

MĂLINI

STAȚIUNEA TURISTICĂ MĂLINI



Pârția de schi de la Pojorâta - unul dintre cele mai atractive repere turistice ale comunei Mălini

În zilele de sâmbătă, 21 ianuarie 2012, și duminică, 22 ianuarie 2012, Mălini a fost una dintre cele mai aglomerate stațiuni turistice din România. Da, ați citit bine, Mălini a apărut, într-un clasament alcătuit de Ministerul Turismului și Dezvoltării, pe locul șapte între cele mai solicitate stațiuni turistice montane din România. Pe primele locuri aflându-se Poiana Brașov, Borsec și Straja.

Un prim lucru pe care trebuie să-l subliniem este

acela că realitatea, faptele au impus comuna noastră printre stațiunile turistice montane din România. Puțini sunt cei care își imaginează că se poate întâmpla așa ceva.

Al doilea aspect care merită reținut este că această stațiune turistică montană nu a apărut pe o listă între multe altele, ci într-un clasament al celor mai solicitate, ceea ce înseamnă mult, foarte mult.

(continuare în pagina 4)

REALIZĂRI 2011

Și totuși, pentru comuna Mălini, 2011 a fost un an bun

O construcție modernă, elegantă și deosebit de utilă - sala de sport ridicată în centrul comunei



Cu bune și cu mai puțin bune, cu momente grele și unele mai puțin grele, cu lucruri dorite și altele mai puțin dorite, anul 2011 a devenit istorie. Sigur, și zona noastră a cunoscut reflexele crizei care a încercat întreaga Românie. Probabil că în domeniul economic s-au înregistrat scăderi, deși, din punctul de vedere al celor ocupați în agricultură, anul 2011 a fost unul foarte bun. Se poate ca, în comerț, volumul mărfurilor să nu fi atins dimensiunile celui din 2010. Cum, de asemenea, va fi scăzut numărul turiștilor care au venit la pensiunile din zonă, deși au fost numeroase momente când spațiile de cazare s-au ocupat în proporție de sută la sută.

Privind lucrurile dintr-o altă perspectivă, 2011 a fost, pentru comuna Mălini, pentru primăria Comunei Mălini, anul în care s-au încheiat o serie întreagă de investiții: s-a dat în funcțiune sistemul de canalizare; s-a încheiat procesul de modernizare a pârtiei de schi de la Pojorâta; s-a terminat amenajarea parcului de la baza pârtiei de schi; s-au finalizat lucrările de la

baza sportivă de la Suha și s-a dat în funcțiune sala de sport de la Mălini; s-a amenajat drumul de pe culmea Stânișoarei și au început lucrările de modernizare a drumului județean 209-B, Iesle - Culmea Stânișoarei, până la limita cu județul Neamț.

FINALIZAREA ȘI DAREA ÎN FUNCȚIUNE A SISTEMULUI DE CANALIZARE

Așa cum am consemnat la momentul potrivit, în vara anului 2011, a fost dat în funcțiune sistemul de canalizare pentru evacuarea și epurarea apelor uzate. De această instalație beneficiază, într-o primă etapă, instituții și gospodării din Mălini, Pâraie, Suha și Poiana Mărului. Lungimea conductelor instalate este de 30 kilometri. Sistemul mai cuprinde numeroase cămine de vizitare, șapte stații de pompare și două stații de epurare.

(continuare în pagina 4)



Urmând o frumoasă tradiție, la fiecare sfârșit de an, la căminul cultural din centrul comunei, are loc un spectacol cu totul aparte. Copii, adolescenți, tineri, dar și oameni maturi prezintă, preț de câteva ore, obiceiurile locului prilejuite de sărbătorile de iarnă. Așa s-au petrecut lucrurile și în seara zilei de 31 decembrie 2011. Urături, colinde, capre, urși au alcătuit un spectacol plin de culoare, când armonios, când zgomotos, un spectacol care a înviat lumi trecute, care ne-a adus atmosfera parfumată, învolburată a vremurilor de altă dată.

Foarte, foarte multă lume s-a bucurat ore în șir și a aplaudat prestațiile celor ce au urcat pe scenă.

O surpriză deosebit de plăcută a constituit-o prezența în spectacol a interpretului de muzică populară Călin Brăteanu – un artist foarte apreciat în zonă.

Perspective 2012

Proiecte, obiective ale activității primăriei Mălini pentru anul în curs

Anul 2012 nu a venit sub cele mai bune auspicii. Prevestiri mai echilibrate sau mai catastrofale ne avertizează că urmează o perioadă grea, mai grea decât 2011, că după criză vine o altă criză și că revenirea la normal mai are de așteptat. Vom trăi și vom vedea! „Omul este sub vremi...” – spune cronicarul.

Dincolo de prevestirile sumbre, lumea merge mai departe, viața trebuie să-și urmeze cursul. În logica acestei fraze, vă vom înfățișa în cele ce urmează câteva dintre obiectivele pe care și le asumă primăria Mălini pentru anul 2012.

Un obiectiv deosebit de complex privește realizarea sistemului public de alimentare cu apă în satele Mălini și Pâraie. Faza de proiectare a fost încheiată, în perioada imediat următoare va avea loc licitația la încheierea cărei vom afla ce firmă va înfăptui lucrarea.

În acest an vor continua lucrările de modernizare a școlii „Nicolae Labiș” din Mălini. Într-o primă etapă urmând să se construiască un modern grup sanitar.

De asemenea, vor începe reparațiile capitale la școala din Poiana Mărului.

Având în vedere starea improprie a clădirii în care funcționează

grădinița de la Poiana Mărului, primăria Mălini a făcut demersuri la Ministerul Educației și Cercetării pentru construirea unei clădiri noi. Până când se va înfăptui acest lucru, pentru o bucată de timp, primăria va adapta cabinetul medical din localitate în așa fel încât activitatea grădiniței să se desfășoare în bune condiții aici.

O acțiune de anvergură va avea ca scop înlocuirea învelișului de la acoperișul căminului cultural din centrul comunei. 1.200 metri pătrați vor fi acoperiți cu tablă, lucrarea devenind absolut necesară datorită deteriorării accentuate a elementelor vechi.

La fel, primăria Mălini își propune să dea în folosință sala de festivități de la Suha. Pentru aceasta urmând să fie realizată o instalație pentru alimentare cu apă curentă, conectarea la rețeaua de canalizare și înzestrarea cu mobilierul adecvat.

Iată acestea sunt câteva din proiectele, obiectivele asumate de primăria Mălini pentru anul în curs. Or fi multe? Or fi puține? Greu de apreciat în vremurile acestea atât de schimbătoare. Un lucru, însă, este foarte sigur: toate sunt necesare, sunt importante pentru bunul mers al activității, al vieții în comunitatea noastră.

REDUCERE CU 10 LA SUTĂ PENTRU PERSOANELE CARE ÎȘI VOR PLĂTI TAXELE ȘI IMPOZITELE PE 2012 PÂNĂ LA 31 MARTIE

Persoanele fizice sau juridice care vor achita taxele și impozitele pe anul 2012 până la 31 martie vor plăti cu 10 la sută mai puțin.

Codul fiscal prevede, la articolul 255, că taxele și impozitele

pe clădiri, pe teren și pe mijloacele de transport pot fi plătite în două rate egale – una până la 31 martie, iar cealaltă până la 30 septembrie.

Consiliul Local Mălini a hotărât că acei contribuabili, persoane fizice sau juridice, care vor achita taxele și impozitele pe întregul an până la 31 martie, vor beneficia de o reducere de 10 la sută a sumei datorate.

Simplu: dacă o persoană, fizică sau juridică, care are de achitat în 2012 taxe și impozite în valoare de 100 lei, va face plata respectivă până la 31 martie va plăti, de fapt, 90 lei.

CADRELE DIDACTICE FAC EFORTURI PENTRU A SE PERFECTIONA, PENTRU A-ȘI ÎMBOGĂȚI PREGĂTIREA

În una din edițiile anterioare ale publicației „Info – Mălini” am prezentat câteva dintre cadrele didactice din comună care se preocupă de pregătirea profesională, de îmbogățirea și perfecționarea deprinderilor și cunoștințelor necesare la catedră. Așa cum am promis, revenim pentru a vă înfățișa alte câteva cadre didactice care se disting prin efortul făcut de a dobândi noi cote în acumularea valorilor necesare în nobila profesiune de profesor sau învățător.



Gabriela Gogan lucrează în învățământ din 1997. A absolvit facultatea de matematică, iar ulterior a susținut masteratul în managementul resurselor umane. În 2009 a obținut gradul întâi didactic.



Mihaela Zimbru este profesoară din anul 2000. A absolvit Facultatea de Istorie-Geografie. Predă istorie, geografie și cultură civică. În 2011 a obținut gradul întâi didactic.



Laura Țibichi lucrează în învățământ din 1998. A absolvit facultatea de horticultură. Apoi, prin conversie profesională a obținut licențe în educație tehnologică și biologie. În anul 2009 a obținut gradul întâi didactic.



Gheorghe Ovidiu Jitaru lucrează în învățământ din anul 2003. A absolvit facultatea „Andrei Șaguna” din Sibiu, cu specializarea teologie ortodoxă. Predă religia, iar în 2010 a obținut gradul doi didactic.



Carmen Zaharescu lucrează în învățământ din anul 2000. A absolvit facultatea de mecanică. În 2011 a obținut gradul întâi didactic.



Ștefan Brădățanu lucrează în învățământ din 2001. A absolvit facultatea de teologie ortodoxă la Universitatea din Oradea, specializarea teologie pastorală. Predă religie, iar din 2008, deține gradul doi didactic.



Nicoleta Mariana Brădățanu lucrează în învățământ din 2002. A absolvit Facultatea de Litere și Științe ale Comunicării. A dobândit gradul doi didactic în anul 2010.



Mihaela Veliceasa lucrează în învățământ din 1995. A absolvit facultatea de pedagogie. Din 2009, deține gradul întâi didactic.

C
A
L
E
N
D
A
R
S
E
N
T
I
M
E
N
T
A
L

**15 ianuarie 1850.
S-a născut
Mihai Eminescu**

Pentru români, prima lună a anului se află sub zodia poetului Mihai Eminescu. Luceafărul poeziei române s-a născut la 15 ianuarie 1850, la Ipotești. Deși a trecut meteoric prin lume, opera sa vastă, variată, rod al unui talent ieșit din comun, l-a așezat pe unul dintre cele mai înalte socluri ale spiritualității românești. Viața sa, una a trăirilor totale, a încercărilor dramatice, tragice, s-a petrecut în preajma și în slujba altarului culturii și limbii române.

Voievodul Limbii Române, cum, pe bună dreptate, a fost numit, a ridicat valorile noastre naționale pe culmi emblematică, le-a ridicat, le-a cultivat și le-a consacrat în universalitate. Geniul său, aproape nepământean, a revoluționat literatura și cultura neamului, le-a dat dimensiuni niciodată cunoscute până la el, le-a înobilat cu pecetea demiurgice.

**24 ianuarie 1859.
S-a pecetluit unirea
Moldovei
cu Țara Românească**

Unul dintre evenimentele cruciale pentru neamul nostru s-a consumat la 24 ianuarie 1859. Împropătarea unei societăți anchirozate, inițiată de mișcările revoluționare de la 1848, avea să-și găsească materializarea în actul istoric de la 1859. Iar omul care a înfăptuit marea opera a fost colonelul Alexandru Ioan Cuza. Unirea Moldovei cu Țara Românească, sub sceptrul lui Cuza, nu a fost o întâmplare, nu a fost aventura unor entuziaști. A fost secvența logică a cursului istoriei unui neam conectat la evoluția social-politică a Europei. Cuza, Mihail Kogălniceanu, ceilalți remarcabili bărbați de stat au ridicat România la standardele moderne ale aceluși timp, actul de la 24 ianuarie 1859 fiind doar punctul de plecare într-o energică acțiune de schimbare, de modernizare a societății românești. Colonelul Alexandru Ioan Cuza a făcut eforturi deosebite pentru



De la gâze până la stele, la lăcări, de la pacea lacurilor și pădurilor până la involburarea fabuloaselor războaie, de la dragostea cea mai curată până la dureroasa trădare, toate cele ale lumii au fost cercetate, înțelese și înfățișate în poezia sa inefabilă.

Iată, au trecut 162 de ani, de când, în miez de ianuarie, la Ipotești, lângă Botoșani, a „făcut ochi” cel ce urma să fie poetul fără pereche al limbii române.

E bine, spre neuitarea sa, să-i citim mereu versul fără asemănare și să-l evocăm alături de marii bărbați ai neamului – Ștefan cel Mare, Mihai Viteazul, Nicolae Iorga, Constantin Brâncuși, Ion Antonescu...



ca unirea să fie recunoscută de puterile vremii, pentru desăvârșirea operei de unire a Principatelor Române și, ulterior, pentru înfăptuirea unității constituționale și administrative, lucru realizat în ianuarie 1862, când Moldova și Țara Românească au format un singur stat unitar cu numele România, cu capitala la București, cu un singur parlament și un singur guvern.

Reper luminos în istoria tumultoasă a neamului, Unirea Principatelor Române de la 24 ianuarie 1859 constituie piatra de temelie a edificiului care va fi România modernă.

Picătura de sănătate

Cheia longevității – o enzimă

Cercetătorii de la Universitatea „Harvard” au reușit să oprească procesul de îmbătrânire la șoareci și, mai mult, să le întinerească țesuturile. Substanța care produce aceste efecte este o enzimă care previne degradarea ADN-ului, numită telomeroză. Specialiștii speră că această descoperire să permită obținerea acelorași rezultate și la oameni, încetinind procesul de îmbătrânire sau refăcând unele țesuturi. Cercetările pe această temă continuă pentru că există pericolul ca activarea acestei enzime la om să provoace cancer.

Și lipsa sării facilitează fracturile

Nu doar lipsa de calciu determină fracturi, ci și lipsa de sodiu, se arată într-un studiu efectuat de cercetători olandezi. Potrivit acestora, vârstnicii cu un nivel scăzut de sodiu în sânge suferă fracturi mai des. Deficitul de sodiu din sânge se numește hiponatremie și, potrivit specialiștilor olandezi, crește riscul apariției osteoporozei, boală care constă în fragilizarea oaselor și, drept urmare, favorizează apariția fracturilor.

Studiul oamenilor de știință din Olanda a mai evidențiat și faptul că deficitul de sodiu crește riscul de deces cu 21 la sută.

Lumânările aromatate sunt nocive

Fumul produs de lumânările aromatate conține toxine care contribuie la apariția astmului, eczemelor și a cancerului, se arată într-un studiu efectuat de cercetători americani. Aceștia susțin că analizele de laborator au indicat faptul că lumânările din parafină eliberează în timpul arderii substanțe toxice, precum toluenul și benzenul. Acestea sunt periculoase pentru faptul că pot declanșa crize de astm, erupții cutanate și că pot

contribui, în timp, la apariția cancerului. Specialiștii avertizează asupra faptului că astfel de lumânări nu ar trebui folosite de loc în încăperi slab ventilate, cum ar fi interioarele în care sunt amenajate băi.

Coaja de mandarină este anticanceroasă

Cercetătorii englezi au descoperit că o substanță conținută de coaja de mandarină este eficientă împotriva cancerului ovarian, pulmonar, mamar și de prostată. Conform specialiștilor de la Școala de Farmacie din Leicester, proprietățile cojii de mandarină se datorează conținutului de salvestroli.

„Salvestrolul reprezintă un nou mecanism de acțiune împotriva cancerului prin intermediul dietei. Absența salvestrolilor din dieta modernă este o consecință a faptului că majoritatea oamenilor nu mai consumă coaja unor fructe, un factor major în ceea ce privește creșterea incidenței unor tipuri de cancer – a precizat profesorul Hoon, autorul studiului.

Cafeaua ajută inima

Pe somnoroși îi trezește, celor depresivi le alungă tristețile, protejează de crampele musculare – iată cât de mult bine poate să facă licoarea neagră numită cafea.

Mai mult decât atât, un studiu recent a mai arătat un lucru foarte interesant: cafeaua oferă protecție inimii.

O investigație cu 130.000 de participanți i-a făcut pe cercetătorii americani să anuleze teze potrivit căreia cafeaua amenință inima. Nu există pericol nici la un consum mai mare, 4-6 cani de cafea pe zi. Explicația ar fi că elasticitatea arterelor sporește mult datorită substanțelor conținute de cafea și, deci, circulația sângelui nu are nici un fel de probleme.

✦ UNIVERSUL CREDINȚEI ✦ UNIVERSUL CREDINȚEI ✦

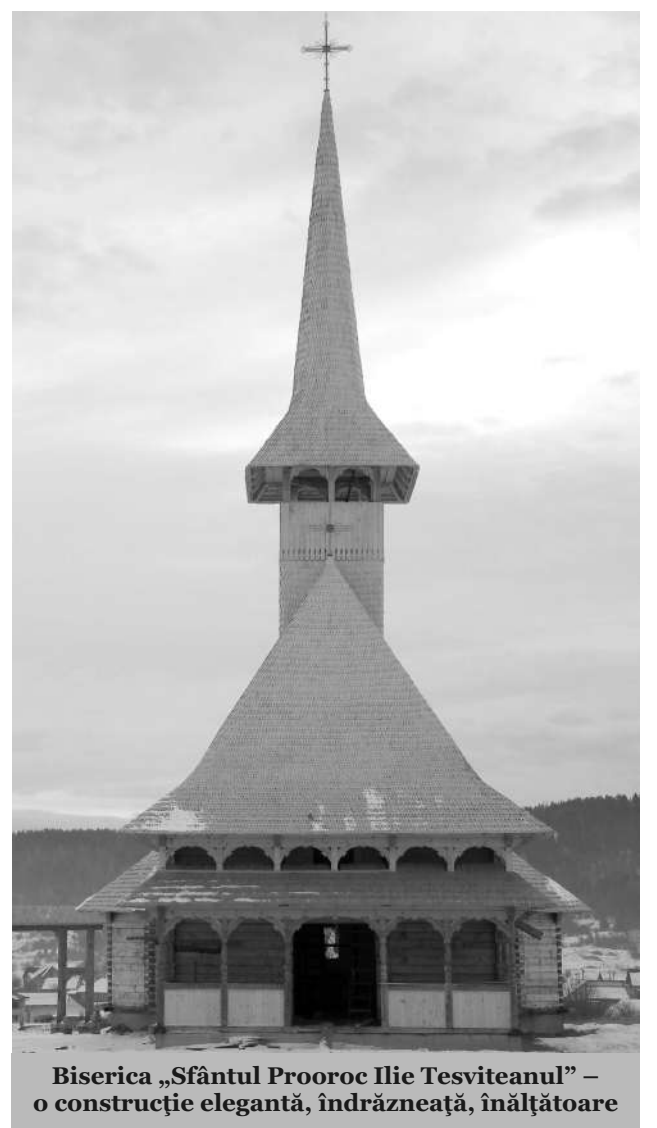
Motive de bucurie și mulțumire sufletească

Anul 2011 a adus motive de bucurie și mulțumire sufletească pentru credincioșii din comuna noastră.

Unul dintre aceste motive l-a constituit sfințirea bisericeții cu hramul „Înălțarea Domnului”, construită în centrul comunei. Noul lăcaș este ridicat pe locul unde a fost o mică biserică parohială, distrusă în timpul regimului comunist, și este consacrat eroilor din comuna Mălini care, de-a lungul timpului, s-au jertfit pentru neam și pentru țară.

Un alt moment cu semnificații deosebite pentru viața religioasă a comunității îl reprezintă începerea lucrărilor de ridicare a bisericii cu hramul „Sfântul Prooroc Ilie Tesviteanul”. Construcția are loc în satul Suha și va fi realizată în stil maramureșean. Va avea o lungime de 21,5 metri, o lățime de 7 metri și o înălțime de 30 metri.

Constructorii sunt din localitatea Bârsana, de pe valea Izei, și au reușit să aducă edificiul într-un stadiu înaintat de realizare. Odată cu venirea anotimpului prielnic, lucrările la biserica din satul Suha vor fi reluate.



Biserica „Sfântul Prooroc Ilie Tesviteanul” – o construcție elegantă, îndrăzneță, înălțătoare

„Vremurile s-au mai schimbat, dar noi am rămas aceiași...”

Începând cu această ediție, în paginile publicației „ Info - Mălini” vom insera scurte interviuri cu persoane din comună, oameni care au să ne spună lucruri interesante despre viața comunității, despre viața lor sau a familiilor lor.

Vom începe cu Simion Buzdugan, un bun cunoscător al trecutului localităților noastre și un gospodar tipic pentru această zonă.

- Domnule Simion Buzdugan, ne aflăm după sărbătorile de iarnă. Aș vrea să vorbim mai întâi despre această perioadă a anului, despre tradițiile ocazionate de aceste sărbători, despre ce au fost aceste tradiții și ceea ce a mai rămas.

- Vremea aceasta numită de noi „sărbătorile de iarnă”, adică Crăciunul - Nașterea lui Iisus Hristos, Sfântul Vasile cel Mare și Anul Nou, Boboteaza, Sfântul Ioan Botezătorul, a fost dintotdeauna o perioadă de liniște sufletească, de sărbătoare, dar și de distracție – vorbesc mai ales despre timpul tineretilor mele. Sărbătorile veneau după o lungă perioadă de muncă intensă la pădure sau la cultivarea pământului. După strângerea roadelor de pe câmp și adăpostirea hranei pentru animale, venea (ca și acum) timpul postului. Timp în care creștinii merg la biserică să-i mulțumească lui Dumnezeu pentru toate care le-au adunat în cămară, în hambar și în ogradă. Odată cu toate acestea în sufletele lor se află și așteptarea sărbătorilor, cu speranță și dragoste de viață.

În privința tradițiilor, a obiceiurilor, moștenirea era foarte frumoasă și bogată. Colindele, urăturile, capre, ursul, piese de teatru popular, precum Jianul, nu erau povești erau realități minunate de care ne bucuram ca participanți, ca actori sau ca spectatori. Copii și tineri, cu zecile, cu sutele, erau cei ce reînviu, an de an, aceste obiceiuri.

Probabil că spectacolul cel mai important și mai apreciat era jocul caprei. Se făceau, în fiecare sat, trei – patru rânduri de capre. „Capra cea mare”era formată din băietani



mai stătuți, cu armata făcută, și din cei care mai aveau doi-trei ani până la armată. Era apoi „capra mijlocie” formată din băietanași mai tineri. Urmău „, căprițele cele mici” formate din copii mai mari sau chiar elevi la școală.

În ziua de Sfântul Vasile, dimineața, după ce-și hrăneau și adăpau animalele, oamenii, tineri sau bătrâni, bărbați sau femei, întâmpinau capra și apoi o însoțeau prin tot satul, până seara târziu. După aceea se strâneau cu toții la casa de joc, unde petreceau până a doua zi dimineată.

Niciodată, pe tot parcursul anului, nu se mai întâlneau atâția oameni la un loc precum la Sfântul Vasile.

Din păcate, din foarte multe motive, în zilele noastre, toate acestea au devenit amintiri. Încercările care se fac sunt neconvingătoare, nu mai trezesc interes ca altă dată.

Știu că oameni cu dragoste de trecut sprijină o formație care încearcă să ducă mai departe obiceiuri de pe aceste meleaguri. Sunt bucuroși să spun că o fac foarte bine.

- Cunoașteți locurile acestea de mult timp. V-ați născut și ați trăit anotimpurile de până acum ale vieții aici, la poalele Stânișoarei. Vă rog să faceți o paralelă între ceea ce se întâmpla odată și ceea ce se întâmplă acum din punct de vedere economic, social, cultural, spiritual.

- În stilul nostru de viață, ca oameni de munte, ca oameni de la munte, în obiceiurile de fiecare zi, nu au avut loc modificări foarte mari. Vremurile s-au mai schimbat, dar noi am rămas aceiași...

Și totuși ceva este diferit față de trecut: avem o șosea foarte bună, o șosea care a înlocuit drumul pietruit care îți băga praful în ochi și în casă. Șoseaua aceasta modernă ne este foarte folositoare în activitățile noastre. Dar s-a pierdut sistemul organizat al muncii noastre la pădure. Cu sectorul de exploatare forestieră, cu brigăzi care cuprindeau peste două sute sau chiar mai mulți oameni, muncitori calificați în diferite meserii. Sistemul de astăzi nu mai are rigoarea de altădată.

S-au pierdut multe și din punct de vedere cultural. Înainte se organizau pe lângă școli coruri, echipe de dansuri. Aveau loc serbări la care lumea se ducea cu drag. Azi, nu știu să mai fie așa ceva.

- Sunteți unul dintre ctitorii noii biserici din Văleni. Referiți-vă la inițiativa și efortul de a ridica acest lăcaș religios și la aplecarea spre credință a concetățenilor noștri.

- Inițiativa de a construi o biserică nouă a fost a întregii comunități. La ridicarea ei au contribuit cu bani toți credincioșii. Au fost și oameni mai înstăriți care au contribuit mai substanțial. De altfel, aș putea spune că întreaga comunitate din Mălini a contribuit la ridicarea sfântului lăcaș de la Văleni. Preotul paroh, om tânăr și de prin partea locului, a impulsionat activitatea de construcție.

Oamenii de la noi au fost și sunt credincioși, păstrători ai credinței ortodoxe străbune și ai rânduielilor bisericești, religioase.

- Există un fenomen în care sunteți oarecum implicat (doi dintre copiii dumneavoastră se află în această situație): plecarea oamenilor la lucru în străinătate. E bine ce se întâmplă? E rău? Oamenii aceștia se vor dezrădăcina, se vor înstrăina? Se vor mai întoarce ei acasă?

- Consider că este foarte bine. Rezultatele plecării tinerilor în străinătate se văd la tot pasul: multe construcții noi, moderne, ogrăzi frumoase, cu garduri noi. De îndată ce ei au construit și mult, și frumos pe locurile natale, este de înțeles că se vor întoarce. Când se vor întoarce? Asta nu depinde nici de noi, nici de ei. Depinde numai de ce se va întâmpla, din perspectivă economică vorbind, în țările în care lucrează. Nici vorbă de dezrădăcinare! Noi, moldovenii, trebuie să fim îngropați în mormintele părinților noștri! Așa a fost și așa cred că va rămâne...

- Am fost împreună pe Stânișoara și am văzut drumul făcut de primărie toamna trecută. Am vorbit atunci despre proiectul ce-și propune promovarea turismului în acea zonă, pe un traseu foarte spectaculos. Ce credeți, are vreo șansă acest proiect?

- Cred că da. Toate proiectele care le-a inițiat primăria, nu spun: primarul, au avut șanse, s-au realizat în timp. Însă, după părerea mea, mai este câte ceva de făcut și aici, jos, în sat. De pildă, un drum peste apă undeva în apropierea gării Celarului. Un pod și câteva sute de metri de drum ar veni în ajutorul celor care avem pământ în Celaru, dar și familiilor care locuiesc peste apă, cred că sunt vreo cincisprezece, care atunci când se dezlănțuie Suha Mare rămân izolate zile în șir.

- Mulțumesc domnule Simion! Mulțumesc pentru că ați acceptat acest dialog, dar și mai mult, mulțumesc pentru sinceritatea și franchețea răspunsurilor dumneavoastră.

Interviu realizat de Dumitru AMARIEI

Sfatul medicului

DIABETUL - O BOALĂ PARȘIVĂ

Diabetul, o boală foarte răspândită în țara noastră, este caracterizat de apariția unor niveluri ridicate de zahăr (glucoză) în sânge.

Această situație anormală apare ca rezultat al unei dereglări a secreției sau a acțiunii insulinei – un hormon produs de pancreas, hormon care reglează nivelul zahărului în sânge.

Există două forme de diabet: tip I și tip II. Diabetul de tip I apare mai ales în copilăria sau adolescența individului, pe când diabetul de tip II apare la persoanele mature, cu vârsta de peste 40 de ani.

Medicii susțin că diabetul este o boală care are drept principale cauze alimentația foarte bogată în calorii, în grăsimi saturate și glucide rafinate, sedentarismul, fumatul, consumul crescut de alcool și obezitatea abdominală. Un aspect care trebuie să ne dea de gândit este acela că, dacă, până nu de mult, diabetul zaharat la copii era o raritate, în zilele noastre, odată cu creșterea obezității în rândul copiilor și al tinerilor, se mărește alarmant numărul bolnavilor de diabet din cadrul acestor categorii de vârstă. Specialiștii au mai stabilit că diabetul de tip II poate apărea, în multe situații, datorită moștenirii genetice, ereditatea, în cazul acestei boli, fiind foarte importantă.

Obezitatea, excesul ponderal poate favoriza instalarea diabetu-

lui. Trebuie știut că, în special, grăsimia stratificată în jurul abdomenului provoacă un fenomen de rezistență la insulină. Asta înseamnă că pancreasul, care secretă insulina (hormonul care controlează concentrația de zahăr în sânge) este obligat să întârzie producerea acesteia sau să scadă cantitatea de hormon. Consecința: crește nivelul de zahăr în sânge și, evident, riscul apariției diabetului.

În țara noastră există 600.000 de persoane diagnosticate cu diabet zaharat. Dar cercetările epidemiologice efectuate în ultima vreme au demonstrat că numărul purtătorilor acestei boli este mult mai mare: de peste un milion de români.

Între simptomele cele mai întâlnite ale acestei boli se numără: setea continuă și foarte mare, urinarea frecventă, scăderea în greutate, vindecarea lentă a tăieturilor și a rănilor, recidivarea unor infecții, tulburarea vederii, senzația de amorțeală sau furnicăături în mâini și picioare.

Trebuie reținut că diabetul, odată instalat, favorizează apariția altor suferințe: boli cardiovasculare și de rinichi, deteriorări ale nervilor, pierderea vederii.

Specialiștii sunt de părere că, pentru bolnavii de diabet, cel mai important tratament nu constă în medicamente, ci într-un regim alimentar echilibrat și exerciții fizice. Persoanele bolnave de diabet trebuie să aibă o alimentație cu mai puține calorii, mai puține grăsimi, echilibrată din punct de vedere nutritiv și cantitativ. Astfel, trebuie redus drastic consumul de zahăr, cereale rafinate, lactate nedegresate, carne grasă, băuturi răcoritoare care conțin zahăr, prăjituri, cartofi, alcool. De asemenea, se re-

comandă practicarea, în mod regulat, a activității fizice de intensitate medie: mersul pe jos, înotul, mersul pe bicicletă. În concluzie, tratamentul bolii, ca și prevenirea acesteia, presupune o bună igienă a vieții.

Foarte important: diabetul este o boală care se tratează numai de medic. Trebuie respectat cu rigoare tratamentul medicamentos, precum și regimul alimentar care va fi alcătuit tot împreună cu medicul. Dieta fiecărei persoane trebuie să fie stabilită individual pentru a corespunde necesităților de insulină.

Diabetul, mai ales diabetul de tip II, este infernal prin complicațiile care le generează, desigur, în cazul în care este neglijat. Printre afecțiunile care pot să apară datorită diabetului se află retinopatia diabetică, aceasta fiind o cauză majoră a pierderii vederii. Altă complicație: neuropatii care se însoțesc cu tulburări ale circulației sanguine, complicații care sunt la originea apariției ulcerărilor la picioare. Adesea, în aceste situații se ajunge la amputare. Atenție: în lume, în fiecare an, datorită diabetului, se efectuează un milion de amputări.

Diabetul este o boală deosebit de periculoasă, este o boală parșivă. Se instalează, pe nesimțite, în intervale lungi de timp, nu produce dureri, iar cel afectat poate confunda eventualele simptome cu cele ale altor boli. Dar, odată instalat, diabetul este greu, de cele mai multe ori, imposibil de îndepărtat.

Ca și în cazul altor boli, important este să prevenim diabetul, iar dacă, totuși, suferim de această boală, trebuie s-o tratăm cu cea mai mare seriozitate.

doctor
Carmen Mariana
MOGÎRZAN

La Unitatea de Asistență Medico-Socială Activitate de cea mai bună calitate

Unitatea de Asistență Medico - Socială din Mălini a funcționat în cele mai bune condiții și în anul 2011. Așa cum ne-a spus directorul instituției, Cezar Saftiu, de-a lungul anului trecut au beneficiat de serviciile acestui așezământ 384 de persoane, cu precizarea că unele dintre acestea au fost internate aici de mai multe ori. Au fost persoane care au rămas internate și câte cinci-șase luni.

Banii necesari pentru funcționarea optimă a unității au fost asigurați astfel: 384.000 lei de primăria Mălini și 136.540 lei de către Direcția de Sănătate Publică a județului Su-

ceava.

Remarcând calitatea serviciilor, tratamentul, îngrijirea, hrănirea celor internați, trebuie să apreciem calitatea umană și profesională a celor ce lucrează la această instituție. Oră de oră, 24 de ore din 24, aici se materializează atenție și grijă sporite față de cei suferinzi, înțelegere și disponibilitate pentru a le alina durerile, preocupare pentru ca întreaga activitate să se desfășoare la parametrii profesionali cei mai eficienți.

Oamenii care fac acest lucru merită respectul și recunoștința întregii comunități.

BOLILE CRONICE – UN PERICOL UNIVERSAL

Banca Mondială avertizează, într-un raport dat publicității, că bolile de inimă, obezitatea, cancerul, diabetul și afecțiunile respiratorii cronice amenință tot mai mult sănătatea oamenilor și securitatea economică a numeroase țări, mai ales a celor din Europa de Est. Sunt vizate țările cu venituri mici și medii (cum este și cazul României), țări care au probleme mari în a finanța servicii medicale capabile să administreze criza generată de așa – numitele ,, afecțiuni nontransmisibile”.

Potrivit raportului Băncii Mondiale, în Africa de Sud, de exemplu, unde bolile cardiovasculare sunt deja o cauză majoră de deces și

handicap, populația are primul atac de cord la vârsta medie de 53 de ani, comparativ cu 59 în restul lumii. În Ucraina, o persoană din patru, cu vârsta între 18 și 65 de ani, suferă de o boală cronică, fiind afectați tot mai mulți tineri. Situația determină Banca Mondială să ajungă la concluzia că această țară și-ar putea pierde generația viitoare din cauza bolilor cronice.

Finanțarea sistemului medicosanitar din România, banii tot mai puțini acordați pentru sănătatea populației creează condiții favorabile pentru ca generațiile de azi și cele viitoare să fie afectate determinant din perspectiva sănătății fizice și mentale.

Turiști

Mălini, în topul celor mai aglomerate stațiuni montane

■ Potrivit Ministerului Dezvoltării și Turismului, Poiana Brașov, Borsec și Straja au fost cele mai aglomerate stațiuni montane din România, în clasament apărând și comuna Mălini

Comuna Mălini a fost una dintre cele mai aglomerate stațiuni turistice montane la nivel național în weekendul trecut. Informația a fost furnizată de Ministerul Dezvoltării Regionale și Turismului, care, într-un comunicat de presă, precizează că Mălini s-a aflat pe locul șapte la nivel național din punctul de vedere al numărului de accesări ale instalațiilor de transport cablu pe părții și la numărul de mașini. Potrivit Ministerului Dezvoltării și Turismului, Poiana Brașov, Borsec și Straja au fost cele mai aglomerate stațiuni montane din România, în clasament apărând și comuna Mălini, cu 2.200 de acces la instalația de teleschi și 750 de mașini ale turiștilor.

Potrivit primarului din Mălini, Petru Nistor, weekendul trecut a fost înregistrat cel mai mare număr de turiști din această iarnă. „Părția a fost plină duminică. Dacă va fi și mai frig și vom putea să pornim tunurile de zăpadă, în mod sigur va crește și numărul turiștilor”, a declarat Nistor. El a adăugat că cei mai mulți turiști care au venit în Mălini în weekendul trecut au fost din Suceava, Fălticeni, Pașcani și Botoșani. Petru Nistor a precizat că cei mai mulți turiști au folosit părția din Mălini pentru a se da cu sania. Părția din această comună are o lungime de 830 de metri și este deservită de o instalație de teleschi.

Dan COMAN
danco@monitorulsv.ro

STAȚIUNEA TURISTICĂ MĂLINI

(urmăre din pagina 1)

Înseamnă, mai întâi, că există o infrastructură viabilă: o șosea modernă, îngrijită, accesibilă și în condiții de iarnă, spații de cazare, posibilități de hrănire, oferte de petrecere a timpului (vezi, de pildă, părția de schi de la Pojorâta).

Nu este lipsită de importanță localizarea, una cu peisaje deosebite, unice, fără surse importante de poluare; o zonă, până mai ieri, aproape necunoscută turiștilor.

Sigur, mai este vorba aici și despre cum este primit turistul, cum este tratat, despre ce găsește el aici mai nou, mai bun, mai interesant decât în altă parte.

Cu certitudine, ceea ce atrage în primul rând oamenii, pe timpul iernii, la Mălini, este părția de schi. Din momentul în care condițiile meteorologice au devenit prielnice pentru practicarea acestui sport, drumul spre Mălini s-a aglomerat, spațiile de cazare s-au ocupat.

De fapt, pensiunile, cabanele și hotelurile din zonă au fost ocupate în proporție de sută la sută și de Crăciun, și de Revelion.

Vorbind despre părția de schi de la Pojorâta, trebuie să observăm că modernizarea părții, instalarea tunurilor pentru produs zăpadă se dovedesc măsuri



Unul dintre cele patru tunuri pentru producerea zăpezii

deosebit de utile mai ales în condițiile unor ierni sărace în precipitații.

În această situație un lucru devine cu totul evident: zona Mălini este în această clipă cunoscută ca una dintre stațiunile turistice montane cele mai solicitate. S-a ajuns aici datorită inspirației și preocupării administrației locale, ale consiliului local, ale primarului Petru Nistor. Inspirație, preocupare, curaj, ambiție, pricepere, profesionalism - iată ingredientele rețetei de succes care se numește stațiunea montană Mălini, apărută brusc și convingător pe harta turistică a României.



Aglomerare - și la casa de bilete,



... și în spațiile de parcare

GRUPUL FOLCLORIC „FLORI DE MĂLIN” PASIUNE, TALENT, SERIOZITATE

În luna octombrie a anului trecut, remarcam în publicația noastră faptul că grupul folcloric „Flori de mălin” a obținut locul întâi la faza finală a festivalului – concurs județean „Comori de suflet românesc”. Perioada care a urmat a fost, pentru artiștii de la Mălini, una foarte densă.

Mai întâi au răspuns invitației, deosebit de onorante, de a participa la spectacolele care au acompaniat, la București, târgul „Produs în Bucovina”. Au fost trei zile cu numeroase spectacole, cu intrări în direct la emisiunile televizate, dar și cu satisfacția de a fi aplaudați de sutele de bucurători prezenți la spectacole, de a fi văzuți și apreciați de telespectatorii din toată țara.

Drept recunoaștere a valorii lor, o parte a componenților formației au fost invitați la o emisiune transmisă în direct, „Poiana lui Iocan”, a postului de televiziune „Etno Tv”.

O participare consistentă a avut grupul „Flori de Mălin” și la acțiunea „Crăciun în Bucovina”, organizată de Consiliul Județean Suceava.

Astfel, la 26 decembrie 2011, la Căminul Cultural din centrul co-

munei a avut loc un spectacol la care, pe lângă formația gazdă, au participat grupuri folclorice din localitățile Capu Câmpului, Corlata, Cornu Luncii și Ostra.

A doua zi, la 27 decembrie 2011, grupul „Flori de mălin” a prezentat, în cadrul aceleiași acțiuni „Crăciun în Bucovina”, încă două spectacole: unul la Suceava, celălalt la Fălticeni.

Tot în această perioadă, grupul folcloric „Flori de mălin” s-a aflat pe scena festivalului tradițiilor și obiceiurilor de iarnă care a avut loc la Bistrița, prestația lor fiind reluată de canalul de televiziune „Hora”.

Repertoriul original, variat, interpretarea naturală, surprinzătoare prin forță și sensibilitate, prezența scenică vie, armonioasă – acestea par să fie argumentele care fac din formația de la Mălini una apreciată de cei care prețuiesc folclorul, fie ei spectatori sau specialiști. Fiindcă veni vorba de specialiști, trebuie să spunem că formația din Mălini este asistată cu profesionalism și interes de către domnul Călin Brăteanu – șef de secție la Centrul de Conservare și

Promovare a Culturii Tradiționale Suceava.

De asemenea, vom consemna sprijinul apropiat și permanent de care formația „Flori de mălin” se bucură din partea primăriei. Astfel, relativ recent, membrii grupului au fost înzeestrați cu opinci, pălării și sumane noi, aceasta fiind numai una din dovezile că la Mălini administrația locală se ocupă de cultivarea tradițiilor, a folclorului original.

Dar cine sunt oamenii care se dedică trup și suflet acestei opere atât de frumoase, de delicate, dar care cere muncă, eforturi, sacrificii. Vi-i prezentăm într-o ordine absolut întâmplătoare: Vasile Ungureanu, Cristian Albu, Pavel Ilincăi, Vasile Târziu, Ioniță Maganu, Tudorel Buta, Petrică Scutăreanu, Vasile Ștefănoaia, Dragomir Vornicu, Gavril Gușă, Neculai Țigănescu, Neculai și Maria Crețu. Aceștia sunt oamenii care își dedică talentul, timpul, capacitățile lor interpretative și artistice în slujba folclorului de pe valea Suhei Mari, de la poalele Stănișoarei.

Dumitru AMARIEI



Grupul folcloric „Flori de mălin” împreună cu Călin Brăteanu - un bun cunoscător și... cultivator al folclorului

REALIZĂRI 2011
Și totuși, pentru comuna Mălini, 2011 a fost un an bun

(urmăre din pagina 1)

MODERNIZAREA
PĂRTIEI DE SCHI

Pentru ca părția de schi de la Pojorâta să devină mai competitivă, mai atractivă, pentru a se prelungi perioada de practicare a acestui frumos sport, a fost inițiat proiectul „Alimentare cu apă, tunuri de zăpadă artificială, anexe, căi de acces și parcare la părția comunei Mălini, județul Suceava”. În urma efectuării lucrărilor planificate s-au realizat un bazin de acumulare a apei cu o capacitate de 4500 metri cubi, o stație de pompare, 19 hidranți și o incintă tehnică. În cadrul aceluiași program, s-au achiziționat patru turbine (tunuri) pentru transformarea apei sub presiune în zăpadă.

AMENAJAREA PARCULUI
DE LA BAZA PĂRTIEI DE SCHI

Tot în vara anului 2011 au fost încheiate lucrările la parcul de la baza părții de schi. Este vorba de o amenajare peisagistică pe o suprafață de 7400 metri pătrați. Parcul este realizat la standarde moderne. Are instalație de iluminat pe timp de noapte, sistem automat de irigare, dispune de o rețea de șanțuri pentru preluarea și evacuarea apelor pluviale. Pe marginile aleilor se găsesc bănci sau măsuțe cu taburete, iar la intrarea în parc a fost construit un atractiv loc de joacă pentru copii.

DAREA ÎN FOLOSINȚĂ
A SĂLII DE SPORT
DE LA MĂLINI

O realizare cu totul remarcabilă este sala de sport de la Mălini. Construită în aproximativ un an de zile, sala cu destinație de practică sportivă competițională locală oferă posibilitatea organizării unor meciuri de volei, handbal, baschet sau tenis de câmp. Foarte important este faptul că aici se desfășoară orele de

educație fizică ale elevilor de la școala „Nicolae Labiș” din Mălini. De asemenea, sala este pusă la dispoziția persoanelor care practică jocuri sportive. Modernă, încăpătoare, luminoasă, sala de sport de la Mălini dispune de tribune pentru spectatori (150 de locuri), spații pentru cabinetul medical, patru vestiare, patru grupuri sanitare, încăpere pentru depozitarea materialelor sportive. Clădirea are sursă de încălzire proprie.

REALIZAREA DRUMULUI
DE PE CULMEA STĂNIȘOAREI

În toamna anului 2011, la inițiativa primăriei comunei Mălini, pe Culmea Stănișoarei, s-a realizat un drum lung de 8400 metri – o cale de acces foarte utilă crescătorilor de animale. Luând drept reper punctul numit „Crucea Talienilor” drumul este construit pe o distanță de 3600 de metri spre Muncelu și pe o distanță de 4800 de metri spre Poiana Lungă.

În concepția primarului Petru Nistor, acest drum poate fi parte a unui traseu turistic deosebit de spectaculos, traseu care va putea fi parcurs pe jos sau cu mijloace autopropulsate – motociclete sau autoturisme de teren (obișnuite sau tip A.T.V.).

AU ÎNCEPUT LUCRĂRILE
DE MODERNIZARE A DRUMULUI JUDEȚEAN 209-B

În partea a doua a anului trecut au început lucrările de modernizare a drumului județean 209-B, Iesle – Culmea Stănișoarei – până la limita cu județul Neamț. Au fost construite primele două podețe – unul în zona Hartoneasa, celălalt – peste Pârâul lui Ionel. De asemenea, a fost asfaltată o primă porțiune de drum (câteva sute de metri). Menționăm că, în final, drumul va fi modernizat pe o distanță de 14,6 kilometri și va constitui o importantă cale de acces spre județul Neamț și, mai departe, spre Transilvania.

Redactor: Dumitru Amariei

Procesare texte: Ionela Panțiru

Tehnoredactare: Răzvan Guzu

Tipografia CELESTIN - Suceava