

LIBERTATEA

CUVÂNTULUI

Circumscripția
electorală

nr. 203



Mihai GROSU
Familie unită
Țară unită!

► pag. 8



CURS VALUTAR MEDIU LA ZIUA DE 17 IULIE 2019

1 RON – 6 GRN. 20 COP.

1 USD – 26 GRN. 18 COP.

1 EUR – 29 GRN. 37 COP.

1 RUB – 0 GRN. 42 COP.

1 MDL – 1 GRN. 48 COP.

Amânarea aplicării pedepselor! Noi privilegii pentru proprietarii de „eurorable”

Președintele Ucrainei, Volodymyr Zelenskyi, a propus Radei Supreme să adopte un proiect de lege care ar amâna amenziile pentru proprietarii de mașini cu numere de înmatriculare străine. Acest lucru a fost anunțat la un briefing de către vicepreședintele Administrației Prezidențiale, Ruslan Riaboșapka. „Din păcate, în țara noastră nu toată lumea își poate permite un autoturism nou. În acest sens, Președintele a făcut apel la Parlament să examineze un proiect de lege care propune amânarea pentru încă 90 de zile a impunerii sancțiunilor pentru proprietarii de mașini străine, care nu au reușit să legalizeze la timp autovehiculele”, a explicat oficialul. Riaboșapka a adăugat că în următoarele 90 de zile va fi propus un nou mecanism pentru soluționarea acestei chestiuni. „Potrivit informațiilor colegilor de la Ministerul Infrastructurii și de Interne, în Ucraina sunt înregistrate între 600 – 800 mii de autoturisme străine nevămuite. Este o chestiune dureroasă, astfel că Președintele a decis să se adreseze către Parlament în vederea adoptării acestei legi”, a rezumat R. Riaboșapka.

Reamintim că legea privind vămuirea mașinilor cu numere străine de înmatriculare urma să intre în vigoare la 24 mai a.c. Ulterior a fost amânată pentru 22 august. Potrivit legii, pentru depășirea perioadei de ședere în țară șoferii riscă amenzi drastice sau confiscarea autovehiculului. Valoarea amenzilor depinde de durata întârzierii șederii și variază de la 8,5 mii la 170 mii de grivne.

De menționat că domnul Mihai Grosu, candidat în deputați pentru Rada Supremă (Circumscripția electorală nr. 203), a declarat la o întâlnire cu jurnaliștii că Legea despre înmatricularea mașinilor cu numere străine trebuie reexaminată. „În calitate de parlamentar voi aborda chestiunea privind reducerea substanțială a taxelor percepute la vămuirea mașinilor cu numere de înmatriculare străine. Legalizarea mașinilor Clasa A nu trebuie să depășească 1000-1500 euro, iar pentru cele mai vechi – 300 euro. În aceste condiții, veniturile în Bugetul de stat vor crește, deoarece autoturismele vor deveni accesibile pentru toți cetățenii”, a menționat Mihai Grosu.



Alegeri în siguranță! Salvatorii, la datorie

Duminică, 21 iulie, cetățenii sunt așteptați în secțiile de votare, pentru a alege parlamentarii care să-i reprezinte în următorii cinci ani. Pentru ca scrutinul să se desfășoare în condiții de siguranță, angajații Direcției Situații de Urgență au derulat mai multe acțiuni preventive care să contribuie la consolidarea climatului de siguranță a cetățenilor, respectiv buna organizare și desfășurare a alegerilor. Au fost controlate dacă corespund normelor antiincendiar secțiile de votare din regiune. De asemenea, a fost făcut instructaj cu președinții și membrii comisiilor electorale pentru a le arăta modalitățile practice de reacționare în cazuri extreme. O atenție deosebită a fost acordată părții practice, pe parcursul căreia salvatorii au demonstrat participanților la procesul electoral cum să utilizeze mijloacele de combatere a incendiilor la secția de votare și menținerea în stare de funcționare a instalațiilor și sistemelor de apărare împotriva incendiilor. De asemenea, s-a discutat despre amplasarea cabinelor de vot fără diminuarea căilor de acces sau a circulațiilor interioare din clădirile în care se organizează procesul electoral.

Să prevenim incendiile în timpul secerișului

Cu scopul asigurării securității și prevenirii incendiilor pe lanurile cerealiere, inspectorii de la Secția orășenească a Direcției Serviciului de Stat pentru Situații de Urgență al Ucrainei în regiunea Cernăuți au desfășurat o muncă de informare în rândurile agricultorilor.

În data de 12 iulie ei s-au deplasat pe lanurile Stațiunii Bucovinene de Cercetări



Agricole. Acolo era în toi recoltarea orzului și salvatorii s-au convins că mecanizatorii respectă regulile de securitate antiincendiu. Tehnica de recoltare era echipată cu mijloace de stingere a flăcărilor. Inspectorii le-au

amintit mecanizatorilor în ce condiții tehnica poate ieși în câmp, unde ea poate fi alimentată și reparată pentru a evita izbucnirea incendiului.

Mecanizatorilor li s-a înmănat material

ilustrativ cu tematica prevenirii incendiilor în timpul secerișului.

Direcția Situații de Urgență Cernăuți

Frați români, nu vă lăsați!

La „Libertatea Cuvântului” vă abonați!

Continuă abonarea pentru a doua jumătate a anului 2019



Joi 18 iulie	Vineri 19 iulie	Sâmbătă 20 iulie	Duminică 21 iulie	Luni 22 iulie	Marți 23 iulie	Miercuri 24 iulie
Mih. Maks. +13°+23°	Mih. Maks. +16°+25°	Mih. Maks. +16°+26°	Mih. Maks. +17°+28°	Mih. Maks. +19°+28°	Mih. Maks. +19°+25°	Mih. Maks. +18°+25°

130 mii de polițiști vor asigura ordinea publică la alegerile parlamentare de duminică

Ministerul de Interne din Ucraina va mobilita 130 mii de polițiști în ziua alegerilor parlamentare anticipate din 21 iulie. De la 15 iulie, polițiștii au început pregătirile pentru scrutinul parlamentar și au trecut la un regim special de asigurare a ordinii publice. Oamenii legii sunt instruiți privind procesul electoral. Se știe că aproximativ 47 mii de reprezentanți ai organelor de drept vor asigura ordinea nemijlocit la secțiile de votare, iar alți 10 mii de polițiști vor patrula în orașele și satele din toată țara. O parte din polițiști vor asigura paza reprezentanților delegațiilor străine, care au sosit în Ucraina în calitate de observatori. Polițiștii vor fi prezenți la datorie din momentul primirii buletinelor de vot și până la închiderea secțiilor, numărarea voturilor și transmiterea buletinelor organelor abilitate. De asemenea, a fost stabilit și un efectiv de rezervă, care va fi în permanență pregătit pentru a acționa în situații de urgență. Situația va fi monitorizată în permanență pentru a nu admite încălcări.



În Ucraina a intrat în vigoare legea pentru folosirea obligatorie a limbii ucrainene



Legea cu privire la asigurarea funcționării limbii ucrainene ca limbă de stat a intrat în vigoare marți în Ucraina, documentul prevăzând utilizarea obligatorie a limbii ucrainene în toate domeniile de activitate. Legea prevede că fiecare cetățean al Ucrainei este obligat să vorbească limba de stat ca limbă a țării a cărei cetățenie o deține. Astfel, legea stabilește că limba oficială în Ucraina este limba ucraineană și ea este obligatorie pentru toate instituțiile de stat, în toate sferile de activitate pe întreg teritoriul țării. Ea îi obligă pe oficiali și funcționarii publici să vorbească limba de stat și să o aplice în exercitarea atribuțiilor oficiale. Limba de stat este obligatorie în domeniul educației, a relațiilor de muncă, în sfera medicală și a prestărilor de servicii, precum și în publicitate. Site-urile și ziarele trebuie să aibă și o versiune în limba ucraineană sau cel puțin 50% din conținut să fie în limba ucraineană. Producătorii și distribuitorii

de film și TV vor trebui să se asigure că 90% din conținutul lor video este în limba ucraineană. De asemenea, editurile vor trebui să aibă cel puțin 50% din conținut în limba națională. Pentru utilizatorii de computere, software-ul trebuie să aibă o interfață în ucraineană, deși legea permite folosirea în acest caz a limbii engleze sau a oricăreia din limbile oficiale ale Uniunii Europene. Această lege nu se aplică în sfera de comunicare privată și în cadrul ceremoniilor religioase. Pentru încălcarea legii se introduce pedeapsa administrativă, iar „pentru denigrarea ei publică și nerespectarea limbii de stat” – răspunderea penală. Documentul a fost adoptat încă pe timpul fostului Președinte Petro Poroshenko și presupune că limba ucraineană este unica limbă de stat valabilă pe tot teritoriul țării și a intrat în vigoare după două luni de la publicarea în ziarul Holos Ukrainy. Înainte de alegeri, Volodymyr Zelenskyi a promis că va revizui această lege pentru a respecta Constituția.

Ursula von der Leyen a fost aleasă președinte al Comisiei Europene



Ursula von der Leyen a primit votul favorabil al Parlamentului European pentru numirea în funcția de președinte al Comisiei Europene. Ursula von der Leyen, propusă pentru postul de președinte al Comisiei Europene de către Consiliul European, a primit

383 de voturi favorabile, 327 de voturi împotriva, iar 23 de eurodeputați s-au abținut de la vot, a anunțat Parlamentul European. „Mă simt foarte onorată, sunt copleșită, vă mulțumesc pentru încrederea pe care mi-ați acordat-o”, a declarat Ursula von der Leyen. „Încrederea pe care mi-ați acordat-o este încrederea pe care o acordați Europei. (...) Pentru mine, este o responsabilitate mare, iar munca începe acum. Mesajul este că vom colabora cu toții în mod constructiv, deoarece efortul este pentru o Europă unită și puternică”, a precizat Ursula von der Leyen.

ONU: Riscul de foamete este în continuă creștere la nivel mondial

Organizația pentru Alimentație și Agricultură a Națiunilor Unite (FAO) a anunțat că peste 821 de milioane de persoane au fost afectate de foamete, insecuritate alimentară și malnutriție în 2018, acesta fiind al treilea an consecutiv de creștere a riscului de foamete, potrivit France 24. Raportul FAO, intitulat „Starea securității alimentare și a nutriției la nivel mondial” a fost produs în colaborare cu alte agenții ale Națiunilor Unite, printre care și Organizația Mondială a Sănătății (OMS). După decenii de scădere, riscul de foamete a început să crească în 2015, iar una dintre țintele Organizației Națiunilor Unite este ca acesta să scadă până în 2030. Însă, potri-

vit raportului, eliminarea foametei la nivel mondial rămâne „o provocare imensă”. Malnutriția rămâne foarte răspândită în Africa, unde aproximativ 20% din populație este afectată, dar și în Asia, unde 12% din populație suferă din cauza acestui fenomen. În America Latină și în Caraibe, 7% dintre cetățeni sunt afectați de malnutriție. FAO a anunțat că eforturile actuale pentru eliminarea acestui fenomen nu sunt suficiente. În același timp, raportul notează că obezitatea este și ea în creștere în toate regiunile lumii, cei mai afectați fiind copiii de vârstă școlară și adulții. Aproximativ 149 de milioane de copii suferă de malnutriție la nivel mondial.



Mihai GROSU: „Într-o țară atât de bogată ca Ucraina poporul nu trebuie să trăiască-n sărăcie”

Nivelul scăzut de viață este un obstacol foarte serios în calea dezvoltării societății și a omenirii, în genere. Dacă de la tribuna ONU această problemă este abordată la modul cel mai hotărât, cu atât mai mult ea trebuie să fie un imperativ în parlamentul celei mai sărace țări din Europa – Ucraina.

Candidatul în deputați ai poporului în Circumscripția electorală nr. 203, Mihai Grosu, își vede misiunea anume în depășirea sărăciei, iar mandatul de

parlamentar îi va oferi șansa să contribuie concret la realizarea scopului trasat. Or, întru depășirea sărăciei trebuie să lucreze legile țării. Cu cât mai eficiente vor fi aceste acte legislative, cu atât mai eficientă va fi lupta împotriva sărăciei.

– Mă consider om deja realizat: sunt proprietarul unei întreprinderi avicole prospere, echipată cu utilaj performant, adus din Europa. De cinci ani întrețin cel mai tirajat ziar românesc din Ucraina – „Liber-

tatea Cuvântului”. Tind să fiu parlamentar nu pentru a mă îmbogăți, ci pentru a face ca cetățenii de rând să ducă un trai îndestulat, afirmă domnul Mihai Grosu la întâlnirile sale cu alegătorii.

El este de părerea că politicienii trebuie să aibă remușcări de conștiință că au dus și țin poporul în sărăcie. De aceea, în noua Radă Supremă urmează să fie alese persoane noi, capabile să schimbe situația radical.

La Molodia se mai vorbește românește

În ultimele zile, domnul Mihai Grosu a avut întâlniri în mai multe localități din raioanele Noua Suliță, Herța, Hliboca și Storoni, care fac parte din Circumscripția electorală nr. 203, unde a fost înregistrat candidat în deputați ai poporului.

O bună parte dintre persoanele prezente la aceste întâlniri sunt pensionari, lucrători sociali, intelectuali de la sate cu salarii foarte modeste. La întrebarea lor: „Cum să trăim cu asemenea venituri?”, candidatul în deputați le răspunde sincer:

– Nu întâmplător declar că pensia minimă poate fi de 8.000 grivne, iar un salariu normal – de 20.000 grivne. În Ucraina există asemenea posibilități. Și tarifele pot fi reduse, fiindcă sunt prea exagerate. Sunt umblat prin lume și cunosc nivelul de viață al oamenilor din diferite țări. Din cele văzute mi-am făcut concluzia că, pentru ca țara să aibă un buget al prosperității, principalele ei bogății trebuie să fie în proprietatea statului. Este vorba de zăcăminte: gaze, cărbune și petrol, de alte resurse energetice. Atunci și încasările în buget vor fi mai mari, și tarifele la agenții energetici vor fi mai mici, care, în cele din urmă, înseamnă ridicarea bunăstării poporului. Toate acestea nu se întâmplă de la sine. Se cer legi corespunzătoare, care într-un fel sau altul să oprească și să facă imposibil procesul de sărăcire a poporului. Deoarece mi-am înaintat singur candidatura și nu din partea unui anumit partid, dacă voi nimeri în parlament, mă voi alătura numai la acele formațiuni politice, care, într-adevăr, urmăresc scopul îmbunătățirii vieții cetățenilor. Printre acestea poate fi partidul lui Volodymyr Zelenski.

Întâlnirea cu alegătorii din Molodia a



avut loc în fața Casei de cultură. Au manifestat interes față de candidatul în deputați Mihai Grosu și tineri, și oameni mai în vârstă. Este îmbucurător faptul că o bună parte dintre cei prezenți s-au adresat oaspetelui în limba română, accentuând că nu-și uită originile și că sunt predispuși la o convorbire sinceră.

– Uitați-vă la mâinile mele, și-a gestulat adresarea un sătean. Sunt mâini ale unui om truditor: îmi câștig existența prin muncă fizică grea. Împreună cu alți săteni

săpăm fântâni. Muncim cinstit și lăsăm în urma noastră ceva folositor pentru oameni. Așa ar trebui să procedeze și deputații: sunt aleși de popor, deci, poporului trebuie să servească.

– Mulți dintre acei care se visează în sala de ședințe a Radei Supreme nu au fost nici măcar deputați în consilii locale, a accentuat domnul Mihai Grosu. Am fost mai întâi deputat în Consiliul Raional Șevcenko, apoi două legislaturi la rând – deputat în Consiliul Orășenesc Cernăuți. Între alegăto-

rii mei au fost românii din suburbia Roșă. Oamenii mă stimează după faptele bune pe care le-am săvârșit pe când dețineam mandatul încrederii, și chiar nefiind deputat. Chiar și acum mi se adresează locuitori de la Roșă, cerându-mi ajutorul. Nu le refuz și mulți se miră că nu mai sunt deputat. Simt că sunt în stare să fac față mandatului de deputat al poporului și de aceea m-am încadrat în această competiție electorală.

Locuitorii Molodiei s-au plâns de starea drumurilor, de salariile și pensiile mici, de infrastructura socială slab dezvoltată.

– Nu avem în sat nici farmacie, s-a destăinuit candidatul în deputați un pensionar. Ca să-mi cumpăr medicamente, trebuie să plec la Cernăuți.

– Cele mai bune „medicamente pentru tratarea” sferei sociale, mai ales a celei din localitățile rurale, sunt investițiile, consideră candidatul în deputați, Mihai Grosu.

Iar problemele ce țin direct de medicină au fost abordate la întâlnirile domnului Mihai Grosu cu lucrătorii medicali de la Spitalele din Hliboca și Herța, de la Ambulatoriul din Toporivka, raionul Noua Suliță.

– M-a mirat faptul că în ambulatoriile din localitățile sătești lipsește un utilaj atât de necesar cum este cardiograful, a constatat cu regret candidatul în deputați. Atunci despre ce fel de reforme în medicină putem vorbi?

Pensiile sunt aceleași – și într-o localitate prosperă, și într-un sat mic de la periferie

Satul Mahala este una dintre cele mai mari localități din raionul Noua Suliță: până nu demult aici se afla Consiliul sătesc a patru sate – Mahala, Buda, Ostrița și Prut, iar acum – centru administrativ al Comunității Teritorial Unite Mahala-Ridkivți.

Fostă moșie voievodală, localitatea Mahala este situată în apropiere nemijlocită de orașul Cernăuți și de drumul de însemnătate internațională. Aceasta a și condiționat dezvoltarea satului. Pe o parte din terenurile arabile de la marginea autostrăzii au fost construite un șirag de benzinării, alte obiective comerciale, care aduc în bugetul local venituri ponderabile, exprimate cu șapte-opt cifre. Astfel, Comunitatea Teritorială Unită este interesată în continuarea reformei administrative și în perfecționarea

autoadministrării locale. Iar problemele sociale sunt asemănătoare peste tot. Mărimea pensiei și subvențiilor sociale este cam aceeași și într-o localitate prosperă, și într-un sat mai înțeles de drumurile centrale. Iată de ce la întâlnirea cu candidatul în deputați, Mihai Grosu, au venit persoane care se confruntă cu neechitatea socială.

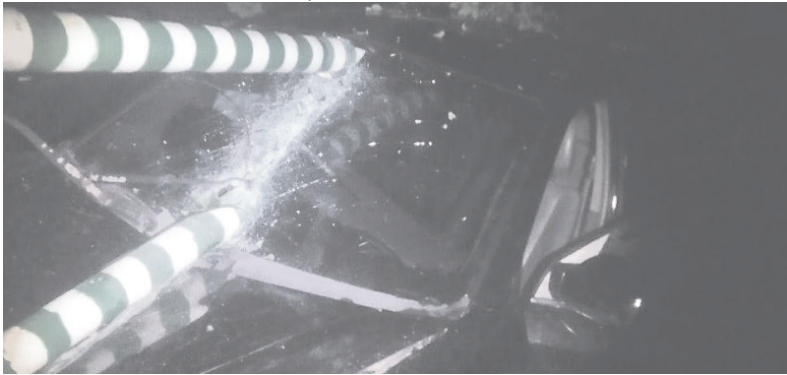
– Sătenii noștri, la prima vedere, par a fi pasivi în viața politică, dar când îi apasă o problemă, neapărat caută o susținere, un sfat, un ajutor, observă o tânără.

Candidatul în deputați, Mihai Grosu, adept al continuării procesului de decentralizare, de aplicare a proiectelor investiționale în localitățile sătești, s-a referit mai mult la plățile sociale, mai ales la pensiile pentru invaliditate și a explicat mecanismul majorării lor.



Accident mortal: un tânăr a decedat după ce s-a tamponat cu mașina de o barieră

Tragica întâmplare s-a produs la Crasna, raionul Storojineț. Polițiștii, sosiți la fața locului, au constatat că șoferul unui Hyundai cu numere de înmatriculare străine a pierdut controlul volanului, a ieșit pe contrasens și a admis ciocnirea cu o barieră din metal. Din cauza rănilor primite șoferul a decedat pe loc. Poliția a fixat o serie de expertize. Tânărul, care se afla la volan, avea doar 19 ani.



Fată bătută fără milă la Cernăuți



Poliția l-a dat în urmărire penală pe bărbatul, care a atacat-o și a bătut-o fără milă pe o trecătoare în vârstă de 24 de ani. Incidentul a avut loc pe timp de noapte pe strada Vorobchievici din centrul regional. Acesta are aproximativ 30 de ani, este nu prea înalt de statură și are părul de culoare închisă. Bătaia ar fi continuat poate, dacă la strigătele victimei nu ar fi alergat trecătorii neindiferenți. Aceștia au și eliberat-o pe fată din mâinile agresorului. Deocamdată oamenii legii încearcă să-l identifice și să-l rețină pe criminal. Nu este clar care au fost motivele unei asemenea comportări din partea bărbatului.

O nouă captură de contrabandă la frontieră



Patru tentative de transportare a țigărilor peste Frontiera de stat a Ucrainei au fost curmate pe parcursul săptămânii de către grănicerii Detașamentului Cernăuți în comun cu subunitățile speciale. În rezultatul operațiunilor desfășurate, au fost depistate 64 mii pachete de țigări de marca „Arble”, „Ashima” și „Jin Ling” pentru suma totală de peste 2,5 milioane grivne. Toată producția, pe care infractorii intenționau s-o transporte în România a fost descoperită în apropiere de Punctele serviciilor de grăniceri din Crasna, Mămăliga și Seliatin. Marfa a fost transmisă colaboratorilor Serviciului Fiscal de Stat.

A dispărea pentru 24 de ore: un nou joc periculos printre copii



Distracțiile periculoase în rândul minorilor continuă. A fost fixat un nou joc „A dispărea pentru 24 de ore”, care este orientat spre copii și este un analog al „Balenei albastre”. Esența acestei aventuri constă în aceea că odrasla trebuie să dispară pentru 24 de ore în așa fel încât nici părinții și nici prietenii să nu-i poată da de urme. Oamenii legii afirmă că au avut de-a face deja cu astfel de pseudo-dispariții. Poliția accentuează că părinții nu ar trebui să ascundă în nici un caz dispariția copilului, chiar dacă aceasta s-a întâmplat după o ceartă din familie sau din alte motive.

O șoferiță fără permis, în stare de ebrietate, a deschis focul

La Cernăuți poliția a depistat-o și a reținut-o pe o conducătoare auto, care se afla la volan în stare de ebrietate și, potrivit unui martor ocular, a tras câteva focuri în aer. Patrulele poliției au reușit să oprească mijlocul de transport. În timpul percheziției polițiștii au descoperit obiectul asemănător unui pistol. La locul cu pricina a fost chemat un grup operativ-de anchetă. În timpul discuției cu șoferița oamenii legii au constatat că aceasta se afla în stare de ebrietate. Femeia a recunoscut că a consumat alcool după ce a fost oprită de patrulele poliției. În timpul verificării actelor s-a constatat că femeia conducea mijlocul de transport fără permis.



O femeie și un copil au fost salvați de la incendiu

La momentul sosirii pompierilor, într-un bloc cu cinci etaje de pe Bulevardul Independenței din centrul regional, mai mulți locatari nu puteau să părăsească locuințele de sine stătător. Pompierii au început imediat evacuarea oamenilor. Dintr-un apartament de la etajul cinci au fost evacuați o femeie și un copil. Cauza prealabilă a incendiului ar putea fi încălcarea regulilor de exploatare a aragazului. Proprietarul unui apartament a pus apă la fiert pe aragaz și a lăsat-o fără supraveghere. Focul de la aragaz s-a extins asupra altor lucruri de uz casnic, ceea ce a cauzat un adevărat incendiu. Flăcările au mistuit mai multe lucruri și tehnică de uz casnic.



Cadou periculos. De mașina unui cernăuțean a fost legată o grenadă

Obiectul periculos a fost observat de locatarul unei case din centrul regional. Bărbatul a telefonat la poliție. La fața locului au sosit imediat colaboratorii serviciilor specializate. Obiectul suspect, asemănător unei grenade a fost sustras. Din vecinătate au fost evacuați toți locatarii. După examinarea minuțioasă a „cadoului” s-a constatat că el nu constituie vreun pericol, iar fapta autorului nu poate fi calificată altfel decât o glumă de prost gust.



Principii de nutriție ale japonezilor, unii dintre cei mai supli oameni din lume

Reguli din „Ghidul japonez de nutriție“

Întotdeauna femeile japoneze au fost admirate pentru modul în care știu să-și păstreze forma de invidiat a corpului. Puțini știu însă că populația japoneză urmează regulile de nutriție ale unui ghid special introdus de autorități. Poporul japonez deține un record absolut atunci când vine vorba de speranța de viață. În plus, doar 3% dintre locuitori suferă de obezitate.



Atenția lor specială pentru nutriție joacă un rol esențial în obținerea acestor rezultate. Există un sistem special de nutriție recomandat de guvern și utilizat în mod activ în Japonia. A fost dezvoltat în anul 2000 și este cunoscut sub numele de „Ghidul japonez de nutriție“.

lată principalele reguli de nutriție, conform acestui ghid.

- * Caracteristica principală este predominanța carbohidraților în deținutul grăsimilor. Se recomandă, de asemenea, reducerea cantității de sare, alimente procesate, dulciuri și băuturi care conțin mult zahăr.
- * Baza dietei sunt cerealele, care sunt urmate de legume, pește și carne. Fructele și produsele lactate sunt recomandate de două ori pe zi.
- * Nu numai că este important ceea ce mâncăm, ci și cum mâncăm. Este indicat să găsim un ritm optim pentru organism și să-i ascultăm necesitățile, încercând să luăm masa la aproximativ aceeași oră.
- * Dieta este concentrată pe produse locale și sezoniere, cum ar fi orezul sau peștele.



- * Fiecare masă trebuie să fie bine echilibrată și să conțină produse din mai multe grupe de alimente. De exemplu, un prânz tipic școlar în Japonia constă în orez, carne sau pește, supă, un pahar de lapte și un fruct.
- * Atitudinea conștientă față de nutriție este formată încă din școală. Prânzul nu este o pauză, ci o parte din educație. În

timpul prânzului, nimeni nu grăbește elevii și, după terminarea prânzului, copiii strâng singuri masa.

- * Este important ca mesele să fie moderate.
- * Gătirea alimentelor în avans nu este ceva considerat sănătos în Japonia. Accentul se pune întotdeauna pe produsele proaspete.

Legumele verii: dovlecelul

Când vine vorba de legume specifice verii, dovlecelul ocupă un loc de frunte. Pe lângă faptul că este foarte gustos, dovlecelul este bogat și în antioxidanți și este o bună sursă de magneziu, vitamina A și vitamina C.

Care e diferența dintre dovlecel și zucchini?

Nu, nu este nici o diferență. Ambele plante sunt doar varietăți diferite ale aceleiași specii, cucurbita pepo din familia cucurbitaceae. Dovlecelul poate avea culori diferite: galben, verde deschis, verde închis, verde închis spre negru și, de aseme-

nea, o varietate de forme. Zucchini se mai numește și dovlecelul verde. Denumirea sofisticată se datorează faptului că deși dovlecelul s-a răspândit din America în toată lumea, în Italia a fost intens cultivat anume dovlecelul verde și astfel anume acest tip de dovlecel, cu coaja verde închis și o formă prelungită cu diametru aproape egal pe



toată lungimea se numește de obicei zucchini. Mici diferențe desigur sunt. Zucchini conține mai puțină apă și se folosește mai

ușor în preparate culinare unde este nevoie să-l razi și să nu lase prea mult lichid. Gustul de asemenea este diferit, dovlecelul având un gust ceva mai pronunțat decât zucchini care e mai neutru. Încă o mică diferență constă în concentrația de pigmenți cu valoare antioxidantă în coajă în funcție de culoarea dovlecelului. Zucchini având o coajă de culoare verde închis are mai mult zeaxanthin decât dovlecelul (carotenoid cu o importanță deosebită pentru sănătatea ochilor).

În rest au exact aceleași beneficii și proprietăți și se consumă la fel. Dovlecelul de orice tip este un aliment ușor, bogat în apă alcalinizantă cu electroliți, este neutru și deci potrivit pentru orice tip de dietă.

• **Gătiți gustos împreună cu noi!**

Budincă de dovlecei cu cașcaval și orez

Ingrediente: 2 dovlecei rași (300 g), 250 g orez fiert și răcit, 250 g cașcaval ras, 4 cepe verzi, 2 linguri rase de amidon, 3 ouă, 50 g spanac, sare, piper, nucșoară, 2 linguri cașcaval ras pentru topping.

Preparare. Radem dovleceii și se lasă 30 de minute într-o sită, apoi îi stoarcem puțin în mână. Se amestecă într-un vas dovleceii cu amidonul, orezul fiert, cașcavalul ras, ceapa verde tocată mărunt și 3 ouă bătute. Se azonează cu sare, piper și nucșoară, apoi se adaugă spanacul tocat mai mare și se amestecă. Se pune compoziția într-o tavă și se coace în cuptorul preîncălzit la 180°C până budinca devine fermă și nu mai are lichid (60-90 minute). Se scoate din cuptor și se presară puțin cașcaval ras.

Dovlecei cu roșii și mozzarella

Ingrediente: 1-2 dovlecei de mărime medie, 2 roșii, 250 g mozzarella, 2 ouă, 2 linguri smântână, sare, piper, frunze de busuioc.

Preparare. Se taie legumele și brânza felii rotunde de grosime identică. Se așează într-un vas termorezistent în straturi alternative. Se azonează cu sare și piper și coacem la 200°C timp de 20 minute. Se toarnă ouăle bătute cu smântână și se mai lasă până se rumenește.

Dovlecei pane

Ingrediente: 3 dovlecei medii, 2-3 linguri făină, 2 ouă, 4-5 căței de usturoi, 5 linguri smântână, sare, ulei pentru prăjit.

Preparare. Se curăță dovleceii de coajă, se taie rondele de cca 1 cm grosime. Nu-i sărăm pentru a nu se înmuia prea tare. Se dau apoi prin amestecul de făină, prin oul bătut cu puțină sare (ca la șnițele) și se prădesc în ulei încins. Se servesc imediat cu un sos din mușei de usturoi amestecat cu smântână. Simplu și gustos!!

Corăbioare de dovlecei umplute cu brânză

Ingrediente: 4 dovlecei potrivit de mari, 2 ouă, 300 g brânză de vaci puțin sărată, 100 g cașcaval, 1 lingură de griș, mărar, piper și sare, 1/2 linguriță de chimen.

Preparare. Se taie dovleceii în două pe lungime și la bază se taie o porțiune ca să se poată așeza fără să se răstoarne. Se scobesc apoi de miez și se trec prin apă cu sare clocotită. Cât se răcesc, se pregătește compoziția formată din brânza de vaci fărâmițată, ouăle bătute, griș, o parte din miezul dovlecelului tocat, piper, mărar și chimenul pisat puțin pentru a-i activa aromele. Cu compoziția obținută se umple corăbioarele și se așează într-o tavă tapetată cu hârtie de copt. Se dă tava la cuptor pentru 40-50 min. Când sunt aproape gata, se rade cașcavalul deasupra și se mai lasă la cuptor 2-3 minute. Se pot servi calde, dar sunt foarte gustoase și reci.

Poftă bună!

Rubrică susținută de Tatiana CARLAȘCIUC

Mihai GROSU: „Într-o țară a poporul nu trebuie să

Stimul pentru fermieri și tinerele familii

Actuala campanie electorală a coincis cu perioada secerișului. E o coincidență rar întâlnită, când puterea legislativă se înnoiește la mijloc de an, dar este un pas necesar pentru tânăra democrație din Ucraina, fără cu reputație de grâнар mondial.

Zilele acestea, când candidatul în deputați ai poporului în Circumscripția electorală nr. 203, Mihai Grosu, a vizitat localitatea Răchitna din raionul Noua Suliță, pe lanurile din preajma satului combinele treierau holda pârguită.

– Se vede că recolta din anul acesta este bună și aceasta trebuie să-i bucure pe fermieri. Ca întreprinzător în domeniul agricol cunosc foarte bine problemele acestora și sunt solidar cu acei, care consideră că principala bogăție a țării nu trebuie irosită. Este vorba de pământul arabil ce asigură bunăstarea întregului popor. Mă pronunț pentru moratoriul la vinderea terenurilor arabile și din practică știu că arenda este o metodă destul de eficientă, convenabilă pentru proprietarii cotelor de pământ și pentru fermierii-arendași care le lucrează, a declarat domnul Mihai Grosu în convorbirea cu mai mulți locuitori ai satului.

Cu câțiva ani în urmă una dintre cele mai acute probleme ale Răchitnei era starea deplorabilă a drumului ce leagă satul cu autostrada principală. În sfârșit el a fost reparat, dar urmează să fie rezolvate și alte probleme sociale de aici. O mamă tânără, cu un copil mic în brațe, a spus categoric că ea nu le crede candidaților în deputați: acum ei promit multe, căci au nevoie de voturile oamenilor, apoi uită de promisiunile date.

– Aveți tot dreptul să nu credeți, căci, într-adevăr, promisiuni se fac multe și neîntemeiate, i-a răspuns domnul Mihai Grosu. Sunt un om al faptelor concrete și promit numai ceea ce pot realiza. Până nu demult în Ucraina acționa o lege foarte bună care prevedea

ajutor financiar la nașterea copilului. Trebuie să se revină la ea – este misiunea tuturor celor care vor obține mandatul încrederii. Mi se pare că fiind reală acordarea a 50 mii grivne la nașterea primului copil, 100 mii grivne – la nașterea celui de-al doilea copil, 150 mii grivne

– la nașterea celui de-al treilea și a următorilor copii. Aceste sume pot fi revăzute, cu luarea în considerare a inflației. Mai mult decât atât, familiile tinere trebuie să se bucure de susținere financiară din partea statului, ca în țările Europei.



„Locașul de cultură, ca și cel de închinare, este reputația oricărei localități”

Faima satului Marșinți a fost răspândită în lumea întreagă și ea este legată de numele Sofiei Rotaru, deținătoare a trei titluri de artistă a poporului și a steluței de Erou al Ucrainei. În satul de baștină a celebrei cântărețe mai funcționează vechiul club, pe mica scenă

a căruia ea a debutat, iar grandiosul palat de cultură, proiectat încă pe timpurile colhozului local „milionar”, ne amintește de tristele șantiere de lungă durată.

În incinta vechiului Club de la Marșinți, cu pereții „ornamentați” de fisuri, se află una din secțiile de votare din sat.

Aici, la 21 iulie, marșințenii își vor da votul pentru candidații, care, în opiniile lor, merită să le reprezinte interesele în Rada Supremă.

– Locuitorii satului Marșinți, acești gospodari minunați, merită să fie stimați și prin faptul că țin foarte mult la cultura națională. Numai cât face Ansamblul folcloric „Țărăncuța”! – remarcă domnul Mihai Grosu, candidat în deputați în Circumscripția electorală nr. 203. Eu sunt un admirator și un susținător al culturii.

Domnul Mihai a demonstrat acest lucru în practică și nu întâmplător, în timpul întâlnirilor sale cu alegătorii, a atras atenția asupra stării deplorabile în care se află incintele instituțiilor de cultură din localitățile satești.

Pentru el a fost o surpriză nu numai starea Căminului cultural de la Marșinți, dar și cea a Casei de cultură din Dimca, raionul Hliboca, unde trebuie reparat de urgență acoperișul, a Casei de cultură din Rângaci, raionul Noua Suliță. Cu o problemă asemănătoare se confruntă și lucrătorii culturii din satul Costiceni, raionul Noua Suliță. În Casa de cultură, unde pe timpuri a activat legendarul Toader Captari, se face simțită umezeala pereților. Deci, e nevoie de reparații și, firește, de finanțe. În afară de aceasta, multe instituții de cultură, inclusiv cea din Costiceni, dispun de aparatură audio veche.

– Locașul de cultură, ca și cel de închinare, este reputația oricărei localități, consideră domnul Mihai Grosu. Pentru consolidarea bazei materiale a acestora trebuie folosite orice posibilități: alocările din buget, finanțele date în seama și cu răspundere personală a fiecărui deputat al poporului, precum și donațiile de binefacere.



atât de bogată ca Ucraina să trăiască-n sărăcie"

Vacanță fiscală pentru tinerii întreprinzători

Candidatul în deputați, Mihai Grosu, care, fiind întreprinzător, a creat circa o sută locuri de muncă, și-a planificat întâlniri și în colectivele unor întreprinderi din industria de prelucrare a producției agricole, situate pe teritoriul Circumscripției electorale nr. 203: Întreprinderea „Miaso Bukovyny” și „Kolos”.

– Dacă întreprinderea e prosperă, atunci și muncitorii ei primesc salarii decente, afirmă domnul Mihai Grosu. În discuțiile cu specialiștii și muncitorii de rând mi-am expus punctul de vedere referitor la asigurarea competitivității producției agricole, care, încetul cu încetul, pătrunde sigur pe piața mondială. Întreprinderile noastre, pe lângă utilaj și tehnologii performante, mai au nevoie și de muncitori calificați. Statul trebuie să întreprindă măsuri cardinale (și economice, și sociale) pentru a opri exodul brațelor de muncă din țară. Dacă în Ucraina vor exista condiții necesare pentru un mod normal de viață, cadrele calificate vor rămâne în țară și nu vor lua calea pribegiei. Din practica mea de om de afaceri știu cât de important este pentru un întreprinzător, aflat la început de cale, să dispună de o vacanță fiscală de cinci ani, așa cum se procedea în țările civilizate. Ai pus la cale o afacere și, după cinci ani, când dispui deja de o bază de producție bună, începi să plătești impozitele. Consider că viitorii parlamentari trebuie să asigure legislativ asemenea avantaje pentru întreprinzători.



Cu fapte bune, în fața alegătorilor



– Candidatul în deputați care pretinde la mandatul încrederii, trebuie să se prezinte în fața alegătorilor cu fapte bune, la fel cum vine credinciosul în fața altarului, este convins domnul Mihai Grosu.

Dumnealui a avut întâlniri și în locurile, unde omul caută să vină cu cele mai curate sentimente și cu gândul la Dumnezeu: la Biserica din Hrușăuți, raionul Hliboca, și la cea din Ropcea, raionul Storajineț.

– Credința adevărată îl poartă pe om pe căile Domnului, îl îndeamnă la fapte demne. Aceasta înseamnă iubire... Activitatea de mecenat pe care o desfășor, este dictată de această iubire. Am răspuns întotdeauna cu bunăvoință la adresările slujitorilor altarelor. Dacă mi se va acorda încrederea și voi fi ales în Parlament, voi lupta ca un adevărat creștin pentru pace în țară și bună înțelegere între popoare, i-a asigurat pe alegătorii săi, dl Mihai Grosu.

STIMAȚI ALEGĂTORI!

La 21 iulie vă veți prezenta la urne și îi veți vota pe cei mai destoinici, după părerea Dumneavoastră. Faceți o alegere înțeleaptă. În calitate de candidat în deputați m-am străduit să vă conving că în persoana mea veți avea un parlamentar demn, care vă va apăra interesele, va sluji societății, va contribui la prosperarea poporului, căci, într-adevăr, este o mare nedreptate când într-o țară atât de bogată cum este Ucraina, marea majoritate a cetățenilor trăiesc în sărăcie. Puterea legii trebuie să pună capăt acestei practici.

Am decis să-mi înaintez candidatură anume în Circumscripția electorală

nr. 203, unde etnicii români constituie o parte însemnată din numărul alegătorilor. Provin dintr-o familie de români și nu pot să-mi uit originile. De când am devenit om de afaceri, ajut și susțin financiar câteva școli românești, de cinci ani sunt șef-redactorul și patronul ziarului de expresie românească „Libertatea Cuvântului”, și în această activitate nu am folosit nici o grivnă din bugetul statului.

Sunt gata să apăr la nivel legislativ toate necesitățile spirituale ale comunității românești din Ucraina: învățământul în limba maternă, dezvoltarea culturii naționale.

Viitorul oricărui stat este tineretul. Sunt conștient de faptul că una din sarcinile primordiale ale noului Parlament este oprirea, prin acțiuni economice și sociale, a exodului brațelor de muncă tinere din țară. Dacă în satele noastre tineretul își va găsi rostul în viață, atunci multe din problemele enumerate mai sus vor putea fi mai ușor rezolvate, iar în frumoasele noastre localități vor domni pacea, buna înțelegere și prosperitatea.

Mihai GROSU

Pagină realizată de
Vasile CARLAȘCIUC

Un jubileu deosebit

Iată că a sosit încă o vară, cu ploi, cu soare, cu flori, cu vacanțe și cu noi speranțe... Acest mijloc al lunii lui Cuptor este unul cu totul deosebit pentru profesorul, doctorul docent în filologie, președintele Societății regionale „Golgota”, Cetățeanul de Onoare al satului Pătrăuții de Jos, domnul **Ilie POPESCU**.

La 15 iulie anul curent domnia sa și-a adăugat în buchetul vieții cel de-al 80-lea trandafir jubiliar.

A avut parte de multe greutăți și necazuri din fragedă copilărie, cunoscând amara deportărilor, a îndurat frig și foame, a răbdut multe și de toate. Nu i-a fost calea presărată cu flori nici pe întreg drumul vieții, dar a avut multă răbdare, curaj, dorință, îndrăzneală... A învățat carte, a dorit să studieze și a ajuns Doctor în științe, fiind primul cetățean al satului său de baștină Pătrăuții

zeci de apariții editoriale ale diferitor autori, are articole în multe publicații românești din Bucovina, dar și din România, Moldova și alte părți.

Este autorul primei monografii în limba română din Bucovina apărută în anul 2000 cu titlul „Pătrăuții pe Siret”. Este și unul dintre cei trei savanți români din Ținutul nostru care s-au învrednicit de a apărea în Enciclopedia celor mai renumiți savanți ai lumii.

O muncă colosală a depus pe tărâmul spi-



a participat la conferințe și simpozioane, a publicat multe articole și a scos de sub tipar câteva cărți pe această temă.

Este prezent la toate manifestările noastre culturale, literare, artistice, la întruniri, sedințe, prezentări de carte, întâlniri cu oameni deosebiți, evenimente diferite.

Întotdeauna este oaspete așteptat și dorit în satul său de baștină, Pătrăuții de Jos. Adeseori este oaspetele bibliotecii locale, a școlii din centrul satului, participă la hramul satului și la alte evenimente deosebite. Este primul dintre cei cinci cetățeni ai acestui sat care s-a învrednicit de titlul de „Cetățean de Onoare” al satului natal.

Deseori este invitat în școli, la biblioteci, cămine culturale din satele noastre, la întâlniri cu elevii, cu profesorii, cu oamenii de rând, cărora are întotdeauna ce le povestește și ce le prezenta.

Cu circa cinci ani în urmă, la frumosul său jubileu de 75 de ani am scos la Editura „Cuvântul” din Herța cartea „Ilie Popescu – omul, savantul, românul”, în care am inclus toate materialele, prezentările de carte, felicitările proprii ce le-am publicat pe parcursul vieții despre consăteanul meu.

Acum, la ceas jubiliar, noi, toți pătrăucenii, românii de pe Valea Siretului, dar și din întreaga Bucovină venim la poarta vieții domnului Ilie Popescu cu un noian de felicitări, urări de bine, sănătate și împliniri, urări de noi realizări, de noi speranțe, totul ce-și dorește în această viață trăită zbuciumat, dar cu demnitate și curaj.

Stimate domnule Ilie Popescu, mul-

tă-mulță sănătate, căci de ea aveți acum nevoie în primul rând, vise frumoase care să se împlinească, prieteni devotați, viață lungă, noi publicații și cărți, noi reușite și toate încununate de succese. La mulți ani și Doamne ajută!



Cu mult respect și stimă, semnează profesoara, vicepreședinta Societății regionale „Golgota”, Cetățeană de Onoare a satului Pătrăuții de Jos, Eleonora SCHIPOR



de Jos care a obținut acest titlu în perioada postbelică.

A muncit timp de peste 4 decenii la Catedra de filologie română și clasică (fosta catedră de limbă moldovenească de cândva) a Universității cernăuțene. Aici a instruit zeci de promoții de studenți care la rândul lor au devenit profesori școlari predând și ei elevilor limba maternă.

A scris și a publicat sute de lucrări științifice, a publicat zeci de cărți pe cele mai diferite teme, a redactat, a prefațat, a comentat

ritualității neamului, fiind printre primii care au stat la baza înființării societăților noastre românești, în primul rând al Societății pentru Cultură Românească „Mihai Eminescu”. În ultimul timp conduce cu multă dăruire de sine deja de mai mulți ani Societatea regională a românilor represați „Golgota”.

Cu sprijinul și înțelegerea unor oameni de bună credință a reușit să ridice cruci și monumente în memoria victimelor staliniste, a organizat mai multe conferințe, a pregătit referate și discursuri pe tema deportărilor,

Unire de inimi, blagoslovită de ceruri

Dumitru Găina din suburbia Horecea a Cernăuțiului de mic a fost captivat de cântările bisericesti și de sfânta liturghie. A început să cânte în corul bisericesc de la Biserica Înălțarea Domnului din localitate și la momentul potrivit a decis să devină slujitor al altarului. Are studii teologice fundamentale, a absolvit Academia Teologică pe meleaguri îndepărtate și a revenit în Horecea sa natală pentru a-și asuma misiunea de păstor duhovnicesc.

„Are o voce de înger”, spun despre el horecenii, accentuând și râvna tânărului față de credința cea adevărată.



Duminica trecută, tânărul **Dumitru Găina** și aleasa inimii, **Ioana Ciornei**, fiică de preot, au fost cununați în fața

altarului, avându-i ca nănași pe Nicolae și Diana Costăș, cuplu familial minunat, cu Dumnezeu în suflet și în fapte. Nu numai nuntașii, dar și întreaga suburbie și toți acei care îi cunosc pe tinerii însurăței le urează casă de piatră și să fie o familie trainică, blagoslovită de Dumnezeu.



Gura lumii n-o astupă nimeni

Între dragoste și ură este doar un singur pas, spune o vorbă din bătrâni. Multe perechi parcurg acest drum amar, dar puține au curajul și fericirea să revină la relațiile normale de altădată ca, după ce au trecut experiența amară a despărțirii, să nu-și mai amintească de acele momente până la apusul zilelor.

Ana s-a zbatut o bună bucată de timp ca peștele pe uscat în iureșul sentimentelor. Ba era gata să le lase pe toate baltă și să se ducă ca gândul la bărbatul pe care l-a avut alături până mai ieri, ba îl ura cu toată făptura. Și nu în zadar se spune că timpul este cel mai bun leac ce tratează răni și le pune la loc pe toate. Așa a fost și în cazul Anei. Tânăra femeie a avut nevoie de mai bine de un an pentru a înțelege că a greșit. Uneori i se părea că își iese din minți. Dacă nu ar fi fost cei doi îngerași cu care să-și mai alune amarul, s-ar fi prăpădit. Copiii au ajutat-o să se mențină la liman și să

Ana ca o fiară rănită și neputincioasă...

Ana și Sandu au reușit să treacă prin mai multe încercări în cei zece ani de căsnicie. După ce s-au căsătorit, au fost nevoiți să plece peste hotare. Plecarea lor a coincis cu sfârșitul anilor 90 ai secolului trecut când toți erau în căutarea altor posibilități pentru a supraviețui. Ana crescuse mai mult cu bunica. Rămase fără mamă de la vârsta de cinci anișori. Cea care i-a dat viață murise tragic într-un accident, iar tatăl său luă calea pribegiei și reveni acasă în ziua când fiică-sa a îmbrăcat rochia de mireasă. Sandu



nu se lase dusă în larg de valurile geloziei. În nopțile lungi, când ochii nu i se uscau din lacrimi, atât de mult își dorea să privească în ochii lui. Blestema acea zi când i-a făcut un scandal enorm soțului, iar acesta și-a strâns în grabă mai multe lucruri și a plecat. Cuvintele lui, care-i apăsau cugetul cu un greu nemaipomenit, sunau neconținut în urechile femeii:

— O să-ți pară rău, draga mea, pentru ceea ce faci și o să plătești foarte scump. Dumnezeu mi-e martor că nu am nici o vină în fața ta. Nu m-am așteptat nicicând că o să te iei după gura lumii.

Ana s-a luat cu adevărat după gura lumii. Și a plătit mult pentru fapta-i necugetată. Pe lângă acel sentiment plăcut — dorința de a privi în ochii omului drag, un alt sentiment neînțeleș îi pune stăpânire pe întreaga-i făptură și o măcina aidoma unor demoni din interior. Gelozia! Crăpa de ciudă când își amintea de cele auzite de la vecina de la scară că „Sandu al tău se iubește cu o colegă de serviciu”. Cât a încercat bărbatul să se justifice, toate argumentele i-au fost zadarnice.

— Du-te dracului, dacă ai avut curajul să-mi scuipi în suflet după cei zece ani pe care ți i-am dăruit! — țipa

provenea dintr-o familie cu mulți copii și nu prea avea ce aștepta ajutor de la părinți, care erau preocupati de grijile pentru frații și surorile lui mai mici. Așa s-au văzut cei doi nevoiți să abandoneze locurile de muncă pe care le aveau și să plece peste hotare. Salariul modest de asistență medicală al Anei și cel de șofer al lui Sandu, dar și apartamentul luat în chirie le arătau perspective nu chiar frumoase. În cei șapte ani de sedere în Italia cei doi au acumulat bani pentru un apartament cu trei camere, au adus pe lume doi copilași — un băiat și o fetiță, și-au cumpărat o mașină și alte lucruri necesare unei familii. Străină le era acea țară, dar nu aveau încotro. Și-au zis că după ce adună banii necesari se întorc acasă și nu mai stau acolo nici o zi în plus. Așa au și făcut. Au venit acasă, și-au cumpărat apartamentul și mașina, și-au aranjat copiii la grădiniță și s-au pus pe viețuit. Ana a revenit la vechiul loc de muncă, iar Sandu s-a angajat ca șofer pe ambulanță. Viața revenise, parcă, la albia-i firească. Dar, ți-ai găsit ca lumea să stea liniștită și să nu moară de invidie? Cum să le fie pe plac faptul că Sandu își ducea în fiecare dimineață odraslele la grădiniță, își conducea soția la serviciu (cu excep-

ția zilelor când singur era la schimb), iar în zilele de odihnă se refugiau fericiți la țară, când la bunica Anei, când la părinții soțului, de unde veneau cu „bateriile încărcate” cu energie pentru o săptămână întreagă...

Ana își amintea de toate acestea cu o nostalgie neînțeleasă. Acum își dădea seama că a greșit mult când i-a dat ascultare vecinei. Acea nu o mai vizitează, nu o mai întreabă nimic despre Sandu. Lasă doar privirile în jos când o întâlnește și îi aruncă un „salut” ca din gura altuia. Și iarăși gândurile o aruncă în altă extremitate.

Ajunsă în secția unde lucra, Ana a întâlnit iarăși privirile întrebătoare ale colegilor. Și ce le-ar trebui lor? — se întreba în gând femeia și se apuca de lucru. Aici se înșela. Privirile lor nu erau întrebătoare. Ana nu-și dădea seama că toți colegii, mai ales bărbatii, o admirau. Și nu numai din cauza exteriorului ei plăcut. Avea ea pe acel „vino-ncoace”, care influența asupra celor din jur. Mulți bărbați și-ar fi dorit-o alături pentru toată viața. Dar cum să legi capăt de vorbă cu o femeie, care se zbate în permanență între două extremități? Era Ana o fire deschisă și comunicabilă. Poate de aceea nu reușea de fiecare dată să-și ascundă emoțiile și colegii o vedeau ca în palmă. Peste câteva clipe cei din jur o puteau vedea abătută și îngândurată. Fie acasă, fie la serviciu, reproducea în memorie clipele frumoase trăite alături de Sandu, greutățile pe care le-au înfruntat împreună. Își amintea cum copil fiind își dorea cu tot dinadinsul să crească cât mai repede și să devină independentă. De multe ori căuta răspuns la întrebarea: de ce a procedat în felul acesta cu Sandu? I se părea că bărbatul o iubește cu adevărat, dar iată ea nu a putut să-i răspundă cu aceleași sentimente. S-a măritat după el nu din mare dragoste, ci mai mult din dorința de a schimba ceva în viață. În toți cei zece ani privea la viața de cuplu mai mult ca la o datorie femeiască. În această perioadă așa și nu a putut să găsească în inima sa sentimente de răspuns pentru omul din preajmă. Poate de aceea de la o vreme bărbatul a început să o îndesească cu păhărelul. Citise undeva Ana că în viața oricărui cuplu este câte o perioadă complicată. Dar nicidecum nu și-a închipuit că acești nori se pot abate și asupra familiei lor, pe care o considera deja bine pusă pe picioare. Trăiește și bucură-te de viață și de copiii, care, pe zi ce trecea, deveneau tot mai mari și mai frumoși. Și când Ana se întorcea de la serviciu, nu-l mai găsea acasă pe acel bărbat grijuliu de altă dată, care o întâmpina cu mâncare caldă și cu vorbe de duh. Era nevoită femeia să gătească singură, să pregătească copiii pentru grădiniță a doua zi și, pe lângă toate acestea, să clarifice relațiile cu un bărbat amețit de țările. Pe toate le putea înțelege și suporta. Știa că nu e treaba unui bărbat să spele și să calce hainele copiilor său să gătească masa. Știa mult prea bine că pe toate acestea trebuie să le facă femeia. Dar când își vedea de fiecare dată soțul aghesmuț, îi venea să-și ia lumea în cap și să se ducă unde o duc ochii. La început Ana credea că Sandu o face la serviciu cu colegii, dar când găsea sticle goale de la rachiu de fiecare dată când făcea ordine, înțelegea că a dat greș. S-a interesat și pe la serviciu despre comportarea lui Sandu, dar de la toți a auzit doar cuvinte frumoase la adresa lui. A încercat să-l dezbrace de acest obicei. Nu reușea nici cu bine, nici cu rău. Și așa, zi după zi, picătură cu picătură, cupa răbdării femeii părea să se umple. Se apropia și clipa cea de care regretă acum foarte mult. Din cauza gestului necugetat se trezește practic în fiecare dimineață cu perna udă de lacrimi.

Dumitru VERBIȚCHI
(Va urma)

HOROSCOP

22-28.07.2019



BERBECUL. Săptămâna debutează cu Luna în semnul nașterii tale, motiv pentru care s-ar putea să te bucuri de multă energie. Miercuri, Luna ajunge în casa banilor și a bunurilor, indiciu cum că te așteaptă venituri suplimentare. Se întrevade așadar o perioadă extrem de bună pe plan financiar, de care ar trebui să profiți din timp pentru a-ți spori câștigurile. În viața de cuplu, dacă tu și partenerul vă simțiți pregătiți să întemeiați o familie, acum ar fi momentul s-o faceți.



TAURUL. Intrarea Lunii în semnul nașterii tale face să ai mai multă încredere în tine și în ceea ce poți realiza, pe plan profesional. Dai dovadă de siguranță în colaborarea cu partenerii de afaceri. Poți face mari progrese, dacă te menții pe aceeași curbă ascendentă. Și familia este printre prioritățile tale de săptămâna aceasta. Vei avea parte de o atmosferă armonioasă acasă, în cadrul căreia puteți evolua frumos.



GEMENII. În jurul zilei de joi, se formează o conjuncție între Mercur și Venus în casa banilor și a bunurilor câștigate prin munca proprie, ceea ce indică faptul că te-ai putea întâlni cu șanse de câștig demne. Gândește-te bine în care dintre ele investești din timpul și energia ta. Săptămâna aceasta te vei apropia mai mult de cei dragi. Observi încă o dată ce influență mare au asupra ta și cât de mult te pot ajuta să-ți atingi adevăratul potențial.



RACUL. Se întrevade o perioadă extrem de bună în plan financiar. Ți-ai putea înmulți resursele sau reușești să adaugi sume importante la salariu din activități extraprofesionale. Poți reuși să strângi destul de mult săptămânile acestea dacă echilibrezi câștigurile cu cheltuielile. Vei cunoaște, de asemenea, persoane noi care îți împărtășesc viziunile și idealurile.



LEUL. La început de săptămână caută să te concentrezi mai mult pe carieră, întrucât s-ar putea să primești unele oportunități de afirmare la locul de muncă. Lași o impresie bună și formezi legături în domeniul tău de activitate. În familie, te bucuri de multă atenție. Prietenii îți oferă accesul de a intra în unele cercuri de persoane în care ți-ai dorit de mult să ajungi. Prin intermediul lor, se arată și unele oportunități.



FECIOARA. O perioadă în care atenția reprezintă un subiect spinos pentru tine. Trebuie să te gândești clar ce așteptări ai de la cei din jurul tău. Luni și marți ai posibilitatea de a lega unele relații valoroase pe plan profesional. Primele două zile ale săptămânii pot veni la pachet și cu experiențe intense alături de partener care vă leagă mai mult ca oricând.



BALANȚA. Se recomandă să vă concentrați pe aspectele financiare, mai ales dacă apar oportunități de investiție. În cursul sau jurul zilei de joi, te bucuri de apariția unor oportunități de afirmare pe plan profesional. Începând de săptămâna aceasta, prietenii vor juca un rol important în viața ta. Dacă ai nevoie de sfaturi privind familia, tot ei îți vor oferi sfaturi.



SCORPIONUL. Te bucuri de un început de săptămână destul de reușit în plan profesional. Este drept că te-ai putea întâlni cu unele provocări pe parcurs, dar încearcă să nu pierzi controlul. Rămâi stăpân pe propria persoană și nici o piedică nu va fi prea greu de depășit. De marți până vineri, Luna se mișcă prin casa cuplului, prilej numai bun să petreci timpul liber cu persoana iubită.



SĂGETĂTORUL. Cu toate că ar putea apărea unele probleme de sănătate, te bucuri însă de mult randament la serviciu. În plus ai parte și de o atmosferă de lucru liniștită. Ai grijă totuși să nu te extenuezi. Trebuie să iei o pauză din când în când. Nativii acestui semn care pleacă în vacanță se bucură de auspiciile bune ale astrelor. De aceea, și vacanța trebuie să fie împreună cu persoana iubită.



CAPRICORNUL. În această perioadă pot fi începute discuții despre aspectul financiar, întrucât marți intră Soarele în casa câștigurilor tale. Dacă vei ține cont de unele aspecte în relațiile cu șefii, vei ajunge departe. De miercuri până vineri, Luna se mută în sectorul iubirii, te bucuri de mai multă atenție din partea partenerului de viață.



VĂRSĂTORUL. Acum ți se oferă șansa să strălucești în raport cu cei cu care derulezi afaceri. Te remarci prin profesionalism și prin capacitatea de a aduna oameni care gândesc ca tine pentru a avea un business de succes. Ești pe val și trebuie să profiți de aceasta. Relația ta de cuplu poate înregistra progrese notabile în următoarea perioadă. Te înțelegi bine cu partenerul, aveți multe lucruri în comun. Sunteți pe calea cea bună și ți-ai găsit-o tot așa.



PEȘTII. Luni și marți, Luna se mișcă prin casa banilor și a bunurilor câștigate prin munca proprie, având oportunități de a-ți rotunji veniturile. Te bucuri, de asemenea, de un randament înalt, de care ar fi păcat să nu profiți săptămână aceasta. În relația de cuplu, ai acum prilejul să organizezi o activitate comună și să petreci mai mult timp cu persoana iubită.

Multă sănătate... de pe malul mării

Marea și reumatismul

Marea este atât de utilă în combaterea bolilor reumatice, încât multă lume se duce pe litoral special pentru a se trata împotriva lor. Așa-numita cură heliomarină îi ajută mai ales pe cei afectați de reumatism la nivelul articulațiilor mici ale mâinilor și picioarelor și al coloanei vertebrale. Durerile reumatice pot fi, de asemenea, alinate prin băi calde de nisip. Un alt ajutor de nădejde este dat de băile cu nămol, recomandate în artroze ale articulațiilor periferice și ale coloanei vertebrale, periartrite de umăr sau șold. Dacă nu vrem să ne cufundăm cu totul în



nămol, putem opta pentru împachetările calde, caz în care acoperim doar zona care ne creează probleme.

Marea și inima

Celor care suferă de probleme cardiace grave li se recomandă, în general, să evite litoralul. Totuși, există și situații în care suferinții de inimă - atâta vreme cât nu exagerează cu efortul și cu statul la soare - au de câștigat dacă merg la mare. Contactul cu apa de mare duce la normalizarea tensiunii arteriale, inducând o stare de bine, care facilitează un somn liniștit. Înotul are la rândul său darul de a întări inima (dar și de a preveni apariția unor afecțiuni cardiace). Soarele are darul de a diminua predispoziția la un atac cardiac și de a reduce, totodată, șansele apariției complicațiilor odată ce acesta s-a produs. În plus, contactul direct cu razele soarelui (cu măsură, desigur)

duce la scăderea tensiunii arteriale a celor care suferă de hipertensiune. Pe seama razelor de soare este pusă și capacitatea de a penetra țesutul cutanat și de a curăța sângele și vasele sanguine.



În ajutorul inimii pot veni și algele, întrucât fibrele alimentare pe care le conțin împiedică depunerea de grăsimi pe pereții vaselor sangvine și reduc astfel riscul de ateroscleroză și infarct miocardic.

Marea și circulația sanguină

Litoralul le face bine și celor care au probleme cu circulația sângelui. În primul rând, el oferă ocazia de a face mai multă mișcare ca de obicei, atât înotând în apa beneficătoare a mării, cât și plimbându-ne pe plajă. Mersul desculți pe nisip este aur curat pentru circulație, stimulând puternic toți centrii



care se găsesc în talpă. Cei curajoși pot de altfel să meargă și pe pietre, care stimu-



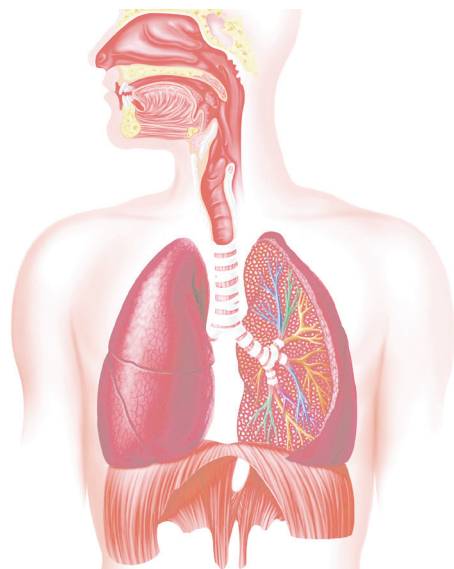
lează și mai mult circulația. O altă metodă binevenită, care are darul de a stimula nu doar circulația, ci și musculatura, este mersul prin mare, în locurile unde apa ajunge până la genunchi.

Circulația este stimulată și de razele ultraviolete, dar și de terapia cu nămol rece, care este de folos în special în caz de tulburări de circulație periferică. Valurile ne pot fi și ele de folos, prin masajul pe care-l efectuează asupra pielii. Acest masaj poate ajuta la drenajul edemelor, inclusiv al celor produse prin insuficiența circulației veno-limfatice de la nivelul picioarelor, și are totodată darul de a îndepărta lichidele în exces.

Marea și problemele respiratorii

Prețul aerului curat și bogat al mării se datorează în mare măsură brizei care-l împropătează în permanentă, dar și salinității ridicate. Aerul de la mare este atât de special, că până și doctorii sunt nevoiți să recunoască faptul că încă nu s-a inventat aparat capabil să producă aerosoli la fel de binefăcători. Ei se formează când valurile se sparg în larg sau se lovesc de țărm, și pot ameliora numeroase afecțiuni respiratorii, precum astmul, bronșita, faringita, laringita alergică, rinita sau rino-sinuzita, contribuie la sănătatea generală a plămânilor și grăbește vindecarea acestora.

Specialiștii spun că ideal este să mergem pe țărm încă din zorii zilei - adică pe la șase sau șapte dimineața, și să facem plimbări cât mai aproape de apă, cam până pe la ora nouă (după ce se încălzește mai tare,



calitatea aerosolilor nu se mai ridică la același nivel). Dacă, dintr-un motiv sau altul, nu avem posibilitatea să ne plimbăm ne putem mulțumi să stăm în imediata apropiere a apei, unde se află aerul cu cea mai mare concentrație în minerale. După amiază sau seara ne putem plimba din nou direct pe malul mării.

(Formula AS)

Leacuri de la cititori

Varza, medicament în orice anotimp

Varza rămâne un adevărat medicament, deoarece pot fi vindecate mai multe boli.



* **Pentru anghina pectorală cronică**, atunci când avem crize, se aplică pe piept frunze de varză. Ele decongestionază locul și restabilesc circulația, astfel că foarte curând se respiră mai ușor și durerea se calmează.

* **Pentru nevralgie dentară**. Se aplică pe obraz (pe locul cu durere) frunze de varză și deja după 3-4 ore durerea se calmează. Eficace însă este să se mențină compresa toată ziua sau noaptea.

* **Când ne doare capul**, se pun 1-2 straturi de frunze pe frunte și 3-4 frunze la ceafă, se leagă capul cu o broboadă și astfel dispare durerea.

* **Dacă ne înțepă o albină**, se scoate acul, se stoarce bine locul și se freacă cu o frunză de varză strivită, după care se aplică un pansament cu o altă frunză de varză.

* **Se folosesc frunzele de varză când avem dureri reumatice la genunchi**. Frunzele de varză se spală bine, după care se șterg, se înlătură nervura centra-



lă groasă și nervurile secundare. Se strivesc frunzele una câte una cu ajutorul unui făcăleț sau al unei sticle. Când la suprafața lor apare sucul, sunt numai bune de aplicat pe locul bolnav. Se folosesc 2-3 frunze, care se leagă cu un pansament.

Băutură magică pentru întărirea imunității

Pentru a menține sănătatea stabilă e nevoie de un aport de vitamine și minerale care pot fi luate, în această perioadă, din legume și fructe. Despre cele mai serioase afecțiuni, dintre care și cancerul, s-au făcut nenumărate studii, iar cel realizat de Institutul German al Cancerului, a ajuns la concluzia că, folosind doar 4 ingrediente, se poate prepara cel mai bun scut pentru a ne proteja de această problemă.

În anumite zone ale lumii precum în China, această băutură este consumată inclusiv pentru a preveni apariția și dezvoltarea bolilor cronice.

Iată cele patru ingrediente: **mere, sfeclă roșie, morcov și bineînțeles lămâie**. Aceste ingrediente mixate împreună ajută la întărirea imunității, protejând ficatul, rinichii, pancreasul

și sănătatea ochilor, a pielii tratând cu succes acneea și eventualele probleme ale colonului.

Cum se prepară. Se pun într-un blender 1 sfeclă roșie, 1 morcov, 1 măr, 1 pahar de apă și o lămâie. Se pot lăsa cu tot cu coajă, doar dacă în prealabil sunt spălate foarte bine și tăiate în bucăți cât mai mici pentru a putea

fi mixate corespunzător. Această băutură se consumă imediat. În cazul în care doriți să aibă un efect vizibil și asupra kilogramelor în plus, se poate adăuga și ghimbir ras.

Se recomandă ca, atât înainte cât și după consumul acestui suc, trebuie de băut o jumătate de pahar de apă la temperatura camerei.



Rubrică susținută de Valeria STEFUREAC

Să fie într-un ceas bun!



De ziua Sfinților Apostoli Petru și Pavel a avut loc primul hram al noii Biserici din satul Pătrăuții de Jos, Biserică ce poartă numele celor doi mari Apostoli ai creștinătății.

Câteva sute de creștini din satul de baștină, dar și oaspeți din satele învecinate s-au adunat în curtea noii Biserici. Un sobor de 12 preoți, după numărul celor 12 apostoli ce l-au urmat pe Hristos, au oficiat serviciul divin.

După săvârșirea slujbei de hram, toți creștinii au fost miruiți și stropiți cu agheasmă.

Cu emoții în glas, tânărul preot al acestei Biserici, Daniel Popescu, a mulțumit tuturor. Pentru sfinția sa este primul hram ca preot la noua Biserică. În fața celor prezenți a vorbit și primarul satului, domnul Gheorghe Fedorean, care le-a mulțumit tuturor preoților și enoriașilor pentru efortul depus, dar și gospodinelor care au pregătit bucate gustoase, cu care au fost serviți toți cei prezenți.

Îl felicităm pe tânărul și noul preot al Bisericii din Pătrăuții de Jos, Daniel Popescu, și-i dorim sănătate și binecuvântare cerească. În viitor îl așteaptă mult lucru. Cu efort, înțelegere, susținere și bineînțeles cu ajutorul Bunului Dumnezeu și al celor doi Apostoli Petru și Pavel, se va ridica bi-

serica mare, pentru care se adună mijloace financiare și materiale.

Să-i ajute Dumnezeu ca să ducă la bun sfârșit construcția celei de a doua biserici. O biserică este un lăcaș de cult ridicat de creștini, cu efortul și strădania preotului și cu binecuvântarea Bunului Dumnezeu. Fie ca această misiune importantă să fie dusă cu succes la final.

Eleonora SCHIPOR, profesoară

Satule – vatră frumoasă



Aceasta este denumirea Festivalului de la Stălinești, raionul Noua Suliță, ajuns la cea de a doua ediție. El s-a desfășurat duminică, 14 iulie, în incinta Casei de cultură de aici.

– Deoarece hramul Bisericii din Stălinești este prăznuit mai târziu, am decis ca în timpul verii să organizăm Ziua satului, sărbătoarea numind-o „Satule – vatră frumoasă”, remarcă domnul Serghei Bezpalko, directorul Casei de cultură din localitate. Este vorba de un festival de folclor, îndrăgit foarte mult de consăteni. Astfel, festivalul a devenit tradițional, cu participarea și a colectivelor artistice

amatoricești din alte localități ale raionului Noua Suliță, dar în primul rând din Comunitatea Teritorială Unită Mămăliga.

Era prevăzut ca marea sărbătoare de la Stălinești să aibă loc pe stadionul din sat, dar a intervenit ploaia caldă și benefică de iulie și sărbătoarea a „găzduit-o” Casa de cultură.

– Am venit la Stălinești direct de la Cernăuți, de la Festivalul „În grădina cu flori multe”, precizează doamna Sofia Roșca, conducătoarea artistică a Ansamblului „Țărăncuța” din Marșinți. Am venit să-i bucurăm și pe stălineșteni cu cântecul nostru.

O NOAPTE MAGICĂ ÎN BIBLIOTECĂ...

Biblioteca din Culiceni, raionul Herța, întotdeauna a demonstrat că este o instituție activă și creativă în toate sferile. De fiecare dată pentru cititorii noștri am avut ceva deosebit, adică activități care le aduceau cunoștințe noi, le ridicau buna dispoziție și dorința de a reveni din nou la bibliotecă. De data aceasta, pentru a distruge toate stereotipurile create despre biblioteci, am organizat cea mai neobișnuită și dorită de utilizatorii noștri acțiune, care deja a devenit o tradiție pentru noi în timpul verii – „Noaptea în bibliotecă”.



Această activitate este un eveniment pentru toți cei care doresc să-și petreacă timpul liber extrem de interesant, pentru cei care au dorit vreodată să stea cât mai mult la bibliotecă, să citească chiar și o noapte întreagă... pentru cei care sunt interesați de a descoperi atmosfera încă necunoscută a bibliotecii de noapte, să treacă printr-o căutare interesantă, discuții amuzante, să simtă lumea incredibilă a cărților... Deci, cu o deosebită plăcere vreau să povestesc cum, totuși, s-a petrecut la Biblioteca din Culiceni această „Noapte în bibliotecă”.

În primul rând a fost organizat un biblio-picnic, unde toți împreună, ca o familie, am pregătit cina, pe parcurs am discutat diferite lucruri interesante, de exemplu: câte vitamine și calorii conțin fructele și legumele care le consumăm, apoi am jucat niște jocuri distractive cu mingea, iar când afară s-a înserat am stat lângă foc, atmosfera a fost atât de veselă încât am organizat și o horă mare în jurul rugului... Apoi am trecut în bibliotecă, unde a urmat cea mai interesantă parte. Mai întâi am pregătit locurile pentru somn, apoi ne-am așezat într-un cerc, unde a urmat jocul „Vovkulaka”, la care participă eroii din povești. Atmosfera care ne înconjură a împrăștiat o magie deosebită a cărților. În continuare au urmat câteva jocuri de societate, diferite discuții și istorii amuzante, am cântat cele mai preferate cântece și am discutat despre cele mai interesante și îndrăgite cărți. A fost o seară de neuitat. Apoi după toate aceste acțiuni a răsunat un sincer „Noapte bună!”.

Dimineata în bibliotecă a fost nu mai puțin interesantă. Împreună am luat micul dejun, fiecare a povestit despre impresiile sale, apoi a urmat gimnastica, după care a luat sfârșit întâlnirea noastră.

Această noapte petrecută în bibliotecă a fost foarte interesantă. Doresc să le mulțumesc din suflet la toți cei care au participat la această activitate, îndeosebi părinților acestor copii, pentru că au avut încredere în mine și le-au permis copiilor să doarmă o noapte în bibliotecă.

Tatiana ANDRUS,
șefa Bibliotecii din Culiceni

La 16 iulie, doamna
Galina CONSTANTINOVICI (Negrea)

din Cernăuți și-a sărbătorit un onorabil jubileu – **70**
de ani.



Douăzeci de ani i-a învățat să citească și să scrie în
limba melodioasă a lui Balzac pe elevii Școlii medii de
elită din Mămăliga.
Iar următorii douăzeci de ani a fost alături de elevii

altei școli tot de elită – Școala medie nr. 10 din Cernă-
uți (Roșă), învățându-i deja în limba duioasă a doinelor,
a marelui povestitor Creangă și genialului Eminescu,
participând cu elevii la toate olimpiadele, concursurile,
festivalurile și manifestările din școală și din afara ei.

Când a început optimizarea școlilor (se
uneau clasele ș.a.), noi, absolvenții anului
2006, am devenit cea mai numeroasă clasă
din școală, iar în fața noastră stătea diriginta
– Galina Ivanovna. Distinsă cu toate diplo-
mele de onoare existente, eminent al învă-
țământului public din Ucraina, Dumneaei a
știut să ne implanteze cunoștințe trainice și
s-a străduit să devenim oameni adevărați.

Noi am obținut specialități, avem familii
unite și prietenoase, mulți dintre noi au câte
trei copii, și ne descurcăm cu dibăcie în viață
și toate acestea – datorită grijii părinților, a
școlii și a dirigintei, căreia îi dorim din suflet
multă sănătate, să iradieze mereu celor ce
o înconjoară căldura soarelui torid din toilul
verii.

**Cu dragoste și profundă recunoștință, D. Robu-
leț – din partea promoției anului 2006.**

**La mulți ani, scumpa noastră profesoară! Să Vă
știm așa mereu, tot bună și binevoitoare!**

Un eveniment însemnat a avut loc în viața bunului
gospodar și om stimat de toată lumea – domnul

**Valeriu
JURAT**

din satul Forosna, raionul Noua Suliță, care și-a sărbă-
torit zilele acestea jubileul de aur – 50 de ani.

Cu ocazia acestei sărbători deosebite în viața
domniei sale, cele mai sincere felicitări îi adresează
finii Alexandru și Mariana Rusnac, împreună cu fi-
ca Diana. Ei îi urează în primul rând sănătate, căci
anume ea, sănătatea, este cea mai scumpă avere,
o viață luminoasă și senină ca cerul azuriu al verii,
sub care se pârguiește holda, bunăstare, fericire,
noroc și spor în toate.

*În această zi frumoasă
Vă dorim să ne trăiți,
Să aveți mereu în casă
Toate cele ce doriți.*

*Viață lungă, fericită,
Și de Domnul ocrotită.*

La mulți ani și toți buni!



La împlinirea, în cea de-a 18-a
zi a lunii lui Cuptor, a miraculoa-
sei vârste a majoratului, scumpul
nostru fecioraș, frățior, nepoțel și
verișor

**Maxim
DAMASCHIN**

din satul Sinăuții de Jos, raionul
Hliboca, este felicitat cu căldură
de către părinții Ion și Livia, fratele
Eduard și cumnata Oxana, bunica
Maricica, de verișori și verișoare,
de unchi și mătuși, care vin să-i ureze tot binele de pe
acest pământ și să-i asigure de toată dragostea lor.

Dragul nostru!

În această zi deosebită de vară și în cele ce vor
urma îți dorim din inimă să te bucuri din plin de ceea ce
ți-a dat Dumnezeu, dar cu putere în suflet și în minte să
tinzi și să obții ceea ce la ce visezi.

*De ziua ta, copilul nostru drag,
Am vrea să-ți împlinim*

*Dorințe, gânduri puse-n prag
O viață cât trăim.*

*Să ai în viață numai cânt,
Iubire și candoare
Cu tot ce-i bun pe acest pământ
Și rugă păzitoare.*

*Noi te iubim mai mult ca ieri.
Mai mult ca altădată...*

*Și te rugăm să nu ai îndoieli,
Căci tu, ne ești viața toată!*

Îți mai dorim ca steaua ta ocrotitoare să lumineze
mereu asupra ta și a celor dragi sufletului tău. Dragos-
tea și grija ce o dăruiești în jurul tău să-ți fie răsplătită
din plin cu multă căldură și împlinire sufletească. Fie
ca soarele să-ți ofere căldură și lumină, ploaia curată
– liniște sufletească, zâmbetul oamenilor – încredere
în sine, zilele anului – prietenii. Visele de azi să devină
realitate, speranțele de mâine – împliniri, orice cădere
– un pas înainte, iar fericirea să te însoțească mereu.

La mulți ani, dragul nostru! Îți dorim o tinerețe fer-
mecătoare și numai oameni sinceri în drumul vieții tale.



La jubileul de aur al vieții

În ziua frumoasei sărbători a
verii – Sfinții Apostoli Petru și Pa-
vel, în viața doamnei

**Maria
LAZURCA,**

directoarea CIE Cupca, este o
sărbătoare deosebită – ziua de
naștere. Anul acesta doamna
profesoară și directoare a acestei
instituții de învățământ și-a adău-
gat la buchetul vieții un trandafir

deosebit – cel al jumătății de veac.

Cu prilejul jubileului de aur, doamna Maria este sin-
cer felicitată de întreaga ei familie: părinții Virginia și Ion,
soțul Ion, fiicele Diana și Adriana împreună cu soții și fiul
Grigoraș, surorile Nelea și Lilia împreună cu familiile lor.
La aceste sincere felicitări se alătură colectivul pedago-
gic al CIE Cupca, toți lucrătorii tehnici, elevii și părinții.
Foștii colegi de serviciu de la CIE Cupca nr.2, prietenii,
vecinii, rudele, sătenii, de asemenea, vin în aceste zile
frumoase de vară cu cele mai calde cuvinte de felicitare
pentru jubilara de aur.

Toți împreună îi doresc doamnei Maria Lazurca
sănătate deplină, succese în activitatea pedagogică,
răbdare, înțelegere,
tihnă sufletească,
dragoste de pro-
fesia aleasă, voie
bună, bucurii de pe
urma copiilor și ne-
poților, fericire, no-
roc, împliniri și un
sincer „**La mulți
ani!**”.



Tradiționalul nostru „La
mulți ani!” este adresat de
către toți cei dragi inimii dom-
nului

**Dumitru
AMARGHIOALE**

din Sinăuții de Jos, raionul
Hliboca, un bun gospodar și
om stimat de toți consătenii,
care în aceste minunate zile
ale lunii lui Cuptor și-a mai

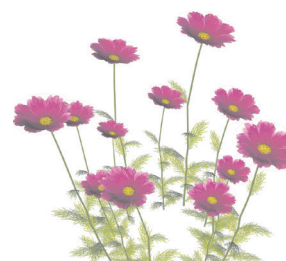
adăugat o floare în buchetul anilor.

Cu această ocazie, familia și prietenii îi doresc
multă sănătate, că-i mai bună decât toate, bucurii
și fericire, bunăstare și realizarea tuturor planurilor.

Scumpul nostru!

*Un veac întreg să ai parte
De belșug și sănătate,
Să îți fie viața plină
De har, tihnă și lumină.*

**La mulți ani
și toți fericiți!**



O frumoasă sărbătoare sosește duminică,
21 iulie, în viața doamnei

**Alexandra
CAPTARI**

din satul Costiceni, raionul
Noua Suliță, care își mar-
chează în această zi o în-
semnată aniversare.

Cu această ocazie, la
masa de sărbătoare se
vor aduna cele mai scum-
pe și apropiate persoane
– fiul Dorin, nora Diana,

nepoții Vlad și Ariana, rudele și prietenii,
care împreună cu cele mai frumoase flori ale
acestei minunate luni de vară, îi adresează
cel mai sincer mesaj de felicitare cu urări de
bine și multă sănătate.

Scumpa noastră!

Îți dorim să ai par-
te de multă fericire
și împliniri, bună-
stare și zile senine,
să te bucuri întot-
deauna de stima
și recunoștința cel-
or dragi.

**La mulți ani și
toți fericiți!**



**CONTINUĂ
ABONAREA**

FI PRIETENUL NOSTRU PE

Google



01886

www.lyberti.com

2

0

1

9

LIBERTATEA
CUVÂNTULUI

**liderul presei românești
din Ucraina**

**www.lyberti.com
lcuvantului@gmail.com
tel. 050 722 64 65**

5 luni – 66,35 grn.

le și cântece românești pentru Alina GROSU



Doamna Sofia Roșca din satul Marșinți, cea care a scos pe scenele din regiune, din România și Moldova Ansamblul folcloric „Țărăncuța”, este o admiratoare și o susținătoare devotată a tinerelor talente. Ca poetă, care scrie în stil popular, ea are poezii și cântece consacrate vestiților artiști profesioniști, consăteni ai săi, precum și interpreților îndrăgiți din arealul muzical românesc.

Zilele acestea, doamna Sofia Roșca a făcut cunoștință cu interpreta și actrița Alina Grosu, care, de asemenea, are origini românești. Pe tânăra Alina Grosu a impresionat-o profund atitudi-

nea grijulie a doamnei Sofia și a consătenelor sale din Ansamblul „Țărăncuța” față de tradiția și portul popular. Meșterii și autoarea de cântece a promis că va broda pentru Alina o ie românească

și va compune câteva cântece în limba română anume pentru ea. Propunerea generoasă a doamnei Sofia Roșca a fost primită cu plăcere de către Alina Grosu.

LIBERTATEA
cuvântului

**Șef redactor
Mihai GROSU**

Adresa redacției: or. Cernăuți
str. Mickiewicz, 5
tel. mobil: +380(50)722-64-65
lcuvantului@gmail.com

<http://www.liberti.com>

**Redactor
Romeo
CRĂCIUN**

Contul de decontări

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

COFONDATOR AL ZIARULUI -
COLECTIVUL REDACȚIEI

Свідоцтво № 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

Design și adaptare computerizată
Natalia RIZUN, 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: 6000