

SE DISTRIBUIE GRATUIT

INFO PUNKT

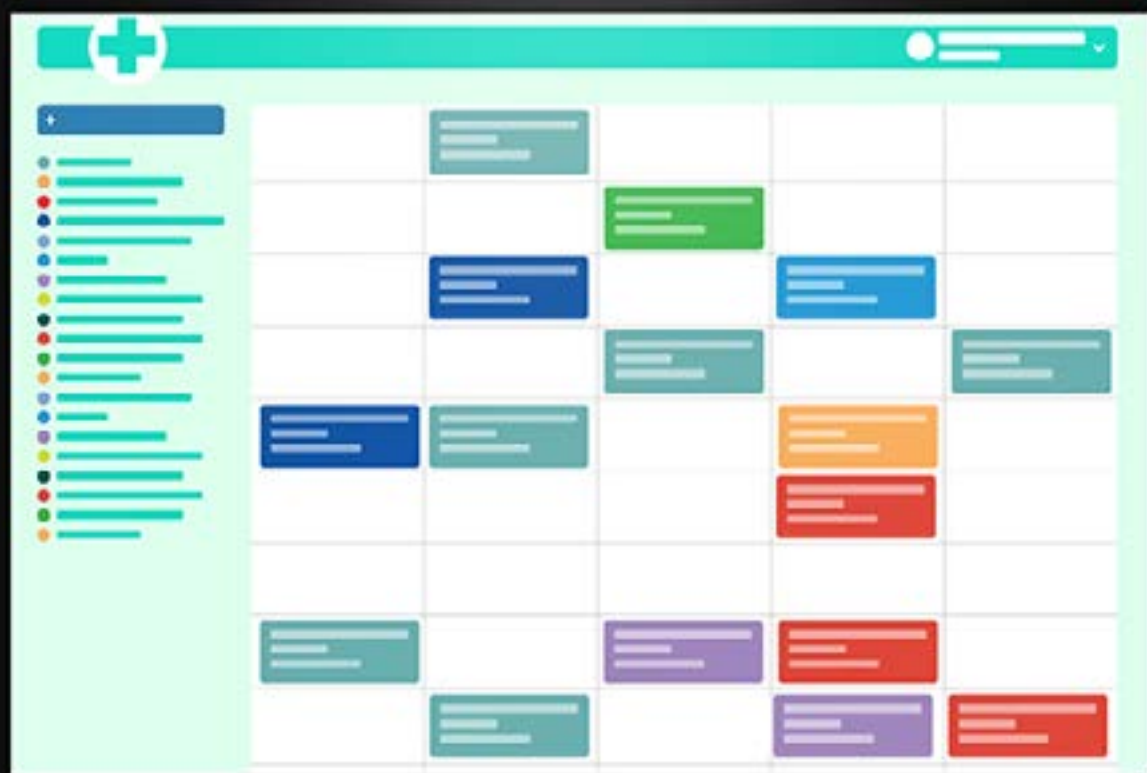


Since column

săptămânal interactiv de informații și divertisment ● 10 aprilie 2020 ● Nr. 8 ● Anul I

O COMPANIE DE SOFT OFERĂ ÎN MOD **GRATUIT** SOFTUL DE CONSULTAȚII ONLINE (INCLUSIV AUDIO-VIDEO) MEDICILOR CE OFERĂ LA RÂNDUL LOR CONSULTAȚII MEDICALE GRATUITE

Puteți solicita implementarea softului în regim de urgență completând formularul de pe această pagină: <https://webmagnat.ro/soft-management-medical>



10 APRILIE

ZIUA INTERNAȚIONALĂ A FRAȚILOR ȘI A SURORILOR

Pe 10 aprilie, în diferite țări ale lumii este marcată o sărbătoare de familie – Ziua fraților și a surorilor (Siblings Day).

În SUA această sărbătoare este numită Ziua națională a fraților și surorilor (National Siblings Day) și este menită să continue

tradiția de celebrare a legăturilor de familie și de rudenie și să consolideze relațiile dintre persoanele apropiate, așa cum sunt relațiile dintre frați și surori.

Trebuie să menționăm că tradiția de celebrare a legăturilor de sânge dintre frați și surori, a relațiilor apropiate dintre ei pe parcursul vieții, există la mai multe popoare.

De exemplu, în India, unde există o sărbătoare națională intitulată Raksha Bandhan, care se marchează în a doua jumătate verii și este însoțită de diverse ritualuri.

„Stai acasă!”. Acest îndemn universal, repetat la nesfârșit în ultimele săptămâni este, pentru moment, cel mai puternic instrument la îndemâna noastră, ca societate, în lupta împotriva noului coronavirus. Cercetătorii spun însă că însingurarea poate avea, la nivel cerebral, implicații la fel de profunde ca și înfometarea extremă. Cum am putea totuși să facem față acestei situații care, așa cum spun oamenii de știință, contribuie în mod esențial la aplatizarea curbei de contaminare? Există un grup de persoane care știe și chiar face acest lucru mai bine decât alții: adolescenții.

Faptul că această generație a crescut cu telefonie mobilă, rețelele de social-media și multitudinea de modalități de conectare virtuală, dar și afinitatea notorie pentru ecrane a adolescenților i-au determinat să dezvolte mecanisme de interacțiune socială de care acum, când suntem nevoiți să adoptăm măsurile de *distanțare socială*, avem cu toții nevoie.

Cu toate că percepția publică cu privire la aceste instrumente este negativă, cei mai mulți adolescenți vă vor spune că, de fapt, tehnologia îi ajută să construiască relații pozitive. Un studiu făcut de Pew Research Center în 2018 arată că 81% dintre adolescenți cred că rețelele de social-media îi ajută să se simtă mai legați de prietenii lor, oferă suport pentru dezvoltarea relațiilor și le lărgesc orizonturile de interacțiune, toate acestea echilibrând aspectele negative blamate de publicul larg. Tot studiul respectiv arată că 51% dintre adolescenți își lărgesc on-line cercul de prieteni anual, în timp ce un adult adaugă un prieten cercului său deja existent, în mod obișnuit, odată la 5 ani.

Așadar, dacă intenția noastră este, în această perioadă, aceea de a păstra relații sociale pline de substanță, cercetările sugerează că adolescenții, și nu adulții, știu cel mai bine cum să facă acest lucru în situația în care ne aflăm. De asemenea, părinții au acum oportunitatea de a acorda credit copiilor lor adolescenți și a le valoriza aptitudinile ca parte a patrimoniului pe care familia se poate baza în situații de criză, crescându-le astfel stima de sine, încrederea și abilitățile de comunicare inter-generaționale.

Cristian Laurențiu DUMITRU

A ÎNCEPUT DEZINFECȚIA SCĂRILOR DE BLOC

Începând de marți, 7 aprilie 2020, Primăria Municipiului Călărași a demarat acțiunea de dezinfectie la scările de bloc din municipiul Călărași, în conformitate cu prevederile art. 6, alin. 1 din Ordonanța Militară nr. 4/29.03.2020. La nivelul municipiului există 1200 scări de bloc.

Dezinfectia se va face pe casa scărilor, în lifturi și în alte spații comune, în intervalul orar 8.00-17.00 cu substanță activă Pentapotassium Bis, soluție avizată de Ministerul Sănătății.

Facem apel la locatari să ofere sprijin lucrătorilor ce vor efectua această dezinfectie pentru a avea acces în scările de bloc.

La fiecare intrare, prestatorul va posta un afiș cu data și ora la care s-a realizat dezinfectia și cu recomandări referitoare la aerisirea spațiilor și obligațiile locatarilor.

Primăria Municipiului Călărași
Biroul de presă



LOCUINȚELE PENTRU MEDICI AU FOST RECEPȚIONATE!



Ieri, 9 aprilie, 12 locuințe destinate închirierii, pentru tinerii specialiști din domeniul sănătății din municipiul Călărași au fost recepționate de ANL și Consiliul Județean Călărași.

Locuințele (6 apartamente cu două camere și 6 apartamente cu 3 camere) au fost construite în amplasamentul din strada Prelungirea Independenței nr. 5A, cu regim de înălțime St+P+2E (subsol+parter+2 etaje), valoarea investiției fiind de 2.840.861,05 lei.

Consiliul Județean Călărași a pus la dispoziție terenul și a finanțat suma necesară bransamentelor la utilitățile locuințelor.

Programul de construcții de locuințe

pentru tineri, destinate închirierii, a fost lansat de ANL în anul 2001. Locuințele sunt construite pe terenuri puse la dispoziția Agenției de către autoritățile publice locale, beneficiarii fiind tineri între 18 și 35 de ani, care îndeplinesc condițiile prevăzute de lege pentru a putea accesa o astfel de locuință. În prezent, în urma ultimelor modificări legislative, locuințele pentru tineri pot fi achiziționate de chiriași, după o perioadă de închiriere de minimum un an, prin achitarea de rate lunare egale către autoritățile publice locale, prin contractarea de credite ipotecare, prin Programul Prima



Casă sau cu achitarea integrală a prețului final din surse proprii.

Valoarea de înlocuire care se utilizează în prezent la calcularea de către autoritățile publice locale a prețului de vânzare al locuințelor, stabilită prin Ordinul ministrului dezvoltării regionale și administrației publice nr. 2097 din 5 iulie 2019 și valabilă până la data publicării următorului ordin în Monitorul Oficial al României, este de 1.916,42 lei/metru pătrat, inclusiv TVA.

Consiliul Județean Călărași
Biroul de presă



REȚELE DE SERVICE-URI ȘI FURNIZORI DE PIESE SUSȚIN INSTITUȚIILE ÎN LUPTA ÎMPOTRIVA COVID-19

AUTONET IMPORT, împreună cu rețelele de service-uri și parteneri, a creat un fond național în valoare de 200.000 de lei pentru repararea vehiculelor utilizate de către instituțiile aflate în prim planul acțiunilor de combatere a pandemiei Covid-19.

“**AUTONET IMPORT**, împreună cu furnizorii săi strategici și rețelele de service din administrarea sa, lansează campania

“Mobilitate pentru eroi”. (...) Fie că sunt medici, asistenți, echipaje ISU, polițiști, jandarmi, pompieri sau militari, toți sunt luptători activi în războiul contra virusului. Și, de aceea, merită tot sprijinul nostru.

Sursa: wall-street.ro

AUTONET



APRILIE - LUNA INTERNAȚIONALĂ A CONȘTIENTIZĂRII AUTISMULUI (II)

Pentru fiecare dintre noi, familia, indiferent de configurația ei (nucleară, extinsă, monoparentală, etc.) reprezintă mediul în care ne-am format și am evoluat și în interiorul căreia ne manifestăm natural pe tot parcursul vieții noastre. Modul în care fiecare familie își gestionează resursele, își prioritizează nevoile, își dezvoltă abilitățile și tehnicile de asumare și adaptare și își rezolvă problemele modelează nu numai familia ca întreg, ci mai ales pe fiecare membru al său în parte. Nevoile apărute în viața unui individ sau a unei familii reclamă găsirea, în cel mai scurt timp, a unei rezolvări. Trecerea de la caracterul acut al unei nevoi la cel cronic, reprezentată de lipsa unei soluții, transformă nevoia respectivă într-o problemă, iar rezolvarea unei probleme cere un efort mai mare pe o perioadă mai îndelungată de timp și cu resurse considerabil mai mari. Nevoile și problemele unei familii reprezintă cumulul nevoilor și problemelor membrilor acelei familii. Dacă însă unul dintre membrii familiei este o persoană cu nevoi speciale, acele nevoi se extind asupra întregii familii, direct proporțional cu nivelul de coeziune dintre membrii familiei respective. Această extindere la nivelul întregii familii a nevoilor și problemelor este și mai probabilă atunci când acel membru cu nevoi speciale al familiei este copil.

Una dintre cele mai frecvente probleme ale familiei din zilele noastre, ca și ale individului de altfel, peste tot în lume și indiferent de factorii generatori, o reprezintă stresul. Conform principiului enunțat mai sus, stresul familial este generat de un cumul de stresori care acționează asupra fiecărui membru al respectivei familii. Stresorii care acționează asupra familiei, ca și cei care acționează asupra individului, pot fi de natură intrinsecă, sau extrinsecă. Exemple de stresori care acționează asupra familiei din afara ei (cei de natură extrinsecă) pot fi: fenomenele naturale (calamități, dezastre), fenomenele

sociale (excluziunea, stigmatizarea), fenomene economice (climatul macroeconomic, politicile salariale), fenomene de natură politică (politicile publice, instabilitatea politică). Stresorii care acționează asupra familiei din interiorul ei pot fi împărțiți în cinci categorii: sănătatea, munca, viața personală și socială, locuința și relațiile în interiorul familiei și starea financiară. Oricare tip de stresor ce acționează asupra familiei face ca aceasta să capete o vulnerabilitate mai mare în fața celorlalte tipuri de stresori. Ca factor generator de stres în interiorul familiei, creșterea unui copil (sau a mai multora) devine mai dificilă în cazut existenței unui diagnostic medical. În acest articol voi aborda o situație particulară, și anume: familia care are în grijă un copil cu tulburare din spectrul autist (TSA). Menționez că lucrarea de față nu are un caracter exhaustiv, însă prezintă și realități trăite personal.

STRESORI

Momentul primirii diagnosticului de TSA generează un impact puternic, însă nu asupra copilului, ci asupra părinților săi. Din acel moment, fiecare aspect din viața acelei familii este afectat de această instanță, fie că vorbim de starea de sănătate a membrilor familiei, de viața lor personală și socială, de situația lor locativă, de relațiile din interiorul familiei nucleare, de relațiile cu membrii familiei extinse sau de eforturile financiare presupuse de un asemenea diagnostic. Numeroase studii, la nivel mondial, relevă faptul că o familie care are în grijă un copil cu TSA experimentează niveluri ridicate de stres pe perioade îndelungate de timp, depășind cu mult nivelul de stres dintr-o familie cu copii neurotipici sau chiar din familiile ai căror copii au fost diagnosticați cu patologii precum Sindromul Down, paralizia cerebrală, retardul mintal sau fibroza chistică (Baker-Ericzen, Brookman-Frazee, & Stahmer, 2005; Blacher & McIntyre, 2006; Bouma &

Schweitzer, 1990; Dabrowska & Pisula, 2010; Eisenhower, Baker & Blacher, 2005; Estes et al., 2009, 2013; Hayes, & Watson, 2013; Mugno, Ruta, D'Arrigo, & Mazzone, 2007; Sanders & Morgan, 1997; Wolf, Noh, Fisman, & Speechley, 1989; Zablotzky, Bradshaw, & Stuart, 2013). Variabilele stresului în aceste situații țin atât de copil (vârsta, severitatea simptomelor, problemele comportamentale, abilitățile intelectuale, rata de recuperare, etc.), cât și de părinți (coeziunea inițială între parteneri, nivelul intelectual, aspectele motivaționale, alți stresori care acționau deja asupra familiei la momentul aflării diagnosticului, etc.). Literatura de specialitate precizează patru tipuri de stresori. Primul tip este acut, prezent pe o perioadă scurtă de timp, tranzitoriu, instantaneu și trecător, asemănător cu sperietura provocată de un șarpe. Al doilea tip se manifestă pe perioade mai lungi de timp și este asemănător cu stresul provocat de un eveniment inițiat precum decesul cuiva drag sau pierderea unui loc de muncă. Al treilea tip este de natură cronică, însă se manifestă intermitent, pe perioade de timp limitate (de exemplu o săptămână sau o lună, după care trece și revine). Cel de-al patrulea tip de stresori sunt cei de natură cronică ce sunt declanșați de un eveniment aparent neînsemnat și care persistă în mod continuu. Chiar dacă de cele mai multe ori reacțiile părinților sunt negative, în unele cazuri, în fața provocărilor reprezentate de rezolvarea nevoilor de moment și pregătirea pentru o situație ce se va întinde pe tot restul vieții, legătura dintre cei doi părinți se întărește și capătă, odată cu trecerea timpului, o complementaritate funcțională. În cea mai mare parte a cazurilor însă, emoțiile negative puternice slăbesc legătura dintre părinți și pot duce chiar la separare și divorț.

(continuarea în numărul următor)

de Cristian - Laurențiu Dumitru

ATENȚIE! AU APĂRUT CĂPUȘELE!

Căpușele sunt paraziți care se hrănesc cu sangele animalelor de companie și le transmit boli

1 din 3 căpușe transportă o boală infecțioasă care poate afecta câinii. O astfel de boală este boala Lyme, care poate afecta atât oamenii cât și animalele.

Mușcătura de căpușă poate provoca probleme grave de sănătate. Căpușele sunt pe locul doi, după țăntari, în transmiterea bolilor infecțioase la om și animale.

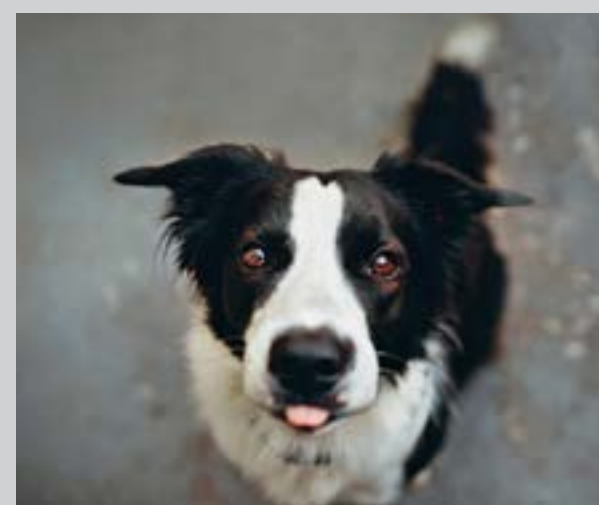
Căpușele pot transmite boli grave sau mortale animalului dumneavoastră. Riscul

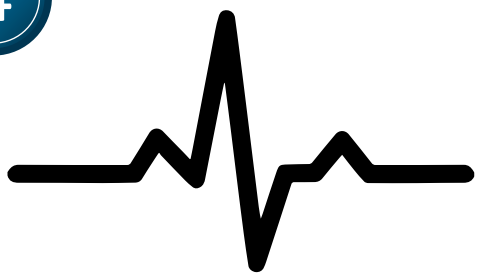


transmiterii de boli este maxim după 48 ore de la fixarea căpușei pe animal.

Pentru a reduce acest risc, nimic nu înlocuiește atenția dumneavoastră și prevenția cu un antiparazitar extern adaptat nevoilor lor. Căpușele pot fi prezente pe tot parcursul anului: nu așteptați vara pentru a deparazita animalul de companie.

Elena Melinte





PULS



În contextul izolării și încetării activității în multe locuri și industrii, aerul a devenit atât de curat încât, pentru prima oară, locuitorii orașului indian Jalandhar au văzut lanțul muntos Dhauladhar, parte din Himalaya. O surpriză neașteptată, pe care nimeni nu și-a imaginat că o va avea în această viață, arată India TV.

India e în stare de urgență din 24 martie până la 15 aprilie, iar efectele lipsei poluării sunt tot mai vizibile. Imaginile care fac înconjurul Indiei și nu numai, au fost surprinse vineri, la peste o săptămână de la impunerea stării de urgență.

Oamenii au ieșit pe acoperișuri să immortalizeze ceea ce sunt convinși că nu vor mai vedea vreodată.

What nature was..

And what we had done to it

„Niciodată nu am văzut lanțul Dhauladhar de pe acoperișul casei mele în Jalandhar... niciodată nu mi-am imaginat că este posibil. Cea mai clară dovadă asupra impactului poluării asupra globului, din Europa până în Africa”, a scris pe Twitter unul dintre cei care au immortalizat momentul, jucătorul de cricket Harbhajan Singh.

În India, industria s-a oprit de tot. Chiar dacă tot cei mai săraci sunt și cei mai loviți de situație, natura în sfârșit are timp să-și tragă sufletul și să se curețe.

Foto: SAUMYASHARMA711/TWITTER
Ioan Maz



POAIANA LUI IOCAN

Complexitatea crizei de astăzi este fără precedent în istoria recentă. Economia înseamnă suma tranzacțiilor ei, iar tranzacțiile se întâmplă când cererea se „întâlnește” cu oferta.

Avem azi o criză pe partea de ofertă, determinată de faptul că oamenii stau în case, nu mai produc la fel ca înainte, iar lanțurile de aprovizionare sunt complet bulversate. Într-o lume integrată, în care aproape fiecare produs final este compus din părți produse în alte piețe, orice ruptură în lanț generează lipsa produsului final.

Dacă oamenii stau acasă, veniturile

lor scad, la fel și consumul lor. Da, pe termen scurt dăm iama în alimente și medicamente, dar câți semeni de-ai noștri își pun astăzi problema să cumpere o mașină nouă, să investească într-un apartament sau să plece într-o vacanță?

Scăzând cererea, producția scade și mai mult, iar firmele își restrâng activitatea pentru că nu au suficiente intrări pentru a acoperi salarii, chirii, investiții. Deci dau oameni afară, ceea ce reduce și mai mult veniturile disponibile pentru consum, ceea ce determină o nouă scădere a cererii, apoi a ofertei ș.a.m.d.

Riscăm, așadar, o spirală a morții, din care putem ieși doar prin intervenții guvernamentale masive, dar deștepte. Sigur, există varianta că și aceasta e doar o criză „în V”, gen SARS 2003 sau H2N2 1957-1958, cu o revenire economică la fel de bruscă precum scăderea. Dar mințile luminate ale lumii ne avertizează deja să fim mai prudenți în așteptări.

O criză aparte: ce trăim și ce urmează...?

Ioan Maz

BÂRFE

Un medicament folosit pentru deparazitare omoară coronavirusul în 48 de ore, au descoperit cercetătorii australieni de la Universitatea Monash din Melbourne.

Este vorba despre Ivermectina, pusă pe piață în 1975. Medicamentul folosit de australieni, avea până nu demult un destin modest, fiind utilizat pentru îndepărtarea păduchilor și tratarea scabiei, informează Mediafax.

Prezentă pe piață și sub denumirea de Stromectol, Ivermectina a anihilat noul coronavirus într-o cultură de laborator în 48 de ore.

Cercetătorii susțin că efectele medicamentului sunt vizibile chiar după 24 de ore. Ei urmează să afle în continuare cum anume acționează Ivermectina asupra virusului și să stabilească doza optimă pentru a fi administrată pentru tratarea oamenilor.

Cum obținerea unui vaccin este un proces îndelungat, găsirea unui medicament eficient împotriva COVID-19 este o direcție mai accesibilă, abordată de epidemiologii și cercetătorii din mai multe țări.

Ioan Maz

ȚARA LUI BULĂ



Doi prieteni erau într-o zi, pe terenul de golf.

Unul dintre ei tocmai se pregătea să lovească, moment în care zărește o lungă procesiune funerară trecând prin apropiere.

Tipul se oprește, cu crosa în aer, își scoate șapca, închide ochii și lasă capul în jos, cufundat în rugăciune.

Prietenul său zice:

- Vai, e cel mai frumos și mai mișcător gest pe care l-am văzut vreodată. Ești un om absolut nemaipomenit!

Iar celălalt răspunde:

- Ce vrei?! am fost căsătoriți 35 de an

Ioan Maz

CAMPANIE
DE RESPONSABILIZARE
INFOPUNKT

INFOPUNKT
te cheamă să #firesponsabil.
Urmează sfaturile
specialiștilor și autorităților,
#staiincasa,
protejează-te pe tine
și pe cei dragi.

HOROSCOPI - FETU FAITAU

BERBEC (21.03-20.04)

În această săptămână te gândești la carieră și la posibilitățile pe care le ai în acest moment pe plan financiar. Astfel, săptămâna se anunță a fi una agitată, în care muncești mai mult decât în mod normal pentru a reuși să îți atingi obiectivele.

TAUR (21.04-21.05)

Săptămâna aceasta este despre educație. Vrei să acumulezi cât mai multe informații despre un domeniu care te interesează de mult timp, însă căruia nu i-ai acordat atenție în trecut. Încearcă să îți acorzi timp pentru a înțelege cu adevărat ceea ce citești.

GEMENI (22.05-21.06)

Nu reușești să-ți dai seama dacă lucrurile la care lucrezi în prezent reprezintă ce îți dorești de la viața profesională pe viitor. Încearcă să îți acorzi puțin timp pentru a te regăsi și a-ți da seama cu adevărat ce te face fericit.

RAC (22.06-21.07)

Romantismul te caracterizează, în această săptămână. Petreci timp alături de partenerul de cuplu și vă gândiți la toate lucrurile pe care vreți să le faceți împreună. De asemenea, discuțiile pe care le aveți reușesc să vă ajute să vă cunoașteți mai bine.

LEU (22.07-22.08)

Înveți să vorbești deschis despre ceea ce simți, iar acest lucru te ajută să duci relația cu partenerul de cuplu la un alt nivel. De asemenea, reușești să-ți organizezi timpul astfel încât să discuți cu persoanele importante din viața ta despre problemele cu care se confruntă.

FECIOARĂ (23.08-22.09)

Nu reușești să-ți stăpânești emoțiile și, prin urmare, ai tendința de a reacționa impulsiv chiar și atunci când vine vorba de lucrurile mărunte cu care te confrunți. Încearcă să îți acorzi puțin timp pentru a atinge echilibrul interior de care ai nevoie.

BALANȚĂ (23.09-22.10)

Nivelul de muncă va crește în această săptămână și, prin urmare, nu prea mai ai timp să te ocupi de pasiunile pe care le ai. Este important să începi să-ții organizezi mai bine timpul.

SCORPION (23.10-21.11)

Petreci timp alături de partenerul de cuplu și vă faceți o mulțime de planuri de călătorie pentru viitor. Situația din prezent vă ajută să apreciați mai mult lucrurile pe care în trecut aveți tendința să le ignorați. Discuțiile pe care le aveți te ajută să privești viața dintr-o altă perspectivă.

SĂGETĂTOR (22.11-21.12)

În sfârșit scapi de stresul financiar pe care îl tot ai de ceva timp. Astfel, la începutul săptămânii primești o veste bună pe plan financiar și reușești să-ți îndrepti atenția și către alte aspecte ale vieții. Începi să privești lucrurile cu mai mult optimism.

CAPRICORN (22.12-19.01)

Simți că poți face orice îți propui. Astfel, în această săptămână te ocupi de o serie de proiecte pe care le-ai ignorat în trecut, dar care te pot ajuta să crești pe plan profesional. În plus, reușești să îți mobilizezi pe ce de la locul de muncă în direcția pe care ți-o dorești.

VĂRSĂTOR (20.01-18.02)

Nu reușești să-ți găsești liniștea de care ai nevoie și, prin urmare, reacționezi impulsiv de multe ori. Este recomandat să iei o pauză de la toate responsabilitățile pe care le ai și să acorzi mai multă atenție pasiunilor care te ajută să te relaxezi.

PEȘTI (19.02-20.03)

În această săptămână te ocupi de treburile casnice. Începi să acorzi mai multă atenție responsabilităților care țin de locuință. Astfel, în ciuda faptului că săptămâna aceasta este despre muncă, reușești să te relaxezi mai mult decât ți-ai fi imaginat.

REȚETA DE COZONAC A LUI CHEF CĂTĂLIN SCĂRLĂTESCU

INGREDIENTE:

1 kg făină
250 gr zahăr
450 gr lapte
5 ouă
60 gr drojdie
300 gr unt belgian
500 gr nucă
200 gr rahat
150 gr ciocolată belgiană
30 gr portocală confiată
30 gr coajă de lămâie

MOD DE PREPARARE

Nelipsit de pe mesele de Sărbătoare ale românilor, cozonacul nu este, totuși, cel mai simplu desert de preparat. Rețeta lui Chef Cătălin Scărlătescu îți va fi de ajutor dacă ești la primul cozonac. Dacă ai deja experiență, te va ajuta să faci un cozonac deosebit. Rețeta este una specială, dar care păstrează gustul autentic românesc. Iese un cozonac pufos și delicios care va avea un succes extraordinar pe masa de Sărbători.

1. Se amestecă drojdia cu 100 ml lapte și trei linguri cu făină. Se lasă compoziția (maiaua) să crească până când își dublează volumul.
2. Laptele se fierbe împreună cu zahărul, apoi se amestecă până se dizolvă.
3. Gălbenușurile se freacă cu sarea.
4. Se pune făina într-un vas și se toarnă pe

rând, amestecând bine, gălbenușurile, laptele împreună zahărul topit și untul, portocala confiată și maiaua. Se frământă bine până se obține un aluat omogen, consistent și elastic.

5. Compoziția astfel obținută se lasă la dospit circa o oră.

6. Se ia apoi o bucată de aluat, se întinde bine, se pune peste cremă de nuci cu ciocolată belgiană, rahat și stafide și se rulează. Rulada obținută se secționează în două pe lungimea sa și cele două părți astfel obținute se împletesc și se ung cu ou.

7. Se pun apoi într-o formă tapetată în prealabil cu unt și făină și se lasă la dospit aproximativ două ore.

8. Când aluatul a crescut, se dă tava la cuptor pentru circa 45 de minute – 1 oră la 160 grade.

Ioan Maz



IANIS HAGI AR PUTEA AJUNGE LA UNUL DINTRE CELE MAI MARI CLUBURI DIN ISTORIE

Real Madrid cauta sa reimprospateze lotul si cauta sa transfere jucatori tineri, iar Don Balon scrie ca gruparea madrilenă a pus ochii pe Ianis Hagi.

“Madrid cauta aceasta ‘bijuterie’” este titlul articolului in care se scrie despre interesul lui Real pentru fiul “Regelui”.

“Gruparea blanco a pus ochii pe Ianis Hagi, fiul legendei Gheorghe Hagi. Tanarul roman joaca la Rangers in acest sezon si ar putea ajunge la clubul spaniol. Venirea sa in Spania ar fi o miscare riscanta, tinand cont de varsta lui, 21 de ani, cu toate ca Zidane vede cu ochi buni incorporarea sa in echipa. Mijlocasul roman ataca foarte bine si are un viitor promitator.

Prestatia sa a uimit lumea, in special cea din



Europa League, unde a reusit doua goluri si sa ofere un assist in 3 meciuri disputate. Se remarca datorita inteligentei pe care o arata in teren, dar si pentru faptul ca poate suta cu ambele picioare la fel. Pozitia sa de ‘decar’ i-ar putea amplifica posibilitatile tactice ale lui Zinedine Zidane.

Fara indoiala, este una dintre cele mai mari revelatii ale sezonului, iar Real Madrid nu vrea sa il piarda. Florentino Perez a vorbit deja cu jucatorul pentru a-i comunica interesul gruparii blanco, care e dispusa sa plateasca 10 milioane de euro pentru Ianis Hagi”, au scris cei de la Don Balon.

*Sursa: sport.ro
de George Ionescu*

DENNIS MAN PLEACĂ DE LA FCSB BECALI ÎL VINDE DIRECT ÎN PREMIER LEAGUE

Americanii de la Orlando City speră să dea marea lovitură și să îl aducă pe Florinel Coman de la FCSB în schimbul sumei de 9 milioane de euro. În plus, pe lângă negocierile cu oficialii clubului din MLS, Gigi Becali este în discuții cu alte cluburi importante din Europa pentru transferul lui Dennis Man.

Mijlocașul cotelat la 5,5 milioane de euro s-a întâlnit deja cu oficialii lui Feyenoord, însă oferta olandezilor nu este pe placul lui Gigi Becali. Oficialii clubului batav vor să plătească 7 milioane de euro pentru Dennis Man, dar patronul roș-albaștrilor așteaptă 10 milioane de euro pentru a se despărți de jucătorul său.

În cazul în care se va relua sezonul în Premier League, iar Sheffield United va

obține calificarea în Europa League sau chiar în Champions League, șefii clubului vor să-și întărească lotul cu Dennis Man, pentru care au oferit 10 milioane de euro.

“Am primit acceptul domnului Becali să negociem, să discutăm despre transfer. Îl știe toată lumea pe patron. El cere și noi încercăm să obținem cât mai mult. În acest moment, sunt câteva discuții, dar să nu uităm că suntem în plină pandemie de coronavirus”, a spus agentul lui Dennis Man, Anamaria Prodan.

*Sursa: telekomspor.ro
George Ionescu*



Noul
Renault CAPTUR

CONDORUL SA
CONCESIONAR DACIA GROUPE RENAULT
Prel. Bucuresti, 2, Calarasi,
0242 317 112

RENAULT
Passion for life

NOSTALGII

20 DE OBICEIURI CIUDATE LA ROMÂNI.

DE CE NU SE POMENEȘTE NUMELE ȘERPILOR ÎN LUNA MARTIE ȘI CE REPREZINTĂ CANA CU APĂ PUSĂ SUB SICRIU SAU CÂNTATUL CUCULUI LÂNGĂ CASĂ - EPISODUL 2

6. DATUL GĂINII PESTE GROAPĂ

Un alt obicei păgân respectat cu strictețe în satele românești este datul găinii sau a cocoșului peste groapă. Cel care primește găina este de obicei groparul, iar etnologii explică faptul că acest obicei ar avea drept scop izgonirea duhurilor rele.

7. MASA ÎNTINSĂ ÎN CURTE PENTRU CINSTIREA MORTILOR

În Săptămâna Mare, vâlcenii din sudul județului obișnuiesc să scoată în curte câte o masă, pe care așează străchini cu apă și linguri de lemn pentru morți. Mesele sunt lăsate afară până după Învierea Domnului, iar femeile în vârstă îi bocesc pe cei dragi care au părăsit această lume.

8. PREGĂTIREA MORTILOR PENTRU ÎNVIERE

Tot în Săptămâna Mare, înainte de Paște, femeile merg în cimitire pentru a curăța și îngriji mormintele. În Joia și Vinerea Mare se obișnuiește să se aprindă lumânări iar, în unele zone din țară, femeile merg în cimitir noaptea pentru a-și jeli morții.

9. AFUMATUL CASEI ȘI ANIMALELOR DE SFINȚII MUCENICI

În fiecare an, în data de 9 martie, românii dau foc la resturile vegetale și afumă cu o cârpă pe la colțurile caselor, prin grădini și cimitir. "Focul se face dimineața, la prima oră. Cu o cârpă se afumă de jur împrejurul casei, în special pe la colțuri și pe la adăpostul animalelor. Oamenii se afumă pe la picioare ca să nu se întâlnească cu lighioane, cu cel al

cărui nume nu e bine să-l pronunți în luna martie. Se merge apoi la cimitir și se afumă mormintele, pentru ca cei plecați dintre noi să fie și ei feriți, iar gândul bun să însoțească sufletele celor plecați din această lume", povestește etnologul vâlcean.

10. VERIGHETA PRIN CARE PĂRINȚII AFLĂ DACĂ COPILUL VA FI BĂIAT SAU FATĂ.

Această tradiție este consemnată de academicianul Marin Flore Simion într-un studiu etnografic și, potrivit acestuia, sexul copilului poate fi precizat de către moașă cu ajutorul unei verighete. Moașa pune verigheta slujită la biserică pe un fir de păr, iar apoi ține firul de păr deasupra burții femeii însărcinate. Dacă firul de păr cu verigheta se balansează dintr-o parte în alta, fătul va fi băiat.

Ioan Maz

CYP IMPEX

SOLUȚIA TA PENTRU PROBLEMELE ELECTRICE!



LA NOI GĂSEȘTI ÎNTOTDEAUNA
ULTIMELE NOUȚĂȚI DIN DOMENIUL PRODUSELOR ELECTRICE,
PRECUM ȘI O GAMĂ VARIATĂ A PRODUSELOR LED

Călărași, Str. Grivița, nr. 139

Vreau să-ți arăt ceva!

f/8 și să fii acolo

Aceasta este propoziția cu care ar începe orice fotografie dacă ar fi așezată în cuvinte, pentru că aceasta este, de fapt, esența care îl determină și îl inspiră pe fotograf să plece în căutarea unui subiect de fotografiat (chiar și atunci când nu părăsește locuința). Ori cel mai facil mod de a arăta ceva este cel pe care l-am practicat cu toții încă din copilărie: strângi pumnul, întinzi la maxim degetul „arătător” (numele îndepărtează orice mister în privința funcției) și... arăți. Cum faci asta însă atunci când nu interacționezi direct cu cel coruia vrei să îi arăți ceva? Tehnicile moderne ne permit să fotografiem și să evidențiem în fotografie ceea ce ne dorim să arătăm prin trasarea unei linii.

În acest articol și în fotografiile care îl însoțesc, vom descoperi împreună că liniile nu mai trebuie trasate, pentru că ele există deja. Fotografii profesioniști le numesc „linii conducătoare” și le folosesc din plin, pentru că ele reprezintă unul dintre cele mai eficiente instrumente compoziționale. Explicația privind importanța lor are din nou legătură cu alegerile pe care le are de făcut fotograful și despre care am mai pomenit în articolele

trecute, liniile conducătoare fiind acelea care clarifică pentru privitor alegerile făcute de fotograf.

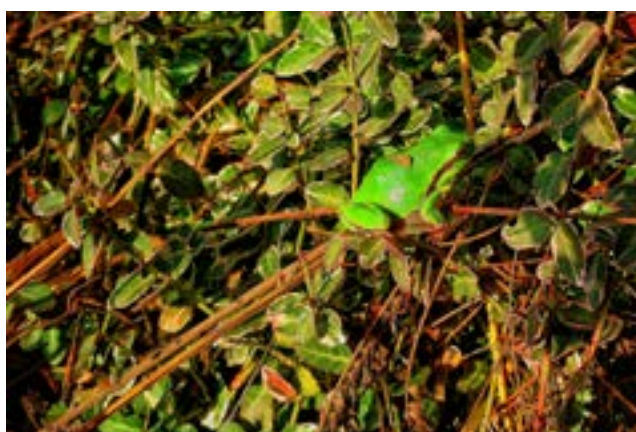
Însăși definiția liniilor conducătoare spune despre acestea că sunt linii care pleacă din marginea fotografiei (de obicei din apropierea unui colț al acesteia) și conduc privirea către subiectul ales de fotograf. Uneori aceste linii sunt evidente, iar alteori sunt sugerate. Liniile pot fi verticale, paralele, oblice, șerpuitoare sau orizontale. Rolul acestor linii este de a ghida privirea de-a lungul fotografiei, cu scopul de a-l determina pe privitor să observe fotografia în ansamblu, fără a elimina elemente din compoziția acesteia. Pot fi folosite ca linii conducătoare în fotografie cărării, șine de cale ferată, clădiri, poduri, străzi, cursul unei ape, maluri, crengi, colțurile dintre pereți, rosturi din pardoseală, marginea unei mese... ați înțeles ideea.

Până acum am explicat cât de bune sunt liniile conducătoare în fotografie, însă ele pot aduce și dezavantaje dacă nu sunt folosite corect. Spre exemplu, dacă la întrebarea „încotro duc liniile conducătoare în fotografia mea?” răspunsul e unul dintre

următoarele: „nicăieri în mod deosebit” sau „în afara cadrului, evitând subiectul”, atunci sigur acestea nu sunt folosite corect. Pentru a corecta această greșală, cea mai facilă metodă este schimbarea punctului de stație (locul de unde camera foto surprinde imaginea). Poți face acest lucru prin deplasarea în alt loc de unde este vizibil subiectul tău în așa fel încât linia conducătoare pe care vrei să o folosești să își îndeplinească funcția. De asemenea, poți rămâne în același loc, caz în care va trebui să schimbi perspectiva prin urcarea sau coborârea nivelului camerei, până când linia conducătoare se află, în fotografie, în poziția pe care o dorești.

Pentru ca liniile conducătoare să reprezinte o adevărată contribuție la ansamblul compozițional al fotografiei, principala preocupare în privința lor rămâne aceea ca prin ele să fie evidențiat subiectul fotografiei. Iată așadar că avem încă un element de adăugat pentru a face din fotografie un demers artistic. Până data viitoare, *lumină bună!*

DeCristian



CURSURI VIDEO DE DANS

Învăță să dansezi în ritmul tău,
oriunde și oricând!

www.DanceAddiction.ro
