

PAG. 5 | SOCIAL



Situația forței de muncă în județ și tendințele de pe piața de profil, sunt doar câteva dintre răspunsurile oferite, într-un interviu, de către directorul executiv al AJOFM Hunedoara.

PAG. 16 | TIMP LIBER



torilor
Un inedit eveniment va avea loc, săptămâna viitoare, la Castelul Nopcsa, din Țara Hațegului, redat, de curând, circuitului turistic.

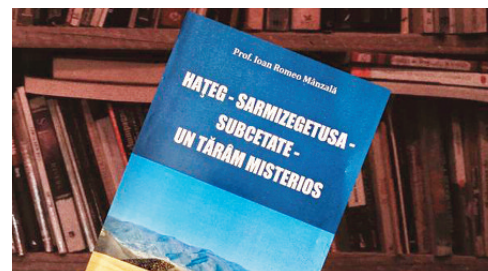
PAG. 8-9 | MAGAZIN



Cu parfumul lor discret și un gust inconfundabil, castanele, aceste roade ale toamnei târzii, ascund în conținutul lor o veritabilă farmacie naturală.

Fondat de Cornel POENAR

Accent Media



Scriitorul și jurnalistul Ioan Romeo Mânzală își lansează o nouă carte cu prilejul Salonului Hunedorean al Cărții. /pag.16

ANUL XX • NR. 931 • APARE 17 - 23 OCTOMBRIE 2025 • 16 PAGINI • 3 LEI • WWW.ACCEMEDIAR.O

Atac cibernetic la Primăria Orăștie

/p. 3

Se vinde
casa cu
magnolii.
Simeria,
telefon
0753083333.


Accent Media

Tel. 0722 402 044

**Anunțuri de
mare și mică publicitate
în ziare locale și centrale**

E-mail: accentmediahd@yahoo.com • www.accentmedia.ro

Primăria comunei Vălișoara anunță acordarea ajutoarelor pentru încălzirea locuinței în sezonul rece 2025-2026



Primăria comunei Vălișoara informează cetățenii că, începând cu sezonul rece noiembrie 2025 - martie 2026, se pot depune cererile pentru acordarea ajutoarelor destinate încălzirii locuinței - ajutoare pentru gaze naturale, energie electrică, combustibili solizi și/sau petrolieri -, precum și suplimentul pentru energie, conform Legii nr. 226/2021 privind stabilirea măsurilor de protecție socială pentru consumatorul vulnerabil de energie.

Pot beneficia de aceste ajutoare consumatorii vulnerabili de energie din comuna Vălișoara, care utilizează pentru încălzirea locuinței unul dintre sistemele eligibile. Venitul mediu net lunar până la care se acordă sprijinul este de 1.386 lei/persoană pentru familie și 2.053 lei pentru persoanele singure. Ajutorul se

acordă pentru un singur sistem de încălzire și doar pentru locuința de domiciliu sau de reședință.

Solicitățile pot fi depuse la sediul Primăriei comunei Vălișoara, la Compartimentul Asistență Socială - Protecție Copii, prin completarea formularului tip pus la dispoziție de instituție. Dosarul trebuie să conțină:

- cerere-declarație pe propria răspundere (formular-tip);
- acte de identitate și documente privind componența familiei;
- dovezi ale veniturilor nete din luna anterioară depunerii cererii;
- adeverință de la registrul agricol;
- adeverință de la compartimentul taxe și impozite locale privind bunurile deținute;
- copie după ultima factură de energie electrică (pentru suplimentul de energie).

Formularul de cerere și lista completă a actelor necesare pot fi consultate la sediul Primăriei sau pe site-ul instituției, începând cu 20 octombrie 2025.

De asemenea, Primăria reamintește că deținerea anumitor bunuri poate conduce la excluderea acordării ajutorului pentru încălzirea locuinței. Printre acestea se numără:

- clădiri sau alte spații locative suplimentare în afara locuinței de domiciliu;
 - terenuri intravilane mai mari de 1200 mp (urban) sau 2500 mp (rural);
 - autovehicule cu o vechime mai mică de 10 ani (cu excepția celor pentru persoane cu dizabilități) sau mai mult de un vehicul mai vechi de 10 ani;
 - ambarcațiuni de agrement;
 - depozite bancare care depășesc de trei ori câștigul salarial mediu brut stabilit prin lege.
- În situațiile în care bunurile sunt date în închiriere, arendă sau concesiune, veniturile obținute vor fi luate în calcul la stabilirea dreptului de ajutor.
- „Primăria comunei Vălișoara îi încurajează pe locuitorii eligibili să se informeze din timp și să depună cererile complet și corect întocmite, pentru a beneficia de sprijinul destinat sezonului rece 2025-2026”, ne-a spus primarul comunei Vălișoara, Camelia Bedea.

Vața de Jos

Simpozion științific național dedicat siguranței la locul de muncă, organizat de Inspectoratul Teritorial de Muncă



Un eveniment deosebit se desfășoară săptămâna viitoare între 22-24 octombrie la Vața de Jos, județul Hunedoara — un simpozion științific organizat de Inspectia Muncii, prin intermediul inspectoratelor teritoriale de muncă din patru centre regionale: Hunedoara, Dolj, Iași și Tulcea.

„Săptămâna viitoare, la Vața are loc un simpozion științific organizat de Inspectia Muncii Hunedoara. Până acum, evenimentul s-a desfășurat la Dolj, urmează Iașul în perioada 15-17 octombrie, Hunedoara între 22-24 octombrie, iar Tulcea va încheia seria pe finalul lunii”, a declarat **Adrian Florin Bozdog**, inspector-șef al ITM Hunedoara.

La centrul regional Hunedoara vor participa reprezentanți ai inspectoratelor teritoriale de muncă din Satu Mare, Bihor, Mureș, Sibiu, Alba, Bistrița-Năsăud, Sălaj, Brașov și Cluj, care vor susține

lucrări științifice pe tema: „Locuri de muncă sigure și sănătoase în era digitală”.

„Fiecare inspector de muncă va prezenta câte două lucrări științifice referitoare la această temă, în data de 23 octombrie, joi, începând cu ora 9:30. Vineri vor fi dezbătute concluziile și vor avea loc discuțiile finale”, a adăugat inspectorul-șef.

Lucrările științifice prezentate în cadrul simpozionului vor fi publicate pe un CD cu ISBN, care va fi transmis inclusiv Academiei Naționale, reprezentând o contribuție semnificativă a inspectorilor de muncă din cele zece inspectorate participante la promovarea culturii securității și sănătății ocupaționale în România.

Prin acest eveniment, ITM Hunedoara consolidează rolul județului ca pol regional al cercetării și educației în domeniul securității și sănătății în muncă, subliniind importanța adaptării la provocările erei digitale.

Cătălina Neag

ANUNȚ

Lichidatorul judiciar al **Tasia Events Team SRL** anunță vânzarea prin licitație publică cu strigare, cu preț în urcare, a următoarelor bunuri:

1. SELF-COOKING RAȚIONAL PE GAZ- 49.671 lei plus TVA;
2. MAȘINĂ DE GĂTIT 8 FOCURI PE GAZ CASTA- 9.048 lei plus TVA;
3. DULAP FRIGORIFIC CONGELARE -2.730 lei plus TVA;
4. MULTIFUNCȚIONAL CANON 1435IF - 438 lei plus TVA.

Licitatia va avea loc în data de 17 octombrie 2025, ora 14,30 la sediul Quantum I.P.U.R.L. Deva, str. Mărăști, bl. D3, sc. 4, ap. 44, jud. Hunedoara.

În cazul nevalorificării activelor, licitația se va repeta în datele de 24 și 30 octombrie 2025 în același loc și la aceeași oră.

Garanția de participare la licitație este de 10% din prețul de mai sus și se va achita până în prețuia licitației. Caietele de sarcini se vor achiziționa la prețul de 100 lei+TVA.

Informații: tel.0730009903, de luni până vineri între orele 10 - 12.

ANUNȚ

Primăria Comunei Vața de Jos scoate la vânzare două partizi-tăieri din afara fondului forestier, astfel:

- Partida 17547/2500121006160, volum 2537,13 mc, preț pornire la licitație 131 lei/mc, valoarea garanției 33.240 lei
- Partida 15748/2500121006170, volum 2295,89 mc, preț pornire la licitație 117 lei/mc, valoarea garanției 26.870 lei.

Licitatia va fi cu preselecție, de tipul cu strigare și se va desfășura în sala de ședință din sediul Primăriei Comunei Vața de Jos, astfel:

- Data preselecției **21.10.2025, ora 15:00**
- Data licitației **27.10.2025, ora 10:00**
- Data limită de înscriere la licitație 21.10.2025, ora 10:00.

Atac cibernetic la Primăria Orăştie: date criptate, răscumpărare cerută în criptomonedă

Orăştie - Primăria municipiului Orăştie a devenit, miercuri, victima unui atac cibernetic de tip ransomware, în urma căruia o parte din baza de date a instituției a fost accesată ilegal și ulterior criptată de către atacatori.

Hackerii au cerut o răscumpărare în criptomonedă pentru deblocarea fișierelor compromise, conform declarațiilor făcute de primarul Ovidiu Bălan.

Potrivit acestuia, au fost anunțate toate instituțiile statului despre acest incident și au fost depuse plângeri în acest sens. Momentan se lucrează la refacerea bazei de date, fiind afectată partea de contabilitate.

„Vom face și o anchetă internă, iar la final vom efectua un audit informatic pentru a nu mai exista vulnerabilități”, a declarat primarul municipiului Orăştie.

Potrivit unui comunicat

oficial postat pe pagina de Facebook a Primăriei Orăştie, atacul a fost descoperit în cursul zilei de miercuri, iar IT-istul instituției, împreună cu specialiști externi în securitate cibernetică, au inițiat o investigație completă pentru a evalua amploarea situației și a limita efectele acesteia. Din primele cercetări, au fost accesate date sensibile, însă investigațiile sunt încă în desfășurare.

Primăria Orăştie a subliniat că a notificat deja autoritățile competente în domeniul protecției datelor personale și colaborează activ cu structurile de cybersecurity ale statului pentru identificarea atacatorilor. De asemenea, administrația locală a transmis că regretă incidentul și își cere scuze persoanelor afectate, asigurând publicul că vor fi luate măsuri suplimentare pentru a întări securitatea IT.



Atacurile cibernetic asupra instituțiilor publice – o problemă tot mai gravă în România

Cazul Primăriei Orăştie nu este unul izolat. În ultimii ani, România s-a confruntat cu o creștere semnificativă a atacurilor cibernetic asupra

instituțiilor publice și companiilor private. Conform datelor furnizate de Directoratul Național de Securitate Cibernetică (DNSC), doar în anul 2024 au fost raportate peste 25.000 de incidente de securitate cibernetică, dintre care aproximativ 30% au

vizat administrații locale sau instituții publice.

Cele mai frecvente atacuri sunt ransomware – blocarea sau criptarea datelor în scopul obținerii unei răscumpărări, phishing – trimiterea de e-mailuri false pentru colectarea datelor de autentificare, exploatarea vulnerabilităților software – prin sisteme neactualizate sau parole slabe, atacuri de tip DDoS – blocarea temporară a site-urilor prin suprasolicitarea serverelor.

Incidentul de la Primăria Orăştie atrage atenția asupra necesității urgente de a întări infrastructura digitală a instituțiilor publice din România. Într-o eră în care datele reprezintă una dintre cele mai valoroase resurse, securitatea cibernetică trebuie privită nu doar ca o măsură tehnică, ci ca o prioritate strategică a oricărei administrații.

Comitetul de Monitorizare pentru Programul Regional Vest 2021-2027



Hunedoara – În municipiul Hunedoara a avut loc, joi, ședința Comitetului de Monitorizare pentru Programul Regional Vest 2021-2027. La eveniment au participat reprezentanți ai Comisiei Europene, ai primăriilor și consiliilor județene din întreaga regiune (Timiș, Arad, Caraș – Severin și Hunedoara), observatori din partea mai multor ministere și instituții centrale, alături de conducerea ADR Vest.

În preambulul întâlnirii de lucru, o bună parte dintre participanții la eveniment au avut parte de o scurtă prezentare a câtorva dintre proiectele cu finanțare europeană implementate de Primăria Hunedoara, vizita

având ca punct final Muzeul Castelul Corvinilor – cel mai important obiectiv cultural, istoric și turistic din județul Hunedoara, monument care a beneficiat de o primă etapă de restaurare, conservare și punere în valoare prin POR 2014 – 2020 (finalizată cu ajutorul PR Vest 2021 – 2027), iar acum trece printr-o a doua etapă de restaurare, mulțumită unei alte finanțări, obținută prin PNRR.

„Este pentru prima oară când Agenția pentru Dezvoltare Regională Vest organizează o ședință a Comitetului de Monitorizare în afara Timișoarei – „capitala regiunii”, dacă vreți să-i spunem așa. Suntem onorați că

Hunedoara a fost aleasă pentru a găzdui acest eveniment. Cred că a contat faptul că municipiul nostru se află în „top 3” într-un clasament național al orașelor care nu sunt reședință de județ, în ce privește atragerea de fonduri europene. Este vorba despre un eveniment important pentru că, în cadrul acestor ședințe, se analizează stadiul general al implementării proiectelor cu finanțare europeană derulate prin PR Vest și se stabilesc direcții importante pentru următoarea perioadă în ce privește proiectele prezente și viitoare”, a declarat primarul municipiului Hunedoara, Dan Boțușanu.

Restricții de circulație în Piața Cetății Deva la sfârșitul acestei săptămâni



Deva - În municipiul Deva, va avea loc în perioada 17-19 octombrie, evenimentul gastronomic și cultural-artistic - „Festivalul Toamnei și al Recoltei la Deva”.

Pentru o bună desfășurare a evenimentului, traficul rutier va fi închis după cum urmează:

- Pe strada Stadionului, sectorul de drum cuprins între intersecția cu Strada Horea și intersecția cu Strada Axente Sever, începând din data de 16 octombrie 2025, ora 16:00 până în data de 20 octombrie 2025, ora 10:00.

- Pe strada Axente Sever, sectorul de drum cuprins între intersecția cu Strada Horea și intersecția cu Strada Valeriu Braniște, din data de 16 octombrie 2025, ora

16:00 până în data de 20 octombrie 2025, ora 10:00.

De asemenea, traficul rutier va fi restricționat pe strada Strada Axente Sever, sectorul de drum cuprins între intersecția cu Strada Valeriu Braniște și intersecția cu strada Tribunalul Solomon, în perioada 17 – 19 octombrie 2025. Circulația rutieră va fi permisă doar într-un singur sens, cu obligativitatea virajului la stânga. Accesul din sens opus va fi interzis.

Totodată, accesul în parcare amenajată din Piața Cetății și în parcare Complexului Aqualand Deva va fi restricționat din data de 16 octombrie 2025, ora 16:00 până în data de 20 octombrie 2025, ora 10:00.

Premiul pentru excelență – Cel mai fidel cititor din comuna Ghelari

Ne-am bucurat să fim de față, în cadrul Secției de Împrumut Carte pentru Copii a bibliotecii noastre, la o nouă festivitate de premiere din cadrul proiectului „Caravana excelenței în lectură”, o inițiativă frumoasă și generoasă susținută de Asociația „Zamolxe 182”.

Proiectul a fost gândit de domnul Costel Avram, membru al asociației, un prieten apropiat al bibliotecii și un sprijin constant pentru lectură și educație. Prin această inițiativă generoasă a domnului Avram, lună de lună, copii pasionați de cărți transformă dragostea pentru lectură într-un motiv de sărbătoare. De această dată, premiul lunii octombrie a fost acordat unei tinere cititoare din comuna Ghelari – Raluca Patricia Apostu, o cititoare pasionată, a cărei curiozitate frumoasă și plăcere reală de a descoperi noi povești pe rafturile bibliotecii o fac să fie mereu



aproape de lumea cărților.

La eveniment au fost prezenți domnii Marius Mutulescu, Irinel Faur și Iosif Varga, membri ai Asociației „Zamolxe 182”, și domnul Ioan Sebastian Bara, managerul Bibliotecii Județene „Ovid Densusianu” Hunedoara - Deva. Raluca a venit însoțită de domnul Emerson Iancu Toma, primarul comunei Ghelari, de doamna Simona Ilca, bibliotecara din localitate, și de mama sa, doamna

Marcela Apostu.

Festivitatea a fost deschisă de domnul Sebastian Bara, care a laudat inițiativa Asociației „Zamolxe 182” de a premia excelența în cultură prin acest premiu dedicat lecturii, spunând că astfel de proiecte merită să fie urmate și de alte asociații și ONG-uri. A felicitat-o pe Raluca pentru dragostea ei față de cărți și a apreciat în mod special investițiile făcute de Primăria Ghelari în bi-

blioteca locală, subliniind că acolo unde există fonduri pentru achiziția de carte, apar și cititorii. Din partea bibliotecii, i-a fost înmănat Ralucai un pachet de cărți potrivite vârstei ei, un gest simbolic care să o însoțească mai departe în călătoria lecturii.

Domnul Emerson Iancu Toma, primarul comunei Ghelari, a mulțumit Asociației pentru premiu și domnului Bara pentru aprecieri, felicitându-l pe Raluca, pe care o cunoaște din comunitate, și evidențiind la rândul său importanța lecturii în formarea tinerilor.

Doamna Simona Ilca, bibliotecara comunei Ghelari, a vorbit cu emoție despre Raluca, pe care o cunoaște „din vremea grădiniței”, descriind-o ca pe un copil curios, conștiincios, care vine zilnic la bibliotecă. A mulțumit Asociației „Zamolxe 182” pentru premiu, domnului primar pentru sprijinul constant acordat bibliotecii din localitate și domnului Bara pentru implicare.

La rândul său, Raluca Patri-

cia Apostu, cu ochi senini și calzi, emoționată și foarte bucurasă, a transmis un îndemn sincer către toți copiii: „să citească”, pentru că „lectura dezvoltă creierul și te ajută în viață”. A menționat că ultima carte citită, pe care o recomandă cu căldură, este „Print și cerșetor” de Mark Twain, și a mulțumit părinților – în special mamei sale, doamna Marcela Apostu, prezentă la eveniment – pentru că au încurajat-o să citească încă de mică, precum și doamnei bibliotecare pentru toate recomandările frumoase de lectură.

Premiul în valoare de 500 de lei, alături de Diploma de excelență, au reprezentat o recunoaștere sinceră a valorii pe care o are lectura în viața celor tineri și un gest de încurajare pentru Raluca, aflată la început de drum.

Felicitări, Raluca Patricia! Ne bucurăm că faci parte din această frumoasă poveste a lecturii și îți dorim să rămâi mereu aproape de cărți și de visurile tale!

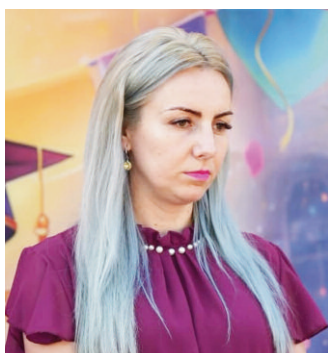
La Școala Gimnazială Bănița - fiecare zi, un pas înainte în formarea unor tineri responsabili



Deși Școala Gimnazială Bănița este o unitate de învățământ din mediul rural, va oferi și în acest an școlar o educație de calitate și activități moderne.

Care este contribuția Primăriei și a Consiliului local în acest sens, l-am rugat pe primarul comunei, **Dorin Petru Marc**, (foto 1) să ne vorbească.

– Ne aflăm în derulare cu proiectul „Dotarea Școlii Gimnaziale Bănița, cu mobilier, materiale didactice și echipamente digitale”. Până în prezent școala a beneficiat de mobilier școlar la standarde europene în valoare de 195.136,89 lei, fără TVA (aici vorbim de dulapuri, catedre, scaune, bănci, echiparea laboratorului de biologie cu mobilier specific, a laboratoru-



lui de informatică și a cabinetului de limba română), crearea unui laborator de psihopedagogie.

S-au achiziționat echipamente IT în valoare totală de 266.969 lei, fără TVA. Aici vorbim despre table inteligente, calculatoare, laptopuri, imprimante, diverse softuri educaționale.

Am demarat achiziția de materiale didactice în valoare de 182.520 lei, unde elevii vor beneficia de săli de sport amenajate corespunzător. Sălile de clasă vor fi dotate cu materiale didactice specifice fiecărei grupe de vârstă. Laboratoarele, de asemenea.

Totodată, Primăria a făcut demersurile necesare pentru a se menține programul masa

caldă și pentru Școala Gimnazială Bănița. În prezent, elevii beneficiază de o masă caldă pe zi.

De notat că Primăria a sprijinit școala în reparațiile minore: revopsirea sălilor de clasă și recompartimentarea unora dintre acestea pentru a crea spații mult mai primitoare.

Pe fondul discuțiilor cu primarul Dorin Petru Marc, directorul Școlii Gimnaziale Bănița, **prof. Jitea-Nicolae Andreea-Simona** (foto 2) a venit cu noi amănunte.

– În prezent, unitatea noastră școlară cuprinde 14 preșcolari, 25 de elevi în învățământul primar și 17 elevi în învățământul gimnazial.

Sălile de clasă au mobilier modern, iar infrastructura IT permite desfășurarea activităților educaționale într-un cadru atractiv și adaptat nevoilor elevilor.

În anul școlar 2025-2026, comunitatea școlară a marcat deja câteva evenimente importante: participarea la campania „Let's Do It, România!”, cu prilejul Zilei Curățeniei, precum și celebrarea Zilei Europene a Limbilor, prin activități educa-



tive și culturale. De asemenea, au fost derulate acțiuni în parteneriat cu organizația Salvați Copiii, axate pe siguranța și drepturile celor mici.

Pentru perioada următoare, școala își propune continuarea parteneriatului cu Inspectoratul Școlar Județean Hunedoara în cadrul Programului Erasmus+, care oferă elevilor și cadrelor didactice oportunități de învățare europeană, prin cursuri de formare pentru profesori, dar și vizite ale elevilor la școli din diverse state ale Uniunii Eu-

ropene. Totodată, vor fi continuate activitățile demarate prin proiectul finanțat prin PNRR - „Momârlanii de la Bănița - Cetatea Dacică”, în special atelierul de broderie și gravură în lemn, un exemplu frumos de îmbinare a tradiției cu educația modernă.

La Școala Gimnazială Bănița, fiecare zi înseamnă un pas înainte spre formarea unor tineri responsabili, implicați și mândri de rădăcinile lor.

Au consemnat Ioan Vlad și Georgeta-Ileana Cizmaș

Georgeta Tomuța, director executiv AJOFM Hunedoara:

„Succesul în carieră se construiește încă din învățământul gimnazial”

Deva – Agenția Județeană pentru Ocuparea Forței de Muncă (AJOFM) Hunedoara se implică, în mod constant, în derularea unor programe menite să-i ajute pe oameni să-și găsească o slujbă. Instituția derulează cursuri de calificare, organizează burse ale locurilor de muncă, dar și proiecte dedicate tinerilor absolvenți. Recent, Bursa locurilor de muncă dedicată absolvenților a fost un real succes. Tot atunci s-au anunțat primele recrutări de personal pentru noua termocentrală de la Mintia.

Directorul executiv al AJOFM Hunedoara, **Georgeta Tomuța**, a avut amabilitatea să răspundă întrebărilor Accent Media:

Accent Media (A.M.) - Rata șomajului în județul Hunedoara a fost, la finalul lunii august, de 4,64%. Cum a evoluat acest indicator în anul 2025 și care ar fi perspectiva pentru anul viitor?

Georgeta Tomuța (G.T.) - În ultimele 12 luni, la nivel național rata șomajului a înregistrat o constantă scădere, deși nu foarte semnificativă din punct de vedere procentual. Astfel dacă la finele anului 2024, rata șomajului a fost de 3.28%, în luna august aceasta a ajuns la 3.18%, în scădere cu 0,1 pp.

Din analiza statistică a șomajului din ultimii 15 ani, este cunoscut faptul că în județul Hunedoara s-au înregistrat constant procente ale ratei șomajului semnificativ mai crescute comparativ cu media națională. Motivul este bine știut – restructurarea sectorului minier și a celui siderurgic care au antrenat reducerea locurilor de muncă și în domenii de activitate care erau direct sau indirect legate de acestea.

Trendul descendent al ratei șomajului înregistrat la nivel național s-a reflectat și în șomajul din județul Hunedoara pentru primele 6 luni ale anului, rata șomajului coborând de la 4.44% în decembrie la 4.26% în iunie.

Creșterea abruptă de 0.3 pp, înregistrată în luna iulie – 4.56%, care a continuat și în luna august, are ca principală



explicație înregistrarea absolvenților în evidențele AJOFM. De asemenea proiectul „Tineret pentru viitor”, finanțat prin programul PEO, a contribuit la creșterea numărului de șomeri înregistrați. Una din activitățile proiectului constă în identificarea persoanelor fără loc de muncă și înregistrarea acestora în serviciul public de ocupare. Acest proiect se derulează până în martie 2028, și are ca obiectiv identificarea și înregistrarea în evidența AJOFM a peste 1200 tineri fără loc de muncă.

Referitor la evoluția ratei șomajului pentru anul 2026, este dificil de realizat o prognoză.

Deținem informații din partea angajatorilor cu privire la viitoare concedieri colective pentru finele anului 2025, respectiv 2026.

Privitor la viitoarele concedieri colective, am primit notificări de la 3 agenți economici, pentru un număr total de 355 persoane.

A.M. - Bursa locurilor de muncă pentru absolvenți a fost un real succes, prin numărul mare de participanți. Care sunt datele de bilanț ale acestei acțiuni?

G.T. - Au fost contactați un număr de 160 de angajatori în vederea participării la Bursă și au participat efectiv un număr de 53 de agenți eco-

nomici, iar oferta de locuri de muncă a numărat 531 de posturi, din care 25 posturi pentru persoane cu studii superioare și 4 posturi pentru persoane cu dizabilități.

La Bursă au luat parte un număr de 1.015 hunedoreni, dintre care 404 absolvenți, 25 de absolvenți cu risc de marginalizare socială și 16 absolvenți cu dizabilități, cu drept de muncă.

Au fost selectate 712 persoane în vederea încadrării, din care 275 de absolvenți și 2 absolvenți cu risc de marginalizare socială.

A.M. În cadrul Bursei, o firmă specializată a anunțat primele măsuri de recrutare a forței de muncă pentru termocentrala Mintia. Puteți detalia aspectele discutate cu reprezentantul firmei de recrutare?

G.T. - Compania DIETS-MANN care a anunțat primele măsuri de recrutare a forței de muncă, este o companie specializată în servicii de operațiuni și mentenanță pentru producție continuă, în principal în industria energiei.

Compania vine în sprijinul persoanelor în căutarea unui loc de muncă sau a persoanelor care doresc să-și schimbe locul de muncă oferind un număr de 74 locuri de muncă vacante destinate atât persoanelor cu studii

medii cât și persoanelor cu studii superioare.

A.M. - Ați avut o acțiune proactivă în ceea ce privește situația forței de muncă din zona Brad, unde o fabrică a anunțat că închide producția. Ați organizat o Bursă a locurilor de muncă dedicată. Care sunt rezultatele obținute?

G.T. - În luna septembrie am fost contactați de reprezentanții societății, care ne notificau cu privire la iminența închiderii activității, fiind afectate de concedierea colectivă 328 persoane. În conformitate cu prevederile Legii 76/2002, angajații societății au beneficiat de serviciile de preconcediere oferite de AJOFM Hunedoara.

Dar pentru a veni rapid în sprijinul angajaților și pentru a evita intrarea în șomaj am organizat un eveniment de tip „Bursa a locurilor de muncă” dedicată acestui segment. Evenimentul s-a desfășurat în 09.10.2025 la Liceul Teoretic „AVRAM IANCU” - structura Horia, Cloșca și Crișan (Sala de sport) din Municipiul BRAD, începând cu ora 15.

Au fost contactați un număr de 121 de angajatori în vederea participării la bursă și au participat efectiv un număr de 35 de agenți economici.

Oferta de locuri de muncă a numărat 260 de posturi, din care 3 posturi pentru studii superioare. La acest eveniment au participat 729 de persoane, din care 132 de persoane marginalizate social.

Au fost selectate de către angajatori 464 de persoane, care în perioada următoare vor susține proba de lucru sau interviul final în vederea încadrării în muncă.

A.M. - Există părinți care spun, atunci când copilul termină liceul sau facultatea, că mai este timp pentru ca acesta să-și găsească un loc de muncă. Este important ca tinerii să-și caute o slujbă cât mai devreme?

G.T. - Succesul în carieră se construiește încă din învăț-

mântul gimnazial. În primul rând este foarte important ca părinții să înțeleagă rolul consilierului în orientarea școlară și ulterior în orientarea profesională. Este important să corelăm atitudinile și aptitudinile elevilor cu oferta de școlarizare și oferta de formare profesională.

Este dificil să realizezi integrarea profesională a unui tânăr absolvent de liceu care nu deține nicio calificare. Pentru aceștia AJOFM furnizează servicii de informare și consiliere profesională, servicii de mediere a muncii și servicii de formare profesională, dar acest proces este unul de durată.

Lipsa calificării profesionale este principalul motiv pentru care cei mai mulți absolvenți devin șomeri și ulterior șomeri de lungă durată. Din această perspectivă părinții ar trebui să nu piardă din vedere învățământul profesional și tehnic, atunci când stabilesc o strategie privind școlarizarea copiilor.

Decizia căutării unei slujbe este a tânărului în primul rând. Absolvenții de studii superioare speră să obțină joburi bine plătite în domeniul pentru care s-au pregătit și este normal să fie așa.

De asemenea este normal să îți aloci timp pentru căutarea unui job, să analizezi mai multe oferte, să participi la cât mai multe interviuri. În acest fel ieși contact cu cerințele pieței muncii, cu oferta de locuri de muncă, cu așteptările angajatorilor și îți poți crea o imagine reală despre posibilitățile de dezvoltare a carierei profesionale.

Dacă perioada de după finalizarea studiilor este petrecută în acest fel, nu este un timp pierdut.

Intervalul de timp necesar luării unei decizii este diferit de la tânăr la tânăr. Există părinți care au posibilități financiare și care încurajează tinerii să exploreze ofertele de pe piața muncii, dar există și tineri care provin din familii cu venituri reduse și care nu își permit această analiză.

Cătălina Neag

Fotbal Liga a III-a

Victorii în Vale: bucurie și la Petroșani, și la Lupeni



CSM Jiul Petroșani s-a apropiat la două puncte de primul loc, în Seria 6 din Liga a III-a de fotbal, după etapa disputată la finalul săptămânii trecute. Alb-negrii au trecut, cu 4-1, acasă, de Gilortul Tg. Cărbunești, meci în care Albert Voinea a reușit o triplă, primul gol fiind marcat din penalty.

Echipa din Petroșani profită de remiza făcută de SCM Rm. Vâlcea, 1-1, cu CSM Tg. Jiu, în deplasare și se află la doar două puncte în spatele oltenilor. Liderul din Vâlcea are 20 de puncte, iar Jiul 18. Totuși, antrenorul Jiului e nemulțumit. Sorin Bălu, în stilul său inconfundabil, spune: "Este cea mai categorică victorie pe care noi am obținut-o până acum dar eu sunt totuși nemulțumit de evoluția echipei mele. Sunt bucuros pentru victorie și pentru că noi ne rupem totuși de plutonul care vine din urmă. Pot spune că am avut un joc nespecific nouă în care atacurile noastre nu erau bine organi-

zate. Repet, rămânem cu cele trei puncte importante."

Motive de bucurie au fost la Lupeni, unde Minerul a trecut cu 3-2 de Vulturii Fărcășești, a treia clasată. Vulturii au avut 2-1, dar golurile lui Lemac, din minutele 82 și 90+3, au întors rezultatul, 3-2. Reușita victoriei a venit când Lupeniul se afla în inferioritate numerică, după eliminarea lui Chifor, în minutul 84, pentru două galbene.

Numele noului antrenor al Lupeniului, Gabriel Toma, a fost scandal pe parcursul finalului de joc. El a declarat: "A fost greu să remontăm de la 2-1 pentru oaspeți, dar am reușit chiar dacă am ajutat un jucător eliminat. Cum ați spus și dvs. echipa joacă mult mai bine, e mai organizată, înseamnă că facem un lucru bun și dacă muncim bine vor veni și rezultatele. Mulțumesc acestui public minunat care este aproape de noi, sper ca spectatorii să vină la fiecare meci al nostru."

La jocul desfășurat la Lupeni, Brian Lemac a fost omul

meciului și a înscris două goluri spectaculoase. Ela a declarat la finalul partidei: "Am venit la echipă cu ambiții personale mari și astăzi am avut noroc, cu aceste două goluri. Mi-am dorit demult să înscriu pentru echipa mea și astăzi am reușit. Îmi pare rău pentru echipa mea, Vulturii Fărcășești, eu am jucat la această formație. Pentru noi a contat că ne-am mobilizat foarte mult, chiar dacă am jucat cu un om în minus. Antrenorul nostru a creat un grup omogen, a lucrat la mentalitatea fiecăruia și asta s-a văzut astăzi. Era nevoie de o victorie astăzi, ca și nevoia de aer dar am reușit să luăm cele trei puncte și asta contează cel mai mult!"

Minerul Lupeni este acum pe locul al șaptelea, cu 11 puncte, la doar o lungime de ultimele două poziții de play-off, a treia și a patra, iar echipa poate avea un nou început, cu noul antrenor la cârmă, iar jucătorii promit să scrie o nouă poveste de glorie! Succes!

Fotbal

AJF Hunedoara-model de bună practică prezentat la nivel internațional

Președintele AJF Hunedoara, Cristian Petrean, a fost invitat recent să participe la Seminarul Internațional de Dezvoltare Durabilă, organizat de Federația Română de Fotbal în parteneriat cu Federația Moldovenească de Fotbal.

În cadrul evenimentului, Cristian Petrean a prezentat proiectul „Fotbalul este mai mult decât un joc”, implementat de AJF Hunedoara prin Programul Operațional Capacitate Administrativă, un



proiect finanțat din fonduri europene și recunoscut ca model de bună practică.

„A fost o bucurie să împăr-

tășesc experiența noastră cu reprezentanții fotbalului din Republica Moldova. AJF Hunedoara este prima asociație județeană lider de proiect într-o inițiativă cu finanțare europeană – un pas important pentru dezvoltarea fotbalului local și profesionalizarea administrației sportive."

După cum se poate constata de către noi toți, fotbalul hunedorean continuă să fie un exemplu de implicare și dezvoltare durabilă!

Judo

Sportiva Maria Kis, medaliată la Campionatele Naționale



Eleva Maria Ariana Kis - legitimată la secția de judo de la Liceul cu Program Sportiv "Cetate" Deva a cucerit recent titlul național și o meritată medalie de aur la Campionatele Naționale de judo pentru categoria U18 în proba de NE-WAZA, întreceri desfășurate la Miercurea Ciuc.

Maria Ariana Kis se pregătește la clubul deven cu antrenorul Victor Gârbovan.

O scurtă recapitulare a performanțelor obținute de Maria Kis la vârsta de nici 17 ani, ce îi împlinesc în luna decembrie. Anul trecut în septembrie Loc 5 la vârsta ei. A urmat o ascensiune de laudat. În februarie reușește să obțină o medalie de bronz la Campionatul Național U18 după care urmează o altă medalie de bronz la Campionatul Național U21, Loc 5 la Campionatul Național Tineret U23.

Maria a cucerit o medalie de argint la Campionatul Național Seniori și una de aur la Campionatul Național Școlar U18. Au urmat competițiile internaționale Campionatele Balcanice cu un loc 5 la individual U18 în Bosnia-Herțegovina, un loc 7 la indi-

vidual U21 în Turcia și o medalie de bronz în competiția pe echipe mixte cu echipa României. A încheiat acum participarea la U 18 cu un frumos rezultat, și anume titlu de Campioană națională la Ne Waza (lupta la sol).

Pentru sportiva legitimată la LPS Cetate Deva urmează finala Campionatului Național U23 (luptă la sol) din 8.11.2025 la Cluj - Napoca.

Tot la Ciuc o prestație deosebită a avut-o și Filip Adrian la - 66 kg pregătit de Vasiliu Constantin, dar trebuie să ținem cont că e doar la categoria de vârsta U16 la care e vicecampion național.

Un rezultat internațional de excepție a înregistrat un alt sportiv legitimat la LPS Cetate Deva. În perioada 10.10.2025 la BUDVA în Muntenegru s-a desfășurat Campionatul Balcanic de Judo U15 individual la care a participat în premieră și devenul Radu Petrus la categoria -73 kg. A câștigat două meciuri (în care a luptat cu un sportiv din Turcia și cu unul din Muntenegru) și a pierdut două meciuri, cele cu reprezentanții din Grecia și din Bulgaria, clasându-se în final pe un onorant loc 9. El este pregătit de prof. Constantin Vasiliu.

Poenar Raluca Mihaela- Cabinet individual de psihologie

Deva, Bd. Nicolae Bălcescu, cod poștal 330040
Telefon: 0724 287 287

Ofer servicii de consiliere psihologică (și online)/ evaluare pentru diferite comisii (handicap, port armă și altele). Specializări pe cuplu, dependențe, copii și adolescenți, depresie, anxietate (pax online+depreter), tulburări TSA.

Gimnastică**Gimnastele din România au plecat spre Jakarta**

Federația Română de Gimnastică a decis componența delegației României care va participa la Campionatele Mondiale de Gimnastică Artistică 2025. Competiția se va desfășura în perioada 19-25 octombrie, în Jakarta, Indonezia.

România va fi reprezentată de gimnastele Sabrina Maneca-Voinea, Denisa Golgotă,

Anamaria Mihăescu și Ella Oprea Crețu. Le vor însoți antrenorii Camelia Voinea, Corina Moroșan și Florin Cotuțiu, arbitrele Liliana Cosma și Daniela Trandafir, kinetoterapeuții Foti Tona și Răzvan Spirescu, iar șeful delegației este Ioan Silviu Suciu.

Vestimentația a fost asigurată de Made By Society. Mult succes! Hai, România!

Taekwon-do ITF**Panterele negre, pe podium în Croația**

Sportivii legitimați la CS Pantera Neagră din Petroșani au reprezentat cu cinste România la recentele întreceri de la Campionatul Mondial de la Porec, Croația.

Leo Ienulescu a cucerit o medalie de aur și totodată titlul de campion mondial cu echipa la proba de tehnici speciale.

Ralu Ienulescu a adus la palmaresul clubului din Valea

Giului și al ei personal, o medalie de argint și titlul de vicecampionă mondială, cucerit la tehnici speciale echipe dar are și alte rezultate remarcabile, locul 4 la tehnici speciale individual și locul 5 la turlă individual.

Elena Șamotă a cucerit la această ediție două medalii de argint și deci titlurile de vicecampionă mondială în probele de tehnici speciale echipe și la turlă echipe.

Handbal**Ambiție și dăruire pentru jocul de handbal de la junioarele din Deva**

Junioarele 4 de la secția de handbal din cadrul CSM Deva se pregătesc intens pentru viitoarele competiții sub coordonarea instructorului Alina Șovar-Matei și fac acest lucru cu multă ambiție și determinare.

Am urmărit atent evoluția celor mai mici componente ale grupului de handbaliste care au vârsta între 7 și 9 ani, poate chiar, unele dintre ele, puțin peste 9 ani și am fost convins că municipiul nostru are șansa ca în anii viitori să ne întoarcem la handbalul de performanță. Dacă, doar dacă, aceste tinere fete vor fi sănătoase, vor munci la fel de mult și cu aceeași ambiție.

Cuvintele sunt însă prea puține pentru a exprima dăruirea cu care fetițele pre-



gătite de Alina Șovar-Matei, muncesc și se pregătesc. Sunt însă decis ca în curând să aduc mai multe informații și imagini video de la antrenamentele și jocurile de pregătire pe care le desfășoară handbalistele de la baby-handbal CSM Deva.

Poartă cu mândrie echipamentul alb/albastru al CSM

Deva, următoarele jucătoare: Eva Katana, Amelia Alexoiaie, Alessia Matei, Sarah Panta, Natalia Vale, Alessia Onuti, Ada Dan, Lizuca Bulgaru, Abigail Tabac, Raluca Bako, Ariana Urs, Carla Herta, Ioana David, Andreea Pușcaș, Alexia Boronea, Miriam Iancu, Izabela Teleschi, Sofia Pop și Ana Guga.

Futsal**Ambele echipe din Deva au obținut victorii clare**

Echipa clubului deven ACS West a jucat duminică seara în deplasare pe terenul celor de la Mausoleul Mărășești, în cadrul etapei cu număr 5 din Liga națională de fotbal în sală. Victorie cu multe goluri pentru băieții noștri la Mărășești.

Jucătorii pregătiți de Gabriel Constantin au controlat jocul pe tot parcursul întâlnirii iar la final s-au impus cu scorul de 11 -6 după ce la pauză au

condus cu 5 -3 și au trecut în contul formației devenite alte trei puncte prețioase. Au marcat pentru deveni: Cristian Matei (2), C. Oliveira (2), Ioan Al Ioani(2), Mateescu (2), Herci, Luca și Robert Matei.

Au evoluat la West Deva în această partidă: Andrei Dinicuță, Cristian Matei, Bogdan Hordea, Caique Oliveira, Lucas Salvastino, Costică Bogdan, Liviu Herci, Ion Al Ioanii,

Robert Matei, Eduard Mucea, Sebastian Mateescu și Adrian Șuteu

Etapă viitoare ACS West Deva, (care ocupă acum locul șase și are 6 puncte acumulate) va evolua acasă, pe terenul de la sala Sporturilor, cel mai probabil duminică 26 Octombrie 2025, cu cei de la CSM Odorheiu Secuiesc (ocupanta locului patru în clasament cu 9 puncte).

Cealaltă echipă din Deva, Autobergamo a câștigat în ultima etapă jocul disputat acasă cu CS Luceafărul Buzău, scor final 7-4 (la pauză 5-1) și se află pe locul secund în clasament cu 10 puncte.

În etapa următoare, Autobergamo va evolua în deplasare la campioana en titre, CS United Galați, care conduce în clasament cu un total de 10 puncte.

Fotbal Liga a IV-a**Meci amical FC Argeș (Liga I) – CSM Deva 4-1**

Echipa de fotbal seniori a clubului, CSM Deva, a disputat în pauza de la finalul săptămânii trecute un meci amical în deplasare cu formația de Liga I, FC Argeș. Jocul s-a disputat pe Stadionul Albot din Pitești iar la final gazdele s-au impus cu un scor de 4-1.

Golul echipei devene a fost înscris de către Alexandru Petrescu, în minutul 44,

după o acțiune frumoasă construită colectiv, care a demonstrat luciditate și încredere în fața unui adversar valoros.

Devenii pregătiți de către Ciprian Luca au arătat o maturitate de joc remarcabilă, demonstrând că nivelul de implicare și calitatea pregătirii sunt tot mai ridicate.

De remarcat că în ultimele 15 minute ale partidei, CSM

Deva a avut pe teren nu mai puțin de 7 jucători juniori, un semn clar al încrederii pe care clubul o acordă tinerilor și dorinței de a le oferi experiență la nivel superior. Juniorii din teren au răspuns excelent sarcinilor de joc, arătând determinare și personalitate în fața unor adversari cu experiență din primul eșalon.

Acest meci amical a re-



prezentat un test valoros de pregătire, util pentru consolidarea omogenității grupării devene și pentru acumularea

de experiență în perspectiva următoarelor meciuri oficiale din Liga a IV-a Hunedoara!

Castanele – bucuriile toamnei târzii



Cu parfumul lor discret și un gust inconfundabil, aceste roade ale toamnei târzii ascund în conținutul lor o veritabilă farmacie naturală. Folosite de secole în medicina populară pentru calitățile lor tămăduitoare, în zilele noastre specialiștii confirmă valoarea acestor fructe, numindu-le pe bună dreptate „medicamentele naturale” ale sezonului.

Castanul – „arbore al pâinii”

În cultura chineză, castanul este perceput ca un simbol al norocului, fiind adesea cultivat în apropierea lăcașurilor de cult, conferind locului un aer de sacralitate. Fructele sale comestibile au reprezentat, de-a lungul veacurilor, o sursă prețioasă de hrană, iar făina obținută din acestea era esențială pentru alimentație. Bogat în amidon, castanul a fost numit, pe bună dreptate, „arbore al pâinii”, fiind folosit, la un moment dat, chiar și ca înlocuitor al cartofului.

Originea castanelor

În regiunile mediteraneene, castanele au fost, timp de secole, un aliment de bază în zonele montane ale Europei. Înainte ca porumbul și cartoful să devină alimente uzuale, făina de castane era folosită pentru pâine, supe și deserturi, oferind hrană bogată și gustoasă în anotimpurile reci. Chiar și astăzi,

gustul lor dulce și aroma autentică păstrează vie legătura dintre oameni, natură și trecut.

Recoltarea castanelor

Se face, de obicei, în intervalul cuprins între ultima decadă a lunii septembrie și sfârșitul lunii noiembrie. Se vor selecta numai exemplarele sănătoase, neafectate de lovituri și fără zone moi sau alterate. După curățarea de coaja exterioară, castanele se așează într-un strat subțire, într-o încăpere bine ventilată, pentru a preveni mucegăirea și alterarea. Alternativ, uscarea se poate realiza și în cuptorul aragazului, la foc redus, până când fructele devin fragede și sfărâmicioase, pregătite astfel pentru păstrare îndelungată.

Castanele comestibile

Apreciate de nutriționiști pentru calitățile lor deosebite, acestea se remarcă prin conținutul scăzut de calorii, fiind foarte bogate în minerale, vitamine și nu conțin gluten. Bogate în fibre și acizi grași esențiali, aceste fructe sunt recomandate pentru menținerea sănătății și echilibrului organismului. De asemenea, fierul din conținutul lor le oferă un indice glicemic mic, iar fibrele contribuie la limitarea absorbției colesterolului în exces la nivelul intestinelor, castanele putând fi consumate de către toate persoanele, în orice mo-

ment al zilei.

- Nutriționiștii le consideră superioare migdalelor, alunelor sau nucilor.

- Se pot consuma atât prăjite, cât și fierte sau coapte.

Castanele sălbatice

Sunt toxice pentru oameni, spun cercetătorii, și nu trebuie consumate în stare crudă întrucât conțin o substanță care poate provoca greață, vărsături, diaree sau alte probleme digestive. În schimb, sub îndrumarea specialiștilor, acestea pot fi transformate în leacuri tămăduitoare, folosite ca remedii naturiste în diferite afecțiuni.

Virtuți terapeutice

Încă din vremuri străvechi, castanele au fost folosite nu doar pentru gustul lor delicat, ci și pentru virtuțile lor tămăduitoare.

- Hipocrate le recomanda în rețetele sale, iar Dioscoride, marele savant al Greciei antice, le-a trecut pe lista celor peste 600 de fructe cu puteri vindecătoare.

În zilele noastre

Castanele sunt folosite și apreciate nu doar în bucătărie, ci și de către industria farmaceutică, medicină și cosmetică. Și, dincolo de savoarea lor inconfundabilă, aceste adevărate minuni ale toamnei se disting prin virtuți

terapeutice remarcabile, fiind prețuite pentru multiplele lor beneficii aduse sănătății.

- În urma studiilor efectuate s-a constatat că, atât castanele sălbatice, cât și cele comestibile, pot fi remedii eficiente în combaterea sau tratarea mai multor afecțiuni.

Previn bolile de inimă

Fiind bogate în fibre, dar sărace în grăsimi, castanele favorizează scăderea nivelului de colesterol „rău” din sânge, fiind o alegere bună pentru bolnavii de inimă. De aceea, nutriționiștii sunt de părere că un consum de trei castane comestibile coapte pe zi, pot reduce cu 20% riscurile de boli cardiovasculare și, în același timp, infarctul miocardic.

Tonifică organismul

Potrivit cercetătorilor, o dietă pe bază de castane combate oboseala, stresul și anxietatea, revigorând sistemul nervos. În astfel de situații, este recomandat a se consuma câte șase linguri cu piure de castane pe zi, într-o cură de trei săptămâni.

În cazul durerilor de cap

Poate fi utilizată pulberea de castane, care se va ține sub limbă timp de trei minute, dimineața, pe stomacul gol, apoi se înghite cu apă.

Stimulează activitatea renală

Anumite substanțe din coaja, dar și din miezul castanelor, alături de vitaminele și mineralele pe care le conțin, stimulează activitatea renală. În astfel de cazuri, nutriționiștii recomandă consumul piureului de castane, înainte de fiecare masă, într-o cură de minim două săptămâni.

Indigestia și diareea

Pot fi ameliorate prin consumul de castane comestibile, proaspete sau uscate. Castanele se mărunțesc și se fierb în trei căni de apă, până când lichidul scade la o treime din volumul inițial. După răcire, decoctul se consumă imediat.

În caz de răceală și gripă

Decoctul de castane poate fi un remediu natural util. Se administrează 15-20 de picături pe zi, care pot ajuta la reducerea febrei și la revitalizarea organismului.

În cazul tusei persistente, se adaugă în castronul cu supă de pasăre, aproximativ două linguri de castane coapte și mărunțite. Preparatul ajută la calmarea căilor respiratorii și la refacerea forțelor.

În afecțiunile prostatei

Substanțele active cu efect

antiinflamator din coaja și miezul castanelor pot fi de mare ajutor. Tinctura de castane, este un remediu util, contribuie la reducerea inflamației, îmbunătățirea circulației și ameliorarea disconfortului specific problemelor de prostată, spun specialiștii. În astfel de situații se vor administra câte patru lingurițe pe zi, în cure de 2-3 luni.

Preparatele naturiste din castane

Sunt foarte apreciate în fitoterapie datorită proprietăților lor terapeutice. Ele pot fi utilizate sub diferite forme, având efecte benefice în numeroase afecțiuni.

Decoctul din castane

Se prepară din 250 ml apă, la care se adaugă două linguri de miez din castane. Preparatul se fierbe la foc mic, 15 minute, apoi se depozitează în sticlute închise ermetic. Se administrează câte 15-20 de picături de decoct pe zi.

Pulberea din castane comestibile

Este apreciată în medicina tradițională pentru efectele sale benefice asupra organismului, în special în cazurile de dureri de cap și amețeli repetate. Se prepară din castanele comestibile uscate, care se zdrobesc și se macină fin cu râșnița de cafea. Se administrează o lingură de pulbere, dimineața, pe stomacul gol. Pulberea se ține sub limbă timp de aproximativ trei minute, după care se

înghite cu puțină apă. Această formă de administrare contribuie la îmbunătățirea circulației cerebrale, la reducerea stărilor de amețală și la creșterea tonusului general, spun cercetătorii.

Piureul de castane

Este un preparat delicios, care îmbină armonios dulceața naturală a castanelor cu parfumul inconfundabil al toamnei. Pentru prepararea lui este nevoie de: 500 g castane crude, cu coajă, 300 ml lapte degresat, 225 ml apă, un baton de vanilie, 40 g unt topit, 100 g mascarpone, 40 g zahăr, 75 ml apă, puțină sare.

Mod de preparare:

Castanele se crestează sub formă de X, avându-se grijă să

nu se atingă miezul. Se pun apoi într-o cratiță cu apă clocotită și se lasă la fiert aproximativ 20 de minute, până când coaja devine ușor de îndepărtat. Când sunt încă fierbinți, castanele se curăță de coajă și de pielea subțire. După curățare, castanele se pun într-o cratiță împreună cu 225 ml apă, laptele și batonul de vanilie tăiat pe lung. Totul se fierbe la foc acoperit 20-25 de minute, până când castanele se frăgezesc. Se scoate apoi batonul de vanilie și se trece la prepararea piureului. Castanele fierte se pasează cu un blender sau alt zdrobitor, până se obține o pastă fină, la care se adaugă, pe rând, untul topit, zahărul și praful de sare. Totul se

amestecă bine până se obține o pastă omogenă. Dacă pasta este prea densă, se mai pot adăuga câteva lingurițe de lapte cald, până se va obține consistența dorită.

• Piureul de castane comestibile este recomandat de către nutriționiștii persoanelor aflate în convalescență, vârstnicilor și copiilor. Amestecat cu brânză de vaci, la care se adaugă și puțină miere, este o hrană sănătoasă

Pasta din castane

Stimulează activitatea rinichilor și previne formarea pietrelor. Pentru preparare ei se aleg castanele sănătoase, care se spală, se pun în apă clocotită și se lasă să fiarbă 45 de minute. Se descojesc și se

zdrobesc bine cu o furculiță. Este recomandat a se consuma câte o farfurie din acest preparat, înainte de fiecare masă, în cure de minimum 2 săptămâni.

Unguent din frunze de castane

Este un remediu simplu, dar deosebit de valoros, folosit de generații, pentru tratarea durerilor provocate de varice și hemoroizi. Se prepară din: o cană cu frunze verzi de castan, care se lasă la macerat 24 de ore, în 100 ml de alcool, după care, se amestecă bine cu 200 g de unt topit. Compoziția se ține timp de două ore pe baie de abur, iar după răcire, unguentul se pune în cutii mici.

• Pentru vindecarea rănilor, contuziilor sau cangrenelor se poate prepara un alt unguent, fiind folosite castanele sălbatice. Acestea se fierb, se curăță de coajă și se pasează, amestecându-se apoi cu orice tip de grăsime, în proporții egale. Unguentul obținut se aplică apoi pe piele, în strat subțire. Un astfel de preparat îmbunătățește și circulația sanguină, fortificând venele.

• Deși preparatele pe bază de castane pot aduce beneficii în numeroase afecțiuni, acestea nu înlocuiesc recomandările medicilor. De aceea, persoanele care suferă de anumite boli trebuie să consulte medicul înainte de a începe o cură pe bază de castane.

Cornelia Holinschi



TV - FILMUL SĂPTĂMÂNII



TVR 1

*Sâmbătă, 18 octombrie, ora 21,00***O casă la capătul străzii**

Filmul urmărește povestea unei adolescente pe nume Elissa, care se mută împreună cu mama ei într-un oraș liniștit. În apropierea noii lor case se afla o locuință marcată de o tragedie: o tânără pe nume Carrie Anne și-a ucis părinții și a dispărut. Elissa îl cunoaște pe Ryan, fratele supraviețuitor, un băiat retras și misterios, de care se apropie treptat. Curând, însă, fata descoperă un secret întunecat despre Ryan, care ascunde în subsol o femeie pe care o ține captivă, crezând că este sora lui pierdută. La un moment dat, adevărul tulburător iese la iveală, transformând povestea într-un joc periculos între realitate, nebunie și traume din trecut.

ALTE RECOMANDĂRI:

Vineri, 17 octombrie

TVR 2, ora 20,00, Darul lui Jonas
PRO CINEMA, ora 22,30, Inadaptabilii

Sâmbătă, 18 octombrie

PRO TV, ora 20,00, Misiune imposibilă. De-clinul
DIVA, ora 20,00, Luminile Crăciunului

Duminică, 19 octombrie

TVR 2, ora 22, Profetul, aurul și ardelenii
ANTENA 1, ora 23,30, Am fost odată sexy

Luni, 20 octombrie

DIVA, ora 20,00, Crăciun cu un sărut
PRO CINEMA, ora 20,30, Misiune imposibilă III

Marti, 21 octombrie

PRO CINEMA, ora 20,30, Șlefuitorul de diamante
TVR 1, ora 22,00, Marele jaf al trenului

Miercuri, 22 octombrie

DIVA, ora 20,00, Un Crăciun de gardă
TVR 1, ora 22,00, Luptătorul

Joi, 23 octombrie

DIVA, ora 20,00, Felicitarea de Crăciun
PRO CINEMA, ora 20,30, Greu de oprit

Minutul de umor

**• O discuție între două prietene**

- Am un soț atât de muncitor încât și în pat își duce calculatorul.
- Slăbuț! Al meu își duce în pat și secretara!

• Ion și Mărie, la masă

Din neatenție, Măria a atins sticla cu țuică, care s-a clătinat, dar n-a căzut. Atunci, Măria râzând, îi spune:

- Ioane, uite, sticla asta tocmai a fost la un pas de moarte. Grav, Ion îi răspunde:
- Și tu la fel!

• La o nuntă

- Vasile, unde ești?
- În BMW-ul mirelui.
- Ce cauți acolo?
- L-am furat!
- Păi, tu trebuia să furi mireasa, nu mașina!
- Știu, dar BMW-ul mi-a plăcut mai mult.

• Factura la curent

- Vecine, ție cât ți-a venit ultima factură la curent?
- 30 de lei.
- Doar atât? Dar cum reușești să consumi atât de puțin?
- Nu sunt racordat!

Dezlegarea integralei
din numărul trecut:

C - G - S - SECRETA - ARAMAR - ISON - GT - A - IARNA - RS - REA - UB - TRI - PROPRIE - EURO - S - S - A - U - CEA - CARA - PI - GIMNASTA - ETAN - SLUT - NO - HERTZ - ERUDITIE - COLIER - RAPID - NUNI - PACT - I - MISS - NENE - 10 - MT - AUT - ATOL - VIETI - RU - OHO - I - FRASINI - EG - SLOI - CLASICI - ASOCIA - LUT - FII - ET - TARAI - CLAR - RAMERA - PIERITOR - SEC

**BERBEC**

Încă de la începutul intervalului apar oportunități de colaborare și s-ar putea să participați la un proiect de anvergură. Se conturează noutăți financiare. Energia de care dispuneți vă ajută să realizați lucruri extraordinare.

**TAUR**

Participați la reuniuni importante, unde cunoașteți persoane deosebite. Rezultatele muncii voastre își spun cuvântul. Veți primi fie o sumă mare de bani, fie o altă funcție, aducătoare de profit. Este posibil să apară o persoană din trecutul vostru.

**GEMENI**

Banii pe care-i așteptați vor veni foarte curând și vă veți putea achiziționa obiectul mult dorit. Acțiunile comune cu prietenii sunt foarte importante pentru voi, dar trebuie să manifestați prudență în tot ce faceți. Astrele vă ajută.

**RAC**

Urmează o perioadă solicitantă din punct de vedere profesional. Evitați deciziile majore concentrați-vă atenția asupra prezentului. Munciți mult, dar rezultatele pe care le veți obține vă vor aduce schimbări benefice în activitatea voastră.

**LEU**

Vă implicați în activități multiple, iar relațiile cu străinătatea vor fi predominante. La serviciu sunt multe de făcut și sunteți nevoiți să vă încadrați în termene. Concentrați-vă asupra lucrurilor interesante și ignorați chestiunile bănești.

**FECIOARĂ**

La locul de muncă, ar trebui să aveți în vedere și condițiile de lucru. Atunci când vine vorba să începeți un nou proiect, este nevoie să vă achitați toate obligațiile bănești. Astfel, vă veți putea desfășura activitatea într-un ritm normal.

**BALANȚĂ**

La serviciu sunteți foarte solicitați, iar acasă lucrurile nu merg așa cum vă doriți. Relațiile cu anturajul apropiat sunt uneori surprinzătoare și vă puteți aștepta la orice. Este posibil să primiți oferte interesante de colaborare.

**SCORPION**

Încă de la începutul intervalului apar situații neprevăzute și vă străduiți să le faceți față. Selectați-vă prioritățile și organizați-vă mai bine timpul. La serviciu controlați-vă cu atenție proiectele, înainte de a le prezenta șefilor.

**SĂGETĂTOR**

Săptămâna debutează în forță, este multă agitație în jurul vostru și trebuie să faceți față la toate încercările. Ar fi bine să fiți foarte atenți cu persoanele care vă solicită ajutorul, întrucât nu toate au intenții bune.

**CAPRICORN**

Sunteți neliniștiți și vă gândiți ce decizii să luați pentru viitor. Încercați să abordați problemele din perspectiva voastră și nu-i lăsați pe alții să vă influențeze deciziile. Doar așa veți reuși să treceți cu bine peste toate.

**VARSĂTOR**

Urmează o săptămână în care socializați cu persoane din anturajul apropiat, care vă dau informații prețioase. Astrele vă sfătuiesc să profitați de toate oportunitățile ivite la serviciu. Cei singuri vor avea ocazia să cunoască o persoană interesantă.

**PEȘTI**

Vă preocupă situația materială, iar acest subiect îl dezvoltăți și în familie. Este nevoie să vă schimbați mentalitatea și să vă raportați doar la ceea ce aveți voi de făcut. Nu-i lăsați pe alții să vă influențeze și nici să se implice în proiectele voastre viitoare.

H
O
R
O
S
C
O
P

O lume fără logică, cu schimbări majore

Oamenii sunt împreună atâta timp cât își doresc să fie. Nici data, nici onoarea nu vor lega pe cineva de altcineva. Când o persoană vrea să plece din casă, o va face.

Când cineva vrea să fie cu tine, niciunul dintre defectele tale nu îl vor speria, iar când vrea să plece, niciuna dintre calitățile tale nu îl vor opri. Pentru că, oamenii nu pot fi ținuti cu nimic acolo unde nu-și doresc să rămână. Oricât de urât și rău te-ai considera, se va găsi cineva care te va îndrăgi. Oricât de frumos și bun ai fi, se va găsi cineva care te va respinge. Pe de altă parte, dacă ești respins, nu înseamnă că nu ești bun, frumos sau nu meriți să fii iubit. Înseamnă doar că încă nu ai întâlnit omul tău. Când iubești și ești iubit, bucură-te! Trăiește din plin momentele de fericire. Bucură-te că există un om care-ți umple inima cu iubire, iubire pe care o poți transmite la rândul tău celor care te înconjoară. Cu cât mai multă iubire există în lume, cu atât există mai mulți oameni fericiți, iar oamenii fericiți, după cum știm, sunt buni. Permite-i celui de lângă tine să fie altceva decât oglinda ta. Permite-i să-și exprime fără teamă propriile păreri, gânduri, sentimente. Ajutați-vă să creșteți și evoluati. Să te dizolvi, să devii una cu persoana iubită poate fi atât o binecuvântare, cât și un blestem. Crede! Mulțumește! Ai încredere! Nu te gândi la ceea ce va fi, ci doar la ceea ce ai acum!

La un moment dat vei întâlni omul tău și indiferent de direcțiile în care ai mers până atunci, după aceea veți merge împreună într-o direcție.

Oamenii se lovesc între ei

Pare că le și place. E o plăcere dulce-amară în experiența asta. E dulce la început și amară la final. Din pricina asta, mulți regretă și spun la final "dacă aș putea da timpul înapoi"... Prea târziu. Dacă tot te-ai lăsat îndulcit de o efemeridă, atunci asumă-ți și amărăciunea care vine inevitabil la final. Dar toate au un rost. Cum ai putea să nu mai judeci pe un altul care lovește, urăște, dacă tu însuși nu te lași la propriu prin ce a trecut el? Cum ai putea să nu mai arăți cu degetul spre cel robuit de o patimă, dacă tu însuși nu o atingi, cu voie sau fără voie? Cum ai putea înțelege din afară dacă încă nu ai intrat să guști din lăuntru, la propriu, acest bălci al patimilor, al muștrării, al regretului?

Când începi să lovești lumina, atunci începe să se modifice și conștiința ta. Îmboldirea asta e una demonica, desigur. Dar nu-ți mai pasă cu timpul pentru că ea devine obișnuiță. Și atunci tu,

omul care începe să lovească lumina, devii o unealtă. În mâna cui, nici tu nu mai știi. Cert e că, pentru o vreme, vei fi răbdător așa. De un univers impersonal dacă vrei și dacă asta îți convine. Sau de un Dumnezeu personal, dacă asta îți convine mai mult.

Tu vei fi îngăduit astfel lovind lumina, până la o vreme când începe să-ți se trimită tot felul de semne, cumva să te oprești din nebunia ta și din pactul tău obscur cu întunericul. Dar de toate aceste semne vei face abstracție, căci ai falsă impresie că ție nu ți se poate întâmpla nimic rău. Așadar, le vei sfida pe ele, așa cum îți sfidezi și propria viață de ca și cum nu ți-ar mai păsa. Și le sfidezi cu o măiestrie de care nici nu mai ești conștient. Pentru că, batjocura devine a doua ta natură. Însă nu vei uita nimic la final. Și-ți vei aminti atunci de toate semnele care au încercat cumva, mai pe față, mai pe ascuns, să te oprească din a mai lovi lumina.

Viața își continuă menirea

Către lumină, oricât de întunecați am putea deveni cu timpul. Asta doar dacă nu te prinde doamna-moarte sau doamna-boală în propria batjocură. Iar batjocura poate avea o infinitate de forme, unele mai cameleonice ca altele. Și dacă le hrănești, deschizi porțile și le dai drepturi asupra ta, atunci începi să fugi de tine. Te minți și te amăgești singur. Drumul spre iad pare mereu pavat cu bune intenții!

Puțini reușesc să se oprească la timp. Alții sunt opriți la timp de ceva sau cineva. Iar mulți, inconștienți în nebunia lor, se surprind cu îndârjire poate chiar și în lumea de dincolo, tot încercând în zadar să mai lovească lumina...Mădălin Ionescu spunea: „Pe diverse canale a apărut o informație... Nu bag mâna în foc pentru ea, nici nu vreau să fac jocurile unor scenariști de mare taină. Scandalul uriaș care se pregătește ar putea fi un „cutremur global” cu documente secrete, lideri compromiși și alianțe sub asediu”.

Surse apropiate mediilor de investigație și structurilor de securitate vorbesc deja despre ceea ce ar putea fi cel mai mare scandal media global al ultimului deceniu. Nu ar fi vorba despre o dezvăluire singulară, nu despre o țară prinsă cu „ocaua mică”, ci despre o operațiune coordonată, planificată cu minuțiozitate, care are toate ingredientele pentru a zgudui puterea din temelii în capitalele lumii.

Totul începe cu... documente

În birouri discrete din Wash-

ington, Londra, Paris și Tel Aviv, jurnaliști și investigatori din zeci de publicații lucrează în tăcere la ceea ce sursele numesc „Proiectul X” - o scurgere masivă de materiale clasificate și documente bancare, e-mailuri confidențiale și rapoarte guvernamentale interne.

Sursele indică faptul că aceste fișiere nu vizează un singur stat, ci o rețea globală de lideri politici, bancheri, oficiali și oameni de afaceri implicați în tranzacții ascunse cu regimuri autoritare, finanțări ocolite prin paradisuri fiscale și acorduri care ar fi trebuit să rămână pentru totdeauna în afara ochilor publicului.

Cooperarea jurnaliștilor este fără precedent. Mă rog...a celor agreați de structurile care ar instrumenta povestea. Exact ca în marile scurgeri din trecut - „Panama Papers” sau „Pegasus” - ancheta nu mai aparține unei singure redacții. În schimb, se construiește o coaliție internațională de presă, cu zeci de redacții care împart informații, verifică surse și sincronizează publicarea. Când va veni momentul, dezvăluirile nu vor apărea într-un singur ziar, ci simultan în cele mai importante publicații ale lumii - de la The Washington Post la Le Monde, de la The Guardian la Haaretz. Subiectele sunt explozive: posibile legături directe între miniștri occidentali și regimuri acuzate de crime împotriva umanității. Finanțări ocolite, provenite din state aflate sub sancțiuni, folosite în campanii electorale din Europa și SUA. Operațiuni de spionaj politic acoperite prin fundații „caritabile” sau ONG-uri aparent independente. Mesaje interne și corespondență criptată care arată presiuni directe asupra sistemelor judiciare și diplomatice pentru a manipula anchete sau negocieri internaționale.

Consecințele pot fi uriașe

Guvernele ar putea cădea. Piețele financiare ar putea intra în turbulență, iar încrederea publică în instituții ar putea atinge un minim istoric. Nici măcar alianțele strategice nu sunt în siguranță: dacă legăturile dintre democrații occidentale și regimuri sancționate ies la iveală, NATO și UE ar putea intra în cea mai gravă criză internă din ultimele decenii.

Ar fi mai mult decât un simplu scandal. Un test al lumii în care trăim. O confruntare între adevăr și putere. Între transparență și manipulare. Între cetățeni și elitele care cred că pot controla totul din umbră.

Totul ar indica faptul că ne aflăm în pragul unui „moment Pandora” global - o dezvăluire de

proporții planetare, care ar putea schimba nu doar guvernele, ci chiar felul în care definim puterea și responsabilitatea în secolul XXI.

Subliniez, e un zvon sau puțin mai mult decât atât. Un tumult care precede o furtună uriașă sau doar un joc dur și plin de intoxicații. E de urmărit. Am mai văzut cicloane care s-au fâșiat ... Unul chiar recent.

Oare la noi chiar va fi totul roz?

România va intra în curând într-un sevrăj economic. De patru ani explic periodic că economia României va face implozie.

Acum patru ani, nimeni nu vorbea despre acest lucru. Guvernele spuneau ca Romania este tigrul economic al Europei.

BNR ne zicea că avem un model economic extraordinar de bun. Majoritatea economiștilor spuneau că este foarte bine din punct de vedere economic. După patru ani, surpriză! Premierul spune că avem riscul de incapacitate de plată. BNR zice că suntem aproape ca Grecia și că nu vor mai fi bani de salarii și pensii. Majoritatea economiștilor vorbesc acum despre criza economică iminentă. Cum am știut că vom ajunge aici? Am un glob de cristal? Nu! Doar foarte multă experiență în economie și în departamente financiare. De 25 ani am făcut camioane întregi de rapoarte financiare și de audituri financiare. Dacă mă uit câteva minute pe un raport financiar, îmi dau seama dacă firma este OK sau merge spre prăpastie. Explic ce se va întâmpla în România în următoarea perioadă.

Etapă 1 - supradoza de steroizi. În perioada 2015 - 2025 România a luat supradoză de steroizi. Guvernele au împrumutat în zece ani o sumă de peste 700 miliarde lei. În 2015, Guvernul avea o datorie de 300 miliarde lei. Azi are o datorie de peste 1.000 de miliarde de lei. Cu acești steroizi s-a umflat artificial consumul.

Deși în orice carte de economie spune că trebuie să folosești împrumuturile, în infrastructură: școli, spitale, autostrăzi e partea mai tristă, că nici măcar nu am consumat produse fabricate în Romania.

În perioada 2015-2025, deficitul comercial al României este tot în jur de 700 miliarde de lei.

Pe scurt, guvernele s-au împrumutat pentru a dezvolta economiile altor țări. Super strategie economie. Ei rămân cu fabricile, noi cu datoriile și cu ambalajele.

Etapă 2 - Blocajul economic. Era logic că acest model nu are cum să funcționeze. Acest model



economic s-a blocat anul trecut. Deși am avut cel mai mare deficit din istorie, economia a crescut foarte puțin. Am ajuns într-o situație economică absurdă. În 2024 am avut deficit bugetar de 9% din PIB. Dar creșterea economică a fost de 0,8% din PIB. Deci fără deficit am avea o recesiune puternică.

Etapă 3 - Sevrăjul economic. România intră în perioada de sevrăj economic. România cheltuie lunar peste 20% decât încasează. Din această cauză Guvernul s-a împrumutat de la începutul anului cu suma de 209 miliarde lei.

Etapă 4 - Ce cred ca se va întâmpla în 2026? Guvernul actual nu poate să facă nicio reformă reală. Reforma va fi făcută de creditorii (FMI), dând cu barda. Probabil se va repeta scenariul din 2010 TVA de 24 % și tăierea salariilor cu 25%.

Sfatul meu: Pune-ți centura de siguranță! În România urmează turbulențe economice „CITEȘTE PRINTRE RÂNDURI. Se anunță „turbulențe mari în unele ministere, schimbări de optică a unor servicii, modificări de percepție în justiție. O să avem și alegeri: de presedinte de scară de bloc, o să avem anchete peste anchete (numai cine nu a vrut nu a furat). Zilele acestui Guvern sunt numărate. Unii miniștri au centurile pregătite. Domnul președinte va dori să facă un RMN și Electroencefalogramă. După felul cum ne prezintă pe noi ca popor, suntem considerați un popor de psihopati. Doamna Țoiu vorbea la „scaune goale” prin America. Moșteanu cu un Gheorhe vorbesc de „războiul stelelor” la o tribună, iar Grindeanu și alții din PSD, visează „cai verzi pe pereți”. Ciolacu cu Iohannis a distrus tot, țara, oameni, partide etc. și au fugit, cred ei. PNL cu Bolo nu va mai exista. Am văzut pe Boc, Boloian cum se milogea în fața lui V. Orban. A lipsit Nicușor, Mandolina Orban (reîncălzit), Băse și Ciolacu. A fost un vis. Sper să nu devină realitate. Mai lipsesc din acest vis Ursula, Macron, Zelen-ski, Maia, Soros, FMI, FBI etc.

A fost un PAMFLET. Peste o lună este bine să-l recitiți, poate se potrivește ceva.

Al dumneavoastră visător
Prof. Ing. Ioan Romeo Mânzală
Accent Media - Opinii Hunedoara

Prunele în bucătăria tradițională românească



Delicate, aromate și pline de nutrienți, prunele sunt un adevărat dar al naturii, un simbol al toamnei și o sursă sigură energie și vitalitate. Consumul regulat de prune favorizează buna funcționare a sistemului nervos, contribuind la reducerea stărilor de agitație, stres și nervozitate. Totodată, ele stimulează digestia, combat oboseala și susțin procesele de detoxifiere ale organismului, spun nutriționiștii. Datorită proprietăților lor ușor laxative, prunele contribuie la reglarea tranzitului intestinal, în timp ce antioxidanții din compoziția lor protejează celulele împotriva îmbătrânirii premature și a efectelor nocive ale radicalilor liberi.

În medicina populară, prunele erau folosite nu doar ca aliment, ci și ca remediu natural pentru diverse afecțiuni – de la tulburări digestive până la intoxicații alimentare severe. Astăzi, studiile moderne confirmă aceste beneficii, subliniind rolul lor în menținerea sănătății ficatului, a inimii și a sistemului imunitar.

Prunele pot fi consumate în numeroase moduri, însă cele proaspete rămân cea mai valoroasă alegere. Dimineța, la micul dejun, amestecate cu cereale, lapte sau iaurt, prunele pot fi alegerea ideală. Pentru stimularea digestiei, nutriționiștii recomandă consumul lor cu aproximativ 30 de minute înainte de mesele principale. În bucătărie prunele sunt folosite într-o multitudine de rețete culinare.

Magiun de prune

Ingrediente: 4,5 kg prune fără sămburi, 200 g zahăr.

Magiunul de prune nu necesită zahăr sau conservant. Dar dacă prunele nu sunt suficient de coapte se poate adăuga puțin zahăr, aproximativ 50 de grame la un kilogram de prune. Prunele se trec prin mașina de carne sau robot apoi se pun la fiert în cuptor, aproximativ 8 ore, până a scăzut la jumătate cantitatea de prune, iar magiunul devine dens și aromat. Dacă sunt fierte în cuptor, se amestecă destul de rar în timpul fierberii. Când este gata, magiunul se pune în borcane sterilizate, care se învelesc în pătură și se lasă la cald până a doua zi. Se păstrează în loc aerisit și răcoros.



PLĂCINTĂ CU PRUNE



INGREDIENTE

500 g făină, 50 g drojdie, 60 g zahăr, 250 ml lapte, 100 g unt sau margarină, un ou, puțină sare, esență de rom, o lingură de oțet sau zeamă de lămâie, un kilogram de prune coapte și curățate de sămburi.

Aluat fraged: 150 g făină, 200 g zahăr, 125 g unt și zahăr vanilat.

Mod de preparare:

Drojdia se dizolvă în puțină apă caldă, o linguriță de zahăr și una de făină. După ce a crescut, se amestecă bine cu făina cernută, apoi se adaugă câte puțin lapte cald, în care a fost dizolvat zahărul și se începe frământatul. După ce aluatul s-a omogenizat, se încorporează oul bătut, apoi se adaugă zeama de lămâie, se frământă în continuare apoi, spre final, se aromează cu esență de rom și coajă de lămâie. După ce s-a terminat

frământatul, aluatul se lasă într-un vas la crescut, timp de o oră.

Ingredientele pentru aluatul fraged, cu care se ornează plăcinta, se amestecă și se pune la rece, pentru a putea fi modelat.

Aluatul dospit se întinde

apoi într-o tavă unsă cu unt, peste care se aranjează prunele, care se pudrează cu scorțișoară. Peste ele se presară fulgii de aluat fraged, ras pe răzătoarea mare sau rupt în bucățele mici. Tava se dă la cuptor și se ține 35-40 de minute, la foc potrivit.

FRIPTURĂ DE PUI CU GARNITURĂ DE PRUNE

Mod de preparare:

Pentru început se prepară un amestec din usturoi, sare, piper boia și cimbru, cu care se unge carnea de pui. Astfel preparate, pulpele de pui se așează într-o tavă termorezistentă, peste ele se toarnă vinul alb, apoi tava se acoperă cu folie și se dă la cuptor pentru 35-40 de minute. Înainte cu 10-15 minute de a fi gata, se scoate folia pentru ca friptura să se rumenească.

Pentru sosul de prune

Se topește untul, se adaugă prunele și mierea, amestecându-se ușor 2-3 minute. Se adaugă apoi oțetul balsamic, scorțișoara și rozmarinul. Totul se lasă la foc mic, până ce se formează un sos lucios și prunele se înmoaie. Cu sosul obținut se stropește friptura, care se poate servi cu o garnitură de cartofi.

INGREDIENTE

2 pulpe întregi de pui (sau 3 bucăți de piept de pui, după preferință), 2 linguri ulei de măsline, sare, piper negru, o linguriță cimbru uscat, o linguriță boia dulce, 2 căței de usturoi zdrobiți, 50 ml vin alb (sau supă de pui).

Pentru garnitura de prune: 300-400 g prune (proaspete sau fără sămburi, tăiate jumătăți), o lingură unt, o lingură miere, o linguriță oțet balsamic (sau o linguriță suc de lămâie), scorțișoară sau rozmarin, opțional.



PODUL NATURAL DE LA GROHOT

[illegible]

IMOBILIARE

● Vând apartament 2 camere, 60 mp, Deva, Aleea Pescarilor, bloc A10, sc.1, parter, situat pe colț în față, balcon, două intrări, 2 focuri, 2 băi, beci, terasă, proiect pentru al doilea balcon, cu intrare individuală pe alee. Preț: 300.000 lei, negociabil. Telefon: 0753.671.752.

● Vând apartament 2 camere, Deva, str. M. Eminescu, lângă Petrom, bloc de cărămidă cu un etaj, parter, S, 42,50 mp, balcon 7 m. bucătărie, baie, hol central, termopan, CT. Preț: 65.000 euro, negociabil, telefon: 0725.739.473.

● Vând garsonieră în Hunedoara, Bd. Corvin, bloc G1, compusă din 2 camere, et. VI, mobilată, CT, aragaz, televizor. 25.000 euro, negociabil. Telefon: 0758.040.746.

● Vând apartament 3 camere, bl.44 A, două băi, 2 balcoane, ușă metalică, gresie faianță, parchet, et.1, sc. A, Bdul. N.Bălcescu. Telefon: 0741.169.930.

● Vând casă cu grădină în Soimus, str. Bisericii, suprafață 3.850 mp, preț 110.000 euro, negociabil. Telefon: 0727.332.490.

● Vând casă 4 camere, 157 mp. pivniță, fântână, anexă gospodărească, 66 mp, teren intravilan fânaț, 907 mp, teren intravilan arabil 312mp., în comuna Răchitova, sat Ciula Mare, jud. Hunedoara. Preț negociabil 110.000 lei. Telefon 0764.162.560.

● Vând cabană din lemn de brad, în Vălișoara, cu două camere și etaj (mansardă), lambrisată, parter 68 mp, etaj 68 mp, 2 băi (una la parter și una de serviciu, la etaj. Teren 28 mp. Preț: 32.000 euro, telefon: 0740.805.786.

● Vând apartament în Deva, 3 camere, decomandat, bucătărie, 2 băi, 2 balcoane, beci, CT, zona BCR. Preț: 70.000 euro, telefon: 0723.447.212, 0727.199.839.

● Cumpăr casă, 2 camere, locuibilă, la sat, zona Hațeg. Ofer maxim 19.000 euro, telefon: 0741.186.369.

● Vând garsonieră Deva, Dacia, et.2, termopan, cu mobilă. Preț: 22.000 euro, telefon: 0721.055.313.

● Persoană fizică, vând apartament 2 camere, 50 mp., et.4, balcon, ușă metalică, izolat, bucătărie termopan și gresie. Preț: 70.000 euro, telefon: 0735.047.782, negociabil.

● Ofer unei persoane spațiu gratuit de locuit într-un apartament din Deva, cu condiția să posede un mijloc de transport (dubiță sau remorcă după autoturism), cu care să-mi transporte bunuri alimentare (de 6 ori într-o lună, în județ). Tel.0753.671.752.

● Vând cabană din lemn de brad, în Vălișoara, două camere și etaj lambrisat, 2 băi (una la parter și una de serviciu la etaj). Teren 285 mp, cabana 62+40 mp. Preț: 32.000 euro, telefon: 0740.805.786.

● Vând gospodărie cu două case în Călan Băi, 5 camere, 2 cămări, baie, beci și șură deschidere la drum 70 m, împrejmuire cu gard de beton, două intrări, apă, canal, curent. Accept credit sau variante. Tel. 0767.839.364.

● Vând garsonieră, Deva, zona primăriei, et.1, decomandat, 28 mp, ușă metalică, sobă de teracotă. Preț: 36.000 euro, telefon: 0745.202.448.

● Vând casă nouă, zona Zăvoi, P+1, SC 293mp, 4 camere, 2 băi, 3 balcoane, garaj, teren: 500 mp, apă, gaz, canalizare, mobilată și utilată modern. Preț: 300.000 euro. Telefon: 0722.564.004.

● Vând apartament 2 camere, etaj 1, zona IRE, 40 mp., izolat, termopan, mobilat și utilat modern. Preț: 55.000 euro, telefon: 0721.055.313.

● Vând/schimb casă mare, 5 camere, zonă bună, liniștită, cu casă mică, maxim 2 camere, fără îmbunătățiri sau alte variante+ diferență la valoare. Tel 0762.034.459.

● Vând apartament două camere, Deva, etaj intermediar, 40 mp, decomandat, balcon, CT, termopan, ușă metalică, izolat exterior. Preț: 39.000 euro, telefon: 0722.564.004.

● Vând apartament amenajat modern, decomandat, în Timișoara, zona Bucovina, aproape de Iulius Mall, la etajul 4 în bloc reabilitat termic. Apartamentul are 2 dormitoare, baie, living, bucătărie închisă, balcon închis, boxă la subsol. Renovat recent, centrală termică proprie, parchet, faianță, gresie etc. Se vinde mobilat și utilat. În lateralul blocului există o parcare mare. Preț: 105.500 euro neg. Tel. 0729.399.156.

● Vând garsonieră în Deva, zona Primăriei, et.1, 28 mp, decomandat, sobă de teracotă, boiler, gaz, ușă metalică. Preț: 36.000 euro, telefon: 0254.215.212.

● Vând casă în Uroi-Simeria, 4 camere, 2 bucătării, baie, anexe, șură, pivniță, apa, gaz, canal, SC 800 mp, teren 1700 mp. Preț: 75.000 euro, negociabil, telefon: 0721.055.313.

ÎNCHIRIERI

● Ofer de închiriat apartament 2 camere, Deva, piață, CT, termopan, mobilat și utilat complet. Preț: 260 euro, plus garanție. Telefon: 0722.564.004.

● Se închiriază spațiu comercial central, 45 mp, în Brad, jud. Hunedoara. Informații: 0745.368.070, 0740. 239.234.

● Caut CHIRIE, pe termen lung, în Hunedoara, garsonieră/cameră la cămin/uscătorie/ garaj/spațiu de depozitare cu/fără utilități. Accept și intermediari. Tel 0752.566.301.

● Ofer pentru închiriat apartament central în Deva, etaj 1, două camere, dotat cu CT. Prefer persoană cu carnet de conducere. Preț: 600 lei, telefon: 0745.750.705.

● Ofer pentru închiriere garsonieră, piața Deva, CT, termopan, mobilată și utilată, pentru persoane serioase, cu serviciu. Preț: 150 euro, plus garanție. Telefon: 0745.202.448.

● Societate comercială ÎNCHIRIAZĂ SPAȚIU PENTRU BIROURI ÎN DEVA, str. Avram Iancu (vis a vis de Catedrala Episcopală). Informații la tel. 0724.237.696.

● Ofer pentru închiriat apartament 3 camere, et.1, 2 băi, CT, termopan, mobilat și utilat complet, pentru o familie serioasă, cu serviciu. Chiria: 280 euro/lună, plus garanție. Telefon: 0725.425.888.

● Ofer pentru închiriere garsonieră în Deva, Bd. Decebal, CT, termopan, mobilată și utilată complet. Preț: 200 euro plus garanție, pentru persoane cu serviciu. Tel. 0721.055.313.

TERENURI

● Vând teren arabil întabulat, 756 mp, în Lunca Crișului, comuna Baia de Criș. Telefon: 0735.195.269.

● Vând teren intravilan Bârsău, 5400 mp. FS 40 m, apă, canal, curent.str. Principală. Preț 10 euro/mp, telefon: 0721.055.313.

● Vând teren în Sântuhalm 4000 mp., FS 20 m, gaz, canal, curent. Preț: 21 euro/mp, telefon: 0722.564.004.

● Vând teren în Hațeg, str. Horea, zona "Martin", parcela 216/4, lângă pășune, 4300 mp. Preț 100 euro mp. Oferte prin scrisoare la adresa: Hațeg, str. Uzinei nr. 3, Prodan.

● Vând teren Deva, Aurel Vlaicu, str. Alunului, nr. 58, 14.000 mp, cu posibilitate de construcție, asfalt, canalizare, apă, curent. Tel: 0722.334.830.

● Vând teren intravilan în Cristur, între case, 2000mp, FS 20m, cu utilități. Preț: 7 euro/mp. Tel. 0745.202.448.

● Vând teren intravilan 2300 mp, zona Buituri. Preț negociabil, telefon: 0753.609.463.

TALON DE ANUNȚ GRATUIT PENTRU PERSOANE FIZICE

Talon valabil în perioada 1 - 31 octombrie 2025

Nume Prenume

Text anunț

.....

.....

.....

.....

Preț Telefon:

Trimiteți talonul la adresa: DEVA, Bd. Decebal, bl. 5, parter.

AUTO • IMOBILIARE • MATRIMONIALE • DIVERSE

IMPORTANT!

Talonul se poate depune și în căsuțele poștale ACCENT MEDIA din:

DEVA: Sediul redacției Accent Media, Bd. Decebal, bl. 5, parter

HUNEDOARA: Târgul auto EUROVENUS (din Parcul Industrial)

Răspunderea pentru conținutul articolelor revine exclusiv autorului.

● Vând teren Mintia, str. Mureșului, 3000 mp, FS 15, asfaltat, apă, curent, gaz. Preț: 12 euro/mp. Telefon: 0721.055.313.

● Vând teren intravilan, întabulat, în comuna Șoimuș, lângă Deva. Suprafață: 2900 mp, utilități, energie, gaz, canalizare, apă sunt în apropiere. Preț 15 euro/mp, ușor negociabil, telefon: 0726.389.961.

● Vând 2,62 ha teren arabil în Lunca Mureșului, zona Simeria Veche. Preț 4 euro/mp, negociabil. Bonus: 0,50 ha pădure de stejar cu trufe. Tel. 0721.732.638.

● Vând teren în Șoimuș, 2700 mp, constructibil, cu posibilități de racordare la utilități, FS 40m, drum de acces asfaltat. Preț: 18 euro/mp, telefon: 0740.116.020.

AUTO

● Vând VW Golf 6, 1,6 TDI, AF 2009, 233.500 km. Dotări: climatronic, închidere centralizată, oglinzi electrice, computer bord, navigație CD, pilot automat. Preț: 4999 euro, telefon: 0723.120.350.

● Vând Chevrolet Cruze, AF 2012, c.c. 1598, benzină, Euro 5, 124 CP, 250.000 km, unic proprietar, patru roți de iarnă noi. Preț: 3900 euro. Tel. 0724.287.608.

● Vând Audi A4, 19 TDI, motorină, AF 2002, motor, vopsea, interior încălzire scaune etc. Stare excepțională. Preț în privat. Telefon: 0722.402.044.

● Vând Nissan Qashqai, AF 2018, prima înmatriculare iulie 2020. Motor de 1,5, pe motorină de 110 cai, 115.000 km. Stare foarte bună. Tel. 0745.364.948.

● Vând parbriz față pentru Dacia 1310, cu garnitura aferentă. Preț negociabil. Tel. 0254.776.082.

● Vând aripă față pentru Dacia Super Nova, model 2002, pe injecție și electromotor. Preț negociabil, telefon: 0769.473.088.

● Vând piese noi pentru Opel Vectra A, AF 1995, cu motor 1,7, ISUZU, tobă mijloc, stopuri spate, grila de pe portbagaj cu stopuri. Preț negociabil, telefon: 0769.473.088.

● Vând Ford Fusion, motor Diesel de 1299, stare foarte bună, unic proprietar, acte în regulă. Acumulator nou, în garanție 3 ani. Preț negociabil, telefon: 0732.052.844.

● Vând Opel Tigra B, decapotabil, 2 locuri, 2005, 1400 cmc, 150.000km, pe benzină, dotări full option. Stare de funcționare și estetică foarte bune. Preț: 3000 euro, tel. 0740.084.610.

CERERI/OFERTE SERVICII

● Caut să îngrijesc un copil sau o femeie în vârstă sau un domn în vârstă, la domiciliul lor. Am experiență în domeniu, ofer și cer seriozitate, Deva. Telefon: 0733.239.066.

● Doamnă singură, 60 de ani, fără obligații fără vicii cu probleme de sănătate caut persoană serioasă care să mă întrețină și îngrijească. Ofer moștenire. Solicit garanție. Rog seriozitate. Tel 0762.034.459.

● Caut o familie serioasă pentru întreținerea unei femei în vârstă de 74 ani, fără probleme de sănătate, care să întrețină gospodăria, după care să-i revină bunurile ce-i aparțin acesteia (zona Brad). Tel: 0726.315.951.

● Caut de muncă cu ziua, în orice domeniu (la lemne, în construcții) cu plata seara. Rog și ofer seriozitate. Prețul la înțelegere. Tel. 0748.915.974.

● SC TIMIT GAZ EXPERT SRL Simeria, angajează 2 muncitori necalificați. Tel. 0722.212.476.

● Meseriaș, execut lucrări de interior-exterior, termoizolații, tencuieli decorative, zugrăveli, gresie, faianță, trotuare, pavaje. Prețuri negociabile, telefon: 0254.719.709, 0724.302.866.

● Maseuză profesionistă cu experiență în domeniu fac masaj la domiciliul meu: Terapeutic, Anticelulitic, Reflexoterapie, Remodelare corporală, Ventuze, Relaxare, zona Spitalului Județean Deva. Tel. 0729.471.942. Preț: 35 lei - 30 minute, 70 lei - 60 minute.

● Caut o persoană pentru îngrijirea unei doamne în vârstă (operată la picior), pentru sprijin în vederea recuperării sau la alte treburi gospodărești, cu program de la 8-12, de luni până vineri. Tel. 0745.750.705.

MATRIMONIALE

● Tânăr din Deva, 39 de ani, doresc să cunosc o tânără de vârstă apropiată pentru o relație serioasă de prietenie și de căsătorie, nu aventuri. Ofer și cer seriozitate. Telefon: 0723.961.066.

● Caut doamnă de 60 de ani, din Hunedoara sau împrejurimi pentru o relație durabilă, stabilă, o femeie simplă, comunicativă, respect reciproc. Telefon: 0757.146.081.

● Tânără simpatică, serioasă, sinceră, harnică, doresc să cunosc un tânăr serios, pentru prietenie sau căsătorie. Telefon: 0749.507.740.

● Inginer, 38 ani, doresc să cunosc o tânără ceva mai înaltă, pentru o relație serioasă în vederea căsătoriei. Tel. 0749.073.775.

● Domn de 50 de ani, singur, din Deva, dar stabilit în Italia, doresc să cunosc o doamnă-domnișoară serioasă, între 35-50 de ani, pentru o prietenie, relație serioasă, care dorește să vină să stea cu mine în Italia. Adresă: ELLISS2003@Yahoo.com, telefon: 0039 327 559 4370.

● Domn, 55 de ani, din Hunedoara, doresc cunoaștință cu o doamnă de vârstă apropiată, în vederea unei prietenii, o relație serioasă. Telefon: 0754.899.659.

● Doamnă singură, văduvă, 56 de ani, fără copii, cu serviciu la stat, gospodină, doresc să cunosc un domn serios, pentru prietenie - căsătorie. Cer și ofer seriozitate. Tel. 0731.513.516.

● Doamnă singură, fără obligații, de 70 de ani, doresc să cunosc o persoană serioasă, fără vicii, pentru căsătorie. Cer și ofer seriozitate. Telefon: 0731.513.623.

● Domn singur, de 70 de ani, fără obligații, doresc să cunosc o doamnă singură, pentru căsătorie. Cer și ofer seriozitate. Telefon: 0731.513.598.

● Domn din Hunedoara doresc să cunosc o femeie până la 55 de ani. Rog seriozitate. Tel. 0728.950.354.

● Domn de 46 de ani, fără vicii, doresc să cunosc o doamnă serioasă, pentru o relație serioasă de prietenie sau căsătorie. Telefon: 0786.964.717.

● Domn din Brad, caută doamnă serioasă, vârsta 50-60 ani, în vederea unei prietenii, eventual căsătorie. Tel. 0754.275.947.

PIERDERI

● Pierdut legitimație de handicap pe numele Bălăucă Liliana, eliberată de DGASPC Hunedoara, Deva. Se declară nulă.

DIVERSE

● Vând urgent frigider „Indesit”, foarte bine întreținut. Funcționează, dar nu îngheață. Preț: 320 de lei, telefon: 0742.187.459.

● Vând palincă de prune, 52 de grade și țuică prune de 40 de grade. Preț între 30-45 lei/litru, după tărie și cantitatea cumpărată. Telefon: 0723.757.434.

● Vând reșou pentru gătit, cu trei ochiuri, pe gaz, în perfectă stare de funcționare și o butelie încărcată. Vând reșou mare pentru încălzire spații de locuit sau hale/ateliere. Preț negociabil. Tel. 0724.451.762.

● Vând, foarte ieftin, boiler nou pentru apă caldă, capacitate 50 litri, inclusiv baterie cu duș și toate piesele necesare instalării. Preț negociabil. Tel. 0724.451.762.

● Vând frigider Zanussi, 55x55x160 cm, aragaz 3 ochiuri și cuptor, covor 2x3m, mochetă 2x3 m, canapea extensibilă cu ladă, 95x22 cm, canapea cu două locuri, 110x150 m, covor 2,50x3,50 m. Preț negociabil, telefon: 0723.656.263.

● Vând dulap cu 2 uși, corp superior, 60x100x210 cm, minibibliotecă 2 corpuri, rafturi metalice cămară, 2 bucăți, masă bucătărie, cuier pe perete 43x150 cm. Preț negociabil, telefon: 0723.656.263.

● Vând vin natural roșu, din struguri, producție proprie, fără chimicale sau alte substanțe, recomandat și medical. Preț 12 lei/litru, cantitate minimă 5 l, în vas propriu. Tel. 0724.451.762.

● Vând țuică de prune și două biciclete noi. Preț negociabil. Telefon: 0735.195.269.

● Vând pat de spital, 3 motoare liniare, telecomandă la îndemână bolnavului, alte multe anexe gratis. Telefon: 0721.312.310.

● Vând familie de căței. Tel. 0753.671.752.

Nota redacției:

Publicația Accent Media preia conținutul anunțurilor de MICA PUBLICITATE, în conformitate cu textul menționat pe taloanele de **anunțuri gratuite pentru persoane fizice**. Prin urmare, răspunderea pentru conținutul anunțurilor revine celor care le-au completat pe taloanele originale. Acestea sunt păstrate timp de 30 de zile la sediul redacției. Ne rezervăm dreptul de a refuza publicarea acelor anunțuri care încalcă, prin conținutul lor, legea.

AccentMedia

Deva, Bd. Decebal, bl. 5,
parter • Tel. 0722 402 044
www.accentmedia.ro

Anunțuri de mare și
mică publicitate
în ziare locale și centrale

Festivalul Vânătorilor, la Castelul Nopcsa

Sâmbătă, 25 octombrie 2025, ora 10:00, Castelul Nopcsa din localitatea hunedoreană Săcel, va găzdui un eveniment inedit, organizat de Consiliul Județean Hunedoara, Muzeul Civilizației Dacice și Romane Deva, Primăria Comunei Sântămăria Orlea și Centrul de Cultură și Artă al Județului Hunedoara.

Vizitatorii castelului sunt invitați să pășească în lumea fascinantă a vânătoriei și tradițiilor nobile, într-un decor în care istoria, natura și cultura se împletesc într-un eveniment de neuitat.

Programul zilei va cuprinde un concurs intitulat „Cel mai bun ceaun vânătoresc” cu degustare gratuită pentru public, atelier de tras la țintă, lecții de șoimărit, o prezen-



tare de arme și trofee de vânătoare precum și un atelier de pictură pe lemn și ceramică.

Tot în cadrul evenimentului se va desfășura o conferință cu tematică cinegetică și un tur ghidat „Baronul Nopcsa – vânător, savant și spion”. Atmosfera festivalului va fi întregită de acordurile muzicii folclorice specific vânătorescă.

Baronul Nopcsa și-a câștigat renumele de vânător talentat, cu rădăcini adânci în Țara Hațegului, unde vânătoarea a fost pentru el o pasiune autentică și definitorie. Moștenirea sa culturală și legătura cu aceste locuri conferă Castelului Nopcsa prestigiul și forța de a găzdui un eveniment de referință dedicat pasionaților de natură și tradiții. (C.G.)

**Caut de închiriat clădire
pretabilă azil bătrâni.
Tel. 0753.083.333.**

200 lei → **150 lei** **Safetyautoserv Deva**

**Ai 50 de lei reducere la ITP
pentru autoturismul tău!**

Nimic mai simplu! Prezintă talonul din ziarul Accent Media inspectorului de la programare și ai o reducere de 50 de lei la ITP.

TALON

Nume..... Prenume.....

Nr. Autoturism.....Telefon.....

Safetyautoserv Deva, Strada Depozitelor, Nr. 16.

Programare la telefon: 0720 224 123 – 0254 224 123.

Talon valabil până în 31 Decembrie 2025!

**De acum înainte în fiecare săptămână ai
talonul norocos în Accent Media!**

Lansare de carte - marți 21 octombrie, ora 17 - Salonul Hunedorean al Cărții

„Hațeg-Sarmizegetusa-Subcetate - Un tărâm misterios” – o incursiune între știință, credință și mister, semnată Prof. Ioan Romeo Mânzală

Profesorul Ioan Romeo Mânzală, membru al Uniunii Ziaristilor Profesioniști din România și autor a peste 24 de volume și 1700 de articole publicate în diverse reviste și ziare, revine în atenția cititorilor cu o lucrare complexă și profundă: „Hațeg-Sarmizegetusa-Subcetate - Un tărâm misterios”.

Cunoscut pentru activitatea sa științifică, dar și pentru abordarea umanistă și spirituală, profesorul Mânzală reușește în această carte să îmbine cercetarea riguroasă cu reflecții despre destin, moralitate și sensul existenței.

O carte între știință și suflet

Volumul este structurat în două părți distincte, dar complementare.

Prima parte tratează teme științifice, explorând cercetările realizate de autor în țară și în lume – din Țara Hațegului până în zone precum Svalbard, Nuuk, America de Sud, Africa de Sud, Mongolia sau Pakistan. Este o călătorie

prin istorie, geologie, arheologie și cosmologie, prin care Mânzală caută răspunsuri la întrebările fundamentale despre originea civilizației și locul nostru în Univers.

A doua parte a cărții capătă un ton mai intim și spiritual. Profesorul oferă cititorului reflecții despre oameni, iubire, echilibru și conștiință, combinând filozofia cu psihologia modernă.

Într-un limbaj accesibil și cald, autorul vorbește despre neurocepție, despre impactul emoțiilor și al calmului asupra corpului uman, dar și despre importanța relațiilor armonioase și a echilibrului interior.

„Stresul e contagios, dar și liniștea e la fel de contagioasă. Alege înțelept oamenii cu care te înconjoară”, scrie profesorul Mânzală, exprimând un crez de viață simplu, dar profund.

Căutarea rădăcinilor și a spiritualității getice

Una dintre temele majore ale cărții o constituie moște-



nirea geto-dacică. Autorul susține că zona Hațegului și Sarmizegetusei ar putea fi „Capitala Getiei Primordiale”, ba chiar „Grădina Maicii Domnului”.

Plecând de la izvoare istorice, tradiții și legende, Mânzală reface simbolic legătura dintre știință și spiritualitate, subliniind valorile morale, demnitatea și credința strămoșilor noștri, „divinii sau nemuritorii”, așa cum îi numeau anticii.

El reamintește cititorilor că geto-dacii au fost printre puținele popoare antice care au respins sclavia, crezând în libertatea și sacralitatea vie-

ții umane.

„Libertatea umană are o singură cenzură – libertatea și demnitatea unei alte ființe”, notează autorul, pledând pentru o reîntoarcere la valorile morale care pot salva lumea contemporană.

Un mesaj pentru omul de azi

Cartea se încheie cu un apel sincer și plin de speranță: „Fără valori morale, nu putem salva lumea. Societatea este bolnavă, dar ea este alcătuită din noi înșine. Dacă familia își pierde echilibrul, și societatea se clatină. Prin aceste cuvinte, profe-

sorul Mânzală nu doar diagnostichează o realitate, ci propune un antidot: redescoperirea iubirii, a înțelepciunii și a autenticității.

„Dăruiește din ceea ce ești, nu doar din ceea ce ai!”, scrie el, încurajând cititorii să trăiască simplu, curat și conștient, fără teamă și fără mască.

Concluzie

„Hațeg-Sarmizegetusa, un tărâm misterios” este mai mult decât o carte – este o meditație asupra ființei umane, o punte între știință și credință, între rațiune și visare. Prin stilul său sincer, uneori confesiv, dar mereu luminat de o credință puternică în oameni, profesorul Ioan Romeo Mânzală ne invită la introspecție, la iubire și la redescoperirea rădăcinilor noastre spirituale. Așa cum spune autorul însuși: „Succesul te introduce în lume, dar eșecul îți prezintă lumea. Trebuie să trăiești frumos – căci, dacă vrei să fii fericit, vei găsi o mie de motive

SĂPTĂMÂNAL DE INFORMAȚII ȘI ADVERTORIAL

AccentMedia

Deva, B-dul Decebal, bl. 5, parter, Jud. Hunedoara - RO

Tel. 0722 402 044 • ISSN 1842 - 9955

Echipa redacțională: Cornel Poenar, Mihai Stan, Mihaela Poenar, Cornelia Holinschi,

Miha Iasmina-Sabina, Ioan Romeo Mânzală, Ioan Vlad, Alexandra Tarod, Cătălina Neag, Paul Tomotaș

Tehnoredactare: Codruța Goța

accentmediahd@yahoo.com

www.accentmedia.ro

FORTES FORTUNA ADJUVAT!