

Nu este greu să respectăm câteva reguli de bază

VINE PERIOADA RĂCELILOR! Cum întărim imunitatea copiilor?

Sezonul rece bate la ușă, iar colectivitățile de copii sunt cele mai afectate, știut fiind faptul că cei mici au o imunitate nu foarte ridicată. De altfel, și studiile arată că 8 din 10 elevi răcesc la începutul anului școlar. Deși mediul în care copiii își desfășoară activitatea este unul curat, se întâmplă frecvent ca aceștia să se îmbolnăvească tocmai din lipsa cunoștințelor privind igiena sau lipsa unei alimentații echilibrate, bogată în vitamine, care să le întărească sistemul imunitar. De asemenea, în colectivitate va crește riscul de boli contagioase, pentru că majoritatea acestor afecțiuni sunt transmisibile.

Pentru a le întări imunitatea și a le crește puterea de concentrare, specialiștii recomandă ca, în această perioadă, copiii să elimine zahărul și băuturile carbogazoase din dieta lor zilnică și să consume cât mai multe alimente neprocesate, bogate în zinc, vitamina C și D3 și probiotice. De asemenea, activitățile fizice îi vor ajuta să se mențină în formă și departe de răceli, iar programul de odihnă și curele cu produse apicole le vor face viața mai ușoară în sezonul de tranziție.

ALIMENTE DE BAZĂ Specialiștii de la ApiLand - compania cu cea mai variată gamă de produse apicole din România - afirmă că lăptișorul de matcă pur și Tonicul apiculorului nu trebuie să lipsească din meniul zilnic



al copilului, în sezonul de tranziție, deoarece aceste "superalimente" au o compoziție complexă de minerale, aminoacizi și complexul de vitamine B, care nu doar întăresc sistemul imunitar, dar și măresc considerabil nivelul de energie și puterea de concentrare la ore.

BENEFICIILE LĂPTIȘORULUI DE MATCĂ PUR Lăptișorul de matcă pur reprezintă hrana exclusivă a mătcilor, dar și unul dintre cele mai eficiente tratamente naturiste pentru imunitate scăzută. "Datorită compoziției sale complexe (vitamine, aminoacizi, minerale, oligoelemente, lipide și acizi grași esențiali),

lăptișorul de matcă pur este considerat un "superaliment", care acționează preventiv, întărind sistemul imunitar al copiilor. Lăptișorul de matcă pur oferă organismului cele mai importante substanțe nutritive de care acesta are nevoie sau de care duce lipsă. Pentru rezultate optime, specialiștii ApiLand recomandă să facem două cure pe an (primăvara și toamna) a câte 6 săptămâni. Alimentul se administrează sublingual până la dizolvare totală, dimineața, cu 20-30 minute înainte de masă. Doza recomandată este de 0,5 g/zi pentru copii și 1 - 2 g/zi pentru adulți.

Ungaria ar putea fi exclusă din UE?

Ungaria a avut întotdeauna o poziție extrem de fermă în ce privește criza migranților. Este prima țară care a construit un gard imens de sârmă ghimpată pentru a-și apăra frontierele și consideră, în general, că fenomenul valurilor de refugiați este un atac direct la siguranța națională a țării și la bunăstarea cetățenilor. Ungaria a afirmat, de asemenea, în mai multe rânduri, că nu este de acord cu acele cote impuse de UE tuturor statelor membre și nici cu „politica brațelor deschise”, abordată în principal de Germania. Cancelarul german, Angela Merkel, este unul dintre primii politicieni europeni care iau atitudine împotriva deciziei Ungariei de a nu aplica hotărârea Curții Europene de Justiție (CEJ) care prevede că statele membre trebuie să preia refugiați, relatează agenția DPA. Ea a afirmat, într-un interviu publicat marți în „Berliner Zeitung”, că această decizie este „inacceptabilă”. Într-o hotărâre emisă săptămâna trecută, CEJ a respins o plângere a Ungariei și Slovaciei referitoare la cota de refugiați în vederea redistribuirii de migranți în mod echitabil pe teritoriul blocului comunitar, dar premierul ungar, Viktor Orban, a afirmat că guvernul său nu-și va schimba poziția. În interviu, d-na Merkel a spus că „este inacceptabil ca un guvern să spună că nu-l interesează o hotărâre a Curții Europene de Justiție”. Întrebată dacă aceasta ar putea duce la expulzarea Ungariei din Uniunea Europeană, Merkel a răspuns: „Aceasta înseamnă că este atinsă o problemă deosebit de importantă a Europei, deoarece, în opinia mea, Europa este o zonă a statului de drept. Vom discuta despre aceasta la Consiliul European în octombrie”. DPA precizează că sondajele de opinie arată că Angela Merkel are șanse de a obține un al patrulea mandat de cancelar la alegerile parlamentare prevăzute să aibă loc pe 24 septembrie în Germania.

Maxime de 33 de grade C, la Constanța! Vezi când!

Meteorologii anunță temperaturi maxime de până la 33 de grade C la Constanța, în următoarele 3 zile. Astfel, miercuri, 13 septembrie, temperaturile maxime vor fi cuprinse între 26 și 31 de grade C, iar minimele se vor situa în intervalul 15 și 19 grade C; cerul va fi parțial noros. Joi, 14 septembrie, vremea se anunță la fel de călduroasă; temperaturile maxime vor fi cuprinse între 23 și 29 grade C, în vreme ce minimele se vor situa în intervalul 15 și 20 de grade C. Vineri, 15 septembrie, maximele vor urca până la 33 de grade C, la Constanța, potrivit meteorologilor, iar minimele vor fi cuprinse între 17 și 21 de grade C; în această zi va fi mult soare. Vom reveni cu eventualele modificări.

Cum poate fi demis un primar? Vezi modelul moldovenesc!

Probabil v-ați gândit adesea la această problemă a demiterii primarului. Adicăte, dacă nu face bine ce face, rămânem pe cap cu el timp de patru ani și nu putem face nimic? Ei bine, vecinii noștri moldoveni și-au pus aceleași întrebări și au găsit și răspunsuri. Consilierii Partidului Socialiștilor (pro-rus) propun organizarea unui referendum privind demiterea primarului municipiului Chișinău, Dorin Chirtoacă, relatează Radio Chișinău. Șeful grupului de consilieri socialiști din cadrul Consiliului Municipal Chișinău, Ion Ceban, a făcut un anunț în acest sens pe contul său de Facebook. "Vom propune în Consiliului Municipal Chișinău stabilirea datei desfășurării referendumului, probabil 19 noiembrie. Sperăm să avem susținerea altor grupuri, poate chiar și a Partidului Liberal. Știu că sunt doritori. În primăvară am putea avea alegeri noi în Chișinău", a scris Ion Ceban în postarea sa pe Facebook.

Curtea de Apel a lăsat în vigoare hotărârea Judecătoriei Chișinău prin care a fost validat demersul unui grup de inițiativă privind organizarea referendumului. Socialiștii au colectat aproximativ 800.000 de semnături pentru organizarea referendumului de revocare a lui Dorin



Chirtoacă din funcția de primar general al Chișinăului.

Caz general, potrivit Codului Electoral

Potrivit Codului Electoral, revocarea primarului prin referendum poate fi inițiată în cazul în care acesta nu respectă interesele comunității locale, nu exercită în mod adecvat atribuțiile de ales local prevăzute de lege, încalcă normele morale și etice etc. Socialiștii îl acuză pe Dorin Chirtoacă de delapidări de fonduri și de administrare proastă a orașului. Decizia

privind revocarea primarului se consideră adoptată prin referendum local dacă pentru ea au votat un număr egal sau mai mare de alegători decât au votat în cazul alegerii primarului, dar nu mai puțin de jumătate din numărul alegătorilor care au participat la referendum.

Cazul special al primarului Chișinăului

În același timp, magistrații Judecătoriei Chișinău au prelungit luni seara cu 30 de zile arestul la domiciliu al primarului suspendat al capitalei, Dorin Chirtoacă. De asemenea, magistrații au respins cererea lui Dorin Chirtoacă de a părăsi teritoriul Republicii Moldova pentru a participa la Congresul Puterilor Locale. Magistrații au respins și cererea avocaților acestuia de a-l recuza pe procurorul care instrumentează cazul, Dumitru Robu, conform sursei citate. Procuratura a anunțat săptămâna trecută că Dorin Chirtoacă ar putea fi cercetat într-un nou dosar, în care este bănuit că ar fi prejudiciat bugetul municipiului Chișinău cu peste 66 de milioane de lei (moldovenești). Dorin Chirtoacă susține că ambele dosare sunt ilegale și nu se consideră vinovat.