

SE DISTRIBUIE GRATUIT

INFO PUNKT



Since column

săptămânal interactiv de informații și divertisment ● 3 aprilie 2020 ● Nr. 7 ● Anul I

UN ITALIAN DE **101 ANI**, NĂSCUT ÎN VREMEA EPIDEMIEI DE GRIPĂ SPANIOLĂ, A ÎNVINS ÎN LUPTA CU NOUL **CORONAVIRUS**



În timp ce Italia înregistrează un record negativ după celălalt în lupta cu noul coronavirus, un bătrân din Rimini, în vârstă de 101 ani, a fost externat din spital săptămâna trecută, fiind declarat vindecat de boala respiratorie COVID-19. Identificat de către autoritățile medicale italiene ca „domnul M”, bărbatul s-a născut chiar în timpul epidemiei de gripă spaniolă care a ucis 50 de milioane de oameni la începutul secolului trecut.

Vindecare „domnului M” a fost făcută publică pentru a aduce speranță tuturor, dar mai ales persoanelor vârstnice care se tem pentru sănătatea lor sau chiar au contractat temuta boală. Primarul localității Rimini, Gloria Lisi, a declarat pentru un ziar local: „Ținând cont de progresul contaminărilor cu noul virus, această poveste a întoarcerii unei persoane însănătoșite în sânul familiei sale nici măcar nu poate fi considerată una obișnuită din cauza unui detaliu - „domnul M”, din Rimini, s-a născut în 1919, în timpul unei alte pandemii mondiale tragice. Dumnezeu l-a reușit. „Domnul M” a arătat că la 101 ani viitorul nu este încă scris”.

Statisticile arată că în Italia 85,6% dintre pacienții decedați de COVID-19 aveau peste 70 de ani. Cu toate astea, „domnul M” nu este un caz singular, rapoartele arătând că în China a fost declarat vindecat un bătrân în vârstă de 103 ani din orașul Wuhan, locul de unde a pornit această pandemie.

de Cristian - Laurențiu Dumitru

3 APRILIE
ZIUA INTERNAȚIONALĂ
A MERSULUI LA
SERVICIU



SUSȚINE INSTITUȚIILE ÎN LUPTA
ÎMPOTRIVA COVID-19
detalii în pagina 2

SOLIDARITATE!



Solidaritatea poate fi cea mai bună cale pentru a face față acestui virus. Cadrele medicale și forțele de ordine au nevoie

în permanență de produse de protecție, materialele biocide sunt și ele greu de găsit, iar orice ajutor din partea antreprenorilor călărășeni poate fi o gură de oxigen.

Implicarea fiecărei firme poate face diferența între a ne uita pasiv la situație și a putea face efectiv ceva prin orice fel de ajutor, iar aici vorbim fie de implicare financiară, fie prin donații destinate achiziționării echipamentelor de protecție (măști, mănuși, dezinfectanți și aparatură).

Puteți alege ca ajutorul dumneavoastră să se concretizeze în:

- Donații în conturile ONG-urilor care se ocupă de combaterea răspândirii infecției cu Coronavirus

- Donații de echipamente de protecție și biocide
- Donații de alimente neperisabile pentru bătrâni și persoane defavorizate care se află în situații deosebite
- Donații de medicamente
- Orice fel de ajutor care poate fi util în actualul context epidemiologic.

Primăria Municipiului Călărași vă stă la dispoziție la numărul de telefon 0720 80 00 02, unde puteți suna de luni până vineri, între orele 8.00-16.30, pentru a obține informații referitoare la eventualele donații pe care le puteți face.

Primăria Municipiului Călărași
Biroul de presă

54 persoane vârstnice fără susținători sunt în evidența Direcției de Asistență Socială, din subordinea Primăriei Călărași, și sunt sunate zilnic. Două dintre acestea au dorit cumpărături până acum. Dacă știți cazuri de bătrâni care nu au pe nimeni, vă rugăm să ne anunțați la 0242/31.31.51 sau 0342/103.113. Împreună îi putem identifica și avea grijă de ei în această perioadă.

447 persoane izolate sunt sunate zilnic de dispeceratul DAS. Acestea beneficiază de informații, posibilitatea efectuării de cumpărături sau posibilitatea primirii unui ajutor social, în cazul în care se încadrează în prevederile Legii 416/2001.

5 persoane fără locuință sunt cazate la

Adăpostul de noapte. Dacă identificați astfel de persoane, vă rugăm să ne anunțați la: 0242/708.192!

Reamintim faptul că Primăria Municipiului Călărași a avut inițiativa, în parteneriat cu Crucea Roșie Călărași, de a pune la dispoziția persoanelor vulnerabile, în special bătrânilor serviciul de cumpărături la solicitare, înainte de apariția Ordonanței Militare nr. 2/2020. Persoanele care au nevoie de ajutor și vor să evite complet deplasarea în afara locuinței, pot suna la 0731/322,884, între 08.00-10.00, de luni până vineri. Livrările se fac între orele 10.00-14.00

Totodată, reamintim și faptul că au fost anulate toate evenimentele din 2020 pe care Primăria Municipiului Călărași le organiza



an de an, iar toți banii sunt direcționați către cheltuieli cu asistența socială

Primăria Municipiului Călărași
Biroul de presă

AL DOILEA CORT PENTRU TRIAJ

Inspectoratul Județean pentru Situații de Urgență Călărași montează cel de-al doilea cort destinat tirajului pacienților în această perioadă.

Consiliul Județean Călărași
Biroul de presă



REȚELE DE SERVICE-URI ȘI FURNIZORI DE PIESE SE OFERĂ SĂ SUSȚINĂ INSTITUȚIILE ÎN LUPTA ÎMPOTRIVA COVID-19

AUTONET IMPORT, unul dintre cei mai mari furnizori de piese auto din România, 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. Alături de furnizorii Castrol, Mahle, Monroe,

NGK, Osram și Varta și rețelele de service Automeister, Auto Check Center și CarXpert, Autonet Import 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 și de menținere a siguranței cetățenilor”, spune furnizorul de piese auto.

Sursa: wall-street.ro



Șocul de la pagina 2



În ultimele 24 de ore, numărul de cazuri de infectare cu coronavirus în Spania a crescut cu aproape 8.000, ajungând astfel la cifra totală

de 47.610, iar numărul morților a crescut cu peste 700, astfel că s-a ajuns la numărul total de 3.434, a anunțat ministerului spaniol al Sănătății.

Astfel, numărul de decese în Spania, cauzate de noul coronavirus, este acum mai mare decât cel înregistrat în China, potrivit Sputnik France.

3.166 de pacienți rămân în stare

critică, în timp ce 5.367 de persoane au fost vindecate de COVID-19 în Spania.

Un spital provizoriu pentru tratarea pacienților cu coronavirus a fost înființat în incinta sălii de congrese a IFEMA din Madrid, o organizație care se ocupă cu organizarea de târguri și mari întruniri.

Sursa: sputnik.md
Ella M

APRILIE - LUNA INTERNAȚIONALĂ A CONȘTIENTIZĂRII AUTISMULUI

Deși despre autism se vorbește, sub o formă sau alta, de aproape un secol, suntem încă departe de a întrezări vindecarea acestei dizabilități ce afectează nu numai copiii diagnosticați, ci și familiile lor. Autismul, cu imensa sa varietate de forme de manifestare, reprezintă una dintre cele mai mari provocări pentru psihiatria și psihologia contemporană. Dintre toate încercările de recuperare, doar câteva au dat parțial roade, însă nu se poate vorbi nicăieri în lume despre vreun caz recuperat în totalitate. Tulburările din spectrul autist (TSA), termen generic folosit pentru mai multe afecțiuni - între care tulburarea autistă, Sindromul Asperger, autismul tipic, autismul infantil, autismul virtual - reprezintă o tulburare complexă de dezvoltare la nivel neurobiologic.

În cazul în care sunt prezente, aceste tulburări se manifestă din copilărie (chiar de la naștere sau în primii doi ani de viață) și se întind pe tot parcursul vieții persoanei diagnosticate. Din păcate însă, nu toți copii care suferă de aceste tulburări ajung să fie diagnosticați de timpuriu, astfel reducându-se șansele lor pentru recuperare și ameliorare. Mai mult, persoanele cu TSA suferă, în mare majoritate, de co-morbidități (afecțiuni asociate), precum: depresie clinică, anxietate cronică, ADHD (tulburare de hiperactivitate cu deficit de atenție), epilepsie.

Fiind o tulburare de comportament ce are, într-adevăr, origine neurobiologică, autismul nu poate fi totuși diagnosticat prin analize ale sângelui sau ADN-ului ori prin orice alte investigații clinice. Stabilirea diagnosticului în cazul tulburărilor din spectrul autist rămâne în sarcina medicului specialist în psihiatrie pediatrică, iar acesta are mare nevoie de informații furnizate de înșiși părinții copilului în cauză. „Primele semne care pot indica o tulburare din spectru autist sunt vizibile încă din perioada în care copilul este sugar. Nu își caută mama cu privirea, nu se uită după obiectele care se mișcă, nu arată cu degetul, nu răspunde cu zâmbet la zâmbet, nu găngurește, nu răspunde la sunetele scoase de adulți, nu reacționează la expresiile faciale ale celor din jur, nu râde și nu-și manifestă bucuria, nu rostește niciun cuvânt, toate acestea putând reprezenta indicii ale unei tulburări. Există însă și situații în care copilul se dezvoltă normal până la vârsta de 2 ani, are toate abilitățile necesare vârstei sale, adică merge, vorbește, interacționează firesc, iar brusc, în jurul vârstei de 2 ani, își pierde toate aceste achiziții.”

Un alt aspect al dificultăților privind interacțiunea socială este acela al lipsei

reciprocității - copiii cu tulburări din spectru autist nu înțeleg cum să inițieze sau să mențină o conversație cu o persoană sau măcar un moment asumat de comunicare non-verbală. Această lacună elimină cu totul abordarea de tipul cost-beneficiu a relației cu o altă persoană de către un copil cu tulburare de spectru autist. De altfel, de multe ori părinții copiilor cu tulburări din spectru autist afirmă că relația dintre ei și copiii lor pare unidirecțională, orice demers al părinților rămânând fără răspuns din partea copiilor.

Încă de la momentul stabilirii diagnosticului, autismul implică procese subiective, ce se bazează în mare măsură pe experiența anterioară a medicilor și terapeuților privitoare la această afecțiune. Acest fapt are drept consecință aruncarea familiei într-o stare de nesiguranță ce crează un dezechilibru profund și dificil de recuperat. Din consilierea familiei, au de câștigat într-o primă etapă părinții, care au șansa să se raporteze dintr-o nouă perspectivă la afecțiunea copilului, să facă o evaluare realistă asupra situației prezente și să poată alocă resurse pentru o eventuală intervenție. Prima și cea mai importantă schimbare pe care o pot face părinții este aceea de atitudine: raportarea corectă la un copil cu dizabilități.

În al doilea rând și în cea mai mare măsură, din consilierea părinților are de câștigat copilul. O dată ce percepția adulților din jur se adaptează realist la capacitățile copilului și la specificul afecțiunii și după ce părinții își ajustează așteptările de la copilul lor, acesta recuperează în primul rând emoțional (adecvarea contextelor reduce frustrarea); ulterior, o dată cu structurarea mediului într-unul educativ adecvat, copilul poate începe să învețe și să recupereze din achizițiile specifice vârstei sale.

„Autismul este incurabil. Medicația se folosește de obicei pentru a ține sub control simptome specifice, cum ar fi deficitul de atenție, agresivitatea sau auto-vătămarea, precum și comportamentele stereotipe. Cea mai importantă intervenție pentru pacienții cu autism este corectarea prin terapie orientată către îmbunătățirea aptitudinilor de comunicare și diminuarea tulburărilor comportamentale.” Toate acestea conduc la apariția unor nevoi speciale ale copilului, nevoi pentru care familia acestuia trebuie să identifice resurse atât în interiorul, cât și în exteriorul ei.

Mergând la un cadru mai larg, astăzi avem ca exemplu practica vestică a integrării persoanelor cu dizabilități în urma unor

proces complexe de recuperare și pregătire educațională și profesională specifică, crearea de centre pentru desfășurarea activităților cotidiene și de comunități orientate către atenuarea diferențelor dintre persoane cu diverse dizabilități și celelalte categorii de persoane. În țara noastră, la nivel instituțional, există dorința ca societatea românească să devină una bazată pe sprijin reciproc și incluziune socială. Avem însă lacune în implementarea acestor principii la nivelul populației în diferite medii sociale, datorate probabil neadaptării mesajului la recipienți, carențelor de popularizare a legislației în vigoare privind protecția copilului și drepturile persoanelor cu dizabilități și mai ales a atrofiei empatiei colective (care are cauze dintre cele mai diverse: nepăsare, individualism, autosuficiență, lipsa educației, dezinformare, grijile cotidiene, etc.). Paradigma susținerii financiare slab condiționate a cazurilor sociale deosebite (familii marcate de flagelele alcoolismului, violenței domestice și a abuzurilor de tot felul) trebuie schimbată, ceea ce presupune reorientarea surselor de finanțare către eficientizarea integrării sociale a persoanelor aflate în dificultate. Asistența socială, percepută de multe ori la noi ca finanțarea de către stat a celor care nu vor să muncească, pe lângă rolul determinant în consilierea persoanelor cu dizabilități și a familiilor acestora, trebuie să-și asume cu hotărâre rolul de factor de emancipare unei societăți care nu este încă receptivă la nevoile speciale ale unora dintre membri săi.

În fiecare an, ziua de 2 aprilie este celebrată peste tot în lume ca Ziua Internațională de Conștientizare a Autismului. Această zi a fost desemnată prin Rezoluția Adunării Generale a Națiunilor Unite nr. 62/139/18 decembrie 2007, la propunerea statului Qatar, fiind susținută și adoptată de către toate statele membre. Cu mult timp înaintea acestui moment, în anul 1970, Societatea pentru Autism din SUA a declanșat o campanie pentru ca luna aprilie a fiecărui an să devină luna de conștientizare a autismului. ONG-ul american îndeamnă oamenii din toată lumea ca în această lună să participe la un seminar despre autism, să ia legătura cu o familie care are un membru diagnosticat cu TSA, să susțină acțiunile unui ONG de sprijin al acestor persoane. Mă alătur și eu acestui demers, iar în luna aprilie voi publica mai multe materiale despre Tulburările din Spectrul Autist și persoanele afectate de aceasta.

de Cristian - Laurențiu Dumitru

ȘTIAȚI CĂ...

Haideți să descoperim câteva lucruri interesante despre blanoșii noștri!

1. Câinii percep mirosuri pe care le emană obiectele aflate la 15 m sub pământ.
2. Câinii pot vedea în culori, doar că nu atât de vii pe cum le vedem noi, oamenii.
3. Câinii pot percepe, în medie, doar 10 sunete.
4. Câinii sunt animale de companie de peste 12000 de ani.
5. Câinii trăiesc în medie 15 ani.

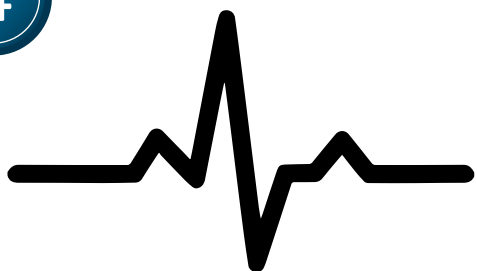


6. Câinii transpiră doar prin limbă.
7. Cea mai veche rasă cunoscută este Saluki și provine din Egipt.
8. Cel mai bătrân câine care a trăit vreodată a fost un Queensland "Heeler" pe nume Bluey - a trăit 29 de ani și 5 luni.
9. Ciocolata conține o substanță numită

theobromină (similară cu cofeina), care poate omorî câinii sau îi poate îmbolnăvi.

10. Câinii nu percep noțiunea de timp.

Elena Melinte



PULS

Pandemia de coronavirus, care afectează în aceste zile întregul glob, are și un aspect pozitiv (dacă îl putem numi așa, în acest context): oferă planetei „o gură de aer proaspăt”.

Ținând cont de faptul că activitatea industrială este redusă semnificativ în această perioadă, Terra beneficiază de o binemerită pauză, care-i permite să respire.

Acest lucru poate fi văzut ca pe un prim pas în lupta împotriva schimbărilor climatice. Prima dată, aceste efecte au fost vizibile în China, și nu doar în zona Hubei, afectată grav de noul coronavirus. Măsurile luate la nivel general de autorități au făcut ca poluarea să se reducă semnificativ.

Și în Europa se observă deja același trend cu privire la îmbunătățirea calității aerului. Cele mai noi date furnizate de satelitul Copernicus Sentinel al Agenției Spațiale Europene arată scăderi semnificative ale poluării atmosferice deasupra întregii Europe.

Acest fenomen se datorează reducerii transporturilor, impuse de măsurile de carantină instituite pe acest continent.

În Milano, concentrația medie de dioxid de azot din ultima luna a fost cu 24% mai mică, în comparație cu cea înregistrată în urmă cu două luni.

În Barcelona, nivelurile de dioxid de carbon au scăzut cu 55%, comparativ cu aceeași perioadă a anului trecut.

Schimbări asemănătoare ale nivelului de poluare au fost observate și în Statele Unite, mai ales în California.

La fel, în București, încă din prima săptămână de carantină, aerul era în sfârșit, respirabil.

Și nu numai reducerea poluării este unul dintre efectele neașteptate ale coronavirusului, ci și înaintarea treptată a animalelor pe „teritoriul” oamenilor.

Spre exemplu, delfinii și lebedele au apărut pe canalele Veneției, la o săptămână după ce orașul a fost închis, pentru a împiedica răspândirea virusului.

Planeta se descurcă și fără noi...

Problema este alta...ce se va întâmpla după întoarcerea la „normalitate”?

Ioan Maz

ȚARA LUI BULĂ

Un veteran al afacerilor, de 90 de ani, se întâlnește cu consilierul său economic:

- Tocmai ce am aflat despre o investiție care vă va dubla averea, în numai 5 ani.

- 5 ani?? Glumești!? La vârsta mea, nici banane verzi nu mai cumpăr...



Ioan Maz

CU “HAIDA-N TRAISTĂ”

Cum ar fi...dacă n-ar fi Covid19?

Exercițiul de imaginație continuă cu un tur virtual prin

Sighișoara

Situată în inima Transilvaniei, la 120 de kilometri de Brașov, 95 de kilometri de Sibiu și 55 de Târgu-Mureș, Cetatea medievală a Sighișoarei este legată istoric de tatăl lui Vlad Țepeș - Vlad Dracul - care a locuit în cetate.

În Sighișoara se ajunge ușor, atât cu trenul, cât și cu autoturismul sau cu microbuzele care circulă pe direcția Brașov - Târgu-Mureș.

Construită de către coloniștii sași în secolul XII-lea pe malul Târnavei Mari, Sighișoara este printre puținele cetăți medievale încă locuite, ea fiind înscrisă pe lista patrimoniului mondial UNESCO.

Cetatea este construită pe două “etaje”, pe cel de sus aflându-se Biserica din Deal și Școala, iar la bază fiind clădirile cetății. Zidul a fost construit în secolul al XIV-lea, având o înălțime cuprinsă între 4 și 14 metri, având din loc în loc turnuri de apărare ce aparțin diferitelor bresle meșteșugărești.

Din cele 14 turnuri construite inițial, azi se mai păstrează doar 9, cel mai important devenit și simbolul Sighișoarei, fiind Turnul cu ceas, cu 7 figurine ce reprezintă zilele săptămânii.



Principală atracție a cetății o reprezintă Festivalul Medieval de la Sighișoara, care are loc an de an la sfârșitul lunii Iulie. Oferta de cazare este destul de mare, în funcție de buget putându-ne caza atât în interiorul cetății, cât și în afara ei. De asemenea, o mulțime de terase și restaurante.

Per total, Sighișoara este un oraș în care totul este roz, foarte curat și îngrijit, care păstrează “aerul” istoric al cetății.

Nu ne rămâne decât să sperăm că până la sfârșitul lunii Iulie, vom trece cu bine de această situație și ne vom putea bucura de faimosul festival.

Ioan Maz



POAIANA LUI IOCAN

Pe măsură ce coronavirusul își continuă marșul în întreaga lume, guvernele au apelat la diferite măsuri pentru a proteja sănătatea publică, cum ar fi distanțarea socială. Acest lucru a redus fluxul de bunuri și oameni, a blocat economiile și este în curs de a produce o recesiune globală.

Contagiunea economică se răspândește acum la fel de repede ca boala în sine.

Acest lucru nu părea plauzibil acum câteva săptămâni.

Mai departe, de-a lungul traiectoriei bolii, costurile economice sunt mult mai mari, iar prezicerea căii de urmat, a devenit aproape imposibilă, întrucât dimensiunile multiple ale crizei sunt fără precedent și nu se cunosc.

Pe acest teritoriu necunoscut, întrebările apăsătoare includ calea șocului și a redresării, dacă economiile vor putea reveni la nivelurile de producție și la nivelul creșterii anterioare șocului și dacă va exista o moștenire structurală din criza coronavirusului.

Ioan Maz



SISTEME DE SUPRAVEGHERE VIDEO

Pentru siguranța și liniștea ta EPS sisteme de supraveghere este soluția.

Sisteme de supraveghere video-digital și analog.

Control acces

Echipamente Smart Home



0722 398 134
0727 830 522
0724 086 164

HOROSCOP - FETU FAITAU

BERBEC (21.03-20.04)

Încerci să ajungi la un echilibru interior pentru a putea privi spre viitor cu mai mult optimism. Meditația sau yoga încep să pară idei bune în această săptămână. Reușești să găsești liniștea necesară pentru astfel de activități.

TAUR (21.04-21.05)

Nu ești în apele tale și ai tendința de a reacționa impulsiv chiar și atunci când vine vorba de persoanele importante din viața ta. În această săptămână este necesar să înveți să ascuți mai mult și să lași orgoliile deoparte.

GEMENI (22.05-21.06)

Săptămâna aceasta este doar despre romantism. Încerci să acorzi cât mai multă atenție partenerului de cuplu și să petreceți cât mai mult timp de calitate împreună. De asemenea, reușești să-ți organizezi programul astfel încât să te poți ocupa și de pasiunile pe care le ai.

RAC (22.06-21.07)

Ai parte de o săptămâna agitată. Ai o mulțime de lucruri de făcut la locul de muncă și nu reușești să îți găsești concentrarea. Încearcă să petreci puțin timp singur pentru a putea să te regăsești. De asemenea, o listă de priorități te-ar putea ajuta.

LEU (22.07-22.08)

Înveți să-ți organizezi mai bine timpul. Vrei să faci o mulțime de lucruri, în această săptămână, și este necesar să te organizezi în detaliu. Ai parte de o săptămână productivă în care te ocupi de treburile casnice, dar și de cele care țin de locul de muncă.

FECIOARĂ (23.08-22.09)

Nu poți să îți controlezi emoțiile și este posibil să treci prin niște momente dificile din această cauză. În această săptămână este important să înveți să discuți deschis cu o persoană în care ai încredere despre ceea ce simți.

BALANȚĂ (23.09-22.10)

Simți nevoia să faci o schimbare și, mai mult, simți că nu ești apreciat pentru eforturile pe care le depui. Încearcă să privești lucrurile cu mai multă deschidere și să renunți la a te mai aștepta ca oamenii să acționeze la fel ca tine.

SCORPION (23.10-21.11)

Reușești să găsești echilibrul interior pe care îl cauți de mult timp. Astfel, începi să privești lucrurile cu mai mult optimism. De asemenea, vrei să faci o schimbare și de aceea începi să faci activități de voluntariat.

SĂGETĂTOR (22.11-21.12)

Reușești să duci la bun sfârșit un proiect la care muncești de mult timp. În plus, înveți să comunici mai eficient, iar acest lucru te ajută în coordonarea cu colegii de la locul de muncă. Determinarea de care dai dovadă te aduce în atenția superiorilor.

CAPRICORN (22.12-19.01)

Energia pozitivă va fi prezentă pe tot parcursul săptămânii. Astfel, reușești să duci la bun sfârșit tot ceea ce îți propui și, în plus, începi să mai scapi din stresul pe care l-ai acumulat din cauza problemelor financiare. Primești o veste bună.

VĂRSĂTOR (20.01-18.02)

Petreci timp alături de partenerul de cuplu și vă bucurați de tot felul de conversații pline de însemnătate. De asemenea, discuțiile pe care le aveți vă ajută să treceți relația la un nou nivel. Înveți lucruri noi despre tine.

PEȘTI (19.02-20.03)

Vrei să faci unele schimbări în viața ta, în special când vine vorba de activitățile cu care îți ocupi timpul. Încearcă să acorzi mai multă atenție pasiunilor pe care le ai. Este important ca în această perioadă să acorzi mai mult timp lucrurilor care te fac fericit

PRĂJITURĂ CU PIȘCOTURI DE ȘAMPANIE ȘI FRUCTE TROPICALE

Preparare: 20 min

Gătire: 10 min

Timp total: 30 min

Porții: 6 - 8

INGREDIENTE

(pentru o formă mică de chec):

- 24 fursecuri de șampanie
- 600 ml smântână pentru frișcă 30-35%grăsime
- 2-3 lingurițe de rom sau coniac
- 180 g ciocolată neagră
- 150 g brânză ricotta
- 40 g zahăr pudră
- 2 lingurițe extract de vanilie
- 1 cutie de compot de fructe tropicale
- frunzulițe de mentă pentru decor

MOD DE PREPARARE:

Mărunțim ciocolata cu un cuțit.

Punem 400 ml de smântână pentru frișcă la încălzit și când începe să fiarbă stingem focul și turnăm ciocolata mărunțită.

Lăsăm ciocolata timp de 10 minute să se topească, apoi amestecăm cu un tel de mână să omogenizăm compoziția.

Dăm crema de ciocolată la rece pentru cel puțin 6 ore. Ideal ar fi să o faceți de seara și să o lăsați peste noapte la frigider.

A doua zi adăugăm romul sau coniacul și mixăm crema de ciocolată timp de 4-5 minute până obținem o cremă fină și mătăsoasă.

Batem restul de smântână (200 g) cu zahărul vanilat și o transformăm în frișcă.

Amestecăm frișca cu ricotta și 1 linguriță de extract de vanilie. Dacă o vreți mai dulce, acum e momentul să mai puneți puțin zahăr. Adăugăm în crema de ricotta și 2-3 linguri de fructe din compot scurse bine de lichid și tăiate mărunt.

Tapetăm o formă mică de chec cu folie alimentară sau cu hârtie de copt ca să putem răsturna ușor prăjitura.

Scurgem fructele din compot, iar în lichidul rămas adăugăm o linguriță de extract de vanilie.

Trecem 6 fursecuri timp de o secundă (nu mai mult!) prin compot, apoi le așezăm pe fundul formei de chec.

Peste stratul de fursecuri punem jumătate din crema de ciocolată, apoi încă un strat de fursecuri trecute prin compot.

Dăm deoparte 2-3 linguri de cremă ricotta, iar restul o punem peste pișcoturi.

Continuăm cu un alt strat de pișcoturi, din nou ciocolată și din nou pișcoturi.

Lăsăm prăjitura la rece minim o oră (ideal ar fi 2-3 ore), apoi o răsturnăm pe un platou potrivit.

Întindem peste pișcoturile de deasupra crema ricotta păstrată deoparte, iar peste cremă punem fructele din compot.

Ioan Maz



ÎNCĂ UN CLUB DIN PLAY-OFF ȘI-A BĂGAT JUCĂTORII ÎN ȘOMAJ TEHNIC! ȘI PREȘEDINTELE A AVUT PARTE DE ACEEAȘI SOARTĂ

După FCSB și Dinamo, acum și Gaz Metan și-a băgat jucătorii în șomaj tehnic din cauza pandemiei de coronavirus. Alături de jucători a intrat în șomaj tehnic și președintele Ioan Mărginean.

„Cu părere de rău vă spun că au intervenit multe probleme din punct de vedere financiar. Nu știm dacă reluăm campionatul pentru a juca restul de meciuri. Asta ar însemna o pierdere financiară de 270.000 de euro pentru noi. Ne-am luat măsură de precauție și am cerut administratorului judiciar să avizeze intrarea în șomaj tehnic începând cu Mărginean Ioan și restul personalului.

Sunt 27 de jucători în lotul echipei mari și văd că avem 38 de persoane în administrativ. Noi am fost de bună credință, am plătit salariile la zi, dar nu știm încotro să o apucăm și am decis să fim solidari în această perioadă. Pe această cale le mulțumesc căpitanilor de echipă”, a declarat Ioan Mărginean.

„Încercăm să ajutăm pe toată lumea în această perioadă. Eu m-am autoizolat în Mediaș. Am făcut tot ce-i omeneste posibil să nu întrerupem activitatea. Orice om care vrea să ajute clubul Gaz Metan e binevenit” – Ioan Mărginean, președinte Gaz Metan

Sursa: sport.ro
de George Ionescu

GIGI BECALI A DAT START VÂNZĂRILOR! “NEGOCIEZ ACUM! ÎL VÂND PE 10 MILIOANE DE EURO.” ANUNȚ DE ULTIMĂ ORĂ AL PATRONULUI FCSB



Gigi Becali a început negocierile pentru fotbalistii FCSB-ului în încercarea de a reduce consecințele crizei provocate de Covid-19.

Patronul roș-albaștrilor spune că negociază vânzarea unui fotbalist pe 10

milioane de euro. Gigi Becali nu a oferit numele jucătorului, însă având în vedere suma este foarte posibil să fie vorba de una dintre vedetele echipei: Dennis Man sau Florinel Coman:

“Uite acum sunt pe telefon ca să vând un jucător. Nu îi spun numele. Sunt pe telefon să vând un jucător pe 10 milioane. Negociez acum”, a spus Gigi Becali pentru Antena Sport. Patronul FCSB-ului nici nu se gândea să renunțe la Dennis Man sau Florinel Coman pentru mai puțin de 20 de milioane de euro, însă pandemia de coronavirus pare să fi produs o schimbare de plan.

Gigi Becali spunea recent că va vinde tot în cazul în care sezonul european va fi compromis, pentru că pe el îl interesează doar cupele europene.

Sursa: sport.ro
de George Ionescu

FLORIN PRUNEA A ANUNȚAT PLECĂRI DE LA DINAMO DIN CAUZA PANDEMIEI DE CORONAVIRUS

Florin Prunea a anunțat plecări de la Dinamo, toate acestea după ce Ionuț Negoită a decis să le taie din salarii jucătorilor din cauza pandemiei de coronavirus care a afectat fotbalul românesc.

Florin Prunea a anunțat că vor exista plecări de la Dinamo

Președintele echipei din “Ștefan cel Mare” a vorbit despre situația străinilor de la Dinamo și a recunoscut că sunt șanse foarte mari ca aceștia să plece de la formația antrenată de Adrian Mihalcea.

“Foarte greu, și eu îi înțeleg. Aici cred eu că majoritatea echipelor vor avea... cele mai mari probleme le vor avea cei care au jucători străini foarte mulți. Pentru că o parte dintre ei, din păcate, au familiile plecate de aici. Și atunci e destul de greu să mai reziste. Una peste alta, când mai vii și cu măsuri de-astea impuse... eu cred că o mare parte din ei vor părăsi România.

Sursa: ProSport
de George Ionescu



Noul
Renault CAPTUR

RENAULT
Passion for life

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

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 1

1. ACOPERIREA OGLINZILOR DIN CASĂ LA MOARTEA UNUI OM

Printre primele lucruri pe care le fac românii atunci când le moare cineva drag este să acopere cu pânză toate oglinzile din casă. În tradiția populară se spune că sufletul celui decedat va rămâne blocat în oglinda neacoperită. Mai mult, superstițioșii sunt convinși că cei care se privesc în oglindă din casa persoanei decedate vor fi următorii care vor pieri.

2. CANA CU APĂ SUB SICRIU

În unele zone din țară se obișnuiește să se pună sub sicriu o cană cu apă, care se sparge în momentul când cel care a trecut la cele veșnice este scos din casa și condus pe ultimul drum.

3. ARUNCATUL CU TĂRÂȚE ȘI CENUȘĂ DUPĂ ALAIUL FUNERAR

În Câmpu Mare, localitate din județul Olt, se obișnuiește să se arunce pe drumul spre cimitir, în urma alaiului funerar, cu cenușă.

„Pe traseul dintre casa și biserica, o femeie aruncă în urma mortului, dintr-o traistă, un amestec de tărâțe cu cenușă, ca să știe sufletul celui decedat cum să se întoarcă acasă”, explică etnologul Elena Stoica, directorul Centrului Județean pentru Conservarea și Promovarea Culturii Tradiționale Vâlcea.

4. ÎMPODOBITUL BRADULUI LA MOARTEA UNUI TÂNĂR NECĂSĂTORIT

Bradul este pus la mormântul tânărului decedat după ce a fost împodobit cu panglici colorate și un colăcel. În unele zone din țară, în brăduț se pun zaharicale și turtițe, care sunt împărțite apoi la pomană. Tradiția împodobirii bradului s-a păstrat și la nunți, dar în acest caz este interpretată drept o înfrățirea simbolică dintre om și brad.

5. FETELE NEMĂRITATE, ÎMBRĂCATE ÎN MIREASĂ

Tinerele care au trecut la cele veșnice premature, înainte să se căsătorească, sunt înmormântate în rochie de mireasă. În tradiția populară se spune că înmormântarea le va fi acestor fete și nuntă.

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

OPTICA MEDICALĂ COMPUTERIZATĂ

Noi vă ajutăm să vedeți mai bine!

Vă oferim produse de calitate (rame și lentile) și consultație gratuită cu aparate specializate de ultimă generație.

Relații și programări la telefon: 0242 320 111
0724 086 163

Trei. E regulă.

f/8 și să fii acolo

Oare ce transformă o fotografie într-o lucrare de artă? Răspunsul ar putea cuprinde multe dintre aspectele fotografiei, însă cel mai important dintre ele este, cu siguranță, *compoziția*. Tehnic vorbind, acest termen este prezent în toate procesele de creație, de la muzică la sculptură, pictură și orice alt proces creativ deopotrivă, incluzând aici, evident, și fotografia. Restrângând cumva discuția, mă voi apleca asupra fotografiei, a cărei demers compozițional se supune unui set complex de reguli, pe care nu le vom diseca acum deoarece nu ne permite spațiul. Vom vorbi însă despre cea mai cunoscută, cea mai folosită, ce mai ușor de învățat și de implementat regulă: *regula treimilor*.

Este o regulă atât de facilă, de cunoscută și de importantă în același timp încât toți producătorii de dispozitive foto (fie ele camere foto, telefoane) oferă invariabil această opțiune. Din păcate, de cele mai multe ori utilizatorii amatori dezactivează liniile de ghidaj, neînțelegând rolul și importanța acestora. Sper ca după parcurgerea acestui material, cei interesați să caute în meniul camerelor, să activeze această opțiune și să o folosească.

Așadar, ce este *regula treimilor*? Pe scurt, ea este un ghid ce ne ajută să construim un cadru. Vorbeam în numerele trecute de alegerile pe care trebuie să le facă fotograful pentru ca mesajul său să fie clar. Liniile de ghidaj (sau „linii de forță” în termeni de specialitate) sunt cele care ne ajută să facem acele alegeri. Nu poți aproxima cât din cadru reprezintă o treime și cât două treimi? Simplu. Aliniază linia orizontului cu una dintre liniile de forță, în funcție de partea care vrei să domine fotografia ta (îți amintești? mai mult cer, dacă sunt nori impresionanți sau mai mult pământ / apă dacă acea parte a cadrului este cea pe care vrei să o scoți în evidență). Această aliniere poate fi făcută și în plan vertical.

De altfel, tocmai pentru că fotografia este o reprezentare 2D a unei imagini 3D, împărțirea nu se face numai în plan orizontal

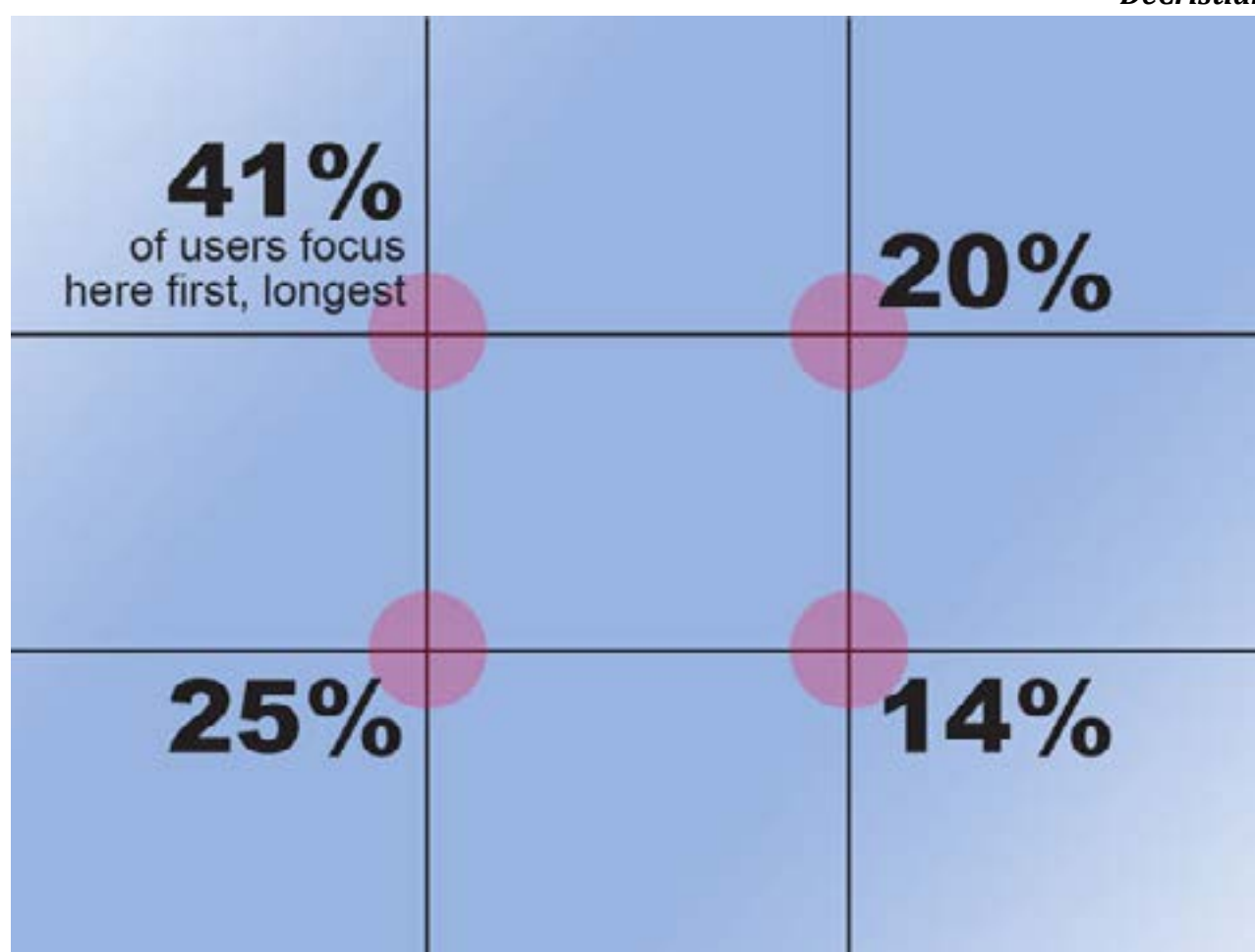
sau vertical, ci merge mai departe de-atât. Poți, de exemplu să încadrezi în așa fel încât subiectul tău să ocupe o treime din fotografie (adică 3 dintre cele 9 cadrane formate de liniile de forță) sau două treimi (6 dintre respectivele cadrane), jonglând astfel cu proporția între ceea ce se cheamă „spațiu pozitiv” (subiectul) și „spațiu negativ” (contextul). Mai mult, pentru a da spațialitate fotografiei tale, poți alege să ai un element în planul apropiat, apoi elementul principal (subiectul) în planul mijlociu și un alt element în planul îndepărtat - așadar, tot trei planuri.

Încă un ajutor în compoziție (și încă unul foarte important) îl reprezintă punctele de intersectare ale liniilor de forță. Aceste puncte se numesc, în termeni de specialitate, „puncte de forță” (evident). În fotografie putem avea subiecte cu desfășurare liniară (un țăr,

un pom, un turn, o stradă, o persoană stând în picioare sau întinsă, etc.) sau punctiformă (o floare, o buburuză, un avion, un tufiș, o minge, o farfurie pe masă, etc.) Dacă pentru prima variantă este evidentă folosirea liniilor de forță, pentru cea de-a doua variantă avem la îndemână punctele lor de intersectare. În planșa ce însoțește acest articol vedeți care dintre punctele de forță sunt preferate în general de către fotografi. În fapt, acele procente arată că rămânem tributari, chiar și în fotografie, modului în care citim (de la stânga la dreapta, de sus în jos) aceasta fiind o informație importantă de care să ții cont atunci când vă construiți compoziția.

În numărul următor veți găsi informații și sugestii despre fotografia de portret, pentru care cele prezentate azi sunt esențiale. Până atunci, *lumină bună!*

DeCristian



CURSURI VIDEO DE DANS

Învăță să dansezi în ritmul tău,
oriunde și oricând!

www.DanceAddiction.ro
