

Primăria Pecineaga angajează un muncitor necalificat!

19 noiembrie 2019 11:20



ROMANIA
JUDETUL CONSTANTA
COMUNA PECINEAGA
PRIMARIA

Stefan Cel Mare, Nr. 61 Tel.: 0040-(0)241-858510 Fax: 0040-(0)241-858524

Nr. 7273 din 18.11.2019

ANUNȚ

Primăria comunei Pecineaga organizează concurs pentru ocuparea **unui post vacant de muncitor necalificat pe durata nedeterminată** la compartimentul administrativ din cadrul aparatului de specialitate al primarului comunei Pecineaga.

Concursul se desfășoară la sediul Primăriei Pecineaga, str. Soseaua Stefan Cel mare nr. 61 Judetul Constanta.

- Proba scrisă va avea loc în data de 10.12.2019, ora 10⁰⁰,
- Proba interviu va avea loc în data de 12.12.2019, ora 14⁰⁰

Condiții generale :

La concursul organizat pentru ocuparea unui post vacant pot participa persoanele care îndeplinesc condițiile prevăzute art. 3 din HG nr. 286 / 2011 modificat și completat prin HG nr. 1027/2014 pentru aprobarea Regulamentului – cadru privind stabilirea principiilor generale de ocupare a unui post vacant sau temporar vacant corespunzător funcțiilor contractuale și a criteriilor de promovare în grade sau trepte profesionale imediat superioare a personalului contractual din sectorul bugetar plătit din fonduri publice, respectiv :

- a) are cetățenia română, cetățenie a altor state membre ale Uniunii Europene sau a statelor aparținând Spațiului Economic European și domiciliul în România;
- b) cunoaște limba română, scris și vorbit;
- c) are vârsta minimă reglementată de prevederile legale;
- d) are capacitate deplină de exercițiu;
- e) are o stare de sănătate corespunzătoare postului pentru care candidează, atestată pe baza adeverinței medicale eliberate de medicul de familie sau de unitățile sanitare abilitate;
- f) îndeplinește condițiile de studii și, după caz, de vechime sau alte condiții specifice potrivit cerințelor postului scos la concurs;
- g) nu a fost condamnată definitiv pentru săvârșirea unei infracțiuni contra umanității, contra statului ori contra autorității, de serviciu sau în legătură cu serviciul, care împiedică înfăptuirea justiției, de fals ori a unor fapte de corupție sau a unei infracțiuni săvârșite cu intenție, care ar face-o incompatibilă cu exercitarea funcției, cu excepția situației în care a intervenit reabilitarea.

Condiții specifice : 1. -Studii Școala generală – 8 clase .

2. Carnet de conducere auto categoria B:

Locul de munca pentru postul de muncitor necalificat : are încadrare Cod C.O.R.: 931202 muncitor necalificat la spații verzi , cu activitate de curățenie la spații verzi din parc și cimitir , curățenie strădală, curățenie pe domeniul public și privat al comunei și alte îndatoriri date de primar conform fișei postului .

Documentele necesare candidaților pentru înscrierea la concurs :

- a) cerere de înscriere la concurs adresată conducătorului autorității sau instituției publice organizatoare;
- b) copia actului de identitate sau orice alt document care atestă identitatea, potrivit legii, după caz;
- c) copiile documentelor care să ateste nivelul studiilor ;
- d) carnetul de muncă sau, după caz, adeverințele care atestă vechimea în muncă, în meserie și/sau în specialitatea studiilor, în copie;
- e) cazierul judiciar sau o declarație pe propria răspundere că nu are antecedente penale care să-l facă incompatibil cu funcția pentru care candidează;
- f) adeverință medicală care să ateste starea de sănătate corespunzătoare eliberată cu cel mult 6 luni anterior derulării concursului de către medicul de familie al candidatului sau de către unitățile sanitare abilitate;
- g) curriculum vitae.

Adeverința care atestă starea de sănătate conține, în clar, numărul, data, numele emitentului și calitatea acestuia, în formatul standard stabilit de Ministerul Sănătății.

În cazul documentului prevăzut la alin. (1) lit. e), candidatul declarat admis la selecția dosarelor, care a depus la înscriere o declarație pe propria răspundere că nu are antecedente penale, are obligația de a completa dosarul de concurs cu originalul cazierului judiciar, cel mai târziu până la data desfășurării primei probe a concursului.

Actele necesare pentru înscriere la concurs vor fi prezentate și în original în vederea verificării conformității copiilor cu acestea.

Dosarele de înscriere se depun începând cu data de 18.11.2016, ora 9⁰⁰ până pe data de 29.11.2019, ora 13⁰⁰ , la sediul Primăriei comunei Pecineaga , str. Șoseaua Ștefan Cel Mare nr. 61, județul Constanța . Responsabil primire documente : Anton Elena, secretarul comisiei de concurs.

Bibliografia de concurs este prezentată în anexa .

Concursul se desfășoară în trei etape succesive după cum urmează :

a) Selecția dosarelor de înscriere , pe baza îndeplinirii condițiilor generale și a condițiilor specifice de participare la concurs, se va realiza în perioada 18.11.2019 – 29.11.2019 și până în data de 04.12.2019 se va afișa rezultatul cu mențiunea "admis" sau "respins", însoțită, după caz, de motivul respingerii .

Contestațiile cu privire la rezultatul selecției dosarelor de înscriere se depun în maxim o zi lucrătoare (24 ore) de la afișarea rezultatului selecției dosarelor de către comisia de concurs , la secretarul comisiei de soluționare a contestației . Comisia de

solutionare a contestatiilor va afisa rezultatul final in termen de maxim o zi lucratoare (24 ore) de la expirarea termenului de depunere a contestatiilor .

b) Proba scrisă va avea loc in data de 10.12.2019 , rezultatul probei scrise va fi afisat la sediul institutiei pana la data de 11.12.2019 , cu rezultatul punctajului obtinut si al sintagmei "admis" sau "respins" precum si ora la care se afiseaza . Sunt declarati admisi la proba scrisa candidatii care au obtinut minim 50 puncte si maxim 100 puncte .

c) Proba interviu va avea loc in data de 12.12.2019 ora 14⁰⁰ .

Dupa afisarea rezultatelor de la proba scrisa si la proba interviu, după fiecare în parte, candidații nemulțumiți pot face contestație in termen de cel mult 24 ore de la data afișării rezultatului , respectiv de la data afisarii rezultatului probei scrise ori a interviului , la sediul institutiei, sub sanctiunea decaderii din acest drept.

În cazul în care nu sunt depuse contestatii la proba scrisa , data si ora programarii sustinerii interviului pot fi modificate la solicitarea candidatilor consemnate in scris, cu acordul comisiei de concurs.

Comunicarea rezultatelor finale se face in termen de maxim 3 zile lucratoare de la data sustinerii ultimei probe .

Punctajul final se calculeaza ca medie aritmetică a punctajelor obținute la proba scrisă și interviu .

Se consideră admis la concursul pentru ocuparea unui post vacant candidatul care a obținut cel mai mare punctaj dintre candidații care au concurat pentru același post, cu condiția ca aceștia să fi obținut punctajul minim necesar. La punctaje egale are prioritate candidatul care a obținut punctajul cel mai mare la proba scrisă, iar dacă egalitatea se menține, candidații aflați în această situație vor fi invitați la un nou interviu în urma căruia comisia de concurs va decide asupra candidatului câștigător.

**PRIMAR,
STAN NICULAE**

Anexa

BIBLIOGRAFIE PENTRU OCUPAREA POSTULUI DE MUNCITOR NECALIFICAT

- Constituția României , ar. 1-6, art. 12-14, art. 41 și art. 57.
- OUG nr. 57/2019 privind Codul administrativ : art. 542, art. 549 alin. (1) ,550-554
- Legea nr. 53/2003 republicată, cu modificările si completările ulterioare : art. 5 -10, art. 55-60 .

**PRIMAR,
STAN NICULAE**

Strada dumneavoastră este în

beznă sau ziua vedeți cum ard becurile fără rost? De acum vă puteți adresa plângerile referitoare la iluminatul public Goldtermului!

19 noiembrie 2019 11:20

Aleșii Mangaliei au decis, la ultima ședință a Consiliului Local, ca societatea locală de termoficare să păstorească, pe viitor, și iluminatul public din oraș. Nenumăratele plângeri venite din partea cetățenilor, cu privire la faptul că becurile de pe străzi ard ziua, dar stau stinse noaptea, precum și din partea turiștilor, nemulțumiți că pe faleze iluminatul public este deficitar sau nu există deloc, au determinat administrația locală să ia decizia preluării acestui serviciu, prin gestiune directă.

În prezent, pe raza Mangaliei există 3.837 stâlpi de iluminat și o rețea electrică de 95 de kilometri. Imediat ce contractul dintre ENEL și Goldterm va fi semnat, toată această zestre va fi preluată de firma de termoficare, care ne asigură că și-a modificat organigrama în vederea acoperirii necesarului de personal care să satisfacă cerințele unei echipe de iluminat public.

Prin contract, Goldterm se obligă, printre altele, să gestioneze iluminatul **„pe criterii de competitivitate, să pună în aplicare metode performante de management, care să ducă la reducerea costurilor, să garanteze permanența în funcționarea iluminatului public, să nu discrimineze consumatorii în funcție de zone, să pună în valoare, printr-un iluminat adecvat, elementele arhitectonice și peisagistice și să marcheze evenimentele festive și religioase”**.

În plus, Goldterm-ul se obligă să asigure ***liberul acces la informații*** privind derularea serviciului public de iluminat, precum și o ***totală transparență*** și consultarea cetățenilor în luarea deciziilor.

În concluzie, odată semnat contractul de gestiune între ENEL și Goldterm, cetățenii vor putea să sesizeze problemele de pe rețeaua de iluminat public, cel mai probabil la sediul societății (http://www.goldterm.ro/qcms/?ro_contact,2)



Vă doriți un job în administrație? Nimic mai simplu: Primăria Mangalia are destule, pe alese!

19 noiembrie 2019 11:20

Primăria Municipiului Mangalia organizează concurs de recrutare la sediul din Șos. Constanței nr. 13, conform H.G. nr. 286/2011 și H.G. nr. 1027/2014, pentru ocuparea următoarelor posturi contractuale de execuție vacante:

- 9 posturi de guard – Serviciul Ordine Publică, Pază și Proximitate;
- 3 posturi de muncitor necalificat treapta profesională II – Biroul Tehnic, Administrativ, Club Pensionari;
- 1 post de infirmier – Creșa nr. 3;
- 1 post de muncitor necalificat treapta profesională II – Creșa nr. 3.

Concursul se va desfășura în data de:

- 09.12.2019, ora 09:00 - proba scrisă pentru posturile de guard;
- 09.12.2019, ora 14:00 - proba practică pentru posturile de muncitor necalificat;
- 11.12.2019, ora 11:00 - interviul.

Primăria Municipiului Mangalia organizează concurs prin recrutare în conformitate cu prevederile H.G. nr. 611/2008 și H.G. nr. 761/2017, în data de 16.12.2019, ora 10:00 - proba scrisă și în data de 18.12.2019, ora 10:00 - interviul, la sediul instituției din Șos. Constanței nr. 13, pentru ocuparea următoarelor funcții publice de execuție vacante:

- 1) consilier, clasa I, grad profesional superior – Serviciul Contabilitate;
 - 2) consilier, clasa I, grad profesional superior – Compartimentul Urbanism și Autorizații de Construire;
 - 3) consilier, clasa I, grad profesional superior – Serviciul Achiziții Publice;
 - 4) consilier, clasa I, grad profesional superior – Biroul Investiții;
 - 5) consilier, clasa I, grad profesional asistent – Serviciul Venituri Persoane Juridice;
 - 6) consilier, clasa I, grad profesional debutant – Biroul Executare Silită Creanțe;
 - 7) polițist local, clasa I, grad profesional debutant – Compartimentul Disciplina în Construcții și Afășajul Stradal, Protecția Mediului, Activitate Comercială.
-

Pentru remedierea unei avarii

RAJA, trafic restricționat pe bulevardul Aurel Vlaicu din municipiul Constanța!

19 noiembrie 2019 11:20



Pentru remedierea unei avarii pe conducta magistrală de alimentare cu apă, cu diametrul de 800 mm, din sensul giratoriu amplasat la intersecția bulevardului Aurel Vlaicu cu strada Nicolae Filimon, din municipiul Constanța, RAJA SA este nevoită să restricționeze traficul rutier în zonă, de marți – 05 noiembrie 2019, până sâmbătă -16 noiembrie 2019.

Astfel, în această perioadă se va bloca traficul pe ambele benzi de circulație, de pe sensul de mers CET – Centrul Comercial Vivo, va fi blocat accesul în sensul giratoriu spre și dinspre strada Nicolae Filimon și se va devia traficul pe banda 2 de circulație de pe sensul de mers Cet – Vivo.

Având în vedere îngreunarea circulației pe bulevard, reparațiile se vor efectua în regim de urgență.

În vederea executării lucrărilor de reparații, zona va fi împrejmuită și semnalizată pentru a asigura o circulație corespunzătoare, iar pentru fluidizarea traficului a fost anunțată Poliția Municipală și Poliția Locală.

Consumatorii din zonă nu sunt afectați de aceste lucrări, întrucât echipele RAJA vor efectua intervențiile cu conducta sub presiune.

Ne cerem scuze participanților la trafic din zona respectivă, pe care îi asigurăm că RAJA Constanța va face tot posibilul

pentru remedierea avariei într-un timp cât mai scurt, astfel încât zona afectată să poată fi redată circulației în cel mai scurt timp și în cele mai bune condiții.

Pompierii au intervenit pentru deblocarea unui apartament din Mangalia. În casă se afla un băiețel!

19 noiembrie 2019 11:20

O autospecială cu modul de descarcerare s-a deplasat, în urmă cu câteva minute, pentru deblocarea ușii unui apartament din Mangalia. Solicitarea a fost făcută la 112 de o femeie, care a anunțat că, în imobil, se afla băiețelul ei. Mama îl lăsase pe micuț câteva minute singur, pentru a coborî până afară, dar ușa s-a blocat și femeia nu a mai putut intra în apartament.

Deblocarea a decurs fără incidente, iar băiatul a ajuns, în siguranță, în brațele mamei.

Se întrerupe curentul electric la Pecineaga, Vama

Veche și Eforie Nord!

19 noiembrie 2019 11:20



Pentru lucrările anuale de reparații și întreținere instalații și rețele electrice, precum și posturi de transformare, SC E-Distribuție Dobrogea SA – Zona MT-JT Constanța, anunță întreruperea furnizării energiei electrice în timpul lucrărilor, după următorul program:

- luni, 18 noiembrie și marti, 19 noiembrie, Satul Vama Veche, cu strada Pescarusului (zona fost Poligon) – întrerupere totală, între orele 8.30-16.30
- joi, 21 noiembrie, Eforie Nord, cu străzile I. G. Duca, Alexandru Lăpușneanu, Tisei, George Cosbuc, B.P. Hasdeu, Decebal și Bucegi – întrerupere totală, 8.00-16.00
- joi, 21 noiembrie, comuna Pecineaga, cu strazile: Nicolae Iorga, Nicolae Titulescu, Vanatori, Mihai Eminescu, Nicolae Balcescu, Ioan Slavici, Ion Minulescu, alea Trandafirului, Narcisei, Zambilei, Liliacului și Sperantei – întrerupere totală, 8.30-16.30

Clubul de Jiu Jitsu Brazilian din Mangalia are filială și

la Constanța

19 noiembrie 2019 11:20



Clubul de Jiu Jitsu Brazilian din Mangalia, ACS Callatis Fight Club, membru Icon Romania, a reusit să deschidă o filială și în Constanța, sub denumirea de "Tomis Spartans Division". Pentru cei interesați, sala de antrenament se află pe strada Bogdan Petriceicu Hasdeu nr. 85, antrenorul filialei se numește Robert Câmpean, iar antrenamentele se vor desfășura în zilele de marți și joi de la 20.00-21.30.

Coordonatorul ACS Callatis Fight Club, George Trandafirescu, prima centură neagră din Dobrogea, a declarat: "Suntem bucuroși atât eu, cât și colegul meu Liviu Tudor că am reușit alături de Robert Câmpean să deschidem o filiala și la Constanța. Jiu Jitsu Brazilian este un sport relativ nou în România, dar de o mare amploare în exterior și, de aceea, ne dorim ca de multiplele beneficii ale acestuia să se bucure cât mai mult persoane. Satisfacția deschiderii acestei filiale vine și din faptul că antrenorul acesteia, Robert Câmpean, este format la clubul nostru, unde se antrenează de 5 ani și jumătate și va putea prezenta în antrenamente o formă curată de Jiu Jitsu Brazilian. ACS Callatis Fight Club face parte din una dintre cele mai puternice echipe la nivel național, ICON ROMANIA, condusă de arbitrul internațional Florin Cernat, iar la nivel mondial, din echipa "ICON JIU JITSU INTERNATIONAL", coordonată de campionii mondiali Ze Marcello, Anderson Pereira și Sergio Vita".

Potrivit antrenorului, Robert Câmpean, "Momentan am deschis doar secțiunea destinată adulților, urmând ca până la

sfârșitul anului să o deschidem și pe cea destinată copiilor. Pe această cale, doresc să mulțumesc conducerii "ACS Callatis Fight Club" atât pentru încrederea acordată, cât și pentru posibilitatea de forma noi sportivi în sfera Jiu Jitsului Brazilian".

Stadionul central din Mangalia, modernizat cu finanțare de la CNI

19 noiembrie 2019 11:20

Consilierii locali din Mangalia au aprobat, recent, proiectul de hotărâre privind predarea amplasamentului Stadionului central din localitate, către Compania Națională de Investiții, în vederea modernizării bazei sportive, cu finanțare guvernamentală. Potrivit documentației tehnice, pe actualul amplasament se va amenaja o bază sportivă prevăzută cu tribune și nocturnă, care va cuprinde un teren de fotbal, un alt teren multifuncțional pentru handbal, baschet, volei și tenis, o clădire pentru vestiare și anexe. Totodată, vor fi realizate spații verzi, alei pietonale și o parcare.

Prof. Mihai Sorin, inspector școlar general al ISJ Constanța

19 noiembrie 2019 11:20



Prof. Mihai Sorin este, începând de astăzi, noul inspector școlar general al ISJ Constanța. Mihai Sorin este profesor de Limba și Literatură Română la Școlii Gala Galaction și consilier local al UNPR Mangalia.

Bunuri contrafăcute, în valoare de peste 2.200.000 lei, descoperite într-un autocamion

19 noiembrie 2019 11:20



În perioada 04 – 13.11.2019 , polițiștii de frontieră din cadrul Grupului de Nave Mangalia au participat la controlul amănunțit efectuat de către lucrătorii vamali din cadrul Biroului Vamal de frontieră Mangalia asupra unui autocamion cu semiremorcă sosit din Turcia, ce avea ca destinatar o societate comercială de pe raza județului Prahova.

În urma controlului, au fost descoperite **26.023 articole vestimentare** nedeclarate organelor vamale și **1.909 articole de îmbrăcăminte, încălțăminte și de marochinărie** susceptibile a aduce atingere dreptului de proprietate intelectuală al unor mărci cunoscute.

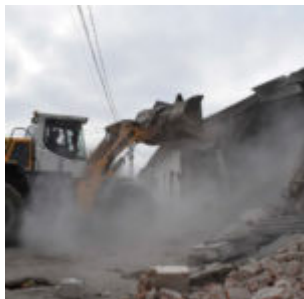
Bunurile nedeclarate și cele susceptibile a fi contrafăcute, dacă ar fi fost comercializate ca produse de marcă, ar fi avut valoarea totală de aproximativ **2.233.000 de lei**, acestea fiind ridicate în vederea continuării cercetărilor de către lucrătorii vamali.

În cauză, polițiștii de frontieră efectuează cercetări sub aspectul săvârșirii **infracțiunii de punere în circulație a unui produs purtând o marcă identică sau similară cu o marcă înregistrată pentru produse identice sau similare și care prejudiciază pe titularul mărcii înregistrate și folosirea de acte nereale la autoritatea vamală**, la finalizare fiind dispuse măsurile legale care se impun.

Primăria a pus la pământ

ultimele două imobile de la Barăci!

19 noiembrie 2019 11:20



Comunicat

Primăria Mangalia a demolat, miercuri, ultimele două construcții insalubre de la marginea cartierului de case al orașului. Procedura de demolare a parcurs toate etapele legale, astfel că, toți cei care au locuit în respectivele barăci au primit anterior somații de evacuare, în baza unor hotărâri judecătorești cu titlu executoriu. În clădirile respective au locuit peste 10 familii, care acumulaseră datorii mari la chirie și utilități sau care nu aveau forme legale. Primele evacuări din aceste imobile au început încă din luna mai a anului în curs, în baza deciziilor instanței. Ultimele familii au fost evacuate fără incidente, chiar înainte de demolare, intrucat au primit ordin de evacuare de la executorul judecătoresc cu două săptămâni înainte.

În timp ce primăria pune dale și borduri pe un trotuar ce

nu duce nicăieri, Cartierul Coloniști rămâne, în continuare, ultimul pe lista priorităților administrației locale!

19 noiembrie 2019 11:20



De mai bine de șase luni, „Ediția de Sud” postează, periodic, fotografii cu străzile și trotuarele abandonate din Cartierul Coloniști, încercând să sensibilizeze autoritățile, astfel încât lucrările să fie reluate și finalizate. La rândul lor, cetățenii din zonă, reclamă nepăsarea primăriei vizavi de soarta lor. Sunt nevoiți, zilnic, să străbată întreg Cartierul, direct pe stradă – copii, adulți, bătrâni, ce ocolesc trotuarele ajunse adevărate tranșee de pământ și buruieni. Șoferii trebuie să fie extrem de atenți, mai ales că în zonă funcționează o școală și o grădiniță.

La ultima ședință a Consiliului Local, o parte a aleșilor au susținut că primesc, zilnic, telefoane de la locuitorii din Coloniști, nemulțumiți de faptul că zona lor a fost uitată, în timp ce, un trotuar ce duce absolut nicăieri (cel paralel cu strada Poliției) este pavat cu dale și borduri, realizate din banii primăriei. Mai mult, au spus consilierii cu pricina, le-au fost aduse la cunoștință două sau trei cazuri de accidente mortale (!), cauzate, se pare, de debandada instalată în traficul din Cartierul Coloniști.

Primăria aruncă, în continuare, vina pe cel ce a câștigat licitația, deși, cu siguranță, la numărul mare de specialiști ai instituției publice, ar fi fost bine să se găsească un cap luminat care să vină cu o soluție la problemă. Fie anularea licitației, fie realizarea investiției din banii primăriei – aceiași cu care se pavează un trotuar ce duce fix nicăieri – sau orice altă soluție pe care o armată de angajați la stat nu au fost în stare să o rezolve de mai bine de jumătate de an.

Vă prezentăm o nouă serie de fotografii din Coloniștii abandonat, dar și cu mostre ale lucrării temeinice ce are loc la intrarea în europeanul oraș Mangalia:

Drumul spre nicăieri....







... vs. *Cartier Coloniști.*































Ziua Dobrogei, sărbătorită la Casa de Cultură Mangalia

19 noiembrie 2019 11:20



Recomandări pentru prevenirea îmbolnăvirilor din perioada sezonului rece

19 noiembrie 2019 11:20

Pentru a preveni îmbolnăvirile, cu precădere de la nivelul tractului respirator, generate de condițiile climatice din perioada sezonului rece, specialistul din cadrul Spitalului Municipal Mangalia – dr. epidemiolog Sergiu Tasinsichi, face următoarele precizări:

În perioada de tranziție, sezonul de toamnă, pregătirea corpului nostru pentru lunile reci este absolut necesară. Pentru a face acest lucru cât mai eficient, vă recomandăm câteva sfaturi care pot fi aplicate de oricine, iar asta într-un mod cât mai simplu.

De ce corpul are nevoie de protecție odată cu sezonul rece?

Diminețile și serile reci, zilele calde și diminuarea zilei

sunt factori care vrem, nu vrem, ne pregătesc pentru tranziția de la vară la iarnă. Pentru a evita ca acest lucru să se întâmple brusc și cu consecințe asupra sănătății fizice și psihice, trebuie să urmăm câțiva pași simpli, care ar putea să ne aducă un plus de confort.

Faceti sport!

Dacă toată vara am făcut sport pentru a ne menține greutatea și a arăta bine mai ales la plajă, ei bine, odată cu apropierea sezonului rece, nu trebuie să renunțăm la acest obicei. În sezonul rece, poate mai mult ca vara, corpul nostru are nevoie de un bun tonus muscular. În plus, de aceea evităm acumularea de kilograme în plus, o tendință în lunile de iarnă.

Vaccinați-vă!

Nu trebuie să neglijăm vaccinarea antigripală. Vaccinul ne aduce un plus de imunizare. Vaccinarea este recomandată mai ales persoanelor în vârstă și cu afecțiuni cronice, care se pot acutiza în cazul îmbolnăvirii de gripă.

Mentineți o igienă corespunzătoare. Spalati-vă pe mâini. Aerisiți încăperile!

Majoritatea infecțiilor din acest sezon sunt cauzate de viruși, iar frecvența crescută a acestor infecții se datorează pe de o parte faptului că temperaturile scăzute inhibă răspunsul imun de la nivelul mucoaselor (mucoasei nazale în mod special – poarta de intrare pentru virusuri responsabile de infecții ale căilor respiratorii superioare), dar și că în acest anotimp petrecem mai mult timp “înghesuiți” în încăperi închise, mai puțin aerisite, favorizându-se astfel transmisia virusurilor. Și pentru că a venit vorba de transmisia germenilor, trebuie să subliniem faptul că aceasta se face în principal prin mecanismul “mana-nas”: persoana bolnavă își duce mâna la nas, apoi pune mâna pe un anumit obiect, contaminându-l, pe care va pune mâna apoi o altă persoană,

care își va duce mâna la gură sau la nas ș.a.m.d. Deci, cea mai importantă cale de prevenție a acestor infecții ar fi spălarea repetată a mâinilor, în special înainte de masă. Și, astfel, înțelegem cum se face ca cei mici sunt și mai predispuși la asemenea infecții – nu știu să își sufle nasul în batistă, să își spele mâinile, folosesc aceleași jucării, duc mereu mâna la gură sau la nas.

Urmați o alimentație sănătoasă!

Când frigul se apropie, suntem tentați să consumăm mai multe produse tradiționale, mai ales că toamna și iarna sunt bogate în astfel de resurse și preparate. Mâncărurile considerate grele sunt adesea bogate în colesterol, grăsimi saturate și calorii. Lipsa de nutrienți, inclusiv proteine, zinc, seleniu, cupru, fier și vitamine (A, C, E, D și vitaminele B), va avea un impact asupra imunității. Astfel că, cel mai bun mod de a ne proteja este să consumăm o varietate largă de fructe și legume viu colorate cum ar fi ardei roșu, morcovi, dovleac, nuci, struguri sau gutui, care sunt bogate în antioxidanți, ce pot stimula sistemul imunitar. Pofța de dulce poate fi stinsă consumând fructe.

Hidratați-vă!

De asemenea, în lunile mai reci este dovedit faptul că nu bem suficientă apă, astfel că riscul de a fi deshidratat este mai mare, iar asta fără a ne da seama. Acest lucru ne face să fim mai obosiți și predispuși la a lua mici gustări. Ceaiurile de plante cu conținut caloric scăzut, ciocolata caldă și compoturile de fructe ne pot ajuta să echilibrăm aportul de lichide în organism.

Dormiți suficient!

În cele din urmă, dar nu lipsită de importanță, este odihna. Pentru ca somnul din timpul nopții să fie unul suficient, este recomandat să mergem la culcare înainte de miezul nopții. Specialiștii ne arată prin tot felul de studii că cel mai

profund și odihnitor somn pentru corp și minte, este cel de dinainte de ora 00:00.

Fiți responsabili!

Dacă vă simțiți rău, mergeți la medic. Urmăți indicațiile acestuia. Afecțiunile specifice sezonului rece sunt contagioase. Limitați la strictul necesar contactul cu alte persoane!

RAJA SA a fost nevoită să reducă presiunea furnizării apei potabile pe Aleea Garofitei din Constanța

19 noiembrie 2019 11:20

Pentru remedierea unei avarii pe conducta de alimentare cu apă, cu diametrul de 800 mm, din zona intersecției bulevardelor 1 Decembrie 1918 cu I. C. Brătianu din municipiul Constanța, RAJA SA a fost nevoită să reducă presiunea furnizării apei potabile, pentru a executa lucrarea în siguranță, astăzi – 12 noiembrie 2019, în intervalul orar 18.30 – 22.00.

În acest timp, abonații de pe aleea Garofitei, cei din zona Liceului Ovidius și Gară, cei arondați punctului termic 70, precum și Hotelul Maria vor avea apă cu presiuni scăzute la robinete.

Ne cerem scuze față de consumatorii afectați de aceste lucrări și îi asigurăm că RAJA SA Constanța va face tot ce este necesar pentru finalizarea acestor intervenții și reluarea

furnizării apei potabile la parametri optimi într-un timp cât mai scurt.

Campanie de sterilizare gratuită a câinilor și pisicilor, la Tuzla!

19 noiembrie 2019 11:20

Primaria Tuzla organizeaza in



16-17 noiembrie 2019

Campanie sterilizari gratuite

caini si pisici

DE CE SĂ ÎȚI STERILIZEZI CÂINELE:

- Pentru că te obligă legea 258/2014. Nesterilizarea câinilor de rasă comună (fără pedigree) cu stăpân este sancționată cu amendă.
- Pentru a stopa înmulțirea necontrolată a câinilor. O femelă poate naște 5-10 câini de două ori pe an.
- Pentru sănătatea câinelui tău. Sterilizarea scade riscul apariției cancerului și altor tipuri de afecțiuni medicale.
- Pentru a evita evadările din curte în perioada în care câinii intră în călduri.

Sterilizarea se poate face și se recomandă de la vârsta de 6 luni pentru a evita prima intrare în călduri.



Sterilizarea câinilor este **obligatorie** conform legii 258/2014.
Nerespectarea legii **se sancționează cu amendă!**

Adresa:

Strada Constantei - cabinet veterinar
(vis a vis de statia GPL)

CABINET VETERINAR:



SACHE
VET CLINIC



Stichting **10 JAAR**
Dierenhulp



LIFE4PETS e.v.
GIVES SHELTER ANIMALS
A CHANCE!

PROGRAMĂRI LA TELEFON:

0749074055

Angajări la Sanatoriul Balnear Mangalia

19 noiembrie 2019 11:20



ANUNT

Sanatoriul Balnear si de Recuperare Mangalia in conformitate cu prevederile HG nr. 286/2011, cu modificarile si completarile ulterioare, scoate la concurs 4 posturi contractuale vacante de executie pe perioada nedeterminata:

- asistent medical generalist, studii PL, 1 post;
- asistent medical debutant, specialitatea balneofizioterapie, studii PL, 1 post;
- ingrijitoare, 1 post;
- nămolari, 1 post.

Taxa de concurs pentru posturi cu studii medii, scoala postliceala, scoala generala: 80 lei

Condiții generale:

- a) are cetățenia română, cetățenie a altor state membre ale Uniunii Europene sau a statelor aparținând Spațiului Economic European și domiciliul în România;
- b) cunoaște limba română, scris și vorbit;
- c) are vârsta minimă reglementată de prevederile legale;
- d) are capacitate deplină de exercițiu;
- e) are o stare de sănătate corespunzătoare postului pentru care candidează, atestată pe baza adeverinței medicale eliberate de medicul de familie sau de unitățile sanitare abilitate;
- f) îndeplinește condițiile de studii și, după caz, de vechime sau alte condiții specifice potrivit cerințelor postului scos la concurs;
- g) nu a fost condamnată definitiv pentru săvârșirea unei infracțiuni contra umanității, contra statului ori contra autorității, de serviciu sau în legătură cu serviciul, care împiedică înfăptuirea justiției, de fals ori a unor fapte de corupție sau a unei infracțiuni săvârșite cu intenție, care ar face-o incompatibilă cu exercitarea funcției, cu excepția situației în care a intervenit reabilitarea.

Condiții specifice :

Pentru participarea la concurs candidații trebuie să îndeplinească următoarele condiții:

• Pentru postul de asistent medical debutant:

- diplomă de școală sanitară postliceală sau echivalentă sau diplomă de studii postliceale prin echivalare, conform Hotărârii Guvernului nr. 797/1997
- diplomă de bacalaureat/certificat absolvire liceu
- certificat O.A.M.G.M.A.M.R. însoțit de avizul anual sau adeverință pentru participare la concurs, eliberată de O.A.M.G.M.A.M.R.

• Pentru postul de asistent medical:

- diplomă de școală sanitară postliceală sau echivalentă sau diplomă de studii postliceale prin echivalare, conform Hotărârii Guvernului nr. 797/1997
- diplomă de bacalaureat/certificat absolvire liceu

- certificat O.A.M.G.M.A.M.R. însoțit de avizul anual sau adeverință pentru participare la concurs, eliberată de O.A.M.G.M.A.M.R.
- 6 luni vechime în specialitate

• Pentru posturile de îngrijitoare, nămolari:
- școală generală

Concursul constă, în 3 etape succesive, după cum urmează:

- selecția dosarelor de înscriere;
- proba scrisă și/sau probă practică;
- interviul.

Criteriile de evaluare pentru stabilirea interviului sunt:

- abilități și cunoștințe impuse de funcție;
- capacitatea de analiză și sinteză;
- motivația candidatului;
- comportamentul în situațiile de criză;
- inițiativă și creativitate.

Calendar desfasurare concurs :

Concursul se va desfășura astfel:

Pentru posturile de asistenți medicali:

- Proba scrisă în data de 27.11.2019, ora 10.00,
- Proba interviu în data de 02.12.2019, ora 10.00,

Pentru postul de îngrijitoare și nămolari:

- Proba scrisă în data de 27.11.2019, ora 13.00,
- Proba interviu în data de 02.12.2019, ora 13.00,

15.11.2019	Ora 16.00	data limita pentru depunerea dosarelor
19.11.2019	Ora 16.00	afisare analiza dosare
20.11.2019	Pana la ora 16.00	depuneri contestatii analiza dosare
21.11.2019	Ora 16.00	Afisare solutionare contestatii analiza dosare
27.11.2019		PROBA SCRISA
27.11.2019	Ora 16.00	Afisare rezultate proba scrisa
28.11.2019	Pana la ora 16.00	depuneri contestatii proba scrisa
29.11.2019	Ora 16.00	afisare solutionare contestatii proba scrisa
02.12.2019		PROBA INTERVIU
02.12.2019	Ora 16.00	Afisare rezultate proba interviu
03.12.2019	Pana la ora 16.00	depuneri contestatii proba interviu
04.12.2019	Ora 16.00	afisare solutionare contestatii si rezultate finale

Locul depunerii dosarelor de concurs, sustinerii probei scrise si interviu este la sediul din Strada Mircea cel Batrin nr.2., Mangalia, la biroul resurse umane-salarizare, etaj 1.

Dosarele de înscriere la concurs se vor depune la Biroul Resurse- Umane- Salarizare, si vor cuprinde:

- a) cerere de înscriere la concurs adresată conducătorului autorității sau instituției publice organizatoare(tipizat) – se specifica postul;
 - b) copia actului de identitate sau orice alt document care atestă identitatea, potrivit legii, după caz;
 - c) copiile documentelor care să ateste nivelul studiilor și ale altor acte care atestă efectuarea unor specializări, precum și copiile documentelor care atestă îndeplinirea condițiilor specifice ale postului solicitate de autoritatea sau instituția publică;
 - d) carnetul de muncă sau, după caz, adeverințele care atestă vechimea în muncă, în meserie și/sau în specialitatea studiilor, în copie;
 - e) cazierul judiciar sau o declarație pe propria răspundere că nu are antecedente penale care să-l facă incompatibil cu funcția pentru care candidează;
 - f) adeverință medicală care să ateste starea de sănătate corespunzătoare eliberată cu cel mult 6 luni anterior derulării concursului de către medicul de familie al candidatului sau de către unitățile sanitare abilitate;
 - g) curriculum vitae;
 - h) taxa de concurs (se achita la casieria unitatii).
- Adeverința care atestă starea de sănătate conține, în clar, numărul, data, numele emitentului și calitatea acestuia, în formatul standard stabilit de Ministerul Sănătății.
 - În cazul candidatului declarat "admis" la selecția dosarelor, care a depus la înscriere o declarație pe propria răspundere că nu are antecedente penale, are obligația de a completa dosarul de concurs cu originalul cazierului judiciar, cel mai târziu până la data desfășurării primei probe a concursului.
 - Copia actului de identitate, copiile documentelor de studii si carnetul de munca sau, dupa caz, adeverintele care atesta vechimea vor fi prezentate și în original în vederea verificării conformității copiilor cu acestea.

Relatii suplimentare la Biroul Resurse-Umane-Salarizare.
Telefon 0241/ 751337 int. 506.

Două accidente auto, în această dimineață, în sudul litoralului

19 noiembrie 2019 11:20

Astăzi, în jurul orei 08.50, un bărbat de 35 de ani a condus un autoturism pe strada Mării din Eforie Sud, dinspre mare către DN 39 și ajungând la intersecția cu acesta, nu a respectat semnificația indicatorului de oprire, a pătruns pe DN 39 fără să acorde prioritate și a intrat în coliziune cu un autoturism condus de un bărbat de 55 de ani, pe DN 39, pe banda numărul 1, dinspre Mangalia către Constanța.

În urma accidentului a rezultat vătămarea corporală ușoară a

unei femei de 51 de ani, pasageră pe locul dreapta față în al doilea autoturism.

Și, tot astăzi, în jurul orei 09.25, o femeie de 61 de ani a condus un autoturism pe strada Nicolae Bălcescu din orașul Techirghiol, dinspre strada 9 Mai către strada Vasile Alecsandri. Aungând la intersecția cu strada Alesandru Pușkin aceasta a efectuat viraj la dreapta, fără să se asigure și a surprins și accidentat un biciclist de 39 de ani, care se deplasa în aceeași direcție.

În urma accidentului a rezultat vătămarea corporală ușoară a biciclistului.

Ordin de protecție împotriva unui soț violent din 2 Mai

19 noiembrie 2019 11:20

La data de 10 noiembrie a.c., în jurul orei 17.30, polițiști din cadrul Biroului de Poliție Vama Veche – 2 Mai au fost sesizați de către o femeie despre faptul că la domiciliul său are loc un conflict.

Deplasați la fața locului, polițiștii au identificat un bărbat, de 29 de ani, care, aflându-se în proces de divorț cu femeia în cauză, pe fondul unor neînțelegeri, ar fi agresat-o fizic și ar fi amenințat-o cu acte de violență. După completarea formularului de risc, polițiștii au emis un ordin de protecție provizoriu conform procedurilor legale.

În cauză, s-a întocmit dosar penal sub aspectul săvârșirii infracțiunilor de lovire sau alte violențe și amenințare.

Klaus Iohannis – 37%, la Mangalia

19 noiembrie 2019 11:20

În municipiul Mangalia s-au prezentat la vot 52,3% din cetățenii cu drept de vot.

PNL a centralizat procesele verbale din toate cele 26 de secții de votare.

Rezultatele sunt următoarele:

- **Klaus Iohannis – 37%** (6500 de voturi)
- **Viorica Dăncilă – 20,1%** (3550 voturi)
- **Dan Barna – 14,4%** (2500 voturi)
- **Mircea Diaconu – 10,5%** (circa 1800 voturi).

(sursa: <https://www.ct100.ro/iohannis-castiga-in-mangalia-dancila-pe-2/>)