

Periodico Rumano

www.periodicoelrumano.es

facebook.com/PeriodicoRumano

Anul VIII / NR. 168 / 20 pagini / 5 mai 2016

en España

Cabinet de avocatură

AVOCAT CARMEN POP
OFERIM SERVICII JURIDICE LA NIVEL NAȚIONAL

Divorțuri și Dreptul familiei
Moșteniri și donații
Litigii de muncă
Cazuri penale
Drept administrativ
Teme imobiliare și închirieri
Contracte

Calle Alonso Cano, nr. 46, 2º B, Madrid
Tel: 672.643.035 / 915.353.746

ZIAR ROMÂNESC GRATUIT / EL PERIÓDICO DE LOS RUMANOS EN ESPAÑA

Concert extraordinar de Festivalul primăverii cu Sînziana Ștefan și Adriana Antoni



Duminică 22 mai 2016, orele 12-22, petrece românește la un deosebit concert de Festivalul primăverii cu Sînziana Ștefan și Adriana Antoni în Recinto Ferial, Av. Luna s/n, Torrejón de Ardoz (Madrid). Bucură-te de mâncărurile tale preferate în cadrul unui Târg de produse tradiționale românești. ➔ 9

„Mândrii Românași” te invită la Cursuri de Dansuri Populare Românești pentru copii și adulți ➔ 8



Mândrii Românași

EXTERNE ➔ 13

Germania vrea să reducă ajutoarele sociale pentru imigranții UE

ESPAÑOL ➔ 15

El distribuidor rumano eMag copará un 40% de las ventas en el año 2017



Foto: blog.emag.ro



107,7 FM
Radio România
radioromanul.es
Publicitate: 91 877 10 12



Call the world for less

Fără Taxe De Roaming
când folosești Lycamobile în cele 18 destinații

Austria	Austria	Belgia	Danemarca	Elveția	Franta
Germania	Hong Kong	Irlanda	Italia	Norvegia	Olanda
Polonia	Portugalia	România	Suedia	SUA	UK

Sună în  **România**
cu noile super tarife

0 Cent* /min

Mobil și Fix
Pentru activare trimite **PLAN AHORRO** la 2525
Taxa de conectare 0.299€

Se aplică termeni și condiții
Solicitați o cartelă SIM pe www.lycamobile.es
sau sunați la **632100321**



Call the world for less

INSTITUȚII ALE STATULUI ROMÂN ÎN SPANIA

Ambasada României în Regatul Spaniei

Adresa: Avenida de Alfonso XIII, nr. 157, 28016 Madrid

Tel.: +34 913501881 (5 linii)

Atașat pe probleme de muncă și sociale:

+34 913507356; Fax: +34 913452917

E-mail: secretariat@embajadaderumania.es

Web: http://madrid.mae.ro

Secția Consulară a Ambasadei României la Madrid

Adresa: Av. de la Albufera, nr. 319, 28031 Madrid

Tel.: +34 917344004 (5 linii)

Fax: +34 914165025

E-mail: contact@informatiiconsulare.ro

Informațiile consulare: secretariado@consuladoderumania.es;

Preluare cereri de pașaport: luni–joi, 9.00–15.00.

Eliberare pașapoarte: luni–joi, 14.30–16.30.

Pentru programări pașapoarte: secretariado@consuladoderumania.es (doar cu motive întemeiate)

Pentru obținerea unui titlu de călătorie nu este nevoie de o programare prealabilă.

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 649656032

Program de lucru cu publicul: luni–joi, 9.00–17.00; vineri 9.00–16.00

Jurisdicție: Comunitatea Autonomă Madrid, Castilia și León (Avila, Burgos, Leon, Palencia, Salamanca, Segovia, Soria, Valladolid, Zamora), Insulele Canare (Las Palmas, Santa Cruz de Tenerife).

Institutul Cultural Român–Madrid

Adresa: Plaza de la Lealtad, nr. 3, entreplanta derecha, 28014 Madrid

Tel.: +34 917589566

Fax: +34 915590135

E-mail: icrmadrid@icr.ro

Web: www.icr.ro/madrid/

Program: luni–vineri, 9.00–17.00

Consulatul General al României la Barcelona

Adresa: C/ San Juan de la Salle, nr. 35 bis, 08022 Barcelona (Intrare pentru public: Alcoy 22)

Tel.: +34 934 181 535; +34 934 340 220; +34 934 344 223

Fax: +34 934 341 109

Web: http://barcelona.mae.ro

E-mail: consuladogeneralenbarcelo@telefonica.net

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 661 547 853

Jurisdicție: Catalonia (Barcelona, Girona, Lerida, Tarragona), Insulele Baleare.

Program de lucru cu publicul: luni–vineri, 09.00–17.00 (09.00–14.00 depunere cereri; 15.30–16.30 eliberare documente).

Consulatul General al României la Sevilla

Adresa: Avenida Manuel Siurot, nr. 30, 41013 Sevilla

Tel.: +34 954 233 243; +34 954 624 070; +34 954 230 947; +34 954 624 053

Fax: +34 954627108

E-mail: secretariat@cgrosevilla.e.telefonica.net

Web: http://sevilla.mae.ro

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 648212169

Jurisdicție: Andaluzia (Huelva, Cádiz, Málaga, Sevilla, Córdoba, Jaén, Granada), Regiunea Murcia, Ceuta, Melilla.

Program de lucru cu publicul: luni–vineri (09.00–14.00 depunere cereri, 15.30–16.30 eliberare documente).

Consulatul General al României la Bilbao

Adresa: Plaza Circular, nr. 4, 48001 Bilbao

Tel.: +34 944245177

Fax: +34 944245405

E-mail: cgrumaniabilbao@telefonica.net

Web: http://bilbao.mae.ro

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 608956278

Jurisdicție: Țara Bascilor (Alava, Guipuzcoa, Viscaya), Navarra, La Rioja, Principatul Asturia, Cantabria, Galicia (La Coruña, Lugo, Orense, Pontevedra).

Program de lucru cu publicul: luni–joi (09.30–14.30 depunere cereri, 16.00–17.00 eliberarea documentelor); vineri (09.30–11.30 preluare cereri și eliberare documente pentru minorii aflați sub tutela autorităților spaniole, 11.30–13.00 depunerea jurământului de credință pentru obținerea cetățeniei române, 14.00–15.30 oficiere căsătorii, probleme cetățenie, audiențe etc.- cu programare, 15.30–16.30 vize - cu programare).

Consulatul României la Zaragoza

Adresa: C/ Camino de Las Torres, nr. 24, 50008 Zaragoza (Intrare pentru public: prin spatele clădirii, fostul sediu al INEM)

Tel: +34 976481429

Fax: +34 976481779

E-mail: consulat@zaragoza.ro

Web: http://zaragoza.mae.ro

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 663814474

Jurisdicție: Comunitatea Autonomă Aragon–provinciile Zaragoza, Huesca și Teruel.

Program de lucru cu publicul: luni–vineri (9.00–14.00 depunere cereri, 16.30–17.00 eliberare documente).

Consulatul României la Castellón de la Plana

Adresa: Avenida de Valencia, nr. 144, 12006 Castellón de la Plana (esq. con Rambla de la Viuda)

Tel.: +34 964216172; +34 964206764;

+34 964216171; +34 964203331; +34 964203234

Fax.: +34 964257053

E-mail: secretariat@consulatcastellon.e.telefonica.net

E-mail (informații servicii consulare): info@consulatcastellon.e.telefonica.net

Web: http://castellon.mae.ro

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 677842467

Jurisdicție: Comunitatea Valenciană–provinciile Valencia, Castellón și Alicante.

Program de lucru cu publicul: luni–joi (09.00–13.30 depunere cereri, 15.00–16.30 eliberare documente); vineri (09.00–11.30 preluare documente, 12.00–13.00 eliberare documente, 14.00–15.30 oficiere căsătorii, probleme cetățenie, audiențe etc.–cu programare, 15.30–16.30 vize - cu programare).

Consulatul României la Ciudad Real

Adresa: C/ Mata, nr. 37, 13004 Ciudad Real

Tel.: +34 926226825

Fax: +34 926231170

E-mail: ciudadreal@mae.ro

Web: http://ciudadreal.mae.ro

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 609513790

Jurisdicție: Castilla-La Mancha (Toledo, Ciudad Real, Albacete, Cuenca, Guadalajara), Extremadura (Caceres, Badajoz).

Program de lucru cu publicul: luni–vineri (09.00–14.00 depunere cereri, 16.00–17.00 eliberare documente); vineri, 14.00–17.00, pot fi programate audiențe, oficiali căsătorii, depuneri jurământ, vizite penitenciare etc.

Viceconsulatul României la Almeria

Adresă: Carretera Huércal de Almería, nr. 46, 04009 Almería

Tel.: +34 950 625963; +34 950 624769

Fax: +34 950 145217

E-mail: almeria@mae.ro; contact@informatiiconsulare.ro

Web: http://almeria.mae.ro

Telefon de urgență: cazuri de deces sau accidente rutiere +34 682 733 408

Jurisdicție: Almeria

Program de lucru cu publicul: luni–joi (09.00–14.00 depunere cereri, 16.30–17.00 eliberare documente).

Rumano

EL RUMANO EN ESPAÑA
publicație bilunară gratuită

www.elrumano.net
marketing@elrumano.net

GRAFICĂ & MACHETARE:

DAN TÖLGYI

PUBLICITATE & MARKETING:

Tel: 691 324 599
Tel: 91 877 10 12
marketing@elrumano.net

DISTRIBUȚIE:

Tel: 691 324 599

Produs și editat de
TEIAMEA SL
Deposito Legal M-1154-2015

Aproape 400 de angajați MAI se află în misiuni internaționale în țări din Europa, Africa și Asia

Aproape 400 de angajați ai Ministerului Afacerilor Interne sunt, în prezent, în misiuni internaționale sub egida UE, ONU, NATO și OSCE în țări de pe trei continente—Europa, Africa și Asia, printre care Grecia, Ucraina, Cipru, Georgia, Liberia, Haiti, Mali și Afganistan.

„MAI continuă să sprijine procesul de instruire a forțelor de ordine din diferite state situate în regiuni aflate în conflict, 117 polițiști și jandarmi participând în prezent la 14 misiuni internaționale de restabilire a unui climat de securitate, respectiv de creștere a capacității instituționale a structurilor de ordine și apărare din statele respective”, informează AGERPRES. În primul trimestru al anului, MAI a avut



Foto: ziuanews.ro

o contribuție semnificativă la misiunile FRONTEX și BESA pentru întărirea controalelor la frontierele externe ale UE și sprijinirea unor state care se confruntă cu o presiune migratorie semnificativă.

În prezent, 152 de polițiști de frontieră și 14 lucrători ai Inspectoratului General pentru

Imigrări participă la misiunile FRONTEX și BESA.

Sursa citată menționează că o prioritate a acestui an a fost coordonarea cu partenerii din statele vecine, dar și cu celelalte state membre UE, prin realizarea unui mecanism de consultare care să permită prevenirea și descurajarea apariției

de noi rute de migrație ilegală în regiune.

În acest sens, ministrul Afacerilor Interne, Petre Tobă, a avut întâlniri cu omologii din regiune — Ungaria, Serbia, Polonia, Moldova, Georgia și Bulgaria—, discuțiile fiind axate pe teme prioritare aflate pe agenda europeană,

respectiv migrația, combaterea terorismului și cooperarea polițienească.

La rândul lor, cei 31 de atașați de afaceri interne și cei 58 de ofițeri operativi, aflați în misiune, au acționat pentru întărirea cooperării cu structurile polițienești din statele în care își desfășoară activitatea.

„Prin demersurile întreprinse de MAI, în plan operativ și instituțional, România și-a consolidat poziția de membru UE și NATO, dovedind că este un stat sigur și furnizor de securitate în regiune, care are mijloacele și capacitatea de a răspunde provocărilor actualului context internațional și de a asigura protecția frontierei externe a Uniunii Europene”, se arată într-un comunicat al Ministerului de Interne.

Prioritatea noului ministru al Fondurilor Europene: lansarea apelurilor pentru 2014-2020

Închiderea în condiții optime a programelor operaționale 2007-2013 și lansarea în cel mai scurt timp a apelurilor pe noua perioadă de programare 2014-2020 sunt prioritățile noului ministru al Fondurilor Europene, Cristian Ghinea, care a anunțat că va propune și introducerea costurilor simplificate, informează Mediafax.

Prioritățile pe care le va urmări ministrul se axează pe două direcții principale: rezolvarea problemelor urgente, esențială pe termen scurt, și eficientizarea unor proceduri, cu impact pe termen mediu și lung, informează ministrul Fondurilor Europene prin intermediul unui comunicat.

Eficientizarea unor proceduri în abordarea și gestionarea fondurilor europene, vizată de ministrul Fondurilor Europene, va include mai mulți pași, primul fiind introducerea costurilor simplificate.

„Voi aplica principiul debirocratizării și simplificării procedurilor și în domeniul fondurilor europene, principiu pe care l-am abordat prin



Foto: stirilemele.biz

inițiativele demarate la Căminaria Prim-Ministrului. Vom introduce costuri simplificate pentru un număr cât mai mare de cheltuieli, astfel încât statul să nu mai consume resurse pentru a controla hârtii, ci să se concentreze pe urmărirea impactului proiectelor. Fondurile europene sunt o șansă de modernizare pentru România și acest minister trebuie să se concentreze pe modernizare, pe ce lăsăm în urmă, nu

pe verificatul de hârtii. Propunem un parteneriat societății și beneficiarilor: să dezvoltăm împreună România. Sunt conștient de întârzierile acumulate, promit oamenilor predictibilitate: vom discuta împreună un calendar realist al lansărilor de ghiduri și ne vom ține de acel calendar”, a declarat ministrul Cristian Ghinea, potrivit sursei citate.

Totodată, el a anunțat că în perioada imediat următoare va

pune bazele unui mecanism de transparență și monitorizare prin care societatea civilă și mediul academic să urmărească fiecare proiect de dimensiune mare implementat de instituțiile publice.

„Am avut o experiență nu neapărat nefericită, dar o experiență care ne-a arătat în perioada 2007-2013, că anumite lucruri trebuie rezolvate foarte repede, altele trebuie gândite mult mai profund decât se vede la prima vedere. Eu cred că toată lumea a învățat ceva din acea etapă bugetară și toți cei care știu despre ce e vorba se așteaptă să ne apucăm un pic mai repede de implementat proiectele pentru perioada bugetară în care ne aflăm acum. O parte din munca care trebuia făcută s-a făcut, însă lucrurile, după părerea mea, nu s-au mișcat suficient de repede. Este mai mult decât evident că aceeași părere a avut-o și prim-ministrul, care a dorit să aibă o echipă cu un suflu nou prin propunerea dumneavoastră”, i-a transmis Klaus Iohannis, ministrului Cristian Ghinea.

Marea Britanie anunță că va pune vize pentru români



Foto: atitudineseverin.ro

Marea Britanie e într-o totală instabilitate. Nimic nu se știe, până când populația nu va vota ieșirea sau rămânerea în Uniunea Europeană. Până atunci, un șef al unui important partid ne avertizează: românii vor avea nevoie de viză dacă mai vor să meargă în Regat, informează Mediafax.

Keith Vaz, parlamentar laburist, a declarat: „Dacă votăm să ieșim, acest lucru va afecta foarte mulți oameni. Românii care vor să vină în Regatul Unit ar putea avea nevoie de vize pentru a reveni în UK și toată cooperarea pe care o avem pe tema migrației ilegale, contra terorismului, a luptei împotriva crimei organizate nu se va aplica pentru că depinde de apartenența noastră la UE. Va trebui să ieșim din Europol pentru că este o organizație a UE și vom fi ca Turcia, sau Maroc, sau oricare din aceste țări care sunt în afara sistemului european.

Cred că este important să rămânem, cred că libertatea de mișcare a fost foarte bună pentru noi. Cei care au venit din România în Marea Britanie au făcut asta pentru a munci, pentru a contribui la economia britanică, mulți trimit remitențe înapoi în orașele de acasă, în Bacău, Piatra Neamț sau București, Constanța și este un lucru foarte, foarte bun. Dacă mergeți în Aeroportul Heathrow sau Luton veți vedea mulți oameni călătorind între țările noastre și este foarte, foarte bine pentru Europa și foarte bine pentru economia României”, a spus laburistul conform sursei citate.

**Lider
Romproduct
Activ**



Marcă proprie



**Depozit de
produse românești
Lider din 1998**



Marcă proprie

Torrejón de Ardoz Calle Alcorcón, nr. 15
Tel: 91 290 85 70 / 91 290 85 69 / 692 625 033
www.lideromproduct.es

TRANSPORT PACHETE PE RUTA ROMÂNIA-SPANIA SI RETUR

Logistica
TRANS ROM. S.L.

ALCALÁ DE HENARES, C/ JUAN DE ZUÑIGA - LOCAL NR 1 Y 2
NELUTU MOISE

www.logisticanelutumoise.eu



- Am 20 KG, vine firma după mine?
-DA!

PACHETELE DIN ZONA MADRID CARE DEPĂȘESC 20 KG POT FI RIDICATE DE LA DOMICILIUL CLIENTULUI, AVIZÂNDU-NE TELEFONIC:

639 061 711
669 906 200

Negociem la preturi avantajoase!!!

Spania - România

De la 1KG la 20KG - 2€KG

De la 20KG la 150KG - 1,5€KG

De la 150KG la 300KG - 1,3€KG

De la 300KG la 500KG - 1,2€KG

Peste 500KG - 1€KG

România - Spania - 1,5€/kg

Plicuri - 3€/buc (SP-RO / RO-SP)

Vrei să te întorci acasă?

Livrăm direct la domiciliu (mobilă, electrodomestice și lucrurile personale) în orice punct din România!

INFORMAȚII SPANIA:

639 061 711, 669 906 200

INFORMAȚII ROMÂNIA: 0744 191 540, 0745 544 356, 0756 064 620

LIVRAREA PACHETELOR ÎN 3-4 ZILE!

Firma cu sistemul de distribuire cu cea mai mare rază de acoperire în Spania și România!

Spitalul Universitar din Torrejón tratează peste 300 de aritmii comune în fiecare an

Spitalul Universitar din Torrejón, centrul rețelei publice de spitale al Departamentului Sănătății din Comunitatea Madrid, la cea de-a doua reuniune a Secției de Electrofiziologie și Aritmii și a Secției de Stimulare Cardiacă a Societății Spaniole de Cardiologie, a prezentat cazul unui pacient care suferea de aritmie severă dăunătoare asupra calității vieții, împiedicându-l să facă activitate fizică. În cadrul întâlnirii, medicii Luis Borrego, Mercedes Vega, Juan Ruiz, Rodrigo Teijeiro, Marco Blázquez, Eduardo Alegría și asistenta medicală de cardiologie Berta Villamia au prezentat o lucrare despre terapiile inadecvate ale dispozitivelor defibrilatoare implantabile pentru care aceștia au primit premiul doi pentru cea mai bună comunicare.

Departamentul de Cardiologie al spitalului din Comunitatea Madrid beneficiază, încă de la deschiderea sa din 2011, de cea mai avansată tehnologie pentru tratamentul aritmiilor cardiace. În fiecare an, Spitalul Universitar din Torrejón tratează peste 300 de aritmii prin tratamente efectuate de Dr. Mercedes Vega și Dr. Alejandro Vega.

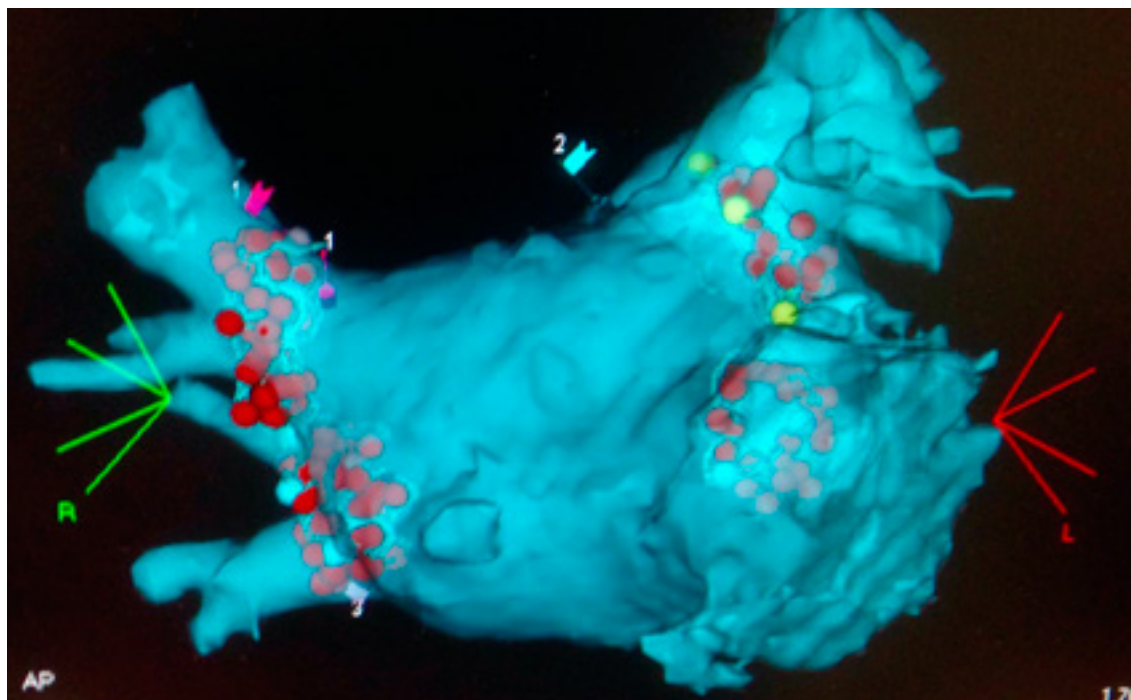


Foto: Spitalul Universitar din Torrejón

Mercedes Vega, doctor al Departamentului de Cardiologie al Spitalului Universitar din Torrejón, a precizat că „personalul Spitalului Universitar din Torrejón se angajează să îmbunătățească viața pacienților săi. Secția de Aritmie are rezultate excelente și internări cu o durată de doar 24 de ore. În cadrul Departamentului de Cardiologie lucrăm continuu

pentru a avea cele mai recente descoperiri și în acest mod să putem oferi pacienților noștri cele mai bune tratamente disponibile”.

De asemenea, pe lângă Secția de Aritmie, Departamentul de Cardiologie are o Secție de Hemodinamică. Pe de altă parte, pune la dispoziția pacienților Secția de Reabilitare Cardiacă și Secția de Medicină Sportivă.

Cum se cere o programare la Spitalul din Torrejón?

În Comunitatea de Madrid, oricine are dreptul să aleagă liber spitalul în care dorește să fie îngrijit. Pentru a alege Spitalul Universitar din Torrejón, aveți nevoie doar de cardul public de sănătate. Aveți două variante: dacă medicul dumneavoastră de familie v-a spus că trebuie să vă prezentați la un specialist la spital, vă va înmâna un document numit „Parte de Interconsultas” (bilet de trimitere) și o dovadă a solicitării de programare, care cuprinde un număr de identificare a cererii. Medicul va transmite această cerere la Centro de Gestión de Citas (Centrul de Programări), de unde veți fi contactat prin telefon în câteva zile, pentru a primi programarea. În acest moment puteți cere să fiți primit la Spitalul Universitar din Torrejón și operatorul vă oferă programarea cu specialistul de care aveți nevoie. Dacă deja sunteți îngrijit la un alt spital și doriți să vă prezentați la Spitalul Universitar din Torrejón, luați legătura cu Secția de Primire (Unidad de Admisión) a spitalului respectiv și explicați că doriți o programare la Spitalul din Torrejón. Angajații de la secția respectivă vor gestiona solicitarea și vă vor înmâna biletul de trimitere (Parte de Interconsulta). Mai multe informații pe internet www.hospitaldetorrejon.es/eligenos

Sucul de urzică și beneficiile sale. Detoxifică organismul și combate anemia

Urzicile pot fi folosite atât în scop terapeutic, cât și ca fel de mâncare. Fragedă și verde, planta este un adevărat depozit de vitamine și minerale care ne ajută și ne întărește imunitatea corpului, conform Adevărului.

Crește oriunde, poate fi culeasă din februarie până în noiembrie, e drept, folosind mănuși, poate fi uscată și depozitată peste iarnă în cămară sau tocată și pusă la congelator pentru folosire proaspătă tot timpul anului.

Sucul de urzică-beneficii. Plin de vitamine

Urzicile sunt pline de vitamine printre care A, C, K, B2, dar și minerale, fier, magneziu, calciu, siliciu și pot fi folosite atât în scop terapeutic, cât și la prepararea unor feluri de mâncare.

Bunicile noastre obișnuiesc să spună că urzicile schimbă sângele, iar după o iarnă în care predominante au fost mâncărurile grase, o cură de urzici urmată primăvara, dar nu numai, poate face minuni.

Infuzia de urzici poate fi preparată dintr-o lingură de



Foto: adevărul.ro

frunze proaspete spălate, tocate și amestecate cu o cană de apă clocotită. Se lasă la infuzat timp de un sfert de ceas, după care se bea. Cantitatea indicată este de 2-3 căni pe zi, timp de o lună.

Sucul de urzici poate fi preparat din frunze date prin mașina de tocat și consumate ca atare câte două linguri pe zi sau, pentru cei care nu agreează

gustul, combinate cu suc de legume sau ceai de mentă. De regulă, amestecul se bea înainte de masă cam cu un sfert de oră.

Ce afecțiuni se tratează cu urzică?

Sucul de urzici întărește imunitatea și combate anemia, acestea fiind, de altfel, cele mai

vechi și mai cunoscute beneficii ale plantei. Totodată, urzica scade glicemia fiind un antidot natural împotriva diabetului. Fitoterapeuții recomandă consumul a două linguri pe zi de suc proaspăt de urzică, timp de trei luni.

Infuzia de urzică este indicată și în combaterea tensiunii arteriale și a tahicardiilor. Se recomandă o cură de o lună cu trei căni de ceai de urzică pe zi. Datorită vitaminei K, sucul de urzică, dar și ceaiul au proprietatea de a regla ciclul menstrual și combate sângerările gingivale și nazale. Inflamațiile bucale pot fi și ele domolite cu ajutorul ceaiului de urzică cu care se poate face spălături de trei ori pe zi, mai spune sursa citată.

Urzica se folosește și extern, ceaiul de urzică fiind indicat pentru a scăpa de mătreață și a revitaliza podoaba capilară. Ceaiul se prepară dintr-o ceașcă de urzici mărunțite, opărite timp de un sfert de oră cu un litru de apă clocotită. Se strecoară amestecul și după ce se răcește se clătește părul, după o spălare prealabilă.

Statul pe scaun încontinuu ne omoară! Ce alternativă avem pentru a mai da jos din kilograme?

Comportamentul sedentar contribuie la înmulțirea cazurilor de obezitate și a altor boli asociate cu creșterea în greutate. Poate fi statul pe scaun mai puțin o soluție de rezolvare parțială a problemei?

Fie că suntem la volan, în trafic, în metrou sau la birou, petrecem foarte mult timp din zi stând lipiți de scaune, iar acest lucru are efecte nefaste asupra sănătății noastre, conform Adevărului.

Comportamentul sedentar este responsabil de înmulțirea cazurilor de obezitate, precum și de multiplicarea altor boli asociate cu creșterea în greutate. Poate fi statul pe scaun într-o măsură mai mică o soluție de rezolvare, măcar parțială, a problemei?

Pentru a afla cum stau lucrurile, cercetătorii danezi și australieni au studiat 19 companii de birouri din Danemarca unde angajații au opțiunea de a se muta de la un birou unde stau pe scaun la altul unde pot sta în picioare (cu mențiunea că cei mai mulți aleg să stea pe scaun).

După o lună, timp în care peste 300 de oameni au fost încurajați să stea o parte din timpul de lucru și la un birou în picioare – circa 70 de minute pe zi – s-a observat că aceia care aleseseră să stea și în picioare mergeau și cu 7% mai mult.

După 3 luni, cercetătorii au ajuns la concluzia că acest stil de lucru i-a făcut pe angajații care stăteau în picioare să piardă o jumătate de procent din grăsimea corporală, comparativ cu aceia care aleseseră să se supună rutinei zilnice, mai spune sursa citată. Simpla ridicare de pe scaun mai des este o sursă de pierdere în greutate și de ardere a caloriilor având un beneficiu clar pentru sănătate, au conchis cercetătorii.

Palatul Copiilor din Bacău a expus un ou pascal uriaș



Foto: inimabacaului.ro

Palatul Copiilor din Bacău a ales o formulă inedită de a ura băcăuanilor „Un Paște binecuvântat!” expunând, cu puține ore înainte de slujba Învierii lui Iisus Hristos, în vecinătatea Catedralei „Sfântul Nicolae”, un ou pascal de mari dimensiuni, pictat de elevii și profesorii respectivei instituții de învățământ non-formal din municipiu, informează AGERPRES.

Având o înălțime de 2,20 metri și 1,65 metri în diametru, lucrarea realizată din lemn, de membrii cercului de sculptură din Palatul Copiilor a fost pictată timp de mai multe zile după tradiția românească cu simboluri creștine, motive florale și ornamente geometrice.

„Demersul nostru are în primul rând un scop educativ, copiii care au participat la realizarea acestui proiect au exersat tehnicile de pictură în culori acrilice pe o lucrare de mari dimensiuni, dar au experimentat și lucrul în echipă și au înțeles și responsabilitatea de a duce la bun sfârșit, sub presiunea timpului, un proiect început. Dar are la bază și dorința noastră de a intra într-un dialog cu membrii comunității din care facem parte și în care ne desfășurăm activitatea. Împreună putem face acest oraș și mai frumos”, a declarat prof. dr. Adriana Busuioc, director al Palatului Copiilor Bacău. Potrivit acesteia, toți cei care au făcut băcăuanilor această propunere — avanpremieră inedită pentru ceremoniile religioase din noaptea de Paște, „au pus puțin și din sufletul lor”, mai spune sursa citată.

Legea privind obținerea datelor de trafic și localizare doar pentru motive justificate, promulgată

Președintele Klaus Iohannis a promulgat legea pentru aprobarea OUG nr. 82/2014, potrivit căreia organele de urmărire penală pot solicita date de trafic și localizare doar dacă există „motive justificate” pentru a se crede că datele solicitate constituie probe.

Camera Deputaților a adoptat actul normativ la începutul lunii aprilie, în forma votată la mijlocul lunii martie de Comisia juridică, informează Mediafax.

Membrii comisiei au hotărât ca obținerea datelor de trafic și de localizare prelucrate de către furnizorii de rețele publice de comunicații electronice ori furnizorii de servicii de comunicații electronice destinate publicului să respecte o serie de criterii, printre care și existența unor „motive justificate pentru a se crede că datele solicitate constituie probe”. Amendamentul îi aparține deputatului PNL Ioan Cupșa.

Președintele Înaltei Curți de Casație și Justiție, Livia Stanciu, a criticat adoptarea sintagmei motive „justificate” în Comisie.

„Din punctul nostru de vedere era suficientă existența motivei, pentru că în multe alte dispoziții ale Codului de procedură penală nu veți găsi o sintagmă similară celei care a fost adoptată (motive justificate—n.r.) el nu modifică cu nimic. Judecătorului, atunci când face analiza, îi era suficientă sintagma există motive”



Foto: prezidency.ro

a declarat președintele ÎCCJ, Livia Stanciu, la finalul dezbaterii, la solicitarea jurnaliștilor.

Deputații din Comisia juridică au extins sfera infracțiunilor la care articolul face referire, introducând și operațiunile cu „produse susceptibile de a avea efecte psihoactive asemănătoare celor determinate de substanțele și produsele stupefiante sau psihotrope”.

Astfel, în varianta adoptată de deputați, organele de urmărire penală, cu autorizarea prealabilă a judecătorului de drepturi și libertăți, pot solicita date de trafic și localizare prelucrate de către furnizorii de rețele publice de comunicații electronice ori furnizorii

de servicii de comunicații electronice destinate publicului dacă sunt îndeplinite, cumulativ, următoarele condiții: există o suspiciune rezonabilă cu privire la săvârșirea unei infracțiuni dintre cele prevăzute la art.139 alin. (2) sau a unei infracțiuni de concurență neloială, de evadare, de fals în înscrisuri, infracțiuni privind nerespectarea regimului armelor, munițiilor, materialelor nucleare și al materiilor explozive, a unei infracțiuni privind nerespectarea dispozițiilor privind introducerea în țară de deșeuri și reziduuri, a unei infracțiuni privind organizarea și exploatarea jocurilor de noroc ori a unei infracțiuni privind

regimul juridic al precursorilor de droguri și infracțiuni referitoare la operațiuni cu produse susceptibile de a avea efecte psihoactive asemănătoare celor determinate de substanțele și produsele stupefiante sau psihotrope și dacă există motive justificate pentru a se crede că datele solicitate constituie probe.

Totodată, deputații au stabilit că durata maximă a controlului judiciar va fi de 5 ani, deși Senatul decisese reducerea perioadei la 3 ani, mai spune sursa citată.

Legea a fost adoptată cu 215 voturi „pentru” și o abținere, Camera Deputaților fiind forul decizional.

Fotografie de nunta
Creativ Epic Memorabil



Salamul de Sibiu AGRICOLA a fost prezentat la standurile târgului internațional Alimentaria 2016 din Barcelona



Săptămâna trecută, între 25-29 aprilie 2016, companiile Grupului AGRICOLA au fost prezente la târgul internațional Alimentaria din Barcelona, alături de companii alimentare din peste 50 de țări. Prezentă, în mod constant, la târgul catalan, încă din anul 2008, AGRICOLA a promovat, la această ediție Alimentaria 2016, produsele fabricate de companiile sale: carne de pasăre, salamuri și specialități crud-uscate, semipreparate din carne, „ready-meals” și ouă proaspete.

„Evident, intenția Grupului de firme băcăuan este diversificarea și consolidarea parteneriatelor cu marii distribuitori

iberici, dar și cu aceia din Vest. AGRICOLA dorește să își sporească volumul vânzărilor la export care, în 2015, a fost de circa 14%, pentru carnea de pasăre, 10%, pentru salamuri și prosopături și de peste 25% pentru produsele ready-meals. Ca particularitate a ofertei din acest an, putem nota ouăle îmbogățite cu luteină și zeaxantină, produs nou denumit sugestiv „Ochios”, prin consumarea lor prevenindu-se degenerescenta vizuală și degenerescenta maculară.

Desigur, unul dintre produsele-vedetă expuse la standurile din pavilionul secțiunii „Intercarne” a fost, ca de fiecare

dată, Salamul de Sibiu AGRICOLA, care a obținut în această primăvară Certificarea Europeană de Produs cu Indicație Geografică Protejată.

Echipa care a reprezentat cele patru firme ale Grupului AGRICOLA a stabilit, încă din prima zi a târgului, numeroase întâlniri de afaceri cu distribuitori internaționali și a demarat deja mai multe runde de negocieri, în urma cărora, cu siguranță, vor fi încheiate noi contracte de export”, a declarat conducerea Grupului AGRICOLA.

Foto: Grupul AGRICOLA



A rămas mai puțin de O LUNĂ! pentru a câștiga o Dacia Duster

Activează ofertele DIGI de prepaid
în punctul de vânzare și participă la

CON DIGI SOBRE RUEDAS



LO QUE VES, ES LO QUE HAY
SORTEAMOS UN COCHE

Mai multe informații în cdsr.digimobil.es

Perioada de valabilitate: de la 1 martie până la 31 mai 2016
Condiții legale ale promoției în cdsr.digimobil.es

DIGI mobil

România, țara în care 90% din companii sunt multinaționale

Doar 10% din companiile din România sunt locale, restul fiind întreprinderi multinaționale, potrivit datelor publicate de Institutul Național de Statistică (INS).

Astfel că, în 2014, numărul companiilor a crescut cu 15,5%, până la aproape 51.500, iar din acestea doar puțin peste 5.300 erau companii locale, restul de peste 45.100 fiind grupuri de întreprinderi multinaționale, informează Libertatea.

„În anul 2014, din totalul grupurilor de întreprinderi identificate în România, aproximativ 10% erau rezidente, 90% dintre acestea fiind constituite din două sau trei întreprinderi”, arată informațiile INS.

Cea mai mare parte a grupurilor de întreprinderi din România își desfășoară activitatea în domeniul comerțului, construcțiilor sau industriei prelucrătoare.

Repartizarea grupurilor de întreprinderi din România pe activități economice arată că majoritatea acestora activează în comerțul cu ridicata și cu amănuntul; repararea autovehiculelor și motocicletelor (32%), urmate de cele din construcții (13%), industria prelucrătoare (10%), tranzacții imobiliare (10%) și activități profesionale, științifice și tehnice (10%).

Dacă ne uităm la numărul de angajați, majoritatea subgrupurilor de întreprinderi din România sunt controlate din Germania (17,5%), Olanda (11,9%) sau Franța (10,8%), mai spune sursa citată.

Salariul minim brut a crescut la 1.250 lei din 1 mai

Salariul de bază minim brut pe țară garantat în plată a crescut la 1.250 de lei de la 1 mai 2016, pentru un program complet de lucru de 8 ore pe zi, potrivit unei Hotărâri de Guvern adoptate la sfârșitul anului trecut, conform AGERPRES.

La vremea respectivă, Executivul preciza că salariul lunar net al unui salariat care nu are persoane în întreținere va fi de 917 lei. Potrivit autorităților, de majorarea salariului de bază minim brut pe țară garantat în plată beneficiază circa 1.131.600 salariați, dintre care 39.322 angajați în sectorul bugetar și 1.092.364 în sectorul concurențial.

„Încheierea unui contract individual de muncă cu stabilirea unui salariu de bază mai mic decât cel prevăzut în actul normativ adoptat de Guvern va constitui contravenție și se va sancționa cu amendă contravențională de la 1.000 lei la 2.000 lei. Această amendă este distinctă de cea prevăzută de Codul muncii. Constatarea contravențiilor și aplicarea amenzilor se realizează de către inspectorii de muncă”, se preciza în comunicatul Guvernului din 30 decembrie 2015, mai spune sursa citată.

Asociația ASTEROID Cultural Club din Madrid a susținut o expoziție de pictură și grafică în București



Foto: asteroidcultural.wordpress.com

Artiști spanioli și români, membri ai Asociației ASTEROID Cultural Club din Madrid, au susținut o expoziție de pictură și grafică denumită „Extra-terrestres”, desfășurată în perioada 9-17 aprilie 2016, la Galeria Occidentului din București. Expoziția a provocat un deosebit interes din partea vizitatorilor care și-au manifestat curiozitatea de a cunoaște pe artiștii spanioli și români, unii dintre ei stabiliți în diferite țări europene. Numărul mare de vizitatori a atribuit expoziției un nemaipomenit succes.

Acest succes a fost posibil prin rolul important pe care l-a avut în realizarea expoziției d-na Andreea Christodorescu, manager de cultură la Galeria Occidentului din București.

Curatorul expoziției d-na Emilia Cernăianu a declarat despre artiștii participanți la expoziție, prezentându-i într-un mod metaforic, cum aceștia „aici și acolo în același timp, cu picioarele pe pământ și cu mințile îmbibate de visuri...extrași dintr-un loc și plantați într-un altul, extra-terrestres au prins aripi în loc de rădăcini”.

În același timp, un rol la fel de important în organizarea expoziției l-a avut și reprezentanta Asociației ASTEROID Cultural Club în România, Nariman Sanjaqieh, pictoriță și coordonatoare de artă plastică. Nariman Sanjaqieh a declarat că următoarea expoziție „Extra-terrestres” va avea loc anul acesta la Brașov în parteneriat cu Facultatea de Litere din cadrul Universității Transilvania, împreună cu aceasta organizând diferite activități la El Club Cultural Español. La deschiderea expoziției de la

Galeria Kron-Art, cunoscută ca un loc de întâlnire a oamenilor de cultură din Brașov, sunt așteptați studenții și rezidenții comunității de spanioli din acest mare oraș.

În 2016, anul Cervantes, El Club Cultural Español din Brașov va găzdui o serie de evenimente cu tema Cervantes la Brașov la care vor fi invitați să participe, pe lângă publicul român, spaniolii din acest oraș, dar și alte persoane, din alte țări, interesate de eveniment.

Mai multe informații pe pagina: asteroidcultural.wordpress.com.

Ziua Națională a Tineretului s-a sărbătorit la 2 mai

Ziua națională a tineretului s-a sărbătorit și anul acesta la data de 2 mai. În anul 2004, 15 deputați reprezentând toate formațiunile politice parlamentare au inițiat proiectul legislativ privind instituirea Zilei naționale a tineretului. La 5 octombrie 2004, legea a

fost adoptată de plenul Camerei Deputaților, aceasta fiind și Camera decizională. Astfel, conform Legii nr. 425/25 octombrie 2004, ziua de 2 mai a devenit Ziua Națională a Tineretului, conform AGERPRES.

Cu prilejul acestei zile, au fost organizate și prezentate,

prin mijloacele de informare în masă, activități sociale, culturale, artistice și sportive, care vizează domeniile de interes ale tineretului. Autoritățile administrației publice centrale și locale, care au atribuții în domeniul tineretului, acordă sprijin material, financiar și

organizatoric evenimentelor prilejuite de marcarea acestei zile. De asemenea, legea prevede ca Societatea Română de Radiodifuziune și Societatea Română de Televiziune să difuzeze, în perioada 26 aprilie-2 mai, emisiuni despre problematica tineretului.



Ansamblul Mândrii Românași
te invită la cursuri de dansuri populare românești
pentru copii și adulți.

Înscrierile se pot face la adresa de e-mail:
mandriiromanasi@gmail.com sau la telefon 633307958.

Sună și tu până la sfârșitul lunii MAI
și primești 1 LUNĂ GRATIS la înscriere!

Mândrii Românași Haideți în pași de dans, să fim Mândrii Românași!

web: mandriiromanasi.es



Festivalul primăverii

*Târâ de produse
tradiționale românești*

Duminică 22 Mai

Ora 12⁰⁰ - 22⁰⁰

Recinto Ferial Torrejón de Ardoz
Avenida Luna S/N

Intrarea 5€
Plata la intrare
Tel. info:
691324599

Cabanoși,
mititei la grătar,
prăjituri românești,
kurtos kolacs, langoși
și multe alte
specialități

Sînziana Ștefan

Adriana Antoni



Organizator



Colaboratori



Parteneri Media

Rumano



MAE răspunde întrebărilor despre votul în străinătate

Ministerul Afacerilor Externe (MAE) a realizat o rubrică de întrebări frecvente pentru alegătorii din străinătate referitoare la procedura de votare aferentă alegerilor parlamentare care vor avea loc la sfârșitul anului, informează un comunicat de presă al instituției, conform AGERPRES.

Rubrica prezintă răspunsuri la cele mai uzuale întrebări adresate de cetățenii români din afara granițelor și de presa din România cu privire la procedura de vot pentru acest scrutin. MAE precizează că informațiile menționate se regăsesc în secțiunea dedicată alegerilor parlamentare 2016 de pe site-ul instituției. În cadrul secțiunii sunt, totodată, disponibile toate informațiile utile necesare exercitării votului în afara țării la alegerile parlamentare, adăugă sursa amintită.

UNPR va monitoriza comportamentul băncilor



Foto: psnews.ro

UNPR va monitoriza comportamentul băncilor pentru a se asigura că nu vor avea o atitudine „abuzivă” față de consumatori după promulgarea legii dării în plată, a declarat președintele formațiunii, Valeriu Steriu, conform AGERPRES.

„În urmă cu exact două săptămâni, legea dării în plată trecea, pentru a doua oară, de plenul Camerei Deputaților. Atunci au votat 207 deputați pentru lege. Acești 207 deputați vorbesc în numele a 14,5 milioane de români, potrivit normei de reprezentare. Ieri, președintele Iohannis a promulgat legea și deja vedem cum reprezentanții instituțiilor financiare încep să amenințe în diferite moduri cetățenii și, implicit, statul român, fie cu creșterea costurilor de creditare, fie cu sesizarea la Curtea Constituțională. Vreau să anunț că UNPR va monitoriza conduita băncilor din România, pentru a ne asigura că acestea nu vor acționa agresiv și abuziv față de cetățeni după promulgarea legii dării în plată”, a afirmat Steriu, potrivit unui comunicat.

Potrivit liderului UNPR, senatorii și deputații progresiști iau în calcul chemarea la audieri în Parlament a reprezentanților băncilor, dacă acestea vor da dovadă de un comportament „abuziv” în relația cu clienții lor, mai spune sursa citată.

Ministerul Finanțelor: cheltuielile bugetare din primul trimestru, sub ținta programată

Toate cheltuielile bugetare din primul trimestru din acest an s-au situat sub ținta programată, însă cele mai slabe realizări s-au înregistrat la cheltuielile de capital (36,9%), cheltuielile pentru proiecte cu finanțare din fonduri ale Uniunii Europene (41,7%) și cele cu subvențiile (47,1%), arată Ministerul Finanțelor.

Astfel, cheltuielile pentru investiții, care includ cheltuielile de capital, precum și cele aferente programelor de dezvoltare finanțate din surse interne și externe, au fost în primul trimestru de 4,41 miliarde de lei în termeni nominali, în urcare cu 28,8% față de aceeași perioadă a anului trecut. Ca procent în PIB, acestea au crescut cu 0,1 puncte procentuale, la 0,6% din PIB, informează Adevărul. Cheltuielile de capital au o pondere de 0,2% din PIB, din totalul cheltuielilor de investiții. „Nivelul scăzut al cheltuielilor de natura investițiilor reflectă o întârziere în graficul de execuție a lucrărilor, însă plățile urmează a fi realizate în următoarele luni. De asemenea, cheltuielile cu



Foto: nineoclock.ro

subvențiile, în special plata subvențiilor pentru agricultori urmează a se efectua la începutul trimestrului al doilea”, explică Ministerul Finanțelor.

Cheltuielile bugetului general consolidat au însumat 52,56 miliarde de lei, în urcare cu 5% față de primele trei luni din 2015, în termeni nominali, dar s-au redus cu 0,1 puncte procentuale ca pondere în PIB, la 6,9%. „Comparativ cu ținta trimestrială, cheltuielile totale sunt sub nivelul prognozat cu 12.860,6 milioane de lei, de la 65.417,5 milioane de lei cât a reprezentat ținta trimestrială, la 52.556,9 milioane de lei realizări efective, ceea ce a determinat un grad de efectuare a acestora de 80,3%”,

precizează Finanțele. Plățile pentru proiectele cu finanțare din fonduri UE au reprezentat 0,4% din PIB și au fost realizate în proporție de 41,7%, majoritatea fiind pentru proiectele finanțate din cadrul bugetar 2007-2013 al căror termen de închidere a programelor este martie 2017. Statul a înregistrat cheltuieli cu dobânzi de 2,05 miliarde de lei (0,3% din PIB) și s-au efectuat în proporție de 67,5% din programul trimestrial, pe fondul încasării primei la redeschiderea titlurilor de stat. Cheltuielile cu bunuri și servicii au reprezentat 1,1% din PIB și au fost realizate în proporție de 80,9% față de programul trimestrial. Cele mai mari realizări față de program au fost

raportate la cheltuielile cu asistență socială (99,3%), acestea având o pondere de 2,6% din PIB, și la cheltuielile de personal (94,6%), care au crescut cu 8,1% față de aceeași perioadă a anului trecut, la 13,87 miliarde lei, cu o pondere de 1,8% din PIB, mai spune sursa citată.

La bugetul de stat, gradul de realizare a cheltuielilor de personal a fost de 94,9% față de programul trimestrial. Creșterea cheltuielilor cu personalul a fost înregistrată ca urmare a majorărilor salariale acordate în a doua parte a anului trecut, de 12% pentru personalul din instituțiile publice locale, 25% pentru personalul din sistemul public sanitar și cel din sistemul public de asistență socială, 15% pentru personalul din învățământ și 10% pentru angajații din sistemul bugetar exclusiv sănătate, învățământ și asistență socială.

Execuția bugetului general consolidat a încheiat primele trei luni cu un excedent de trei miliarde de lei, reprezentând 0,4% din PIB, în scădere cu 39% față de aceeași perioadă a anului trecut.

AFIR a eliminat condiția contractelor de arendă pe 10 ani

Începând din 28 aprilie 2016, Agenția pentru Finanțarea Investițiilor Rurale primește cereri pentru finanțarea proiectelor de investiții în cadrul primei sesiuni de depunere a proiectelor prin intermediul Programului Național de Dezvoltare Rurală 2014-2020 (PNDR 2020), pentru anul 2016, informează Mediafax.

Una din modificările importante pentru simplificarea

accesării finanțării nerambursabile europene de către solicitanți o constituie eliminarea termenului de valabilitate de minim 10 ani pentru contractele de arendă a terenurilor agricole.

Doar în cazul exploatațiilor care presupun înființarea și/sau reconversia plantațiilor pomicole, contractele care conferă dreptul de folosință (arendă, concesiune) asupra

terenurilor agricole trebuie să aibă o valabilitate de minimum 15 ani (excepție: plantațiile de viță de vie, pepinierele, culturile de câpșun, zmeur, mur, coacăz și agriș unde perioada minimă este de 10 ani), începând cu anul depunerii Cererii de Finanțare.

Pentru celelalte tipuri de culturi nu este necesară prezentarea documentelor pentru terenul agricol, verificarea

făcându-se de către experții evaluatori, exclusiv în sistemul IACS, mai spune sursa citată.

Aplicabilitatea imediată a acestor modificări se va reflecta la depunerea proiectelor pentru Submăsurile 4.1-Investiții în exploatații agricole, 6.1-Sprijin pentru instalarea tinerilor fermieri și 6.3-Sprijin pentru dezvoltarea fermelor mici pentru care sesiunea este deja deschisă.



small world

TRIMITEM BANII TĂI RAPID ȘI SIGUR



Money Transfer

● C/ de los Artistas nº 3
● Cuatro Caminos - Tel: 91 534 03 37
● C/ Maqueda nº156
● Empalme - Tel: 91 717 16 23

● Pº de Extremadura 15 Local Indio
● Alcorcón - Tel: 91 610 53 07
● C/ Serie nº1, 28850
● Torrejón de Ardoz - Tel: 91 675 18 13

● C/ Echegaray nº3
● Móstoles - Tel: 91 664 24 24
● C/ Castellón nº3
● 19005 Guadalajara - Tel: 949 211 000

COLCHONES *Dormiré bien*



PREMIUM NUBE CON HILO DE PLATA

Confort “**Efecto Nube**”.
Altura +/- **24cm**. Capa de **4cm**
de **visco elástica** en tapa superior.
Hilo de plata en acolchado: neutraliza
el olor, termorregulador, antiestático.
Tecnología Sanitized: anti-hongos,
anti-bacterias y anti-ácaros.

90x190 – **139€**
135x190 – **209€**
150x190 – **239€**

Disponibile en
todas las medidas



COTTON ORGANIC TACTO CASHMERE

Altura de +/- **21cm**. Tapa de **2cm** de **visco elástica**
Fibra de lana de **cashmere**.
Acolchados con **esencia de VAINILLA**
que ayuda a la relajación
Tecnología Sanitized: anti-hongos,
anti-bacterias y anti-ácaros.
Termo regulable: frescor en verano y calidez en invierno.

90X190 – **99€**
135X190 – **159€**
150X190 – **189€**

Disponibile en
todas las medidas

ALMOHADA ANTI-STRES

Núcleo Copos **Viscoelásticos**
Con filamentos de **carbón activo**.
Propiedades anti bacterianas y anti-ácaros.

OFERTA 2X1
ALMOHADA 70CM – **36€**

¡Oferta limitada! Garantía de 2 años.

PRECIOS CON **IVA Y TRANSPORTE INCLUIDO** A CASA DEL CLIENTE. **ENTREGA A PIE DE CALLE.**
Teléfono información y pedidos: **918 336 364 / 674 783 246 / 691 324 599**

Uniunea Muncitorilor Români



Caută la raft produse românești și cumpără gustul de odinioară!

**Consumă produse tradiționale românești împreună cu cei dragi
și vă veți bucura de bunătățile copilăriei voastre**

Produse românești, mai aproape de români!

Colaboratori:



Parteneri media:



După Marea Britanie, și Germania vrea să reducă ajutoarele sociale pentru imigranții UE

Germania vrea să limiteze drastic ajutoarele sociale pentru imigranții veniți din alte țări ale Uniunii Europene (UE), urmând astfel exemplul Marii Britanii. Măsura i-ar viza în special pe imigranții din țările Europei Centrale și de Est, inclusiv România și Bulgaria, informează AGERPRES.

Potrivit proiectului de lege elaborat de ministrul german social-democrat al Muncii, Andrea Nahles, dezvăluit recent în presă, imigranții proveniți din alte țări ale UE, care locuiesc în Germania, nu vor mai primi ajutoare sociale, dacă nu vor munci. Textul, foarte criticat de opoziție, prevede ca imigranții intraeuropeni fără loc de muncă să nu poată accede la ajutoarele publice decât după cinci ani de ședere în Germania.

Andrea Nahles a dat asigurări că acest proiect de lege corespunde „practicii curente”, acest termen de cinci ani fiind „în toată Europa un termen de



Foto: de.wikipedia.org

rigoare”. Cei care vor fi în viitorul apropiat excluși de la ajutoarele sociale vor putea pretinde, cu toate acestea, o alocație tranzitorie de o lună, acordată o singură dată și destinată să acopere cheltuieli elementare (hrană, întreținere, locuință).

Acordarea unui ajutor în vederea întoarcerii în țările de origine este de asemenea prevăzută. Aceste măsuri, care trebuie să mai fie adoptate de Consiliul de miniștri și validate de parlamentari, constituie ecoul revendicărilor

premierului britanic David Cameron, în campanie împotriva „Brexit”-ului și care vrea să reducă numărul de imigranți intraeuropeni care vin în Marea Britanie. Măsura, una controversată și considerată discriminatorie în ceea ce privește principiul european al liberei circulații, îngrijorează țările din Europa Centrală și de Est, ai căror cetățeni sunt vizați. Berlinul s-a opus multă vreme unei asemenea măsuri, înainte de a decide o schimbare în această privință, după ce Tribunalul federal pentru

probleme sociale a decis, la sfârșitul lui 2015, ca orice cetățean din UE, chiar și unul fără loc de muncă, să aibă dreptul de a beneficia de ajutoare sociale după șase luni.

Această decizie a declanșat o dezbatere în Germania și a suscitat îngrijorarea comunităților, care finanțează ajutoarele sociale și se tem că ea ar putea atrage cetățeni din țări ale UE unde nivelul de trai este mult inferior celui din Germania, cum sunt România și Bulgaria.

Andrea Nahles a propus modificarea legii în sensul înăsprii condițiilor pentru acordarea acestor ajutoare, mai spune sursa citată.

„Nu există uniune socială în Europa”, a mai notat Nahles. „Orice cetățean român este binevenit. Însă dacă este vorba de a primi alocații sociale care nu se sprijină pe o muncă depusă, atunci eu sunt de părere că este acceptabil ca el (cetățeanul român) să se întoarcă în țara sa”, a subliniat ea.

Pavel Filip: Reformele din Republica Moldova trebuie să înceapă cu guvernul



Foto: gov.md

Prim-ministrul Republicii Moldova a declarat, într-un interviu, că reformele imperios necesare din țara sa trebuie să înceapă cu guvernul, informează AGERPRES. Premierul Pavel Filip, care a devenit șef al guvernului fostei republici sovietice în ianuarie, a declarat pentru că, în opinia sa, „reforme ar trebui să înceapă cu noi, cei care propunem reforme”.

El a spus că intenționează să reducă numărul ministerelor cu aproape jumătate pentru a face guvernul mai eficient și că în opinia sa investițiile private vor veni „când va exista certitudinea că nu există corupție, bariere birocratice și nici controale abuzive din partea statului”. Scopul său este „o Moldovă prosperă și stabilă în UE”, o viziune care pare în prezent îndepărtată, în condițiile în care Moldova este forțată să se împrumute de la bănci pentru a acoperi pensiile și salariile. În fapt, țara este atât de săracă, încât a avut nevoie de ajutor alimentar de urgență de la România în această iarnă.

Un aspect foarte important al reformelor este restabilirea credibilității Republicii Moldova, susține actualul prim-ministru. Filip se angajează să-i identifice și să-i urmărească în instanță pe cei care au furat peste 1 miliard de dolari din băncile din Republica Moldova în noiembrie 2014, declanșând luni de proteste și instabilitate politică.

Compania americană de investigații Kroll, angajată să efectueze o anchetă asupra furtului care a reprezentat a opta parte din PIB-ul Republicii Moldova, va prezenta un plan pentru recuperarea pierderilor la sfârșitul lui mai.

Aflată între Ucraina și România, Republica Moldova s-a aflat în mod tradițional pe orbita Rusiei. Moscova s-a opus semnării de către Republica Moldova a Acordului de asociere cu UE în 2014 și a instituit un embargo asupra fructelor și vinurilor din această țară, mai spune sursa citată. Pavel Filip a spus că Rusia nu are nimic de pierdut de pe urma faptului că R. Moldova se apropie de Uniunea Europeană. „Ceea ce ne dorim în relația noastră cu Rusia este respect reciproc și predictibilitate. Moldova este liberă să-și aleagă drumul și Rusia ar trebui să perceapă acest lucru ca pe o oportunitate”, a mai spus el.

Armata din Venezuela, pe străzi împotriva jafurilor

Venezuela a scos soldații pe stradă în urma protestelor violente din Maracaibo, al doilea cel mai mare oraș din această țară, ca să protejeze magazinele și să descurajeze jafurile care sunt la ordinea zilei, informează Libertatea.

Zeci de proteste antiguvernamentale, plus jafuri din magazine și farmacii, au avut loc recent în Maracaibo, dar și în alte orașe din Venezuela, oamenii fiind disperați că nu mai găsesc nici măcar alimente de bază din cauză că



Foto: libertatea.ro

țara se confruntă cu o secetă puternică, care a redus dramatic nivelul apei de la barajul principalei hidrocentrale a țării, fiind criză economică. Autoritățile au scos pe străzi soldați ai

Gărzii Naționale în echipament de intervenție, ca să păstreze ordinea, după ce un magazin a fost complet devastat. Oamenii au intrat cu forță în clădire și au furat din produse, spre

disperarea proprietarului, care acuză forțele de ordine că nu au făcut nimic.

Guvernul de la Caracas a adoptat mai multe măsuri pentru a face față crizei care devine din ce în ce mai gravă. În februarie, programul centrelor comerciale a fost redus. Ulterior, guvernul a anunțat că modifică fusul orar, iar săptămâna trecută a anunțat raționalizarea consumului de electricitate și a scurtat programul de lucru cu două zile, mai spune sursa citată.



Los depósitos de las familias crecen el 1,4% en marzo



Foto: pixabay.com

Los depósitos de las familias captados por las entidades financieras que operan en España crecieron el 1,4% en marzo en tasa interanual, hasta los 739.489 millones de euros, según los datos provisionales publicados por el Banco de España, informa el periódico ABC.es.

Si los datos se comparan con el mes precedente, los depósitos de las familias solo se han elevado en un leve 0,44%, ya que en febrero se situaron en 736.265 millones de euros.

Por el contrario, el ahorro de los españoles en seguros y fondos de pensiones se ha reducido el 17,8% en marzo en tasa interanual, hasta los 42.680 millones de euros.

Igualmente, en comparación con el mes precedente, dicho ahorro ha caído el 20,2%, ya que en febrero alcanzó los 53.481 millones de euros.

Por último, los depósitos captados por la banca de las empresas se situaron en marzo en 16.891 millones de euros, lo que supone un 5,65% más que hace un año, pero el 0,31% menos respecto al mes anterior, según la fuente citada.

¿Cuánto dinero de los fondos europeos ha absorbido Rumanía?

Según el último informe sobre la absorción de los fondos europeos, hasta el 31 de marzo 2016, Rumanía ingresó de la Comisión Europea 11.733 millones de euro de los 19.200 millones de euro—fondos estructurales y de cohesión que han sido asignados en el periodo de programación 2007-2013, lo equivale al 61,57 por ciento, según el Ministerio de los Fondos Europeos.

A esto se pueden añadir otros 2.100 millones de euros cobrados como avance de la Comisión Europea, pero de estos se retiran importes proporcionales en el caso de que las absorciones no se hagan efectivamente, cálculo que se hará en 2017.

En 2016, Rumanía logró absorber casi 750 millones de euros de la Comisión Europea, teniendo como base los gastos que tuvo en el periodo de programación 2007-2013. Este es en realidad el importe cobrado en el corto mandato de ministro de Aura Raducu, unos 3,5 puntos porcentuales. En el periodo



Foto: www.rtve.es

de programación 2007-2013, Rumanía pidió a Bruselas 12.540 millones de euro, es decir 65,8% del importe asignado como fondos estructurales y de cohesión.

Por tanto, el país seguía esperando de la Comisión Europea a finales de marzo de 2015 aproximadamente 800 millones de euro—gastos que tuvo con

proyectos europeos y pagados por el estado rumano a diferentes beneficiarios públicos y privados que desarrollaron estos programas, señala HotNews.ro.

Azulejos y Materiales de construcción J&L



Pegoland Blanco - 1,80 €



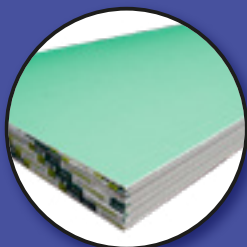
Pegoland Porcelánico - 6,50 €



Arena de río - 0,23 €



Cemento (saco de 25 Kg.) - 1,80 €



Pladur 13 mm
1,85€ / m2



Aguaplast
8,25€



Telesaco con recojida - 17,50 €



Azulejos y Materiales J&L

C/ Rivas, nr° 16 Vicalvaro 28052 (Madrid)

91 831 29 56 / 605 249 183 / azulesymaterialesjyl@hotmail.com

La Muestra de Cine Rumano en Barcelona, del 5 al 22 de mayo

La Muestra de Cine Rumano en Barcelona, organizada por el Instituto Cultural Rumano y en colaboración con la Filmoteca de Cataluña, acogerá, del 5 al 22 de mayo, algunos de los más destacados y premiados estrenos de la cinematografía rumana del 2015.

Entre las películas que serán presentadas nombramos sólo algunas: Aferim!—galardonada con el premio Oso de Plata al Mejor Director en el Festival de Cine de Berlín, Un piso más abajo— Premio Un Certain Talent en el Festival de Cine de Cannes, Premio al Mejor Guión y al Mejor Actor en Festival de Cine de Sevilla, y Magic Mountain, documental de animación premiado en la pasada edición del Festival Internacional de Cine de Gijón y estrenado en Cataluña en la XX-a edición del festival de cine de animación ANIMAC.

El tema común de las cintas seleccionadas es la lucha del individuo con su propia consciencia (Un piso más abajo), con



Foto: icr.ro

los prejuicios sociales y religiosos de su época (Aferim!), con la realidad represiva del régimen totalitario comunista (La tarde de un torturador) o con los demás que quieren limitar su libertad (El mundo es mío).

Destaca también La tarde de un torturador (dirección Lucian Pintilie, 2002), un clásico del cine rumano, donde se plantea el tema de la tortura en las cárceles comunistas rumanas. El

día 11 de mayo, tras el primer pase de esta película, Camil Ungureanu, profesor agregado interino de filosofía política en la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona, hará una presentación sobre el contexto histórico y el sistema represivo comunista.

Inauguración, jueves, el 5 de mayo, a las 18.30 h
Aferim! (Radu Jude, 2015)

¿Por qué yo? (Tudor Giurgiu, 2015)

Un piso más abajo (Radu Muntean, 2015)

La tarde de un torturador (Lucian Pintilie, 2001)

El mundo es mío (Nicolae Constantin Tănase, 2015)

Magic Mountain (Anca Damian, 2015).

Más información en la página web: www.icr.ro/madrid.

El “marketplace” del distribuidor rumano eMag copará un 40% de las ventas en 2017

El distribuidor de electrodomésticos eMag facturó en 2015 la suma de 353 millones de euros. Este importe procede de las ventas de sus propios productos así como de la comercialización de artículos de empresas asociadas a su “marketplace”. Para este año confía en superar el umbral de 500 millones en ventas. “El marketplace generará este año el 27% del volumen de los pedidos y el 22% de las ventas totales, más de 100 millones de euros por este canal. Esperamos que estas cifras se dupliquen”, señaló Iulian Stanciu, director ejecutivo de eMag, en el marco de la conferencia “eMag Marketplace New Sellers” organizada por la compañía y el diario económico Ziarul Financiar. Por su parte, el director general de eMag, Tudor Manea, aprecia que “el aumento del ecommerce es tan extraordinario que no estamos preocupados por una posible ‘canibalización’ entre el marketplace y la actividad de distribución propia de eMag: hay un mercado grande y el tráfico es también muy notable”. En estos momentos, el marketplace de eMag compila 750.000 productos de unos 1.250 vendedores. Durante 2015 se registraron más de un millón de pedidos a través de dicho entorno digital.

Según Aarif Nakhoda, vicepresidente de operaciones y estrategias de Naspers—el principal accionista de eMag, las plataformas tipo marketplace conocerán un fuerte aumento en los próximos años y eMag continuará concentrándose en su futuro desarrollo en esta dirección. “Queremos ser los primeros, aun cuando perdamos dinero durante un par de años”.

La evolución del tráfico ha sido también espectacular para el marketplace que controla eMag: el pasado ejercicio se registraron 191 millones de visitas y este curso se esperan 273 millones. Asimismo, se estima que el tráfico procedente de los dispositivos móviles supere el 50%, explica icex.es.



RESTAURANT **FINCA**

L'Alcazaba

RESTAURANT TIPIC ROMÂNESC

- Nunți, botezuri, onomastice și alte evenimente
- Meniu evenimente de la 33€ până la 115€
- Pentru nunți includem tortul, fântâna de ciocolată cu fructe, covor roșu și porumbei
- Pentru botezuri includem DJ, tortul, bar liber la bere și vinul alb și roșu
- Vinerea și duminica, evenimentele au o reducere de 10% la meniul ales
- Saloane individuale, exclusiv pentru un singur eveniment
- Ora finală eveniment: 4.30-6.00 a.m. (în funcție de meniul ales)



Carretera Burgos, salida 23,
direcția Algete pe partea stângă, M100 km23
Tel.: 916 236 579 sau 689 823 735
www.facebook.com/finca.alcazaba
www.fincalcazaba.es

La venta de pisos nuevos en Bucarest superará por primera vez la de viviendas de segunda mano

El volumen total del mercado se sitúa en cerca de 19.000 apartamentos comercializados.

“Este año, en la capital rumana se venderán alrededor de 10.000 pisos nuevos, en comparación con los ocho o nueve mil de segunda mano. La balanza comenzó a inclinarse a favor de las nuevas construcciones a finales del pasado ejercicio. Hace cuatro o cinco años se vendían alrededor de 2.000 pisos nuevos, gracias sobre todo al programa ‘Prima casa’”, según declaró Andreea Comsa, directora general de la compañía inmobiliaria Premier Estate Management, para la edición del 13 de abril del diario económico Ziarul Financiar, tal como se recoge en la página web del Instituto Español de Comercio Exterior.

El mercado residencial comenzó el año con subidas importantes, ya que la inminente aplicación de la ley de dación en pago ha hecho que muchos compradores solicitaran una hipoteca. Las ventas a través del citado esquema han continuado su ritmo de crecimiento “exponencial”, al mismo tiempo que han aumentado también las ventas de las viviendas segmento alto (que superan los 100.000 euros).

En opinión de la representante de Premier Estate, los precios de los pisos en la capital están a unos niveles muy bajos (en comparación con los años anteriores). Una vivienda de un dormitorio de alrededor de 40 metros cuadrados útiles cuesta entre 35.000 y 40.000



Foto: wall-street.ro

euros. Sin embargo, un proyecto de este tipo no puede ofrecer mucha calidad y su estado depende en gran medida del grado de responsabilidad del promotor.

“Una superficie útil de 40 metros cuadrados significa alrededor de 1.000 euros por metro cuadrado útil, por lo que el precio por metro cuadrado construido es de 700-800 euros. El

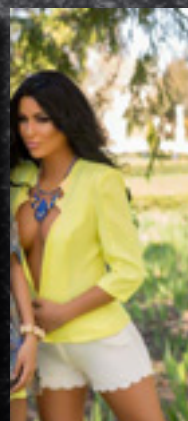
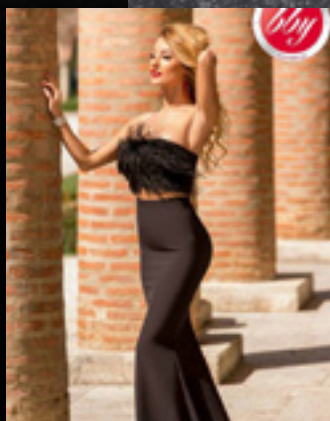
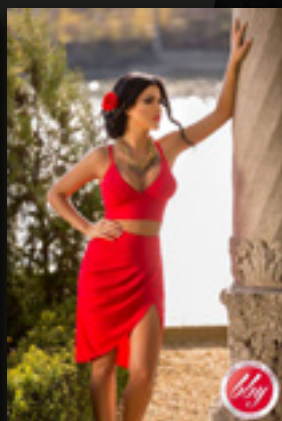
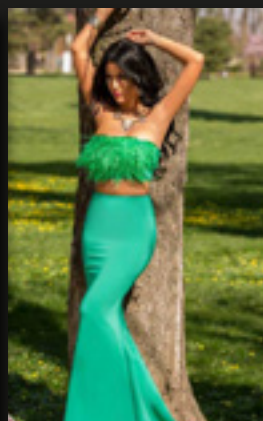
coste para el promotor alcanza alrededor de 500 euros/m², así que el margen del beneficio bruto es de, aproximadamente, el 30% para el promotor”.

Según el portal imobiliare.ro, el precio medio de viviendas nuevas aumentó un 6,9% en el primer trimestre, hasta los 1.144 euros/m² útil de media, mientras que para los pisos de

segunda mano el precio llegó a 1.050 euros/m² útil de media, un 2,6% más.

Así, en función de sus cálculos, se finalizarán 6.000 viviendas en el centro-norte y en la periferia del norte de la ciudad, en su mayoría en edificios con menos viviendas por bloque que las entregadas en los años anteriores en otras áreas.

mărcile de calitate din
România acum în **Espania**
Valentina 
Alcalá de Henares Paseo de la Estación N°7 Local
Tel. 642 872 442 Orar: Luni - Sâmbătă 10⁰⁰-20⁰⁰



Semințele de cânepă previn și tratează boli grave. De recomandat în orice dietă!



Foto: libertatea.ro

Cânepa este cunoscută mai ales pentru utilizările sale industriale (în industria textilă, producția de hârtie etc.) și pentru obținerea unor produse cosmetice. Dar, cânepa, mai exact semințele sale, constituie și un aliment complex, cu numeroase efecte benefice pentru organismul uman.

Semințele de cânepă se numără printre puținele semințe care conțin toți cei 9 aminoacizi esențiali și constituie singurul aliment cunoscut care conține rația perfectă de acizi grași esențiali, Omega 3 și Omega 6. În plus, ele nu au inhibitori de tripsină și nu produc alergii, fiind unele dintre cele mai bogate surse de hrană.

Acestea pot fi consumate în moduri variate, cum ar fi în salate de legume și fructe, în diverse produse de panificație, în rețete de paste și orez, sub formă de lapte de cânepă, smoothie-uri ș.a.m.d., informează Libertatea.

Stimulent pentru reducerea colesterolului și pentru o inimă sănătoasă

Semințele de cânepă decorticate conțin 30% proteine, din care, mai mult de jumătate este proteină ușor de digerat, numită edestină (care stimulează producerea de anticorpi ce întăresc sistemul imunitar), 42% grăsimi și 15% carbohidrați. Acizii

grași esențiali din semințele de cânepă contribuie la reducerea colesterolului din sânge. Acest lucru ține inima sănătoasă și previne acumularea plăcii bacteriene în artere, care poate duce la atac de cord sau la accident vascular cerebral. De asemenea, acizii grași din semințe reduc inflamația care poate provoca hipertensiune arterială și circulație sanguină proastă.

Tratament pentru Parkinson, Alzheimer și diabet

Pe de altă parte, consumul regulat de semințe de cânepă poate preveni boli precum Parkinson sau Alzheimer și, totodată,

poate îmbunătăți memoria și, implicit, și starea de spirit, prin atenuarea simptomelor de anxietate și depresie. Cei care suferă de diabet trebuie să știe că semințele de cânepă le sunt de mare ajutor, deoarece, consumul lor poate controla nivelul de zahăr. Acest lucru se datorează, în principal, grăsimilor sănătoase, care ajută la absorbția rapidă a glucozei din sânge și transformarea ei în energie. Prin urmare, pofta de dulce va scădea, iar nivelul de energie va crește, mai spune sursa citată.

Pentru simptomele premenstruale și menopauză

Mai trebuie știut că, semințele de cânepă sunt singurele semințe comestibile care conțin acid gamma-linolenic, benefic în tratarea simptomelor premenstruale și ale menopauzei, având un rol important în menținerea echilibrului hormonal. Proteina din semințele de cânepă conține toți cei 21 de aminoacizi cunoscuți, inclusiv cei 8 aminoacizi esențiali pe care organismul nu îi poate produce, și anume leucina, lizina, metionina, fenilalanina, triptofanul, valina și treonina. Nu în ultimul rând, consumul de semințe de cânepă asigură sursa necesară de imunoglobuline, necesare pentru producerea anticorpilor și întărirea sistemului imunitar.

Stresul este contagios. Ce metode simple poți aplica pentru a-l reduce?

Fie că este vorba despre un șef agitat, fie că e vorba despre un partener de viață care este mereu nemulțumit și îngrijorat, traiul lângă o persoană stresată te poate îmbolnăvi de anxietate sau depresie.

Un studiu german a arătat că stresul este contagios și că, o persoană care vine în contact cu o alta care a suferit, să spunem, un traumatism major de tipul unui accident de mașină ajunge în scurtă vreme să-și facă griji suplimentare. „Ajungi să te întrebi dacă nu cumva o astfel de nenorocire te poate lovi și pe tine”, explică doctorul Ken Yeager, profesor asociat de psihiatrie la Centrul Medical al Universității Wexner din Ohio, informează Adevărul.

Oricare ar fi motivele de stres și sunt multe, psihologii ne asigură că putem lua câteva măsuri simple prin care îl putem ține sub control. Astfel, psihologul american Leslie Carr afirmă că trezitul devreme care ne dă posibilitatea să avem 15-20 de minute doar pentru noi înșine ne ajută să facem față provocărilor zilei. „Multe persoane își încep ziua ca o rachetă și este foarte posibil ca nimic să nu meargă cum trebuie. Rezervați-vă puțin timp dimineața doar pentru voi. Gândiți-vă în timp ce vă beți cafeaua la țelurile acelei zile sau citiți ceva care să vă motiveze. Veți observa că o zi nebună se poate transforma într-una mai normală”.

Studiile au arătat că roșu este o culoare care excită, în timp ce albastru, gri sau verde sunt relaxante. Știind câteva principii despre teoria culorilor ne putem amenaja un spațiu prietenos de muncă sau de odihnă.

Dacă ai o zi în care nimic nu-ți merge, ajută să-ți vizualizezi stresul. „Imaginează-ți gândurile ca pe niște norișori care plutesc deasupra ta. Când reușești să îți privești gândurile ca pe niște obiecte care vin și se duc ești mai puțin predispus la stări neplăcute, ca și la emoții negative”, este de părere dr. Erin Olivo, profesor asistent de psihologie la Universitatea Columbia.

O altă metodă eficientă și, totodată, amuzantă, de calmare este aceea de a urmări filmulețe cu pisici. Vizionarea unor filmulețe haioase la finalul unei zile stresante ajută creierul să se relaxeze. La fel și grădinaritul care, ca orice activitate care implică manualitate și concentrarea pe alte tipuri de activități ajută mintea să rupă spirala stresului, mai spune sursa citată.



Tel: 662 160 160 C/Henares 30
Velilla de San Antonio

Nunți, botezuri, mese festive
în cele mai bune condiții
la prețuri competitive!

Atmosferă caldă și primitoare. Servicii ireproșabile.
Preparate de bună calitate. Încercați și nu veți regreta!

BEREA GRATIS PENTRU
NUNȚI ȘI BOTEZURI.



Antrenorul Cosmin Olăroiu a câștigat al patrulea titlu

Antrenorul român Cosmin Olăroiu a cucerit titlul de campion al Emiratelor Arabe Unite, cu echipa Al Ahli Dubai, după ce rivala Al Ain a fost învinsă în deplasare de modesta Fujairah cu scorul de 3-2, informează AGERPRES.

Al Ahli este virtual campioană în Arabian Gulf League, având 62 de puncte din 24 de meciuri, cu șase mai mult decât Al Ain (56), a doua clasată, care are 25 de meciuri.

Olăroiu câștigă al doilea său titlu de campion în EAU cu Al Ahli, după cel din sezonul 2013-2014. În stagiunea trecută, echipa s-a clasat pe un modest loc 7. Tehnicianul are în total patru titluri de campion câștigate în EAU, primele două fiind cu Al Ain (2011-2012, 2012-2013).

Cosmin Olăroiu activează la Al Ahli din iulie 2013 și a mai câștigat cu echipa Cupa Ligii EAU (2013-2014), Supercupa EAU (2013, 2014), jucând și finala Ligii Campionilor Asiei în 2015, mai spune sursa citată.

Echipa masculină de sabie a României, medaliată cu bronz la Rio

Echipa masculină de sabie a României a cucerit medaliile de bronz la Campionatele Mondiale de scrimă pe echipe în probe neolimpice de la Rio de Janeiro, după ce a dispus de Iran cu scorul de 45-35 în finala mică, informează AGERPRES.

Echipa antrenată de Mihai Covaliu, în componența Tiberiu Dolniceanu, Alin Badea, Iulian Teodosiu (Ciprian Gălățanu a fost rezervă), a dominat ostilitățile și s-a impus fără emoții.

Tricolorii au avut un început ezitant, Teodosiu pierzând primul schimb cu Mojtaba Abedini (1-5). O prestație excelentă a lui Dolniceanu, 9-1 cu Farzad Baher Arasbaran, a făcut ca România să preia conducerea, cu 10-6. Alin Badea a consolidat avantajul echipei noastre (5-4 cu Ali Pakdaman), iar Teodosiu a mărit ecartul la 20-11 după disputa cu Baher Arasbaran. Badea a câștigat și el releul cu Abedini, iar scorul a devenit 25-13, Dolniceanu impunându-se la limită în fața lui Pakdaman (30-17). Badea și Teodosiu au cedat în confruntările cu Baher Arasbaran, respectiv Pakdaman, iar scorul a devenit 40-32, înaintea ultimului schimb, câștigat de Dolniceanu în fața lui Abedini, scorul final fiind de 45-35.

În optimi, România a trecut de China cu scorul de 45-36, iar în sferturi a învins Italia, campioana mondială en titre, cu 45-43, pierzând în semifinală cu Rusia, cu 24-45. Tricolorii au atins sferturile de finală la ultimele opt ediții ale Mondialelor, dar precedentele două nu au reușit să prindă semifinalele, conform sursei citate.

Finala s-a disputat între Rusia și Ungaria, echipa masculină de sabie a Rusiei, fiind câștigătoare.

Gimnastică artistică: România participă cu 5 seniori și 5 juniori la Berna

România va concura cu 5 seniori și 5 juniori la ediția 2016 a Campionatelor Europene de gimnastică masculină găzduită de Berna între 25 și 29 mai, competiție la care și-au anunțat participarea aproape 500 sportivi din 37 de țări, potrivit site-ului Federației Române de Gimnastică, informează AGERPRES.

Din lotul de seniori, antrenat de Ioan Suciu, Ștefan Gal și Ionuț Corlaci, fac parte Marian Drăgulescu, Marius Berbecar, Cristian Bătagă, Andrei Muntean și Vlad Cotuna, care, în aceeași componență, plus Andrei Ursache, s-a clasat pe locul 5 la turneul preolimpic



Foto: commons.wikimedia.org

de la Rio de Janeiro și a ratat calificarea la JO 2016.

Lotul de juniori, condus de antrenorii Cornel Burduhosu și Adrian Ianculescu, este compus din Iosif Costea, Rafael Szabo, Eduard Gavrila, Cătălin Druinea și Alexandru Bănicioiu.

În concursul rezervat seniorilor participă 323 de gimnaști din 37 de țări, iar în cel al juniorilor s-au înscris 165 de sportivi din 37 țări. Din delegația română mai fac parte Eugen Cățean și Dan Grecu, în calitate de arbitri.

Competiția debutează miercuri 25 mai cu calificările din concursul juniorilor, iar joi intră seniorii în concursul de calificare. Vineri este programată finala la individual compus juni-ori. Seniorii, care nu au finala la individual compus, vor evolua sâmbătă în finala pe echipe, iar duminică se dispută finalele pe aparate la juniori și seniori, mai spune sursa citată.

În 2015, la Europenele de la Montpellier, Marius Berbecar a cucerit argintul la paralele.

Componența lotului feminin, care va participa la CE de la Berna (1-5 iunie), va fi comunicată după 2 mai, informează FR de Gimnastică.

Steaua și Dinamo, în topul echipelor cu cele mai lungi serii de victorii consecutive din Europa

Steaua și Dinamo le depășesc pe Bayern München, Barcelona și Real Madrid, într-un top dat publicității de UEFA al echipelor cu cea mai lungă serie de victorii în campionatul intern din istoria fotbalului. Echipa antrenată de Mircea Lucescu, Șahtior Donețk este pe locul 2 în această ierarhie, informează Mediafax.

În urmă cu 28 de ani, cele mai titrate formații din fotbalul românesc, Steaua și Dinamo au reușit 17 partide la rând cu victorie în campionatul intern. Pentru câștigătorea Cupei Campionilor Europeni din 1986 a fost un nou sezon de excepție, 1988-1989, la finalul căruia Steaua București juca a doua finală a celei mai importante competiții europene

intercluburi și o pierdea, scor 0-4, cu AC Milan. Sezonul 1988-1989 a fost foarte bun pentru Dinamo București, cu Mircea Lucescu antrenor, a revenit în elita fotbalului european, ajungând până în sferturile de finală ale Cupei Cupelor, unde a fost eliminată fără a pierde de Sampdoria Genova. În competițiile interne, Dinamo nu reușește să întrerupă supremația Stelei, încheind pe locul doi în campionat și pierzând finala Cupei României. Dorin Mateuț câștigă Gheata de Aur a Europei pentru cele 43 de goluri marcate în Divizia A. Cu toate acestea, în 1988, Dinamo a avut parte de o serie de 17 meciuri în care s-au impus.

În topul publicat de UEFA, Steaua și Dinamo se află peste

multe echipe de renume din Europa, printre care Barcelona, Real Madrid sau Benfica Lisbona. Topul este condus de Dinamo Tirana, care în sezonul 1951-1952 a avut 25 de victorii consecutive. După performanța reușită cu Dinamo în 1988, Mircea Lucescu a bifat 24 de victorii la rând cu Șahtior Donețk, în 2012, mai spune sursa citată.

Topul echipelor cu cele mai lungi serii de victorii consecutive:

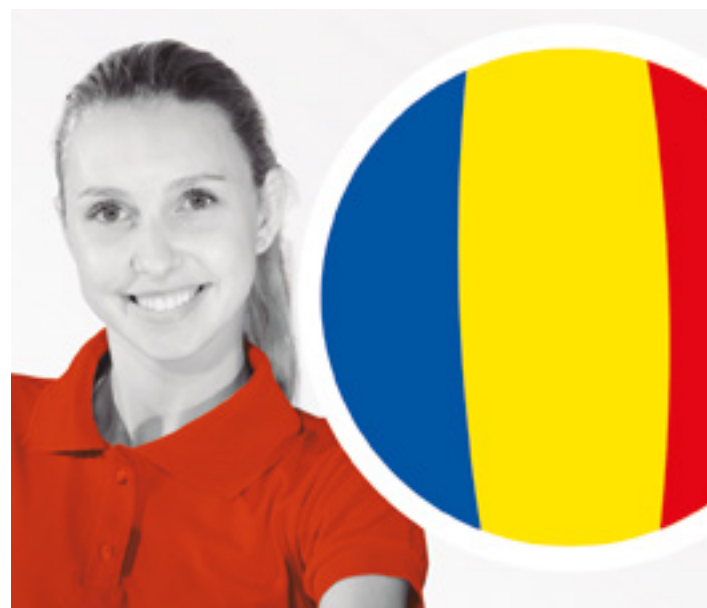
25 jocuri – Dinamo Tirana (Albania) 1951-52;
24 jocuri – Shakhtar Donetsk (Ucraina) 2012;
22 jocuri – PSV (Olanda) 1987-88;
19 jocuri – Bayern München (Germania) 2013-14;
18 jocuri – FH Hafnarfjörður

(Islanda) 2004-05;

17 jocuri: Steaua București (România) 1988; Dinamo București (România) 1988; Internazionale (Italia) 2006-07; Celtic (Scoția) 2011-12; Ventspils (Letonia) 2013-14;

16 jocuri: Dnepr Mogilev (Belarus) 1998; Valur Reykjavík (Islanda) 1978; Barcelona (Spania) 2010-11; Porto (Portugalia) 2010-11; Olympiacos (Grecia) 2005-06; Pyunik (Armenia) 2004; Kareda Šiauliai (Lituania) 1997-98;

15 jocuri: Benfica (Portugalia) 1963; Real Madrid (Spania) 1960-61; Bayern München (Germania) 2005; Sparta Praga (Cehia) 1999-2000; Bangor City (Țara Galilor) 2010; Celtic (Scoția) 2013-14; Dinamo Minsk (Belarus) 1995.



TRIMITE BANI ÎN ROMÂNIA

Reducere de 1€ la primul transfer realizat, numai pentru noii clienți ! Ofertă valabilă până la 30 Iunie.

Cod Promoție:

RIAHUELVA

Ria

Urmărește-ne pe : www.facebook.com/RiaSpain

TRANSFER RAPID
CEC Bank

RIB
Romanian International Bank

SMITH & SMITH

MUNCĂ

Doamnă cu aspect plăcut, serioasă și muncitoare caută de muncă în servicii domestice cu ora sau permanent de luni până vineri, (referințe bune). Tel: 642958324 – Maria.

Cu experiență în construcții și zugrăveli caut loc de muncă în zona Madrid. Disponibilitate la program prelungit și deplasări. Tel: 642072927.

MATRIMONIALE

Bărbat de 60 de ani, sincer, atrăgător, cu serviciu doresc să cunosc o doamnă din Comunitatea Madrid. Tel: 603216763.

Bărbat necăsătorit, singur, fără obligații, nefumător, doresc să cunosc o româncă până în 40 de ani, com. Madrid. Tel: 642223279.

Domn de 38 de ani, 1.66 m înălțime, din Madrid, doresc să cunosc o doamnă până în 40 de ani. Tel: 642694342.

Dacă ești o doamnă singură, sinceră și simpatcă, ți-e dor să iubești și să fii iubită, caută-mă la telefon 642758257. Eu am 56 de ani și sunt divorțat.

Bărbat divorțat, 42 de ani, caut o doamnă sau domnișoară cu vârsta până în 40 de ani. Tel: 642728159.

Bărbat de 41 de ani, divorțat, comunitatea Madrid, caut o femeie de vârstă apropiată. Tel: 642002967.

Busco una mujer extranjera para amistad y posible

relación de pareja. Soltero, 52 años, comunidad de Madrid. Tel: 687858760 – Ángel Luis.

Chico serio y simpático busca chica de 28 a 36 años para amistad o posible relación de pareja. Tel: 688383660.

Español divorciado quiere amistad sin límites con chicas rumanas de 37 a 47 años. Tel: 692349636.

Hola, soy un chico soltero, vivo en Madrid capital, con buen trabajo, estable y me gustara conocer una chica culta, honrada como yo lo soy para una relacion seria, amistad o matrimonio. No importa la nacionalidad. Ruego mucha seriedad. Tel: 657131211 / 677026947.

Tânăr de 27 de ani, nefumător, cu loc de muncă stabil, doresc să cunosc o domnișoară între 25 și 30 de ani. Tel: 644207353.

DIVERSE

Se traspasa finca—restaurante rumano con opción a compra en condiciones muy ventajosas. Tel: 642667795.

Vând microfon profesional de studio, „Studio Projects 1000” aproape nou, folosit doar de câteva ori în studio. Are mai multe butoane de reglaj în funcție de vocea celui care îl folosește. Preț 200€ tel: 642002521.

Vând teren în județul Alba, Orașul Zlatna, lângă șosea, 4.228 m2, (se poate vinde și jumătate din suprafață) conductă de gaz, curent și apă. Mai multe informații la tel: 642607784 (preț negociabil).

Car Center

GRUPO GIL - CONCESIONARIO OFICIAL OPEL, SEAT, MAZDA
- SEGUNDA MANO TODAS LAS MARCAS

Posibilidad de Financiación

 8500€ FINANCIADO CITROEN C3 HDI, 2012	 16900€ FINANCIADO OPEL MOKKA 16 CDTI 136 CV	 9900€ FINANCIADO SEAT IBIZA 16 TDI 105 CV
 6900€ FINANCIADO CHEVROLET AVEO, AÑO 2011	 10900€ FINANCIADO RENAULT MEGANE, AÑO 2012	 21800€ FINANCIADO OPEL INSIGNIA, AÑO 2015
 16900€ FINANCIADO OPEL INSIGNIA CDTI, AÑO 2014	 12900€ FINANCIADO OPEL ASTRA 17 CDTI, AÑO 2014	 8900€ FINANCIADO FORD FIESTA, AÑO 2013

**CAR CENTER GRUPO GIL, VIA COMPLUTENSE, 135
28805 ALCALA DE HENARES (MADRID)
TFNOS.: 91 889 45 12, 664 352 455, 697 106 418**



GESTIONMADRID
Tlfno.: 91 830 73 00



- Laboral
- Societăți
- Autonomi (P.F.A.)
- Contabilitate



GRUPO GESTION UADALAJARA
Tlfno.: 949 10 18 28

- Avocați
- Transfer vehicule
- Imobiliare
- Declarație renta

OFERTĂ: Prețuri începând cu 30€ pentru AUTONOMI
*Consultați condiții la tel. 91 830 73 00 / 949 10 18 28

Digi  89€ o luna gratis de abonament	Telekom  59€ include posturile Antena	Focus HD  149€ 5 luni gratis de abonament
Montaj antene parabolice Reparatii receptoare • Reparatii calculatoare Decodari telefoane • Plati abonamente TV		
DIGI+ Distribuidor autorizado Digi Mobil		
Alcala de Henares - C. Juan de Cardona, 1 tel: 642 333 333		
Coslada - C. Trafalgar, 3 tel: 642 333 332		
www.digiplus.es		

CEL MAI MIC PREȚ

TRADUCERI • OMOLOGĂRI • APOSTILE • DOSARE CREDITE | ROMÂNĂ • SPANIOLĂ • GERMANĂ • FRANCEZĂ • ENGLEZĂ • RUȘĂ • BULGARĂ • ITALIANĂ • PORTUGHEZĂ • CHINEZĂ • ARABĂ

Traduceri “juradas”: RO ▶ toate limbile

- Certificate de naștere, căsătorie, celibat, cazier judiciar
- Apostila de la Haga pe original
- Alte documente: livret de familie, sentințe, cărți de muncă, foi matricole, diplome etc.

Traduceri legalizate: toate limbile ▶ RO

- Pentru Consulat: NIE/Denunț/Sentințe de divorț/Certificate de naștere, deces, căsătorie cu apostilă
- Dosare pentru căsătorie și certificate medicale
- Pentru România: Traducem și legalizăm orice document cu / fără apostila de la Haga pentru România

Omologare studii / recunoaștere profesională

- Traducem: diplome, adeverințe, foi matricole, suplimente de diploma în/din orice limbă
- Pregătim și depunem dosare pentru omologarea și recunoașterea studiilor

Împuterniciri

În limba spaniolă cu apostilă de la Haga și traducere în limba română pentru călătorie minor, obținerea de alocații, pensii, vânzări/cumpărări, divorțuri, solicitări de documente (certificate de naștere, căsătorie, celibat, adeverințe) etc.

Ne găsiți în:
MOSTOLES
MADRID
ALCALÁ DE HENARES
COSLADA
ALCOBENDAS
TOLEDO
SAN MARTIN DE LA VEGA
PALMA DE MALLORCA
MALAGA
CORDOBA
SEVILLA

**Tel: 911 102 690
Fax: 916 205 616
Mobile și
WhatsApp:
670 555 865**

* traducător autorizat pentru limba spaniolă în temeiul autorizației nr. 29546 / 2010, eliberate de Ministerul Justiției din România
* traducători “jurados” recunoscuți de Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación din Spania



Împreună la fiecare masă!

Petrece clipe de neuitat alături de cei dragi și pune întotdeauna pe primul loc calitatea produselor pe care le consumi.

Te rasfățăm cu cele mai gustoase și sănătoase produse de fabricație proprie, 100% din carne atent selecționată și condimente naturale.



*Am deschis
două magazine noi:*

Tomelloso C/ Campo, 102
Alcázar de San Juan
C/ Malvasia, 1

Zaragoza C/ Reina Fabiola, 31, hotel Boston
Zaragoza C/ Duquesa Villahermosa, 4, plaza Roma
Calatayud C/ Benedicto XIII, 4
Arganda del Rey C/ Misericordia loc 3.4,
vizavi de galerie

Coslada C/ Doctor Ochoa, 1, plaza del Sol
Madrid C/ Maqueda, 132, aproape de stația de metrou Aluche
Alcala de Henares C/ Juan de Austria, 5
Getafe C/ Ramon y Cajal, 10
Torrejon de Ardóz Plaza de España (lângă Autogară)