

Nr. 47 (806) www.lyberti.com Joi, 29 noiembrie 2018

LIBERTATEA

CUVÂNTULUI



MONSTRU
cu chip de tată!
Și-a violat și torturat
fîica de 13 ani

► pag. 5

CURS VALUTAR MEDIU LA ZIUA DE 28 NOIEMBRIE 2018

1 RON – 6 GRN. 83 COP.

1 USD – 28 GRN. 12 COP.

1 EUR – 31 GRN. 81 COP.

1 RUB – 0 GRN. 42 COP.

1 MDL – 1 GRN. 63 COP.

Legea marțială și mobilizarea în armată

În cazul agresiunii Rusiei împotriva Ucrainei va fi anunțat un nou val de mobilizare în armată, a declarat Președintele Petro Poroșenko într-un interviu acordat canalelor de televiziune din Ucraina. „Dacă va exista agresiune, va fi organizată mobilizarea parțială. În primul rând vor fi mobilizate rezervele”, a spus Președintele. El a adăugat că în primul rând vor fi mobilizați militarii care au experiență de luptă în zona desfășurării acțiunilor de luptă. „Imediat vom crește în mod semnificativ numărul forțelor noastre armate, vom redistribui resursele financiare, vom asigura forțele armate ucrainene cu cele necesare și vom face ca inamicul să răspundă pentru încălcările Frontierei de stat a Ucrainei”, a spus Poroșenko. Amintim că anterior, Poroșenko a spus că mobilizarea totală sau parțială nu va fi introdusă în viitorul apropiat, iar decretul prezidențial privind instituirea Legii marțiale nu prevede restricții privind drepturile și libertățile cetățenilor. Președintele a inclus în decret doar câteva din cele 24 de măsuri prevăzute de lege. Majoritatea se referă la forțele armate, Garda Națională, SSU și Ministerul Afaceri-

lor Interne. În special, se intensifică măsurile privind securitatea cibernetică, securitatea informațională, regimul măsurilor antiteroriste, de apărare aeriană ș.a. De asemenea, vor avea loc lecții de instruire pentru militarii în rezervă. Serviciul de Grăniceri va consolida protecția Frontierei de stat. În perioada aplicării parțiale a Legii marțiale nu vor fi confiscate autoturismele și alte bunuri, iar cetățenii nu vor îndeplini munci obligatorii. Lista restricțiilor poate fi extinsă în cazul unei ofensive a Rusiei.

Comisarul militar al regiunii Cernăuți, Vitali Ciurai, nu exclude anunțarea unui nou val de mobilizare parțială în armată din cauza instituirii Legii marțiale. „Sarcinile referitoare la mobilizare sunt acum determinate de către Statul Major General



în baza deciziei comandantului suprem. În prezent sunt actualizate listele de mobilizare. Președintele a spus că mobilizarea va fi doar în caz de necesitate extremă. Prin urmare, continuăm să precizăm listele militarilor în rezervă. Acești băieți care au servit deja în armată și au o pregătire necesară, urmează să completeze unită-

țile militare, unde au fost instruiți. În paralel, încheiem campania de recrutare a tinerilor în armată. Tinerii recrutați pentru serviciul militar în termen nu vor fi trimiși în zona desfășurării operațiunilor militare. Militarii în termen nu vor servi în unitățile dislocate pe teritoriile unde a fost instituită Legea marțială”, a menționat Vitali Ciurai.

MOTIVUL PENTRU CARE OLEKSANDR FIȘCIUK ȘI-A DAT DEMISIA

Ex-governatorul regiunii Cernăuți, Oleksandr Fișciuk, a declarat în timpul unei conferințe de presă că pe parcursul activității sale în regiunea Cernăuți s-au făcut multe lucruri bune, în special, s-au alocat fonduri pentru protecția sănătății și reparația drumurilor. Demnitarul a mărturisit că motivul principal care a stat la baza demisiei sale este lupta împotriva contrabandei, în special, conflictul cu Mykola Salagor, șeful Direcției Regionale a Vămii din Cernăuți. Reamintim că conducerea interimară a Administrației Regionale de Stat Cernăuți este asigurată de Prim-viceguvernatorul regiunii Cernăuți, Myhailo Pavliuk.



Gerul a făcut prima victimă la Cernăuți. O femeie a murit



La Cernăuți gerul a făcut prima victimă a acestui sezon. O femeie a murit de hipotermie. Victima a fost in-

ternată la Spitalul de Urgență din Cernăuți, însă medicii nu au mai putut face nimic pentru a o salva. „Femeia a fost

adusă la spital în dimineața zilei de miercuri cu diagnosticul de degerături profunde. Ea încă da semne de viață. Aproape o oră medicii au încercat să o readucă la viață, dar nu au reușit să o salveze. Examinarea medico-legală va determina cauza exactă a morții”, a spus medicul-șef adjunct al Spitalului de Urgență, Vadym Stupnytskyi. Medicii spun că nu știu nimic despre femeia decedată. Ea avea aproximativ 40 de ani. Ambulanța a luat-o din stradă. Între timp, meteorologii anunță în continuare răcirea accentuată a vremii, iar spre sfârșitul săptămânii sunt anunțate minime de până la minus 20 de grade Celsius.

ABONAREA

FI PRIETENUL NOSTRU PE

Google

01886

radio
LIBERTATEA
cuvântului

www.lyberti.com

www.lyberti.com
LIBERTATEA
CUVANTULUI

liderul presei românești
din Ucraina

www.lyberti.com
lcuvantului@gmail.com
tel. 099-643-58-57

6 luni - 72,77 grn.

9 12 luni - 141,74 grn.

Buletinul meteo



Joi	Vineri	Sâm- bătă	Dumi- nică	Luni	Marți	Mier- curi
29	30	1	2	3	4	5
noiembrie	noiembrie	noiembrie	noiembrie	noiembrie	noiembrie	noiembrie
MÎN. MĂXC. -11° -6°	MÎN. MĂXC. -15° -10°	MÎN. MĂXC. -9° -7°	MÎN. MĂXC. -14° -8°	MÎN. MĂXC. -12° -5°	MÎN. MĂXC. -4° 0°	MÎN. MĂXC. -3° +1°

Pagină realizată de Romeo CRĂCIUN

Pavlo KLIMKIN: Rusia are planuri pentru tot sudul Ucrainei, până în Transnistria

Rusia are planuri de a captura teritoriul Ucrainei de la Mariupol până la Transnistria și de a dezmembra Ucraina, a declarat ministrul de Externe al Ucrainei, Pavlo Klimkin, în cadrul emisiunii „Svoboda slova” pe ICTV. „Nu e nevoie să fii James Bond, sau un super agent secret pentru a înțelege că Rusia are planuri privind Mariupolul și întreaga zonă de coastă. Reieșind din acțiunile militare și nemilitare, Rusia are planuri pentru întreaga zonă de Sud, până în Transnistria și dezmembrarea Ucrainei”, a spus ministrul. Potrivit lui Klimkin, însăși existența Ucrainei este „o problemă fundamentală pentru sistemul lui Putin”, motiv pentru care Rusia nu se va opri. Anterior, Reprezentantul Permanent al Ucrainei la ONU, Volodymyr Ielchenko, a declarat despre pericolul unei invazii a Rusiei, care poate cotopti orașele ucrainene Mariupol și Berdiansk.

Amintim că Rada Supremă a aprobat, luni seara, Legea marțială pentru 30 de zile, la frontiera cu Rusia, urmare a incidentului din largul Crimeei. Legea marțială se aplică pentru 30 de zile, începând cu 28 noiembrie. Aceasta va fi instituită în regiunile Vinnyțea, Lugansk, Mykolaiv, Odesa, Sumy, Harkiv, Cernighiv, Donețk, Zaporijjia și Herson. Decizia a fost votată după multe discuții în contradictoriu. Mulți parlamentari au declarat că se tem ca Președintele Poroșenko să nu suspende alegerile de pe 31 martie 2019. Introducerea

Legii marțiale nu va influența asupra plății pensiilor, salariilor și a plăților sociale, a dat asigurări pe Facebook, viceprim-ministrul Pavlo Rozenko. „Având în vedere situația financiară și economică stabilă și previzibilă din țară, toate plățile sociale, alocațiile, pensiile, salariile și alte plăți vor fi efectuate la timp, în totalitate și fără restricții”, a spus P. Rozenko.

Forțele navale ucrainene au anunțat duminică seară că Rusia a deschis focul asupra unui grup de nave ucrainene în Marea Neagră, în urma incidentului fiind răniți șase marinari ucraineni. Navele Ucrainei, arestate de armata rusă, încercau să treacă prin strâmtoarea Kerchi pentru a ajunge în Marea Azov, unde se afla destinația lor finală, portul Mariupol. Incidentul armat a avut loc după ce trecerea convoiului ucrainean a fost blocată inițial de un petrolier rus plasat sub podul dintre Crimeea și Rusia din strâmtoarea Kerchi. Rusia a confirmat arestarea a trei nave militare ucrainene și utilizarea forței în strâmtoarea Kerchi, dar a precizat că a recurs la măsură pentru a forța navele ucrainene să se oprească, după ce acestea intraseră ilegal în apele teritoriale ruse. Comandantul Forțelor Navale din Ucraina, amiralul Igor Voroncenko, a declarat că cele trei nave ucrainene, care au fost capturate de Rusia după incidentul din strâmtoarea Kerchi, au fost urmărite de 10 nave ale Flotei Mării Negre și FSB, informează agenția UNIAN.



Topul celor mai puternice armate din lume 2018. Pe ce loc se află Ucraina

Statele Unite ale Americii rămân pe primul loc în topul celor mai puternice armate ale lumii, urmate fiind de Rusia și China, potrivit studiului Companiei internaționale Global Firepower pentru anul 2018, ce a fost dat recent publicității. În acest top, în care au fost incluse armatele din 136 de țări, Ucraina se află pe locul 29. Topul, realizat anual de Global Firepower, ia în calcul 55 de parametri, dar analiza nu se bazează numai pe cantitatea de armament disponibil, ci și pe diversitatea de arme. De asemenea, sunt luați în considerare factorii

geografici, flexibilitatea logistică, resursele naturale și industria locală. În alcătuirea topului contează și stabilitatea financiară a țării. Autorii clasamentului au menționat că țările NATO au primit un bonus ca urmare a posibilității de a utiliza resursele alianței. Totodată, aceștia au subliniat că nu au luat în calcul armele nucleare, însă statele care dețin bombe atomice au primit puncte în plus. Pe primele zece poziții ale topului se află Statele Unite, Rusia, China, India, Franța, Regatul Unit, Coreea de Sud, Japonia, Turcia și Germania.



Exodul medicilor ucraineni în străinătate



Mii de medici și asistenți medicali părăsesc Ucraina, în căutarea unui loc de muncă mai bine plătit. Mai multe state din Occident invită la lucru medicii ucraineni, dar și studenți la medicină. Aceștia sunt chemați la diferite stagieri și schimburi de experiență, iar ulterior li se propun oferte de muncă foarte tentante și salarii pe măsură. Majoritatea medicilor ucraineni se angajează în Polonia și Țările Baltice.

De exemplu, sistemul medical din Estonia se confruntă cu o lipsă acută de specialiști. Medicii estonieni se angajează în Suedia sau Finlanda, unde sunt salarii mai mari. Menționăm faptul că în Estonia salariul mediu al unui asistent medical constituie 900 euro, în timp ce un medic primește aproximativ 1.600 euro. Salariul mediu în industrie în această țară este de 2.500 euro. La fel și Lituania este afectată de procesele migraționiste.

Medicii din această țară caută locuri de muncă mai bine plătite în Germania, Marea Britanie și Franța, iar în ultima perioadă în Canada și SUA. Salariul unui medic obișnuit din Lituania ajunge la 1.500 euro, iar din anul 2019 va fi majorat la 1.800 euro. Trebuie remarcat faptul că cheltuielile de trai în Statele Baltice sunt printre cele mai scăzute din Europa și sunt aproximativ echivalente cu cele ucrainene. În plus, țara-gazdă poate oferi locuințe gratuite medicilor migranți. Potrivit datelor Ministerului Sănătății din Polonia în 2017, peste 300 de medici ucraineni și-au găsit un loc de muncă în această țară. Cei mai solicitați sunt acum chirurgii, anesteziștii, cardiologii, terapeuții și medicii de familie. Salariul mediu al unui medic polonez este de 1.700 euro, în timp ce un stomatolog sau anestezișt poate primi un salariu de 3-4 mii de euro.

POȘTA ÎNDEPLINEȘTE FUNCȚII SOCIALE, EA TREBUIE SĂ EXISTE

Societatea pe acțiuni publică „Ukrpošta” este considerată operatorul național al comunicației poștale. Ea dispune de 11,7 mii oficii poștale și deține al treilea loc în Ucraina după numărul angajaților. Conducătorii „Ukrpoștei” primesc unele dintre cele mai fabuloase salarii, pe când poștașul de rând – un salariu mizerabil. În pofida faptului că serviciile poștale cresc în preț, poșta duce lipsă de cadre și este posibil să piardă și unul din serviciile de bază prestate: difuzarea pensiilor. Până ce la acest capitol „Ukrpošta” este lider în Ucraina.

POȘTA ȘI ALEGERILE

Experții financiari au făcut un pronostic lipsit de optimism pentru „Ukrpošta”: ea riscă să se transforme într-o companie de stat cu funcții limitate. Doar în Ucraina nu există o strategie de dezvoltare a instituțiilor de stat, cu menținerea funcțiilor lor sociale. Pierzând pozițiile de piață în fața companiilor poștale private, ea se transformă treptat într-o întreprindere care se menține pe banii statului. În afară de aceasta, intențiile „Ukrpoștei” de a majora tarifele la distribuirea pensiilor par a fi mai mult șantaj. Însă, la drept vorbind, puterea nu are o altă ieșire. În caz contrar, statul trebuie să achite deficitul bugetar al „Ukrpoștei”. Tarifele, totuși vor crește, dar nu la nivelul cerut de operatorul național al comunicației poștale.

„Ukrpošta” a cerut 1,1-1,2 miliarde grivne. Statul a promis 500 milioane grivne. Suma a fost anunțată de însuși Președintele țării. „A fost o decizie deloc simplă, dar justă. Am făcut o propunere Guvernului, ea a fost susținută și din Bugetul de stat vor fi alocate 500 milioane grivne pentru asigura-

Poștașului pe bicicletă și cu un salariu mic îi vine greu să concureze cu poșta electronică

rea compensărilor cheltuielilor „Ukrpoștei”, suportate de ea la distribuirea pensiilor”, a declarat Petro Poroșenko, subliniind că propunerea este susținută și de deputații poporului.

S-a calculat că acești bani vor ajunge numai pentru primul semestru al anului 2019, când se vor desfășura alegerile prezidențiale. Pentru cele parlamentare trebuie găsită o altă versiune. În orice caz, nimeni nu va îndrăzni, în preajma alegerilor, să-i pună într-o situație dificilă pe pensionari – cel mai activ electorat. În caz contrar, aceștia nu se vor prezenta la urne.

CONVENABIL PENTRU PENSIONARI, PĂGUBITOR PENTRU POȘTAȘI

Se știe că distribuirea pensiilor este „colacul de salvare” pentru oficiile poștale din satele mici și îndepărtate. Acest serviciu prestat de „Ukrpošta” nu este eficient, lună de lună operatorul național se alege cu pierderi. Tarifele pentru distribuirea pensiilor nu au fost revăzute din anul 2004. La început directorul general al „Ukrpoștei”, Igor Smileanski, a declarat cu fermitate și pe o notă cam categorică: „De la 1 ianuarie 2019 nu vom distribui pensiile. Vom închide 5-7 mii de oficii poștale staționare, vom concedia o parte din personalul administrativ și de producție”. Aceasta a îngrijorat societatea, doar 45 la sută din numărul pensionarilor primesc pensii anume la oficiile poștale. Și se propune să se facă aceasta atunci când se închid unele sucursale ale băncilor. De exemplu, în 2017 s-au închis 827 de sucursale, în anul curent – circa 700. Cauza este bine cunoscută: nu le este convenabil să lucreze în localitățile rurale.

Același lucru se poate spune și despre oficiile poștale din multe sate. Lunar fiecare secție a „Ukrpoștei” înregistrează pierderi în sumă de 3 mii grivne, din cauză că tarifele pentru distribuirea pensiilor sunt mai mici decât preșul de cost al serviciului respectiv. „Acordăm servicii la tarifele introduse cu 14 ani în urmă. Actualizarea tarifului pentru distribuirea pensiilor nu a fost prevăzută în proiectul Bugetului de stat pe anul 2019. Fondul de pensii n-a întreprins nimic în direcția dată nici după întâlnirea cu Președintele țării, unde s-a accentuat asu-

pra necesității menținerii rețelei unice a „Ukrpoștei”, s-a arătat nemulțumit Igor Smileanski. Potrivit lui, majoritatea operatorilor comunicației poștale din lume primesc subvenții din partea statului pentru rețelele nerentabile.

La drept vorbind, dacă oficiile poștale se vor dezice de serviciul de distribuire a pensiilor, ele vor fi în pierdere și mai mare. Acest serviciu trebuie menținut prin crearea, bunăoară, a unei bănci poștale. Unii economiști chiar propun unirea „Ukrpoștei” cu Banca de Economii. Doar nu întâmplător, în perioada sovietică, aceste instituții funcționau alături, în majoritatea satelor chiar sub același acoperiș. Iată de ce banca poștală poate comasa funcțiile de bancă, serviciile de plăți, sistemul poștal și de asigurare a vieții. Adică să

pensiile la poștă, căci poștașii îi deservesc la domiciliu. Iar în prezent, când cetățeanul iese la pensie la secția locală a Fondului de pensii el este prevenit: neapărat să deschidă cont în bancă. Dar nimeni nu le atrage atenția că ei au dreptul de a alege: ori



îndeplinească funcțiile sociale care nu pot aduce venit.

POȘTAȘII, CA LUCRĂTORI SOCIALI, AU DREPTUL LA SALARII RESPECTIVE

Situația dificilă în care a nimerit „Ukrpošta” se răsfrânge dureros în rândurile factorilor poștali. Apare problema cadrelor. Conducătorul unei secții raionale a întreprinderii „Ukrpošta” din regiunea noastră a spus că unii poștași se concediază. „Să găsești un om în loc este foarte greu. Cine vrea să lucreze cu 2.000 grivne pe lună? Când s-a anunțat că poșta se dezice de serviciul de distribuire a pensiilor, nici o bancă nu a declarat că ea este gata să preia serviciile noastre. Nu vor să fie în pierdere, să nu aibă bătaie de cap în plus. Dar poștașii noștri rabdă, se împacă și cu greutățile, și cu salariul mizerabil. Dacă ei îndeplinesc funcții sociale, atunci să aibă statut de lucrător social, să primească un salariu chiar minim, dar de 4.200 grivne și nu de două ori mai mic. Dar și la salariul de 4.200 e greu să găsești un angajat”, a declarat cu oarecare durere interlocutorul meu.

„Oamenii de la țară vor să primească

să primească pensia la bancă, ori la oficiul poștal. Concurența este vădită și nesănătoasă. „Ukrpošta” are nevoie de manageri buni și situația se va schimba. Lucrătorii poștali sunt indignați de decalajul între salarii – e prea mare. Ni s-a promis o majorare a salariului și aceasta este una din puținele mângâieri ale factorilor poștali”, a remarcat conducătorul secției raionale, care din motive bine cunoscute nu a dorit să-i amintim numele.

Din cauza situației incerte decurge anevoios și campania de abonare la periodice. Poștașii ne promet că cititorii se vor abona, căci de aceasta depinde într-o măsură oarecare și salariul lor.

„Înțelegem greutățile, dar rămânem la datorie, a spus pe o notă mai optimistă doamna Tatiana Matiaș, șefa Oficiului poștal din Ropcea, raionul Storozineț. Avem două poștașe care lucrează de mulți ani – Veronica Costinean are un stagiu de 55 de ani, iar Floarea Griguș – de 45 de ani. Mai lucrează și Rodica Irinici. Suntem patru și reușim să difuzăm corespondența și pensiile”.

Pentru a menține oficiile poștale nu trebuie inventată bicicleta... Important e ca poștașul, care duce corespondența cu bicicleta, să primească un salariu normal.

Pagină realizată de Vasile CARLAȘCIUC



Neatenția unui șofer a provocat moartea a două persoane



O familie din Zalișciki, regiunea Ternopil, a murit tragic în dimineața zilei de 27 noiembrie. Șoferul, în vârstă de 63 de ani, a ieșit pe contrasens, a pierdut controlul asupra mașinii și s-a ciocnit în plină viteză cu un microbuz. Surse polițienești afirmă că în urma impactului puternic șoferul și soția sa în vârstă de 50 de ani s-au ales cu traume incompatibile cu viața. Cei doi au decedat la locul accidentului. Conducătorul microbuzului – un localnic în vârstă de 30 de ani, s-a ales cu leziuni ușoare.

Inspector prins în flagrant

Un colaborator al Serviciului de Stat pentru Situațiile de Urgență a fost reținut de colaboratorii organelor de drept. Acesta ar fi cerut și primit 9,8 mii de grivne în schimbul unui permis la instalarea utilajului de gaze într-o instituție de alimentare. Inspectorul ar fi primit suma cerută în două etape. În data de 22 noiembrie, oamenii legii l-au reținut pe infractor în timp ce primea cea de-a doua parte a sumei cerute. El a fost reținut în baza



articolului 208 al Codului de Procedură Penală al Ucrainei. Pentru fapta comisă funcționarul riscă cu închisoare de la cinci până la nouă ani cu confiscarea averii.

Strigător la cer! Un tată și-a violat fiica minoră

Colaboratorii organelor de drept l-au reținut pe un bărbat, care își viola fiica minoră. Site-ul Narkom cu referire la unele surse confidențiale din organele de drept informează că fata de 13 ani a suportat violența din partea așa-numitului părinte timp de jumătate de an până când nu a avut curajul să-i spună mamei despre cele întâmplate. Se comunică, de asemenea, că bărbatul nu lucra-

ză nicăieri și face cu regularitate abuz de alcool. Potrivit sursei citate, acesta își viola cu regularitate fiica în camera de baie în timp ce soția se afla la serviciu. În comunicatul poliției se menționează că bărbatul și-ar fi bătut fiica după ce faptele sale au



ajuns la urechile soției. Poliția a demarat o anchetă, iar criminalul a fost luat sub strajă.

Un autobuz cu pasageri s-a răsturnat

Un autobuz, ce se deplasa pe itinerarul „Sneatin-Nouă Suliță” s-a răsturnat din cauza condițiilor meteo nefavorabile pe traseul „Cernăuți-Kosiv”. La momentul

incidentului, în salonul mașinii se aflau 20 de pasageri. În legătură cu acest accident, circulația pe traseul respectiv a fost îngreuiată.



Opt ani de pușcărie pentru asasinarea unei femei



Un bărbat în vârstă de 52 de ani din raionul Securen, aflat în stare de ebrietate, i-a aplicat unei cunoscute în vârstă de 67 de ani mai multe lovituri, în rezultatul cărora femeia a murit. Toate s-au întâmplat după ce ambii consumaseră o doză bună de alcool. Pentru fapta comisă, bărbatul a fost condamnat la opt ani de privare a libertății. Cu sentința proclamată de prima instanță nu a fost de acord apărarea, care a contestat concluzia judecătoriei printr-o reclamație la Curtea de Apel. În cele din urmă, sentința a rămas fără schimbări.

Persoană jefuită de minori

Incidentul a avut loc în jurul orei două de noapte pe strada Entuziaștilor din centrul regional. Hoții au fost reținuți pe urme proaspete în urma unor măsuri operative demarate de poliție. În

timpul percheziției, în buzunarii unuia dintre ei au fost găsite actele și telefonul mobil al reclamantului. După cum s-a constatat ulterior, printre minori era și o persoană matură, care a mai

avut de-a face cu legea pentru furturi analogice. Ceilalți doi sunt minori, care, de asemenea, au decis să încerce gustul „romanticii infracțiunilor”.



Accident la Priprutie



Șoferul unui MAN cu numere de înmatriculare moldovenești, care se deplasa în condiții meteorologice nefavorabile, a pierdut controlul volanului și a distrus un gard de la o gospodărie privată din localitatea Priprutie, raionul Noua Suliță. În timpul accidentului a suferit anumite defecțiuni mecanice și mașina. A fost deteriorat rezervorul cu combustibil al mașinii. Drept rezultat, pe șosea s-a scurs o bună cantitate de motorină.

• Frumusețe

Sprâncene de vis

Super pensate, conturate sau chiar tatuate, sprâncenele nu trebuie să țină pasul cu moda, cele care le dictează forma sunt trăsăturile chipului. Foarte multe femei visează la o formă perfectă a sprâncenelor, încearcă prin tot felul de măsuri s-o găsească, dar omit din vedere cel mai important aspect: nu există o formă ideală, ci forma care se potrivește trăsăturilor. Pentru că ele au un rol funcțional pe chipul nostru (opresc transpirația să pătrundă în ochi), dar și unul estetic, întrucât asigură un cadru pentru ochi, sprâncenele nu trebuie în niciun caz rase și tatuate sau subțiate exagerat. Când ne referim la culoare, trebuie să ținem cont de particularitățile chipului nostru.

SIMETRIA ESTE TOTUL

Partea stângă nu este identică cu cea dreaptă, prin urmare nici sprâncenele nu sunt identice. Aici trebuie să intervenim și să le facem să semene cât mai mult. Acest lucru îl poți obține prin măsurare. Ele trebuie să înceapă de la baza nasului și să se alinieze cu partea exterioară a nării (unești imaginar colțul nării cu coada ochiului și obții lungimea sprâncenei). Când nu pot fi egale, creionul devine cel mai bun instrument de corectare.

CULOAREA POTRIVITĂ

Nuanțarea sprâncenelor este o altă problemă. În mod natural, sprâncenele sunt ceva mai închise decât părul. Prea închise, fac trăsăturile să pară mai aspre și, în plus, atrag atenția asupra lor și nu asupra întregii

fețe și în mod special asupra ochilor, cum ar fi normal. Uneori, vopsirea este necesară, aducând chiar și un plus de volum, însă nu trebuie să optezi pentru negru sau ceva foarte închis, dacă ești blondă. Culoarea și intensitatea lor trebuie armonizate cu cea a părului. Chiar dacă s-a comis o greșeală, culoarea se poate remedia. Specialiștii ne atenționează ca, imediat după vopsirea acestora, să evităm înotul, întrucât clorul din piscine diminuează pigmentul. Vopsirea are o alternativă mai practică și mult mai ieftină: creioanele, gelurile sau mascara pentru sprâncene. Sunt cele mai bune soluții pentru a le da volum și a le intensifica nuanța în doar câteva minute.

ANATOMIA DICTEAZĂ FORMA

Chiar dacă-ți plac sprâncenele unei vedete, e bine să nu te străduiești să le dai aceeași formă, pentru că datele anatomice pot să dife-



re și să nu te avantajeze. Sprâncenele trebuie să urmeze structura osoasă, spun specialiștii. Pipăie cu degetele forma osului de sub sprâncene și vei afla cum trebuie ele să fie.

2-3 zile într-un mod delicat prin folosirea unui gel special. Se aplică atent cu pensula pe toată suprafața sprâncenei și se poate corecta după necesitate. În 2-3 minute, se transformă într-o peliculă fină care se îndepărtează foarte ușor. Golurile sunt umplute și conturul e mai bine definit. Dacă îți dorești o nuanță mai închisă, poți creiona sprânceana ghidată de culoarea lăsată de gelul-tatuaj.

TATUAREA SEMIPERMANENTĂ

Fără ace, fără durere sau costuri mari, sprâncenele pot fi tatuate pentru

CE BUCATE MÂNCĂM LA CINĂ? CELE MAI SĂNĂTOASE TREI ALIMENTE

PIEPT DE PUI UMPLUT CU BROCCOLI



Ingrediente: câteva buchețele de broccoli, un cățel de usturoi, 30 grame de brânză tare dată pe răzătoare, un piept de pui dezosat, o lingură de ulei de măsline, o linguriță de cimbru, sare și piper după gust.

Preparare: Se umple o crațiță cu apă și se lasă să dea în clocot. Se adaugă buchețelele de broccoli și se fierb cinci minute, până devine mai deschis la culoare, dar încă este „crocant”. Se scurge bine și se dă prin apă rece până se răcește. Se taie mărunț buchețelele de broccoli și se amestecă într-un vas cu usturoiul tăiat felii subțiri și cu brânza tare. Se înfige cuțitul în cea mai groasă parte a pieptului de pui, pentru a face un buzunar de circa opt centimetri, apoi se umple spațiul cu broccoli. Se umple pieptul de pui cu puțin ulei și se freacă cu sare și piper după gust.

Se încinge o tigaie mare pe foc iute circa cinci minute, apoi se prăjește puiul pe fiecare parte, circa șase minute, până se pătrunde. Dacă începe să se rumenească prea repede, se dă focul mai mic. Când e gata, se pune deoparte pentru cinci minute, apoi se taie în jumătăți pe diagonală și se servește simplu sau cu puțin iaurt.

SOMON. Somonul este unul dintre cei mai sănătoși pești pe care îi poți consuma, fiind plin de acizi grași sănătoși care luptă cu inflamațiile din organism și îți mențin inima sănătoasă până la adânci bătrânețe. Chiar dacă este bogat în calorii, somonul este și foarte sățios, așa că nu ai nevoie de cantități mari. Dacă îl consumi la cină, el îți va tăia foamea care te apucă exact înainte de culcare. Nu trebuie consumat alături de cartofi sau orez, ci cu legume, pentru o cină cât mai dietetică.



SOMON LA TIGAIE CU SALATĂ DE MERE ȘI VARZĂ KALE

Ingrediente: un file de somon, o lingură de zeamă de lămâie, o lingură de ulei de măsline, sare după gust, o mână de varză, o jumătate de măr golden, două linguri de fulgi de migdale rumenite, 30 grame de cașcaval ras.

Preparare. Se scoate somonul din frigider și se lasă 10 minute la temperatura camerei, înainte de a-l găti. Într-



timp, se amestecă zeama de lămâie cu uleiul de măsline și cu sarea într-un vas. Se adaugă varza kale, se amestecă, apoi se adaugă merele, migdalele și cașcavalul ras, se asezonează după gust și se dă vasul deoparte. Somonul se condimentează cu sare și piper, apoi se încinge puțin ulei de măsline într-o tigaie, pe foc mediu. După câteva minute, se adaugă somonul și se lasă pe foc până devine auriu, apoi se întoarce pe partea cealaltă. Când e gata, servește se alături de salată.

Poftă bună!

Rubrică susținută de Tatiana CARLAȘCIUC



Chiar dacă este mai complicat să gătești zi de zi, este un efort pe care trebuie să îl depui pentru sănătatea proprie. Există atât de multe rețete rapide și sănătoase, încât este imposibil să nu găsești ceva pentru gustul tău. Așadar, ce mâncăm la cină? Iată care sunt cele mai sănătoase alimente pe care le putem consuma seara, alături de câteva rețete rapide și simple, pe care oricine le poate prepara.

Piept de curcan. Pieptul de curcan este foarte sărac în calorii – o porție de 80 de grame conține aproximativ 120 calorii – și grăsimi, dar este bogat în seleniu, zinc, vitaminele din complexul B și alți nutrienți importanți.

SANDVICI CROCANȚI CU PIEPT DE CURCAN ȘI SALATĂ

Ingrediente: o porție de piept de curcan, sare și piper după gust, câteva fire de ceapă verde, o linguriță de maioneză, o linguriță de muștar, o felie de brânză tăiată cubulețe, câțiva fulgi de migdale rumenite la tigaie, o linguriță de pătrunjel proaspăt, mărunțit, două felii de pâine integrală proaspătă.

Preparare. Se unge pieptul de curcan cu puțin ulei de măsline și se asezonează după gust. Se pune pe un grătar încins și se lasă câteva minute pe fiecare parte, până se pătrunde și devine rumen. Când e gata, se lasă puțin la răcit și se taie în cubulețe de circa un cm. Se amestecă pieptul de curcan cu restul ingredientelor și se pune carnea între cele două felii de pâine.



PIEPT DE PUI. Pieptul de pui este o carne slabă care poate fi consumată de oricine, indiferent de problemele de sănătate. Este un produs dietetic și plin de nutrienți, printre care și niacină, o substanță care întărește sistemul imunitar și te ferește de boli. În plus, pieptul de pui este și sățios, dar are puține calorii, ceea ce îl face unul dintre cele mai sănătoase alimente pentru cină.

Suflet luminos ca soarele dimineții

Cu prilejul aniversării a 155-a a nașterii Olgăi Kobyleanska, la Teatrul din Cernăuți, care poartă numele acestei vestite scriitoare ucraine, a avut loc premiera spectacolului „Suflet matinal”.

Autorul piesei și regizorul spectacolului, Vasyl Vovkun, artist al poporului din Ucraina, a menționat la conferința de presă din preajma premierei:

– Am scris piesa cu circa treizeci de ani în urmă, în baza jurnalelor scriitoarei, care nici până acum nu au fost publicate. La fel și piesa, după ce am reușit s-o public în ziar, a stat în sertar mult timp. M-a mirat mult propunerea care mi s-a făcut din partea Teatrului cernăuțean. Am fost nevoit să revăd piesa, să prezint mai dinamic unele momente, să accentuez atmosfera vieții intelectualității de atunci, a reprezentanților ei: scriitorilor Vasyl Stefanyk, Lesea Ukrainka, Osyp Makovei, Evhen Ozarkevyci, membrilor familiei Kobyleanski. În procesul montării piesei a intervenit și regizorul Taras Rozniak. Am păstrat limba scriitoarei, de pe scenă ea sună în plina-i frumusețe.



Pentru regizorul Taras Rozniak punerea în scenă a piesei „Suflet matinal” este un fel de debut:

– Drept lait-motiv al spectacolului servește o singură frază a Olgăi Kobyleanska: „Oare sunt fericită?”. Aceasta mi-a trezit unele îndoieli, apoi interes, pasiune și, în cele din urmă, satisfacție. Ca muzician și regizor sunt mulțumit de faptul că în decursul întregului spectacol răsună muzica vie – la pian sunt interpretate piese îndrăgite de scriitoare. Este contribuția pianistei Lilia Holomeniuk de la Filarmonica cernăuțeană.

În rolul Olgăi Kobyleanska s-a produs artista Ksenia Karol:

– Asemănarea exterioară cu Olga Kobyleanska, fapt sesizat de mai multe persoane, pentru mine a fost prea puțin la crearea pe scenă a chipului scriitoarei. Pentru a pătrunde în lumea ei interioară, m-am consultat cu colaboratorii științifici de la Muzeul „Olga Kobyleanska”, am citit corespondența ei. Mi s-a creat impresia că m-am pomenit pe țărmul oceanului, adânc și imens, care este creația și personalitatea scriitoarei Olga Kobyleanska.

După cum a conchis directorul teatrului, Iuri Marceak, cu acest spectacol este continuată galeria de portrete a scriitoarei, creată de trupa cernăuțeană în ultimii ani. Este o întregire a chipului Femeii, aspirațiile căreia își găsesc răsunet în inimile contemporanilor noștri.

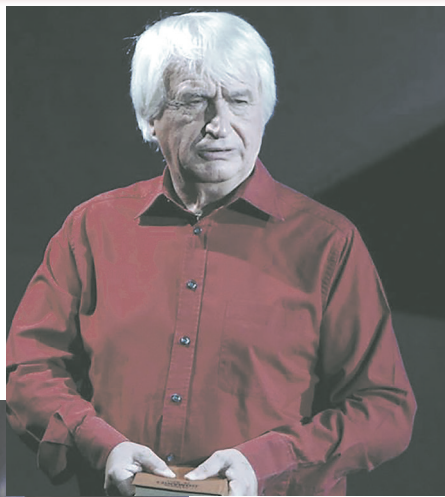
Olena CEAIKA

Forța de gravitație a cuvântului poetic

Cu prilejul centenarului Marii Uniri, marcat în România în decursul acestui an, Cernăuțiul și ținutul nostru bucovinean a fost vizitat de mai mulți oameni de cultură români. Numai Asociația Cadrelor Didactice de Etnie Română din Ucraina (președinte doamna Lilia Govornean) în parteneriat cu Institutul Cultural Român de la București a realizat câteva proiecte culturale, care au rămas pentru mai mult timp în sufletul pedagogilor și intelectualilor români din regiune. Iar ordinara pagină a acestei frumoase colaborări a fost scrisă de recitalul de poezie „Sunt suflet în sufletul neamului meu” – „Limba română e patria mea” de Emil Boroghina și de spectacolele „Vlaicu Vodă” și „Despot Vodă”, prezentate de actorii Teatrului „Nottara” din capitala României. Evenimentul a avut loc, ca de obicei, în sala Palatului Academic din Cernăuți, la 24 noiembrie.

Cum poate un român din afara granițelor actuale ale României și cetățean al altui stat să se simtă „suflet în sufletul neamului său”? Desigur, fiind captivat de Marea Poezie Română. Iar actorul Emil Boroghina a oferit această ocazie românilor nord bucovineni, care în după amiaza zilei de sâmbătă au umplut sala Palatului Academic din Cernăuți. După cum a recunoscut însuși maestrul cuvântului poetic rostit la microfon, Emil Boroghina, el s-a prezentat cu acest spectacol în multe capitale ale țărilor din lume, însă în capitala ținutului bucovinean versurile clasicii literaturii române capătă un farmec aparte. De la o poezie patriotică la alta, spectatorii parcă au parcurs suflătește adevărate capitole din istoria poporului român.

Iar actorii Teatrului „Nottara”, prin cele două spectacole i-au reținut imaginari în istoria Evului Mediu, în perioada domniilor lui Vlaicu Vodă și Despot Vodă, când lupta pentru indepen-



dența țării a fost un imperativ al timpului. Pentru românii nord bucovineni acestea au fost spectacole de zile mari, or, orice proiect cultural, ce vine din patria noastră istorică, la Cernăuți este sortit succesului.



IVO BOBUL: „AM AUDITORIUL MEU, FORMAT ÎN DECURSUL ANILOR”

Săptămâna trecută, la Cernăuți a susținut un concert interpretul Ivo Bobul. Fără multă publicitate și agiotaj cântărețul și-a adunat în sala Teatrului publicul pasionat de cântecele sale. Iar Ivo Bobul are mulți admiratori, mai ales în Bucovina lui natală. Ca artist popular nu numai prin titlul onorific, dar și prin esența creației sale, Ivo Bobul își stimează foarte mult spectatorii. În fiecare an el propune un

În unul din interviurile, acordate în preajma concertului de la Cernăuți, Ivo Bobul a accentuat că își menține popularitatea nu prin prezența în rețelele de socializare, în Instagram, ci prin cântece și prin relațiile nemijlocite cu oamenii, care îi și organizează concertele în țară.

Una din întrebările, la care artistul poporului, Ivo Bobul, nu-i place să răspundă este cea lipsită de tact: de ce tineretul evită



program deosebit, în care lirica nouă armonizează cu șlagărele îndrăgite, cu rok-balade și romanțe. Ca mesager al cântecului ucrainean de estradă, el este cunoscut în circa 20 de țări ale lumii.

concertele lui? „Aceasta nu înseamnă că eu cânt numai pentru oamenii în vârstă. Am auditoriul meu, format în decursul anilor. Acești oameni vin la concertele mele cu copiii și nepoții lor”, afirmă interpretul.

La 1 decembrie este marcată Ziua Națională a României. Sărbătoarea pornește de la evenimentul crucial al Marii Uniri, produs în această zi a anului 1918, la Alba Iulia. De atunci a trecut un secol, un secol de istorie dramatică și înălțătoare, de integrare a națiunii române în marea familie a popoarelor europene. Centenarul Unirii a făcut ca inimile românilor de pretutindeni să bată în unison, inspirate de marea iubire de neam și prosperare spirituală. Românii din ținutul nostru, precum și din întreaga Ucraină, simt tot mai mult că aspirațiile europene vin dinspre patria lor istorică – România.

UN PARTENER DE NĂDEJDE

Svetlana SCRICULEAC,
conducătoarea Agenției de dezvoltare economică și colaborare
Noua Suliță:

– Agenția noastră a fost creată în anul 2010 și în această perioadă mai scurtă de un deceniu am reușit să realizăm câteva proiecte de colaborare trilaterală (Ucraina-România-Moldova) și bilaterală (Ucraina-România), având în ambele cazuri susținerea financiară din partea Uniunii Europene. România, ca stat comunitar, joacă aici un rol deosebit.



Iar pentru raionul nostru, aflându-se în vecinătate nemijlocită atât cu România, cât și cu Moldova, colaborarea transfrontalieră este foarte avantajoasă. O realizare a noastră este implementarea proiectului de prevenire a inundațiilor în bazinul râului Prut cu o valoare de 1,3 milioane euro. Numai pentru lucrările de întărire a malurilor râului a fost folosit un milion de euro. Ne-am convins că pentru realizarea oricărui proiect de acest gen este nevoie de specialiști calificați, de oameni cu simțul responsabilității care știu să ducă la bun sfârșit cele puse la cale. Proiectul nostru a fost recunoscut drept unul dintre cele mai eficiente în cadrul Programului Uniunii Europene pentru prioritate. Fiind în România, s-a apropiat de mine un reprezentant al Ministerului Dezvoltării Regionale din această țară și mi-a spus: „Ucrainenii trebuie să ia exemplu de la voi, fiindcă ați făcut totul pentru aceea ca populația din raionul Noua Suliță și din Moldova să dispună de ceea, spre ce tinde Uniunea Europeană”. Această frumoasă colaborare continuă. În cadrul noului Program România-Ucraina am înaintat două noi proiecte, care în momentul de față trec evaluarea administrativă. Ele au fost inițiate de comunitățile teritoriale unite Mămăliga și Noua Suliță.

LUMINĂ ÎN SUFLET

Elena MIHAI,
șefa Bibliotecii raionale Herța:

– Însuși faptul că au început să colaboreze bibliotecarii din regiunea Cernăuți și cei din județul Suceava este un mare avantaj. Ea ne-a adus și un rezultat practic: am înnoit fondul de carte românească. Cititorii români din raionul Herța au nevoie de cărți în limba ma-



ASPIRAȚIILE EUROPENE VIN DINSPRE ROMÂNIA



ternă, iar prin acțiunile organizate propagăm cultura noastră națională, istoria poporului nostru.

Aceste relații duc și la îmbogățirea experienței de muncă. Colegii din România se interesează de felul cum lucrăm noi, iar la ei bibliotecarii herțeni au văzut suflul european, adică metode europene în activitatea de propagare a cuvântului românesc. Ele ne vor fi și nouă de real folos.

Cartea a fost și rămâne un izvor de înțelepciune și lumină pentru suflet. Ea este un prieten de nădejde care ne ajută să nu ne uităm istoria și originile spirituale.

PUNȚI SPIRITUALE ÎNTRE DOUĂ POPOARE

Adrian CAPALB,
președintele Societății „Petru Movilă” din Kiev:

– Societatea noastră îi întrunește pe românii din capitala Ucrainei. Nu avem proiecte de colaborare cu România, dar ne propagăm cultura, tradițiile și istoria. Nu uităm din ce neam suntem, de dulcea limbă română, de Eminescu și Creangă, de tradiționalul nostru Mărțișor. La acțiunile noastre participă mulți ucraineni și pentru ei este o descoperire că românii au tradiții, cântece și dansuri atât de frumoase, că slăvitul mitropolit al Kievului, numele căruia îl poartă Societatea noastră, a fost fiu de domnitor moldovean. Vorbind la timpul viitor, dar cu o mică nostalgie de trecutul nu prea îndepărtat, voi menționa că s-ar cuveni să fie reluate turneele unor teatre din România la Kiev și în alte regiuni, participarea cineștilor români la festivalurile de film din Ucraina. Asemenea acțiuni întăresc relațiile între popoarele ucrainean și român.



E NEVOIE DE UN PROIECT MAI AMPLU

Viorica ISTRATI,
directoarea Școlii medii nr. 1 din Crasna, raionul Storozhineț:

– În ultimul timp tot mai multe școli din regiunea Cernăuți încheie acorduri de parteneriat cu instituții de învățământ din România. Cu doi ani în urmă am inițiat și noi o colaborare cu Liceul tehnic Cajvana, județul Suceava. Facem schimb de experiență, ne vizităm reciproc. Ni s-a întipărit pentru mult timp în memorie Simpozionul „Stejarul lui Ștefan cel Mare”, la care am participat.



Colegii din România ne ajută și în privința materialelor didactice, fapt pentru care le suntem foarte recunoscători. Însă, în situația școlii noastre, ar fi de mare folos unele proiecte mai ample. Este unica școală din raion unde se învață în două schimburi și numai construcția unei încăperi suplimentare poate soluționa problema. Doar în acest mod, cu ajutorul României, a fost depășită situația asemănătoare la Gimnaziul din Crasna.

Scandalul meciurilor trucate. Portarul FC Bucovina, descalificat pe viață



Bogdan Stepanenko, portarul FC Bucovina, a fost descalificat pe viață, în urma deciziei Federației de Fotbal a Ucrainei (FFU). Stepanenko este acuzat că a fost implicat în meciurile trucate din Liga a II-a. Igor Nabolotnyi, directorul general al Clubului cernăuțean de fotbal, spune că este șocat de decizia FFU și că a aflat noutatea din presă. „Bogdan a venit în echipa noastră acum un an de la echipa „Nyva” (Ternopil). El este un băiat decent, cultivat și bine educat. Nu am avut pretenții la el. Despre decizia FFU am aflat din mass-media. Suntem amândoi șocați. Vor să arate că luptă împotriva meciurilor aranjate. Dar cine a pus la cale aceste meciuri? Numele acestora nu sunt anunțate”, a declarat Igor Nabolotnyi.

Amintim că în luna mai 2018 Ministerul de Interne din Ucraina a descoperit o rețea formată din 35 de cluburi de fotbal implicate în meciuri aranjate. În listă figura și clubul cernăuțean FC Bucovina. Forțele de ordine au făcut mai multe percheziții într-unul dintre cele mai complexe cazuri de partide trucate, dar fără arestări. Arsen Avakov, ministrul Afacerilor Interne, a dezvăluit că jucătorii și arbitrii primeau mită pentru a se obține rezultatele dorite: „Membrii grupărilor criminale plasau pariuri la case din țări asiatice, ceea ce le aducea circa 5 milioane de dolari pe an”, a spus Avakov. „Președinți de cluburi, jucători, foști și actuali, arbitri, antrenori și structuri comerciale au participat la sistemul de meciuri aranjate, în total aproximativ 320 de persoane”, a adăugat ministrul.

Bucovinenii au strălucit la Cupa Ucrainei la tir cu arcul



La Lviv s-a desfășurat Cupa Ucrainei la tir cu arcul. La competiție au participat 136 de sportivi din toată țara. „Echipa feminină format din Tetiana Dorohova, Lidia Sichenikova și Olena Onufriuk, au cucerit medalii de argint. La masculin, Ion Cojocar, Igor Omelcenko și Vlad Cerchez au cucerit medalii de bronz”, a anunțat Natalia Egorova, antrenor emerit al Ucrainei.

Teslenko va lupta în Canada cu un brazilian



Următorul rival al boxerului bucovinean, Oleksandr Teslenko, este brazilianul Edson Cesar Antonio, de 41 de ani (40-7-1, 31 KO). Cei doi se vor întâlni în ring pe 1 decembrie. Lupta va avea loc pe arena Videotron Centre din Quebec, Canada.

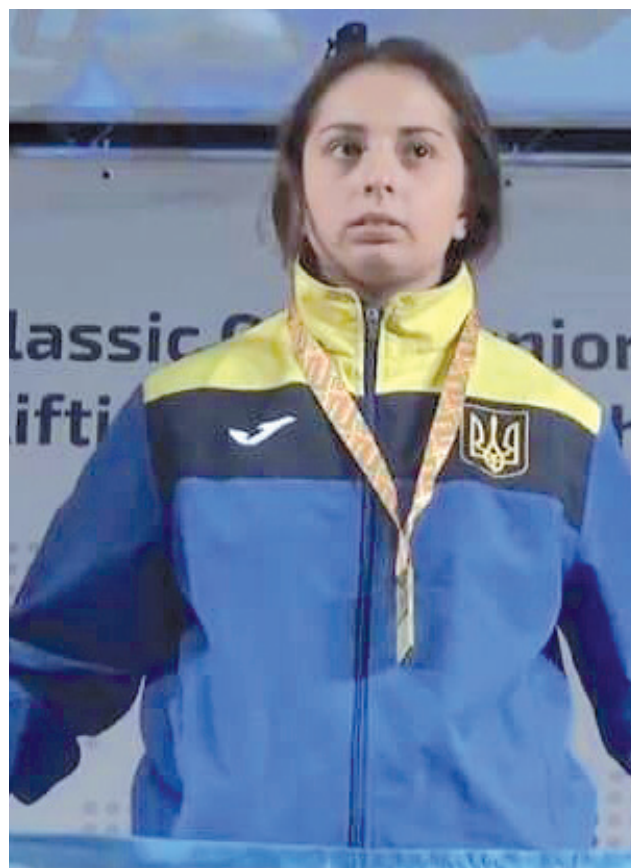
Tensiunile politice dintre Ucraina și Rusia afectează și fotbalul



Șahtar Donețk a dat lovitura în prelungiri în Germania, câștigând dramatic, după ce a avut și 2:0 cu Hoffenheim (3:2). Mai are nevoie însă de o victorie acasă, cu Lyon, care a remizat spectaculos cu Man. City (2:2), pentru a ajunge în „optmi”. Nici la Harkov s-ar putea să nu evolueze pe 12 decembrie. UEFA ia serios în calcul mutarea de la Harkov a finalei pentru locul 2. Fie la Kiev, fie la Lviv. Deja o altă echipă ucraineană a fost obligată să schimbe orașul. Vorskla nu o mai înfruntă joi, în Europa League, pe Arsenal la Poltava, ci la Kiev. Această situație e urmarea legii marțiale instaurate luni pentru 30 de zile. În virtutea ei se interzic adunările publice în zona de conflict, inclusiv organizarea de evenimente sportive.

Alina Țikul, campioană europeană la Powerlifting

La Kaunas (Lituania) s-a desfășurat Campionatul Europei la Powerlifting. La Competiție au participat aproximativ 600 de sportivi din mai multe țări. Sportiva cernăuțeană, Alina Țikul, a cucerit medalia de aur și a revenit acasă cu titlul de campioană europeană la Powerlifting clasic. Felicitări! Alina este maestru al sportului și se antrenează la Școala Sportivă pentru Copii și Tineret din Cernăuți, antrenor Volodymyr Krushnytskyi.



Leacul timpului și puterea de a ierta

Gheorghiță este omul care știa din tinerețe să le cântărească bine pe toate aidoma unui om matur pentru ca apoi să nu dea, vorba ceea, cu bățul în baltă. Însă, un moment oferit de soartă nu a știut să-l cântărească bine și să observe în ființa pe care a îndrăgit-o patima de aventuri.

Își amintește ca prin ceață clipele de coșmar, trăite cu ani în urmă. Soția Iuliana, iubirea vieții lui, pentru care a luptat mult timp și cu care a adus pe lume o fiică, îl părăsise pentru a fugi cu amantul. „Soarele meu” – așa obișnuia s-o numea Gheorghiță, i-a declarat atunci că i-a fost fidelă toți anii, dar acum s-a întâmplat ceva ce nici ea nu-și poate explica – s-a îndrăgostit.

ca soțul, care ținea la ea și la fiică ca la ochii din cap, să le afle pe toate. Și nici acel adjunct de director cu care, vorba ceea, s-a încurcat, nu-i dădea mari speranțe. Omul era în proces de divorț cu soția și i-a uns ochii cu povești de genul „te iubesc și te vreau alături o viață toată”. Dar, vrei nu vrei, toate tainele ies, mai devreme sau mai târziu, la suprafață. Întorcându-se de la alimentară într-o

vreau s-o am alături.

Văzând lacrimile în ochii fiicei, bărbatul i-a permis soției să trăiască un timp la el, dar cu condiția că vor dormi în camere separate. În una din seri, după cină, Gheorghiță a încercat să afle ce s-a întâmplat și de ce s-au topit ca un abure într-o zi de vară sentimentele între Iuliana și amantul ei. A ieșit la iveală că, după ce a folosit-o, acela a părăsit-o și a fugit undeva peste hotare luând cu sine toate economiile pe care le-au agonisit împreună cu Iuliana. În seara aceea omul nu a putut să închidă nici un ochi. Din camera vecină se auzea râsul soției și al fiicei. „Hai du-te odată”, o tot îndemna fiica. Și când Gheorghiță reuși să adoarmă precum iepurele în hat, se trezi cu Iuliana lângă el în așternut. Într-un sfârșit ura a cedat instinctului de bărbat și în dimineața următoare cei doi s-au trezit îmbrățișați. Femeia a început să plângă și să-și ceară iertare, promițându-i că de azi înainte îi va fi devotată



– Așa se întâmplă, dragul meu, nu ești tu vinovat și nici eu nu cred că am vreo vină în situația asta. Din păcate, inimii nu poți să-i ordoni.

Aceste cuvinte îi sună și azi în urechi aidoma unui dispreț ce-i macină făptura, măcar că toate par să se fi limpezit. Greu i-a fost bărbatului să se împace cu cruda realitate ce se abătuse asupra lui ca un trăsnet din senin. Violina, unicul lor copil, nu împlinise nici 14 ani când mama a fugit cu un alt bărbat. Deși Iuliana îl asigura că i-a fost o soție fidelă până atunci și că nici prin gând nu i-a trecut să se încurce cu altcineva, peste o perioadă de timp Gheorghiță avea să afle că cei doi s-au iubit în taină mai bine de un an. Deznodământul avea să se producă în ziua când Iuliana i-a declarat soțului că pleacă la niște cursuri de perfecționare la Kiev. Uitam să vă spun că lucra eroina noastră contabilă la o fabrică de confecții din Cernăuți. Era prin luna iunie când toată lumea pleca sau se pregătea să plece la odihnă. Și Gheorghiță avea planurile sale în acest sens. Intenționau să plece în trei pe litoral, la Herson, după cum o făceau și în alți ani. Planurile lor aveau să se spulbere într-o după amiază când mama i-a înștiințat că cei de la conducerea întreprinderii au decis s-o trimită la cursuri de perfecționare în capitală. Le-a mai promis că neapărat vor pleca la odihnă în august. Gheorghiță a căzut de acord, deși un glas lăuntric îi șoptea că se întâmplă ceva neplăcut. Peste câteva zile Iuliana și-a făcut bagajele și a luat trenul înspre Kiev. Gheorghiță și cu Violina au condus-o până la gară, au zămbit, și-au luat rămas bun până când trenul a fluierat plecarea. Nu avea de unde să știe bietul om că, imediat ce a urcat, Iuliana s-a aruncat în brațele adjunctului directorului întreprinderii, care o aștepta în vagon. Gheorghiță s-a întors acasă cu o piatră pe suflet – până atunci nu s-au despărțit de soție mai mult decât în orele de serviciu. În schimb, Iuliana a avut parte de două săptămâni de vis la o stațiune balneo-climaterică din Crimeea împreună cu noul iubit. Nu uita, însă, să le telefoneze celor de acasă în mod regulat. Nici acum femeia nu-și dorea

seară, Gheorghiță a avut parte de o scenă asemănătoare celor din melodrame: scumpa lui soție se topea în îmbrățișările amantului nu departe de blocul unde locuia. Văzându-se prinsă în flagrant femeia a fost nevoită să recunoască totul. L-a rugat, însă, să nu-i spună nici un cuvânt fiicei. L-a mai implorat s-o ierte și s-o înțeleagă că a obosit să lupte pe două fronturi și că pleacă la omul pe care l-a îndrăgit cu toată făptura. Gheorghiță a încercat să pară calm, deși fierbea tot. Cei doi au convenit că fiica va rămâne să trăiască cu tata pentru a nu se muta la o distanță mai mare de școala în care învăța. Așa a durat un an de zile. Apoi Iuliana parcă a dispărut. A căutat-o omul pe la locul de muncă, unde ea nu mai lucra. A aflat mai apoi de la colegile de lucru că a plecat în alt oraș împreună cu iubitul. În tot acest răstimp tata și fiica au fost alinare și sprijin unul pentru altul. Au încercat s-o caute, dar în zadar. Gheorghiță se simțea bătut de soartă în adevăratul sens al cuvântului, dar nu a cedat. Și-a zis că trebuie să trăiască pentru fiică. A încercat să-și facă unele relații cu alte femei, dar a simțit din start împotrivirea fiicei. Să treacă la ele cu traiul? Da, a avut asemenea ocazii. Și-a zis, însă, că propria fiică este mai presus decât unele relații întâmplătoare și un viitor sumbru, pe care-l vedea ca prin ceață. Mai bine de un an tatăl și fiica nu au avut nici o veste de la Iuliana. Nu veneau nici puținii bănuți, pe care mama îi expedia fiicei. Gheorghiță își amintește de acea perioadă ca de un adevărat coșmar. Și iată cu o lună și ceva în urmă Iuliana a revenit acasă. Gheorghiță trecea niște cursuri de tratament la spitalul regional. Mare i-a fost mirarea când le-a văzut pe ambele, pe mama și pe fiică, în salon. Nu a putut scoate o vorbă. Atât i-a spus soției că le vor clarifica pe toate după ce va fi externat. Revenit acasă, vroia să pună toate punctele pe „I”, dar s-a ciocnit de privirea compătimitoare și miloasă a fiicei:

– Tăticule, sunt mare deja și știu că mama nu merită să fie iertată după toate câte ți le-a făcut. Dar, te rog, găsește în tine puteri și las-o să trăiască la noi o perioadă. Mi-a fost foarte dor de ea și

până la mormânt, dacă el este în stare să treacă peste supărările din trecut. Așa s-a pomenit bietul om în fața dilemei: să treacă peste orgoliile sale ori s-o scoată din viața sa pe femeia cu care a împărțit binele și răul în cea mai frumoasă perioadă din viața sa. I-a cerut puțin timp. A doua zi și-a împărțit problema unui bun prieten, care-i era și coleg de serviciu. Acesta l-a sfătuit să meargă la o vrăjitoare. Zis și făcut. Ascultându-l femeia i-a zis:

– Ai două variante, omule. Trebuie să găsești în tine puteri și să-ți ierți nevasta din toată inima. Astfel vei fi fericit cu ea până la apusul vieții, iar fiica-ta va mai avea un frate. Trebuie s-o înțelegi cât de greu ți este și cât de mult suferă acum. Să nu-i amintești niciodată de acel pas greșit și ea te va răsplăti înzecit cu iubire și afecțiune până când moartea n-o să vă despartă. Niciodată soția ta nu se va gândi la un alt bărbat. A primit acum o lecție de viață amară. Și fiica ta va avea parte de o viață fericită și prosperă.

Femeia tăcu pentru o clipă, iar Gheorghiță insistă:

– Care este cea de-a doua variantă?
– Nu te-ai sfătuit cu dragul lor. A înțeles că nu va putea trăi fără ele. După ce au revenit de la biserică i-a spus Iulianei că de-acum înainte începe o viață nouă – fără reproșuri și fără bănueli. Timpul este cel mai bun doctor, le va vindeca pe toate, și-a zis bărbatul. Și-apoi cine nu greșește în această viață? În rugăciunile sale îi mulțumește seară de seară Celui de Sus pentru că l-a dat puteri să-și ierte ființa ce l-a făcut și-l face fericit.

Dumitru VERBIȚCHI



Se spune că cel mai potrivit mod de a memora ziua de naștere a soției este cel de a uita de această zi o singură dată.

Mai întâi bărbatul nu știe cum să ia vorbă cu femeia, iar mai apoi caută o metodă pentru a o face să tacă.

Doi amici stau de vorbă. Unul spune:
– Ieri soacră-mea a fost la o expoziție de vipere.
– Și cum? Cu ce impresii s-a întors?
– Despre impresii nu știu, dar la piept avea o medalie.

La restaurant. Soția (cu răutate):
– Dragul meu, ce se întâmplă? Când te-ai întors de la WC și ai revenit la masa noastră ai mângâiat toate chelnerițele!

– Nu vorbi prostii, draga mea. Eu pur și simplu mi-am șters mâinile.

Un bărbat i se plânge prietenului său:
– Ieri seară am tras o ceartă zdravănă cu fata pe care o iubesc.

– Dar ce s-a întâmplat?
– M-a rugat să ghicesc câți ani are.
– Și tu?
– Am nimerit drept în țintă.

Femeia este ca un calculator – adaugă probleme, îți fură din timpul liber, înmulțește cheltuielile și împarte averea.

Un bărbat cherkeluit deja de-a binelea, cumpără o sticlă de rachiu și oftează cu regret:
– Da, pe salariul unui învățător nu ajungi departe.
– Dumneavoastră sunteți învățător? – îl întreabă vândătoarea văzându-l într-un asemenea hal.
– Nu, soția mea.

Alcoolul este cel mai bun mijloc de a transforma durerea sufletului într-o durere de cap.

Soțul către soție:
– Dragă mea, întotdeauna ai gătit mâncarea fantastic, dar această supă este gata, mi se pare, pe jumătate.
– Nici o problemă, zice soția, mănâncă din partea ceea care e gata deja.

Șeful către subaltern:
– De ce astăzi ați întârziat la serviciu?
– Sunt vinovat, am adormit.
– Păi încă și acasă dormiți?

Un bărbat cam beat iese dintr-un bar, și abia mergând, se apropie de mașina sa. De el se apropie un polițist:

– Se poate în așa stare de condus automobilul?
– Dar ce să fac, domnule polițist, nu vedeți că nu sunt în stare să merg pe jos?



ZĂMBIȚI CÂT ÎNCĂ NU V-A VENIT... PRIMA FACTURĂ LA CĂLDURĂ!

Un farmacist îi explică unui practicant:
– Din flaconul acesta turnăm doar atunci, când scrisul de pe rețetă este absolut de neînțeles...

– Măi loane, mai umbli la școală?
– Da.
– Și câte absențe ai?
– Păi din 200 total am 214 absențe.
– Da cum poate fi așa?
– Păi n-am știut că s-a terminat școala și am mai lipsit încă două săptămâni.

Stau doi prieteni după bere. Unul povestește:
– Iată, în Paris e viață! Ajungi în gară - te întâmpină cu un buchet enorm de flori, te așează într-un automobil luxos și te duc într-unul din cele mai bune hoteluri. Faci baie, te duc la restaurant. Mâncarea și băutura sunt gratuite. Te întorci la hotel - patul e deja gata. Și-ți mai dau încă câte 300 de dolari pe lună.

– Ai fost acolo?
– Nu.
– Dar de unde știi?
– Soția a fost.





Care este secretul oamenilor longevivi



Speranța de viață a omului obișnuit este de 75 de ani, dar există în lume câteva comunități unde oamenii ajung la 100 de ani sănătoși și în putere. Prin ce se deosebește modul lor de viață? De ce oamenii din unele părți ale lumii trăiesc mult mai mult decât noi, ceilalți? La această întrebare a încercat să răspundă Dan Buettner, scriitor și explorator renumit. Ani de zile, el a călătorit împreună cu echipa sa în diferite locuri din lume, pentru a afla unde și cum trăiesc cei mai longevivi și mai sănătoși oameni. Și a descoperit 5 asemenea locuri, pe care le-a numit „Blue Zones” (zonele albastre) și despre care a scris deja câteva cărți.

- *Regiunea Barbagia din Sardinia* – zonele muntoase din Sardinia au cel mai mare procent de bărbați centenari din lume;
- *Ikaria (Grecia)* – locuitorii insulei Aegean sunt unii dintre cei mai sănătoși oameni de pe planetă, cu una dintre cele mai scăzute rate ale mortalității la vârste medii și cea mai mică rată de senilitate;
- *Peninsula Nicoya (Costa Rica)* – cea mai mică rată a mortalității la vârste medii și a doua în topul zonelor cu cel mai mare procent de bărbați centenari;
- *Loma Linda (California)* – adventiștii de ziua a șaptea. Ei trăiesc în medie cu zece ani mai mult decât americanii de rând, care au o speranță de viață de 78 de ani;
- *Okinawa (Japonia)* – aici întâlnim cele mai longevive femei din lume.

Încercând să descifreze enigma longevității, cercetătorii (medici, antropologi, demografi, epidemiologi) au ajuns la concluzia că nu genele sunt motivul pentru care acești oameni trăiesc peste 100 de ani și sunt sănătoși până la vârste înaintate, ci stilul de viață și dieta. Iată opt lecții importante pe care trebuie să le învățăm de la acești oameni „care uită să moară”, după cum îi descrie Dan Buettner, coordonatorul proiectului „Zone Albastre”.



Locuitorii Zonelor Albastre nu doar că trăiesc mult, dar ajung bătrâni fără să sufere de maladii care pe noi, ceilalți, ne chinuiesc sau chiar neucid: boli de inimă, obezitate, cancer, diabet, Alzheimer. Unul dintre marile lor secrete (de fapt, nu mai e un secret) este dieta. Meniul lor e compus în proporție de 95% din plante (din care mai mult de jumătate sunt cerealele integrale, leguminoasele și rădăcinoasele) și (doar) 5% din produse de origine animală. Așadar, ce mănâncă oamenii de pe aceste insule ale centenarilor:

- * Leguminoase – fasole boabe de orice fel, linte, năut, 100-200 g pe zi;
- * Legume de orice fel, verdeturi, salate, cartofi-dulci, ciuperci;
- * Fructe de orice fel, cam 2-3 porții pe zi și doi pumni (60 g) de fructe oleaginoase (nuci, alune, migdale);
- * Cereale integrale precum orz și ovăz, orez brun, făină din semințe sau din fructe oleaginoase;
- * Pâine și paste din făină integrală de grâu sau secară, cașă din făină integrală de porumb;
- * Peștele și tofu, alături de leguminoase și nuci, sunt principalele surse de proteine; peștele este inclus în meniu de două, trei ori pe săptămână (cam 100 g);
- * Mirodenii de orice fel;
- * Ulei de măsline (4 lingurițe/

DIETA: CÂT MAI MULTE LEGUME ȘI FRUCTE

zi) și alte uleiuri: din nucă-de-cocos, nuci, susan;

- * Ceai verde/din plante;
- * Îndulcitori: miere sau stevia;
- * Băuturi: cafea, ceai, un pahar cu vin și, desigur, apă curată;

Centenarii Zonelor Albastre nu sunt de obicei vegani sau vegetarieni, dar consumă foarte puține produse animale: carne doar de 4-5 ori pe lună și doar în cantități mici (100-120 g), ouă cel mult trei pe săptămână, lactate de câteva ori pe săptămână, în special lapte, iaurt, chefir și brânză de oaie și capră. Desigur, în dieta lor curată, naturală nu-și găsesc locul alimentele procesate, mezelurile, dulciurile, băuturile răcoritoare, grăsimile trans.

Sunt de evitat sucurile de fructe și fructele uscate (smochine, stafide), mult prea bogate în zaharuri – mănâncă fructele întregi, proaspete.

Dacă nu prea agreezi vegetalele, „dieta” longevității îți va părea strictă și plictisitoare și ai putea fi tentat să o abandonezi rapid. Dan Buettner ne propune o soluție împrumutată tot de la longevivii planetei: cinci zile mănâncă foarte sănătos, iar două zile pe săptămână delectează-te cu ce-ți pofteste inima.

FĂ MIȘCARE ÎN MOD NATURAL

Societatea de astăzi este aproape obsedată de fitness. Ne facem abonamente la sală, tragem ore în șir de fiare, transpirăm pedalând pe bicicleta medicinală, alergăm kilometri prin parcuri. Asemenea exerciții fizice nu sunt firești, ci impuse, forțate. Decât deloc, sigur că este bună și această formă de mișcare. Însă, oamenii din cele cinci Zone Albastre nu fac exerciții în acest mod. Lecția pe care o putem învăța este să fim activi în mod natural, așa cum sunt ei pe tot parcursul zilei: merg pe jos sau cu bicicleta, grădinăresc, deretică prin casă și curte, urcă și coboară scări. Pentru treburile casnice, nu au ustensile moderne: frământă pâinea manual, bat ouăle cu telul, nu cu mixerul. Nu zice nimeni să-ți arunci robotul de bucătărie,



dar poate sunt situații în care te descurci fără ajutorul lui.

STABILEȘTE-ȚI UN SCOP ÎN VIAȚĂ

Cei din Okinawa îi spun „Iki-gai”, iar cei din Costa Rica „plan de viață”. Cu alte cuvinte „de ce te trezești dimineața”. Cunosându-ne scopul în viață, se pare că adăugăm șapte ani speranței de viață. Așadar, încearcă să afli ce-ți dorești de la viață. Cei mai bătrâni din Zonele Albastre știu de ce se ridică dimineața din pat: deseori, scopul e unul simplu – acela de a-și vedea strănepoții.

RIDICĂ-TE DE LA MASĂ CÂND EȘTI 80% SĂTUL

Este lucru știut, persoanele care mănâncă mai puține calorii își prelungesc viața cu câțiva ani buni, dar mai există un motiv întemeiat să te ridici de la masă când ești 80% sătul: să nu te îngrași. Cei de pe insula Okinawa, de pildă, mănâncă din farfurii

mici și se opresc din mâncat înainte să se simtă sătui, ei fiind învățați să mănânce doar până nu mai simt foamea. Noi, ceilalți, suntem obișnuiți să mâncăm până ne simțim „plini”. Printre ei obezitatea e un lucru foarte rar, în timp ce mulți dintre noi depun eforturi obositoare să-și recape-te silueta.

BEA CÂTE PUȚIN VIN

Oamenii din toate regiunile Zonei Albastre, cu excepția adventiștilor, consumă regulat cantități mici de alcool. Se pare că aceia care beau moderat trăiesc mai mult decât cei care nu consumă deloc alcool. Secretul lor: beau 1-2 pahare cu vin roșu pe zi la masă, deseori în compania prietenilor.

IUBEȘTE-ȚI APROAPELE

Potrivit lui Dan Buettner, să fii înconjurat de familie și prieteni este lucrul cel mai puternic pe care îl poți face pentru a-ți schimba stilul de viață spre bine.

Pentru locuitorii Zonelor Albastre, acest lucru vine de la sine, căci legăturile sociale sunt înrădăcinate în cultura lor. Pentru ei, familia e totul, își țin bătrânii aproape, au prieteni de nădejde cu care împărtășesc și binele, și răul. Să locuim împreună cu familia este o modalitate naturală de a elimina stresul și de a ne îmbunătăți viața.

MUNCEȘTE MAI PUȚIN, ODIHNEȘTE-TE MAI MULT

Până și locuitorii din Zonele Albastre au motive de stres, iar stresul, se știe că afectează serios sănătatea. Longevivii din aceste zone au inclus în rutina lor activități care să alunge stresul. Cei din Okinawa dedică zilnic câteva momente pentru a-și onora strămoșii, adventiștii se roagă, ikarienii trag un pui de somn, sarzii au zilnic momente de relaxare alături de prieteni, la o cană de ceai sau un pahar cu vin. Găsește și tu o modalitate de a scăpa de stres: ieși la plimbare, ascultă muzică, petrece timp cu familia ori cu prietenii.

TRĂIEȘTE CU CREDINȚĂ ÎN SUFLET!

Aproape toți cei 263 de centenari chestionați, aparțineau unei comunități religioase. Ce credință aveau, se pare că nu contează, dar cercetările arată că participarea de patru ori pe lună la slujba de la biserică ori la întrunirile religioase adaugă între patru și 14 ani la speranța de viață.



Rubrică susținută de Valeria ȘTEFUREAC

Департамент економіки Чернівецької міської ради оголошує конкурс по відбору експертів – суб'єктів оціночної діяльності для проведення експертної оцінки комунального майна територіальної громади м.Чернівців для передачі в оренду

Лот 1

Назва об'єкта оцінки	Місцезнаходження об'єкта оцінки	Балансоутримувач	Мета проведення незалежної оцінки	Площа об'єкта оцінки, кв.м
Нежитлове приміщення 1 поверху	вул. Героїв Майдану, 7 (не підлягає приватизації)	КЖРЕП №5	для передачі в оренду	2
Нежитлове приміщення 2 поверху	вул.Чкалова, 30 (не підлягає приватизації)	КП «Міжнародний аеропорт "Чернівці"	для передачі в оренду	67,4

Умова конкурсу: термін виконання робіт – 7 календарних днів, загальна вартість робіт, що пропонується – до 1500 грн.

Лот 2

Назва об'єкта оцінки	Місцезнаходження об'єкта оцінки	Балансоутримувач	Мета проведення незалежної оцінки	Площа об'єкта оцінки, кв.м
Нежитлове приміщення 1 поверху	вул.А.Кохановського, 5	КЖРЕП № 9	для передачі в оренду	118,4
Нежитлове приміщення окремої будівлі літ. А, гаража літ. Б та навісів літ. В та літ. Г	вул.Кармелюка, 22 -А	КЖРЕП № 9	для передачі в оренду	приміщення окремої будівлі літ. А, площею 348,7 кв. м, гаража літ. Б, площею 34,2 кв. м та навісів літ. В та літ. Г
Нежитлове приміщення				
1 поверху	Головна, 31	Департамент ЖКГ	для передачі в оренду	41,3

Умова конкурсу: термін виконання робіт – 7 календарних днів, загальна вартість робіт, що пропонується – до 2700 грн.

Лот 3

Назва об'єкта оцінки	Місцезнаходження об'єкта оцінки	Балансоутримувач	Мета проведення незалежної оцінки	Площа об'єкта оцінки, кв.м
Нежитлові приміщення окремої будівлі,	вул.Нагірна, 16			
	КЖРЕП № 5	для передачі в оренду	192,9	
Нежитлове приміщення підвалу	Проспект Незалежності, 74	КЖРЕП №14	для передачі в оренду	61,7
Нежитлове приміщення підвалу	вул. Комарова, 9-А	ДЖКГ	для передачі в оренду	19,4

Умова конкурсу: термін виконання робіт – 7 календарних днів, загальна вартість робіт, що пропонується – до 2500 грн.

Лот 4

Назва об'єкта оцінки	Місцезнаходження об'єкта оцінки	Балансоутримувач	Мета проведення незалежної оцінки	Площа об'єкта оцінки, кв.м
Нежитлове приміщення 1 поверху будівлі літери Г	вул. Героїв Майдану,226	КМУ "Міська лікарня №1"	для передачі в оренду	23,7
Нежитлове приміщення 1 поверху будівлі літ.А	вул. Героїв Майдану,226			
КНП "Міська поліклініка №2"	для передачі в оренду	5,5		
Нежитлове приміщення 1 поверху	вул. Франка Івана, 20	Інститут післядипломної освіти	для передачі в оренду	26,2

Умова конкурсу: термін виконання робіт – 7 календарних днів, загальна вартість робіт, що пропонується – до 2100 грн.

Конкурсна документація подається до департаменту економіки міської ради не пізніше **ніж за три робочих дні до оголошеної дати проведення конкурсу** (включно).

У разі неповноти, невідповідності наданих підтвердних документів або несвоечасності їх подання претендент до участі у конкурсі не допускається.

Претенденти подають замовнику конкурсну документацію з описом підтвердних документів. Конкурсна документація претендента складається із:

- підтвердних документів;
- конкурсної пропозиції щодо ціни виконання робіт з оцінки, а також строку виконання робіт (у календарних днях), підписаної претендентом і скріпленої печаткою (у разі її наявності) та запечатаної в окремому конверті.

До підтвердних документів, поданих на конкурс з відбору суб'єктів оціночної діяльності, належать:

- заява на участь у конкурсі відбору суб'єктів оціночної діяльності за встановленою формою;
- копії кваліфікаційних документів оцінювачів, яких буде залучено до проведення оцінки та підписання звіту про оцінку майна;
- копія сертифіката суб'єкта оціночної діяльності, виданого претенденту Фондом державного майна України;
- інформація про претендента (документ, який містить відомості про претендента щодо його досвіду роботи, кваліфікації та особистого досвіду роботи оцінювачів, які працюють у його штатному складі та залучаються ним, з незалежної оцінки майна тощо) за встановленою формою.

В разі виникнення необхідності, усунення недоліків щодо виконаних звітів про експертну оцінку об'єктів оренди, експерт доопрацьовує звіт про оцінку майна.

Збір необхідної додаткової інформації (крім наявної в департаменті економіки Чернівецької міської ради) проводить оцінювач.

Заяви приймаються **з 23.11.2018р. по 07.12.2018р.** (включно) за адресою: 58008, м.Чернівці, вул. О.Кобилянської, 3 (каб. №20, 26) департамент економіки Чернівецької міської ради.

Конкурс відбудеться **14.12.2018 року о 14.00 год.** в приміщенні департаменту економіки міської ради (вул. О.Кобилянської, 3, каб. 2).

Більш детальну інформацію про конкурс, перелік необхідних документів та бланки заяв на участь в конкурсі, можна отримати в департаменті економіки міської ради вул. О.Кобилянської, 3 (каб.№20, 26) та за тел. 52-42-59, 52-63-17.

HOROSCOPE

3-9.12.2018

BERBECUL. În această săptămână este recomandat să fii foarte atent la modul în care îți exprimi gândurile, dorințele, nemulțumirile. Pot fi reluate acum unele discuții care țin de studii. Spre sfârșitul acestei săptămâni reușești să ajungi la o înțelegere cu persoana iubită, să treci peste anumite obstacole. Totul va depinde de modul în care abordezi relația de cuplu. În ultima zi a perioadei ești preocupat de anumite aspecte care țin de locul de muncă.



TAURUL. Deși se pare că vei mai avea parte de unele probleme venite din partea colegilor, vei reuși, totuși, să te bucuri de roadele muncii, primind banii de care ai atât de multă nevoie. Ziua de 6 decembrie se poate dovedi destul de tensionată, la capitolul relație cu rudele apropiate. La sfârșitul perioadei analizate ai ocazia să reiei unele discuții cu persoana iubită, să lămurești anumite aspecte din trecut.



GEMENII. Începi această săptămână mult mai încrezător în forțele proprii. Ai șansa de a relua anumite aspecte, proiecte derulate în cadrul unui parteneriat. Sunt posibile discuții în cadrul relației de mariaj, simțind o oarecare răceală din partea partenerul de viață. Pe la jumătatea perioadei analizate faci unele cheltuieli neprevăzute în buget. În ultima zi a perioadei te simți foarte bine acasă, în familie.



RACUL. Încă de la începutul acestei săptămâni ai ocazia să intri în posesia unor informații secrete, legate de locul de muncă. Te poți aștepta la unele neplăceri în relația cu un superior. Dar, un proiect îți poate aduce mai mulți bani în cont. La sfârșitul săptămânii ai posibilitatea să călătorești. Atenție la drum!



LEUL. În perioada supusă analizei te poți aștepta la unele neplăceri venite din partea unui coleg invidios. Pot fi reluate acum unele discuții referitor la o relație de dragoste. Este posibil să revină în viața ta cineva din trecut și să lămurești dacă mai are rost să reiei această relație. Ești predispus la cheltuieli pe care le faci cu ocazia unei vizite, călătorii sau la o întâlnire cu persoana iubită.



PECIOARA. La începutul acestei săptămâni ai de lămurit câteva aspecte care țin de carieră. Încearcă să găsești un echilibru între obligațiile de serviciu și cele care țin de casă. Spre sfârșitul acestei săptămâni îți vor fi de folos unele finanțe economisite înainte. În ultima zi a acestei perioade te simți bine, cât timp ești alături de cei din familie, dar, atenție la cheltuieli!



BALANȚA. Încă de la debutul acestei perioade ești agitat, dornic să călătorești. Este recomandat să dai dovadă de prudență în trafic. Pe la mijlocul acestei săptămâni poți fi nemulțumit de atitudinea unui superior, simțindu-te oarecum nedreptățit. Spre sfârșitul perioadei analizate pot să ajungă la urechile tale unele bârfe de la locul de muncă. Cert este că ai ocazia acum să lămurești despre ce anume este vorba.



SCORPIONUL. Este recomandat să acorzi o atenție specială la unele plăți. Te pot prinde datoriile din urmă, ba chiar te poți aștepta la primirea unei amenzi. Pe la mijlocul acestei săptămâni putem să vorbim despre multă agitație, acasă dar și la serviciu. Stăpânirea de sine și siguranța pe ceea ce spui te pot ajuta să ieși cu bine din anumite confruntări profesionale.



SĂGETĂTORUL. Începi această săptămână, încercând să găsești mediul și locul unde te poți simți împăcat și liniștit. Acordă atenție la relația cu partenerul de viață pentru că este posibil să apară unele neplăceri datorate unor cuvinte spuse la nervi. Spre sfârșitul acestei săptămâni ai ocazia să dai startul unei noi activități, o nouă afacere, dar momentul nu este potrivit. Nu e vremea pentru afaceri.



CAPRICORNUL. Încerci să faci față solicitărilor de la locul de muncă. Spre mijlocul săptămânii va trebui să fii mult mai tolerant în relația cu partenerul de viață. Spre sfârșitul acestei săptămâni te gândești destul de serios să pleci la drum. Va trebui să dai dovadă de prudență în trafic pentru că ești dispus la implicarea în tot felul de probleme de circulație.



VĂRSĂTORUL. Ai sentimentul că trebuie să te supui unor reguli, restricții, interdicții nescrise, venite din partea persoanei iubite. Este posibil să reiei conversațiile cu o iubire din trecut. Pe la mijlocul acestei perioade ești destul de neliniștit, agitat la locul de muncă. La sfârșitul săptămânii analizate te poți întâlni cu o persoană de care te leagă amintiri plăcute putând astfel să reinvie un moment emoțional din trecut.



PEȘTII. Ești neliniștit, în ceea ce privește unele aspecte care țin de casă. Va trebui să fii mult mai atent la relația cu propriul copil. Nu este exclus nici să apară unele nemulțumiri în privința unei relații sentimentale. La sfârșitul acestei săptămâni va trebui să acorzi atenție la modul în care gestionezi situația, discuțiile din relația cu partenerul de viață.

La 26 noiembrie, doamna
**Domnica
COTIUȘCA**

din suburbia Roșă a Cernău-
țului și-a marcat jubileul de **70**
de ani. Ea a pășit în noul dece-
niu al vieții sale cu o bogată ex-
periență, adunată an de an, cu
bucuriile care îi aduc cei dragi și
aproiați – fiii Valentin și Victor,
soțul Orest („cel dat de Dumne-
zeu pentru mine”, după cum afir-
mă doamna Domnica), care tot în
această toamnă a rotunjit vârsta
de **70** de ani. Ei și scumpii nepoței



îi creează fericirea, și împreună mențin buna
înțelegere și tihna sufletească.

Cei dragi, cuscii și rudele apropiate, cole-
gii de școală și toți prietenii o felicită din toată
inima pe doamna Domnica cu prilejul acestui
important eveniment în viața ei, dorindu-i mul-
tă sănătate, fericire, bunăstare, zile senine și
frumoase, precum și împlinirea tuturor viselor.

**La mulți ani, cu multă lumină
în suflet!**



*Fericit să fiți mereu,
Să nu știți de nici un greu,
Să trăiți o viață bună
Cu familia-mpreună...*

Această frumoasă urare, izvorâtă din adâncul inimii
celor mai dragi ființe, este adresată, cu prilejul zilei de
naștere, domnului

**Toader
PLEȘCA**

din satul Mihoreni, raionul Herța, care în ziua de 2
decembrie își va aduna în anotimpurile vieții cea de-a
50-a iarnă. Este vârsta filosofiei și a înțelepciunii, vârsta împlinirilor și a meditațiilor.

Cu această ocazie, zile senine și împlinirea celor mai sacre vise vin să-i dorească
astăzi sărbătoritului finii Andrei și Livia Jar, soția Rodica, copiii, nepoții, rudele, priete-
nii, care îi transmit prin intermediul ziarului nostru
cele mai frumoase urări de bine și sănătate, dorin-
du-i o viață fericită pe măsura frumuseții sufletului,
multă sănătate, prosperitate, voie bună în familie,
belșug pe masă, un sincer „La mulți ani!” și aceste
cuvinte pornite din adâncul inimii:

*Casa să vă fie plină
De belșug și de lumină,
Împliniri și spor în toate,
La mulți ani cu sănătate!*



În acest sfârșit de Bru-
mar, odată cu primii fulgi de
nea, la 29 noiembrie, domnul

**Vasile
CEAGOREANU**

din suburbia Roșă își sărbă-
torește un frumos jubileu al îm-
plinirilor – **65** de ani.

Cu ocazia acestui însemnat
eveniment din viața domniei
sale, un sincer mesaj de felicitare cu urări de bine și
multă sănătate îi adresează cele mai scumpe și apro-
piate persoane din familie – fiicele Cristina și Liliana,
ginerile Ruslan și scumpii nepoței Vlad-Alexandru și
Raluca-Alexandra.

Dragul nostru! Fie ca bucuria să-ți încălzească
ochii, fie ca fericirea să-ți lumineze calea, fie ca să-
nătatea să nu te părăsească niciodată, iar bunăstarea
să-ți fie ca dărnicia toamnei, să te bucuri de copii și de
scumpii nepoței.

*Un veac întreg să ai parte
De belșug și sănătate,
Nici când să nu știi durere,
Să-ți dea Domnul mângâiere.
Să îți fie viața plină
De har, tihnă și lumină.*

**La mulți ani, bogați
în toate!**



Astăzi, un sincer „La mulți ani!” este adresat
doamnei

**Aurica
PUPĂZĂ**

din satul Târnauca, raionul Herța, lucrătoare la Ofi-
ciul poștal din această localitate, care la 29 noiembrie
își adună la buchetul anilor încă o frumoasă crizante-
mă.

Cu această ocazie, la felicitările primite din partea
celor dragi din familie, de la prieteni și de la colegii
de muncă, se alătură și colectivul redacției ziarului „Li-
bertatea Cuvântului”, dorindu-i sărbătoritei multă să-
nătate, că-i mai scumpă decât toate, fericire și bucurii,
bunăstare și optimism. Fie ca noul an din viața domniei
sale să-i aducă pace și tihnă sufletească, zile senine
de lumină pline, succese remarcabile în activitatea co-
tidiană și cât mai multe sărbători frumoase.

Doamnă Aurica!

*Fie-vă viața lungă și frumoasă,/ Lucrul să vă mear-
gă din plin.*

*Pace, dragoste și bucurie-n casă/ Sub un cer al-
bastru și senin.*

La mulți ani și toți bunii!



Un sincer mesaj de feli-
citate este adresat, cu prilejul
împlinirii, la 25 noiembrie, a fru-
moasei vârste a copilăriei, dom-
nișoarei

**Irina
CRĂCIUN**

din or. Cernăuți, elevă la
Gimnaziul „Alexandru cel Bun”.
Domnișoara Irina este o fire gin-
gașă și atrăgătoare, o elevă stă-
ruitoare, iubește muzica și tot ce e frumos.

Cu ocazia zilei de naștere, cuvinte alese îi adresează
scumpii părinți Nelea și Romeo, frățiorul Maxim, bu-
nicul Dragoș, nașii, colegii de clasă și prietenii. Ei toți
îi doresc să fie sănătoasă, veselă și frumoasă, să aibă
parte de mult noroc, să obțină succese remarcabile la
învățătură și să ocupe un loc decent în viața spre bucu-
ria și mândria părinților.

Scumpa noastră!

*Noi îți dorim ca drumul vieții
Să-ți fie presărat cu flori
Și în fiecare dimineață
Să ai sclipiri în ochișori.*

*Fii ca floarea de frumoasă,
Sănătoasă, omenoasă,
De cei dragi să fii iubită,
De toți îngerii păzită.*

La mulți ani!



**Vrăjitoarea Melissa, singura din România care vine
în ajutorul dumneavoastră cu dezlegări de farmece,
blesteme, necazuri în familie și despărțiri.**

**Redacția ziarului nu poartă răspundere
pentru conținutul anunțurilor publicitare**

**Cea mai cunoscută tămăduitoare,
Lucreția MELISSA,
sosită la Cernăuți la cererea
românilor care au probleme, aflați
în suferință**

Cea mai mediatizată din România, care a apărut la toate
posturile TV, Kanal D, emisiunea Wow biz, Antena 1, Show
păcătos etc.

Sunt multe vrăjitoare care profită de numele meu, folo-
sindu-mi numele.

Telefoanele afișate în anunț sunt numai ale mele și nu se
vor schimba niciodată!

Doamna Melissa vă ajută să aveți spor în afaceri, câști-
guri în bani, realizări în toate domeniile care vă interesează,
dragoste și noroc.

Dacă aveți probleme în dragoste, afaceri, sunteți ne-
mulțumită lângă persoana iubită, dacă nu vă merge bine în
ceea ce faceți, atunci apelați la mine și vă voi rezolva orice
problemă.

**Vrăjitoarea Melissa vine acum în ajutorul tuturor celor
care au nevoie. Contactați-mă!**

Fiecare om din orice colț al lumii dorește să aibă noroc în
dragoste, în afaceri, în familie sau în spor și câștig – eu vă pot rez-
olva aceste probleme numai în 24 de ore cu rezultate garantate.

Lăsați-mi zodia și data nașterii pentru a vă face o primă ve-
rificare.

Vrăjitoarea Melissa din România vă rezolvă orice dorită!

Doamna Melissa deține cartea magică veche de peste 100
de ani cu care face cele mai puternice desfaceri de vrăji.

Sunt vrăjitoarea Melissa, singura din România care lucrează cu
magie veche și pot rezolva orice fel de problemă și orice dorință aveți.

Dacă ați umblat pe la vrăjitoare de magie albă și preoți și nu
ați fost mulțumiți, acum aveți în sfârșit șansa de a obține ceea
ce doriți.

Sunt o femeie cu puteri foarte mari care pot să aduc un bă-
bat sau o femeie în numai trei ore la persoana care îl dorește.

Prin plante și leacuri pot vindeca boli de piele, scot argintul
vieu, lecuiesc beția, impotența, pot salva tinerii de vicii nedorite,
aduc persoane plecate de acasă, împreunăz familii dezbinat,
ajut în spor și afaceri etc.

**Relații la tel. +38(068)2867379;
+38(099)2294132;
+(40)747500601, sau pe viber**



La 2 decembrie se va împlini un an de
când

**Dumitru
VICOVAL**

din satul Ropcea, raionul Storojineț, a ple-
cat la cele eterne, lăsând în urmă numai dure-
re, lacrimi și multe amintiri... A fost un om cu
suflet mare, un soț bun și un tată grijuliu.

Cu durere în suflet ne rugăm Bunului
Dumnezeu să-l ierte și să-l odihnească în îm-
părăția Sa.

*Știind cât ai luptat ca să trăiești/ Doar ca
să poți să ne iubești,*

*Să vin la tine să-ți vorbesc,/ Iar tu nici să nu poți să mă privești.
Rămâi tăcut, nu spui nimic,/ Iar eu la cer aș vrea să strig.
Să-l rog pe Bunul Dumnezeu/ Să te aducă înapoi,
Să fii și mai departe printre noi,/ Căci viața e prea mult nedreaptă
Că te-a luat pe tine, Tată!/ Eu știu, ai vrut cu noi să
mai rămâi,
Să lupți și mai departe ca să fii./ Ai grijă, Doamne,
de tăticul meu
Și lângă el rămâi mereu.*

**Candela memoriei au aprins-o soția Vi-
orica, feciorii Gheorghe, Vasile, Ilie, Nico-
lae, fiicele Maria și Elena, nunorile Mihaili-
na, Larisa, Ioana și Maria, ginerii Fiodor și
Ion împreună cu cei 14 nepoți.**



ÎN ATENȚIA CITITORILOR!

Dacă doriți ca felicitările și publicitatea Dumnea-
voastră să apară la timp, Vă rugăm să le expediați pe
adresa redacției până în ziua de marți a săptămânii de
aparitie a ziarului, indicând și datele de contact (nu-
mărul de telefon și E-mail) pentru a clarifica mai multe
detalii despre sărbătorit.

Colectivul redacției

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)



Cristiano RONALDO și Georgina RODRIGUEZ s-au logodit, după o relație de doi ani

CRISTIANO RONALDO ȘI GEORGINA RODRIGUEZ S-AR FI LOGODIT ZILELE ACESTEIA, POTRIVIT MAI MULTOR SURSE CARE AU DECLARAT CĂ GEORGINA ESTE DEJA ÎN CĂUTAREA UNEI ROCHII DE MIREASĂ.



Cristiano Ronaldo și Georgina Rodriguez au fost văzuți purtând verighete în timpul unei cine romantice la Zela, în Londra, Georgina postând o fotografie pe Instagram în care se poate observa foarte clar inelul cu diamant, alături de o geantă Prada și un cocktail. Ziarul portughez Correio da Manhã a anunțat veștile citând o sursă apropiată celor doi, spunând: „Cristiano deja a cerut-o pe Georgina în căsătorie. Nunta va avea loc, dar foarte puține persoane cunosc detalii. Tot ceea ce se știe în acest moment este că Georgina deja a probat câteva rochii de mireasă”.

Zvonurile conform cărora Cristiano Ronaldo și Georgina Rodriguez s-ar căsători au pornit încă din luna iunie a acestui an, la meciul dintre Portugalia și Maroc, din cadrul FIFA World Cup Rusia. Într-una din pauzele meciului, Georgina Rodriguez a fost surprinsă în timp ce îi arăta prietenei sale inelul cu diamant de pe mână. Mai mult decât atât, cele două au împărțit o veste cu adevărat uimitoare, având în vedere expresia de pe fața prietenei sale.

Cristiano a cunoscut-o pe Georgina într-un magazin Gucci din Madrid, unde aceasta lucra. Georgina Rodriguez și starul echipei de fotbal Real Madrid sunt într-o relație de la sfârșitul anului 2016 și au împreună o fiică, pe nume Alana Martina. Georgina este prima iubită care îi oferă starului un copil. Fotbalistul mai are trei copii, un băiat (Cristiano Jr.) și o pereche de gemeni (Eva și Mateo), toți fiind aduși pe lume de mame surrogat.

LIBERTATEA cuvântului

Sef 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
CRACIUN

Contul de decontări

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

COFONDATOR AL ZIARULUI -
COLECTIVUL REDACȚIEI

Свідоцтво № ЧЦ 498-178 ПР від 16.07.2014

COLEGIUL DE REDACȚIE

Valeria ȘTEFUREAC:
secretar responsabil de redacție
Tatiana CARLAȘCIUC: redactor literar
Dumitru VERBIȚCHI
Vasile CARLAȘCIUC
Sergiu BARBUȚA

Design și adaptare computerizată
Natalia TCACIUC, Andrei BRUDĂC

Віддруковано у ГПП 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
referire la săptămânalul
„Libertatea Cuvântului”.

Ціна договірна

tir. total: 5600