

In zilele de vacanță

Zilele de vacanță au oferit elevilor din comuna Covâșniță plăcute manifestări cultural-educațive organizate cu grăjd att de conducerea școlii și de căminul cultural. Astfel, în serie de vari cîmînul cultural răsună de glasurile violete ale tinerilor. Unul dintre ei pregătește piesa "S-a făcut un mit". Alți, sub îndrumarea atență a instrucției, pregătesc noi dansuri populare. În sfîrșit, în altă încăperă un grup de tineri - soliști vocali - se întrec în învățarea cîntecelor din folclor nou.

Aproape în fiecare seară căminul cultural se transformă într-un sănătate de lucru în care frunză sănătății Ghîltă Baltă, Rozalia Herbel, Rodica Drîncu, Dorel Neamțu, Lena Rus, Corina Luca, Maria Tudor, Vio.ica Topîja și alții.

DINA PÂCURARU,
Invățătoare

Zile de tabără

Pînă la copaci înalți apar primele raze de soare. O dată cu acestea se aud sunetul trumpetel care vestea începerea unei noi zile de muncă și distracție. În curînd platoul se umplă de vocile pline de volesă, înțeleștilor a sutelor de pionieri și școlari care și petrec vacanță în frumoasa tabără Poneasca. După tradiționala ridicare a drapelului și darea raportelor, urmăzează felurile activității de către mai frumoase, mai atractive. Dintre activitățile cele mai atractive amintim excursiile la "Cascadă Coronini", precum și diferitele concursuri de orientare turistică sau de "Ced mal bun" rectorat, clădire, povestitor, etc. și campionatele de voie și fotbal.

Frumoasele activități din tabără vor trezi în mintea copiilor amintiri din cele mai frumoase. În curînd, cînd vor începe cursurile unul nou an școlar, cel care și-a petrecut vacanță în tabără vor avea ocazia să povestească colegilor despre aceste zile minunate.

VIORICA CURA, corresp.

Realizări ale comisiei de femei

Comisia de femei din cartierul Segă desfășoară o frumoasă activitate pe rîmă obiecte. Ea se ocupă cu menținerea curățeniei, mobilizarea locuitorilor la lăsrumusețarea orașului. În afară de aceasta, comisia de femei a colectat și 3108 kg de fier vechi, difuzând în același timp și numeroase cărti.

Mult s-a lucrat și la pregătirea conservelor pentru iarnă în cadrul spitalului TBC, unde s-au efectuat 1234 ore de muncă voluntară. S-au evidențiat tovarășele Valeria Chepeșeanu, Aurora Doja, Valeria Mislav și alte femei care desfășoară o frumoasă activitate pe rîmă obiecte.

M. TURAC, corresp.

DIN SALA TRIBUNALULUI**„A uitat să opereze în acete”...**

În septembrie 1961, în rîndul personalului de la Banca de credit din comună Vîngă a fost primită o nouă salariață, pe nume Doina Igoșan, din aceeași comună, element înăuntrul, avind pe atunci o recomandare frumoasă. Cu toate că în acea perioadă ea nu avea experiență necesară pentru munca de funcționară și cu astăzi mult pentru ea de cărășă, totuși conducea bancherii nău și era sălăjoră în acordătoare.

Doina Igoșan a înfășat însă toate garanții, a înfășat buna-crediință, și a îngrijit pe ea însăși. Nu la multă timp de la angajarea ei, favorizată și de o îndelungată lipsă de control, a apucat pe o cale greșită. O serie de debitorii ai cooperativelor, din diverse localități, obisnuiau să trimiță sumele datorate, prin mandat postal. Doina Igoșan, în calitatea ei de cărășă, nu avea altă obligație decât să incaseze banii și în același timp să opereze în acte modificările survenite în contul cetățenilor respectivi. Într-un timp relativ scurt, Doina Igoșan a încasat mulți bani sub această formă de la cetățenii din Orășova, Cricova, Fălticeni, etc. În total 11.328 lei. Într-oarece această sumă, depusă astăzi după cum arătam mai sus, prin mandate postale de zeci și zeci de cetățeni pe scena cooperativelor, nu a fost contabilizată. Doina Igoșan - conștient și falșor în acte publice - să îngrijescă în mod treptat întreaga sumă. A uitat, susține ea într-o formă foarte străvechi, atunci cînd a fost pusă în fața faptelei imprimante, să facă operațile necesare în acete(1)...

Nu a uitat însă tribunalul să opereze hotărîrile pentru faptele comise. Doina Igoșan a fost condamnată la 4 ani închisoare precondamnată, 3 ani interdicție corecțională și confiscarea totală a averii. Probabil că această perioadă îi va fi suficientă pentru a medita asupra faptele săvîrșite, ca pe viitor să nu mai recurgă la astfel de procedee.

Sticlele sparte.. se plâng

Nu din multă lîngă în bugetul din comună mai mult se aflau mulți cetă-

CURA DE STRUGURI

Rodul bogat al vîilor a început să pornească în valuri de boabe brumate, aurii și negre. Struguri nu se imbogățesc numai meselo cu un fruct atât de sănătos și gustos, ci să oferă un mijloc foarte apreciat pentru îngrijirea sănătății.

Datorită substanțelor zaharoase ușor digerabile, vitaminele, etc. și sărurilor de potasiu și fier ce intră în compoziția lor, struguri au o deosebită valoare nutritivă. Prin acțiunea diuretică ce o exercită asupra organismului, contribuie concomitent la eliminarea multor substanțe dăunătoare, ca acidul uric, urea, colesterol și a sărurilor în exces, cum sunt oxalații, fosfatii, uratii, prevenind, în felul acesta, depozitarea lor sub formă de nistri sau calculi în rinichi și vezicula biliară.

Prin bogăția lor în vitamine, struguri aduce o importantă contribuție la stimularea funcțiilor de creștere a copilării, este obligatorie, pentru îndepărtarea microbilor, virusurilor și căilor de parazită intestinală care pot ajunge pe coajă prin intermediul prafului, mușelor sau al manipulatorilor neînțeleși. Spălarea este indicată și pentru îndepărtarea de pe boabă a substanțelor anticropicane cu care se stropesc vîile.

Statul medicului

Să va evita folosirea boabelor ne-coapte, acre, doarace iriță mucoasa gastrică, precum și boabele zdrobite sau săturate, spre a evita fermentația în stomac și învecinarea.

Spălarea atenția a strugurilor în cîteva apo curate, de preferință la apa robinetelor, este obligatorie, pentru îndepărtarea microbilor, virusurilor și căilor de parazită intestinală care pot ajunge pe coajă prin intermediul prafului, mușelor sau al manipulatorilor neînțeleși. Spălarea este indicată și pentru îndepărtarea de pe boabă a substanțelor anticropicane cu care se stropesc vîile.

Cura de struguri se face de pre-

sănătate dimineață înainte de a fi mîncat ceva sau să două ori pe zi - dimineață și între masa de prînz și cea de seară. Se începe cu 300-400 grame de struguri pe zi, repartizați în una sau două porții. Zilnic se mărește cantitatea de struguri, astfel că după 7-8 zile cantitatea globală pentru o zi să ajungă la 1.500-2.000 de grame. Abuzurile în depășirea raiului zilnic pot duce la deranjamente gastrice, la obosalea rinichilor și fecaliului.

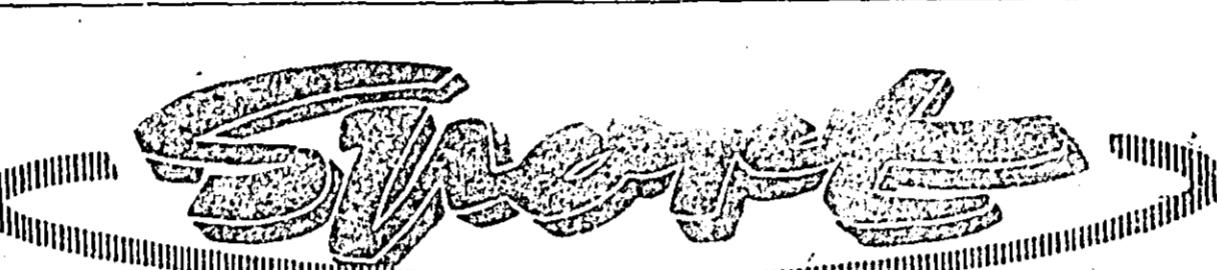
Dacă se suportă bine, cura de struguri se face timp de 20-30 de zile. În timpul curei, nu e nevoie să se înțâlnească nici un alt fel de regim alimentar, în afară celui obișnuit. Soașa se scindează doar proporțional cantitatea de lichide în raport cu strugurii consumați și se vor reduce dulciurile. Cel care au stomacuri mai sensibile vor adăuga puțină pîine la struguri. După lăsarea porției de struguri, nu se vor măcea alte alimente timp de 3-4 ore.

Suferința de gastrită hiperacidă, de boală ulcerosă, diabet, hipertensiune arterială sau de altă afecțiune contraindicate de mediu nu au voie să urmeze cura de struguri.

Inainte de începera curei de struguri este preferabil să se ceară și părerea medicului.

Dr. I. LEONESCU

Un strălucit succes al canotorilor români! 6 titluri de campioni ai lunii și primul loc în clasamentul național! □ Pugilișii români s-au comportat bine □ Lupta găsiștilor continuă



Cronica evenimentelor sportive

Așa cum era de așteptat, noua ediție a campionatului național de sport din întreaga țară conținează și larg remarcabile succese reprezentate de visăjii neștări la campionatele mondiale de caiacanoane desfășurate în tap de 3 zile pe apele lacului jugoslov Jajce. În întrecerea cu cei 445 de canotori din 25 de țări ale lumii, sportivilii naștri au reușit să se comportă strălucit超越ing 11 medalii: 6 de aur, 4 de argint și una de bronz. Cind crăincină stadioanele Republicii a anunțat duminica seara, la reunirea Internațională de box, că visăjii români s-au acoperit de glorie la „mondiale”, zece de mii de spectatori au aplaudat minute de aplauzuri și au sărbătorit victoria naștră. Martii seara au avut loc finalele în partida cu Steagul roșu Brașov și s-a marcat 5 puncte fără să primească vreunul. Desigur că la capătul acestelui victorie prea puțini mai creddeau că fotbalistii naștră nu se vor instala chiar de la începutul campionatului în fruntea clasamentului. Dar, dinamo-vîstii, care au urmat la joc, nutătorii ai tricolorilor de campioni, au răspuns întrecerii învingind cu 7:0 pe Farul Constanța, Ungureni și Fratii care au înscris 3 puncte și au urmărit la finalul lor liderii clasamentului golgeților. Ce au făcut echipele nou promovate? În ansamblu ele au jucat bine pe teren propriu. Dinamo Pitesti a învins cu 2:1 pe Știința Cluj, Sideturgul Galați a învins cu 3:1 pe CSMS Rîști, iar Crișul Oradea a făcut joc egal: 1:1 cu Rapid București, care nu a evoluat nici la jocul amical cu Steaua de acum cîteva zile.

Pe marginea întrecerilor Spartachiadei de vară

Partidul pentru sport a tineretu-

rii din orașele regiunii Banat este binecunoscută. Întrecerile marilor competiții sportive de masă cum sunt spartachiadele, „Cupa agriculturii”, atrag an de an zeci de mii de tineri de la orașe și sate. N-a rămas nici prejoi naștrăi să-și actualizeze așteptările.

La un moment dat această atmosferă a fost tulburată de cîțărul Ladislau Nagy. Acesta, întrînd în

local în stare de ebrietate, a căutat cu orice cîmp să provoace scandal.

A treucătoare se săptămînă, în cîteva zile, întrucătă într-o situație

deosebită, a căutat să-și vadă de treabă că și el bine.

Iadislau Nagy a nescosit însă astăzi obligația de a respecta liniste-

rii și a îngrijorat locuitorii din

comunitatea sănătoasă a orașului.

Într-o altă zi, într-o altă situație,

întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

incaseze banii și în același timp

de a se întreba ce să facă cu banii.

Întrucătă într-o altă situație, a căutat să-și

Să asigurăm o recoltă bogată de cereale în anul viitor

(Urmare din pag. I-a)

Pregătirea din timp a terenului său de acum în atenția organizatorilor de partid doar la gospodăriile de stat din Utyvici, Peclu, Orășești, precum și a coloro de la gospodăriile colective din Felnac, "Sciție", Seitin, Pincota și altă unde său arat într-o 500 ha teren după culturi recolte date.

Dură măsurile ce trebuie luate pentru întreaga perioadă a campaniei de toamnă începând cu recoltă culturalor de toamnă și rînd la terminarea însinării, a efectuării arăturilor adinții do toamnă pentru însinăriile de primăvară sunt complexe. De aceea, în această privință, planul de măsuri al Comitetului raional de partid prezintă la plenără trașă sarcini concrete organizatorilor de partid din unitățile agricole, în vederea ducerii la bun sfîrșit a campaniei agricole de toamnă. Astfel, organizatorii de partid vor trebui să la măsuri de îndrumare a activității conducerilor unităților pentru ca acestea să depună o muncă organizatorică cibuzită, să desfășoare în mod concret sarcinile de producție pe brigăzi, echipă și caieni. Măsură pregătită care se va face la semințelor, verificarea calității acestora, repararea și revizuirea utilajelor agricole în GAS și SMF, confecționarea de tavâlăgi,

