

MĂLINI

COMUNA MĂLINI UN TĂRĂM DE POVESTE, O AȘEZARE MODERNĂ, BINE GOSPODĂRITĂ



Pârția de schi de la Pojorâta (Văleni - Stânișoara) - punctul de atracție al turiștilor pe timpul iernii

Comuna Mălini se desfășoară la poalele munților Stânișoara, de-a lungul văii Suhei Mari, până la apa Moldovei, într-un spațiu de un pitoresc aparte. Locuri vechi, neatinse de fenomenele nocive ale societății contemporane, își poartă în timp denumirile de basm: Muncelu, Plai Bătrân, Nemțișoru, Pietrele Tălharilor, Poiana Mărului, Pârâul Roșu, Poiana Doamnei, Draicop... Pe cât de frumoase sunt aceste denumiri, care au înfruntat vremea și vremurile și au rămas neschimbate, pe atât de minunate, de fantastice sunt locurile care se cheamă astfel. Păduri de fag și de brad ocupă înălțimile și însoțesc maiestuos cursul, când năvalnic, când molcom, al râului Suha Mare. Apoi, după Poiana Mărului, relieful se deschide generos, oferind ochiului orizonturi largi, iar oamenilor din partea locului spațiu pentru trai și pentru lucru.

În mii de ani, deși adesea aspră, dușmănoasă, natura a alcătuit aici, precum un ancestral Meșter Manole, o cetate, cu bogății, nu multe, dar durabile, împodobită cu frumos inefabil și slujită de oameni vrednici, tari ca stânca și buni ca pâinea caldă.

În ultimii ani, pe aceste locuri a prins contur o adevărată stațiune turistică. Înainte de orice altceva, acest lucru a fost posibil ca urmare a schimbărilor radicale în zona gândirii, a concepțiilor ce guvernau administrația comunei Mălini. Grație noului mod de a planifica și gospodări comuna, s-a îndeplinit mai întâi dorința arzătoare și cea mai justificată a locuitorilor de aici: aceea de a beneficia de drumuri, de căi de acces normale, funcționale pe tot timpul anului, indiferent de anotimp sau de starea vremii.

(continuare în pagina 4)

CALENDAR SENTIMENTAL

8 Martie - Ziua Femeii

Sărbătoarea de la 8 Martie își are originea în evenimente sociale și politice care s-au petrecut cu peste o sută de ani în urmă. După ani de proteste, greve, marșuri prin care femeile din țările industrializate și-au cerut drepturi egale cu ale bărbaților, în 1910, la un congres care a avut loc în Europa, s-a adoptat hotărârea de a se institui o zi internațională a femeii.

Într-un final, s-a ajuns ca ziua consacrată femeii să fie 8 Martie. În timp, semnificația acestei zile s-a schimbat fundamental. De unde, sărbătorirea Zilei Femeii trebuia să evidențieze și să impună în conștiința opiniei publice mondiale importanța economică, socială și politică a persoanelor de sex feminin, astăzi, 8 Martie, cel puțin în România, a devenit o ocazie romantică pe care bărbații o folosesc pentru a-și arăta dragostea, prețuirea, aprecierea și admirația față de cele cu care traversează alături clipa ancestrală care este viața pământească.

Mii de poezii, de povești, de romane, de piese de teatru, de cântece au fost inspirate de femeie. Nu există perspectivă din care să nu fi fost privită, analizată și înfățișată gingașa sau complicata ființă. Și totuși „eterna taină a femeii” a rămas și, probabil, va rămâne ... taină.

Taina celei ce aduce viață pe lume, taina celei ce iubește și suferă, taina celei ce lăcrimează, taina celei care așteaptă la nesfârșit, taina celei care surâde, taina celei mereu încrezătoare, taina celei care nu încetează să înțeleagă și să spere, taina celei înnobilită de iubire și care înobilează cu iubire, taina celei cuprinsă de atâtea taine ...

8 Martie, Ziua Femeii - prîdvor de primăvară, de reînviere a naturii, de primenire a vieții, a dragostei, a iubirii. De aceea, darul cel mai potrivit (și cel mai des întâlnit) este o floare - simbolul diafan al sentimentelor calde și adevărate, nutrite cu gânduri de prețuire și recunoștință. O floare pentru mamă, o floare pentru bunicuță, o floare pentru soție, o floare pentru soră, o floare pentru învățătoare sau profesoară, o floare pentru colega de serviciu ...

Câte o floare pentru fiecare dintre ființele care ne fac posibilă și frumoasă viața!

Doamna învățătoare

Am găsit potrivit să împodobesc cele câteva cuvinte dedicate zilei de 8 Martie cu o modestă schiță de portret a învățătoarei pensionare Lucreția Țăpuleasa - una dintre milioanele de femei de pe lumea aceasta cărora le datorăm faptul că suntem și ceea ce suntem...

Dumitru AMARIEI

pag. 2



VEȘTI DE LA A.P.I.A.

În perioada 1 martie - 15 mai 2013, Agenția de Plăți și Intervenție în Agricultură organizează acțiunea de depunere a cererilor de sprijin pe suprafață pentru anul în curs.

Pentru cetățenii din comuna Mălini, care îndeplinesc condițiile de eligibilitate impuse de legislația europeană și națională, cererile se primesc la Centrul Local A.P.I.A. din Fălticeni, strada Armatei, nr. 20.

Pentru a beneficia de sprijinul aferent măsurilor de plată, persoanele în drept trebuie să depună anual la A.P.I.A. cererea unică de plată pe suprafață.

Persoanele care au beneficiat în anii anteriori de acest sprijin și care îndeplinesc în continuare condițiile impuse vor primi acasă înștiințări privind data când trebuie să se prezinte la Centrul Local A.P.I.A. Fălticeni.

Cetățenii care nu au beneficiat până în prezent de plăți pe suprafață, dar îndeplinesc condițiile cerute se vor adresa cu solicitări personalului de la Centrul Local A.P.I.A. Fălticeni începând cu data de 1 martie 2013.

La depunerea cererii de sprijin sunt necesare următoarele documente: copie după actul de identitate (buletin sau carte), dovada unui cont bancar din anul 2013 și o adeverință de la registrul agricol.

Pentru alte informații, cei interesați pot telefona la numărul 0230.540.276.

Important

Primăria Mălini recomandă tuturor cetățenilor a căror locuințe se află în apropierea traseelor conductelor din complexul rețelei de canalizare să facă, în cel mai scurt timp, demersurile necesare pentru bransarea la respectiva rețea. În cazul în care există posibilitatea bransării la rețeaua de canalizare, iar proprietarul locuinței nu efectuează operațiunile necesare, acesta are obligația ca, în conformitate cu prevederile legale, să amenajeze un bazin vidanjabil perfect izolat.

Termenul limită este 1 iulie

2013, atât pentru efectuarea bransării, cât și, în caz contrar, pentru amenajarea bazinului vidanjabil.

În același timp, se aduce la cunoștința tuturor persoanelor care și-au racordat gospodăriile la rețeaua de canalizare a comunei că este necesar să se prezinte urgent la sediul primăriei pentru a-și întocmi documentele care să le dea dreptul de întrebuințare a acestei facilități.

Pentru întocmirea documentelor, persoanele fizice trebuie să se prezinte cu actul de identitate, iar persoanele juridice cu certificatul de înregistrare la registrul comerțului.

Locuitorii comunei Mălini sunt invitați să se prezinte la sediul Primăriei pentru a completa și actualiza REGISTRUL AGRICOL. DOCUMENTE NECESARE: buletinul sau cartea de identitate, certificatul de naștere, actele de proprietate asupra terenurilor și (sau) locuinței.



În luna decembrie 2012, s-a inaugurat în Mălini, super-magazinul „SIMOS”. Proprietarul noii și modernei unități comerciale, Ovidiu Simos ne-a relatat că investiția a atins cifra de 16 miliarde lei (vechi), suma acoperind cheltuielile cu construcția, achiziționarea utilajelor și a mărfii. Activitatea, apreciază domnul Simos, se desfășoară conform așteptărilor: în decembrie s-a vândut mai mult, iar acum, la început de an, vânzările sunt mai modeste, „așa

se întâmplă în comerț”.

L-am întrebat pe Ovidiu Simos de ce a ales comuna Mălini pentru a construi acest magazin. Iată ce ne-a răspuns: „Am ales Mălini pentru că această zonă s-a dezvoltat foarte mult din punct de vedere economic, turistic, pentru pitorescul acestor locuri, dar și pentru calitatea oamenilor de aici, serioși, cinstiți, responsabili, buni gospodari – începând cu Petru Nistor, primarul comunei”.

Doamna învățătoare

În satul Pâraie, într-o casă frumoasă, caldă, primitoare, locuiește învățătoarea pensionară Lucreția Țăpuleasa. A lucrat în învățământ 35 de ani. S-a ocupat de copiii care au urmat școala primară la Văleni-Stânișoara, la Suha și la Pâraie. Foștii ei elevi au devenit, la rândul lor, cadre didactice, medici, ingineri, preoți, călugări.

Și-a dorit mult să devină învățătoare și și-a convins părinții să-i accepte alegerea. Astfel, a dat examen, a reușit și a urmat Școala Pedagogică de la Fălticeni. După absolvire, a venit învățătoare la Suha. Aici l-a întâlnit pe Ion Țăpuleasa. S-au plăcut, s-au căsătorit și au parcurs împreună încercările și bucuriile vieții, truda și satisfacțiile profesunii nobile de dascăl, de învățător.

La Văleni-Stânișoara au venit și au înlocuit perechea de învățători Profira și Eugen Labiș. Au rămas prieteni pentru totdeauna. Tot aici, la Văleni-Stânișoara, au cunoscut și s-au apropiat de familia preotului Ioan Iordăchescu.

După o perioadă cu rezultate profesionale despre care oamenii de la Văleni-Stânișoara vorbesc cu admirație și astăzi, familia Țăpuleasa vine la Pâraie. Oameni dedicați comunității, oameni dăruți profesiei, soții Țăpuleasa contribuie direct, efectiv la educarea și formarea a numeroase generații.

Doamna Lucreția evocă emoționant activitatea sa ca învățătoare. Își amintește cu plăcere de comuniunea dintre oameni și școală, de respectul pe care și copiii, și părinții lor îl manifestau față

de instituție și față de cadrele didactice. Procesul de învățământ era abordat altfel, mai simplu, dar mult mai eficient. Copiii își însușeau valori precum respectul față de părinți, față de ceilalți oameni din sat. Pe lângă materiile școlare obișnuite, copiii învățau practic elemente legate de agricultură, legate de silvicultură. Lucrul manual era o materie de bază, iar cele învățate aici de către copiii cu vârste fragede le foloseau toată viața.

Și viața culturală, ne spune doamna Lucreția, era mai diversă, mai densă. Elevii pe de o parte, tinerii satului, pe de altă parte, pregăteau și prezentau serbări de câteva ori pe an.

Cântece interpretate individual sau în cor, poezii, dansuri trezeau admirația și interesul tuturor locuitorilor satelor noastre.

O nostalgie caldă, ca un abur diafan, a cuprins discuția cu fosta mea învățătoare. Îi privesc ochii albaștri, încă limpezi și pătrunzători, trăsăturile armonioase ale obrazului, părul alb ca omătul și văd undeva, în negura timpului, la o măsuță, care ținea loc de catedră, o femeie frumoasă, cu fața diafană, cu ochii luminoși, cu părul buclat. Așa arăta, dacă memoria mă mai ajută, învățătoarea Lucreția Țăpuleasa. Portretul acesta este una din icoanele copilăriei mele, este unul din reperele de început ale devenirii multor sute de copii din satele noastre.

Doamna învățătoare, care în luna mai va împlini 85 de ani, este un om vioi, un om de spirit și cu o memorie foarte bună. Încă își mai amintește



despre cutare copil : cum arăta, ce năzbâtii făcea, în ce bancă stătea.

Glasul amintirii vine pe valuri molcome, reînvie întâmplări, imagini, clipe și trăiri dragi, reînvie toate aceste minuni și ne aruncă în implacabila cascadă a trecutului.

Dumitru AMARIEI

Info ÎNVĂȚĂMÂNT

● La grădinița cu program normal Suha, în cadrul cercului pedagogic, s-a desfășurat o activitate metodică menită să conducă la perfecționarea pregătirii profesionale a cadrelor didactice.

Educatorea Monica Lehaci a pregătit și prezentat cu copii din grupa sa (grupa mare) o serie de activități succesive pentru a dezvolta și ilustra temele „Modalități de integrare a softurilor educaționale în actul didactic din grădiniță” și „Softul educațional - mijloc eficient de stimulare a gândirii critice și învățării active la vârsta preșcolară”.

Deși temele sună cam pretențios, educatoarea Monica Lehaci a făcut uz de experiența și talentul său de pedagog și a ... tradus totul într-o desfășurare atrăgătoare, antrenantă, pentru copii și, în același timp, consistentă prin mesaj și conținut pentru cadrele didactice invitate. 33 de educatoare (din comuna Mălini, dar și din alte localități sucevene) au apreciat prestația educatoarei gazdă și a copiilor săi captați cu totul de eveniment.

● Moderna sală de sport din Mălini a găzduit o lecție demonstrativă de educație fizică. Profesorul Andrei Aileni a pregătit și prezentat, sub forma unui antrenament tematic, o lecție care și-a propus dezvoltarea calităților motrice combinate – viteza și îndemânarea, calități specifice jocului de fotbal.

Prin forme și metode ingenioase, prin exerciții preponderent în prezența mingii, profesorul Aileni a reușit să-i cointereneze pe elevi, să-i angajeze fizic și mental la desfășurarea cu succes a lecției-antrenament. Cei 70 de profesori de educație fizică participanți la această activitate, susținută în cadrul cercului pedagogic de specialitate, au apreciat modul în care a fost pregătită și desfășurată lecția, dar și calitățile metodice, pedagogice ale profesorului Andrei Aileni.

● O reușită activitate dedicată poetului Nicolae Labiș s-a desfășurat la Școala Gimnazială Văleni-Stânișoara. Recitalul de poezie, pregătit de profesoara de limba română Mihaela Gâdea, a fost prezentat la începutul lunii decembrie 2012 de către elevii Ioana Gușă (clasa a IV-a), Lucia Axinia și Alexandru Vodă (clasa a V-a), Șerban Stan, Carmen Stan și Roxana Gușă (clasa a VI-a), Tiberiu Capră și Cristina Andriescu (clasa a VII-a), Narcisa Panțiru (clasa a VIII-a).

Elevii și profesorii au asistat cu interes la recitalul prezentat, recital care a cuprins, printre altele, poeziile „Moartea căprioarei”, „Mama”, „Fulg”, „Am uitat”, „Întâlnire cu mama”.

Profesoara Mihaela Gâdea a relevat valoarea operei poetului de la Mălini și a subliniat că este de datoria celor ce trăiesc pe aceste meleaguri să omagieze neîncetat personalitatea lui Nicolae Labiș, să-i cinstească și să-i conducă în neuitare creația poetică de excepție.

● Spre sfârșitul anului trecut, la Școala Gimnazială “Nicolae Labiș”, au avut loc activități culturale artistice dedicate zilei Marii Uniri de la 1 Decembrie 1918. Sub îndrumarea profesorilor, elevii au pregătit și au prezentat un frumos program artistic. S-au recitat poezii și s-au interpretat cântece relevante pentru acest moment important al Istoriei Românilor. De asemenea, s-a organizat o paradă a portului popular.

O altă dată aniversară a fost ziua de 2 decembrie – ziua în care s-a născut poetul Nicolae Labiș, „buzduganul generației șaizeciste”- cum i-a spus Eugen Lovinescu. Elevii școlii care îi poartă numele au pregătit un recital de poezie și au depus o coroană de flori la statuia din fața casei memoriale. (profesoară Rodica Corduneanu).

LUMEA VITAMINELOR

Există un domeniu mai puțin cunoscut mării majorități a semenilor noștri, un domeniu pe care îl putem numi lumea vitaminelor. La fel, se știe foarte puțin despre rolul vitaminelor în menținerea sănătății noastre. Trebuie subliniat de la început că vitaminele sunt substanțe organice necesare vieții, acestea având calitatea de a regla metabolismul intern prin intermediul sistemelor enzimatice. O singură deficiență vitaminică poate deregla întreg organismul. Din acest domeniu al vitaminelor, am ales pentru acest număr al publicației noastre (ținând cont și de perioada rece pe care o traversăm și de numărul mare al afecțiunilor respiratorii) să abordez câteva aspecte legate de VITAMINA C(acidul ascorbic): rolul acesteia, semne ale deficitului de vitamina C, surse de vitamina C.

În general lumea știe că vitamina C „e bună pentru răceli”. Dar câți dintre noi o consumăm regulat, în dozele necesare ? Majoritatea animalelor își sintetizează în ficat propria vitamina C din glucoză. Oamenii nu au această capacitate de a sintetiza vitamina C. De aici apare necesitatea aportului zilnic de vitamina C prin alimentație și (sau) tratament. Este necesar ca organismul să beneficieze de această vitamină deoarece are un rol primordial în : * formarea collagenului (proteină esențială); * creșterea și refacerea celulelor țesuturilor cartilajelor, vaselor sanguine, oaselor, articulațiilor, dinților; * facilitarea vindecării rănilor; * scăderea duratei și severității infecțiilor; * vitamina C ajută la absorbția și fixarea fierului în organism; * are proprietăți antioxidante (neutralizând radicalii liberi); * ajută la buna funcționare a sistemului nervos; * are proprietăți antialergice și antiinflamatorii; * protejează organismul împotriva efectelor negative ale radiațiilor ionizante; * ajută la vindecarea gingiilor sângerânde; * menține un nivel scăzut al colesterolului în organism ; * contribuie la prevenirea unui mare număr de infecții virale și bacteriene, stimulând (singură sau în combinații) sistemul imunitar; * oferă protecție împotriva agenților cancerigeni, împiedicând formarea nitrozaminelor (substanțe cancerigene) ; * acționează ca laxativ natural ; * scade incidența cheagurilor de sânge în vasele sanguine; * previne și împiedică îmbolnăvirea de scorbut, o boală letală provocată de lipsa vitaminei C pe perioade lungi de timp. Sufereau de scorbut marinarii care navigau luni sau ani de zile fără să consume fructe sau legume proaspete. În zilele noastre se ajunge extrem de rar la „scorbutul clasic”, clinic manifest, de care sufereau marinarii, dar este răspândit „scorbutul subclinic” cu manifestări mai puțin severe, dar care evoluează timp de luni sau ani și favorizează instalarea altor boli, atât acute (infecțioase), cât și cronice (ateroscleroza, cancer).

Necesarul de vitamina C este „unic” la fiecare om în comparație cu alții.

Stresul, infecțiile, toxinele cresc consumul de vitamina C. Dacă unele organisme specializate au stabilit că necesarul de vitamina C variază

de la 60 – până la 100 mg/zi, Linus Pauling, dublu laureat al Premiului Nobel pentru chimie, a promovat ideea că necesarul de vitamina C este mult mai mare: de la 3 la 18 grame zilnic, de-a lungul întregii vieți. El a susținut că acestea sunt dozele pe care organismul uman le-ar produce dacă ar avea această capacitate.

Semnele deficitului de vitamina C se manifestă sub diferite forme: * apariția gingivitelor (inflamația gingiilor); * sângerarea gingiilor; * rezistența scăzută la infecții; * cica-

La taifas cu farmacist



trizarea întârziată a rănilor; * epistaxisuri repetate (sângerări nazale); * apariția de vânătăi după traumatisme ușoare; * subțierea smalțului dentar; * piele uscată, aspră, descuamată; * păr uscat, fragil; * articulații inflamate și dureroase; * anemie; * posibilă creștere în greutate prin încetinirea metabolismului.

Necesarul propriu de vitamina C poate fi determinat într-un mod foarte simplu, cu ajutorul legii toleranței intestinale. Ținând cont că vitamina C este hidrosolubilă (se dizolvă în apă), atunci când consumăm vitamina C, cantitatea care nu se absoarbe rămâne în intestin, atrage apa și provoacă diareea. Intestinul își adaptează capacitatea de absorbție a vitaminei C la nevoile organismului. Când nevoile sunt mari (stres, infecții, toxine, organismul poate absorbi cantități mari de vitamina C fără să apară tulburări digestive (diareea sau balonări). Este important să menținem în mod constant un nivel crescut de vitamina C în sânge. Rar există pericolul supradozării cu vitamina C.

Întrebarea următoare este: de unde luăm vitamina C? Ideal ar fi ca întreaga cantitate necesară să fie luată din fructe și legume. Cea mai bogată sursă naturală autohtonă de vitamina C

este fructul măceșului care conține și bioflavonoide ce permit buna asimilare a vitaminei C. Bioflavonoidele se găsesc și în citrice, fructe de pădure (afine, mure, zmeură), ardei, fasole, mazăre, linte, ceapă, năut, hrișcă, pătrunjel, vin roșu, ceai verde, ginko biloba.

Ideal ar fi ca dieta să conțină cât mai multe fructe și legume proaspete, crude, sub formă de salate, sucuri proaspete. Dar, uneori, aceste surse oferă cantități insuficiente de vitamina C. În asemenea situații, este necesar să suplimentăm aportul zilnic de vitamina C utilizând produse farmaceutice.

Farmacile au o gamă largă de produse cu vitamina C: comprimate obișnuite, comprimate cu eliberare prelungită, soluții și siropuri, soluții injectabile, vitamina C în stare pură sau în combinație cu bioflavonoide, cu propolis, cu extractul de soc. Vitamina C se poate administra din prima lună de viață (din ziua a 10 - 14), când se începe suplimentarea cu vitamina D3, dozele fiind calculate și recomandate de medicul de familie sub formă de soluții (picături).

O asociere foarte benefică este vitamina C cu propolis și echinacea (comprimate și sirop), combinație cu eficiență foarte crescută în tratamentul afecțiunilor respiratorii (prin efectul cumulat al componentelor : antimicrobian, imunostimulator, antioxidant). O altă asociere este vitamina C + Zinc - comprimate cu eliberare prelungită (CETEBE) sau vitamina C + propolis + echinacea + extract de soc (PROPOLIS C + ECHINACEEA FORTE), fructele de soc având pe lângă acțiunea antioxidantă și o acțiune antivirală puternică, împiedicând pătrunderea virusilor în celulă și replierea acestora.

Câteva sfaturi pentru cei care se află în tratament cu vitamina C (în doze mari) și care urmează să-și efectueze anumite analize medicale sau care iau și alte medicamente:

- vitamina C în doze mari maschează prezența sângelui în materiile fecale;
- glicozuria (valoarea glucozei din urină) poate fi modificată, în cazul unor valori mari, de vitamina C;
- monoxidul de carbon distruge vitamina C, deci locuitorii din marile orașe trebuie să consume cantități mari de vitamina C;
- dacă se face tratament cu aspirină, atunci dozele de vitamina C trebuie să fie mai mari deoarece aspirina triplează viteza de eliminare a vitaminei C.

În numerele viitoare ale publicației noastre, dacă va fi bine și sănătate, voi aduce informații și despre alte vitamine esențiale, complexul B (B1, B2, B6, B12), vitamina A, vitamina D, vitamina E, vitamina K, vitamina P, vitamina U.

Pășiiți cu încredere - știind și consumând - în lumea vitaminelor!

Nu veți pierde nimic, dar veți câștiga măcar un dram de sănătate în plus!

farmacistă Teodora PLĂCINTĂ

NEGLIJENȚA ADUCE MARI PAGUBE MATERIALE

În lunile decembrie 2012, ianuarie și februarie 2013, în comuna Mălini au avut loc patru incendii.

În dimineața zilei de 20.12.2012, în jurul orei opt, în gospodăria lui Ion Agapie, din satul Pâraie a ars o locuință - construcție mai veche.

La fața locului a sosit mai întâi autospeciala primăriei Mălini, după care au venit și pompierii de la Fălticeni. Flăcările au fost potolite înainte de a cuprinde și alte construcții aflate în apropiere. Incendiul a pornit de la un coș de fum supraîncălzit, iar construcția a fost distrusă în întregime.

O altă situație nedorită a apărut în seara zilei de 4 ianuarie 2013, după ora 20, la societatea Forest MAGAP. Aici a ars o anexă aflată la intrarea în incinta unității. Situația a fost deosebit de periculoasă deoarece aici, după cum se știe, se prelucraază și se află depozitate mari cantități de masă lemnoasă: bușteni, chereștea, deseuri.

Din fericire, prin participarea lucrătorilor aflați la fața locului, prin intervenția autospecială de la primărie și, ulterior, a pompierilor militari, focul a produs pagube minime. Se presupune că la originea incendiului s-a aflat un scurt circuit apărut la instalația electrică a anexei de la intrarea în unitate.

Al treilea episod de acest gen s-a petrecut în dimineața zilei de 11 ianuarie 2013, după ora patru dimi-



neața, la cantonul silvic din Iesle. Aici a ars o anexă și o bună parte a acoperișului cantonului. Și în acest caz incendiul a pornit de la o sursă de căldură suprasolicitată. La stingerea focului a participat o autospecială a primăriei Mălini, ulterior intervenind și pompierii militari.

În seara zilei de 11 februarie 2013 s-a produs un incendiu la locuința Elenei Ștefănoaia, din satul Suha. Focul a izbucnit de la hornul necurățat al unei sobe. Lucrurile au fost complicate deoarece sub acoperișul mai nou, din plăci de asbest, se afla acoperișul vechi, din draniță. Cu toate acestea, datorită intervenției rapide a pompierului

de serviciu de la primărie, focul a fost stins în timp scurt, iar pagubele nu au fost foarte mari.

În toate cele patru situații, a acționat cu rezultate apreciable pompierul de serviciu din acele momente de la primăria Mălini: la primele trei - domnul Petru Vodă, iar la ultima - domnul Vasile Ungureanu.

Sigur că izbucnirea celor patru incendii este urmarea unui complex de cauze, de împrejurări, dar se poate concluziona că, apariția lor a fost posibilă, înainte de toate, ca urmare a neglijenței celor ce întrebuințează surse de căldură și, respectiv, instalații electrice.

Controlați-vă cât mai des tensiunea arterială!

Hipertensiunea arterială este principalul factor de risc în apariția infarctului, accidentelor cerebrale, insuficienței cardiace și al doilea (după diabetul zaharat) în instalarea insuficienței renale.

Tineri sau bătrâni, bolnavi sau sănătoși, toți oamenii ar trebui să-și concentreze atenția asupra hipertensiunii arteriale și a consecințelor acesteia, consecințe deosebit de nefaste. Fiecare persoană trebuie să cunoască ce valori tensionale are și să-și ia toate măsurile pentru a-și menține tensiunea la parametrii normali.

Dar ce este tensiunea (presiunea) arterială? Aceste fenomen se referă la forța exercitată asupra pereților arterelor de volumul și forța sângelui pompat de inimă și deprinde de mărimea și elasticitatea arterelor. Valoarea tensiunii (presiunii) arteriale se exprimă în milimetri coloană de mercur (mmHg). Hipertensiunea arterială (H.T.A.) este noțiunea folosită pentru a denumi presiunea crescută a sângelui.

Până nu demult, s-a considerat că tensiunea arterială normală ar avea valorile 140 - maxima și 80 - minima. Dar noile ghiduri medicale precizează că tensiunea arterială optimă este sub 120 mmHg – maxima și sub 80 mmHg – minima. Valorile spre care ar trebui să tindem ar fi 115/75.

Între 120/80 și 139/89 se înscrie stadiul pe care specialiștii îl numesc prehipertensiune. În momentul în care aceste valori sunt depășite, vorbim despre hipertensiune. Trebuie să reținem că stadiul pe care îl numim

prehipertensiune nu este o stare normală și inofensivă pentru sănătate, ci constituie un avertisment serios asupra posibilității dezvoltării unei hipertensiuni arteriale. Iar hipertensiunea arterială este principalul factor de risc incriminat în apariția infarctului miocardic, accidentelor vasculare

După cele mai recente statistici, în lume există 1,5 miliarde de persoane care suferă de hipertensiune arterială. Boala afectează peste un sfert din populația Terrei și este responsabilă de 13 la sută din mortalitatea generală.

Din păcate, de multe ori oamenii nu sunt conștienți că suferă de această boală, deoarece hipertensiunea arterială nu dă simptome caracteristice, uneori fiind descoperită atunci când deja s-au instalat complicațiile.

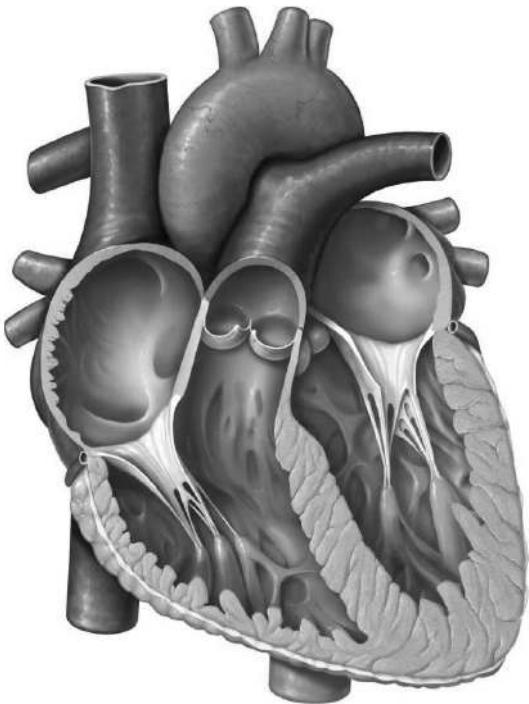
De foarte multe ori, valorile crescute ale tensiunii arteriale sunt depistate întâmplător, cu prilejul unor controale de rutină. De aceea este foarte important ca, periodic, cel puțin o dată pe an, fiecare persoană să facă un examen medical general.

Cauzele hipertensiunii arteriale nu sunt pe deplin cunoscute. Totuși, există câteva măsuri simple pentru prevenirea ei: menținerea unei greutate corporale normale, practicarea exercițiilor fizice (o jumătate de oră pe zi ar fi suficient), un regim alimentar sănătos (multe fructe și legume, cereale integrale, pește, reducerea aportului de sare și grăsimi saturate, dar cu consumul unor cantități suficiente de potasiu și calciu), renunțarea la fumat, evitarea alcoolului și respectarea orelor de odihnă.

Trebuie să fim conștienți de pericolul pe care îl prezintă hipertensiunea arterială și s-o tratăm cu toată atenția. Prima măsură de precauție ar fi aceea de a ne controla cât mai des tensiunea arterială și, pe cât se poate, într-un cabinet medical, unde există personal calificat.

doctor **Carmen Mariana MOGĂRZAN**

Sfatul medicului



cerebrale, insuficienței cardiace și al doilea ca importanță (după diabetul zaharat) în instalarea insuficienței renale.

Prehipertensiunea arterială, spre deosebire de boala propriu-zisă, nu presupune începerea tratamentului medicamentos, adoptarea unor măsuri simple (scăderea greutății corporale, exercițiu fizic, schimbarea regimului alimentar) fiind de natură să producă corectarea valorilor tensionale, revenirea la normalitate.

TAXE ȘI IMPOZITE 2013

Așa cum am anunțat și în ultima ediție a publicației noastre, în comuna Mălini, taxele și impozitele pentru anul 2013 rămân la același nivel cu al celor din 2012.

De menționat că în comuna Mălini se menține același nivel al taxelor și impozitelor încă din anul 2010.

De asemenea, se menține hotărârea Consiliului Local al primăriei Mălini privind reducerea cu 10 la sută a cuantumului unor taxe și impozite în cazul în care sunt achitate până la 31 martie.

Se află în discuție impozitul pentru clădiri, care privește persoanele fizice și juridice, impozitul pentru terenul agricol, care privește persoanele fizice, precum și taxele pentru terenuri și mijloace de transport, care privesc atât persoanele fizice, cât și juridice.

Codul fiscal prevede, la articolul 255, că taxele și impozitele pe clădiri, pe terenuri și pe mijloacele de transport pot fi plătite în două rate egale – prima până la 31 martie, cea de a doua până la 30 septembrie.

Noi acte de identitate pentru cetățenii români

Începând cu anul 2013, în țara noastră, cartea de identitate va fi înlocuită cu cartea electronică de identitate. Conform Ordonanței de Urgență a Guvernului României nr. 82 din 2012, începând cu anul 2013, cetățenii români vor avea ca act de identitate cartea electronică. Pe baza acestei cărți de identitate electronice, românii vor putea călători în statele membre ale Uniunii Europene. Prin formatul și conținutul său, acest act de identitate va fi mult mai sigur, evitându-se astfel falsificarea sa. Pe noul document, vor fi înscrise numele și prenumele titularului, sexul, cetățenia, data și locul nașterii, semnătura olografă, fotografia, codul numeric personal și adresa de domiciliu.

Pe lângă datele care apar în formatul tipărit al documentului, în partea electronică a sa vor mai apărea informații precum: prenumele părinților titularului, certificate digitale, date biometrice (imaginea facială și amprentele a două degete).

Mai multe organizații creștine, reunite în Forul Ortodox Român, consideră că introducerea în România a actelor de identitate electronice ar reprezenta un „abuz grav, care pune bazele unui sistem de supraveghere permanentă a persoanelor, așa cum nu a mai existat niciodată în istorie...”

Persoane oficiale din cadrul Direcției pentru Evidența Persoanelor și Administrarea Bazelor de Date au arătat că actualul document de identitate a cetățenilor români se produce pe baza unei tehnologii existente la nivelul anului 1997. Având în vedere mijloacele tehnice existente pe piața liberă la această oră, documentele care au la bază vechea tehnologie sunt foarte ușor de falsificat. Prin introducerea noului act de identitate se asigură un grad de siguranță mai mare. Aceasta pe lângă faptul că noul document, cartea electronică de identitate, va putea exploata și potențialul oferit de existența serviciilor electronice, în sensul că va permite autentificarea titularului în sisteme electronice.

Autoritățile au anunțat că, deocamdată, cartea electronică de identitate nu este obligatorie.

Până pe 30 iunie 2013 se va pune la punct algoritmul și tehnologia necesare, urmând ca după această dată să fie emis și primul act de identitate electronic.

De menționat că introducerea în România a acestui gen de document de identitate a fost planificată inițial pentru 1 ianuarie 2003, autoritățile amânând de câteva ori adoptarea unui termen pentru abordarea acțiunii de elaborare și emitere a noului act.

Zâmbiți, vă rog....

Un bărbat întră într-un bar și cere de băut. Oftează și bea. Oftează mereu și bea....După câteva pahare bune, barmanul îl întreabă:

- S-a întâmplat ceva rău? Păreți foarte supărat...
- Sunt supărat, domnule! Sunt foarte supărat: m-am certat cu nevasta și mi-a spus că nu mai vorbește cu mine un an de zile...
- Vă înțeleg, dar totuși nu pare a fi așa de grav....
- Ba e grav, domnule! E foarte grav: astăzi se împlinește un an de când ne-am certat...

La sfârșitul unei conferințe în care pledase pentru armonie între sexe, pentru înțelegere în familie, un cunoscut și apreciat sociolog trage următoarea concluzie:

- Sigur, femeilor le este mai ușor. Lăcrimează, amenință că pleacă, se isterizează puțin și gata: bărbații le oferă tot ce doresc! Bărbaților le este însă mult mai greu. Fac un pic de scandal și gata: nu mai au ce mânca...

Un tip jefuiește o bancă, ascunde banii, dar până la urmă este prins și dus la tribunal. Acolo judecătorul îi spune:

- Ascultă, omule! Dacă dai banii înapoi, îți voi micșora pedeapsa...
- Știți ceva domnule judecător?! Dacă voiam să dau banii înapoi, făceam un împrumut...

Doi oameni, plecați în lumea cealaltă de pe plaiuri mioritice, bat la poarta Raiului. Sfântul Petre deschide ușa și le spune amabil:

- Bine ați venit în Rai! Aici nu veți avea serviciu, nu există sistem educațional, nu funcționează spitale și nu avem nici bani...

Unul dintre bărbați se gândește puțin, apoi i se adresează celuilalt:

- Vezi, măi Ioane! Și tocmai îmi spuneai că în România e ca în iad....

COMUNA MĂLINI

UN TĂRÂM DE POVESTE, O AȘEZARE MODERNĂ, BINE GOSPODĂRITĂ



Mai ușor la deal! - cu teleschiul

(urmare din pagina 1)

Odată ce drumurile au fost reparate, modernizate, oameni cu spirit întreprinzător au avut inițiativa de a pune în valoare potențialul

turistic al zonei: frumusețea peisajului, contextul natural, aerul și apa curate, pure. Așa au apărut hoteluri, case de vacanță și, mai ales, multe pensiuni. „Casa Zimbru”, „Poiana Doamnei”, „La trei fetețe- Todirel”,

„Victoria”, „La Filuță”, „Nedeea”, „Stânișoara”, „Bucovina” sunt câteva din pensiunile cunoscute deja și dincolo de hotarele județului Suceava pentru ospitalitate, pentru condițiile ideale de cazare și hrănire, pentru pitorescul locurilor în care au fost ridicate.

Tot datorită spiritului întreprinzător, dar de această dată venind de la primarul Petru Nistor, s-a realizat pârtia de schi de la Pojorâta (Văleni-Stânișoara).

Realizată inițial într-o anumită configurație, pârtia de schi a fost modernizată și dotată cu o instalație pentru producerea zăpezii artificiale. La această oră, pârtia de schi de la Pojorâta este funcțională sută la sută, deschisă tuturor iubitorilor și practicanților acestui sport. Iată și câteva caracteristici: lungime – 800 m; grad de dificultate mediu; teleschi; instalație de iluminat pe timp de noapte.

Fiindcă veni vorba de schi, de sport să mai adăugăm că în zonă există o bază sportivă în satul Suha, o sală de sport în centrul comunei, iar echipa de fotbal „Foresta Mălini” este una din frunțile competiției din liga a IV a.

Dar nu numai sportul se bucură de deschideri în comuna Mălini. În-vățământul, cultura, folclorul, viața spirituală, în general, sunt sprijinite și încurajate de administrația locală. Astfel în școlile și grădinițele din comună sunt educați și instruiți, în condiții bune și foarte bune, aproape o mie de copii, funcționează trei cămine culturale și trei biblioteci, ființează un cunoscut și apreciat grup flocloric „Flori de mlin”, iar în curând va fi desăvârșită ctitoria unei noi biserici, care se va adăuga celor opt existente.



Una dintre cele mai apreciate unități turistice din comuna Mălini - pensiunea „La Filuță”

Pentru controlul și menținerea stării de sănătate a populației, la Mălini funcționează două cabinete medicale, fiecare cu câte un medic de familie, și trei cabinete stomatologice. De asemenea, de câțiva ani buni, funcționează în condiții foarte bune Unitatea de Asistență Medico - Socială, ridicată pe ruinele unui vechi și abandonat (de trecutele administrații locale) spital.

Toate acestea se dezvoltă și trăiesc pe fondul unei activități economice riguroase, care valorifică resursele din zonă. Creșterea vitelor și agricultura în gospodăriile locale ocupă cea mai mare parte a forței de muncă. În paralel, s-au dezvoltat unități de exploatare a masei lemnoase, câteva dintre ele cu rezultate constant profitabile. De asemenea, funcționează în parametri apreciable, adică scot pe piață produse de foarte bună calitate, trei unități economice care prelucrează laptele și una de panificație. Inițiativa privată a găsit un teren prielnic în comuna Mălini, iar sfera serviciilor s-a mărit constant: notar public, cadastru, spălătorie auto, vulcanizări, frizerie-coafură.

Sigur că într-o asemenea zonă se dezvoltă comerțul, iar pe lângă magazinele mici sătești, au apărut centre de desfacere a unor firme precum „Haiducul”, „Vasilache”, „Contact-Construct” care vând materiale de construcție. Iar în zilele de la sfârșitul anului 2012, a fost inaugurat un mare magazin al firmei „Simos”.

Un pas important spre un standard de viață civilizat, modern l-a constituit realizarea instalației de canalizare, instalație care în anii următori va fi extinsă. Și ca obiectiv imediat, administrația locală, la o nouă inițiativă a ambițiosului primar Petru Nistor, își propune realizarea unei instalații de transport a apei potabile pentru gospodăriile din toată comuna.

La început de an 2013, târâm de poveste în care se desfășoară comuna Mălini se prezintă ca o așezare modernă, bine gospodărită, cu perspective reale de dezvoltare, o zonă demnă de noua denumire care i s-a acordat : aceea de stațiune turistică aflată într-o evoluție cu totul promițătoare.

Dumitru AMARIEI

Asociația agricolă „Mălini - Stânișoara”

Acțiuni eficiente, spirit întreprinzător, gospodăresc

Constituită în martie 2008, Asociația agricolă „Mălini - Stânișoara” și-a propus ca scop principal al activității identificarea, reprezentarea și promovarea intereselor economice, tehnice și juridice ale membrilor săi.

Una din acțiunile deosebit de importante întreprinse de Asociația agricolă „Mălini - Stânișoara” este arendarea, de la primăria Mălini, a pășunilor din zonă. Astfel s-a creat cadrul necesar îndeplinirii obiectivelor pe care organizația și le-a asumat încă de la înființare.

Înainte de toate, administrarea pășunilor, organizarea pășunatului, asigurarea pășunatului pentru întreg efectivul de animale din zonă s-au concretizat, constant, prin rezultate bune și foarte bune.

S-au efectuat în volumul necesar, la timp și de calitate lucrări de protecție, de întreținere și amenajare a pășunilor. În 2012 s-au administrat îngrășăminte chimice pe suprafețe însumând 236 de hectare, suprafețe neclasificate „agro-mediu”, adică exceptate de la protejarea ecologică. Au fost amenajate noi drumuri de acces, iar cele existente au fost în-



Saivanul din Lunca Suhăi - la intrarea în comuna Mălini

treținute, menținute permanent în parametri funcționali.

În zona Răchitiș s-a realizat în 2012 un gard pentru delimitare în lungime de 660 m, iar în zona Răchitiș - Runc, s-a realizat în 2011 un gard de delimitare în lungime de 1430 m.

O acțiune cu totul remarcabilă s-a întreprins în anul 2012, acțiune care a avut ca obiect construirea unui număr de cinci saivane. Acestea au fost finalizate și sunt funcționale în Lunca Suhei (la intrarea în comuna Mălini), Smidă (Răchitiș), Poiana Lungă, Stânișoara și Muncelu.

Pentru perioada primăvară - vară 2013, Asociația agricolă „Mălini -

Stânișoara” și-a propus să construiască trei stâne noi, la Muncelu, Arșița Nemțșoru și Poiana Lungă, și încă două saivane, la Muncelu și Pojorâta. Vor continua lucrările de curățare a pășunilor (prin înlăturarea lăstărișului și a pietrelor, împrăștierea mușuroaielor) și administrarea de îngrășăminte chimice. De asemenea, vor fi efectuate acțiuni pentru asigurarea practicilor caracteristice unui pășunat rațional.

Iată doar câteva secvențe ale activității Asociației agricole „Mălini - Stânișoara”, secvențe care ne conving că în această organizație se lucrează eficient, cu spirit întreprinzător, gospodăresc.

și Vasile Ungureanu.

În Arșița Nemțșoru - o stână, responsabil Gheorghe Moraru.

În Pojorâta - trei stâne, responsabili Vasile Norocel, Gheorghe Harag și Vasile Naiman.

În Răchitiș - o stână, responsabil Dragoș Ungureanu.

În Smidă - o stână, responsabil Grigore Norocel.

Perioada de pășunat începe la 3 mai și se încheie la 1 octombrie pentru bovine și 15 octombrie pentru oi.

Responsabilii de stâne din comuna Mălini

La începutul anului, printr-un procedeu transparent, profund democratic, au fost desemnați, de către proprietarii de oi și vite, responsabilii de stâne pentru sezonul 2013.

Iată numele acestora. În Muncelu vor fi trei stâne, iar responsabilii acestora au fost desemnați : Ioan Vlăjincă, Ilie Vlăjincă și Ioan Anastasiei.

În Stânișoara - o stână, responsabil Ioan Bîrsanu.

În Poiana Lungă - două stâne, responsabili Dumitru Stan

A intrat in vigoare noul Cod Rutier

Noul Cod Rutier, intrat în vigoare la 19 ianuarie a.c., cuprinde o serie de reglementări menite să ducă la clarificări și actualizări ale conținutului prevederilor anterioare. Vă prezentăm în continuare o parte dintre cele mai importante modificări aduse documentului aflat în discuție:

a. Se introduce permisul obligatoriu pentru mopede. Acesta le va fi necesar numai acelor persoane care nu au permis de conducere pentru nici o altă categorie.

b. Pentru reînnoirea permisului de conducere este necesar un nou examen medical.

c. În cazul în care permisul se pierde, se deteriorează sau este furat, autoritățile competente vor elibera un document duplicat care poate fi folosit până la data expirării documentului original.

d. Noile permise auto vor fi valabile 10 ani de la emitere pentru șoferii amatori și 5 ani pentru șoferii profesioniști. Costul preschimbării permisului de conducere este de 68 lei.

e. De la 19 ianuarie 2013, se modifică și prevederea referitoare la vârsta minimă pentru permisul de conducere. Astfel, o persoană care are 16 ani împliniți poate obține permis de conducere pentru autovehiculele din categoriile: AM, A1 și B1.

f. Permisele de conducere eliberate anterior datei de 19 ianuarie 2013 își păstrează valabilitatea până la data expirării menționată pe acestea.

Modificări importante privind circulația mopeder:

- Mopedele sunt incluse în categoria autovehicule
- Orice persoană care conduce un moped trebuie să dețină permis de conducere categoria AM (special pentru moped)..

Începând cu 19 ianuarie 2012, mopederle pot fi folosite numai de persoane care au obținut un permis de conducere pentru autovehicule din categoria AM. În concluzie, persoana care conduce un vehicul cu două roți, trebuie să posede permis de conducere pentru categoria AM, permis pe care îl poate dobândi după împlinirea vârstei de 16 ani. Pentru obținerea permisului de conducere, doritorii vor susține (ca orice șofer) un examen scris la cunoașterea legislației specifice și o probă practică în poligon.

Aceste exigențe vin de la faptul că la articolul 6, punctul 6, din Codul Rutier, la categoria autovehicule au fost incluse și mopederle. Consecința importantă este aceea că, în cea mai mare măsură, neregulile comise de un mopedist vor face obiectul unor dosare penale. De pildă, conducerea fără permis a unui astfel de vehicul reprezintă infracțiune și se pedepsește, conform articolului 86, alineatul 1, din Ordonanța de Urgență a Guvernului nr. 195 din 2002, cu încheiere de la unu la cinci ani.

De menționat că persoanele care dețin deja permise de conducere pentru alte categorii de vehicule pot să conducă moped fără a susține un examen special în vederea obținerii permisului pentru categoria AM.

Agent-șef principal Constantin GRIGORAȘ

Redactor: Dumitru Amariei

Procesare texte: Ionela Panțiru, Cristina Isăilă

Tehnoredactare: Răzvan Guzu

Tipografia CELESTIN - Suceava