

# CJC avertizează: fenomene meteo extreme, săptămâna viitoare!

14 ianuarie 2017 17:40



---

## “A Treasure Chest of Family Traditions”

14 ianuarie 2017 17:40

Asociația „ProActiv pentru Comunitate” implementează în parteneriat cu Society „Dagood Studio” -Letonia, “Associazione Culturale Eufemia”- Italia , “Association Strive”- Croatia, “Asociacion Building Bridges” – Spania, proiectul “A Treasure Chest of Family Traditions” finantat prin programul “ERASMUS+: Youth in Action”.

DESCRIERE: Proiectul va avea loc în Daugavpils. Activitățile de proiect se vor desfășura în orașul Daugavpils (Letonia) în perioada 19.05.2017 – 29.05.2017. Principalele teme ale proiectului sunt: □□Creativitate și cultură, precum și educația interculturală / generații și învățarea (pe tot parcursul vieții). SCOP: Scopul proiectului este de a îmbunătăți abilitățile creative și de comunicare, cunoașterea participanților la proiect a obiceiurilor familiale din alte țări europene prin intermediul unor ateliere de lucru comune dar și pentru a deveni mai toleranți față de culturi și

realități sociale diferite. **OBIECTIVE:** • implicarea tinerilor și a liderilor acestora într-un proiect multicultural; • promovarea cooperării cu organizațiile de tineret și schimbul de experiență la nivel internațional; • oferirea participanților la proiect metode pentru stabilirea și punerea în aplicare a performanțelor artistice prin intermediul cooperării interculturale; • pregătirea și participarea la „ZOOMAIFEST” – sărbătoarea familiei în Letonia. **GRUP PARTICIPANT**

Ca urmare a încheierii unui parteneriat cu Liceul Teoretic Callatis Mangalia, grupul participant a fost selectat dintre elevii clasei a X a A și va fi coordonat de d.na prof. Sivia Monica LIPNIC

**PERIOADA ȘI LOCUL DE DESFĂȘURARE:** • perioada formării: 19.05.2017-29.05.2017 (inclusiv 2 zile de călătorie) • locul de desfășurare: Letonia, Daugavpils • limba: engleza

---

## **Participarea Mangaliei la Târgul de Turism 2017 scoate din buzunarul cetățenilor 60.000 de lei!**

14 ianuarie 2017 17:40

Ședință de îndată, ieri, după-amiază, 11 ianuarie, la ora 16.00. Convocarea consilierilor s-a făcut cu doar o oră înainte de dezbateri, iar a reprezentanților mass-media a lipsit cu desăvârșire, motivația fiind aceea că în Primărie nimeni nu știe nimic!

Pe ordinea de zi s-au aflat câteva proiecte cum ar fi utilizarea excedentului bugetar pe 2016 în valoare de peste 500.000 de lei ce va fi folosit pentru salarii și alte cheltuieli curente.

De asemenea, s-a intenționat ca tarifele pentru ridicarea gunoaielor să fie majorate ca urmare a introducerii de către Guvernul României a taxei de mediu. Aceasta are o valoare de 80 de lei/tona de deșeu nepericulos. Consilierii au amânat, însă votarea acestui proiect, fiind constituită o comisie care să analizeze mai bine majorarea. Chir și așa, proiectul va trece în viitorul apropiat, iar efectul va fi creșterea tarifelor cu 2 lei pentru persoanele fizice, respectiv cu 25 de lei pentru agenții economici.

La punctul Diverse s-a înălțat nerăbdător proiectul de hotărâre privind alocarea unei sume de bani pentru participarea municipiului Mangalia la Târgul de Turism din Capitală programat pentru 16 – 19 februarie 2017 la Romexpo. Nerăbdător, pentru că aproape în fiecare an s-au iscat polemici și nemulțumiri lansate de Direcția de Turism din cadrul Primăriei Mangalia care s-a tot plâns că municipiul nu are un stand propriu și că promovarea zonelor turistice din sudul litoralului se face doar prin distribuirea din mână în mână a unor pliante informative. Este adevărat, alte zone turistice își atrag vizitatorii cu spectacole, show-uri, artiști de renume, cu pâine și sare ori degustări de vinuri și produse tradiționale românești. Numai că acele zone nu se bazează doar pe imagine, ci oferă în locurile pe care le promovează servicii turistice cu adevărat superioare. În schimb, noi, doar ne mândrim cu cele șase stațiuni, însă aspectul lor lasă, de mulți ani, de dorit. Buruienile înalte de 2 metri, praful, infrastructura la pământ, lipsa unor posibilități de distracție altele decât băile de soare, toate duc în derizoriu un municipiu cu un potențial enorm pentru care alte zone ne invidiază.

## **Pretenții mari, realizări mici!**

În fine, vom vedea cum se va contura sezonul estival 2017 și dacă va oferi noutăți turiștilor. Până atunci, ieri, consilierii au aprobat suma de 60.000 de lei pentru participarea la Târgul de Turism.

Suma a fost aprobată, luându-se în calcul banii cheltuiți anterior, întrucât Direcția de Turism nu a venit cu temele pregătite, potrivit declarației consilierului local ALDE, Dragoș Bociog. "Nu au venit cu un buget, nu au adus o fundamentare, ci ne-au înaintat trei rânduri. În schimb, se plâng în mass-media că nu li se aprobă bani să meargă la târguri", a spus Dragoș Bociog.

Cu cei 60.000 de lei, se va închiria un stand de prezentare a ofertei turistice, se va plăti cazarea angajaților Direcției de Turism a Primăriei la hotel și, probabil, se va încheia o modalitate mai atractivă de impulsioneare a potențialilor vizitatori.

De altfel, ceea ce atrăgea atenția la edițiile anterioare cu privire la Târgul de Turism erau zecile de poze puse pe o rețea de socializare de către angajații Direcției de Turism a Primăriei Mangalia. Imaginile surprindeau veselie, bucuria, fericirea participării la târg, mai ales că statul plătește!

---

# **Avaria RAJA de la Năvodari se prelungeste până la ora 21.00**

14 ianuarie 2017 17:40

Echipele de interventie au reusit remedierea avariei de pe conducta principala de alimentare cu apa din Navodari, in jurul orei 15,00. Din pacate, in urma manevrele de vane necesare pentru reluarea furnizarii apei pe conducta, vana de legatura cu rezervorul statiei de pompare Leonciuc a cedat si s-au demarat lucrarile de inlocuire. In aceste conditii, perioada de finalizare a lucrarilor se prelungeste pana la ora 21,00. Amintim ca sunt afectati de aceasta oprire abonatii de pe strazile: Linistii, Macului, Recoltei, Eternitatii, Prelungirea Recoltei, Apusului si Locomotivei.

Ne cerem scuze fata de consumatorii afectati de aceste lucrari si ii asiguram ca echipele noastre de interventie vor face tot posibilul pentru finalizarea reparatiilor si reluarea furnizarii apei potabile in cel mai scurt timp.

---

## **Asociația Litoral – Delta Dunării și Primăria Limanu anunță introducerea celei mai noi Taxe de Promovare din**

# turismul românesc – la Vama Veche!

14 ianuarie 2017 17:40

## COMUNICAT



Președintele  
Asociației  
Litoral  
– Delta  
Dunării,  
Corina  
Martin  
și  
Primarul  
Comunei  
Limanu –  
2 Mai -  
Vama  
Veche,  
Daniel  
Georgescu

u, au anunțat introducerea Taxei de Promovare Vama Veche, după modelul implementat în premieră, în 2013, la Mamaia. Odată cu intrarea în Asociația Litoral – Delta Dunării, în octombrie anul trecut ( Primăria cu nr.10 !), am anunțat public că Vama Veche devine cel mai nou Brand turistic preluat în management de destinație la Asociația Litoral-Delta Dunării.

**Corina Martin, Președinte Asociația Litoral – Delta Dunării :**  
“Păstrăm spiritul liber de Vama Veche, dar scoatem Vama în lume. Strategic, aveam nevoie să consolidăm ca imagine ambii

piloni principali ai Litoralului, adică și Vama Veche, alături de Mamaia. De data aceasta, administrația locală și noul primar au înțeles de ce este esențial să stabilești și să urmărești o Strategie de promovare, care să aducă rezultate și coerență. Vama Veche este deja un brand binecunoscut, dar are nevoie de reconstrucție și șlefuire și trebuie promovat ca produs turistic distinct și special și pe piețele externe pe care acum le deschidem pentru Litoral. Vom oferi acum către turoperatorii străini și locațiile speciale din Vamă și spiritul Vămii! Introducerea Taxei de Promovare la Vama Veche ne va permite o campanie de promovare cu rezultate care să atingă performanțele pe care le-am obținut cu Mamaia. Vama Veche intră astfel puternic pe piața promovării turismului românesc. ”

**Daniel Georgescu, Primarul Comunei Limanu:** “Aruncăm mână! Declar competiție deschisă între Mamaia și Vama Veche, în sensul că ne alăturăm strategiei Asociației Litoral – Delta Dunării și facem echipă pentru promovare la târguri și evenimente naționale și internaționale. Veți vedea Vama Veche în premieră la Târgurile de Turism, și pentru că înțelegem că avem nevoie de buget pentru a egala și depăși rezultatele campaniei Mamaia Style, am decis să preluăm și noi modelul introducerii Taxei de Promovare, așa cum a fost implementat la Mamaia. Devenim astfel a doua Primărie de pe Litoral și a 4-a din țară cu un model special de promovare, care ne va permite să creăm evenimente, să realizăm primele noastre materiale de promovare, filmul oficial de promovare Vama Veche, infotrip-uri cu agenți de turism și presă și să ne prezentăm la Târgurile de turism alături de toți ceilalți membri ai Asociației Litoral – Delta Dunării.”

**Mugur Cristea, Asociația Investitorilor din Vama Veche (înființată la finalul anului trecut) :** „Am susținut cu tărie

importanța alipirii la Asociația Litoral – Delta Dunării și de aceea ne-am și constituit într-o Asociație a celor mai reprezentativi operatori economici din Vama Veche și regiune. Susținem cu încredere, alături de primarul Daniel Georgescu, introducerea unei Taxe de Promovare care să aducă și pentru Vama Veche rezultatele pe care le-am văzut cu toții la Mamaia. Nu poți construi strategie, promovare și dezvoltare pentru o destinație turistică dacă nu ai buget. Ni-l constituim și îl vom administra după modelul care deja s-a consacrat și așteptăm cu nerăbdare să ne facem prima prezență la Târgul de Turism al României, alături de toate celelalte stațiuni de pe Litoral, într-un show „Vama Veche Style!”

---

## **În ultimele 24 de ore, s-au înregistrat 221 de cazuri la UPU SMURD**

14 ianuarie 2017 17:40

În perioada 11.01.2017, ora 08.00 – 12.01.2017, ora 08.00 la UPU-SMURD au fost înregistrate 221 cazuri (188 adulți și 33 copii). 69 dintre aceste persoane au fost internate, 52 adulți și 17 copii. Cele mai multe cazuri s-au prezentat la UPU-Interne (114), UPU-Pediatrie (26) și UPU-Traumatologie (24).

În ultimele 24 de ore, au fost înregistrați 11 pacienți reprezentând cazuri sociale. Toți au fost supuși investigațiilor de specialitate. Opt dintre aceștia au fost duși la adăpostul social, doi au părăsit UPU fără aviz. Unul dintre ei a fost internat în secția de nefrologie.

De la începutul anului, pe secția Ortopedie-Traumatologie au



fost internați 60 de pacienți.

---

## **Avarie RAJA la Năvodari**

14 ianuarie 2017 17:40

Pentru remedierea unei avarii la conducta principala de alimentare cu apa, ce pleaca de la statia de pompare Leonciuc din orasul Navodari, SC RAJA SA este nevoita sa intrerupa furnizarea apei potabile astazi, 12 ianuarie 2017, in intervalul orar 09,00 – 16,00. Sunt afectati abonatii de pe strazile: Linistii, Macului, Recoltei, Eternitatii, Prelungirea Recoltei, Apusului si Locomotivei. Lucrarile de reparatii sunt mult ingreunate de temperaturile scazute.

Ne cerem scuze fata de consumatorii afectati de aceste lucrari si ii asiguram ca echipele noastre de interventie vor face tot posibilul pentru finalizarea reparatiilor si reluarea furnizarii apei potabile in cel mai scurt timp.

---

**Avariile Enel au fost remediate. Nu mai există localități fără apă potabilă**

14 ianuarie 2017 17:40

În jurul orei 16,30, echipele de intervenție ale furnizorului de energie au remediat avariile de la liniile de tensiune ce alimentează sursele Biruința. Imediat, s-a pornit pomparea către abonații din localitate, dar și către rezervorul stației Castel din Eforie Sud.

La ora actuală, nu mai sunt probleme în alimentarea cu apă potabilă la nivelul județului Constanța.

---

## **Studiu APC alarmant: În România se consumă anual 24 milioane litri de băuturi energizante!**

14 ianuarie 2017 17:40

Piața băuturilor energizante în România este de 250 milioane lei!

În România se consumă anual 24 milioane litri de băuturi energizante!

10 lingurițe de zahăr într-o băutură energizantă!

250 kcal într-o băutură energizantă!

4 tipuri de îndulcitori artificiali (ciclamați de sodiu, zaharină, acesulfam K și aspartam) într-o băutură energizantă!

De la 2 la 9 aditivi alimentari într-o băutură energizantă. Jumătate dintre produsele analizate conțin între 5 și 9

aditivi alimentari!

Conținutul de cofeină dintr-o băutură energizantă echivalează cu cel din 3 cești de cafea espresso!

Conținutul de taurină per doză variază între 50 mg și 2 grame!

Studiul privind impactul băuturilor energizante asupra sănătății tinerilor face parte din Campania Națională de Informare și Educare: "Să învățăm să înțelegem eticheta!". Prin această campanie, experții Asociației Pro Consumatori (APC) își propun să-i învețe pe tineri să înțeleagă eticheta produselor astfel încât aceștia să facă achiziții în cunoștință de cauză. Totodată, Asociația Pro Consumatori (APC) își dorește să promoveze un stil de viață sănătos și să atragă atenția tinerilor cu privire la existența pe piață a unor băuturi energizante, care au un conținut ridicat de zahăr, respectiv sunt îndulcite cu îndulcitori artificiali, colorate cu caramel amoniacal și conservate cu conservanți artificiali. Asociația Pro Consumatori (APC) a achiziționat 41 de băuturi energizante, care prin formă și concepția grafică a ambalajului urmăresc atragerea atenției tinerilor și influențarea acestora în privința alegerii și consumului. Studiul a fost realizat de către o echipă de experți a APC România, coordonată de conf. univ. dr. Costel Stanciu. La realizarea acestui studiu s-au avut în vedere următoarele obiective:

Analiza ingredientelor folosite la fabricarea acestui tip de produs pentru prezentarea unor puncte de vedere.

Analiza din punct de vedere statistic a mențiunilor de tip avertisment de pe ambalajele produselor analizate.

Analiza ingredientelor folosite la fabricarea acestui tip de produs pentru prezentarea unor puncte de vedere.

Ingredientele regăsite în compoziția băuturilor analizate sunt următoarele: apă, apă carbogazoasă, dioxid de carbon, zaharoză, zahăr caramelizat, dextroză, maltodextrină, șofranaș, nicotinamidă, concentrat de morcov, extract de ginseng, glucoză, sirop de glucoză fructoză, inositol, semințe/extract de guarană (conține cofeină), suc de lime, suc de portocale, suc de lămâie, suc concentrat de pere, caroteni, tartrat de L-carnitină, clorură de sodiu, D-glucuronolactona taurina, cofeină, vitamine (A, C, E, B3, B5, B6, B12), acid citric, citrați de sodiu, riboflavine, carbonați de sodiu, carbonați de magneziu, albastru briliant FCF, citrat trisodic, caramel simplu, acesulfam k, aspartam, ciclamați, sucraloză, zaharină, benzoat de sodiu, sorbat de potasiu, acid ascorbic, acid lactic, acid malic, fosfați de potasiu, caramel cu sulfat de amoniu, antocianine, gumă xantan, gumă caruba, gumă arabică, acid fosforic, citrat de magneziu, galben de chinolină, beta apo 8 carotenal, acetat izobutirat de zaharoză, esteri glicerici ai rășinilor din lemn, alginat de propilenglicol, pectine și arome. În cele 41 de produse analizate s-au identificat 31 de aditivi alimentari! Cu privire la ingredientele de mai sus, experții APC România au formulat următoarele concluzii: 95% dintre produsele analizate conțin acid citric. E330 – acidul citric, agent de reglare a acidității, este un compus organic, cristalin, fără culoare, care aparține clasei de acizi carboxidici și este folosit ca acidifiant. Poate provoca dureri abdominale și atacă smalțul dinților. 63% dintre produsele analizate conțin citrați de sodiu. E331 – citrații de sodiu (săruri de sodiu ale acidului citric) sunt folosiți ca agenți de reglare a acidității produselor alimentare, ca antioxidanți, conservanți sau arome, produce efecte secundare precum greață, vomă, crampe abdominale și musculare, reacții alergice, amorțirea extremităților, oboseală, ritm cardiac anormal, crize, amețeală, respirație greoaie etc. 61% dintre produsele analizate conțin caramel cu sulfat de amoniu (caramel amoniacal). E150c – caramel amoniacal este un colorant maroniu obținut prin arderea zahărului în prezența

amoniacului. Este susceptibil de declanșarea unor alergii. De asemenea, distruge Vitamina B6 din organism. 45% dintre produsele analizate conțin conservanți artificiali (sorbit de potasiu și benzoat de sodiu). Benzoatul de sodiu, prezent în 32% dintre produsele analizate, este un conservant sintetic care, în reacție cu acidul ascorbic, generează benzen, substanță toxică cancerigenă. În urma unui studiu realizat pe 200 de sortimente de sucuri de către FDA (Federal Trade Commission – USA) în anul 2005, la 10 dintre acestea s-a identificat un conținut de benzen cuprins între 7 și 89 ppm (părți per milion), limita maximă admisă în apa potabilă fiind de 5 ppm. În urma acestei constatări, marii procesatori de băuturi răcoritoare din SUA au decis să nu mai folosească acest conservant. Benzoatul de sodiu poate produce reacții alergice, hiperactivitate și lipsă de concentrare la copii (ADHD). 24% dintre produsele analizate conțin acesulfam K. E950 – acesulfam de potasiu, este un îndulcitor artificial care provoacă reacții alergice, migrene, greață, vomă, palpitații cardiace, pierderea memoriei și oboseală. 20% dintre produsele analizate conțin aspartam. E951 este un îndulcitor artificial care poate provoca reacții alergice, spasme musculare, palpitații cardiace și pierderea memoriei. 12% dintre produsele analizate conțin citrat trisodic. E331 este un regulator de aciditate care poate provoca probleme la nivelul mușchilor (spasme și contracții necontrolate și dureroase) și probleme la nivel digestiv (diaree). Îndulcitorii artificiali pot declanșa o serie de afecțiuni medicale, cum ar fi: boala Alzheimer, boala Parkinson, boala Basedow-Graves, epilepsie, scleroză multiplă, diabet și depresie. 14% dintre produsele analizate conțin carbonați de sodiu, respectiv carbonați de magneziu; 10% dintre băuturile analizate conțin albastru brilliant FCF. Coloranții sintetici (albastru brilliant FCF, caramel sulfat de amoniu și galben de chinolina) pot provoca reacții alergice, modificări cromozomiale, tulburări de respirație, dermatite și au potențial cancerigen. 10% dintre băuturile analizate conțin ciclamați. E952 – ciclamat de sodiu este un îndulcitor

artificial care are o putere de îndulcire de 30 de ori mai mare decât zahărul. Acest aditiv nu este autorizat în SUA ca urmare a unor studii care au arătat posibile efecte carcinogene. 5% dintre produsele analizate conțin sucraloză. E 955 – sucraloza este un edulcorant chimic de sinteză, care are o putere de îndulcire de 600 de ori mai mare decât zahărul, de două ori mai mare decât zaharina și de patru ori mai mare decât cea a aspartamului. În compoziția sucralozei există o substanță numită clorină, care se regăsește și în compoziția pesticidelor de tip DDT, a dezinfectanților și a unor tipuri de plastic. Având în vedere acest lucru, cercetătorii își pun mari semne de întrebare legate de siguranța acestui aditiv. Moleculele de clorină scad fertilitatea și au efecte neurotoxice. Sucraloza afectează timusul, organul care este responsabil cu sistemul imunitar. Consumul ridicat de sucraloză duce la atacuri de panică, stări de agitație, dureri musculare. Îndulcitorii sintetici au o putere de îndulcire care poate fi de până la de 600 de ori mai mare decât zahărul. Aceștia pot declanșa o serie de afecțiuni medicale, cum ar fi: boala Alzheimer, boala Parkinson, boala Basedow-Graves, epilepsie, scleroză multiplă, diabet și depresie. 5% dintre produsele analizate conțin zaharina. E954 – zaharina este un îndulcitor artificial care este de 200-700 de ori mai dulce decât zahărul. E954 este folosit foarte des în combinație cu alți îndulcitori pentru a ascunde defectele acestora (gust, stabilitate etc.). Se folosește foarte des în combinație cu ciclamatul și cu aspartamul în produsele "light". 5% dintre produsele analizate conțin acid fosforic. E338 este un acidifiant care cauzează pierderea calciului din oase, iar în timp duce la instalarea afecțiunii medicale cunoscută sub denumirea de osteoporoză. 5% dintre produsele analizate conțin alginat de propilenglicol. E405 este un agent de îngroșare care poate provoca reacții alergice.

2. Analiza din punct de vedere statistic a mențiunilor de tip avertisment de pe ambalajele produselor analizate.

Efectele nocive ale băuturilor energizante asupra organismului uman sunt recunoscute și de către unii producători de astfel de produse prin avertismentele menționate de către aceștia pe ambalajul produselor (doza de aluminiu sau petul din plastic). Astfel, analizând informațiile menționate pe ambalajele produselor analizate, s-a constatat că:

Toate produsele analizate conțin avertismentul "Nu este recomandat pentru copii sau femeile însărcinate sau care alăptează";

17% dintre produsele analizate conțin avertismentul "A nu se consuma împreună cu alcool";

15% dintre produsele analizate conțin avertismentul "Nu se recomandă diabeticilor, persoanelor sensibile la cofeină";

7% dintre produsele analizate conțin avertismentul "Nu se recomandă consumul a mai mult de o doză de 250 ml pe zi";

7% dintre produsele analizate conțin avertismentul "În cazul în care se consumă cantități mari asociate cu activități sportive sau cu băuturi alcoolice pot apărea efecte nedorite";

5% dintre produsele analizate conțin avertismentul "Nu se recomandă persoanelor care suferă de hipertensiune arterială, persoanelor cu afecțiuni cardiace, respectiv persoanelor sensibile la cofeină";

2% dintre produsele analizate conțin avertismentul "Nu este recomandat consumul de energizant cu activități sportive intense"

Cafeina în doze mari are un potențial toxic semnificativ, poate provoca palpitații cardiace, hipertensiune, convulsii, dureri de cap, diaree, urinare frecventă, deshidratare, insomnie, tremur la nivelul mâinilor. Are acțiune laxativă și epuizează rezervele de calciu din organism. Conținutul de cafeină per unitate de vanzare variază între 25 mg și 160 mg

Taurina este un aminoacid neesențial care se produce la nivelul ficatului prin sinteza aminoacizilor metionina și cisteina. Cea conținută de băuturile energizante este sintetică, iar pe termen mediu poate favoriza apariția gastritei, respectiv a ulcerului peptic (distrugerea mucoasei gastrice/duodenale). Conținutul de taurină per unitate de vanzare variază între 50 mg și 2 grame! „Băuturile energizante cu zahăr sau îndulcitori, sunt realizate dintr-un amestec de apă, dioxid de carbon, arome artificiale și aditivi alimentari. Aceste produse sunt lipsite de nutrienți, generează impresii olfactive artificiale și nu au valoare biologică. În baza studiilor realizate în cadrul unor universități și instituții medicale de prestigiu, experții în nutriție și medicii atrag atenția asupra afecțiunilor medicale generate de consumul pe termen mediu a unor astfel de produse. Din păcate, aceste produse, din cauza atractivității ambalajului și a accesibilității date de preț, sunt achiziționate de către tineri, care, nefiind informați cu privire la asocierea acestor băuturi cu alcoolul, riscă să-și pună viața în pericol.” conf. univ. dr. Costel Stanciu, președinte APC „Băuturile energizante au apărut pe piață acum aproximativ 30 de ani. Sunt foarte controversate din cauza compoziției lor: zahăr în cantitate mare, cafeină și taurină. Pe lângă acestea conțin mulți stabilizatori, coloranți și alte bazaconii. Să le luăm pe rând: 1. Cafeina stimulează sistemul nervos central, iar o doză de 250 ml conține în medie aproximativ 80 mg, respectiv de 4 ori mai mult decât o cola la doză și de 2 ori mai mult decât un espresso. Nu știu dacă e mult sau puțin, dar vreau să analizați următoarea comparație: consumul excesiv de cofeină este ca și când biciui o mârtoagă să urce dealul. Poate o să urce, dar tot mârtoagă o să rămână. 2. Taurina este un aminoacid produs de organismul uman sau animal, care se găsește în bilă, plămâni și mușchi. Taurina care se găsește în băuturile energizante este produsă sintetic și, teoretic, cantitatea consumată într-un energizant nu ne poate afecta sănătatea. Aminoacidul are rol de neurotransmițător, dar cu efect mai mult sedativ decât



stimulant. 3. Zahărul este conținut din belșug în energizante, în medie aproximativ 27 de grame. Această cantitate de zahăr încetinește evacuarea gastrică și produce deshidratarea. Este o cantitate mare de zahăr atât pentru o persoană aparent sănătoasă, cât și pentru un diabetic. Dar, să nu uităm, sănătatea este o stare aparentă și, în mod cert, nimeni nu se gândește să facă un control medical înainte de a consuma energizante în club. Este mult mai important să obținem energia dintr-o alimentație sănătoasă și un mod de viață adaptat. Dozarea efortului și managementul timpului ne ajută să nu avem nevoie de energizante sintetice, indiferent de context. Excesul de energizante sau consumul pe termen lung pot duce la obezitate, boli de inimă, ficat și atac de panică. Totodată, sunt absolut interzise copiilor, persoanelor cu diabet zaharat și hipertensiune arterială. Indiferent că aveți de trecut un examen sau aveți multe proiecte de predat, pe termen lung soluția o reprezintă modul de viață și nu băuturile energizante.” Dr. Florin Ioan Bălănică, Specialist în medicina personalizată, nutriție și nutrigenomică, Fondator al „Școlii pentru Sănătate și Longevitate”, Membru al „Academiei Americane de Nutriție și Dietetică”, Reprezentant pentru România al „Organizației Europene pentru Medicina Stilului de Viață”(ELMO). „Sunt de părere că accesul minorilor la aceste băuturi energizante ar trebui reglementat în sensul restricționării totale, pe considerentul că un copil nu poate să facă o alegere informată, atât timp cât societatea nu-i aduce la cunoștință care sunt riscurile reale asociate deciziei de achiziție a unor băuturi care conțin substanțe posibil nocive. Consider că promovarea consumului băuturilor energizante ar trebui interzisă în spațiile publice intens frecventate de către copii și adolescenți. Adolescenții reprezintă un segment cheie pentru piața băuturilor energizante, de aceea cred că ar fi utilă și conceperea unei campanii de informare desfășurate în incinta școlilor și liceelor, în scopul conștientizării tuturor riscurilor legate de consumul acestor băuturi. Alimentația nesănătoasă bogată în alimente procesate și în zahăr, lipsa exercițiului fizic și

stresul pun presiune enormă pe rezervele noastre de energie, alimentând de multe ori și îndoiala. Alimentele vii precum apa de nucă de cocos, ciocolata neagră, ceaiurile naturale, sucurile de legume, batoanele raw-vegane, pudrele sălbatice de afine, acai, goji, merișoare, pudrele verzi de broccoli, moringa oleifloră, lucerna, Chlorella, extractul de ceai verde, turmericul, extractul de bacopa, boabele de cacao crude sunt adevăratele izvoare de energie "vie" cerute cu insistență de organismul nostru." Nutriționist Dumitru Balan, [www.vindecadai.ro](http://www.vindecadai.ro)

---

## **Locuitorii din Tătaru și Plopeni au apă la robinete**

14 ianuarie 2017 17:40

În urmă cu puțin timp, s-a reluat alimentarea cu apă a abonaților din Tătaru și Plopeni, ca urmare a rezolvării avariilor de la nivelul liniilor de alimentare cu energie a surselor din cele două localități.

În continuare, sursele de la Biruința nu au energie, iar în această localitate nu se furnizează apă potabilă.

---

# **Din cauza vremii, circulația autovehiculelor se desfășoară doar prin P.T.F. Vama Veche – Durankulak**

14 ianuarie 2017 17:40

Din cauza condițiilor meteo nefavorabile, în punctele de trecere ale frontierei de la granița cu R. Bulgaria de pe raza județului Constanța, circulația autovehiculelor se desfășoară doar prin P.T.F. Vama Veche – Durankulak, pentru autovehicule în greutate de până la 12,5 tone.

Precizăm faptul că prin acest punct de frontieră se circulă în condiții de iarnă și că polițiștii de frontieră români colaborează în permanență cu omologii lor bulgari în vederea fluidizării traficului.

La P.T.F. Negru Vodă și P.T.F. Ostrov sunt restricții de trafic pe drumurile care fac legătura cu punctele de frontieră de pe teritoriul celor două state, pentru toate categoriile de autovehicule, din cauza condițiilor meteo nefavorabile. Conducătorii auto care tranzitează granița sunt direcționați spre locurile de parcare special amenajate din zonele adiacente punctelor.

De asemenea, Garda de Coastă ține permanent legătura cu autoritățile de frontieră bulgare în vederea informării participanților la trafic cu privire la condițiile de drum și eventuale restricții de circulație spre localitățile de frontieră.

---

# Nu se asigură apă potabilă în localitățile Plopeni, Biruința și Tătaru

14 ianuarie 2017 17:40

Echipele furnizorului de energie au rezolvat avariile și au alimentat cu tensiune sursele și stațiile de pompare din General Scarisoreanu, Furnica, Movila Verde, Independenta, Olteni și Dumbraveni și s-a reluat alimentarea cu apă în condiții normale către aceste localități.

Între timp, au rămas fără energie sursele Plopeni și Biruința și s-a sistat furnizarea apei în aceste localități. Din sursele de la Biruința se asigură necesarul de apă brută pentru localitățile Eforie Sud și Tuzla. La ora actuală, nu este afectată alimentarea acestor două localități, deoarece furnizarea apei se face din rezervorul stației de tratare și pompare Castel Eforie. Având în vedere debitul, dar și lungimea conductelor de la sursa Biruința către rezervorul stației Castel, perioada de timp necesară de umplere și intrare în presiune a conductelor de aducțiune este de aproximativ 8 ore, de la remedierea avariei Enel.

La ora actuală, din cauza lipsei de energie, nu se asigură apă potabilă în localitățile: Plopeni, Biruința și Tătaru.

---

# **În cartierele Energia, Baba Novac, CET, Viile Noi, Medeea din Constanța apa va fi furnizată la presiuni normale după ora 16.00**

14 ianuarie 2017 17:40

În urmă cu puțin timp, în urma remedierii avariilor la liniile de alimentare cu tensiune de la sursa Galeșu, s-a reluat pomparea apei brute de la aceasta sursa catre statia de tratare si pompare Palas din municipiul Constanta. Având în vedere lungimea conductei de transport, aproximativ 20 km, până la umplerea și intrarea acesteia in presiune este nevoie de aproximativ 5 ore. În aceste conditii, sistemul de alimentare cu apa potabila deservit de statia Palas va intra în normal in jurul orei 16,00. Cu alte cuvinte, abonatii din cartierele Energia, Baba Novac, CET, Viile Noi, Medeea, Palas, Km4-5, Km5, Poarta 6, Abator, Gara, Casa de Cultura, Inel I și Inel II vor avea apă la robinete la presiuni normale dupa ora 16,00.

---

## **EDUCAȚIE NONFORMALĂ CU... ZĂPADĂ**

14 ianuarie 2017 17:40

Comunicat

Școala Gimnazială "George Coșbuc" 23 August este beneficiara unui proiect ERASMUS+ (2015-2017), cu titlul *Se déplacer au quotidien en Europe, réalités et perspectives*. Școlile partenere sunt College d'Isle din Vienne (Franța) și Gesamtschule Hüllhorst din localitatea Hüllhorst (Germania).

În cadrul proiectului au avut loc trei mobilități ale elevilor, în fiecare dintre localitățile în care se află instituțiile partenere și două întâlniri transnaționale ale membrilor echipei de coordonare a activităților. În perioada 5 – 16 iunie 2017 va avea loc ultima mobilitate, cu toți copiii implicați (48) și nouă cadre didactice în Germania, unde se vor deplasa peste 200 km cu bicicletele pe ruta EuroVelo 6 (între Ulm și Resenburg).

În vederea pregătirii acestei ultime acțiuni comune de anvergură, cei 16 elevi implicați activ în proiect sunt pregătiți săptămânal teoretic (realizarea unei rute de bicicletă în zonă, exerciții de citire a unei hărți, documentare privind rutele de ciclism din Europa și, în special EuroVelo 6, legislație rutieră, comunicare în limba germană și engleză), dar și practic (pregătire fizică, orientare în natură, ciclism, lecții de mici reparații ale bicicletei).

Cum marțea era ziua rezervată pregătirii fizice, zăpada nu a împiedicat desfășurarea orelor planificate. Convocarea a avut loc la ora 12.00, iar la chemarea cadrului didactic organizator, prof. David Valentina au răspuns și alți elevi ai Școlii Gimnaziale "George Coșbuc" 23 August. Pregătirea a constat în îndrăgitele jocuri de iarnă: "bulgăreala", "cel mai frumos om se zăpadă" și "săniuța cea mai iute".

Mulțumim părinților care au înlesnit participarea copiilor, dar și copiilor care nu ne-au dezamăgit și au participat în număr atât de mare! Vă mulțumim că ne-am simțit din nou copii alături de voi și că ne-am pregătit împreună prin joc pentru un proiect atât de important pentru școală și comunitate!

---

# **În ultimele 24 de ore, UPU SMURD a înregistrat 272 de prezentări! Peste 100 de persoane au fost internate**

14 ianuarie 2017 17:40

La UPU SMURD au fost înregistrate în intervalul 10.01.2016, ora 20.00 – 11.01.2016, ora 08.00, 72 de prezentări (61 adulți, 11 copii).

La Centrul de Primiri Urgențe Băneasa s-au prezentat 3 dintre cazuri. Din cele 72 de persoane, 23 au rămas internate (18 adulți, 5 copii). Cele mai multe cazuri au fost înregistrate la UPU Interne (36) și la UPU Traumatologie (7). În ultimele 24 de ore, la UPU-SMURD au fost aduși 14 pacienți reprezentând cazuri sociale, 6 numai în ultimele 12 ore. 4 au fost internați, 7 au fost duși la adăpost și alți 3 sunt în investigații, în UPU. În total, în ultimele 24 ore, UPU SMURD a înregistrat 272 prezentări. 12 pacienți s-au prezentat la Centrul de Primiri Urgențe Băneasa. 101 persoane au fost internate în această perioadă, cele mai multe la Interne și Obstetrică Ginecologie.

---

# **Localitățile Darabani și Tătaru au, din nou, apă la robinete**

14 ianuarie 2017 17:40

Aseară, în jurul orei 19,30 s-a reluat furnizarea apei potabile în localitățile Darabani și Tătaru, după ce echipele Enel au remediat avariile și au reluat furnizarea de energie către sursele și stațiile de pompare.

Și la sursa Mereni a revenit tensiunea și s-a reluat pomparea către rezervor.

La ora actuală, la nivelul județului Constanța, nu mai sunt probleme în alimentarea cu apă în sistem centralizat.

---

# **Mai multe cartiere din Constanța, printre care Boema, Tomis, Soveja au rămas câteva ore fără apă potabilă**

14 ianuarie 2017 17:40

Aseară, la ora 21,35, în urma unei avarii la liniile de alimentare cu energie ce pleacă din punctul de transformare nr.169, sursele Cismea 1B, Cismea 1C și Cismea 2, ce asigură necesarul de apă pentru stația de tratare și pompare Palas din municipiul Constanța au rămas fără curent. La ora actuală,



rezervorul statiei Palas poate asigura in continuare apa potabila abonatilor deserviti pentru inca 8 ore.

Totodata, a ramas fara energie si statia de pompare si tratare Cisma. In aceste conditii s-a sistat frunizarea apei potabile catre abonatii constanteni din:

- zonele Boema, Tic-Tac, cartier Anadalchioi;
- B-dul Tomis pe tronsonul delimitat de intersectiile cu Aurel Vlaicu si Alexandru Lapusneanu;
- perimetrul delimitat de str. Badea Cartan – str. Tulcei – cartierul Henri Coanda – str. Stefanita Voda;
- b-dul Soveja intre b-dul Tomis si str. B.St. Delavrancea si bulevardul Alexandru Lapusneanu de la Tomis Nord pana in intersectia cu I.L. Caragiale.

În intervalul 21,35 – 21,43, la nivelul statie Palas s-au inregistrat mai multe fluctuatii de tensiune, ce au dus la oprirea pompelor. Imediat, dupa stabilizarea curentului, pompele au fost repornite, dar avand in vedere debitul, dar si zona mare deservita, abonatii deserviti – cartierele Energia, Baba Novac, CET, Viile Noi, Medeea, Palas, Km4-5, Km5, Poarta 6, Abator, Gara, Casa de Cultura, Inel I si Inel II vor avea apa la presiuni normale in jurul orei 23,30.

La ora 22,42, s-a reluat alimentarea cu energie a surselor Cismele care asigura necesarul de apa pentru statia Palas.

La statia de pompare si tratare Cisma a revenit tensiunea la ora 22,49 si s-a reluat alimentarea cu apa catre abonatii din cartierele si zonele afectate.

---

# **Nou Cod Portocaliu de viscol și ninsori. Conducerea CJC vă recomandă să nu plecați la drum decât în situații de urgență!**

14 ianuarie 2017 17:40

Președintele Consiliului Județean Constanța, Marius Horia Țuțuianu face un apel către locuitorii județului: „Nu porniți la drum decât în situații de urgență! Dacă sunteți obligați să vă deplasați vă rog să aveți mașinile echipate corespunzător condițiilor de iarnă, să aveți alimente și apă precum și rezerve de combustibil!”

Acest apel are ca scop prevenirea unor situații limită, în contextul în care județul Constanța se va afla sub avertizare de Cod portocaliu de ninsori și viscol, în perioada 10 -11 ianuarie, până la ora 21.00. “Prioritate au intervențiile realizate pentru salvarea vieților oamenilor. Pentru a limita riscurile, am solicitat primarilor să se asigure că, în cel mai scurt timp, vor asigura internarea în unitățile spitalicești arondate fiecărei localități a persoanelor în sarcină în ultimul trimestru dar și a pacienților cu afecțiuni grave. Consider că anumite situații pot fi prevenite”, punctează Marius Horia Țuțuianu.

De asemenea, pentru a evita ca localitățile din județul Constanța să rămână timp de mai multe zile fără curent electric și apă potabilă, Consiliul Județean Constanța, prin

RAJDP, asigura la solicitarea companiei de furnizare a energiei electrice toate utilajele de care au nevoie pentru ca echipele de interventie sa ajunga la avarii. "Am cerut reprezentantilor companiei Enel sa se mobilizeze: sa suplimenteze echipele de interventie si sa lucreze pentru remedierea avariilor in regim de urgenta", a mai declarat presedintele CJC.

In aceasta perioada, populatia poate face sesizari la numarul Consiliului Judetean – 0241.488.404 sau la unul din cele 5 dispecerate ale RAJDP:

- Dispecerat central Constanta : telefon  
0241/693 527

0735/008802

- Dispecerat Sud Topraisar : telefon  
0241/785060

0732/510348

- Dispecerat Baneasa : telefon 0241/850344
- Dispecerat Nord(Tariverde, Harsova):Tariverde  
0241/769003

Harsova 0241/870207

0736/505984

- Dispecerat Cuza Voda : telefon  
0735/008801

Consiliul Judetean Constanta face un apel catre toate Serviciile de Ambulanta sa comunice dispeceratelor zonale ale RAJDP interventiile in judet, astfel incat regia sa asigure escorta cu utilajele de deszapezire.

---

# **Comuna Tătaru a rămas, din nou, fără apă potabilă**

14 ianuarie 2017 17:40

În jurul orei 13,00, a rămas fără curent și sursa Mereni. Abonații din localitate au apă din rezervor prin cădere liberă.

La ora 14,10, s-a sistat din nou furnizarea energiei la stația de pompare Tătaru, motiv pentru care abonații din localitate au rămas fără apă.

In jurul orei 11,30, s-a intrat în normal cu furnizarea apei potabile la Negru Voda.

La ora actuală, nu se asigură apă potabilă, din cauza avariilor la liniile de alimentare cu tensiune, în localitățile Tătaru și Darabani.

---

## **Comandamentul Local pentru**

# Situații de Urgență, într-o nouă ședință

14 ianuarie 2017 17:40

Membrii Comandamentului Local pentru Situații de Urgență se vor reuni în ședință de îndată, începând cu ora 15.00, pentru a stabili măsurile care se impun a fi luate, ca urmare a instituirii unui nou cod portocaliu de ger persistent, viscol puternic, polei și ninsori abundente. În cadrul ședinței se va monitoriza evoluția fenomenelor meteorologice și se va dispune instituirea serviciului de permanență pentru a interveni în timp util la apariția unor situații de urgență.