

MĂLINI

15 martie - 15 aprilie LUNA PĂDURII



„Luna pădurii” este unul dintre cele mai importante evenimente silvice și ecologice din România, dar și din alte părți ale lumii. Unul dintre scopurile organizării acestei acțiuni este sensibilizarea oamenilor cu privire la importanța pădurilor, precum și reliefa rolului esențial al acestora în menținerea echilibrului ecologic.

Direcția silvică Suceava desfășoară în această primăvară una dintre cele mai mari campanii de regenerare a pădurilor din județ: vor fi reîmpădurite peste 2000 de hectare de teren prin plantarea a 6,3 milioane de puieți.

Ocolul Silvic Mălini va efectua împăduriri integrale pe 41,2 hectare și completări curente pe 5,34 hectare. Șeful Ocolului Silvic Mălini, inginerul Ciprian Cimbru, ne-a spus că pentru împăduririle integrale se vor folosi peste 177.000 puieți (de molid, brad, larice, paltin de munte și frasin), iar pentru completări curente se vor folosi aproape 27.000 puieți (molid, brad, frasin).



Mălini – o zonă frumoasă, pitorească, o așezare modernă

Zilele trecute, un tânăr, care, agent comercial fiind, colindă toate localitățile din județul Suceava, mi-a spus că îi place să vină la Mălini „o vale frumoasă, pitorească, bine gospodărită: cu case frumoase, multe dintre ele noi, cu drumul bun, curat, marcat și cu indicatoare pentru turiști. Iar inițiativa cu dezvoltarea turismului a dat gata pe toată lumea”...

Iată, mi-am zis, un om, care vine din când în când prin satele noastre, a observat aspecte cu care noi, cei ai locului, ne-am obișnuit.

„O zonă frumoasă, pitorească” ar însemna platourile largi, generoase pe care sunt așezate satele Pâraie, Mălini și Suha. Suprafețe drepte, „ca în palmă”, parcă anume făcute pentru a fi locuite și pentru a lucra pământul roditor.

„O zonă frumoasă, pitorească” ar fi, de asemenea, o referire la imaginea pe care o formează formele de relief care se apropie din stânga și din dreapta bătrânului pârâu Suha Mare, forme tăiate de zeci de pârâiașe care „cad” perpendicular pe cursul principal de apă.

„O zonă frumoasă, pitorească” ar mai însemna desenul alcătuit de apa Suhei și de șosea. Începând de la poalele Stânișoarei și până la cursul Moldovei, cele două „linii” trec spectaculos una peste alta, se întrec și se petrec alcătuind un labirint simplu, dar deosebit de spectaculos.

„O zonă frumoasă, pitorească” ar putea fi și o referire la ...jocul așezării locuințelor începând din Poiana Mărului, continuând cu Văleni-Stânișoara, până sus la Iesle: case ridicate lângă drum, sub pădure, lângă apă, peste apă, în spații mai largi sau mai înguste, case mai mari și mai mici, mai vechi și mai noi – toate fiind rezultatul unei lupte de sute de ani pentru viață și supraviețuire.

„O zonă frumoasă, pitorească” alcătuită de locuri care poartă denumiri ancestrale, misterioase, tainice: Răchitiș, Boicu, Bursunaru, Plai Bătrân, Poiana Doamnei, Pârâul Roșu, Pietrele Talharilor...

Dumitru AMARIEI
(continuare în pagina 4)

PENSIUNEA „TODIREL. TREI FETIȚE” REPER TURISTIC ÎN CENTRUL MĂLINILOR

În centrul localității Mălini, s-a ridicat o construcție interesantă din punct de vedere arhitectonic; o construcție pe două niveluri realizată cu scopul de a asigura servicii în domeniul comercial, turistic. Cronologic vorbind, investiția cu o asemenea destinație este printre primele din zonă. Inițiativa a aparținut lui Ion Todirel, care, după ce a lucrat 47 de ani „la pădure”, cum îi place să spună, a îmbrățișat o profesiune cu totul nouă. Împreună cu soția sa, Maria, s-a apucat de lucru în 1992. S-a ambiționat să depășească labirinturile birocratice ale vremii și să folosească, pe cât s-a putut, fenomenele financiar-bancare pe care le-a avut la dispoziție. Nu avea experiență în domeniu, așa că a riscat și a învățat totul „din mers”.

Care a fost rezultatul unei astfel de întreprinderi?

A apărut o clădire cu o înfățișare deosebită, atipică pentru această zonă; o clădire care adăpostește, probabil, în jur de cincizeci de încăperi. 24 dintre acestea sunt destinate cazării turiștilor: 10 camere pot primi câte 4 persoane, iar 14 camere pot primi câte 2 persoane. În total, la pensiunea lui Ion

Todirel pot fi cazate 68 de persoane.

Camerele sunt amenajate cu gust, dispun de mobilier simplu, dar elegant, televizor, grup sanitar. Toate spațiile de cazare se află la etaj.

La parter sunt realizate două saloane: unul pentru 60 de persoane, celălalt pentru 400 de persoane (pentru evenimente: nunți, botezuri, conferințe). Tot aici, la parter, se află o terasă care poate primi 20 de persoane, un bar și o bucătărie dotată cu utilități moderne.

Fiindcă a venit vorba de bucătărie, aici se pregătesc bucate din produse proaspete, inclusiv mâncăruri cu specific local. Barul, de asemenea, are o ofertă generoasă, care poate satisface cele mai diferite gusturi. Revenind la etaj, acesta are de jur-împrejur o foarte frumoasă terasă, care, în anotimpurile calde, adăpostește sute de ghivece cu flori.

Nivelul doi, etajul, se află în curs de modernizare: pe lângă barul deja existent, aici va fi amenajată o bucătărie, iar pe terasă se vor instala o masă de biliard și două mese de tenis.

(continuare în pagina 4)



pagina 4

Destine în furtuna vieții

La 96 de ani

SUNTEȚI CONSUMATOR. VĂ CUNOAȘTEȚI DREPTURILE?

Un studiu efectuat de Autoritatea Națională pentru Protecția Consumatorului arată că puține persoane își cunosc drepturile lor de consumatori. De aceea se mai întâlnesc situații în care se cumpără obiecte defecte, produse alimentare cu termenul de întrebuințare depășit sau, pur și simplu, alterate.

Autoritatea Națională pentru Protecția Consumatorului atrage atenția asupra criteriilor pe care trebuie să le îndeplinească un produs. Acesta trebuie să fie sigur (adică să nu afecteze în nici un fel sănătatea consumatorului sau să producă pagube), original (adică să fie fabricat de producătorul declarat), testat și certificat.

În plus, nu trebuie să aibă defecte, să fie bine ambalat, să corespundă descrierii, iar produsele pentru folosință îndelungată să fie însoțite de garanție.

Agentul economic, vânzătorul, este obligat să afișeze prețul la vedere. Fiecare produs trebuie să aibă o etichetă care să cuprindă informații redactate în limba română, indiferent de originea produsului.

Dacă se constată nereguli, acestea trebuie remediate sau, după caz, bunurile cumpărate trebuie înlocuite, iar când aceste lucruri nu se întâmplă, agentul economic este obligat să returneze banii în cel mult 30 de zile.

Dacă agentul economic nu rezolvă problema conform obligațiilor sale sau în intervalul de timp stabilit, persoana păgubită se poate adresa filialei Suceava a Autorității Naționale pentru Protecția Consumatorului: prin telefon la 0230.53.08.76 sau prin fax la 0230.52.31.11.

INCENDIU DEVASTATOR LA DOUĂ GOSPODĂRII DIN SATUL SUHA

Sâmbătă, 27 martie, a.c., după ora 16, în satul Suha s-a declanșat un incendiu care a cuprins două gospodării. La fața locului s-au deplasat cu promptitudine două echipaje ale Serviciului Public de Pompieri Civili cu autospeciale din cadrul primăriei Mălini și trei echipaje cu tot atâtea autospeciale din cadrul detașamentului de pompieri Fălticeni. Cu toate că intervenția pompierilor a fost promptă și fermă, flăcările au făcut pagube deosebit de mari.

În gospodăria lui Grigore Moglan, au ars complet casa de locuit, adăpostul pentru animale, bucătăria de vară și o anexă. Au pierit un cal și 20 de păsări.

La Grigore Moraru au ars acoperișul casei de locuit și bunurile aflate în aceasta, adăpostul pentru animale și o anexă.

Pompierii au stabilit că incendiul a avut drept cauză efectul termic de la un burlan de fum neprotejat corespunzător.



În vizită la Bruxelles

● **profesoara Viorica Davidel, de la școala „Nicolae Labiș” din Mălini, s-a aflat în perioada 12-15 ianuarie 2012, la Bruxelles, în vizită la Comisia Europeană.**

25 de cadre didactice din România, printre care și profesoara Viorica Davidel din Mălini, au fost invitate să viziteze Comisia Europeană de la Bruxelles, drept recunoaștere a rezultatelor deosebite obținute în cadrul campaniei „Europa – casa noastră”, derulată în cursul anului 2011.

Scopul campaniei, desfășurată cu sprijinul reprezentanței Comisiei Europene în România, a fost acela ca elevii să afle cât mai multe lucruri despre Uniunea Europeană,

să înțeleagă în ce constă activitatea acesteia.

Doamna profesoară Davidel a fost plăcut surprinsă de această invitație care i-a permis o mai bună și mai apropiată cunoaștere a conținutului și caracterului activității complexe a structurilor de la Bruxelles ale Uniunii Europene. Într-o scurtă relatare adresată publicației noastre, doamna profesoară arată că : „pentru mine această invitație a fost o imensă surpriză, deoarece din descrierea campaniei știam că drept recunoaștere a rezultatelor obținute vor fi acordate diplome și materiale promoționale. Am fost plăcut impresionată de calitatea materialelor prezentate de experții români și străini cu care ne-am întâlnit. Am fost bucuroasă să cunosc tineri români de mare perspectivă, oameni minunați, care, alături de colegii lor din alte țări, sunt pro-

fund implicați în desfășurarea cu succes a activităților organismelor în cadrul cărora lucrează.

S-au purtat discuții pertinente și utile privind politica europeană în educația școlară, strategia pentru tineret a Uniunii Europene, politica regională a Uniunii Europene. Evident că lucrurile noi pe care le-am aflat, precum și impresiile mele personale le-am împărtășit colegilor mei în cadrul Consiliului Profesorilor, dar și elevilor, încercând să demonstrez că Uniunea Europeană nu este o himeră, ci o realitate de la care emană fenomene care ne influențează în bine viața și activitatea.”

Doamna profesoară ne mai spune că va acționa în continuare pentru a face cunoscut conținutul activității Uniunii Europene, inclusiv prin a-i determina pe colegi și elevi să acceseze „Colțul elevilor” și „Colțul profesorilor” de pe portalul



Uniunii Europene pentru a afla și a înțelege mai bine ce înseamnă a fi european într-o Europă unită.

P.S. Comisia Europeană este una dintre principalele instituții ale Uniunii Europene. Aceasta reprezintă și

susține interesele Uniunii în ansamblul său.

Propune acte legislative și gestionează punerea în aplicare a politicilor europene și modul în care sunt cheltuite fondurile Uniunii Europene.

SURPRIZĂ PUBLICISTICĂ...

ANUL I, MARTIE 2012



REVISTA ȘCOLII CU CLASELE I-VIII, „NICOLAE LABIȘ” MĂLINI, NR. 2

La școala cu clasele I-VIII „Nicolae Labiș”, Mălini, nr. 2, adică la școala din Suha, a apărut revista „Vorba vine...”

Înainte de orice, trebuie spus că a alcătui o publicație, cât de mică ar fi ea, constituie o lucrare complicată, un demers al dragostei pentru cuvântul scris și al ambiției, al pasiunii de a-l dărui altora îngrijit și tipărit. Este de apreciat inițiativa cadrelor de la școala din Suha și nu ar fi rău dacă acest „microb” ar contamina și alte colective didactice.

De asemenea, trebuie spus că o întreprindere de acest gen nu este una paralelă cu menirea învățătorului, a profesorului, a dascălului, a educatorului, ci una intrinsecă misiunii lui, un dar generos adăugat actului de fiecare zi de la catedră.

O astfel de revistă este acel altceva care îl poate face pe copil să citească sau să scrie cu mai mult interes, să gândească pozitiv, să acționeze, în universul său intim, corect și coerent. Și, mai mult, o asemenea revistă poate scoate la iveală caratele unui viitor scriitor, ale unui viitor poet sau jurnalist.

Textele apărute în revistă sunt scrise cu acuratețe, fluent și cuprind informații utile.

În încercările poetice ale elevilor am găsit imagini reușite. Precum „Primăvară, rai de pleoape/ Și de inimă aproape (Cosmin Gherasim) sau „Mamă, universul meu/ Și apus, și dimineată (Andreea Hoge).

Este de apreciat, de aplaudat această reușită publicistică a cadrelor didactice de la școala din Suha și credem în capacitatea lor de a continua, astfel încât revista „Vorba vine...” să apară, așa cum și-au propus, o dată la două luni.

Incendierea vegetației uscate și a miriștilor constituie infracțiuni

În ultima vreme se constată o creștere a fenomenului de ardere necontrolată și de incendiere a vegetației uscate și a miriștilor, fenomen ce poate determina incendierea pădurilor, a gospodăriilor populației, precum și a altor construcții, nemaivorbind de efectele privind poluarea mediului.

Ordinul 30/147/2010 al ministrului agriculturii și al ministrului mediului și pădurilor prevede clar că arderea miriștilor și a resturilor vegetale pe terenurile agricole, precum și arderea vegetației permanente este interzisă.

O.U.G. nr.195/2005 ca și H.G. nr. 537/2007 stabilesc că aceste incendieri sunt considerate infracțiuni și se sancționează contravențional cu amenzi de la 1.000 la 2.500 lei și, în anumite circumstanțe, chiar cu închisoare.

Mai mult de atât, agricultorii care nu respectă bunele practici agricole și de mediu, prin arderea miriștilor și a resturilor vegetale de pe terenuri, riscă excluderea de la plata subvențiilor pentru anul în curs, cât și pentru anul următor.

Constatările privind nerespectarea normelor legale, în această privință, vor fi efectuate de angajați din cadrul A.P.I.A., Gărzii Naționale de Mediu, Comisariatul județean Suceava și Inspectoratului pentru Situații de Urgență „Bucovina” al județului Suceava.

Lupta pentru existență PROTEINE DIN GRÂU

Specialiștii au ajuns la concluzia că, pentru a funcționa la parametri optimi, organismul uman are nevoie, în fiecare zi, de 50 de grame de proteine. Acestea, proteinele, se obțin, de regulă, din carne, pește, ouă, legume uscate, semințe și nuci.

Iată însă că vegetarienii au mai găsit o soluție. Este vorba de glutenul din grâu – o substanță moale, vâscoasă și cenușie care se găsește mai ales în bobul cerealei din care se face pâinea. Glutenul din grâu este cunoscut și sub denumirea de „carne vegetală” sau „seitan” și are un conținut mai ridicat de proteine față de majoritatea înlocuitorilor cărnii (cum ar fi, de pildă, tofu – brânza abținută din soia). Consistența mai dură a glutenului din grâu îi conferă o textură similară cu cea a cărnii și se crede că o fost descoperit și folosit, mai întâi, de călugării budiști care urmau regimuri vegetariene foarte stricte.

Glutenul din grâu are un gust fad, dar absoarbe ușor aromele din sosuri și este folosit, mai cu seamă, în bucătăria asiatică.

DOCUMENTE ALE VREMII DESPRE Eroi de la Mălini căzuți în Războiul de Independență

Ziarul „Românul” („Românul” – după cum se scria în acea vreme), în ediția sa din 4 noiembrie 1877 se ocupă îndeaproape de desfășurarea luptelor pentru independență duse de Armata Română la sud de Dunăre.

Între altele, publicația reține numele celor căzuți în bătăliile mai recente. Lista eroilor „Regimentului 15 Dorobanți” cuprinde și doi bărbați din comuna Mălini, districtul Suceava. Este vorba de sergentul Nicolae Loghin și soldatul Gheorghe Filimon.

Întâmplarea face ca, nu de mult timp, să descoperim un document interesant consacrat tot eroilor de la Mălini căzuți în Războiul de Independență – 1877-1878. Realizat într-o formă artistică remarcabilă, documentul cuprinde următorul text: „În amintirea vitejilor FERESTRĂOARUL ION, soldat, Reg. 15, Dorob.; FILIMON GHEORGHE soldat, Reg. 15, Dorob.; VEȘCARU GHEORGHE, soldat, Reg. 15, Dorob. din comuna Mălini, județul Suceava, MORȚI PENTRU ȚARĂ, în resboiul de neațarnare din 1877-78. PATRIA RECUNOSCĂTOARE” Această adevărată diplomă de recunoștință este tipărită în anul 1897 și este dovada că eroii națiunii s-au bucurat de cinstire și neuitare încă din acele timpuri. Sau, poate mai bine spus, mai ales în acele timpuri.



În acțiunea permanentă de prevenire a incendiilor PAZA BUNĂ TRECE PRIMEJDIA REA...

Zilnic aflăm din ziare, de la radio sau de la televizor știri despre incendii care mistuie case, bunuri materiale și, de multe ori, pun capăt vieții unor oameni nevinovați. Cauzele unor asemenea dezastre au la origine neglijența, nerespectarea celor mai elementare reguli în folosirea surselor de foc și a combustibililor. În directă legătură cu posibilitatea apariției unor asemenea situații, am găsit de cuviință să atragem atenția cititorilor noștri asupra câtorva aspecte legate de prevenirea incendiilor.

Iată a venit primăvara și fiecare dintre noi face curățenie în gospodărie. O parte din gunoaie, precum și resturile vegetale sunt adunate și li se dă foc. Până aici totul este normal, dar trebuie să avem în atenție următoarele:

- arderea acestora să aibă loc la distanță (cel puțin 50 de metri) față de clăile de fân, depozitele de lemn sau alte materiale combustibile și, de asemenea, față de construcțiile

din gospodărie;

- când în apropiere sunt păduri, focul se face la cel puțin 100 metri distanță de acestea;
- este obligatoriu ca arderea gunoaielor și a resturilor vegetale să fie supravegheată permanent, iar, la final, jarul rezultat să fie stins cu apă.

O atenție mereu sporită trebuie să acordăm folosirii focului sau a surselor de aprindere a focului în gospodărie:

- este obligatorie curățarea periodică a sobelor și a coșurilor de fum;
- exploatarea centralelor termice trebuie să se facă de către persoane avizate și cu respectarea strictă a parametrilor de funcționare;
- este cu desăvârșire interzisă improvizarea afumătorilor în șuri, în podurile caselor sau în apropierea materialelor inflamabile;
- de asemenea, constituie premisă de incendiu și se interzice accesul cu foc deschis (facile, lumânări, chibrituri sau brichete aprinse) în grajduri

sau magazine cu materiale inflamabile. La fel, în astfel de incinte se interzice cu desăvârșire fumatul;

- o atenție aparte trebuie acordată folosirii aragazelor. Este necesar ca, periodic, să fie verificată etanșietatea instalației. La fel, este necesar să se manifeste grijă deosebită la montarea corectă a buteliei.

De foarte multe ori, incendiile devastatoare pleacă de la aparatura electrocasnică sau de la instalațiile electrice. De aceea:

- este absolut necesar ca instalațiile electrice din gospodărie să fie verificate periodic de persoane calificate și să se înlocuiască elementele defecte sau îmbătrânite;
- aparatele electrocasnice trebuie să fie folosite corect, sub atență și permanentă supraveghere.

Un mare pericol îl constituie incendierea mișcilor sau a vegetației uscate de pe ogoare, livezi, imășuri. Având în vedere urmările catastrofale pe care le pot avea, aceste ac-

țiuni sunt interzise cu desăvârșire.

Lucrările de sudură sau tăiere a metalelor, prin procedee electrice sau cu flacără oxiacetilenică trebuie executate după luarea tuturor măsurilor de prevenire a incendiilor. În nici un caz, aceste lucrări nu trebuie să fie efectuate în spații închise, neamenajate sau în apropierea materialelor inflamabile.

În activitatea de prevenire a incendiilor o grijă deosebită trebuie manifestată față de acțiunile de educație a copiilor. De aceea:

- stați de vorbă cu copiii, atrageți-le atenția asupra pericolului pe care îl prezintă focul. Fiți consecvenți, discutați cu ei despre această primejdie cât mai des posibil;
- nu este suficient să le interziceți jocul cu focul. Faceți-i să înțeleagă cât rău poate să producă un incendiu lor și familiilor lor;
- nu lăsați la îndemâna copiilor chibrituri, brichete, materiale ușor inflamabile;

• nu lăsați în seama copiilor întreținerea focului în sobă. Nu le încredințați sarcini privind aprinderea focului în sobă și alimentarea acestuia.

„Paza bună trece primejdia rea...” – aveți în vedere această înțeleaptă zicere, întotdeauna când folosiți focul, întotdeauna când vă aflați în apropierea acestuia.

ÎN CAZ DE INCENDIU :

- nu intra în panică;
- sună la numărul unic de urgență 112 și transmite toate datele care îți sunt solicitate;
- părăsește zona incendiată și, dacă îți este cu putință, ajută-i și pe ceilalți să se evacueze și acordă-le primul ajutor;
- ajută la desfășurarea acțiunilor de intervenție cu forțele și mijloacele de care dispui.

Sfatul medicului

Igiena personală începe cu spălatul mâinilor

PUȚINĂ ISTORIE. Dacă raportăm problema igienei personale a individului la istoria omenirii, acest aspect a fost abordat în mod serios destul de târziu, pe la mijlocul secolului XIX, când s-a descoperit faptul că spălatul mâinilor este esențial pentru menținerea stării de sănătate.

Până atunci nici medicii, nici persoanele care îi ajutau în munca lor nu manifestau preocupare față de această latură a igienei. Drept urmare, de pildă, foarte mulți nou născuți mureau din cauza infecțiilor contractate de la moașe sau asistenți. În anul 1847, medicul Ignas Semmelweis, de la o clinică de obstetrică din Viena, a constatat că decesele datorate febrei puerperale (infecție contractată în timpul nașterii) au drept cauză neigienizarea mâinilor de către personalul medical. După instituirea regulii spălării și dezinfectării mâinilor înainte de orice intervenție medicală, rata de deces a scăzut substanțial.

În zilele noastre, unitățile medicale (dispensare, cabinete, spitale, săli de operație) sunt obligate să respecte recomandările stricte ale Organizației Mondiale a Sănătății în ceea ce privește sterilizarea spațiilor, a instrumentarului și a mâinilor personalului medical înainte și după tratarea unui pacient.

REALITĂȚI DRAMATICE. Potrivit unor statistici realizate la noi în țară, persoanele care se spală corect pe mâini și de fiecare dată când este necesar nu sunt tocmai numeroase. Aproximativ jumătate din populația României nu se spală pe mâini cu apă și săpun după ce folosește toaleta. Doar un sfert din persoanele care schimbă scutecele copiilor mici se spală pe mâini după efectuarea operației; mai mult de jumătate din persoanele care au pus mâna pe un animal nu s-au spălat după acest gest. Având în vedere aceste situații, dar și altele similare, specialiștii apreciază că nu este de mirare că un mare număr de persoane din

țara noastră se confruntă cu așazisele boli ale mâinilor murdare: hepatitele A și E, precum și diareea.

Dacă în cazul adulților lucrurile pot intra în normal relativ ușor, în cazul copiilor, unde sunt și mai frecvente îmbolnăvirile din cauza mâinilor neigienizate corect, situația se prezintă deosebit de gravă. Cum, în cazul lor sistemul imunitar este mai puțin dezvoltat, astfel de afecțiuni pot da complicații foarte serioase. De aceea, specialiștii din cadrul Organizației Mondiale a Sănătății și UNICEF atrag atenția asupra faptului că un gest atât de simplu, cum este spălarea mâinilor de mai multe ori pe zi, ar putea salva anual viețile a peste un milion de copii.

Îmbolnăvirile care pot fi prevenite printr-o igienă corespunzătoare a mâinilor sunt cele cauzate de pătrunderea germinilor(bacterii, viruși, paraziți) pe cale digestivă. Pentru că oamenii mănâncă fără a se spăla pe mâini sau nu spală fructele și legumele înainte de a le consuma. Printre bolile care pot să apară în asemenea situații se află: enterocolitele acute, toxiinfecțiile alimentare, hepatitele acute virale de tip A și E, parazitozele intestinale, dar și febra tifoidă , dezinteria și holera.

SPALĂ-TE CORECT PE MÂINI! Deși se crede că spălatul pe mâini este un gest banal, operațiunea corectă impune câteva reguli: - se umezesc mâinile; - se săpunesc; - se freacă bine mâinile timp de un minut, perioadă în care persoana se spală și între degete, sub unghii și pe antebrățe; - se clătesc bine mâinile și se șterg cu un prosop sau șervețel curat.

Nimic mai simplu și mai binefăcător pentru sănătate decât spălatul pe mâini efectuat corect și ori de câte ori se impune acest lucru.

doctor **Carmen Mariana MOGÎRZAN**

MEDICAMENT UNIVERSAL

Din timpuri de mult apuse, din credința, înțelepciunea și profunzimea gândirii poporului, a apărut și s-a transmis discret, din generație în generație, prin viu grai sau pe cale scrisă, rețeta unui „medicament universal” - valabilă atunci, acum și în timpurile ce or să vină. Această rețetă este un „ghid terapeutic”, un balsam pentru trup și suflet în vremurile tulburi pe care le trăim. Neliniștea, nevroza de masă, iraționalitatea și violența sunt proprii societății de astăzi din lumea întreagă, lume care nu a făcut față impactului dur al schimbărilor rapide, care au avut loc într-un timp foarte scurt, asupra bioritmului uman (și nu numai).

Mai mult ca oricând, astăzi, când omenirea suferă de o boală ce nu se regăsește în nici un index medical și anume dezorientarea extremă cauzată de coliziunea bruscă a oamenilor cu viitorul prema-

tur sosit, când nu există un echilibru între rapiditatea schimbărilor din mediul înconjurător și ritmul lent al adaptării umane, când se



adâncește tot mai mult această prăpastie a schimbărilor accelerate până la limite neatinse de adaptabilitatea umană și instituțională, avem nevoie de ceva nobil, de ceva imaterial, de o trăire interioră deosebită, de o altă abordare a trecerii vremelnice pe pământ.

Toate acestea le găsim în rețeta pomenită anterior, rețetă pe care eu, la rândul meu, doresc s-o transmit mai departe

spre luare aminte și trăire, spre însușire și împreună – lucrare, spre bună viațuire și tămăduire sufletească, spre mântuire. Iată despre ce este vorba:

„ Să ia bolnavul din farmacia Domnului Atotțiitorul „ credință, nădejde și dragoste”. Să le amestece bine și să le sfărâme mărunț în pua îndelungii răbdări. Să le cearnă prin sita conștiinței. Să le fiarbă în vasul uitării. Să le frământa cu lingura cumpătării . Să le strecoare prin pânza judecății. Să le bea cu paharul mulțumirii.

Să se culce apoi pe salteaua virtuții și a moralității. Să se înfășoare în acoperământul blândeții, având drept căpătâi prevederea. După ce va asuda să-și usuce corpul cu ștergarul liniștii, spălându-se peste tot cu apa înțelepciunii. La urmă să îmbrace veșmintele bunei viațuiri și va fi sănătos ca mărul.”

Teodora PLĂCINTĂ

Picătura de sănătate

AM PUTEA TRĂI 120 DE ANI

Organismul uman este programat genetic să trăiască 120 de ani, susțin gerontologii (specialiști care studiază fenomenul îmbătrânirii). Cu toate acestea doar un om dintr-o sută atinge vârsta de 100 de ani. Procesul de îmbătrânire celulară, deși începe imediat după naștere, se accelerează după vârsta de 30 de ani.

Potrivit cercetătorilor, factorii genetici contribuie la procesul de îmbătrânire în proporție de 25 la sută. În rest, cea mai mare influență o are stilul de viață dezordonat. Cu alte cuvinte, în cea mai mare măsură, omul își apropie singur sfârșitul.

CANCERUL – PERICOL MONDIAL TOT MAI MARE

Numărul cazurilor de cancer la nivel mondial va crește exponențial în anii următori, avertizează Uniunea Internațională pentru Controlul Cancerului și Societatea Americană de Oncologie. Experții celor două organizații fac apel pentru „un efort mondial destinat combaterii acestei epidemii care afectează mai ales țări

rile în curs de dezvoltare.” În lume, 7,6 milioane de oameni mor din cauza cancerului în fiecare an. Iar previziunile sunt deosebit de sumbre. În 2030, numărul deceselor provocate de cancer poate ajunge la 30 de milioane. Cele mai afectate vor fi țările slab dezvoltate, din cauza precarității sistemului sanitar.

INFARCTUL VA FI ANUNȚAT

Cercetătorii de la Scripps Translational Science Institute (STSI) din California (SUA) au depistat celule deformate, susceptibile să prevadă un infarct cu două săptămâni înainte ca acesta să se fi produs. Totul a plecat de la o analiză de sânge. Ei au monitorizat 50 de pacienți care au suferit crize cardiace. La aceștia, celulele endoteliate (care câpțușesc pereții vaselor sanguine) prezentau malformații, ceea ce nu s-a observat la persoanele sănătoase. Rezultatele cercetării publicate în revista Science Translational Medicine arată că aceste celule se dezvoltă înaintea unei crize cardiace. Pe baza acestei descoperiri, cercetătorii vor să pună la punct un test de sânge care să prevadă infarctul miocardic.

Mălini - o zonă frumoasă, pitorească, o așezare modernă



(urmăre din pagina 1)

„O zonă frumoasă, pitorească” străjuită, în toată splendoarea și

desfășurarea ei, de Culmea Stănișoarei – martor maiestros și tăcut al unei istorii de sute de ani, o istorie cu toate cele bune și mai

puțin bune ale trecerii oamenilor locului prin viață, prin lume...

Dar, așa cum spunea și tânărul interlocutor, Mălini este și o așezare modernă, bine gospodărită, care a primit de puțin timp denumirea de stațiune turistică. Asta înseamnă că, de câțiva ani, are șosea asfaltată, bine îngrijită, marcată, pe care se circulă în condiții normale în toate zilele anului, indiferent de timp sau anotimp. Treptat, pe marginea acestei șosele au apărut inscripționate, pe suport de lemn sau metal, denumirile comunei și ale localităților alcătuitoare. Au apărut mai apoi panouri cu fotografii aeriene ale zonei, cu fotomontaje formate din pozele pensiunilor. Cum au mai apărut și alte panouri purtând informații pentru turiști. O notă aparte face poarta de la intrarea în comună: o construcție simplă, inspirat gândită și proiectată, a condus la o lucrare monumentală, unanim apreciată.

Odată cu modernizarea șoselei, s-au construit și adăposturi pentru

persoanele care așteaptă în stațiile de autobuz. Iar la sfârșitul anului 2011, în întreaga comună au fost amplasate, în apropierea drumului, 12 construcții deosebit de cochete și de utile formate din două bănci, o masă și, desigur, acoperiș.

Dar comuna Mălini este și așezarea cu case frumoase, foarte frumoase. Mai noi sau mai vechi, acestea sunt construcții arătoase, generoase ca dimensiuni, rezultate ale voinței și bucuriei oamenilor de a trăi în spații deosebite. De asemenea, lângă aceste case apar grădini și ogrăzi ingenios organizate, pomii fructiferi, plantele ornamentale și

florile (foarte multe flori) încântând ochii trecătorilor.

Date fiind toate acestea, investițiile în turism au venit ca o continuare aproape firească: zecile de pensiuni, sutele de locuri de cazare sunt de acum cunoscute de turiști din toată România; cunoscute, apreciate și frecventate pe tot parcursul anului.

Mălini – „o așezare frumoasă, pitorească”, bine gospodărită, cu pricepere și inteligență. Prin grija locuitorilor ei, grijă acompaniată și stimulată de inițiativele și acțiunile Consiliului Local, ale Primăriei, ale primului gospodar al comunei – primarul.

DESTINE ÎN FURTUNA VIEȚII La 96 de ani

În Poiana Mărului, într-o casă de demult, printre cărți de rugăciuni și icoane, trăiește Dumitru Nistor. A venit pe lume în august 1916. A străbătut viața vreme de 96 de ani. A cunoscut și bune și rele, munca însoțindu-l fără încetare. În ciuda vârstei înaintate, gândește și vorbește coerent, fiind gata în orice moment să împărtășească secvențe din filmul celor aproape 35.000 de zile, cât s-a bucurat de lupta sa cu viața.

Iarna grea care tocmai a trecut l-a ținut în casă. Altfel, când vremea este mai bună, devine activ, se apucă de lucru prin grădină și este nevoie să intervină cei apropiați pentru a-l opri. Ca orice bun creștin, merge la biserică și este încântat de discuțiile purtate cu oamenii pe care îi întâlnește sau cu preotul Sava.

Privește cu drag drumul lung și, de multe ori, anevoios pe care a fost nevoit să-l parcurgă. Își amintește cât de greu a trăit uneori: „...era pe vremea legionarilor – îmi spune. Aveam o cămașă cârpită, sumanul îmi era rupt, umblam desculț, nu aveam ce mânca. Acum, acum e bine, așa le spun la oameni...”

Ani buni a petrecut Dumitru Nistor în armată, în timpul celui de al doilea Război Mondial. Își amintește de trecerea Prutului, de trecerea Nistrului, își amintește drumul lung de lupte și sacrificii prin Crimeia, prin alte îndepărtate locuri unde ostașii Armatei Române au înfruntat, cu prețul sângelui și vieții multora dintre ei, grozăviile apocalipticelor înclăștări.

„A dat Dumnezeu să scap teafăr și, uite, trăiesc și azi” – constată interlocutorul meu.

După război și-a făcut un rost aici, în sat. S-a însurat cu o fată frumoasă, Ionica, și-a făcut gospodărie și s-a ocupat de familia lui. 67 de ani au trăit împreună soții Nistor, 67 de ani de bucurii, de satisfacții, dar și de îngrijorări, de greutăți, de zbucium. Din păcate, soția a plecat mai devreme la cele veșnice, iar moș Dumitru își aduce aminte cu drag de zilele petrecute împreună. Soții Nistor au avut mai mulți copii. Au pierdut câțiva în anii grei cu boli netrababile și cu foamete. Un fiu a murit dramatic la vârsta maturității. Dar 11 dintre copiii lui moș Dumitru sunt în viață: cinci fete și



șase băieți. Fața bătrânului înfloare într-un zâmbet generos când îmi spune că are 33 de nepoți și 30 de strănepoți.

Dumitru Nistor și-a întreținut familia muncind temeinic. La un moment dat chiar a făcut var, fiind cunoscut și sub numele de îmbrumut Vararu. Dar cel mai mult a lucrat ca muncitor forestier. Pe aici, prin zonă, dar și departe, în părțile Banatului.

Deși nu pare să aibă 96 de ani, moș Dumitru poartă, totuși, semnele trecerii vremii. Dar ochii, ochii îi sunt limpezi, vioi, jucăuși și spun atâtea lucruri bune despre sufletul celui care se bucură de ei.

Îl întreb ce i-a plăcut mai mult în viață. Mă privește strengărește și îmi spune așa, ca și cum ar trebui să rămână între noi: „...mi-a plăcut o femeie frumoasă, mi-a plăcut un pahar, mi-a plăcut să trăiesc, mi-a plăcut viața!”

Mă despart de moș Dumitru gândindu-mi la filmul vieții: copil și adolescent sărac, tânăr soldat sub grozăviile războiului, om însurat luptându-se cu greutățile anilor de după război, bărbat responsabil muncind din zi în noapte, ani la rând, să-și țină casa și să crească 11 copii... Aproape că înțeleg cât de greu sau cât de ușor i-a fost și îmi vine să mă întorc și să-i spun: „Moș Dumitru, te cred că ți-a plăcut viața, dar mai cred, tare mult, că și viața te-a plăcut pe dumneata...”

Dumitru AMARIEI

REPER TURISTIC ÎN CENTRUL MĂLINILOR



(urmăre din pagina 1)

În anii în care a funcționat efectiv, pensiunea a devenit tot mai cunoscută, aici poposind turiști din județul nostru, din

județele apropiate (Botoșani, Iași, Neamț, Bacău), dar și din localități mai îndepărtate – București, de pildă.

Domnul Todirel este animat de ambiția de a face din pensi-

unea sa un loc cunoscut și cât mai primitor, principiul de bază al acțiunii sale fiind acela ca oaspetele să găsească aici tot ce își dorește, să se simtă bine, să uite de grijile zilelor obișnuite.

Cât privește sintagma „Trei fete”, scrisă pe firma pensiunii, aceasta vine de la faptul că Ion Todirel are o fiică, Ileana, și două nepoate, Dana și Andreea, ființe la care ține foarte mult și care constituie o parte a motivației efortului său și a soției sale.

Am lăsat pentru a încheia acest reportaj o informație care poate să reliefeze o imagine foarte reală a ceea ce a realizat Ion Todirel: pensiunea este ridicată pe o suprafață de peste 1300 de metri pătrați. Dacă avem în vedere că s-a construit pe două nivele, vom realiza că pensiunea „Todirel. Trei fete” are o suprafață de peste 2600 de metri pătrați – relevant pentru ambiția, consecvența și perseverența întreprinzătorului.

Dacă vreți să aflați mai multe despre această pensiune sau dacă vreți să fiți oaspeții lui Ion Todirel, sunați la numărul 0744555828.

OCOLUL SILVIC MĂLINI PUNE ÎN VÂNZARE MOLIZI ARGINTII

Ocolul Silvic Mălini pune în vânzare molizi argintii (înțepători). Înălțimea ar-

borelui la livrare este de 1,5-2 m, iar prețul este de 50 de lei. Dacă se optează ca livrarea să

se facă într-un vas care să protejeze rădăcina, prețul este de 80 de lei.

Redactor: Dumitru Amariei

Procesare texte: Ionela Panțiru

Tehnoredactare: Răzvan Guzu

Tipografia CELESTIN - Suceava