, cum au fost denumite aceste Jocuri, au debutat pe 9 februarie şi au fost teatrul unei apropieri spectaculoase între Coreea de Sud şi Coreea de Nord, care sunt încă în război din punct de vedere tehnic, din 1953. Ceremonia de închidere a cuprins un show cu drone, care au realizat în aer imaginea mascotei Jocurilor, tigrul alb Soohorang, lăsând apoi locul unei inimi imense. Un număr de 2.930 de sportivi din 92 de state, naţiuni sau delegaţii şi-au disputat cele 102 titluri puse în joc la şapte sporturi şi 15 discipline: patinaj (patinaj artistic, patinaj viteză şi patinaj viteză pe pistă scurtă), schi (schi alpin, schi fond, schi acrobatic, combinata nordică, sărituri cu schiurile şi snowboard), bob (bob şi skeleton), biatlon, curling, hochei pe gheaţă şi sanie. Norvegia a ocupat primul loc în clasamentul pe medalii cu 14 medalii de aur, 14 medalii de argint şi 11 de bronz (39 în total – un nou record). Ultima medalie a JO a fost cucerită de norvegianca Marit Bjoergen (37 ani), la schi fond (start grupat, 30 km), care a devenit cel mai medaliat sportiv la Jocurile Olimpice de iarnă (15 clasări pe podium, 8-4-3) şi a permis ţării sale să ocupe primul loc în ierarhia finală pe medalii. Peste 2.200 de sportivi paralimpici sunt aşteptaţi la PyeongChang în perioada 8-18 martie, la Jocurile Paralimpice.

Pagină realizată de Romeo CRĂCIUN

Fericirea de pe litoral

Se zice că fata trebuie să se mărite atunci când este întrebată. Cel puțin de aceste cuvinte călăuzitoare din bătrâni se țineau părinții în trecutul lor atunci când fetele erau bune de măritat. Puțin le păsa atunci de sentimente. Și multe fete au fost nevoite, bietele, "să înghită" cererea în căsătorie, ce venea din partea vreunui cunoscut de-al tatălui sau a unei bune prietene a mamei, care și ei, la rândul lor, doreau să-și dea copiii în rând cu lumea.

Natalia a ignorat de fiecare dată asemenea propuneri din partea părinților, deși fecioria și-a trăit-o anume în perioada despre care vă vorbeam. Era o fată isteață peste măsură și cu un caracter de invidiat. A crescut fără tată. Acesta i-a părăsit, pe ea și pe cei doi frați, pe când fata nu împlinise nici trei anișori. Aflându-se la câștig în Crimeea, s-a încurcat omul nostru cu o rusoaică și a rămas acolo pentru totdeauna. Liza, așa o cheamă pe noua lui soție, i-a mai adus pe lume două fete și un fecior. La început omul a mai ținut legătură cu copiii din prima căsătorie. Nici nu divorțase de mama Nataliei. Așa a durat până când copiii aduși pe lume de Liza au împlinit vârsta școlară. Și atunci femeia i-a pus condiție: ori își legalizează cu ea relațiile, ori pleacă de unde a venit. Bărbatul era deprins cu viața de acolo și nu prea i-ar fi priit să se întoarcă la prima soție. În plus, nu se știe dacă aceasta l-ar fi iertat și primit în cuibul pe care l-au construit cu truda lor comună. Prinse el rădăcini acolo, în Crimeea, avea un serviciu bun, unde câștiga suficient pentru noua sa familie și pentru a-i ajuta și pe copiii de la Cernăuți, își făcuse și prieteni noi, care erau gata să-i sară în ajutor fie ziua sau fie noaptea. Așa a înghițit gălușca și a acceptat condițiile Lizei. În scurt timp și-au oficializat relațiile și viața a continuat în albia-i firească. Rămasă cu trei copii în grija ei, mama Nataliei se spetea la mai multe locuri de muncă pentru a le asigura odraslelor strictul necesar: pâine și la pâine, hăinuțe curate și cele de ce aveau nevoie la școală.

– O să-i arăt eu nemerniculuі de el că n-o să mă prăpădesc fără el, zicea întruna atunci când vreo femeie din sat o întreba de nu-i este greu cu trei copii.

Natalia a moștenit caracterul de la mamă-sa. Niciodată nu a cedat în fața greutăților, iar când s-a făcut mai măricică, prin clasa a opta, era alături de mama în cantina gospodăriei colective din localitate. Iubea foarte mult curățenia și de fiecare dată dădea dovadă de punctualitate. După absolvirea școlii n-a mai urmat vreo școală mai înaltă. Nu avea acele posibilități, pe care le aveau alți copii. Se îmbrăca modest și nu întotdeauna își permitea să meargă la vreun film sau la discotecă. Ce să mai vorbim despre plecările la mare sau la munte atât de preferate de multe dintre prietenele ei. A rămas să trudească alături de mama, iar atunci când gospodăriile agricole colective au fost clătinate de aerul restructurării lui Gorbaciov, Natalia nu a stat mult timp fără un loc de muncă. A fost luată cu brațele deschise de direcția școlii din localitate, tot la cantina școlară. Acolo a întâlnit prima dragoste – pe George, care fusese repartizat în acea școală ca profesor de geografie. Deși l-a îndrăgit de la prima vedere, în scurt timp Natalia s-a dezamăgit de el. Tânărul profesor era prea împătimit de geografie, ceea ce Natalia cu caracteru-i nu a putut să accepte. A avut și noroc că la un an George a plecat din școală pentru a se stabili în satul natal. Încetul cu încetul fiorul dezamăgirii din sufletul Nataliei s-a ogoit.

Într-un început de vară Natalia a avut parte de o surpriză plăcută, dar care, în același timp, îi roade conștiința până acum, deși au trecut vreo zece ani buni de atunci. Pe de altă parte, a fost o întâmplare romantică la care orice fată poate numai să viseze. La acel început de iunie, directorul școlii a convocat un consiliu pedagogic la care a invitat-o și pe Natalia. Direcția școlii pregătea un grup de elevi, care urma să plece la odihnă în Crimeea. Mult s-a bucurat fata când directorul a acceptat ca ea să se numere printre însoțitorii responsabili de acel grup, cu atât mai mult că alături urma s-o aibă pe cea mai bună prietenă – Olga, profesoară de limba și literatura română. La acel moment ambele aveau câte 23 de ani împliniți și nu erau căsătorite. Și iată-le pe ambele, alături de copii și alți câțiva profesori școlari pe litoralul din Crimeea. După ce s-au cazat în tabăra de acolo și au pus la punct toate formalitățile, cele două prietene au ieșit să admire necuprinsul apei și nisipurile aurii. Într-o zi, plimbându-se prin magazine, cele două prietene au pus ochii pe niște costume de baie. Natalia l-a ales pe cel de culoare galbenă, iar Olga – unul de culoare roșie. Beneficiind și de o reducere de preț, cele două prietene și-au cumpărat bucuroase costumele. Au venit acasă și după amiază s-au îndreptat alături de copii pe plaja din apropiere. Natalia nu se prea deosebea de Olga. Aveau aceeași statură, aceeași culoare a părului și ambele îl fermecau pe orice trecător cu ochii lor albaștri. Chiar acasă mulți le spuneau că au ceva comun, iar necunoscuții le considerau surori. Și iată-le pe litoral, atrăgând asupra lor privirile ispititoare ale bărbaților, care treceau prin apropiere. Din păcate, în afară de acele priviri ispititoare cele două prietene nu și-au făcut nici o cunoștință în acea zi. În după amiaza zilei următoare Natalia și Olga se pregăteau să meargă la plajă. Dar, să vezi ghinion! Abia atunci Natalia observă că și-a murdărit în ajun costumul. În zadar a încercat să scoată pata de pe el. Nu mai vroia să meargă nicăieri. În schimb, Olga nu a vrut să rămână în tabără și a plecat. S-a întors bucuroasă înspre dimineață cu emoții deosebite de pe urma ședерii cu o companie din Chișinău. Natalia le-a înghițit pe toate, dar și-a zis în sinea ei că nu va rămânea în urmă. Zis și făcut. A plecat la același magazin pentru a-și reînnoi costumul ca înspre seară să plece împreună cu Olga la plajă. Cu firea-i isteață și caracterul său Natalia s-a încadrat destul de rapid în acea companie veselă de băieți și fete. În seara aceea, Vlad, noul prieten al Olgăi, i-a făcut cunoştinţă cu Denis, proprietarul barului de pe litoral. De cum a văzut-o, tânărul i s-a destăinuit că i se pare că o cunoaște de-o veșnicie. Cei doi s-au întâlnit și în serile următoare până când Denis i-a demonstrat niște fotografii din albumul de familie al tatălui său. Între copiii pe care-i ținea în brațe bărbatul din poză Natalia s-a recunoscut pe sine. Nu-i venea să creadă ochilor. Dar, aceasta era realitatea. Fotografia a fost realizată cu ceva timp înainte ca tatăl să se stabilească definitiv în Crimeea. Așa au aflat cei doi că sunt frate și soră. În seara următoare Denis a invitat-o în vizită la el acasă. Tatăl său a primit-o mai întâi ca pe o prietenă a fiului său și mare i-a fost mirarea când a aflat cine este.

– Iartă-mă, copila mea! – atât i-a spus strângând-o la piept.

De atunci Natalia se odihnește an de an pe malul mării în Crimeea. Tatăl ei a venit și el la baștină, s-a întâlnit și s-a împăcat sufletește cu ceilalți copii din prima căsătorie. Și-a cerut bărbatul iertare și de la mama lor, pe care a părăsit-o cu ani în urmă. Acestea sunt surprizele vieții, care vin atunci când ne așteptăm cel mai puțin. În anul următor Natalia și-a găsit cea de-a doua jumătate, tot acolo, pe litoral. Cu Igor conviețuiesc în pace și bună înțelegere, iar cele două flori, Cristinica și Emilia, înfloresc atât de frumos în grădina vieții lor.

Dumitru VERBIȚCHI

BANCURI

Un tânăr sărac, dar fudul peste măsură, vine la întâlnire cu prietena. Din vorbă-n vorbă acesta începe a vărsa cu promisiunile:

- Îți voi cumpăra un inel cu diamante, un iaht, o șubă din cel mai scump material...

- Nu vreai mai întâi să-mi cumperi un pahar de suc că mi-e sete de atâta fericire, zice fata.

✵✵✵

O mamă, care avea un băiețel cam obraznic, căruia îi plăcea să umble toată ziulica prin dulap, a hotărât să-l învețe minte:

- Știi, acolo în dulap este un nene cam rău și dacă vei mai da jos hainele de pe umerare, o s-o pățești rău.

Băiatul a stat toată ziulica cuminte. Nu a mai dat prin dulap, toate hainele erau la loc. Mama răsuflă ușurată că nu va mai trebui să umble din urma lui și să facă ordine. Bucuria femeii nu a durat mult și a trecut în scârbă la cină când micuțul a întrebat cu jumătate de glas:

- Mămico, dar nenea cel rău mai stă prin dulap sau a plecat deja de la noi?

✵✵✵

El și ea în pat. El pe un ton serios:

- Draga mea, suntem căsătoriți de mai bine de zece ani și deja am început să facem dragoste numai atunci când tu ai nevoie de bani.

Ea pe un ton gingaș:

- Dragul meu, vreai să spui că asta nu se întâmplă destul de des?

✵✵✵

Tatăl către fecior:

- Fiule, mi-a zis o păsărică că te droghezi. Este adevărat, recunoaște?

- Tată, nu ți se pare straniu – tu vorbești cu păsările, iar eu mă droghez?

✵✵✵

Doi bătrâni discută pe o bancă în parc. Unul privește nedumerit o informație în ziar.

- O mai fi pus, oare, ceva la pensie.

Celălalt:

- Da, o virgulă.

✵✵✵

Control la vamă. Vameșul:

- Ce aveţi în sac?

- Ceva mâncare pentru papagal, domnule şef, răspunde omul.

- Deschideţi sacul!

Deschide acela sacul, înăuntru – zece kilograme de cafea.

- Aha, papagalului îi place cafeaua, spune ironic vameşul.

- Îi place, nu-i place, altceva nu primeşte.

✵✵✵

Soția vine acasă în timpul mesei și-și găsește bărbatul strângând-și valizele.

- Unde pleci, dragul meu? – întreabă ea mirată. De ce eu nu știu nimic?

- Plec în Bulgaria. Acolo bărbaților li se plătește pentru fiecare partidă de sex câte șapte euro.

Femeia începe să râdă în hohote. Bărbatul:

- Da ce te-a apucat? Mă invidiezi nu cumva?

Femeia:

- Nu. Pur și simplu nu mă taie capul cum o să trăiești cu 14 euro o lună de zile.

Cum să ne ferim de botulism

Botulismul face parte din categoria toxiinfecţiilor alimentare grave, provocate de bacilul botulinic şi toxina lui, care pătrund în organismul uman prin cavitatea bucală, odată cu produsele alimentare, mai ales a celor conservate, şi se caracterizează clinic prin afectarea tractului digestiv, a sistemului nervos central şi a altor organe interne.

Bacilul botulinic se află, de regulă, în intestinul diferitor animale erbivore şi a peştilor, de unde se elimină în mediul înconjurător. Sub formă de spori se păstrează o perioadă destul de îndelungată în sol şi în apă, aceştia fiind foarte rezistenţi la temperaturi înalte.

În condiţiile lipsei aerului şi la o temperatură optimă, sporii botulinici se transformă în formă vegetativă, care elimină o substanţă foarte otrăvitoare pentru organismul uman, numită exotoxină sau botulotoxină. Ultima este cea mai puternică otravă dintre cele microbiene. Condiţiile anaerobe prielnice pentru înmulţirea microbilor se pot crea mai des în fructele, legumele şi produsele din carne, conservate în condiţii casnice, când se încalcă regulile de preparare, sterilizare şi păstrare ale acestora.

Potrivit specialiştilor, consumarea produselor conservate la scară industrială exclude îmbolnăvirea de botulism, deoarece acestea sunt sterilizate la o temperatură de 120°C.

☛ Care sunt sursele de infecţie

Potenţiale surse de infecţie sunt animalele domestice şi sălbatice, mai ales cele erbivore, dar şi peştii.

Botulismul poate apărea şi ca urmare a consumului de roşii, vinete, ardei, cireşe, vişine, piersici, caise şi alte fructe şi legume conservate în condiţii casnice. De asemenea, această maladie se dezvoltă şi după consumul de peşte sărat, afumat sau conservat în condiţii casnice, după consumul de carne afumată sau de cârnaţi preparaţi în casă.

Foarte important de precizat este faptul că sub acţiunea toxinei botulinice produsele alimentare conservate nu-şi schimbă gustul, culoarea şi mirosul. Uneori, conservele, mai ales cele din carne, care conţin această toxină, se bombează. În cârnaţi, cărnuri afumate, peşte, preparate în condiţii casnice botulotoxina se poate acumula numai în locul unde a nimerit microbul botulinic sub formă de focare. Din această cauză, nu se îmbolnăvesc toţi acei care au consumat acelaşi produs, ci numai persoanele care au consumat bucata infectată.

Cazurile de botulism se înregistrează mai frecvent în lunile de primăvară (aprilie, mai), când se utilizează mai frecvent produsele conservate. Cei mai expuşi sunt adulţii, dar boala poate apărea şi la copii, având complicaţii extrem de grave în unele cazuri.

☛ Simptome specifice

Fiind introdusă în organism împreună cu produsele alimentare, toxina botulinică atacă partea bulbară a creierului, provocând astfel diverse dereglări vizuale, de respiraţie, ce duc la apariţia paraliziilor musculare şi la dezvoltarea maladiei propriu-zise.

De regulă, boala se manifestă cu un debut acut, după perioada de incubaţie, care poate fi mai frecvent de 6-24 de ore, dar uneori chiar şi câteva zile. Cu cât perioada de incubaţie este mai scurtă, cu atât forma bolii este mai gravă.

După această perioadă, bolnavii resimt o slăbiciune generală, cefalee, ameţeli, uscăciune în cavitatea bucală, însoţită de o sete chinuitoare, inapetenţă, greţuri, vomă, dureri slabe în abdomen şi o diaree nepronunţată, substituită peste scurt timp de constipaţii. Bolnavii nu văd clar obiectele, imaginile se dublează, nu pot citi o carte sau un ziar, au pupilele dilatate.

În cazurile mai grave, ochii se încrucişează şi apar mişcări oculare, orizontal ori vertical. Vocea devine răguşită, cu un timbru nazal sau dispare complet. Bolnavii nu pot înghiţi hrana şi lichidul, iar funcţiile aparatului respirator şi cardiovascular se dereglează. Muşchii pot fi paralizaţi, întrucât pacienţii devin imobili. În aceste condiţii, este recomandată adresarea de urgenţă la medic.

☛ Măsuri de prevenire a bolii

Nu se recomandă conservarea acasă, în borcane, a cărnii, peştelui, ciupercilor, a unor sortimente de verdeaţă (mărar, leuştean, pătrunjel, lobodă) sau a legumelor (morcov, sfeclă). Aceste produse se spală greu de pământ, care poate conţine bacili botulinici, iar la sterilizarea în condiţii casnice (fierberea timp de 30-60 minute, iar uneori mai puţin), distrugerea acestor microbi nu are loc.

De asemenea, nu se recomandă conservarea peştelui sărat, afumat sau uscat, deoarece sporii botulinici din intestinul peştelui pot pătrunde în muşchi, unde, în condiţii anaerobe, se transformă în formă vegetativă care, la rândul său, elimină botulotoxina otrăvitoare.

La conservarea legumelor şi fructelor, conform reţetelor de preparare, se recomandă adăugarea de acid citric şi acetic în proporţie de 2%. Acest mediu acid acţionează asupra metamorfozei sporilor botulinici şi nu permite eliberarea botulotoxinei.

Fructele şi legumele pentru conservare trebuie să fie proaspete şi foarte bine spălate. Produsele conservate pot fi păstrate în locuri uscate şi la o temperatură mai joasă de 10°C sau chiar la temperatura frigiderului. Totuşi, pentru mai multă siguranţă, înainte de a consuma produsele conservate în condiţii casnice, este bine să le prelucraţi termic, la temperatura de 100°C, timp de 15-20 minute, fapt care duce la inactivarea botulotoxinei şi, deci, la evitarea producerii botulismului.

Tratamentul bolnavilor de botulism se efectuează numai în spitalele de boli infecţioase, vindecarea depinzând, în mare măsură, de rapiditatea cu care pacientul s-a adresat unui serviciu medical.

ALCOOLUL NE POATE DISTRUGE OASELE

Alcoolul ne îmbolnăveşte ficatul, are consecinţe la nivelul inimii, dar ne afectează şi oasele, cel puţin aşa consideră specialiştii. Conform rezultatelor unui studiu, consumul de alcool poate influenţa formarea oaselor la tineri. Rezultatele au consecinţe pe termen lung.

Consumul de alcool pe termen lung poate degrada atât organele, cât şi oasele. Alcoolismul creşte riscul apariţiei osteoporozei, deoarece duce la declinul masei osoase şi la deteriorarea metabolismului osos.

Ţesutul osos este afectat de consumul excesiv de alcool, mai ales în cazul tinerilor. Persoanele ce consumă alcool regulat şi în exces în tinereţe îşi degradează oasele înainte ca acestea să ajungă la maturitate.

În cadrul experimentelor, porcilor le-a fost oferit un amestec de alcool şi suc de mere în funcţie de masa corporală, de două ori pe săptămână. Un alt grup de control a primit doar suc de mere. Specialiştii au prelevat probe de sânge pentru a determina nivelul metabolismului osos şi muscular.

În a doua etapă, cercetătorii au examinat oasele porcilor la două luni după experiment. „Rezultatele noastre sugerează că procesul de formare a oaselor este redus", susţin medicii specialişti.

Descoperirile medicilor demonstrează că efectele consumului de alcool frecvent poate avea consecinţe pe termen lung. Masa osoasă a tinerilor care consumă alcool frecvent nu se va putea dezvolta normal.

CE BENEFICII ARE MACUL PENTRU SĂNĂTATE

Cu floarea lui delicată, roşie ca sângele, macul este o prezenţă remarcabilă pe câmpuri şi în parcuri la începutul fiecărei veri. Despre seminţele de mac se pot spune multe. Ele sunt folosite cu precădere în gastronomie, mai ales la prepararea produselor de patiserie ori a anumitor deserturi.

Cine şi-ar putea imagina, bunăoară, un covrig fierbinte şi gustos fără un strat generos de seminţe de mac amestecate cu sare? Aceste grăunţe mici nu au proprietăţi narcotice. Aşadar, ele pot fi consumate fără niciun fel de teamă că ar induce stări de somnolenţă sau reverie. În schimb, seminţele sunt bogate în acid linoleic, un antioxidant minunat care luptă împotriva radicalilor liberi, protejând organismul împotriva bolilor cardiovasculare.

În afara consumului sub formă de condiment, seminţele de mac pot fi folosite şi pentru proprietăţile medicinale. Uleiul obţinut din ele este recomandat pentru masaj ori pentru hidratarea şi emolierea tenului sau a pielii.

În ceea ce priveşte valoarea nutritivă a acestor bobiţe mărunte, trebuie de spus că ele au un conţinut ridicat de carbohidraţi, fiind o excelentă sursă de energie. Adăugaţi o linguriţă cu ulei de mac la sosul de salată şi vă veţi bucura de un gust excelent al acestui preparat.

(Leacuri şi terapii)

Rubrică susţinută de Valeria ŞTEFUREAC

Asociaţia pentru Cultură Românească „Petru Movilă” din Kiev: 20 de ani de activitate

La 23 februarie a.c., la Kiev, în incinta Institutului de cercetări politice şi etnonaţionale a Academiei Naţionale de Ştiinţe a Ucrainei, a avut loc Conferinţa Internaţională, consacrată aniversării a 20-a a creării Asociaţiei pentru Cultură Românească „Petru Movilă” din Kiev. În cadrul conferinţei preşedintele Asociaţiei, dl Vasile Cazac, a vorbit despre rezultatele activităţii în această perioadă şi a trasat sarcinile pe perioada următoare.

Din partea Ambasadei României şi Ambasadei Republicii Moldova la conferinţă au participat Secretarul I, domnul Ion Naval, şi respectiv, consilierul în problemele consulare, domnul Oleg Hâncu, care au transmis mesaje de salut din partea Ambasadorilor ambelor ţări.

Printre invitaţii de onoare au fost prezenţi reprezentantul Departamentului Administraţiei Municipale Kiev, domnul Vladimir Gorovoi, preşedintele Consiliului Comunităţilor Naţionale din Ucraina, domnul Aşot Avanesian, fostul diplomat al Ucrainei în România (2012-2017), domnul Teofil Rendiuc, profesorul Institutului de Filologie de la Universitatea Naţională de Stat „Taras Şevcenko”, domnul Serghii Lucicanin, părintele de la Lavra Pecerska din Kiev, Dumitru Popescu, reprezentanţi ai altor comunităţi naţionale şi instituţii de stat din capitală.

Din partea Administraţiei Municipale Kiev pentru aportul în consolidarea relaţiilor internaţionale şi cu ocazia aniversării Asociaţiei, dl Vasile Cazac a fost menţionat cu Diploma de onoare. De asemenea, din partea Consiliului Comunităţilor Naţionale din Ucraina au fost menţionaţi cu diplome de onoare cei mai activi membri ai Asocaţiei „Petru Movilă”: Nicolai Curmei, Vasile Moraru, Serghii Lucicanin, Dumitru Popescu, Aurica Garmaş, Maria Grigorieva, Natalia Stratanovska, Ilona Mariuţ, Pavel Tăutu.

Conform ordinei de zi a Conferinţei a fost realeasă conducerea Asociaţiei. În calitate de preşedinte al Asociaţiei pentru Cultură Românească „Petru Movilă” din Kiev a fost ales în unanimitate domnul Adrian Capalb.

Elena GARCUŞA

HOROSCOP

5.03-11.03.2018

BERBECUL. Ai ocazia să clarifici anumite aspecte ce vizează o relație, un parteneriat, putând fi aduse acum la suprafață informații care te vor determina să iei decizii ferme. Atenție la zilele de 7 și 8 martie, atunci când este posibil să apară confruntări în relația cu părinții sau tot felul de probleme legate de casă sau gospodărie. La sfârșitul acestei săptămâni nu vei duce lipsă de inspirație creatoare, curiozitate și dorința de a crea ceva nou, original.

TAURUL. Ești oarecum frustrat că lucrurile nu ies chiar așa cum ți-ai propus. Ar fi cazul să te concentrezi pe realizarea propriilor proiecte și să nu te bazezi prea mult pe promisiunile prietenilor. Ai foarte mult de muncă, dând dovadă de conștiinciozitate, ambiție, încredere, hotărâre pentru a-ți atinge scopurile. Spre sfârșitul săptămânii vei observa câtă forță de revigorare ai, precum și capacitatea de a învinge orice obstacol. Atenție la sfârșitul de săptămână, la posibilele probleme de sănătate. Este nevoie de mai multă mișcare, sport în natură.

GEMENII. Începi săptămâna în forță în ceea ce privește locul de muncă, cariera. Dar, este recomandat să-ți revizuiești atitudinea, referitor la colectivul de muncă. După data de 4 martie te poți aștepta la reluarea unor discuții cu un fost iubit sau te poți reîntâlni cu o persoană dragă din trecut. Spre sfârșitul acestei săptămâni reușești să mai finalizezi din sarcinile de serviciu. Nu vei renunța la posibilitatea de a face mai mulți bani. Nu este cazul să intri în panică!

RACUL. Ești oarecum neliniștit în privința veștilor care vin de departe, eventual chiar de peste hotare. În carieră este multă forfotă, îndeosebi în prima parte a acestei săptămâni. Atenție la ziua de 7 martie, atunci când este posibil să ai o nemulțumire din partea superiorilor. În data de 8 martie ai ocazia să te întâlnești cu prieteni dragi sau pur și simplu să petreci alături de colegi. La sfârșitul săptămânii te poți aștepta la o vizită din partea rudelor apropiate.

LEUL. Avem de-a face cu o perioadă de revizuire, reorganizare, reluare a unor proiecte. Cert este că nu prea ești decis în ce direcție vrei să mergi. Este posibil ca acum să faci o alegere greșită, pe care cu greu să o mai poți repara, în privința unei relații, a unui parteneriat. Spre sfârșitul acestei săptămâni ești plin de energie, dornic să acționezi, să te dedici unui proiect important care vizează cariera. Nu este exclus să primești niște bani care ți se datorau. La sfârșitul perioadei ai ocazia să-ți valorifici talentele, abilitățile de care dispui.

FECIOARA. Ești oarecum nemulțumit de o relație cu un partener de afaceri. Cert este că te poți confrunta cu situații neclare simțindu-te copleșit de evenimente. Pot fi reluate unele discuții care vizează banii, o moștenire. Se discută mult despre bani, modalitatea de a câștiga unele drepturi. La sfârșitul acestei perioade îți prieste starea de solitudine, să meditezi mai mult la propria viață, să te îngrijești mai mult de propriul suflet.

BALANŢA. La începutul acestei săptămâni ești nemulțumit de anumite aspecte care vizează locul sau colectivul de muncă. Se recomandă să discuți cu mai multă prudență, să nu te avânți și să tragi concluzii pripite referitor la un coleg. Acordă o atenție specială la posibilele probleme care pot fi reluate acum în cadrul unei relații de parteneriat. Spre sfârșitul perioadei analizate ți-ar prinde bine să petreci mai mult timp cu prietenii. În ultima zi a săptămânii te simți liniștit în starea de solitudine.

SCORPIONUL. Este indicat să-ți menții atenția trează și asupra aspectelor care țin de profesie, locul de muncă și relația cu colegii. Pot fi reluate acum discuții care vizează proiecte de lucru care se cer revizuite. Nu este exclus o recidivă a unor probleme mai vechi de sănătate. În partea a doua a acestei săptămâni încerci să recuperezi timp și să te mobilizezi pentru a demara o acțiune importantă care vizează profesia. Nu îți vor lipsi inspirația, creativitatea și umorul absolut necesare pentru a reuși să faci față concurenței.

SĂGETĂTORUL. Pot avea loc discuții intense în familie. Este posibil să discutați mai mult despre casă, proprietate, despre o posibilă schimbare de domiciliu. În a doua jumătate a perioadei analizate vei da dovadă de mai multă conștiinciozitate, de ambiție și curajul de a demara noi acțiuni în plan profesional. La sfârșitul acestei săptămâni este favorizată o călătorie alături de persoana dragă.

CAPRICORNUL. Ești oarecum nemulțumit la începutul săptămânii, tocmai pentru că te simți dezorientat în privința relației cu rudele apropiate. La locul de muncă putem vorbi despre multă agitație. Îți va veni destul de greu să găsești un echilibru între casă, obligațiile de familie și carieră. În partea a doua a săptămânii ai ocazia să primești susținere financiară din partea partenerului de viață.La sfârșitul perioadei te apleci mai mult asupra laturii spirituale.

VĂRSĂTORUL. Este o perioadă în care ai ocazia să valorifici din plin abilitățile, resursele de care dispui pentru a atrage și mai multe câștiguri financiare. Pe de altă parte, ai tendința de a face cheltuieli mai mult decât îți este permis. Sunt favorizate acum reluarea unor studii, revizuirea unei relații de rudenie. Spre sfârșitul perioadei, ești mult mai preocupat de relația de mariaj. Tot acum este posibil să te gândești serios la implicarea într-un parteneriat, o colaborare care ți-ar aduce mai mulți bani în cont.

PEŞTII. Te simți foarte bine acasă, în familie. Atenție la zilele de 7 și 8 martie, atunci când este posibil să te confrunți cu unele probleme în relație cu persoana iubită. Controlează-ți cu atenție gândurile și emoțiile și încearcă să exprimi clar ceea ce te doare, de fapt. Starea de agitație nu face decât să amplifice tensiunea din relația cu partenerul de viață, îndeosebi spre sfârșitul acestei săptămâni.

Primarul satului Costiceni, dl Vladimir LUPOI, corpul de deputaţi şi colectivul Consiliului sătesc Costiceni adresează sincere felicitări, cu prilejul Zilei Internaţionale a Femeii, colectivelor grădiniţelor de copii „Steluţa" şi Ghiocelul", Şcolii de cultură generală „Ion Vatamanu", Şcolii de muzică din localitate, Spitalului local și tuturor locuitoarelor satului Costiceni şi celor plecate la muncă peste hotare.

Odată cu suflul abia simţit al primăverii soseşte la noi irepetabila sărbătoare a femeilor – 8 Martie! Ea ne aduce fericire, iubire, speranţă, bucurie, dragoste şi căldură. Femeia este protectoarea neamului, păcii, înţelegerii şi armoniei pe pământ. Deci, primiţi alese urări de sănătate, fericire şi noroc. Fiţi mereu gingaşe ca primii ghiocei, veşnic iubite şi adorate de cei dragi şi apropiaţi inimii. S-aveţi în viaţă multe flori, sărbători, aleşi mărţişori şi să păstraţi în suflet primăvara.

Ca albul crinului în floare,/ Ca neaua ce luceşte-n soare,/ Ca fulgerul-ntr-o noapte plină,/ Ca liniştea zilei senine,/ Ca lacrima din ochi curată,/ Ca rugăciunea-nflăcărată/ Ca adevăru-n strălucire,/ Ca gingaşa neprihănire,/ Ca dragostea cea mai frumoasă/ Să vă fie viaţa luminoasă!

Mărţişoare pentru scumpa profesoară

La 23 februarie și-a celebrat ziua de naștere doamna

Marilena ZÂGREA,

director-adjunct la CIE Cupca, profesoară de limba și literatura română.

Cu prilejul zilei de naștere, doamna Marilena este felicitată cu multă dragoste, stimă și plăcere de părinții Ecaterina și Viorel, de soțul Vitalie, fiicele Emilia-Daniela și Iustina, mama-soacră Emilia, sora Margareta împreună cu familia, de nași, fini, unchi, mătuși, veri și de toate celelalte rude. Lor li se alătură colegii de serviciu de la CIE Cupca, elevii, părinții, toți prietenii, vecinii, cunoscuții, activiștii satului.

Scumpa noastră! Îți dorim multă-multă sănătate, fericire, succese, bucurii, împliniri, realizări, să te înconjoare prieteni adevărați, să-ți fie mereu cei dragi în preajmă și tot ce îți dorești să se împlinească.

Să ningă-n viața ta cu fulgi de fericire,
Să-ți fie visele un zbor de împlinire,
Povara vieții fie-ți un car cu sănătate,
Iar sufletul mereu scăldat în bunătate.
Să ai oricând în drum un soare zâmbitor,
Alături chipuri dragi și-un înger păzitor.
La mulți ani!

Un buchet de ghiocei la ceas aniversar

Aducem în aceste zile de februarie în dar talentatei noastre interprete de folclor, bucovinencei ce a dus faima cântecului popular românesc pe meridianele lumii, cu specificul ei crăsnean, doamnei

Maria ILIUŢ

din Crasna, stabilită cu traiul la Chișinău.

Cu vocea-i divină, doamna cântecului bucovinean Maria Iliuț, a încântat și încântă publicul spectator zeci de ani la rând. Folclorul bucovinean s-a făcut cunoscut în Moldova și nu numai datorită doamnei Maria de la Crasna.

Acum, la ceas aniversar, noi, admiratorii talentului ei dintotdeauna venim la poarta vieții domniei sale cu un enorm buchet de Mărțișoare, dar și lalele, ghiocei, brândușe... Aducem în dar toate florile primăverii și îi mulțumim pentru faptul că ne bucură cu minunatele ei cântece, cu vocea-i inconfundabilă, cu acele concerte deosebit de frumoase prezentate în fața publicului.

La mulți ani, Marie, pasăre măiastră! Îți dorim multă sănătate, fericire în viață, admiratori și spectatori cât mai mulți, flori și sărbători întotdeauna și tot ce-ți dorești să se împlinească.

Din partea tuturor admiratorilor din Bucovina semnează prietena ta, Eleonora SCHIPOR

Un jubileu al vieții

Acest sfârşit de Făurar a sosit în viața doamnei

Maria OVACIUC

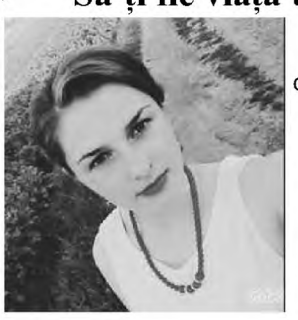
din satul Cupca, profesoară la CIE Cupca, cu un frumos jubileu.

Cu acest deosebit eveniment ea este felicitată de toți membrii familiei sale, de colegii de serviciu, de elevii clasei a 9-a B, a căror dirigintă este, de toate rudele din satul Corcești şi cele din satul Cupca, de toți prietenii de familie, cunoscuții.

Toți îi doresc jubiliarei sănătate, succese, armonie în familie, bucurii, voie bună, liniște, bunăstare şi tot binele Pământului.

Din mândre flori vă împletim /Cunună plină de iubire,
Mulţi ani de viaţă vă dorim /Şi multă, multă fericire.
„La mulţi ani!".

Să-ți fie viața tinerețe-floare!



În prima zi a lui Mărțișor, prima zi calendaristică a Primăverii, își sărbătorește ziua de naștere tânăra

Ecaterina ŞORODOC

din satul Cupca, raionul Hliboca, studentă în anul III la Colegiul pedagogic din Cernăuți.

Domnişoara Ecaterina împlinește în acest început de primăvară frumoasa vârstă de ***18*** ani.

La vârsta majoratului, ea este felicitată cu drag de părinții Vera și Vasile, de nașii de botez, de unchi și mătuși, de veri și verișoare, de rude şi prieteni, de foștii colegi de clasă și școală, de actualii colegi de studii.

Draga noastră Ecaterina! Să-ți fie viața ca zborul de rândunică, să fii sănătoasă, fericită, mereu bine dispusă, veselă, bucuroasă, să-ți fie părinții sănătoși, prietenii credincioși şi cei dragi alături. Un Mărțișor și un buchet de lalele în prag de primăvară, iar alături de ele un sincer „La mulţi şi fericiţi ani!".

Eşti un soare pentru noi,/ Eşti lumină-n casă,
Fie-ţi anii fericiţi,/ Fie-ţi viaţa ta frumoasă.
Pe cărarea scumpă-a vieţii/ Cu noroc în veci să fii,
De necazuri şi tristeţe /Niciodată să nu ştii…

La 1 martie își sărbătorește ziua de naștere domnișoara

Carolina PENTELEICIUC,

elevă la Școala medie din Voloca, raionul Hliboca.

Împreună cu mărțișorul oferit în dar, ei îi adresează sincere felicitări și urări de sănătate părinții Lidia și Marian, bunelii Aurora și Gheorghe, precum și surioara Alexandra, care recent a avut și ea ziua de naștere. La aceste urări se alătură prietenii și colegii de clasă.

Ei toți îi doresc Carolinei o viață frumoasă ca o zi de primăvară, să aibă parte de cele mai nobile și sincere sentimente, să-i surâdă norocul, iubirea și fericirea.

La munți ani și numai bine!

La 28 februarie și-a marcat ziua de naștere doamna

Marina GLIGOR,

medic de profesie, conducătoarea Organizației raionale de Cruce Roșie din Noua Suliță, o harnică și bună gospodină, o soție, mamă și bunică exemplară.

Cei apropiați sufletului, rudele și locuitorii din raion care îi cunosc activitatea de caritate îi doresc doamnei Marina sănătate și fericire, bucurii și împliniri, o viață îndelungată și senină.

La mulți ani!

Vă invităm la „Mărţişor"- 2018!

Duminică, 4 martie,în sala Centrului Regional de Educaţie Estetică „Iunisti Bukovyny" („Tineretul Bucovinei") din Cernăuţi (str. Eroilor Maidanului, 5), între orele 12.00-15.00.

Învitați de onoare:

Claudia Florescu

Claudia Florescu – cunoscută interpretă de muzică ușoară din România;

Grupul vocal-tradiţional **„Ai lui Ștefan, noi oşteni"** al Liceului „Ion Nistor", Vicovu de Sus;

Ansamblul **„SIREŢELUL"** din Vârful Câmpului, județul Botoșani;

Grupul folcloric **„DOR BUCOVINEAN"** din Siret, România;

Colective de artiști amatori din Republica Moldova şi regiunea Cernăuți.

Vă aşteptăm cu drag!

Prezidiul SCR „Mihai Eminescu" din regiunea Cernăuţi

Dragi locuitori şi oaspeţi ai satului Costiceni!

Cu ocazia sărbătorii „Mărțișorului", la Costiceni, va avea loc un spectacol folcloric, prezentat de **Ansamblul Folcloric „Stejărelul"** de la Clubul Copiilor Botoșani, Filiala **Darabani** (solişti vocali, solişti instrumentişti şi formaţie de dansuri populare), coordonator prof. Mirel Dascălu.

Manifestarea va avea loc **sâmbătă, 3 martie 2018,** în sala de spectacole a Casei de cultură, cu începutul la ora **14.00.**

Intrarea este liberă! Vă așteptăm cu drag!

ПРИЧЕПИ•ФАРКОПИ
(099) 730-74-00, (050) 374-57-99
(096) 472-80-07, (063) 826-54-69
(097) 626-36-60, (093) 161-10-11
На розі вул. Хотинська та вул. Енергетична (біля Епіцентру)

GF „Ecomeaso-Nic" vinde pui de găină:
Broileri, Găini spaniole cu gâtul gol, Redbro, Master Rățușe mulatre
reg. Cernăuți, r. Hliboca, s.Tureatca
(095) 16-14-204, (050) 176-27-12
(096) 88-91-803, (098) 075-11-90

ПРИЙМАЄМО
МАКУЛАТУРУ
СКЛЯНІ ПЛЯШКИ, ПЛІВКУ, СКЛОБІЙ
т. (067) 340-83-53

Emily Ratajkowski, model şi actriţă, este una dintre cele mai expresive din showbiz

Focoasa brunetă este foarte vestită în lume, are peste 15 milioane de urmăritori pe reţelele de socializare şi nu se sfieşte să pozeze în faţa fanilor.

Emily Ratajkowski, pe numele adevărat Emily O'Hara Ratajkowski, s-a născut pe 7 iunie 1991, în Westminster, Regatul Unit al Marii Britanii și al Irlandei de Nord. Crescută în California, SUA, aceasta a câştigat atenţia publicului după ce a apărut în videoclipul „Blurred Lines", al lui Robin Thicke, care a fost în fruntea clasamentelor în câteva ţări.

Pe lângă faptul că activează ca model, Emily mai este şi o renumită actriţă. A apărut în filme precum „Entourage", „We Are Your Friends" şi „Gone Girl".

Într-un interviu acordat celor de la The Rolling Stones, Emily a explicat cum se pronunţă corect numele ei întrucât multe persoane îl greşesc „J-ul este mut. Asta e toata şmecheria. Uneori oamenii nimeresc din greşeală asta şi chiar mi s-a sugerat să-mi schimb numele, dar tatăl meu mi-a spus să nu-mi schimb niciodată numele. Prenumele meu este O'Hara... deci am un nume cat se poate de epic – Emily O'Hara Ratajkowski".

LIBERTATEA cuvântului
liderul presei româneşti din Ucraina
http://www.lyberti.com
lcuvantului@gmail.com
tel. 099-643-58-57
01886

LIBERTATEA cuvântului
Şef redactor Mihai GROSU
Adresa redacției: or. Cernăuți, str. Mickiewicz, 5
Tel.mobil: 099-643-58-57, lcuvantului@gmail.com
http://www.lyberti.com
Redactor Romeo CRĂCIUN

Contul de decontări
p/p 26006011348150
Код ЕДРПОУ 39301520
в ПАТ "Укрсоцбанк" (м.Київ)
МФО 300023

COFONDATOR AL ZIARULUI - COLECTIVUL REDACȚIEI
Свідоцтво № ЧЦ 489-178 ПР від 16.07.2014

COLEGIUL DE REDACŢIE
Valeria ŞTEFUREAC: secretar responsabil de redacţie
Tatiana CARLAŞCIUC: redactor literar
Dumitru VERBIŢCHI
Vasile CARLAŞCIUC
Sergiu BARBUŢA
Designe şi adaptare computerizată Valentina ROBU, Marian ANDRONIC

Віддруковано у ПП Ключук С.М.
м. Чернівці, вул, Заводська, 37 в
Tir. total: 5600

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

Retipărirea materialului este posibilă doar cu consimţământul autorului.
Preluarea materialelor publicate în paginile ziarului este posibilă doar în cazul când se face referire la săptămânalul „Libertatea Cuvântului".

Ціна договірна