

ASOCIAȚIE  
UMANITARĂ,  
DATOARE  
CU 60.000 DE EURO

**IMPOZITE.** O asociație umanitară din Nicorești, care se ocupă cu îngrijirea persoanelor cu dizabilități și care, timp de 15 ani, a fost scutită de impozite, s-a trezit cu înștiințare de plată de la Primărie că e datoare vândută. » pag. 04



REFUGIU  
CU UN PICIOR  
ÎN AER DUPĂ  
O SURPARE

**PERICOL.** Cu un picior în aer, așa a rămas refugiul destinat călătorilor din stația de autobuz de pe strada Oțelarilor, din dreptul supermarketului Lidl, din cauza unui accident de teren. » pag. 05

▶ COTIDIAN INDEPENDENT / GALAȚI, ROMÂNIA / ANUL XXX, NR. 9005 / 20 PAGINI / 20 PAGINI SUPPLEMENT TV GRATUIT / 2 LEI

DOUĂ ORE DE PROTEST CU OPRIREA ACTIVITĂȚII » **EVENTIMENT/05**

# Ce trasee vor fi acoperite în timpul grevei



Pe lângă cursele convenție, trei trasee de autobuz, unul de troleibuz și unul de tramvai vor fi acoperite astăzi, 10 mai, în timpul celor două ore de grevă de avertisment, 12,00 - 14,00, organizată de Sindicatul Șoferilor Liberi din Transurb. Numărul mijloacelor de transport de pe traseele acoperite va fi, însă, cu mult diminuat. ● Anca Melinte *fotomontaj Costel Popa*

06 sport Proiectele pentru care se poate alerga la Semimaratonul Galați



meteo

16°

Plouă



valuta BNR

€4,75

\$4,25

Cursul de schimb valutar la data de 9.05.2019



weekend magazin

www.viata-libera.ro

Viata libera

**GRATUIT**  
cu „Viata libera”  
**PROGRAMUL TV**  
al săptămânii  
viitoare

## Chiriaș datornic al Primăriei, găsit mort în locuință

MARIANA CONSTANDACHE  
mariana@viata-libera.ro

O descoperire macabră a fost făcută joi, 9 mai, cu ocazia unei executări silite la un apartament aparținând Primăriei Galați.

În locuința socială din care executorul judecătoresc urma

să îl evacueze pe chiriașul cu restanțe mari, autoritățile au găsit cadavrul celui pe care urmau să îl scoată în stradă. Cazul a fost preluat de poliție. Sinistra constatare a fost făcută în apartamentul cu numărul 52 de la blocul R10, din Micro 19.

» pag. 03



● foto Iulia Kelt

03 eveniment  
Restricții de trafic pentru un miting electoral

08 actual  
Liderii UE au adoptat Declarația de la Sibiu

09 timp liber  
Umor clasic și musical de mare succes la „Leonard”



## TOC

DĂNUȚ LUNGU  
danut@viata-libera.ro

- Comisia Națională de Prognoză ține cu ursul - ne anunță că urmează creșteri de prețuri și dobânzi mai mari. Bre, suntem în campanie electorală, dați-o și voi mai catifelat, încercați și voi să ne păcăliți că, de fapt, e vorba de situația din Germania! Dar și acolo e campanie...
- Fostul primar al Constanței, Radu Mazăre, a fost capturat de autoritățile din Madagascar. Nu-mi spune mai nimic acest nume. Nu-l chema altfel, adică Nicușor Constantinescu?
- Să fie meritul lui Tudorel Toader, debarcat de la Justiție, sau al madamei Birchall, care se scaldă într-un interimat la care n-am habar cum a ajuns.

## sinaxar

10.05.2019

- Sf. Apostol Simon Zilotul (dezlegare la pește)

## maxime



Fii bun ori de câte ori este posibil.  
Întotdeauna este posibil

DALAI LAMA

- Echipa de serviciu  
Responsabil ediție: Anca Spănu;  
Corectura: Ramona Cotârleț,  
Andra Frățiman

## editorial

## viața liberă

## Permis de pescuit cu cântec

MARIAN CĂPĂȚINĂ  
marian.capatina@viata-libera.ro

Unii "bugetari" parcă țin morțiș să nu dezmință percepția generală despre incompetența și nepăsarea față de efectele muncii lor. Titlul de campioni la așa ceva pentru 2019 deja îl putem acorda celor de la Agenția Națională pentru Pescuit și Acvacultură (ANPA). Celor de la nivel central, că cei din teritoriu, cel puțin raportat la Galați, cât de cât mi-au dat senzația că încearcă să-și facă treaba.

Pescarii la nivel recreativ, adică undițarii și lansetarii, sunt supuși din nou la o cruntă bătaie de joc. Eliberarea permiselor

pe acest an pentru aceștia a tot fost amânată, cu promisiunea că vânzoleala din fața sediilor va dispărea și va fi înlocuită de ceva civilizat, un sistem online. Momentul a fost amânat în repetate rânduri, s-a prelungit valabilitatea celor de anul trecut, până când s-a intrat în prohibiție. Cei care n-au apucat să își ia permis în 2018 pur și simplu n-au putut, primăvara asta, să arunce bățul în apă fără a fi în ilegalitate. Până la urmă, marți a fost anunțat că sistemul va putea fi accesat de miercuri, 8 mai, pe anpa.ro. Încerc, refresh-uri peste refresh-uri, nimic, un sistem nefuncțional toată ziua. Pe anpa.ro, un comunicat cu o recomandare "genială": "Vă rugăm să accesați cu moderație

sistemul online de emitere permise de pescuit recreativ, deoarece lățimea benzii stabilită de providerul de internet nu permite o accesare simultană masivă a sistemului online". Să apăs foarte lent pe butonul mouse-ului, oare asta o fi însemnând pentru ei moderație? Mă băieți, măcar voi înțelegeți ce spuneti în comunicatele astea? Servere serioase, lățime de bandă la internet adecvată, dacă tot vreți să treceți la permise online, la asta trebuia să vă gândiți cu prioritate! Dacă se întâmplă asta la vreun site de vânzări online, ce ați făcut voi ar fi însemnat faliment sau în cel mai fericit caz, concedieri masive! Anul trecut, după prohibiție, s-au dat permise doar într-o singură zi,

pe 8 iunie. Apoi, stop, pe motiv că s-a ajuns la numărul maxim (70.000) de pescari cu permis pentru capacitatea de pescuit a Dunării. În acest context, joi a mai venit încă una de la ANPA, un mesaj personal din partea președintelui instituției: "Cu toată responsabilitatea profesională și autoritatea funcției pe care o dețin, vă asigur că numărul de permise pentru fluviul Dunărea sunt disponibile în 2019 pentru toți solicitanții". Dincolo de exprimarea dăncilistică, cum rămâne d-le Nicolae Dimulescu cu limita din studiul de TAC (captura totală admisibilă) invocată în urmă cu un an, când ați stopat eliberarea permiselor? ●

Marian Capatina

pe repede  
înapoi

## Fotbal de europarlamentare

- Ce-a recomandat-o, ea o fi pus mâna pe Răducu, de ce Madagascar e în Africa și nu în Asia? Iată, o arestare de care nimeni nu mai avea nevoie și ne cresc mai multe dileme!
- Același vecin de cartier care evită să facă revista presei are nevoie de o reacție promptă din partea subsemnatului: nu, barosane, nu va fi extrădat, ești nebun să ai asemenea așteptări la orizont? Vrei să vorbească nebunul la întoarcere? Du-te și plătește-ți taxele și impozitele, mai lasă gargara... La bancuri politice și la pase cu călcăiul suntem direct calificați în sferturile de finală.
- Petrecerile de carnaval din statul aflat în Oceanul Indian sunt mai triste. Așa-i când își bagă nasul o țară balcanică.

- Nu m-a sunat încă nimeni pentru a participa la mitingul lui Dragnea, de sâmbătă, de la Păpădie, sau unde s-o ține o asemenea baie de mulțime. Iar eu chiar voiam să mă duc - răgușit nu mi-s, de rime frumoase sunt capabil, cred că am și un început de influencer.
- Simona Halep a câștigat un meci cu doi de 6-0 la turneul de la Madrid. Haterii au înjurat-o și de data asta, aveau un rest pe buze de la emisiunile de seară ale lui Gădea.
- Jocurile din Liga Campionilor la fotbal, mă refer la cele din această săptămână, sunt cele mai bune produse din actuala campanie pentru europarlamentare. Doar se va vota și în Marea Britanie, mai în scârbă, dar se va vota.

## nec plus ultra

Poem circumstanțial  
de Tot

ION ZIMBRU

DESPRE NE/RĂBDARE

DIN COLECȚIA  
"CELE MAI FRUMOASE  
POEZII RĂMASE TABLOU"

Eu n-am avut răbdare niciodată...  
am căutat-o-ntruna...și o caut  
în pas alert (sălbatic) de pian,  
și-n tânguirii (domestice) de flaut,  
și-n tril (devastator) de liră spartă,  
și-n fluierat de mierlă părăsită,  
și-n glas îngânător de cuc stingher,  
și-n brațe (lungi) de vis și de iubită...  
dar toate (negreșit...și fiecare)  
au spus și spun: așteaptă, ai răbdare!  
Sigur că da...mi-a dat de toate mama  
(din prima până-n ultima secundă  
a frumuseții sale pe pământ)  
să nu se frângă firea mea mărunță,  
să am pe drumuri și să am pe cale,  
și viața să-mi ajungă până moare,  
dar nu mi-a dat destul curaj să rabd...  
cred că nici ea n-a mai avut răbdare  
pe cest întâmplător cuvânt de lut  
și-ntr-astă lume descurajatoare!

divina  
tragedia

## La pas...prin Orașul fără Cap Compas (IX)

ION ZIMBRU  
redactie@viata-libera.ro

Sigur că da! Satira a III-a!  
A lui Mihai Eminescu!  
Domnul Mihai Eminescu!  
El a zis „mama ei de nemernicie românească!” El a zis „tu-i neamul nevoii!”...El a scris „zdrobiți orânduiala cea crudă și nedreaptă!”...El mi-a stabilit că „ai noștri tineri!”...Convivul meu, moș Mutelcă, începe să ne povestească! Uite-așa!  
Iacătă, sunt în autobuz! Care autobuz? Oricare!...Două proaste se holbează tare la ecranul unui telefon...și hă! hă! hă! hă!...și ha! ha! ha!...Sunt scâmoșate! Alături, doi zdrențuiți, cu

sculele digitale în funcțiune, se dau mari și tari, răgăie, își fac semne de frugală educațiune!... Lor, acestor ipochimeni fără Cap Compas, am să le dedic un text pe măsură, pe care vă rog să-l vârați în comprehensiune!  
„PĂMÂNTULE – sferă Divină,/ odor al Vroirii Celeste,/ grăunte al Vietții și-al Morții,/ Martir (s) pus în Vers și-n Poveste – / ești Tot numai Sânge și Lacrimi,/ iar zilele-ți sunt numărate/ cu zâmbetul sadic al Urii,/ cu deștul întins a Sfidare/ și-a veșnic Dispreț pentru Rostul/ tău dat unor cefe Pătrate,/ zvârlit la cheremul Prostiei/ din lumea lui Care pe Care,/ din șleahta lui X și-a lui Y – / vremelnici pe scoarța ta, strașnici/ viteji

ai umflării de Sine – / te rog să-nțelegi cu NU LAS NICI/ măcar o secundă SĂ TREACĂ/ – prin ce mi-a dat Mama, Atuncea,/ din Humă – așa, la-ntâmplare,/ iar eu să-mi pierd Sensul și Crucea!//...  
PĂMÂNTULE, stai o Secundă.../ și vino la mine, la Poartă.../ și vino la mine-n Ogradă.../ și vino la mine-n Grădină.../ și vino la mine, în Casă/ – am pus două lemne să ardă/ în soba Făcută de Mama.../ și-am pus de-o fiertură puțină.../ așa, să ne-ajungă de-o Vorbă,/ de-un Plâns, de-un Oftat, de-o Tăcere,/ cât încă vrun domn Sarsailă/ nu-ncepe – sardonice – să zbiere,/ să-și dea cu aramă pe față,/ să-ți calce Tristețea-n

picioare,/ să-și vâre Principiul și Coadă/ în ce mai încearcă să Zboare/ pe Lungul și Latul și Naltul/ tău încă Prielnice și încă/ bun Loc de Vecie al celor/ CE NU VOR SĂ TREACĂ PE LÂNGĂ!//...  
Sigur că da!...Aprobăm pozitiv! Vasile și Costică se comportă cu câte-un rând! Fiindcă – zice C. Prăpăd – „magistrul Mutelcă-i umplut cu surprize pentru toate adresele, nimeni n-are nici o șansă de scăpare din blagosloveniile sale... nimeni, dar absolut nimeni, nu se poate pune de-a doua cu observațiile/rechizitoriile lui, nimeni nu poate să nu dea dreptate Universalelor Satire Eminesciene!”...(Stai să mai auzi!) ●





foto Iulia Kelt

DESCOPERIRE MACABRĂ LA O EXECUTARE SILITĂ ● TRAGEDIE

# Chirias datornic al Primăriei, găsit mort în locuință

MARIANA CONSTANDACHE  
mariana@viata-libera.ro

O descoperire macabră a fost făcută ieri, 9 mai, cu ocazia unei executări silite la un apartament aparținând Primăriei Galați. În locuința socială din care executorul judecătoresc urma să îl evacueze pe chiriașul cu restante mari, autoritățile au găsit cadavrul celui pe care urmau să îl scoată în stradă. Cazul a fost preluat de poliție.

Sinistra constatare a fost făcută în apartamentul cu numărul 52 de la blocul R10, din Micro

19. S-a întâmplat ieri-dimineață, când un executor judecătoresc însoțit de reprezentanții Primăriei și de jandarmi, a ajuns la ușa imobilului unde trebuiau să pună în aplicare o sentință judecătorească de evacuare. Militarii au fost cei care au spart ușa locuinței aflată la parter, pentru că nimeni nu a răspuns. Imediat, din locuință a răzbit un miros puternic, care provenea, așa cum aveau să constate cei prezenți, de la un cadavru.

„În locuința unde urma să fie efectuată executarea silită a fost găsit cadavrul în stare de putrefacție al unui bărbat. Jandarmii

au sesizat poliția, la fața locului deplasându-se un echipaj de la Criminalistică și reprezentanții Serviciului de Medicină Legală, care au ridicat trupul neînsuflețit”, a precizat slt. Cătălin Bădin, purtătorul de cuvânt al Jandarmeriei Galați. Polițiștii au ridicat probe de la fața locului și vor stabili cauzele morții după efectuarea necropsiei. În cauză a fost deschis un dosar de ucidere din culpă.

## Datornic vândut

Motivul pentru care chiriașul din apartamentul cu numărul 52 urma să fie dat afară erau datoriile

la plata chiriei, după cum ne-au informat surse din cadrul Primăriei Galați. Conform datelor furnizate de asociația de proprietari, în apartament locuia o singură persoană, Gheorghe Pavel, de 53 de ani. Bărbatul nu mai plătitese chiria din 2013, acumulând datoriile în valoare de 5.219 lei. Drept urmare, Primăria l-a dat în judecată și a cerut evacuarea, sentința rămânând definitivă în decembrie 2018. În plus, bărbatul mai avea datorii mari și la întreținere, unde acumulate debite de aproape 7.000 de lei, dar recuperarea acestora ar fi trebuit să cadă în sarcina asociației de proprietari. ●

## eveniment

### Manifestări dedicate zilei de 9 mai la Galați

ELENA GOVAERT  
elena.govaert@viata-libera.ro

Ieri, 9 mai, în Piața Tricolorului din Grădina Publică s-au desfășurat manifestări dedicate Zilei Independenței de Stat a României, Zilei Victoriei Coaliției Națiunilor Unite în cel de-al Doilea Război Mondial și Zilei Uniunii Europene, organizate de Prefectura Galați. Ceremonialul militar a debutat cu intonarea imnului de stat al României, continuând cu o alocuțiune privind însemnătatea zilei prezentată de subprefectul Mihai Manoliu și un



minirecital susținut de artiștii Ansamblului Folcloric al Centrului Cultural „Dunărea de Jos”. La final, a defilat Garda de Onoare. La eveniment au participat atât cetățeni obișnuiți, cât și autorități locale. ● foto Iulia Kelt

PUBLICITATE

### CREDITE

în maxim 24 de ore

**Exemplu reprezentativ**

Pentru un credit FĂRĂ COMISIOANE cu garanți în valoare de 10.000 lei pe 2 ani cu o dobândă fixă de 24,5% pe an, calculată la sold, rate lunare egale de 531 lei, DAE 27,45%, valoarea totală plătită la finalul creditului este de 12.749 lei.

**KROM INVEST**  
INSTITUȚIE FINANCIARĂ NEBANCARĂ  
Alături de dumneavoastră din 2006

Informații suplimentare:  
☎ 0236 318 827  
☎ 0756 079 930  
Sucursala Galați:  
Str. Siderugiștilor, bl. SD9D - parter

**VI** [www.viata-libera.ro](http://www.viata-libera.ro)

## Unde sunt amplasate radarele

**TRAFIC.** Astăzi, 10 mai, radarele Poliției Rutiere vor fi amplasate, în municipiul Galați, pe străzile Uzina de Apă, Drumul de Centură și Calea Smârdan. Șoferii care au drum în județ vor fi monitorizați pe DN 25, pe DN 24 D la Bălăbănești,

în dreptul localităților Independența și Barcea, iar pe DN 26, în localitățile Foltești și Cavadinesti. Pe DE 581, o autospecială cu radar va fi amplasată pe raza localității Berheci, iar pe DJ 251, la Cuza Vodă și Costache Negri. ● M. Constandache



## RESTRICTII DE TRAFIC PENTRU UN MITING ELECTORAL

**ATENȚIE!** Mitingul electoral, care va fi organizat sâmbătă, pe esplanada de la Casa de Cultură a Sindicatelor, va da peste cap traficul rutier. Conform unui comunicat al Primăriei Galați, „pentru desfășurarea în siguranță a unui eveniment cu caracter electoral, pe data de 11 mai 2019, între orele 8,00 și 14,00, circulația rutieră va fi întreruptă pe bulevardul George Coșbuc, pe tronsonul cuprins între intersecția cu strada Brăilei și intersecția cu strada Mihail Kogălniceanu”, se arată în comunicatul Primăriei Galați. În același interval orar, accesul va fi restricționat pe aleea paralelă cu bulevardul George Coșbuc către intersecția cu strada Mihail Kogălniceanu, prin montarea indicatorului „Interzis viraj la stânga”, precum și pe aleea paralelă cu bulevardul George Coșbuc, din fața blocurilor „M”, prin montarea indicatorului „Obligatoriu la stânga” către intersecția cu strada Crizantemelor. ● T.M.

**VI** [www.viata-libera.ro](http://www.viata-libera.ro) online

www.viata-libera.ro Viața la zi

EVENT



SPAIMA  
MAȘINILOR  
PARCATE,  
LA DOAR 16 ANI

**FURTURI.** Un adolescent de 16 ani, din Galați, este principalul suspect al mai multor furturi care au vizat autoturisme din diferite zone



ale orașului, în ultima lună. Cel care se presupune că le-a dat bătăi de cap proprietarilor de mașini, dar și polițiștilor bombardați cu sesizări, ar fi acționat în perioada 1 aprilie - 4 mai, fie spărgând geamurile mașinilor în care vedeau bunuri de valoare, fie profitând pur și simplu de faptul că portierele erau neasigurate. Unde nu a reușit cu niciuna dintre cele două metode, s-a mulțumit să fure oglinzile retrovizoare. Astfel, în urma spargerii a patru mașini și atacării altor trei la oglinzile exterioare, a reușit să creeze un prejudiciu de aproape 4.000 de lei. El a fost identificat zilele trecute și reținut. În urma audierilor, procurorii au dispus ca adolescentul să fie cercetat sub control judiciar, pentru furt. ● **M. Constandache**



► Ionel Melinte, reprezentantul Asociației „Bunul Samaritean“  
foto Mariana Constandache



► Ionel Boghiu, primarul comunei Nicorești

ȘOC FISCAL PENTRU O ORGANIZAȚIE CARE ÎNGRIJEȘTE PERSOANE CU HANDICAP ● **DECIZIE**

## Asociație umanitară, datoare la impozite cu 60.000 de euro

MARIANA CONSTANDACHE  
mariana@viata-libera.ro

**Aceasta este concluzia la care au ajuns reprezentanții primăriei din comuna unde funcționează asociația care se ocupă cu îngrijirea persoanelor cu dizabilități, și care timp de 15 ani a fost scutită de plata taxelor și impozitelor aferente imobilelor. Zilele trecute, autoritățile locale le-au transmis reprezentanților organizațiilor o înștiințare de plată șocantă, care contrazice flagrant un alt document fiscal, eliberat recent, din care rezultă datorii „zero”.**

Situația cu multe semne de întrebare s-a înregistrat la Nicorești, unde de 15 ani funcționează Asociația „Bunul Samaritean”, care are ca obiect de activitate asistența și îngrijirea persoanelor cu dizabilități. 13 asistați sunt în prezent în grija fundației care, de la înființare, nu a plătit niciun leu impozit pe clădiri, terenuri și mașini, fiind scutită, conform legii, tocmai datorită obiectului de activitate. La fel era situația și la cealaltă fundație cu

activitate similară din comună, de la care Primăria nu percepeuse, de asemenea, taxe și impozite. Numai că, la începutul acestei săptămâni, reprezentanții fundației „Bunul Samaritean” au aflat că lucrurile stau altfel decât se așteptau și cum le fusese confirmat, de altfel, și în urmă cu nici două luni, când obținuseră de la aceeași primărie un certificat de atestare fiscală, semnat inclusiv de primar, din care reieșea că asociația nu are nicio datorie la taxe și impozite.

„Pe 7 mai 2019, Primăria Nicorești a trimis o înștiințare de plată, prin care cere asociației să plătească o sumă foarte mare, respectiv 194.648 lei cu titlu de debit și 81.358 lei ca majorări, deci în total o sumă de 276.006 lei. În înștiințarea de plată nu se precizează care este perioada luată în calcul, dar este evident că o sumă atât de mare reprezintă impozitul pentru mai mulți ani, posibil toată perioada de la înființarea asociației și până în prezent. Nu se precizează care este titlul executiv în baza căruia a fost emisă această înștiințare de plată”, ne-a transmis Ionel Melinte, reprezentantul

Asociației „Bunul Samaritean” din Nicorești. Considerând că prin activitatea pe care o desfășoară prestează un serviciu important pentru comunitate și invocând o serie de articole care prevăd că „consiliile locale pot hotărî să acorde scutirea sau reducerea impozitului/taxei pe teren datorate pentru terenurile utilizate pentru furnizarea de servicii sociale de către organizații neguvernamentale și întreprinderi sociale ca furnizori de servicii sociale, cei de la „Bunul Samaritean” se consideră profund nedreptățiți de această decizie neașteptată și cred că scopul real al demersului este împiedicarea continuării activității fundației în comună și, în final, eliminarea acesteia.

### „Scutirea a fost o greșală”

Pentru a afla cum de a fost posibilă o astfel de schimbare bruscă a politicii fiscale la Nicorești în decurs de numai câteva săptămâni, l-am contactat pe primarul Ionel Boghiu. Edilul ne-a confirmat că ambele fundații au primit înștiințări, susținând că scutirile de până

acum au fost...din greșală! „Am studiat mai atent legea și am ajuns la concluzia că scutirea s-a făcut din greșală, pentru ambele fundații. Ei trebuie să plătească taxe și impozite, pentru că legea prevede că beneficiază de scutiri doar fundațiile testamentare. Acestea nu sunt fundații testamentare, deci nu beneficiază de scutire. Sumele imputate sunt calculate pe ultimii cinci ani, pentru că legea nu îmi permite mai mult. Pot veni să își eșaloneze plățile, nu e nicio problemă”, ne-a declarat primarul comunei Nicorești, Ionel Boghiu.

În fața acestei erori care se concretizează într-o datorie cu multe zerouri, ce ar putea determina colapsul financiar pentru cele două fundații și chiar închiderea activității, logic ar fi ca cineva să răspundă. Cine?

„Nu trebuie să răspundă nimeni pentru că nu s-a calculat și imputat impozitul anual, ei (n.r. reprezentanții fundației) trebuiau să cunoască legea și să calculeze, să vină să declare. Așa cum am spus, suntem dispuși să le eșalonăm datoria, ca să poată plăti”, a adăugat edilul. ●

## Pe 26 mai, VOTĂM PRO România!



**Stimați gălățeni,**  
Oamenii trebuie să știe că există PRO România și că noi, Victor Ponta,

Corina Crețu, Mihai Tudose, nu mai suntem în PSD. Având în vedere situația din PSD, modul în care se exprimă acum liderii PSD, chiar nu mai avem ce să căutam în acel partid! Vrem să se știe că pe lista noastră, a PRO România pentru Parlamentul European, sunt oameni competenți și corecți, care au demonstrat că pot face multe lucruri bune și care pot să se lupte pentru interesele țării, pentru proiectele europene, care includ România, pentru bunăstarea românilor. Vreau să vorbim despre ce ne interesează cel mai mult, pentru că de doi ani și jumătate tot auzim de dosarele lui Dragnea, Kovesi și Iohannis. Dar, tot de doi ani și jumătate, România nu a consumat banii europeni alocați de UE pentru infrastructură, pentru spitale, pentru școli, deși toți știm că sunt vitale pentru dezvoltarea țării. Masterplanul

de transport este semnat din 2015, dar lucrările la autostrăzile Pitești-Sibiu, și Iași - Tg. Mureș nu au avansat în niciun fel. La spitalele regionale, de la Craiova, Iași, Cluj, a căror finanțare a fost aprobată încă din 2015 lucrările nu au început nici după atâția ani. Mă bucur că nu mai sunt alături de actualii lideri ai PSD, și nici nu vom fi, ca să fie foarte clar, nu am făcut PRO România ca să ne întoarcem la PSD, dacă pleacă Dragnea sau în alte condiții. Am înființat PRO România pentru că, realmente, credem că trebuie să ne ținem de ce am promis în 2016, chiar dacă ceilalți nu vor să continuăm guvernarea bună și lucrurile bune făcute de Guvernul pe care eu l-am condus. Noi, PRO România credem că UE trebuie să funcționeze mai bine, că locul românilor este în UE. Faptul că domni Dragnea, Ștefănescu, Vălcov,

doamna Vasilescu spun că ne este mai bine în afara UE și că toate relele vin de la Uniunea Europeană, este o prostie, o minciună. Avem zeci de mii de tineri care au studiat și studiază în Europa, prin programul „Erasmus”, avem programe europene pentru IMM-uri, avem subvenții în agricultură, plătite de UE, sunt alocați bani europeni pentru infrastructura din România, sunt investiții ale statelor UE în economie, care crează acasă locuri de muncă, avem milioane de români care lucrează în Europa, doar pentru că au buletin sau pașaport românesc, iată doar câteva dintre beneficiile prezenței României în UE.

**Pe 26 mai, trebuie să votăm PRO România, poziția nr. 3 pe buletinul de vot, pentru continuarea drumului european al României cu o echipă de oameni competenți și corecți!**

**Deputat Victor Ponta, Președintele PRO România**





foto montaj Costel Popa

DOUĂ ORE DE PROTEST CU OPRIREA ACTIVITĂȚII ● **TRANSURB**

# Ce trasee vor fi acoperite în timpul grevei

ANCA MELINTE  
ancam@viata-libera.ro

Pe lângă cursele convenție, trei trasee de autobuz, unul de troleibuz și unul de tramvai vor fi acoperite astăzi, 10 mai, în timpul celor două ore de grevă de avertisment, 12,00 – 14,00, organizată de Sindicatul Șoferilor Liberi din Transurb. Numărul mijloacelor de transport de pe traseele acoperite va fi, însă, cu mult diminuat!

Galațiul se confruntă astăzi cu prima grevă de avertisment organizată de angajații Transurb, după ce a rămas singurul operator de transport public local. Protestul

este organizat de Sindicatul Șoferilor Liberi din Transurb, al cărui președinte, George Preda, ne-a explicat ce măsuri vor fi luate.

Pentru ca toți gălățenii să fie corect informați, în toate mijloacele de transport, dar și pe cabinele de bilete ale societății vor fi lipite afișe cu mesajul „Grevă de avertisment”, data și ora, vineri, 10 mai 2019, orele 12,00 – 14,00, dar și motivele acțiunii de protest: „lipsa investițiilor de orice fel în ultimii cinci ani; parc auto vechi, cu uzură excesivă, parc auto insuficient, condiții de muncă precare, salarii mici”.

Pentru că și pe timpul grevei Transurb trebuie să asigure 30 la sută din activitatea de transport local, în afara curselor convenție, vor mai fi acoperite, cu un număr

de mijloace mult diminuat, câteva trasee de transport. „Troleibuzele de pe linia 102 vor circula în cele două ore de grevă de avertisment, dar în program de weekend, adică la jumătate din numărul celor care ar fi trebuit să fie pe trasee, conform diagramei. În ceea ce privește celelalte troleibuze, ele se vor încadra cu 10-15 minute pe traseu, astfel încât ora 14,00 să le prindă deja în activitate.

Pe traseul nr. 11, una dintre rutele fierbinți ale Galațiului, vor circula șase mașini.

Pe traseul 10, din patru autobuze va circula unul singur, cu plecare la ora 13,00 din cartierul Cantemir.

Și pe traseul 26 va circula tot un singur autobuz cu plecare din

Micro 13. De asemenea, vor mai circula patru din cele opt tramvaie, pe axa nord-sud, la traseul 39”, ne-a declarat liderul sindical, George Preda.

„Ne pare rău că s-a ajuns în această situație! Cu scuzele de rigoare către publicul călător, sperăm ca oamenii să înțeleagă faptul că și noi suntem familisti, avem soții, copii, avem părinți care merg cu tramvaiele și autobuzele și troleibuzele, dar nu avem încotro. Cu vântul de ordine care ne afectează activitatea este lipsa investițiilor. În aceste condiții, transportul devine un pericol pentru mine, ca salariat al societății Transurb, dar și pericol pentru cei de pe stradă!”, ne-a declarat președintele Sindicatului Șoferilor Liberi din Transurb. ●

P

## RAREȘ BOGDAN VINE LA GALAȚI!

Rareș Bogdan, cap de listă al Partidului Național Liberal la alegerile europarlamentare, cel mai curajos lider de opinie, angrenat în bătălia împotriva minciunii, dezinformărilor și abuzurilor coaliției PSD-ALDE, din ultimii ani, va fi prezent, la Galați, alături de Siegfried Mureșan, primul negociator-șef român pentru bugetul UE și purtător de cuvânt al PPE.



Cei doi candidați liberali le vor vorbi gălățenilor despre reușitele PNL, de până în prezent, în Parlamentul European, dar și despre ce și cum vor face, în viitorul imediat, astfel încât prioritățile, pe care și le-au propus, să devină literă de lege pentru bunăstarea românilor.

Vă așteptăm să-i cunoașteți, duminică, 12 mai, la Sala Sporturilor, începând cu ora 13.00!

La eveniment vor participa, de asemenea, Ludovic Orban, președintele Partidului Național Liberal, Raluca Turcan, prim-vicepreședinte, Robert Sighiartău, secretar general și deputatul Ionuț Stroe. Mergem la victorie! E timpul! Pentru Galați! Pentru gălățeni! Pentru România în primul rând!

**Pentru Galați! Pentru gălățeni! Pentru România în primul rând!**

Comandat de PNL. Cod unic de identificare al Mandatarului Financiar Coordonator 41190007, executat de LemonStudio  
Prestator Trustul de Presă Dunărea de Jos SA, tiraj 4180 de bucăți



## REFUGIU CU UN PICIOR ÎN AER DUPĂ O SURPARE

**PERICOL.** Cu un picior în aer, așa a rămas refugiul destinat călătorilor din stația de autobuz de pe strada Oțelarilor, din dreptul supermarketului Lidl. Motivul? Un accident de teren despre care am scris și în ediția din 26 aprilie a cotidianului „Viața liberă”. La acel moment semnalăm că piciorul refugiului se mai ține doar într-un șurub. Acum, și șurubul a rămas în aer pentru că surparea s-a adâncit, iar trotuarul din jur se tot tasează. La sesizarea noastră, Primăria municipiului Galați a trimis ieri o echipă pentru a verifica situația de la fața locului. Autoritățile ne-au transmis că vor investiga toate posibilele cauze ale producerii accidentului de teren și vor lua măsurile care se impun. Reamintim că, tot în zona stației cu pricina, carosabilul a fost peticit din cauza unei gropi apărute imediat după ce strada Oțelarilor a ieșit din garanția de cinci ani a modernizării cu fonduri europene de care a beneficiat. ● **A.M.**

4,1770 ↑

franc elvețian

4,7599 ↑

euro

4,2526 ↑

dolar

175,5747 ↓

gram aur





din sportul  
gălățean

Atleții  
gălățeni la  
campionatul  
regional

**REGULAMENT.** Federația Română de Atletism a publicat Regulamentul de organizare al Campionatului Național Regional dedicat copiilor II și III, în aer liber. Ca și în cazul „regionalelor” indoor, competiția se va desfășura tot pe opt regiuni, pe 1 iunie. Sportivii din județul Galați au fost repartizați în Regiunea 2, alături de cei din Brăila, Buzău, Tulcea, Vrancea și Constanța. Probele de concurs sunt următoarele: Triatlon 1 - 50 m, înălțime, 600 m; Triatlon 2 - 50 m, lungime, 600 m; Triatlon 3 - 50 m, greutate, 600 m; Triatlon 4 - 50 m, aruncarea mingii de oină, 600 m. Se adaugă, totodată, ștafeta/navetă 4x50 m mixt (2F+ 2M).

**HANDBAL.** Timp de trei zile, de astăzi până duminică, localitatea Făgăraș găzduiește meciurile turneului semifinal din cadrul eșalonului secund de handbal feminin. În Grupa a II-a, unde participă Rapid București, Activ CSO Pitești, CSM Tg. Mureș și Neptun Constanța, vor arbitra și gălățenii Daniel Basso și Florin Tofan.

**BOX.** Apropiatele Campionate Europene de box pentru juniori, care vor avea loc la Galați, creează unele probleme sportivilor din secția de patinaj viteză a CSM Dunărea Galați. „Nu mai are voie nimeni în Patinoar și nici noi nu putem lucra la sala de forță. În atari condiții, ne-am mutat la stadion și căutăm o sală în care să ne putem pregăti cât de cât”, a spus prof. Dorin Radu, antrenorul vitezistilor. Altfel, tehnicianul gălățean urmează să participe la Cluj, la „Cupa Cortina”, unde i-a înscris în concurs pe Teodor Radu, Daniela Istrate și Bianca Nica.

grupaj realizat de  
Gh. Arsenie, M. Petrescu

SPORT PENTRU COMUNITATE ● **EVENIMENT**

# Proiectele pentru care se poate alerga la Semimaratonul Galați



**SONIA BACIU**  
sonia.baciu@viata-libera.ro

**La Semimaratonul Galați, ajuns la cea de-a șasea ediție, se va alerga pe 2 iunie pentru 12 proiecte comunitare și cauze umanitare, la alegerea participanților. 60 la sută din valoarea taxei de înscriere va fi direcționată către cauza aleasă.**

Înscrierile la Semimaraton Galați 2019 se pot face, online, pe site-ul semimaratongalati.ro, la secțiunea „cauze”, până pe 31 mai. În funcție de perioada și cursa la care doritorii se înscriu, prețurile sunt cuprinse între 40 și 100 de lei.

Plata taxei de participare se poate face: la sediul Fundației Comunitare Galați - FCG (Strada Culturii), prin transfer bancar în contul RO 42 RNCB 0141 1481 4389 0001, iar din 1 mai și la partenerii evenimentului: Daily Pub, One Gym și Mausbike, precum și on-line, pe site-ul semimaratongalati.ro (în momentul înscrierii).

În ceea ce privește traseele, acestea încă sunt în discuție, urmând ca în perioada imediat următoare, după obținerea tuturor avizelor necesare, să fie anunțate. Totodată, FCG redirecționează un procent către cauze între 7

și 10% din toate sponsorizările obținute de fundație de la companii, după cum urmează: 10% dacă sumele depășesc 10.001 lei, 8% dacă sumele sunt cuprinse între 4.001 - 10.000 de lei și 7% dacă sumele sunt mai mici sau egale cu 4.000 de lei.

În cele ce urmează, vă prezentăm cele 12 proiecte/cauze ale acestei ediții.

## Grow Up Galați

Grow Up Galați este un grup de inițiativă nou format, care are drept misiune să transforme



Galațiul într-un oraș mai prietenos pentru copii și părinți. Până acum, a realizat activități de ecologizare în oraș în cadrul proiectului #unparcesăptămână, care își propune curățarea parcurilor de muci și de țigară și alte deșeurii. Echipa Grow Up dorește să fie un exemplu de responsabilitate și maturitate, prin implementarea unor proiecte concrete, mai mari sau mai mici, care răspund nevoilor părinților.

## Bloc de desene

Proiectul „Bloc de desene” urmărește schimbarea la față a blocurilor gri, cu aspect „comunist”. „Dorim să schimbăm aspectul scării de bloc prin mediul întâlnirii dintre artiști locali și locatarii care vor să schimbe vechiul bloc prin artă și culoare. În felul acesta, artiștii locali tineri se promovează, dau viață picturilor la scară mare, iar locatarii vor avea o atmosferă pozitivă în mediul lor apropiat și totodată vor inspira comunitatea”, se arată în descrierea cauzei.

## Grădina senzorială

„Grădina senzorială”, proiect propus de Asociația „Bunul Samaritean”, este locul în care adulții cu dizabilități, însoțiți de lucrători sociali, parcurg zilnic cu

piciorale goale alea terapeutice în scopul explorării simțurilor. „Experiența ne-a demonstrat că vizitele în grădina senzorială înseamnă îmbunătățirea unor aptitudini individuale și dezvoltare senzorială. În cadrul acestui proiect se vrea reabilitarea și dotarea grădinii senzoriale, care în acest moment este funcțională, dar dotată la standarde minimale și nu poate acoperi cererile din comunitate. Alături de o echipă formată din 30 de voluntari inimoși, la grădina senzorială vom curăța terenul, vom pregăti aleile, vom face achiziții de materiale și elemente senzoriale: nisip, pietriș, cărămizi, conuri, plante aromatice”, conform descrierii făcute de organizatori.

## Alergă alături de Family Hope Autism!

Proiectul „Alegă alături de Family Hope Autism!” își propune strângerea fondurilor necesare atingerii unor obiective importante pentru copiii cu autism din cadrul organizației, prin oferirea unui număr semnificativ de ședințe de terapie gratuită la standarde înalte de calitate, o terapie complementară unică în Galați, extrem de eficientă, cu efecte importante pe termen lung și rezultate remarcabile în procesul de recuperare. »

**Gol în ultimele secunde, pentru marea finală**

**FOTBAL.** Tottenham s-a calificat dramatic în finala Ligii Campionilor de la Madrid. Londonezii au eliminat-o pe Ajax, câștigând în deplasare meciul retur, scor 3-2, după ce olandezii au condus cu 2-0 și aveau în plus și victorie în tur,

scor 1-0. Lucas Moura a fost eroul celor de la Tottenham, cu trei goluri marcate în repriza a doua, ultimul în ultimele secunde. Astfel, pe 1 iunie, va fi o finală sută la sută engleză: Liverpool și Tottenham.

● **M. Căpățînă**







Proiectul se va implementa în cadrul Centrului Psihologic PsiZone din Galați, „sub supravegherea atentă a specialiștilor, unde beneficiari direcți vor fi zece copii cu autism din Asociația Family Hope Autism Galați, pe o perioadă de patru luni, la Sala de Integrare Neurosenzorială, cu ajutorul tehnologiei inovatoare Hemi-Sync, în camera de stimulare Snoezelen”.

#### Aleargă pentru copiii speciali!

Prin acest proiect, „Asociația de Sprijin pentru Părinți și Copiii cu Autism” își propune creșterea gradului de recuperare și integrare a copiilor cu autism, inclusiv printr-o tabără de vară, la munte, adaptată nevoilor copiilor speciali, de care aceștia vor beneficia în mod gratuit grație fondurilor strânse la Semimaraton Galați 2019. În cadrul acestei tabere, ei vor învăța să facă trasee pe munte, să-și învingă teama de înălțime folosind telescaunul, să urce legați de coardă pe panoul de escaladă, să participe la jocuri de grup, în cabană, pe terenul de fotbal, la piscină sau la teatrul de păpuși, să socializeze și

să generalizeze toate cunoștințele dobândite în sutele de ore de terapie de peste an.

#### Stop hepatitelor virale!

Acesta este un proiect al Asociației Pacienților, iar desfășurarea și implementarea lui vor consta într-o campanie de informare și conștientizare ce va fi efectuată în rândul tinerilor, cu scopul de a preveni transmiterea hepatitelor virale, dar și pentru a prezenta metode de diagnosticare și tratament. „Pe lângă partea de diseminare a informației, proiectul presupune implicarea directă a tinerilor în activitate. Aceștia vor fi formați în cadrul Spitalului Clinic de Boli Infecțioase Galați și vor ajuta la răspândirea informației în rândul colegilor lor. Scopul final al proiectului este de a reduce numărul de persoane nou infectate cu una din formele hepatitelor virale”.

#### Calul - terapeutil fără cuvinte

Proiectul își propune să ofere un mix de terapie individuală și terapie de grup pentru copiii cu

nevoi speciale, dar și pentru copiii tipici, prin care aceștia vor reuși să se cunoască între ei și să se accepte unii pe ceilalți. De asemenea, asociația își propune să formeze profesional un terapeuț în domeniul dezvoltării psihomotorii asistate de cai. Se urmărește îmbunătățirea stării de sănătate, a capacităților și aptitudinilor a 20 de copii beneficiari, iar în același timp și popularizarea terapiei asistate de cai.

La finalul proiectului va exista un nou terapeuț specializat în lucrul cu caii în zona județului Galați, care va oferi posibilitatea extinderii numărului de beneficiari ai organizației.

#### Mobilizăm Fondul Scaunelor Rulante

Motivation își propune să atragă susținători cu ajutorul cărora să doneze zece scaune rulante de calitate unor persoane cu dizabilități locomotorii din județele Galați și Brăila. De asemenea, echipa Motivation va promova campania „#PeBune?” pentru eliberarea locurilor de parcare dedicate persoanelor cu dizabilități. Prin aceasta, se va pune în lumină importanța existenței a unor astfel de locuri de parcare și se îndeamnă la un comportament civic din partea șoferilor.

#### Orășelul verde

„Orășelul verde” - primul loc de joacă adaptat copiilor cu nevoi speciale, este locul în care jocul și joaca vor putea fi accesibile și micuților cu afecțiuni neuromotorii. În cadrul acestui loc de joacă se vor organiza și activități creative (atelier de pictură, teatru, muzică, atelier de hand-made), cât și recreative (momente artistice, atelier de joacă cu activități motrice).

#### O cale de acces pentru Lăbuș

Proiectul propus de Asociația „Ajutați-l pe Lăbuș” Galați pornește de la un punct mai sensibil: drumul către adăpost a fost dintotdeauna lung și anevoios, însă, de curând, acesta a fost blocat complet, prin desființarea trecerii la nivel cu calea ferată. Se dorește amenajarea unui drum de acces către adăpostul „Ajutați-l pe Lăbuș”, prin nivelarea cu utilaje și punerea unui strat de piatră pe amplasamentul actual.

#### Fantasticii Down pe biciclete

Prin acest proiect, ne propunem să susținem copiii cu sindrom Down în nevoia lor de mișcare. „Astfel, dorim să oferim acestora noi modalități de a face mișcare, cu scopul de a-i ajuta pe copii să se integreze mai bine în societate și să lege prietenii mai ușor. Cu banii strânși la Semimaraton vom achiziționa echipamente sportive (biciclete, triciclete, mingi, rachete de tenis etc.) și vom organiza sesiuni de terapie de care copiii au atâta nevoie.”

#### Fondul de burse

Fundația Comunitară Galați investește în tineri cu povești care inspiră, tineri care pun educația pe primul loc, deși vin din contexte socio-familiale cu un plus de încercări. Poveștile sunt diferite, dar ceea ce le aduce împreună e atitudinea „se poate prin școală” în ciuda provocărilor de context. „Fondul de burse” susține 17 elevi din Galați și din patru comune din județ, cu burse în valoare de 3.000 de lei de persoană pe an. Acest ajutor financiar ar permite acoperirea unor cheltuieli esențiale pentru continuarea studiilor. ● foto Sonia Baciu

## CSM PHOENIX, MECI PENTRU CLASAREA ÎN TOP 10



**BASCHEȚ.** Echipa de baschet CSM Phoenix CSU va juca, astăzi, cu formația CSM Mediaș în primul meci din play-offul pentru locurile 9-12 ale Ligii Naționale. Partida va avea loc la Sala Sporturilor „Dunărea”, cu începere de la ora 18.00. Meciul retur se va disputa luni, în deplasare. Cele două echipe s-au întâlnit de două ori în acest sezon, în Grupa Galbenă (locurile 7-12), iar formația gălățeană s-a impus în ambele confruntări, 84-76 la Mediaș și 80-56 la Galați. Pentru calificarea în această fază, echipa antrenată de muntegoreanul Dragan Radovici a trecut, cu scorul de 2-0 la general, de formația CSM Focșani, în timp ce sibienii s-au impus, tot cu 2-0, în confruntarea cu CSM Sighetu Marmației. ● S.B.



## Halep, în semifinalele de la Madrid

**TENIS.** Jucătoarea română de tenis Simona Halep, numărul 3 mondial, s-a calificat, joi, în semifinalele turneului de la Madrid (WTA), dotat cu premii totale în valoare de 7.021.128 dolari, după ce a întrecut-o pe australianca Ashleigh Barty, cu 7-5, 7-5. Barty (23 ani) ce venea

după 11 victorii consecutive în circuit, fiind câștigătoarea titlului la Miami, și avea un bilanț total în acest an de 23 de victorii și 3 înfrângeri. Pentru accesul în semifinale, Halep va primi 390 de puncte WTA, cu care de luni va urca pe locul 2 în ierarhia mondială. ● M. Căpățină





ZECE ANGAJAMENTE PENTRU EUROPA ● **SUMMIT**

# Liderii UE au adoptat Declarația de la Sibiu

CRISTINEL LUCA  
cristi.luca@viata-libera.ro

**Șefii de stat și guverne UE au adoptat, ieri, Declarația de la Sibiu cu privire la viitorul Uniunii Europene, în cadrul Summitului de la Sibiu. Înaintea lucrărilor reuniunii liderilor europeni, președintele Klaus Iohannis a afirmat că a contribuit și el „un pic la document”.**

Declarația conține zece angajamente printre care o singură Europă, uniți la bine și la greu, protejarea democrației și a statului de drept și apărarea unei singure Europe. „Peste câteva săptămâni, cetățenii europeni își vor alege reprezentanții în Parlamentul European, la patruzeci de ani după exercitarea, pentru prima dată, a acestui drept fundamental. O Europă reunită în pace și democrație este doar una dintre numeroasele realizări. Încă de la începuturile sale, Uniunea Europeană, cu valorile și libertățile sale ca forță motrice, a oferit stabilitate și prosperitate în întreaga Europă, în interiorul granițelor Uniunii și dincolo de ele. De-a lungul anilor, a căpătat un rol important pe scena internațională. Cu o populație care se ridică la aproximativ jumătate de miliard de cetățeni și o piață unică competitivă, Uniunea Europeană este un lider în comerțul internațional și conturează politica mondială”, potrivit documentului.

„Ne reafirmăm convingerea că, uniți, suntem mai puternici în această lume tot mai neliniștită și care prezintă tot mai multe

provocări. Recunoaștem că avem responsabilitatea, ca lideri, de a face Uniunea noastră mai puternică și de a ne crea un viitor mai bun, recunoscând totodată perspectiva europeană a altor state europene. Vom apăra o singură Europă - de la est la vest și de la nord la sud. În urmă cu treizeci de ani, milioane de oameni s-au luptat pentru unitate și pentru a fi liberi și au doborât Cortina de fier care a împărțit Europa în două timp de mai multe decenii. Nu vom lăsa loc de diviziuni care

fi admisă în Spațiul Schengen, premierul olandez Mark Rutte a declarat: „Când vă veți conforma tuturor regulilor statului de drept, democrației. Nu mergeți în direcția corectă în acest moment”.

Președintele Klaus Iohannis a declarat, ieri, răspunzând unei întrebări, că a pus „de nenumărate ori” în discuție chestiunea integrării în Spațiul Schengen și va discuta și în cursul zilei cu liderii europeni acest subiect. „Pot să vă promit că peste puțin timp,

mentului European nu este revocabilă. „Există o continuitate administrativă. Parlamentul (European - n.r.) a luat deja această hotărâre. Această hotărâre nu e revocabilă”, a declarat Antonio Tajani.

**Condițiile stabilite de Iran pentru menținerea Acordului nuclear, respinse**

Liderii Uniunii Europene au respins joi, cu ocazia summitului de la Sibiu, condițiile fixate de Iran pentru salvarea Acordului nuclear contestat vehement de Statele Unite. „Respingem ultimatumul și evaluăm respectarea de către Iran a angajamentelor în materie nucleară”, au transmis, într-un comunicat remis cu ocazia summitului de la Sibiu, țările europene care au semnat Acordul nuclear - Germania, Franța și Marea Britanie -, precum și Federica Mogherini, înaltul reprezentant UE pentru Afaceri Externe și Politici de Securitate. Președintele Donald Trump a decis retragerea SUA din Acordul atomic semnat de marile puteri cu Iranul. Marea Britanie, Germania, Franța, China și Rusia mențin Acordul nuclear cu Iranul. Din cauza sancțiunilor americane, Iranul a avertizat, miercuri, că ar putea renunța la unele condiții ale Acordului nuclear, cerând sprijinul Uniunii Europene pentru menținerea Tratatului. „Iranul trebuie să rămână în acest Acord și trebuie să facem cu toții eforturi în acest sens”, a declarat Emmanuel Macron, președintele Franței, în momentul sosirii la summitul UE de la Sibiu, informează Reuters. ●



vin în contra interesului nostru colectiv”, mai arată liderii UE, în Declarația de la Sibiu.

Întrebat, înaintea Summitului, dacă a redactat sau a scris cu pixul pe hârtie pe Declarația de la Sibiu, președintele Klaus Iohannis a declarat „Am contribuit un pic la Declarația de la Sibiu”.

**Premierul Olandei: „Nu mergeți în direcția corectă”**

Întrebat, joi, la summitul UE de la Sibiu, când va fi România considerată pregătită pentru a

probabil nu astăzi, dar peste puțin timp vom fi și în Schengen și vom scăpa și de MCV”, a spus Iohannis.

**Susținerea pentru Laura Codruța Kovesi, irevocabilă**

Președintele Parlamentului European, Antonio Tajani, a declarat, la Sibiu, că mandatul pentru susținerea Laurei Codruța Kovesi pentru funcția de procuror-șef european rămâne valabil și în legislatura viitoare. El susține că hotărârea Parla-

## ÎNCHISOARE CU SUSPENDARE PENTRU CRISTIAN BOUREANU

**ULTRAJ.** Magistrații Curții de Apel București l-au condamnat, ieri, pe Cristian Boureanu la un an și nouă luni de închisoare cu suspendare și 90 de zile de muncă în folosul comunității, în dosarul de ultraj întocmit după ce ar fi lovit un polițist rutier în 2017. Decizia este definitivă. Pe perioada de supraveghere de doi ani, fostul parlamentar trebuie să se prezinte la Serviciul de Probațiune București, la datele fixate de acesta; să primească vizitele consilierului de probațiune desemnat cu supravegherea sa; să anunțe, în prealabil, schimbarea locuinței și orice deplasare care depășește 5 zile; să comunice schimbarea locului de muncă și să comunice informații și documente de natură a permite controlul mijloacelor sale de existență. De asemenea, instanța îl obligă pe Boureanu să frecventeze un program de reintegrare socială. Totodată, fostul parlamentar va presta muncă neremunerată în folosul comunității, în cadrul Fundației pentru Promovarea Sancțiunilor Comunitare sau în cadrul AJOFM București, pe o perioadă de 90 de zile. Iubita lui Cristian Boureanu, Laura Dincă, a fost condamnată de instanță la o amendă penală în cuantum de 2.000 lei. ● **C.L.**

## Sot și soție, judecați pentru corupție

**ARAD.** Procurorii au dispus trimiterea în judecată, în stare de libertate, a două persoane - sot și soție - în dosarul care vizează fapte de corupție la universități din Arad. Cei doi sunt acuzați că, în schimbul banilor, au transmis studenților, prin SMS sau WhatsApp, răspunsurile la teste. Cei doi

- informatician în cadrul unei universități și, respectiv, asistent universitar - sunt acuzați de săvârșirea a zeci de fapte de luare de mită, fals informatic, folosire de informații ce nu sunt destinate publicității, acces ilegal la un sistem informatic și trafic de influență în formă continuată. ● **C.L.**





**spectacole**

Sfârșit de săptămână vesel

# Umor clasic și musical de mare succes la „Leonard“

ROXANA ARTENE PENCIU  
roxana@viata-libera.ro

**Două spectacole de succes au fost programate în acest weekend la Teatrul Național de Operă și Operetă „N. Leonard“: comedia muzicală „Firfirică“ și musicalul „Sunetul muzicii“.**

Sâmbătă, 11 mai, de la ora 18,00, este programată comedia muzicală de succes „Firfirică, întâmplări amoroase la Poiana Țapului“, pe un text al „clasicului“ Vasile Vasilache, regizor și actor de comedie interbelic, cel care încânta radioascultătorii în celebrul cuplu comic Stroe și Vasilache, cu emisiunea „Ora veselă“, autor și al mult-fredonatului cântec de of „Du-mă acasă, măi, tramvaii“. Muzica spectacolului este scrisă de dirijorul gălățean Nicolae Mantu. Spectacolul în două acte este regizat de un actor mare de comedie de pe scena Teatrului Dramatic „Fani Tardini“,

veteranul Gheorghe V. Gheorghe. Distribuția este una numeroasă: Mitică Belciugan, Costel Donose (debut), Ionuț Negrișanu (debut), Florentina Andronic (debut), Adina Lazăr, Mariana Pisciă, Viorica Mărăndici, Cristina Isabela Ionașcu (debut), Mihai Anton (debut), Cristina Vasopol.

Celebrul spectacol „Sunetul muzicii“, pe ale cărui acorduri și șlagăre ne-am legănat cu toții copilăria, se va juca duminică, 12 mai, începând cu ora 18,00. Cei cărora le e dor de cântecele lui Richard Rodgers, care au făcut înconjurul pământului - „Do, Re, Mi“, „My Favourite Things“, „So Long, Farewell“ sau „Edelweiss“ (Floare de colț) sunt așteptați la Musical să le fredoneze alături de artiștii care alcătuiesc bogata distribuție: Mihaela Alexa, Adrian Ionescu, Lăcrămioara Crihană, Bogdan Baicu, Viorica Mărăndici, Valeria Drăguș (debut), Vlad Ciocoiu (debut), Teodora Lupu (debut) Angelo Stanciu (debut),

Evelyn Gugoșe (debut), Dennisa Muntean (debut), Miruna Grigoraș, Mirela Stoica, Elisabeta Barbu, Lenuța Bercaru, Ionuț Popa, Tudorel State, Adina Gurenciuc, Gheorghe Racoviță, Valentin Călin, George Apostolache, Nina Homner.

Regia este semnată de ieșeanul Octavian Jighirgiu, iar scenografia îi aparține constănțencei Lăcrămioara Dumitrașcu. Octavian Jighirgiu, de la Teatrul Național „Vasile Alecsandri“ din Iași, este șeful Catedrei de Arta Actorului din cadrul Departamentului de Teatru al Universității de Arte „George Enescu“ Iași, membru al Centrului de Cercetare „Arta teatrului“, impresar artistic atestat de Ministerul Culturii și Cultelor. Actor cu premii în țară și turnee în străinătate, cu colaborări regizorale la Televiziunea Națională din Capitală sau la televiziuni din Iași, el a jucat și în film. La pupitrul dirijoral se va afla maestrul Dan Eugen Drăgoi. ●



**gratuit**

Vânătoare de stele și conferință, de Ziua Astronomiei

ROXANA ARTENE PENCIU  
roxana@viata-libera.ro

Observatorul Astronomic din cadrul Complexului Muzeal de Științele Naturii „Răsvan Angheluță“ Galați, în colaborare cu Astroclubul „Călin Popovici“, organizează sâmbătă, 11 mai, Ziua Astronomiei (Astronomy Day). Începând cu orele 19,00, în Sala Auditorium a muzeului gălățean,



va avea loc o conferință dedicată acestui eveniment, cu două teme de discuție: „Bolta cerească și con-

stelațiile“ și „Asteroizii și importanța educativă a observării lor“. În intervalul orar 21,00 - 24,00, dacă vremea va fi favorabilă, se vor face observații astronomice nocturne pe Terasa de Observații Astronomice. Se vor putea admira Luna, roiuri de stele, stele duble și nu în ultimul rând principalele stele și constelații ale cerului de primăvară. Intrarea este liberă la Ziua Astronomiei de la Complexul

Muzeal de Științele Naturii „Răsvan Angheluță“ Galați, începând cu ora 18,45, ora-limită la care se poate vizita muzeul fiind 23,30. Accesul se face doar pe la poarta dinspre Punctul Trecere Bac. În fiecare an, din 1973, astronomii din toată lumea sărbătoresc Ziua Internațională a Astronomiei, eveniment prin care se încearcă atragerea publicului spre acest domeniu foarte interesant. ●

## Gong pentru Festivalul „Gulliver“

**TEATRU.** Festivalul Internațional de Animație „Gulliver“, ajuns la a 27-a ediție, se va desfășura în perioada 13-18 mai și va cuprinde peste treizeci de spectacole și evenimente conexe, dedicate atât copiilor, cât și tinerilor și adulților. Iubitorii de teatru de toate vârstele se vor putea bucura de

spectacole diversificate: reprezentații 3D, teatru-dans, spectacole-concert, balet, comedii sau producții pentru copii de 0-3 ani. În cele șase zile de festival, vor veni, la Galați, trupe de teatru de animație din România, dar și din Vietnam, Italia, Portugalia, Israel, Turcia și Bulgaria. ● **R.A.P.**



**tradiție**



## CONCURSUL DE INTERPRETARE „PIANUL FERMECAT“

**COMPETIȚIE.** Școala de Arte a Centrului Cultural „Dunărea de Jos“ organizează sâmbătă, 11 mai, de la ora 9,00, în sala „Sergiu Dumitrescu“, la sediul din str. Domnească nr. 61, cea de-a cincea ediție a Concursului „Pianul fermecat“. Anul acesta participă 60 de concurenți, cu vârste cuprinse între 5 și 16 ani, din Iași, Brăila, Tecuci, Buftea, București, Constanța, Medgidia, Focșani, Ploiești, Botoșani, Breaza, Buzău și Galați, dar și de la Chișinău, concurenții din Republica Moldova reprezentând un sfert din numărul copiilor înscriși. Structurat pe categorii de vârstă diferite, concursul beneficiază de girul moral al unor profesioniști cu experiență și o reputație excelentă, atât ca artiști, cât și ca profesori: lect. univ. dr. Piro Gaqi - președinte al juriului (Facultatea de Arte - Universitatea „Dunărea de Jos“), profesor Anca Sandu - Colegiul Național de Arte „George Enescu“ din București, lect. univ. dr. Camelia Pavlenco - Universitatea Națională de Muzică din București. Multiplele specializări și experiența scenică a celor trei profesori au oferit și oportunitatea organizării unui recital vocal-instrumental în ziua concursului: „Bucurii sonore întreite“, cu lucrări din Ravel, Mendelssohn și Ivanovici. Și ediția din acest an se bucură de sprijin din partea prietenilor: Arhiepiscopia Dunării de Jos, Librăria „Lucian Blaga“, Yves Rocher, SC Selir SRL, Restaurant Royal, Editura Grafoart și Casa Panelor Boem&Bol, SC Foto Mihai Mugurel SRL, fiecare premiu fiind însoțit de daruri. ● **R.A.P.**

www.viata-libera.ro Viața în weekend

# VIATA LIBERA



## carnet cultural

ROXANA ARTENE PENCIU

### EXPOZIȚII

- **Muzeul de Artă Vizuală** Expoziție cu lucrările realizate în Tabăra de pictură "Pro Boholt".
- **Sala "Nicolae Mantu" a Galeriilor de Artă** Expoziția de pictură în stil japonez "Re: Sonance".
- **Muzeul de Istorie** Expozițiile: "160 de ani de la Unirea Principatelor Române (1859-2019). Istorie și patrimoniu muzeistic", "Repere istorice în filatelie (1862-1942)", "CENTENart", "Arheologie - Lapidarium", "Ambient românesc - ambient european, a doua jumătate a sec. al XIX-lea - începutul sec. al XX-lea", "Civilizația tradițională din sudul Moldovei", "Sistemul monetar românesc 150 de ani de existență", "Personalități ale Unirii Principatelor Române".

- **Casa Memorială "Costache Negri" (comuna Costache Negri)** Expoziția "Ambient românesc - Ambient european: Conacul de la Mânjina".
- **Casa Rurală "Ion Avram Dunăreanu" (comuna Suhurlui)** Expoziția "Ambient tradițional românesc".
- **Casa Colecțiilor (Galați) și Casa "Hortensia Papadat-Bengescu" (comuna Ivești)** Închise temporar.
- **Muzeul Istoriei, Culturii și Spiritualității Creștine** Proiectul Expozițional Grup 4+3.
- **Complexul Muzeal de Științe ale Naturii "Răsvan Anghelută"** Expozițiile: "Postapocaliptic", fotografiile cu dezastrul de la Cernobil, de Aurel Constantin Păduraru,

"Cochilii, nestemate ale mării", "Locuitori ai oceanelor", "Chihlimbarul, varietate și culoare", "Pe culmile Carpaților", "Grigore Antipa 150", "Tentacule și tentacule", "Fosile vii - crabul potcoavă". Grădina Botanică, Grădina senzorială, Acvariul și Observatorul Astronomic - Planetariu.

### BIBLIOTECI

- **Biblioteca "V. A. Urechia"** Sediul central, Biblioteca Municipală pentru Copii din Țiglina, Filiala nr. 1 "Costache Negri" și Filiala nr. 2 "Paul Păltânea", Filiala nr. 5 "H.P. Bengescu": 8,00 - 20,00. Duminică, doar la sediul central: 8,00 - 13,00.
- **Biblioteca Franceză "Eugene Ionesco"** 10,00 - 14,00.

## tel. utile

Dispecerat Urgențe	112
Ambulanță non-stop (VITAL MED)	0236/462222
Inspectoratul pentru Situații de Urgență (ISU)	0236/460441
Inspect. Jud. de Poliție	0236/407000
Poliția Transporturi	0236/418460
Secția 1 de Poliție	0236/419966
Secția 2 de Poliție	0236/460854
Secția 3 de Poliție	0236/413400
Secția 4 de Poliție	0236/468490
Secția 5 de Poliție	0236/416945
Serviciul Teritorial al Poliției de Frontieră Galați	0236/491066
Centrul de prevenire și consiliere antidrog	0236/461800
Jandarmi	0236/334152
Poliția Locală	0236/314000
Prefectură	0236/462739
	0236/460330
Consiliul Județului	0236/411099
Primărie	0236/307775
Garda de Mediu	0236/311333
	0236/413170
ECOSAL PREST	0236/312282
Informații CFR	0236/460643
Rezervare bilete tren	0236/496000
Protecția Consumatorului	0236/413929
Starea Civilă	0236/307747
Dispecerat iluminat public	0751586462

### DERANJAMENTE - INTERVENȚII:

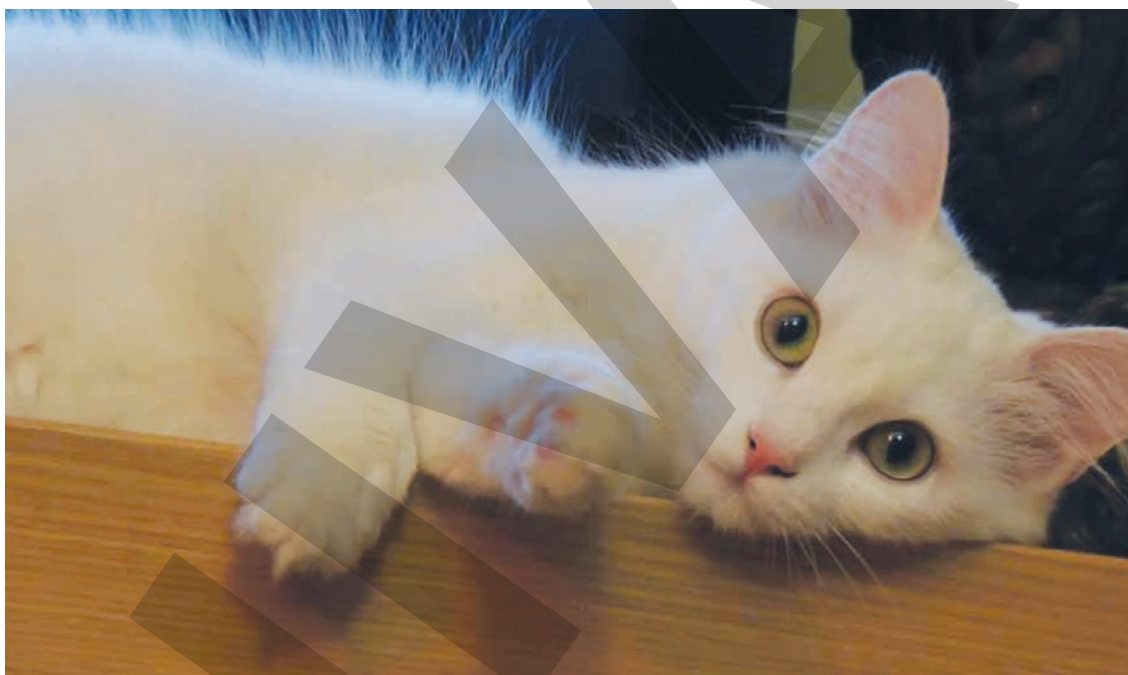
CALORGAL: dispecerat - 0236/311018
0236/473100/120
relații cu publicul - 0236/473151
APĂ CANAL: dispecerat - 0236/463294
0236/473380
DISTRIGAZ SUD (Galați) 021/9281
ELECTRICA (Galați) 929

### SPITALE

Spitalul De Urgență	0236/301111
	0236/301112
Spitalul Psihiatrie	0236/479401
Boli Infecțioase	0236/334022
	0236/334032
Spitalul De Copii	0236/469849
	0236/469100
Spitalul Militar	0236/423983
Spitalul TBC	0236/460712
	0236/460713
Spitalul CFR	0236/475678
	0236/475678
	fax 0236/411613
Maternitatea Municipală	0236/413131
	0236/412301
FARMACII NON-STOP:	
Hygeia (vizavi de Spitalul Județean) 0236/473013	

## școala iubitorilor de animale

# Secretele pisicilor albe



ANCA MELINTE  
ancam@viata-libera.ro

**Bun găsit, dragi iubitori de animale! Și astăzi vom încerca să vă oferim sfaturi utile pentru a vă înțelege mai bine (cu) animalele de companie. Vom continua subiectul început săptămâna trecută, despre legătura dintre temperamentul pisicilor și culoarea blăniței lor.**

### Pisică albă cu multe probleme genetice

Ducesa, pisica mamă din celebrul desen animat „Pisicile aristocrate”, ar putea fi considerată modelul de temperament pentru felinele cu blănița albă. Elegantă,

calmă, delicată și atât de manierată că preferă să mănânce din farfuria de pe masă, decât să alerge după șoareci, pisica albă este, de obicei, afectuoasă și pașnică, dar poate deveni excesiv de leneșă.

Pisica albă poate veni, însă, la pachet cu o serie de probleme genetice. Una dintre ele ar putea fi surzenia, manifestată la una sau la ambele urechi, caz în care va trebui ținută exclusiv în casă, pentru a fi în afara pericolelor. Din cauza absenței melaminei din blană, pisica albă este predispusă arsurilor solare sau cancerului de piele.

Veterinarii recomandă stăpânilor de pisici albe să nu le lase să facă pui, deoarece aceștia se pot naște cu defecte și mai mari. Tot

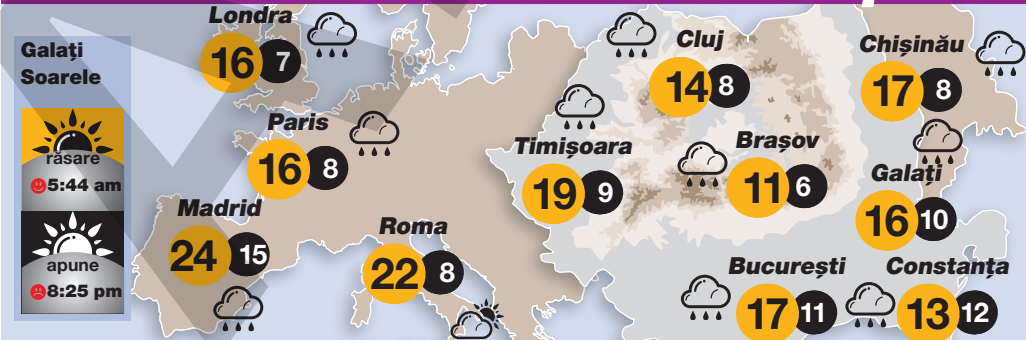
la capitolul dezavantaje ar putea intra și mieunatul destul de puternic, justificat de problemele auditive. În plus, sunt și vorbărețe!

O altă particularitate o reprezintă ochii de culori diferite, care le dau un aer straniu sau haios.

Atenție, nu toate pisicile albe sunt pur albe, ci unele au diverse nuanțe la alb, de pildă zonele din jurul urechilor, a feței și picioarelor sunt acoperite cu blăniță crem, cum sunt, de pildă, pisicile siameze și himalayene. Interesant este faptul că aceste zone mai închise la culoare apar pentru că temperatura corpului este mai scăzută în zonele respective.

Pisicile albe sunt compania perfectă pentru persoanele mai comode din fire. ●

## meteo 10 mai România & Europa



**PLOUĂ.** Astăzi, potrivit meteorologilor, va fi înorat. Temperatura va atinge valoarea maximă de 16 de grade Celsius, iar pe timpul nopții, mercurul în termometre va coborî până la circa 10 grade Celsius. Șansele de precipitații sunt de 80 la sută. Vântul va sufla slab, cu o viteză de până la zece kilometri pe oră. Presiunea atmosferică va oscila în jurul valorii de 756 mm coloană de mercur, iar umiditatea nu va depăși valoarea de 83 la sută. ● **surse online**

www.viata-libera.ro Viața din carnet

# AGENȚIA



## cronologie

- **1696** Încetează din viață JEAN de LA BRUYERE (n. 1645), scriitor moralist francez.
- **1746** Se naște GASPARD MONGE (m. 1818), matematician francez, creatorul geometriei descriptive.
- **1760** Se naște CLAUDE JOSEPH ROUGET de L'ISLE m. 1836), compozitor francez. Este autorul versurilor și muzicii cântecului "La Marseillaise" [azi imnul național al Franței].
- **1788** Se naște AUGUSTIN JEAN FRESNEL (m. 1827), fizician francez. A descoperit fenomenul de polarizare a luminii și a inventat lentilele biconcave.
- **1798** Încetează din viață GEORGE VANCOUVER (n. 1757), navigator, explorator britanic.
- **1829** Încetează din viață THOMAS YOUNG (n. 1773), fizician britanic, fondatorul opticii fiziologice.
- **1866** Prințul Carol de Hohenzollern Sigmaringen este proclamat, de către Adunarea României, sub numele de Carol I [La 10 mai 1881, Carol I este încoronat, devenind primul rege al României].
- **1877** Se instituie prima decorație românească, „Steaua României”, în vederea recompensării serviciilor militare și civile deosebite aduse statului român.
- **1899** Se naște FRED ASTAIRE (m. 1987), dansator, coregraf, actor american.
- **1937** \* Se naște MARINA VLADY, actriță franceză. \* Se naște CONSTANTIN DIPLAN, actor de teatru și film.
- **1971** Încetează din viață MIHAIL JORA (n. 1891), compozitor, pedagog, dirijor, membru al Academiei Române.
- **1977** Încetează din viață JOAN CRAWFORD (n. 1904), actriță americană.
- **2016** Încetează din viață ION GRIGORE (n. 1940), pictor. V.G.



CERNAVODĂ	238 CM	21 cm	GALAȚI	297 CM	25 cm
HĂRȘOVA	296 CM	26 cm	ISACCEA	236 CM	20 cm
BRĂILA	320 CM	25 cm	TULCEA	194 CM	16 cm

## filmul zilei

VINERI, 10 MAI



## ROBOCOP

ANTENA 1. ora 20:00. Acțiune - SF, SUA, 2014

► **Cu:** Gary Oldman, Samuel L. Jackson. Alex Murphy este un soț iubitor, un bun tată și un bun polițist, făcând tot ce-i stă în putință să stăvilească valul de infracțiuni și corupție din Detroit. După ce este rănit mortal la datorie, OmniCorp utilizează nemaipomenita știință a roboticii pentru a-i salva viața. El revine apoi pe străzile orașului său drag, dotat cu noi abilități, însă trebuie să facă față unor probleme cu care omul obișnuit de dinainte nu s-a confruntat niciodată.

## În urmă cu 95 de ani / Sport

## Deschiderea Jocurilor Olimpice de Vară de la Paris

VIRGIL GURUIANU  
redactie@viata-libera.ro

**Cea de-a VIII-a ediție a Jocurilor Olimpice de Vară s-a desfășurat la Paris, în perioada 4 mai - 27 iulie 1924. Ceremonia a fost deschisă de președintele francez Gaston Doumergue. A fost ultima olimpiadă organizată sub președinția lui Pierre de Coubertin.**

Jocurile Olimpice din 1924 au fost primele care s-au desfășurat sub motto-ul olimpic „Mai repede, mai sus, mai puternic”. O premieră a fost și ritualul ridicării celor trei steaguri la ceremonia de închidere: steagul Comitetului Internațional Olimpic, cel al țării gazdă și cel al țării care urma să găzduiască ediția viitoare. La ediția Jocurilor Olimpice de Vară de la Paris, găzduirea participanților s-a făcut, pentru prima dată, într-un așezământ special, „Satul olimpic”, amenajat în apropierea stadionului Colombes. La Jocurile Olimpice de Vară de la Paris au participat în total

3.089 de sportivi, din 44 de țări, dintre care 135 de femei și 2.954 de bărbați, care s-au întrecut în 126 de probe din 17 discipline sportive: atletism, canotaj, box, ciclism, scrimă, fotbal, gimnastică, haltere, lupte, natație, pentatlon modern, polo, rugby, echitație, tenis, tir, navigație. Numărul de țări participante a cunoscut o creștere semnificativă, de la 29 la 44, răspândirea la scară mondială a Olimpiadei fiind dovedită și de cei peste 1.000 de jurnaliști prezenți la întreceri. Americanul Johnny Weissmuller, sportiv cu origini românești [născut la Timișoara], a câștigat într-o singură zi (20 iulie) două medalii de aur la înot și una de bronz, la polo, cu echipa [Weissmuller a devenit apoi actor la Hollywood, fiind celebru pentru rolul Tarzan]. Americana Gerturde Ederle a câștigat bronzul la 100 metri liber [peste doi ani, în 1926, a devenit prima femeie care a traversat înot Canalul Mânecii, cu un timp mai bun cu aproape două secunde decât cel realizat de vreun bărbat]. Atletul finlandez Paavo Nurmi a obținut cinci medalii de aur, la 1.500 m, 5.000 m, 3.000 m individual și pe echipe și cross-country. Coechipierul său, Ville Ritola a

reușit și el un concurs extraordinar, cucerind patru medalii de aur și două de argint. În clasamentul pe medalii, primul loc a fost ocupat de SUA: 45 de medalii de aur, 27 de argint, 29 de bronz; locul al doilea, Finlanda: 14 medalii de aur, 13 de argint, 10 de bronz; locul al treilea, Franța: 13 medalii de aur, 15 de argint, 10 de bronz. Olimpiada de la Paris a marcat prima transmisie radio a Jocurilor Olimpice. A fost ultima apariție a tenisului la Olimpiadă [până la ediția din 1988, de la Seul]. La Jocurile Olimpice de Vară de la Paris a luat parte și o delegație a României, formată din 54 de sportivi: o echipă de fotbal, una de rugby - aceasta a câștigat medaliiile de bronz, grație faptului că la turneu au participat numai trei formații; la tir, cu cinci sportivi, care au obținut un rezultat bun la întrecerea de armă calibru mare, pe echipe, clasându-se pe locul 13 din 22 de echipe; la tenis, în premieră; la șah - turneul pe echipe, neinclus în programul oficial al Jocurilor Olimpice. Pentru calitatea de gazdă, au mai candidat alte cinci orașe, respectiv Amsterdam (Olanda), Barcelona (Spania), Los Angeles (SUA), Praga (Cehoslovacia) și Roma (Italia). ●

## remember

## Max Steiner (1888-1971)

Compozitorul austriac Maximilian Raoul Walter Steiner s-a născut pe 10 mai 1888, la Viena. Bunicul și tatăl său au fost directori de teatru. A studiat la Academia de Arte din Viena. De-a lungul carierei, a compus muzică de film, de revistă, pentru seriale de televiziune; a fost dirijor și aranșor muzical. A compus muzică pentru aproape trei sute de filme. În 1929, a ajuns la Hollywood. În 1933, coloana sonoră pentru filmul „King Kong” a avut un succes senzațional. Primul Premiu Oscar l-a obținut în 1935, pentru coloana

sonoră din „Denunțatorul”. În perioada 1937-1953, a lucrat pentru Warner Bros. Ulterior a pus pe picioare propria editură muzicală și a continuat să lucreze pentru diferite studiouri de film. Max Steiner a fost cel mai prolific compozitor de la Hollywood. Dintre filmele a căror muzică îi poartă semnătura, amintim: „Pe aripile vântului”, „Casablanca”, „Drumul spre Saratoga”, „Comoara din Sierra Madre”, „Dallas”, „Elena din Troia”. Max Steiner a fost nominalizat de 26 ori la Premiul Oscar, fiind laureat de trei ori.



A încetat din viață la 23 decembrie 1971. ● V.G.

## horoscop

10 mai



## TAUR

21 aprilie - 21 mai

Sunteți presat pentru că trebuie să terminați o lucrare importantă.

## GEMENI

22 mai - 21 iunie

Vă recomandăm să vă păstrați calmul și să fiți mai flexibil.

## RAC

22 iunie - 22 iulie

O problemă de natură sentimentală vă strică buna dispoziție.

## LEU

23 iulie - 22 august

Vă bate gândul să porniți o mică afacere.

## FECIOARĂ

23 august - 21 septembrie

Nu stați prea bine cu partea financiară.

## BALANȚĂ

22 septembrie - 22 octombrie

Vă lipsește simțul practic.

## SCORPION

23 octombrie - 21 noiembrie

Sunteți pus în situația de a lua o hotărâre importantă pe plan sentimental.

## SĂGETĂTOR

22 noiembrie - 21 decembrie

S-ar putea să nu vă iasă toate planurile așa cum doriți.

## CAPRICORN

22 decembrie - 19 ianuarie

S-ar putea să primiți bani de unde nici nu vă așteptați.

## VĂRSĂTOR

20 ianuarie - 18 februarie

Este posibil să vă petreceți seara alături de persoana iubită, într-o atmosferă romantică.

## PEȘTI

19 februarie - 20 martie

Este bine să vedeți întotdeauna jumătatea plină a paharului și să nu vă supărați din motive mărunte!

## BERBEC

21 martie - 20 aprilie

Ar fi bine să evitați discuțiile în contradictoriu.

www.viata-libera.ro Viata din carnet  
**AGENDA**

## REDACȚIA ȘI ADMINISTRAȚIA:

Galați, str. Domnească nr. 68  
redactie@viata-libera.ro

**SECRETARIAT** 0236/460620,  
fax 0236/471028  
**BIROU COORDONATORI** 0372/363643  
**REDACȚIE** 0372/363631, 0372/363633  
**SPORT** 0372/363628  
**TEHNO** 0372/363626  
**PUBLICITATE** 0236/460719  
**MICA PUBLICITATE** 0372/363615  
**DIFUZARE** 0236/460395

Cristina COCU  
ManagerCONSILIUL EDITORIAL  
Gabriela CREȚU  
Director generalAnca SPĂNU  
Redactor șef adjuncțDan Cătălin PREDESCU  
Editor Coordonator

**SOCIAL-EVENIMENT:** Roxana ARTENE  
PENCIU, Remus BASALIC, Victor CLINCĂ,  
Mariana CONSTANDACHE, Teodora MIRON,  
Iasmina UNGUREANU (C.M.)

**ECONOMIC-ADMINISTRAȚIE:** Ovidiu  
AMĂLINEI, Cristinel LUCA, Anca MELINTE,  
Elena GOVAERT  
**SPORT:** Marian CĂPĂȚINĂ, Sonia BACIU,  
Gheorghe ARSENI

**ONLINE:** Monica ZANET, Valentin CHIȚU**FOTO:** Iulia KELT

**REDACTORI COLABORATORI:** Alina  
Comșa DURBACĂ, Dănuț LUNGU,  
Virgil GURUIANU, Dan PLĂEȘU, Ion ZIMBRU,  
Corina DOBRE, Gheorghe GURĂU, Florin  
RĂVDAN

**DEPARTAMENT CALCULATOARE:**  
Camelia LUPU, Adrian BARBU

**DTP:** Lili CRĂCIUN, Cătălin PARAIPAN,  
Tiberiana PRISACARIU

**CORECTURĂ:** Ramona COTĂRLET, Persida  
Vanda ONEA (C.M.), Andra FRĂȚIMAN

**MARKETING PUBLICITATE:** Veronica  
COSMA, Cătălin BARCAN, Mihaela  
CĂRLESCU, Ana BARBU, Dorina AXENTE

**DIFUZARE:** Aurora RADU, Vasilica BĂLAN,  
Veronica POPA, Veronica ILIE

**DESIGN CONCEPT**

Cristian Lipan (www.lipandesign.ro)

**Tipar realizat la TIPOMEDIA București**  
Tel. 071 797 204, 0723 531 624

Copierea oricăror elemente grafice sau editoriale  
ale acestei publicații va fi sancționată prin lege

**COTIDIAN INDEPENDENT®**  
MARCA ÎNREGISTRATĂ  
auditat de Biroul Român de Audit  
al Tirajelor, membru al Biroului  
 Internațional de Audit al Tirajelor

ISSN 1221-4914

48.000 DE CITITORI ZILNIC

Publicație ce beneficiază de rezultate  
de audiență conform Studiului Național  
de Audiență măsurate în perioada  
noiembrie 2014 - mai 2016

CERTIFICAT ISO 9001 ȘI 14001



# Vorbește CORECT!

CAMPANIE VL ● SĂ VORBIM CORECT!

## Care este pluralul cuvântului „pască“?

FLORIN RĂVDAN  
florin.ravdan@viata-libera.ro

Sărbătorile pascale au trecut, dar întrebarea rămâne. Mai ales după ce ne-am ghiftuit bine cu toate mâncărurile tradiționale. Iar una dintre ele este pasca, nelipsită de pe masa de Paște. Dar câte poți avea pe masă? Câte ce? Ei bine, asta aflăm azi.

Am citit o glumă de curând pe subiectul ăsta, motiv pentru care mi-am zis că ar fi mai bine să lămurim problema. Gluma era cam așa: „Frate, care e pluralul pentru pască? Nu știu. Păi, tu ai

luat două de la magazine, cum ai cerut? Simplu, m-am dus la casă, am cerut o pască, am așteptat vreo două secunde, după care am spus «nu, mai bine dați-mi două!».

Așadar, să fie pasce? Păsci? Nu prea sună bine, nu-i așa? Deși poate nu vă așteptați, pluralul cuvântului „pască“ vine de la sărbătoarea de Paște, astfel că este „păști“.

### Erori de burtieră

„Vitezoman pe străzile Găieștului“ (scris pe burtieră, B1 TV, 18.04.2019)

Substantivul propriu care denumește numele orașelului din județul Dâmbovița (circa 15.000 de locuitori) se scrie și se pronunță „Găești“, cu „e“, nu cu „ie“. Așa s-a scris și rostit din secolul al XV-lea, când a fost atestat. În limba română există această „bătălie“ între „e“ și „ie“.

Scriem și pronunțăm „ie“ la început de cuvânt, pentru cuvintele vechi latinești care încep cu „e“: iepuraș, ierta (dar scriem eu, el, este, eram etc. și pronunțăm „ie“, „iel“, „ieste“, „ieram“ etc.); în mijlocul cuvântului, după o vocală (excepție

„i“): cheie, femeie, odaie, trebuie, voie etc. Neologismele se scriu și se pronunță fără „i“ la începutul și în interiorul cuvântului: ebonită, maestru, statueta etc.

În altă ordine de idei, rubrica noastră se apropie de împlinirea a 18 luni de activitate. Așadar, dacă aveți sugestii de greșeli pe care trebuie să le corectăm sau explicăm, ori de cuvinte sau expresii a căror origine doriți să o aflați, așteptăm comentariile dumneavoastră. Cunoașterea limbii române ne face bine tuturor! ●

### record

## James Cameron a felicitat Marvel pentru depășirea încasărilor filmului „Titanic“

VALENTIN CHIȚU  
valentin.chitu@viata-libera.ro

Regizorul canadian James Cameron a felicitat compania Marvel după ce lungmetrajul „Avengers: Endgame“ („Răzbnătorii: Sfârșitul jocului“), de Anthony și Joe Russo, a depășit încasările mondiale realizate de filmul său, „Titanic“, relatează hollywoodreporter.com, citat de Mediafax.

„Răzbnătorii: Sfârșitul jocului“ a strâns, până în prezent,



2,273 miliarde de dolari pe plan internațional. Acesta a doborât recordul de încasări al peliculei „Titanic“, apărute în 1997, care obținuse 2,187 de miliarde de dolari.

„Pentru Kevin (Feige, președintele companiei - n.r.) și toți cei de la Marvel. Un aisberg a scufundat adevăratul Titanic. A fost nevoie de Răzbnători pentru a doborî Titanicul meu. Toată lumea de la Lightstorm Entertainment (firma de producție a regi-

zorului - n.r.) vă salută marea realizare. Ați dovedit nu numai că industria cinematografică este încă populară, ci că este mai impunătoare decât oricând!“, a afirmat James Cameron, pe platforma de microblogging Twitter.

Recordul pentru cele mai mari încasări din toate timpurile este deținut, în continuare, tot de un lungmetraj al lui Cameron. „Avatar“, lansat în 2009, a acumulat 2,788 de miliarde de dolari în box office pe plan global. ●

### rețeta zilei Salam de biscuiți

**INGREDIENTE.** 40 g cacao, 50 g ciocolată, 20 ml esențe, 450 ml lapte, 150 g margarină, 100 g nucă, 300 gr rahat, 10 g zahăr vanilat, 520 g biscuiți, 2 banane.

**PREPARARE.** Se fierbe laptele împreună cu margarina, iar când aceasta s-a topit, adăugăm

șase cuburi de rahat tăiate mărunt, ciocolata ruptă în bucățele, plicul de zahăr vanilat și cacaoa cernută. Când toate ingredientele s-au răcit, adăugăm esența de rom și nucile tăiate. Peste biscuiții sfărâmați adăugăm sosul cald și amestecăm bine. Pe o folie alimentară punem compoziția și așezăm pe mijloc bananele. Rulăm, strângem bine la capete și înnodăm. ● R.C.

www.viata-libera.ro Viața caleidoscop

# MAGAZIN



### mania

## Ceartă pe summitul de la Sibiu. Unii cu politica, alții cu concertele!

FLORIN RĂVDAN  
florin.ravdan@viata-libera.ro

Dom'le, ce le mai place alor noștri bălăcăreala! La Sibiu se întâmplă cel mai important eveniment european al ultimilor ani, summitul la care vor participa toate personalitățile politice din Europa, iar în timpul acesta politicienii noștri se ceartă pe motivul invitației la eveniment. Astfel, dacă premierul Viorică Dăncilă s-a supărat că nu a fost invitată, deși se laudă că Guvernul este cel care a organizat cam tot ce se întâmplă la Sibiu, președintele se ține de ironii și o invită pe Dăncilă la... concert. „Nu avem aici timp de întâlniri protocolare, la care să stăm degeaba. Cine vrea să vină la Sibiu să se distreze, are ocazia să facă asta la concertul organizat de Primăria Sibiu în piața mare“, a declarat șeful statului.

Haide, bre, domnule președinte, că parcă prea ne luăm la mișto. Nu zic, nu o fi Dăncilă cea mai cea dintre cele mai cele, dar parcă nici așa, cu luări peste picior, nu scoatem noi capul din mocirlă. Măcar de ne-am alege cu ceva important în urma summitului ăsta, cu vreo speranță de Schengen, cu vreo mai mare deschidere a europenilor către români. Știu, PSD-ul ne trage la vale, dar parcă și noi ne dăm singuri cu tesla în... Vorba aia! ●



SPAIMA  
MAȘINILOR  
PARCATE,  
LA DOAR 16 ANI

**FURTURI.** Un adolescent de 16 ani, din Galați, este principalul suspect al mai multor furturi care au vizat autoturisme din diferite zone ale orașului, în ultima lună. ► pag. 04



CONCURSUL  
DE INTERPRETARE  
„PIANUL  
FERMECAT“

**TRADIȚIE.** Școala de Arte a Centrului Cultural „Dunărea de Jos“ organizează sâmbătă, 11 mai, de la ora 9,00, la sediul din str. Domnească nr. 61, cea de-a cincea ediție a Concursului „Pianul fermecat“. ► pag. 09

COTIDIAN INDEPENDENT / GALAȚI, ROMÂNIA / ANUL XXX, NR. 9005 / 20 PAGINI / 20 PAGINI SUPPLEMENT TV GRATUIT / 2 LEI

ACCIDENT RUTIER EXTREM DE GRAV ● TERIBILISM

## Un tânăr vitezoman a murit la intrarea în oraș

Un accident rutier extrem de grav, soldat cu moartea unui tânăr de numai 21 de ani, a avut loc în noaptea de miercuri spre joi, la intrarea în Galați. Un autoturism înmatriculat în Germania, condus de un tânăr de 21 de ani, care se îndrepta dinspre Vânători spre Bariera Traian, odată ajuns în dreptul trecerii de pietoni de la Jandarmerie, a părăsit carosabilul. A lovit violent doi stâlpi de iluminat public și s-a oprit mai apoi într-un gard de beton. Mașina în care șoferul se afla singur a fost avariata în totalitate, conducăto-



foto GSDG

rul auto suferind leziuni extrem de grave. El a decedat la scurt timp după ce la fața locului au sosit echipajele medicale de ur-

gență, acestea nemaiputând să facă nimic pentru a-l salva.

Potrivit primelor concluzii ale polițiștilor, dar și după cum

reiese din imaginile surprinse imediat după accident, mașina implicată a fost extrem de grav avariata, ceea ce indică faptul că viteza cu care circula era una foarte mare. Polițiștii au deschis un dosar penal pentruucidere din culpă. Avariile la rețeaua de iluminat au fost și ele foarte grave, astfel că, la mai bine de opt ore de la accident, nici Jandarmeria și nici celelalte imobile din zonă nu primeau energie de la rețeaua publică, afectată fiind și rețeaua de telecomunicații a unității militare. ● Mariana Constandache

www.viata-libera.ro Viata pe scurt

200 BERSERVATI

100 de lei  
pentru învățacei

Viata  
libera

TALON DE CONCURS

1 Nume

2 Unitatea de învățământ

3 Clasa/Anul

4 Telefon

Câștigătorul trebuie să facă dovada că urmează studiile unei instituții de învățământ, public sau privat

16

CARNET DE NOTE VIAȚA LIBERĂ

1 Ce notă îi dai ziarului tău astăzi?  
săptămâna 6 - 11 mai 2019

1 2 3 4 5  
6 7 8 9 10

Temă pentru acasă: completează, decupează și trimite într-un singur plic, pe adresa redacției (str. Domnească nr.63) sau vino și depune personal, 6 carnete de note „Viata liberă”, publicate de luni până sâmbătă inclusiv. Tragera la sorți pentru desemnarea premiantului săptămânii va avea loc în holul redacției, în fiecare vineri, ora 13:00, după extragerile concursului „Bani grei cu Viata liberă”.

Bani GREI cu  
300 lei  
pe săptămână!

Viata  
libera

16 vineri

TALON DE CONCURS

1 Nume

2 Adresa

3 Telefon

4 B.I./C.I.

Talon valabil pe perioada 6 - 11 mai 2019

Premiile se revendică până la data următoarei extrageri.

caricatura zilei

Baciu la (n)oi



Abonează-te!  
cu doar 33 de lei/lună!

viata  
libera

Abonamentele se pot face la chioșcurile „Viata liberă”, până pe data de 28 a fiecărei luni, sau la factorii poștali.

Economisești  
225 lei/an!  
Un ziar total.



săptămâna  
10 - 16 mai 2019

**10** medicină  
Cât de sănătoase  
sunt băuturile  
cu proteine

**11** turism  
Insulele Azore,  
perfecte pentru  
orice fel de drumeții

**Viata**  
libera

**weekend**  
**magazin**

[www.viata-libera.ro](http://www.viata-libera.ro)



**DJ Wanda  
a fost cerută  
în căsătorie  
pe plaja  
din Malibu**

supliment gratuit al cotidianului **Viata libera**

**MONDEN**

„  
Karl  
a pregătit  
acest moment  
de foarte  
mult timp.  
El a cumpărat  
inelul cu trei  
săptămâni  
înainte de  
plecarea  
noastră în  
Statele Unite.  
Știa că-mi plac  
rubinele și  
diamantele.

**DJ WANDA**  
artistă

● Artista a primit un superb inel cu rubin

TOTUL S-A ÎNTÂMPLAT PE 28 APRILIE, ZIUA DE NAȘTERE A VEDETEI » **PAGINA 20**



## ISTORIA ALTFEL

## arheologie

Un mormânt  
vechi de  
4.400 de ani,  
descoperit  
în Egipt



► Piramidele din Giza

**GIZA.** Un mormânt săpat în calcar, vechi de 4.400 de ani, în care se află rămășițele a doi preoți din perioada celei de-a 5-a Dinastii egiptene (aproximativ 2.500 î.Hr.), a fost descoperit pe Platoul Giza, în apropierea celebrelor piramide, transmite DPA, citat de Agerpres. Mormântul dublu i-a aparținut unei persoane denumite Behnui-Ka, care a deținut titlul de preot purificator și mare judecător în perioada Regatului Vechi. În mormânt au fost găsite și rămășițele unui al doilea preot, pe nume Nwi, care avea titlul de „purificatorul regelui Khafre” (Khafra sau Chefren). Acest mormânt face parte dintr-o veche necropolă ce a fost parțial scoasă la lumină în cadrul săpăturilor începute la sud-est față de locul unde sunt ridicate marile piramide din Giza, conform lui Mostafa Waziri, secretarul general al Consiliului Suprem al Antichităților din Egipt. Necropola a fost reutilizată extensiv în timpul Perioadei Târzii (până în secolul VII î.Hr.). Multe sarcofage pictate și decorate din această perioadă au fost descoperite în sit. Luna trecută arheologii au descoperit un mormânt vechi de 3.500 de ani și o mumie, într-un sarcofag nedeschis ce datează din jurul anului 1069 î.Hr., în două situri diferite din Luxor (sudul Egiptului). În ultima perioadă, Egiptul a anunțat o serie de noi descoperiri datând din Antichitate. Autoritățile speră că aceste descoperiri vor oferi un nou impuls turismului, una dintre principalele surse de venit pentru egipteni.

● Valentin Chițu

STRĂBUNII ȘERPAȘILOR ● TIBET

# Omul de Denisova, ruda misterioasă a neandertalienilor

● Peștera Denisova

VALENTIN CHIȚU  
valentin.chitu@viata-libera.ro

O specie dispărută de oameni asemănători neandertalienilor a populat platoul tibetan în urmă cu peste 100.000 de ani și ar fi transmis genele care îi ajută în prezent pe șerpași să supraviețuiască la altitudini mari, conform unei descoperiri revoluționare citate de Press Association și Reuters.

O mandibulă găsită într-o peșteră din Platoul Tibet din China oferă informații surprinzătoare despre modul în care ar fi putut arăta omul de Denisova, rudă misterioasă a omului de Neandertal și a speciei noastre, și indică totodată faptul că acesta era capabil să supraviețuiască la altitudini mari.

Fosila recent descoperită - jumătatea dreaptă a maxilarului inferior al unui adolescent, ce

include doi dinți - datează din urmă cu 160.000 de ani, potrivit descrierii publicate miercuri de oamenii de știință.

Singurele fosile de denisovani cunoscute până în prezent sunt trei dinți și unele fragmente de oase descoperite în Siberia, în peștera Denisova.

Fosila descoperită în China a fost găsită de un călugăr local, în 1980, în regiunea Xiahe. El a donat-o ulterior unui lama budist, care a predat-o cercetătorilor de la Universitatea Lanzhou. Fosila dezvăluie detalii interesante atât despre răspândirea geografică a denisovanilor, cât și despre înfățișarea și capacitatea lor surprinzătoare de a cuceri medii extreme.

Fosila din peștera Baishiya Karst, situată la 3.280 de metri altitudine, demonstrează nu doar că denisovani au trăit în estul Eurasiei, ci și că au popu-

lat o regiune aflată la altitudini înalte, cu un nivel redus de oxigen. „Probabil că le-a fost foarte greu să trăiască acolo ca vânătorii-culegători și totuși au reușit”, a declarat Frido Welker, specialist în antropologie moleculară la Universitatea din Copenhaga, unul dintre cercetătorii care au colaborat la studiul publicat în jurnalul Nature.

Specia noastră, Homo sapiens, a ajuns în zona platoului Tibet abia în urmă cu circa 40.000 de ani.

Șerpașii trăiesc în Himalaya de cel puțin 6.000 de ani.

„Denisovani au fost capabili să se adapteze la o gamă largă de medii diverse”, a notat arheologul Dongju Zhang, de la Universitatea Lanzhou din China, care a contribuit la acest studiu. „Vechii hominizi au ocupat platoul tibetan în Pleistocenul mijlociu și s-au adaptat cu succes la altitudi-

nile înalte și la mediile sărace în oxigen cu mult înainte de venirea în regiune a Homo sapiens modern”, a adăugat cercetătorul.

Oamenii de știință nu au putut extrage ADN din fosila descoperită, însă au prelevat proteine din unul dintre molari pentru a stabili identitatea denisovană. „În cazul fosilelor, proteinele pot supraviețui de circa zece ori mai mult decât ADN-ul”, a explicat paleoantropologul Jean-Jacques Hublin, de la Institutul de Antropologie Evoluționară „Max Planck” din Germania.

Proteinele provin din colagen, un component al țesutului conjunctiv din părți ale corpului, inclusiv din dentină.

Despre existența denisovanilor nu s-a știut nimic până în 2010, când cercetătorii au anunțat descoperirea rămășițelor din Siberia, testele ADN demonstrând că acestea aparțin unui grup înrudit cu omul de Neandertal, hominizi care au trăit în anumite zone din Eurasia. Cele două specii au interacționat în mod semnificativ cu Homo sapiens - inclusiv încrucișare - înainte de a dispărea din motive incomplet înțelese.

Fosila studiată oferă indicii despre modul în care ar fi putut arăta omul de Denisova. „Zona bărbiei este mult retrasă, iar dinții care s-au păstrat sunt excepțional de mari”, a detaliat Hublin.

Unele populații asiatice moderne din zone îndepărtate, mai ales din Papua Noua Guinee, posedă urme superficiale însă semnificative de ADN derivat din denisovani, sugerând larga răspândire geografică a acestei specii. ● sursa agerpres.ro





# GASTRONOMIE

OBICEI ECHILIBRAT ● IDEI



sursa foto traiestecugust.ro

## Gustări delicioase cu puține calorii

MONICA ZANET  
monica.zanet@viata-libera.ro

Dacă îți place să ronțai între mese, poți transforma ușor acest obicei într-unul echilibrat. Gustările au rolul de a menține un nivel constant al energiei și glicemiei, de a diminua senzația de foame dintre mese, ceea ce ne va face să mâncăm mai puțin la următoarea masă.

Mesele mai mici și mai dese ne accelerează metabolismul și ne îmbunătățesc digestia. Totuși nu este indicat să ai mai mult de două gustări între mese, deoarece îți poate afecta procesul normal de digestie și orarul meselor, iar de cele mai multe ori acest obicei duce la un consum mai mare de calorii, suntem sfătuiți pe traiestecugust.ro. O gustare nu ar trebui să reprezinte mai mult de 10 la sută din necesarul caloric

zilnic, acesta însemnând aproximativ 200 kilocalorii (kcal).

### Care sunt cele mai potrivite gustări de consumat între mese

Mai întâi de toate, gustarea dintre mese trebuie să fie ușor de mâncat și să o poți lua cu tine oriunde, chiar și atunci când ești pe drumuri.

Gustările dintre mese reprezintă momentul ideal de a consuma iaurturi, fructe, cereale și batoane de cereale integrale, semințe și fructe oleaginoase sau legume. Toate acestea pot fi ușor împachetate și luate cu tine la birou sau la sala de sport.

### Care sunt cele mai bune combinații alimentare pentru gustări

iaurt cu fructe proaspete sau uscate; fructe cu semințe

și nuci; legume cu sosuri sau creme ușoare (hummus, guacamole, sos de iaurt); cereale sau batoane de cereale integrale cu iaurt.

### Gustări sub 200 kcal

Mai jos îți propunem cinci idei de gustări delicioase sub 200 de kcal: o banană + cinci migdale = 147 kcal, un iaurt mic 125g + o lingură mix de semințe și fructe uscate + două linguri cereale = 196 kcal; o felie de pâine integrală + o lingură mare de hummus + un ardei gras roșu = 170 kcal, un măr + două linguri unt de arahide = 170 kcal, un baton de cereale + un iaurt mic = 170 kcal

Variază gustările în timpul săptămânii, pentru a te bucura de mai mult gust și mai mulți nutrienți importanți pentru sănătatea ta. ●

## Mere caramelizate cu scorișoară

● **INGREDIENTE.** 2 cești de apă (aprox. 250 ml x 2), 2 cești de zahăr (aprox 227g x 2), 3-4 linguri de scorișoară, 6 mere acrișoare medii - decojite, curățate de miez și tăiate pe jumătate, mentă proaspătă.

● **PREPARARE.** Într-o cratiță sau oală mare, la foc mediu, se pun apa, zahărul și scorișoara la fiert, amestecând constant până ce zahărul se dizolvă. Reduci focul și adaugi cu grijă jumătățile de mere. Lasă să se gătească, fără să acoperi cratița, pentru 8 minute. Cu o lingură, transferi



sursa foto Secretelebunătății (blog)

merele într-o farfurie pentru servit și torni sirop peste. Desertul se poate servi cald sau rece. Se poate decora cu mentă. Sau alte decorațiuni colorate, amare, dulci sau acrișoare. În prealabil, cojește merele sau spală-le foarte bine pentru a îndepărta posibila ceară, dacă fructele nu sunt culese din grădina... **M.Z.**

## rețeta de weekend



sursa foto foodstory.stirileprotv.ro

## BATOANE ENERGIZANTE

● **INGREDIENTE.** 1 cană de nuci (sau migdale, fistic, alune etc.), 1 cană de fructe uscate (stafide, prune etc.), 1 cană de curmale uscate, fără sămături. Ai observat, doar 3 ingrediente!

● **PREPARARE.** Încinge cuptorul la 180 de grade Celsius și dă nucile la copt timp de 10-12 minute, până devin aurii. Lasă-le să se răcească. Amestecă nucile, fructele uscate și curmalele într-un robot de bucătărie, potrivit unei rețete Foodstory. În cazul în care curmalele se lipesc unele de altele, încearcă să le separi cu ajutorul unei linguri. După circa 30 de secunde, toate ingredientele ar trebui să fie deja fărâmițate. Folosește o spatulă pentru a desprinde tot ce a rămas pe pereții robotului de bucătărie și pe lama acestuia. Continuă să amesteci ingredientele în blender timp de 1-2 minute, până când acestea încep să se combine și să formeze o bilă. Pune o bucată de folie de plastic pe blatul de lucru și pune pe ea "aluatul" din robot. Apasă-l până capătă forma unui pătrat gros. Învește-l în folie și lasă-l la frigider circa o oră sau chiar peste noapte. Desfă aluatul răcit și pune-l pe un tocător. Tăie-l în 8 batoane mari sau în 16 pătrate mai mici, după preferințe. Învește fiecare bucată în folie de plastic. Păstrează batoanele în frigider timp de câteva săptămâni sau în congelator până la trei luni. Le poți consuma direct scoase din frigider sau congelator, dar consistența perfectă o capătă când le lași să ajungă la temperatura camerei. Câteva combinații recomandate sunt cireșe și migdale, caise și migdale, merișoare și nuci pecan sau mere și alune. ● **M.Z.**

## sfaturi

### Principii pentru o alimentație sănătoasă

MONICA ZANET  
monica.zanet@viata-libera.ro

Există numeroase aspecte referitoare la alimentație care favorizează o nutriție corectă. Aceste practici nu țin în mod special de ceea ce mâncăm, ci de cum mâncăm, astfel încât să profităm la maximum de bogăția alimentelor. Iată care sunt pașii către o viață mai echilibrată:

La masa stând pe scaun, într-o poziție dreaptă. Evită accesoriile care presează excesiv abdomenul.

Mestecă cât mai bine alimentele. Înainte de a înghiți, trebuie să mesteci de 20-40 de ori mâncarea.



sursa foto cosmopolitan.ro

La cină, optează pentru mâncăruri ușoare. Ideal este să mănânci ultima masă cu cel puțin două ore înainte de culcare.

Începe ziua cu un mic dejun care să conțină lactate, cereale și fructe. Nu face activități foarte intense imediat după masă.

Hidratează-te adecvat, consumând apă și lichide pe tot parcursul zilei, fără să aștepti apariția senzației de sete.

Mănâncă într-un mediu relaxant și fii conștient de faptul că mănânci. Dacă iei masa în fața televizorului său pe birou, cel mai probabil vei mânca mai mult.

Învață să îți ascuți corpul dacă îți spune că ai mâncat suficient sau că mâncarea este prea grea.

Dacă nu îl ascuți, cu timpul, va evita să îți transmită semnale și vei mânca în exces. ● sursa traiestecugust.ro



## IT&amp;C



## comunicații

REȚELELE 5G AR  
PUTEĂ BRUIA  
SATELIȚII DE  
METEOROLOGIE

**IMPACT.** Una dintre benzile folosite pentru comunicații 5G este foarte apropiată spectrului de frecvență folosit de sateliții meteo pentru monitorizarea circulației vaporilor de apă în atmosferă. Introducerea rețelelor 5G ar putea avea un impact neanticipat asupra sateliților meteo care folosesc instrumente radio pentru monitorizarea tiparelor climatice, benzile de frecvență alese cu mult timp înainte pentru modul în care reflectă prezența vaporilor de apă în atmosferă urmând să fie poluate cu surse artificiale de unde radio. Îngrijorările meteorologilor țin



mai ales de folosirea benzii de 26 GHz (porțiunea între 24,25 GHz și 27,5 GHz), inclusă în spectrul de comunicații 5G și oferită spre licențiere operatorilor telecom. Spre comparație, instrumentele de măsurare a vaporilor de apă din echiparea sateliților de meteorologie folosesc banda de 23,8 GHz. Este posibil ca instrumentele foarte sensibile să fie orbite de interferențe apărute din banda de frecvență adiacentă sau să ofere măsurători eronate care să influențeze acuratețea prognozelor. Problemele semnalate vor fi puse în discuție în cadrul World Radiocommunication Conference (WRC), organizată în a doua parte a acestui an. Ținut odată la patru ani, evenimentul reunește reprezentanți din lumea întreagă ai organismelor de reglementare în domeniul radiocomunicațiilor, cu scopul de a discuta modificări asupra tratatelor internaționale care reglementează folosirea benzilor de comunicații radio. În funcție de gradul de pericol stabilit, este posibil ca domeniul de frecvență alocat pentru comunicații 5G să fie redus prin introducerea unor porțiuni „no-use”, care să ocolească frecvențele monitorizate de sateliții meteorologici. **sursa go4it.ro** ● **Valentin Chițu**

## CONCURENȚĂ NELOIALĂ ● SPOTIFY

Apple ar putea fi amendată  
cu 26,6 miliarde de dolari

VALENTIN CHIȚU  
valentin.chitu@viata-libera.ro

Conflictul dintre Apple și Spotify ar putea avea consecințe majore pentru gigantul american, în cazul în care serviciul de streaming va câștiga. Spotify a depus plângere la Comisia Europeană împotriva Apple pentru concurență neloială, spunând că serviciile sale sunt taxate prea mult.

Spotify trebuie să plătească 30% din valoarea abonamentelor realizate prin intermediul AppStore către Apple pentru primul an de servicii către utilizatori, după care taxa scade după fiecare an. Compania consideră că această taxă este abuzivă, în-

trucât compania este nevoită să crească prețurile abonamentelor pe platforma Apple. În timp ce abonamentul costă 10 dolari dacă te abonezi din browser, pe AppStore, prețul Spotify crește la 13 dolari, pentru a compensa pentru „taxa Apple”. În același timp, serviciul concurent Apple Music costă 10 dolari. (În România, ambele servicii costă 5 euro).

Conform Spotify, alte servicii care oferă posibilitatea de plată prin aplicație de pe AppStore, precum Uber și alte servicii de transport, nu plătesc 30% din fiecare tranzacție către Apple. În același timp, Spotify beneficiază și de o versiune gratuită a serviciului, care livrează reclame către

utilizatori, veniturile din aceste reclame rămânând exclusiv în conturile Spotify, fără a fi taxate de Apple.

În cazul în care Comisia Europeană va hotărî că Apple încalcă legile europene, compania ar putea risca o amendă de 26,6 miliarde de dolari, un nou record la nivel mondial, după amenda de 5 miliarde pe care a plătit-o Google anul trecut. Această sumă reprezintă 10% din veniturile globale Apple.

În timp ce Spotify este în continuare lider pe piața de streaming de muzică, atingând pragul de 100 de milioane de abonați lunar și peste 117 milioane de utilizatori ai versiunii gratuite, Apple se laudă cu doar 56 de milioane

de abonați la nivel mondial. În SUA, însă, Apple Music a reușit să depășească Spotify, serviciul american având 28 de milioane de abonați, în timp ce Spotify are 26 de milioane.

Practica Apple de a cere 30% din tranzacțiile care au loc prin intermediul AppStore este standard în industrie, toate magazinele de conținut digital impunând „taxe” similare: Google Play Store, Steam, PlayStation Network, Xbox Live, etc. Pentru a evita această taxă, Netflix, de exemplu, a eliminat posibilitatea de a te abona prin intermediul aplicației de iOS, compania încurajând abonarea din browser sau de pe un PC. **sursa go4it.ro**

## rețea națională

Putin a adoptat legea prin care Rusia  
poate fi deconectată de la internet

VALENTIN CHIȚU  
valentin.chitu@viata-libera.ro

Proiectul de lege izolaționist al Rusiei, care propunea ca internetul pe teritoriul țării să nu mai depindă de servere din alte țări, a fost adoptat de către președintele Vladimir Putin. Acest lucru înseamnă că odată cu intrarea în vigoare a legii, care va avea loc pe 1 noiembrie, operatorii telecom vor trebui să se deconecteze de la serverele străine pentru serviciile lor importante. Desigur, acest lucru nu înseamnă că Rusia nu va mai avea acces la întregul internet, cel puțin nu momentan, însă oferă guvernului control asupra



libertății acestuia pe teritoriul țării.

Practic, Rusia dorește să creze un soi de „intranet”, o rețea

națională care să asigure conectivitatea online locală în cazul în care, din diverse motive, accesul Rusiei la internet ar fi „tăiat”.

Desigur, această lege oferă oricând președintelui posibilitatea de a tăia accesul la internetul „internațional”.

Această decizie vine după ce oricum libertatea internetului din Rusia a fost sub atac continuu în ultimi câțiva ani. Serviciile VPN nu sunt tocmai legale, iar anumite site-uri sunt blocate de stat la nivel de țară. De asemenea, guvernul depune eforturi mari pentru a interzice anonimitatea online, pentru ca utilizatorii să poată fi ușor identificați de către autorități.

Conform unui sondaj de opinie comandat de guvern, 52% dintre cetățeni se opun noii legi. **sursa go4it.ro**



# SEXOLOGIE



LEGĂTURĂ ÎNTRE FRECVENȚA ORGASMELOR ȘI SPERANȚA DE VIAȚĂ ● **STUDIU**



## O viață sexuală activă te ajută să trăiești mai mult

REMUS BASALIC  
remus@viata-libera.ro

**Viața sexuală joacă un rol important în viața de cuplu, mai ales în primii ani ai relației. Mai mult se pare că sexul nu este doar plăcut, ci și benefic pentru longevitatea și pentru întârzierea semnelor îmbătrânirii.**

Un studiu efectuat pe 918 bărbați în orașul Wales din Caerphilly, între 1979 și 1993, a arătat că cei care au făcut dragoste de două ori pe săptămână au avut un risc redus de deces de 50 la sută comparativ cu cei care au făcut sex mai puțin de o dată pe lună. Un bărbat care are 350 de orgasme pe an trăiește în medie cu patru ani mai mult decât un bărbat care are o viață sexuală mai puțin activă, potrivit altor cercetări. Sexul ri-

dică nivelul oxitocinei și pe cel al dehidroepiandrosteronului, substanțe care reduc stresul și măresc nivelul imunoglobulinelor din sânge, cu rol în combaterea infecțiilor.

### Ponturi pentru o viață sexuală împlinită

Fruitele de pădure vin ca o gură de aer curat în cuplu, atât timp cât sunt mâncate cu regularitate. Ne referim aici la mere, la coacăze, la prune sau la afine. Antioxidanții oferiți de ele sunt secretul și totodată ingredientul minune, în timp ce antocianinele conținute îți vor proteja vasele de sânge.

În ceea ce privește fumatul, acest viciu contribuie la îngroșarea vaselor sangvine, deci limitează pe cât posibil numărul țigărilor fumate zilnic pentru a

**UN BĂRBAT CARE ARE 350 DE ORGASME PE AN TRĂIEȘTE ÎN MEDIE CU PATRU ANI MAI MULT DECÂT UN BĂRBAT CARE ARE O VIAȚĂ SEXUALĂ MAI PUȚIN ACTIVĂ**

te putea bucura de o viață sexuală satisfăcătoare. Acest efect cauzat de țigări este, din fericire, reversibil, odată ce te-ai lăsat de fumat, iar cu o alimentație sănătoasă și mult sport efectele timpului în

care ai fumat se vor diminua considerabil.

### Optează pentru ciocolata neagră

Mulți specialiști afirmă despre ciocolata neagră, ce are un conținut de cacao mai crescut de 60 la sută, că este un veritabil panaceu al problemelor sexuale. Și asta datorită cantității mari de antioxidanți și de flavonoide care ajută la dilatarea vaselor de sânge și la sprijinirea unei mai bune circulații sangvine, fapt care facilitează erecția.

Însă un aspect la care trebuie să lucrezi destul de atent este greutatea corporală. Orice kilogram în plus își va pune amprenta nu doar asupra sănătății tale, ci și a vieții sexuale. Deci, sportul și menținerea „siluetei” te vor ajuta să obții rezultate bune în dormitor. ●

### În cuplu

## MAI IMPORTANT DECÂT PRELUDIUL

**SEX.** Preludiul, lenjeria sexy sau jocurile erotice au roluri importante în menținerea pasiunii în cuplu. Totuși, atât femeile, cât și bărbații se declară cu adevărat satisfăcuți în dormitor atunci când partenerul are o altfel de inițiativă. Expresia „te iubesc” este cu adevărat magică, conform specialiștilor, care susțin că persoanele care își spun cele două cuvinte în timpul sexului au parte de o experiență mult mai satisfăcătoare. Această declarație de dragoste este mai importantă chiar decât preludiul sau lenjeria sexy, spun experții. În cadrul unui studiu realizat de oamenii de știință de la Universitatea Chapman din Statele Unite au fost analizate



răspunsurile a 39.000 de persoane heterosexuale căsătorite sau care locuiesc cu partenerul de cuplu, cu care au o relație de cel puțin trei ani. Vârsta medie a femeilor participante la studiu a fost 40 de ani, iar în cazul bărbaților, 46 de ani. Sondajul a arătat că 75 la sută din bărbați spun „te iubesc” în timpul sexului, în timp ce 74 la sută din femei procedează la fel. Concluzia specialiștilor este că, cu cât un cuplu comunică mai mult în timpul sexului, cu atât mai bine se vor simți cei doi. Partenerul tău va fi mult mai satisfăcut dacă îl lauzi pentru un lucru pe care l-a făcut în timpul partidei de amor, dar și dacă îi spui ceva ce ți-ai fi dorit tu să faci. De asemenea, discuțiile despre sex din timpul zilei, chiar și la telefon sau pe internet, asigură plăcerea în intimitate, la fel și râsul din timpul sesiunii de dragoste despre un lucru amuzant petrecut pe parcursul zilei. Cel mai important factor în sporirea plăcerii din dormitor, atât în rândul bărbaților, cât și în rândul femeilor, este însă expresia „te iubesc”, spusă în timpul acțiunii. Cercetarea a mai demonstrat că persoanele care nu mai fac sex la fel de des după primii ani de relație trebuie să depună efort ca amorul să devină din nou o prioritate. ● **R.B.**

### sondaj

## Preferințele femeilor și ale bărbaților în privința părului pubian

REMUS BASALIC  
remus@viata-libera.ro

Complet epilat, tuns și frezat sau lăsat să crească în voie, când vine vorba despre aspectul părului pubian, bărbații și femeile au preferințe certe. Un sondaj derulat în acest sens a scos la iveală că una din „tabere” acordă o importanță mult mai mare acestui detaliu care joacă un rol important în intimitate. Sondajul realizat de institutul de cercetare YouGov pe

un eșantion de 1.000 de persoane din SUA, bărbați și femei, și citat de publicația „Women's Health”, a arătat că părul pubian este un subiect mai important decât s-ar crede pentru ambele sexe, însă interesați în mod deosebit s-au arătat bărbații.

Astfel, reprezentanții sexului puternic consideră inacceptabil în proporție de 70 la sută ca partenerul lor să aibă părul pubian lăsat în voia sorții, în timp ce pentru femeile acest detaliu nu

este la fel de important. Conform rezultatelor sondajului, bărbații și femeile cu vârsta sub 30 de ani sunt cei mai pretențioși în privința aspectului „podoabei” pubiene. Aproape jumătate din respondente (49 la sută) au spus că bărbații ar trebui să-și îngrijească zona inghinală, iar 54 la sută din bărbați au precizat același lucru în privința femeilor. Grupul de respondenți cu vârsta peste 65 de ani a fost cel mai puțin interesat de acest subiect, urmat de cei din



grupul cu vârste între 45 și 65 de ani. ●



## LECTURĂ

Cenaclul  
„Noduri  
și Semne”Un minimalism  
cald, simpatic,  
seducător

După o serie de câteva săptămâni de lecturi cu poeme lungi, experimentale, Carmen Neacșu a prezentat vineri la cenaclu câteva poeme de o simplitate esențială. Mici, dense, mai mult creionate din câteva tușe, debordant de sincere și suave, ele au cucerit auditoriul. E un contrast care dă vitalitate cenaclului și nu-l închistează într-o formulă unică. Poezia poate cuceri spații ample, poate coloniza viitoarele galaxii, dar poate sta și cuminte într-o odaie necunoscută. O poezie ca un soare lichid sorbit cu paiul într-o bucătărie de vară. Aceeași delicatețe o regăsim în aceste poeme. Are degete gingașe. Ambiguitatea dă bine. Poeme de stare. Poezia e din câteva tușe. Ca niște stampe (**Anca Șerban Gaiu**). E foarte cinstită cu ea însăși și cu sufletul ei. Are un talent care vine dintr-o simțire ca un vârful de ac. Reușește să creeze stări de spirit într-un spațiu scurt. Cu o tușă luminează un text întreg. Tare frumos a ieșit! Nu vrea să epateze, să șocheze. Nu experimentează. Are o voce interioară ca o peniță chinezească. (**Stela Iorga**). Poeziile sunt scurte, dar frumoase. Metafore fine, delicate. Nu-au plăcut toate poeziile. (**Ionuț Vas**). Mi-au plăcut, au creat atmosferă. La al doilea aș avea rezerve. E un minimalism cald, simpatic, seducător. (**Adi Secară**). Mi se par poeme scrise de copilul din tine. Sunt foarte descriptive. Asocierile de cuvinte m-au făcut să prelungesc imaginile în mintea mea. Le văd simple, îmi plac. Mi-au transmis liniște, armonie. Ultimul poem e un pic filosofic. (**Sabina Penciu**). Sunt spre aforism. E un tribut. O năzuință formativă stihială. Poezii de dragoste drăguțe. Sunt momente foarte bune. Mai trebuie curățat textul. Sunt și momente când scapă. (**Leonard Matei**). Știm sensibilitatea și simplitatea ei. Nu caută o construcție complexă și greoaie. (**Octavian Miclescu**). ●

Astăzi, 10 mai, de la ora 18.00, la sediul „Vieții libere”, ne va citi **Leonard Matei**.  
● **Andrei Velea**

LA ÎNCEPUT A FOST PROSTIA OMENEASCĂ ● CONSEMĂRI

Când scriitorul  
dă șah cineastului

MIRCEA DANELIUC, „Cele mai tâmpite momente”, Polirom, Iași, 2018

Deși poate mai cunoscut ca regizor, într-o lume a scriitorilor, un scurt CV de pe site-ul editurii ne aduce la cunoștință întreaga sa operă literară, deloc de neglijat, așa zice la paritate cu opera cinematografică.



A absolvit Facultatea de Filologie a Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, secția de limbă franceză (1966), și Facultatea de Regie Film, IATC (1972).

Debutează regizoral în cinematografie cu lungmetrajul *Cursa* (1975; Premiul ACIN pentru debut), urmând ca, până în 1989, să ducă o luptă constantă cu aparatul de cenzură.

Din cele 17 filme regizate, aproape toate primesc premiul ACIN/UCIN sau străine (*Glissando*, 1984, selecționat pentru Festivalul de Film de la Veneția; *Jacob*, 1988, nominalizat la categoriile Cel mai bun film și Cel mai bun actor la prima ediție a premiilor Felix ale Academiei Europene de Film; *Senatorul melcilor*, 1995, selecția oficială a Festivalului de la Cannes din 1995; *Sistemul nervos*, 2005, Premiul Anno Uno al Festivalului I Mille Occhi ș.a.). A debutat literar în 1997, cu *Pisica ruptă* (Premiul ASPRO pentru cea mai bună carte a anului; ediția a II-a, 2013); au urmat *Marilene* (1999, 2005), *Șchiopul binemiositor* (1999); *Apa din cizme* (2000, 2006); *Doi pinguri* (2000); *Strigoii fără țară* (2001, 2014); *Carlo Carlini, iluzionism* (2003; Premiul Național de Dramaturgie); *Petru și Pavel* (2003, 2015); *Femei în ghips* (2005); *Ora lantii* (2007; Premiul pentru proză al revistei Ateneu); *Cele ce plutesc* (2009); *Două spălări pe cap* (2010); *Băiatul fără sprâncene* (2012); *Ca un grătar de mici. Un picior de plai, cu spițul* (2013); *Andreas, Andrada* (2016); *Dulcimeleaguri* (2016) și *Teatru* (2017).

Ce ne aduce cea mai nouă carte a domniei sale, în afara sentimentului că treaba (românească) s-a împuțit, scuzați expresia, rău de tot? Sau în afara acestei senzații? În primul rând, confirmarea că Mircea Daneliuc este și un mare scriitor. Apoi... Cartea, subintitulată „proză mai mult sau mai puțin scurtă”, va pune într-o oa-

să nu spunem Prostia omenească (deseri sinonimă Răutății), muză cu totul și cu totul specială, gata să răpească autorul, nu numai cu farmecele ei...

este să batem un aproso nepotrivit decât cu oarece măsură la dispariția năsuului unui personaj. Cert este că aici nu mai zboară nu



recare dilemă cititorul, care, după lectură, trebuie să declare că „proza mai lungă” lasă un miros mai pregnant (meditativ), poate, decât „proza mai mult scurtă”.

Desigur, ca și în „Andreas, Andrada”, scriitorul încearcă să adapteze „Patul conjugal” la... filosofia Ikea, concluzia fiind, ca mai întotdeauna, atât cât cunoaștem din operele sale, procustiană: Mircea Daneliuc va rămâne în istorie ca un bun călău a tot ceea ce a putut Românul să fie mai rău, raportându-ne la păcatele mai mult sau mai puțin capitale, nu întâmplător în filmografie căutându-se și o... „a 11-a poruncă”! Acel film fiind dovada clară a deschiderii către universalitate a renascentistului sceptic și sarcastic care este Mircea Daneliuc! Oarecum, din nefericire, către Universalitatea Răului... De găsit, regăsit și în Occident, nu numai în Orient, levantin sau nu...

Filosof existențialist al Lehamitei, Daneliuc este poate cel mai talentat... apostol al iadului caraghioșilor și pramatiilor, un cronicar al celor „mai tâmpite momente” din, iată, aproape obsedantului secol al românilor... „Momente” care pot fi numărate de la cartea de debut, „Pisica ruptă”, în mare o autobiografie cinematografică în care pervertitei specii umane comunistoide i se arată fața posedată...

În Țara Grădinii Absurdului Domnului, unde, într-un fel, s-a născut Absurdul ca filozofie (și literară), subiectele pot fi... infinite, ispita fiind mare să declari că „la început a fost Absurdul”, ca

Din această perspectivă, primul text, „Așteptând un agent principal”, capătă, poate, valențe noi, este echivalentul „clipirii” din ochi în cazul unui personaj politic real, când i se sugera că, dacă vrea ajutor, să clipească din ochi, pentru a nu-și da seama Jupânului! Scriitorul poate chiar strigă după ajutor, prin multe dintre operele sale, dar oare cine să-i răspundă, mistic vorbind?

Particularul surprins de către scriitor poate reflecta perfect... universalul (romănesc), Românescul și în expansiunea sa... mondială. În „Vrabia”, acțiunea, vorba vine, are loc în New York, unde un românăș încearcă să se adapteze: mai întâi la viața românilor unde stă în gazdă, apoi la stilul american... al unor vrăbii care aduc aminte de... psihiza construită de către Patrick Süskind în „Porumbelul”. Omul terorizat quasi-hitchcockian de către pășărelele din capul lui, mai mult decât de către cele reale, suferă în fel și chip, Süskind are soluția lui, Daneliuc o are (sau nu) pe a lui (a personajului, căruia i se sugerează, de către gazdele românești, că a stat prea mult pe capul lor, că este cazul să găsească alți prieteni!)

După „Vrabia”, deja suntem pregătiți pentru a accede, cu sau fără mască de gaze, la textul cel mai consistent, care, mai mult ca sigur, deși are dimensiunile (și „pregătirea”) unei nuvele ceva mai lungi, ar fi meritat „cartea” lui, în maniera „Porumbelului”, dar mai ales a „Parfumului” lui Süskind: „Cu ferestrele bine închise”, o capodoperă... quasi-gogoliană, dacă

știu ce pășăret, ci... „însuși Statul” (p.95), situația citindu-se cam așa: România se împute, situația de aici devine din ce în ce mai urât mirositoare, de la cap se împute, de la cap...itală, se sugerează că ar putea fi posibile cât de curând taxa și șpagă pe respirat (p.150)

Fals evoluționist și comparatist, este o replică peste timp „Gropii” lui Barbu, „gropile” de la Glina și Chiajna revendicându-și existența! Doru Pop, un moroșan rătăcit în București și Europa, personajul principal, are la un moment dat senzația că el devine purtător al Putoria Magna... Chiar dacă luptă prin orice mijloace pentru a rezolva situația neplăcută: devine un as al petițiilor, este gata să inventeze un alt hashtag, începe să fie hărțuit de autorități, dar tot nu se lasă, aderând, sic, la minimalism: „Pute în Bazilescu!!! Atât, și iscălitura. Nici nu trebuie altceva, l-au adus treptat la ideea că enunțul bun e concis, nuclear. Nimeni nu mai citește compunerii. (Nota Bookhub: atenție și la recenzor!) Pute în Bazilescu!...” (p.176)

Bref, o carte surprinzătoare, care vă va pune pe gânduri, pe nas, vă va adresa alte și alte întrebări, poate legate și de diferența dintre Codul Onoarei și Codul Duhorii... Viguros, necruțător, Mircea Daneliuc „vă/ne filmează” în continuare... Sufletele noastre, ca niște pășări din filmul celebru, se învârt în jurul nostru, vor să intre, dar dau din ce în ce mai des doar de termopanele noastre cele de toate zilele... ● **a.g.secară**



# DESCOPERĂ

DESCOPERIRE REVOLUȚIONARĂ ● ȘTIINȚĂ

## Scurta existență a supergigantelor albastre

VALENTIN CHIȚU

valentin.chitu@viata-libera.ro

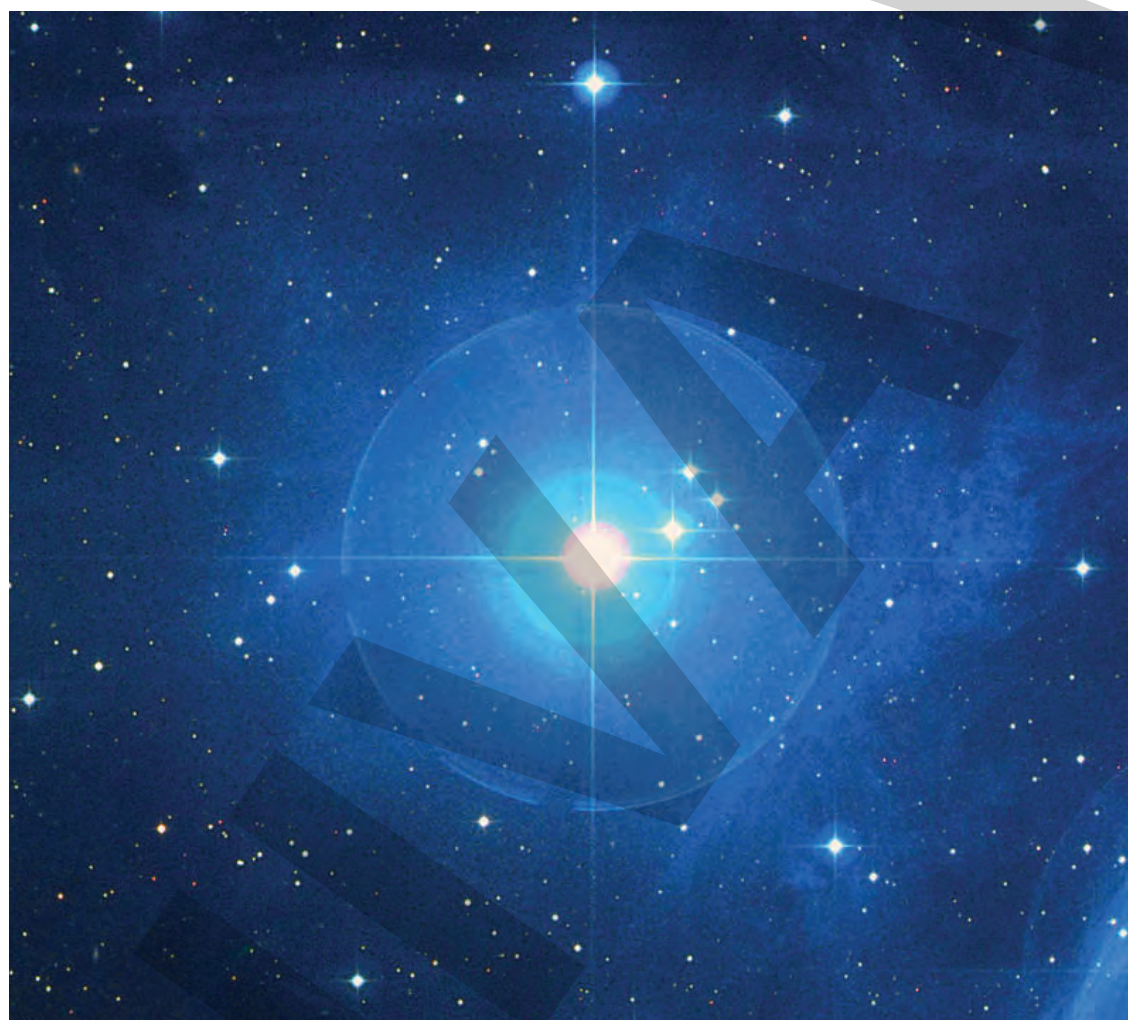
Oamenii de știință au reușit să explice, cu ajutorul telescoapelor spațiale, unul dintre misterele gigantelor albastre, stele masive cu o durată de viață foarte scurtă, relatează Press Association, citată de Agerpres.

Scurta existență a supergigantelor albastre, care explodează în supernove, a îngreunat studiul lor, însă experții au reușit recent să observe undele care străbat aceste stele.

### giganta albastră

- 1 Este o stea foarte caldă, foarte strălucitoare și foarte masivă
- 2 Sunt unele dintre cele mai strălucitoare stele vizibile pe cer. Exemplu: Beta Orionis (Rigel) și Alpha Cygni (Deneb)
- 3 Prin faptul că au masă ridicată, durata de viață a acestor stele este foarte scurtă, de la 10 până la 100 de milioane de ani
- 4 Temperatura lor este de 20.000 grade Kelvin sau mai mare

Tamara Rogers, astrofizician la Universitatea Newcastle, a coordonat o echipă de cercetători care au creat timp de cinci ani simulări ale acestor stele, pentru a afla ce se află în spatele aspectului suprafeței lor.



Prin modelarea interiorului stelelor, echipa a concluzionat că undele gravitaționale, precum cele observate în oceane, se „sparg” la suprafață. Totodată, specialiștii au relevat existența unui al doilea tip de unde, simi-

lare celor seismice terestre, generate din adâncurile stelei.

Pe baza informațiilor colectate de un telescop spațial al NASA, echipa internațională de oameni de știință condusă de universitatea KU Leuven din Belgia a descoperit că aproape toți acești giganti albaștri evazivi licăresc și au o strălucire pulsantă datorită prezenței undelor de la suprafața lor.

Așa cum se estimase anterior, undele își au originea în adâncul stelelor, iar această constatare furnizează informații noi, utile pentru studiul supergigantelor cu ajutorul asteroseismologiei, o știință similară cu analiza cutremurelor de pe Pământ.

Autorii, ale căror concluzii au fost publicate în jurnalul Nature Astronomy, au notat că în urma analizării acestor unde pot fi studiate proprietățile stelelor, date ce ar fi altfel imposibil de obținut prin folosirea altor tehnici astronomice.

„În tot universul, stelele au diferite forme, dimensiuni și culori. Unele sunt precum soarele nostru, trăiesc liniștite miliarde de ani. Însă, stelele masive duc vieți semnificativ mai reduse și mai active înainte de a exploda în ceea ce se numește o supernovă și își expulsează materialul în

spațiu”, a notat Tamara Rogers, coautoare a studiului.

„În concordanță cu previziunile noastre, aceste observații recente au confirmat existența a două tipuri de unde care ne oferă informații diferite despre stea. Pe de o parte, cele care se întrec la suprafață, similar valurilor care se sparg pe plajă, iar pe de alta unda care rezistă și este continuă, similară cu undele seismice de pe Pământ. De aici putem începe să înțelegem modul în care se mișcă și se rotește steaua, dar și fizica și chimia a ceea ce se întâmplă în adâncurile ei, inclusiv în miezul stelar. Deși estimasem anterior aceste tipuri de unde, până acum a fost doar atât, o simulare. A vedea și a dovedi acest lucru este un moment incredibil pentru noi”, a notat Tamara Rogers.

Unul dintre autorii principali ai cercetării, profesor-doctor Dominic Bowman de la Institutul de Astronomie KU Leuven, a declarat:

„Intrăm acum într-o epocă de aur a asteroseismologiei stelelor masive fierbinți mulțumită telescoapelor spațiale moderne.

Descoperirea acestor unde în supergigantele albastre ne permite studiul strămoșilor supernovelor dintr-o perspectivă nouă.” ●

### Hitchcockline - polițiste, mai altfel

#### CRIMA DE PE STRADA LAHOVARY (3)

Nu sunt alegeri în România fără morți și capete sparte! Cine e la putere câștigă mereu peste jumătate din sufragii și când iese în opoziție la cererea regelui nu ia nici zece la sută. Ion Burbea făcuse mult bine Galațiului, ca om și ca ziarist, și spera să obțină imposibilul: voturi pentru candidatura sa ca deputat cu adevărat independent. La adunare stătu însă ca pe ghimpi. Se gândea ce s-o fi întâmplat cu prietenul său, senatorul Fernic, care dispăruse pur și simplu după crimă.

Ziaristul Burbea încercase să îl iscodească și pe comisarul Epaminonda Alexandrescu, cu care conlucrase întotdeauna bine: nu uita să-i menționeze numele atunci când Poliția aresta câte-un borfaș, iar omul știa să fie recunoscător. Așa află că doamna Fernic fusese ucisă în bătaie și apoi ucigașul sau ucigașii au pus foc, încercând să șteargă urmele. Bine că n-a ars tot

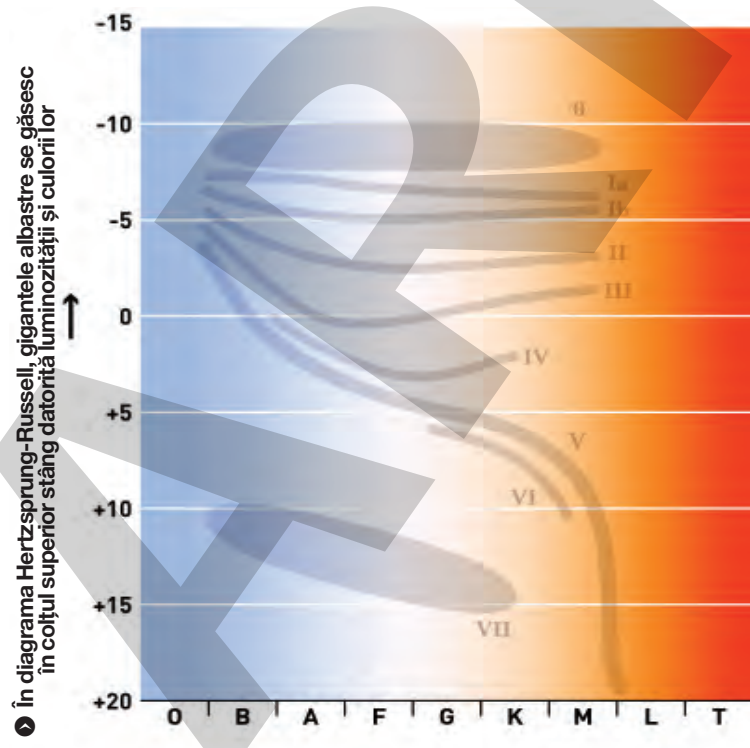


foto TwistedSifter

palatul! Polițistul vorbise și cu niște cunoscuți de la Siguranță, care se temeau că la mijloc fusese mâna lungă a bolșevicilor lui Lenin, care numai ce aruncaseră în aer Senatul României, o bombă cu ceasornic în contra președintelui acestuia, generalul Constantin Coandă, care a fost acum rănit, și împotriva senatorului Octavian Goga. Grupul bolșevicilor lui Goldstein ucigând atunci chiar pe ministrul Justiției, Dimitrie Greceanu - în aceeași funcțiune, uite, și la 1907, pe episcopul greco-catolic de Oradea Mare, pe senatorul Gheorghiu, răbind pe episcopii ortodocși Ciorogariu și pe Nifon Nicolescu, arhierul Dunării de Jos, cel care binecuvântase pe aliații ruși acum trei ani.

Putea fi însă și o răzbunare a unor foști miniștri, amenințați de senatorul Fernic cu judecata pentru acte de trădare economică, la Marele Război, se gândi ziaristul, care avusese curajul să publice, pe timpul Armistițiului, un lung șir de acuzații grave lansate de senatorul președinte al Camerei de Comerț și Industrie, patronul Șantierului Naval Fernic - acum, uitate însă...

Se gândea la crimă în timp ce le povestea alegătorilor cum deschisese ușa redacției, în plin război, părintele Alexe Mateevici, basarabeanul care scrisese „Limba noastră”. Venise să roage pentru o colecție de carte pentru copiii de peste Prut. Burbea încheie: „Parcă, în mintea noastră, în sufletul nostru românesc, imaginația împănată cu cele mai aprinse doruri și sfinte speranțe ne evocă imaginea a mii de micuți, care holbează ochii cu sfințenie, cu sentimente stranii, noi și scumpe, la slovele ce pun pe file albe, cea mai dulce, cea mai scumpă, cea mai duioasă limbă, limba noastră românească.” (va urma) ● **V. Cilincă**





# JOCURI

## sudoku

Înscrieți în căsuțele libere din cele nouă casele numere de la 1 la 9, fără a se repeta, astfel încât suma totală pentru fiecare casetă în parte să fie 45 și, de asemenea, suma pentru fiecare linie și coloană să fie tot 45.

	2	5	4	6					
		3		2					
4					7	2	8		
1	8		2	7		6			
		6	8		5	1			
		7							4
5	9	8	6	3					
				5		3			
			9	8	1				

## exerciții de încrucișare

❶ Vă invităm să potriviți în grila de față toate cuvintele de mai jos, astfel încât să rezulte o încrucișare corectă:

- ❶ AI, AL, AP, BA, DE, EX, SN;
- ❷ ADA, AȘA, AȘI, AȚE, IRA, MAC, RAS, SOȚ, STA;
- ❸ ELAN, ERES, EROS, LILA, RARĂ, UȘOR;
- ❹ AROMĂ, CAPĂT, DUDUI, MĂMOS, ORICE, TĂRĂM;
- ❺ NACELĂ, TĂRĂȚĂ;
- ❻ ARĂTURĂ;
- ❼ EXAMINAT;
- ❽ URĂ DE RASĂ;
- ❾ BARĂ LA BARĂ, CASĂ DE BANI, CURĂ DE MERE, SARE DE MASĂ.

1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

## rebus

### 12 la pătrat

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

- ❶ **ORIZONTAL:** 1) Aparat... de aer condiționat. 2) Fac trimiteri la distanță. 3) Raza cercului în mișcare (pl.) – Culpe pentru rebusiști! 4) Treaba celui plecat la mare – Ustensilă de vacanță! 5) Dare de seamă rămasă din istorie – Strâng în caz de fracturi (sing.). 6) Cant... la interior! – O gură de apă – Prins în buzunarul de la piept. 7) Joacă teatru în împrejurări bine definite. 8) Măsura puterii – Ține de neamul nostru. 9) Drumuri făcute în grabă – Lăsat la rece. 10) Spațiu de emisie – A face un lucru pe din două.
- ❷ **VERTICAL:** 1) Acțiune prin care se urmărește înlăturarea de la putere. 2) Priceput în domeniu – Luat în brațe! 3) Circuit închis pentru un curent anume – Poliția de altă dată. 4) Intermediarul unei partide amicale – Trai ... în stradă! 5) Puținul ... care dă din cap – Femei fără frică de Dumnezeu. 6) Ridicat în cap! – Lipsit de căldură. 7) Sportiv de culoare – Suciț din fire. 8) Clasament în lumea muzicală – Referitoare la "Apus de soare"! 9) În port la Orșova! – Indicată de la distanță – Un pic pe spate! 10) Cu grad ridicat de pericolozitate – Prinsă în cele din urmă!

## aritmograf

❶ Înlocuind numerele cu litere corespunzătoare, se va afla pe spațiul marcat prin raster, citind din colțul dreapta-sus, un domeniu al economiei denumit și pâinea industriei, iar pe orizontală noțiuni din fizică.

3	7	2	8	5	6	1
9	6	10	5	6	2	7
3	7	11	12	1	2	7
13	6	14	3	7	5	1
9	7	4	1	5	6	1
15	5	8	4	8	11	6
6	11	1	5	4	6	1
7	3	5	1	4	6	1
3	5	6	14	4	7	2
3	7	15	4	16	5	7
3	16	2	8	7	5	1
12	1	4	1	1	4	7
5	8	4	7	4	6	1

## scurte...

Gheorghe Gurău

### Nedumerirea alegătorului de rând

Un cetățean – nu spun că-i turmentat  
Ar fi dorit să meargă la votare  
A pus, timid, legitimă-întrebare  
Să-mi spuneți drept, da cine-i deputat?!...

Că io să știți pot ca să am răbdare  
M-am bărbierit și-aștept acu în sat  
Ca cetățean – nu spun că-s turmentat  
Aș fi dorit a merge la votare...

Io recunosc, cinstit, că mi s-a dat  
Tot dreptul (că așa-i moral se pare)  
E democratic să aleg pe-oricare  
De aia vin, și vin, și-întreb netulburat...

Ca cetățean, cu cine am votat?!...

pagini  
realizate de  
Gheorghe  
Gurău

## fuga vocalelor

❶ Completați vocalele lipsă pentru o dezlegare corectă!

	C		M		P		F		S		R		T	
M		T		S		L		M		C		P		M
	L		T		R		L			T			R	
C		R		C		T		R				R		T
	M		L		P		R		N		T		T	
C		T		T						T		T		R
	T				T		T		C					
M		R		N		R		M				R	C	
	T		P		R			S	P		T			L



# JOCURI

## sudoku

Înscrieți în căsuțele libere din cele nouă casete numere de la 1 la 9, fără a se repeta, astfel încât suma totală pentru fiecare casetă în parte să fie 45 și, de asemenea, suma pentru fiecare linie și coloană să fie tot 45.

5				6					
9	3	4							
8	4			2	9				6
					8	9			
		7	5	9	4	6			
		5	1						
4			7	5		1	6		
					1	3	9		
			9					2	

## Încrucșare

❶ Vă invităm să potriviți în grila de față toate cuvintele de mai jos, astfel încât să rezulte o încrucșare corectă:

- ❶ AI, AP, AU, CF, ER, GA, GU, NA, NE, UT;
- ❷ ANI, CAV, ENE, ILE, URĂ, UTA;
- ❸ AICI, ATĂT, CARE, GRIL, NETO, RANĂ, TILĂ, UTER;
- ❹ ECRAN, TARAT;
- ❺ ARĂTAT, FATALĂ, NUTELA, OȚĂRĂT, PITICĂ;
- ❻ APĂRATĂ, UMILIȚI;
- ❼ ELEVATOR;
- ❽ IMUNITATE, LIPITOARE;
- ❾ LUNA AUGUST, SENINĂTATE.


## reconstituire

Înscrieți în cele 24 de casete toate cuvintele de mai jos, pornind din locul indicat de săgeată și ținând cont de litera ajutoare. La o dezlegare corectă, pe cele trei coloane marcate prin raster se va putea citi un proverb din Anglia despre muncă.

	M				F					
										L
D			S							
										M
C						V				
		D	T							L
G										
						B	N			
		M	H							
								C		
		L							D	
								S		
	P		O							U

- ❶ BELELE, CARAFĂ, DENUMI, EDUCAT, FLECAR, GENTIL, HOTARE, IMATUR, INDICA, INTRUS, LATINĂ, MIROSI, NIMICI, OSTREȚ, PILOȘI, PLEAVĂ, PRISMĂ, SPANAC, STATUT, STILET, ȚĂRUȘI, UTILAJ, VISCOL, VIȘINE.

## rebus

### La drept vorbind


- ❶ **ORIZONTAL:** 1) Oameni de curte lucrând în legea lor. 2) Act de absolvire... cu multe greșeli - Aflat în curs... de urmărire! 3) A lucra după cum îl duce capul, bine zis - Adunare generală la nivelul puterii. 4) Bara din spate... într-o harababură! - Aflat acolo unde se dă de băut. 5) Date în clocot... la foc redus! - Plățiți de răsul lumii la scenă deschisă. 6) Fistic pe jumătate! - Cântec închinat celor mari - Centrul cercului... la periferie! 7) Face un drum lung... luat pe departe - Ieșită prima într-un concurs de frumusețe. 8) Pronunțat ca altădată (în alte rânduri fie zis) - Cuib de ibis! 9) Marchează o înnoire, arătată cu degetul fiind - Părăsite la graniță... în mod rezistent. 10) Aduce somnul la căpătâiul copiilor - Pește de mare aurit la branhi.
- ❷ **VERTICAL:** 1) Îți iau vorba din gură în mod curent. 2) Unul de la care ni se trage răsufarea - Mișcare în aer liber... cu mari bătaii în atmosferă. 3) O femeie aflată sub sarcină... cu reproducere în viitor - Mai mult decât o jumătate în câmpul muncii. 4) Albii țărănești în care nu se spală - Parul rupt din gard de un pletos! 5) Sărită la cap! - Pronunțat primul la o recepție în doi - O gură de apă... din băltoacă! 6) Cântăreț de ocazie pentru o inimă rănită. 7) Animalul prins într-o încrengătură! - Sfarmă bolovani pe un teren deștelenit (pl.). 8) Semințe de ricin! - Afăș... la cinematograful! 9) Schimb de serviciu... la sportul de masă (pl.) - A face o întindere... până dăm de fir! 10) Unul care nu se mai face bine cu toate intervențiile noastre.

## soluțiile

### jocurilor din ziarul de ieri

#### PLANURI... SECRETE

- ❶ **ORIZONTAL:** N, N, P, PEPENAR, TEMERE, P, PARAVAN, SERE, SROT, SA, APTI, E, AC, ATEU, OM, ATL, CRUZI, PREGATITOR, URA, IS, NA, ASE, AVIZAT, INCRETITE.

#### ȚAPI CU BERE

- ❶ **ORIZONTAL:** TAPINARI, SP, RD, BEREGATA, ANSE, AP, BIR, I, PROTAPI, A, EVA, BERETE, CI, LO, ALIPI, TAPISA, IROD, O, OBEREC, LI, RIMEL, TABEL, IMPRICINATI, ENEA, SCITIC.

#### SUDOKU

- ❶ 156297834    ❷ 583629741  
794683125    649137528  
328154796    172854963  
283475961    435791286  
461829357    891362457  
975361248    726485139  
649712583    264918375  
537948612    958273614  
812536479    317546892



## actor român

Mecanizat Fixare în spațiu	Defilare Urcare	Legendă Laterale la corp	Secret cu vorba Mărginite în teren	Întrebare Luat la nevoie	Nuanță Făcut să ardă	Măruntul leului Stea de cinema
Merg pe burtă Stabilit valoric					Mediu industrial Prima doamnă	
					Fondul problemei Curățenie	
			Veninos Oameni făcuți			Cunună la mănăstire! Direct pe față
... Uimire						Primii frați! Murdărie
			Sunt în etate Literă necunoscută		Armă de foc Întregul ca atare	Nu-i a bună
Ochi de lanț Rod în pădure	Apărut pe moment Miros de cizme!			Estet de frunte! Înscrise!		Atras pe față! Birou central!
		În fața icoanei		Buna stare		
Lucrări scrise			O femeie în vigoare			



# MEDICINA

ALCOOLUL  
TREBUIE EVITAT  
ÎNAINTE DE  
CULCARE



**ODIHNĂ.** Un pahar de vin, bere sau whisky, seara, pentru relaxare și somn mai bun este una dintre prejudecățile legate de odihna pe timpul nopții. Medicii atrag însă atenția că alcoolul poate că ne ajută să adormim, dar strică foarte tare calitatea odihnei pe parcursul nopții. În mod particular, întrerupe somnul REM (perioada cu mișcări rapide ale ochilor), etapă foarte importantă pentru memorie și învățare. Așa că da, poate că unii adorm mai ușor, dar unele beneficii ale somnului se pierd. Alcoolul este, de asemenea, un diuretic, astfel că un alt inconvenient ar putea fi acela că este nevoie să ne trezim peste noapte pentru a ne goli vezica. ● **R.B.**

CE FACI DACĂ  
SOMNUL NU VINE

**SFAT.** Ai petrecut atât de mult timp în pat încercând să adormi încât ai numărat toate oile din Noua Zeelandă - adică vreo 28 de milioane? Te întrebi ce-ai putea face în continuare? Răspunsul este să nu mai încerci. O să începi altfel să asociezi patul cu insomnia. Unei persoane sănătoase îi ia circa un sfert de oră pentru a adormi. Mai mult de atât însă... ai grijă să te ridici din pat, să schimbi ambianța și să faci ceva relaxant, care să nu solicite mintea. ● **R.B.**

SFORĂITUL  
NU ESTE  
ÎNTOTDEAUNA  
INOFENSIV



**CAUZE.** Uneori, sforăitul poate fi o simplă tulburare a somnului. Alteori, însă, poate fi semn de apnee, o tulburare caracterizată prin pauze lungi între respirații. Persoanele cu apnee de somn au riscuri mai mari de hipertensiune arterială, bătăi neregulate ale inimii, atac de cord sau atac vascular cerebral. Unul dintre semnele îngrijorătoare este sforăitul puternic. ● **R.B.**

CUMPĂTAREA, CHEIA MENȚINERII SĂNĂTĂȚII ● **STUDIU**

## Cât de sănătoase sunt băuturile cu proteine



REMUS BASALIC  
remus@viata-libera.ro

**Ca în orice altceva în viață, și în nutriție, regula de aur care ar trebui respectată este variația și moderația. În acest context, cât de sănătoase sunt băuturile proteice și batoanele de slăbit, atunci când vrei să scapi de colăceii de grăsime și să ai o musculatură de invidiat? Aceasta este întrebarea de la care au pornit specialiștii site-ului iflscience.com.**

Aminoacizii - cărămizile din care sunt construite proteinele - sunt esențiali pentru viață și în mod special importante atunci când vine vorba despre creșterea

în volum a musculaturii. În orice caz, un nou studiu realizat pe șoareci de laborator a pus în evidență anumite efecte negative ale supraconsumului de suplimente bogate în proteine. Cercetarea publicată în „Nature Metabolism” sugerează că un supraconsum de aminoacizi cu catenă ramificată - BCAA - o componentă comună în băuturile proteice și în alte suplimente pentru creșterea masei musculare, duce de fapt la o creștere în greutate nedorită, afectează dispoziția și chiar scurtează durata vieții.

Autorii cercetării argumentează că studiul lor pune în lumină importanța alternării surselor de proteine pentru a obține o varietate de aminoacizi esențiali. Cantități importante de BCAA se

**BĂUTURILE  
PROTEICE  
SUNT BOGATE  
ÎN AMINOACIZI  
DE TIPUL BCAA**

găsesc din abundență în carnea roșie și în produsele lactate, dar și în carnea de pui, pește și ouă. Vegetarienii pot obține niveluri bune de BCAA din fasole, linte, nuci și soia. Pe lângă vitamine și

minerale, aceste surse naturale de proteine conțin și o gamă largă de aminoacizi esențiali pentru viață și creșterea musculară. În timp ce dietele bogate în proteine și sărace în carbohidrați s-au arătat benefice pentru funcțiile reproductive, au avut totodată efecte negative asupra sănătății în cazul persoanelor de vârstă mijlocie, a declarat dr. Samantha Solon-Biet, de la Charles Perkins Centre, din cadrul Universității din Sydney, Australia.

„Ceea ce aduce nou această cercetare este faptul că echilibrul aminoacizilor este important în organism și este bine să variați sursele de proteine pentru a vă asigura această balanță”, a adăugat specialistul. ●

## Laptele și legumele conțin coenzima Q10

REMUS BASALIC  
remus@viata-libera.ro

Făcută celebră mai ales de reclamele de la TV, coenzima Q10 este un factor nutritiv care se găsește în toate celulele vie. Ea este esențială pentru că asigură energia necesară pentru realizarea eficientă a funcțiilor organismului. În lipsa coenzimei Q10, pur și simplu celulele noastre nu ar funcționa, potrivit "Noii biblii a vitaminelor", coordonată de farmacologul dr. Earl Mindell.

Substanța poate fi sintetizată în organism, dar poate fi obținută și din alimente. Această coenzimă este necesară celulelor pentru res-



pirație. Pe măsură ce înaintăm în vârstă, nivelul acestei coenzime scade, acest fapt putând fi asociat direct cu apariția a numeroase

afecțiuni. Obiceiurile alimentare necorespunzătoare, stresul și infecțiile pot, de asemenea, să afecteze capacitatea organismu-

lui de a sintetiza coenzima Q10. Împărtaşind multe dintre proprietățile antioxidante ale vitaminei E, această substanță crește nivelul energiei, ameliorează funcționarea inimii, ajută la vindecarea afecțiunilor gingivale și îmbunătățește sistemul imunitar.

Coenzima Q10 se găsește în carne, cereale, legume, ouă și produse lactate. Cantitatea în care apare în aceste produse alimentare se reduce semnificativ cu timpul de stocare, precum și cu metodele de preparare. Ca supliment, farmacologul recomandă o capsulă de 30 de miligrame, de maximum trei ori pe zi. ●



# TURISM

ARHIPELAG ● ATLANTIC

## Insulele Azore, perfecte pentru drumeții



VALENTIN CHIȚU  
valentin.chitu@viata-libera.ro

**Erupțiile vulcanice au făcut să răsară din apele Atlanticului cele nouă insule care formează arhipelagul Azore. Relieful fiecărei insule include unul sau mai multe conuri vulcanice, iar vegetația se dezvoltă o bună parte din an datorită anticlonului care poartă numele arhipelagului.**

Înainte de a explora insulele, turiștii pot afla cum a fost modelat arhipelagul Azore de forța telurică de-a lungul secolelor, la „Centro de Interpretaçao do Vulcao dos Capelinhos” de pe insula Faial. Pe insule există zeci de rute de urmat, în funcție de interese și forma fizică a turiștilor.

Insula Sao Miguel este cea mai mare din arhipelag și acolo aterizează avioane ce vin de pe continent. Nu sunt puțini cei care stau doar pe această insulă, împărțindu-și timpul între cochetul



centru istoric din Ponta Delgada, miradoarele de pe coasta abruptă, băile în ape termale sau în piscine naturale din lavă solidificată și plimbările pe jos, călare ori cu bicicleta prin păduri, cratere și lagune vulcanice sau prin locuri emblematice ca Sete Cidades, Lagoa do Fogo sau Lagoa das Furnas.

Fertila insulă Terceira este irezistibilă, cu un covor de plantații, hortensii și mici sate în care se poate cerceta curioasa arhitectură. Pe această insulă se află munții Serra do Cume și Serra de Santa Barbara, precum și Caldeira Guilherme Moniz, cu diametrul de 15 kilometri. Orașul Angra do Heroísmo, al cărui centru a fost inclus de UNESCO pe lista Patrimoniului Mondial, a fost un port în care se făcea escală în mod obligatoriu din secolul al XV-lea până la apariția navelor cu aburi, în secolul al XIX-lea. Impozantele sale fortificații, Sao Sebastiao și Sao Joao Baptista, ridicate acum aproximativ 400 de ani, sunt un exemplu unic de arhitectură militară, semnaleză UNESCO pe site-ul său.

Faial oferă posibilitatea de a porni din portul Horta în căutarea balenelor și a delfinilor, dar și de a cunoaște plaje cu nisip negru vulcanic, precum Porto Pim sau Praia do Almoxarife, și peisajele lunare ale vulcanului Capelinhos. Turiștii pot admira priveliștile dinspre cel mai înalt punct, Cabeço Gordo, precum și amurgul în Ponta dos Capelinhos. Din diverse locuri se zăresc insulele Sao Jorge și Graciosa și, mai ales, impunătorul munte vulcanic de pe insula Pico.

Inconfundabila insulă Pico se remarcă prin Montanha do Pico, cel mai înalt munte din Portuga-

lia. Turiștii au posibilitatea de a se lansa în drumeții și de a cunoaște podgorii, muzeul industriei baleniere sau vechea fabrică de procesare a uleiului, cărnii și oaselor cașaloșilor vânați în Azore până în anii '80. Astăzi se poate porni în căutarea cașaloșilor, dar cu o cameră de luat vederi, nu cu harpoane.

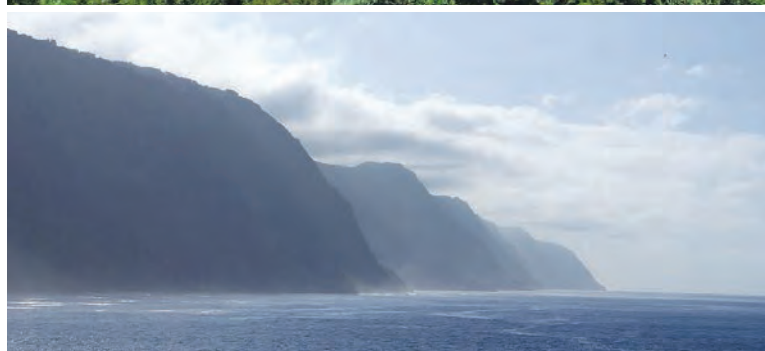
Peisajul viticol al insulei Pico, inclus de UNESCO pe lista Patrimoniului Mondial, este un „exemplu remarcabil” de adaptare a unor practici agricole la contextul dificil al unei regiuni izolate. Lungi ziduri din piatră ordonate în mod liniar, care se întind paralel cu coasta stâncoasă și care urcă spre centrul insulei, formează mii de mici parcele alăturate, rectangulare, care protejează culturile împotriva vântului și apei oceanului. Acest peisaj modelat de om, de o „frumusețe extraordinară”, este cea mai bună mărturie despre o practică mult mai răspândită odinioară, potrivit site-ului organizației.

Insula Flores, insula Corvo, cea mai mică din arhipelag, și insula Santa Maria, singura ale cărei plaje nu sunt vulcanice, sunt cele mai liniștite și îndepărtate insule.

Pe insula Graciosa se poate chiar coborî într-un vulcan, iar Sao Jorge este insula care, potrivit multor amatori de drumeții, are cele mai bune poteci din Azore.

Insulele pot fi vizitate chiar și în cel mai ploios sezon, din noiembrie până în martie, când temperaturile sunt destul de plăcute.

Arhipelagul are o rețea de zone protejate pe teritoriul insular și în zona oceanică din împrejurimi, cu o faună, floră, peisaje și ecosisteme valoroase. ● sursa agerpres.ro





# CINEMA



NOI MOTIVE DE NEMULȚUMIRE ● SERIAL



## Ultimul sezon din „Urzeala tronurilor”, dezamăgitor pentru fani

ULTIMUL EPISOD DIN „GAMES OF THRONES” VA FI DIFUZAT PE HBO ȘI HBO GO PE DATA DE 19 MAI, LA ORA 4,00. ATUNCI, FANII VOR AFLA CINE VA LUA LOC PE TRONUL DE FIER, DAR ȘI CE PERSONAJE VOR MAI RĂMÂNE ÎN VIAȚĂ DUPĂ ULTIMA BĂTĂLIE. DEȘI TEORIILE INUNDĂ REȚELELE DE SOCIALIZARE, REALIZATORII AU REUȘIT DE ACEASTĂ DATĂ SĂ AIBĂ GRIJĂ SĂ NU SCAPE PEA MULTE SPOILERE PE INTERNET

FLORIN RĂVDAN  
florin.ravdan@viata-libera.ro

Noaptea lungă, punctul culminant al serialului „Games of Thrones”, pe care s-a bătut monedă încă din primul episod, s-a consumat săptămâna trecută, când Arya Stark a reușit să pună capăt terorii impuse de Regele Noptii, cu un cuțit din oțel valyrian. Chiar dacă a fost un moment complet surprinzător, în condițiile în care fanii se așteptau ca Jon Snow să fie cel care are măcar o luptă față în față cu personajul negativ, au existat destule motive de nemulțumire.

Episodul trei a fost filmat destul de întunecat, astfel că cei mai mulți fani au fost nevoiți să depună un efort considerabil pentru a urmări scenele de luptă. În plus, dragonii, care până de curând erau anunțați ca cele ce mai importante arme în fața morții, s-au dovedit inutili, ba chiar vulnerabili. Până și personajele care

și-au pierdut viața în noaptea cea lungă s-au dovedit a fi insuficiente pentru fani. Toate adunate au dus la o nemulțumire generală privind modul în care este gândit ultimul sezon din „Games of Thrones”, iar fanii au primit noi motive de nemulțumire și în episodul al patrulea.

După un episod plin de luptă, a venit și rândul unuia mai puțin palpitant. Asta deși episodul patru al ultimului sezon a adus moartea a încă unui dragon, dar și a unuia dintre cele mai iubite personaje, Missandei din insula Naath. Fanii au fost însă nemulțumiți de alte aspecte.

Jon Snow le-a mărturisit surorilor sale că numele său adevărat este Aegon Targaryen și, deși le-a rugat pe acestea să țină secret identitatea sa, acest lucru nu s-a întâmplat. Tot Jon Snow și-a abandonat lupul străvechi, despre care a spus că nu își are locul în sud. Daenerys Targaryen pare să calce pe urmele tatălui, căpătând printre fani titlatura

de „Regina Nebună”, o trimitere la tatăl ei, regele nebun Aerys. Tyrion Lannister și Lordul Varys par să înceapă să conspire pentru detronarea reginei dragon încă dinainte ca aceasta să fie înscăunată, mai ales după aflarea veștii că Aegon Targaryen (Jon Snow) ar putea fi înscăunat legitim ca rege al celor șapte regate.

Însă cea mai mare nemulțumire este legată de moartea subită a lui Rhaegal. Astfel, Daenerys rămâne cu un singur dragon din cei trei, iar vulnerabilitatea acestora în fața săgeților imense îi supără pe fani. „Nu văd cum Drogon a supraviețuit sezonul trecut la o săgeată în cap, iar Rhaegal este răpus de una în piept! Nu are sens!”, explică unii fani pe rețelele de socializare.

Serialul „Urzeala tronurilor” mai are încă două episoade, iar despre episodul 5 se spune că ar fi cel mai bun al sezonului. La cum au fost episoadele de până acum, așteptările nu mai sunt însă deloc mari! ●

### eroare

## Un pahar de cafea, uitat pe masă într-o scenă din „Games of Thrones”

FLORIN RĂVDAN  
florin.ravdan@viata-libera.ro

Cel de-al patrulea episod al ultimului sezon „Urzeala tronurilor” a fost difuzat în România la prima oră a dimineții de luni, 6 mai, simultan cu difuzarea americană, urmând să fie reluat la ora 20 pe HBO. Episodul, care se poate urmări și pe HBO GO, a produs stupeoare telespectatorilor printr-o gafă ce putea fi ușor evitată în post-

producție, mai ales că pregătirea sezonului a durat doi ani. Este vorba de faptul că un pahar de cafea de la Starbucks a fost uitat pe masa la care stau Daenerys Targaryen (Emilia Clarke), Jon Snow (Kit Harington) și Tyrion Lannister (Peter Dinklage), după victoria raportată în episodul anterior contra Umblătorilor Albi. Comentariile ironice nu au întârziat să apară pe rețelele de socializare, fanii popularului serial întrebându-se cum s-a des-



curcat acel barista care i-a scris lui Daenerys numele pe paharul de carton, apoi întrebându-se retoric până unde a putut să ajungă publicitatea de tip „product placement” în anul 2019.

Gafa de producție a deconectat fanii de la dramaticile evenimente din serial, episodul 4 urmând Bătăliei de la Winterfell, în care armata lui The Night King aproa-

pe că a decimat trupele celor vii. Mai multe personaje îndrăgite și-au pierdut viața. Episodul 4 prezintă momentul deplângerii celor pierduți în luptă, dar surprinde și înaintarea trupelor regrupate ale lui Daenerys Targaryen și Jon Snow spre Debarcaderul Regelui, pentru o confruntare finală cu armatele lui Cersei, aflată pe Tronul de Fier. ● sursa cinemagia.ro





săptămâna  
10 - 16 mai 2019

05 sexologie  
O viață sexuală activă  
te ajută să trăiești  
mai mult

19 cinema  
Ultimul sezon din  
„Urzeala tronurilor”,  
dezamăgitor

Viata  
libera

weekend  
magazin

www.viata-libera.ro

supliment gratuit al cotidianului **Viata libera**

MONDENA



## DJ Wanda a fost cerută în căsătorie pe plaja din Malibu

S-a întâmplat pe malul Oceanului, la Malibu. S-a așezat în genunchi, a scos inelul, moment în care atât mie, cât și lui ne-au dat lacrimile. A fost cel mai frumos moment trăit vreodată.

DJ WANDA  
artistă

**DJ Wanda a fost cerută în căsătorie, săptămâna trecută, pe o plajă din Malibu de către iubitul ei, australianul Karl Katavich. Totul s-a întâmplat chiar pe 28 aprilie, ziua de naștere a vedetei, la mai puțin de un an de când cei doi formează un cuplu.**

Vacanța pe care DJ Wanda a petrecut-o în Los Angeles, cu prilejul zilei sale de naștere, s-a încheiat în cel mai frumos mod cu putință.

Vedeta a fost cerută în căsătorie de iubitul ei, Karl, pe plaja din Malibu. Cei doi vor împlini în curând un an de relație. DJ Wanda a primit un superb inel cu rubin, pe care australianul Karl, cu care locuiește în Londra, îl avea pregătit încă dinaintea vacanței din Statele Unite ale Americii.

Inelul de logodnă din platină, cu diamante și rubine prețioase, aparține casei de bijuterii Boodles, una dintre cele mai prestigioase din Marea Britanie. Cu

o istorie de peste 200 de ani, Boodles este casa de bijuterii ale cărei produse sunt purtate de celebrități de peste hotare. Victoria Beckham și Reese Witherspoon sunt doar două dintre vedetele care au primit inele de logodnă de la această casă de bijuterii cu o tradiție îndelungată.

Viitorul soț al vedetei din România a luat decizia de a face marele pas la începutul lunii martie, a căutat multă vreme inelul de logodnă și după ce l-a cumpărat l-a ținut ascuns vreme de trei săptămâni.

„Karl a pregătit acest moment de foarte mult timp. El a cumpărat inelul cu trei săptămâni înainte de plecarea noastră în Statele Unite.

Nu a vrut să aducă inelul acasă, ca nu cumva să-l gădesc... Știa că-mi plac rubinele și diamantele. Iubesc semnificația lor. Sunt un simbol al pasiunii, al protecției și prosperității”, declară DJ Wanda.

Cererea în căsătorie a emoționat-o profund pe Wanda, care nu a intuit deloc intenția iubitului ei.

„Am spus DA și sunt cea mai fericită. S-a întâmplat pe malul Oceanului, la Malibu, imediat după ce am luat masa într-un restaurant. S-a așezat în genunchi, a scos inelul, moment în care atât mie, cât și lui ne-au dat lacrimile. A fost cel mai frumos moment trăit vreodată”, adaugă DJ Wanda.

DJ Wanda și Karl s-au cunoscut vara trecută prin intermediul unui prieten comun. Karl este australian, însă s-a mutat la Londra în urmă cu 17 ani și a dezvoltat cu succes afaceri în domeniul construcțiilor.

Împreună locuiesc în capitala Marii Britanii, într-un cartier select, unde au case și vedete cunoscute, printre care Richard Gere, Gwen Stefani și Jamie Oliver.

● sursa: agentiadepresamondena.ro