

SFATURI PRACTICE

Perele sunt o sursă sigură de sănătate

Încă din antichitate se cunoștea faptul că perele au un efect benefic pentru sănătatea organismului. Pe lângă faptul că sunt gustoase, conțin numeroase vitamine și minerale, cum ar fi: vitamina C, A, E, fier potasiu, fosfor, vitaminele din grupul B. Consumul câtorva pere zilnic vă ajută să vă recăpătați buna dispoziție după o zi de muncă, deoarece vitaminele și mineralele au un efect „anti stres”.

Perele sunt recomandate în menținerea greutatei corporale, împiedicând depunerea grăsimilor în orga-

nism.

Consumul de pere ajută la reducerea nivelului colesterolului. Specialiștii recomandă consumul acestor fructe în cazul afecțiunilor ficatului, vezicii biliare, anemiei, gutei. Perele au un efect laxativ, diuretic, depurativ.

Perele uscate ajută la prevenirea problemelor intestinale, având un efect astringent. Având un conținut ridicat de fructoză perele sunt recomandate diabeticii.

Consumate în exces pot determina creșterea în greutate a organismului.

(Articol preluat de **Mihai Dăscălița**, bibliotecar)

OSTEOPOROZA

Scăderea masei osoase, în funcție de felul/forma de prezentare, poartă denumirea, în literatura medicală, de osteoporoză sau osteomalacie. În ambele cazuri scade mai ales nivelul de sare minerală cu conținut de fosfat de calciu, ce asigură duritatea și rezistența oaselor.

Apariția bolii

Cea mai frecventă cauză a osteomalaciei o reprezintă lipsa vitaminei D, necesară la fixarea calciului în oase. Lipsa vitaminei apare în urma unei alimentații deficiente și a lipsei de soare (radiații UV). Și insuficiența renală, precum și diversele afecțiuni hepatice și ale intestinelor pot cauza lipsa vitaminei D.

Osteoporoza afectează în general femeile și apare în special după instalarea menopauzei, însă este destul de des întâlnită și în rândurile bărbaților. Un rol important în apariția acesteia îl joacă și factorii

hormonali.

Alte cauze ce pot determina apariția acestei afecțiuni le reprezintă deficiențele de alimentație, afecțiunile sistemului digestiv, ale ficatului, problemele ginecologice, lipsa mișcării (sedentarismul), tuberculoza osoasă, artrita, problemele neurologice, etc.

Tratamente

Osteomalacia poate fi tratată cu vitamina D. Tratatamentul se face sub supravegherea medicului. Este răspândită și administrarea hormonilor.

Ce are de făcut bolnavul

Alimentația bogată în vitamine și minerale ajută la prevenirea și tratarea osteoporozei și osteomalaciei. Este la fel de importantă și mișcarea fizică corespunzătoare, respectiv solicitarea regulată a oaselor.



LOCUL DEȘEURILOR NU E ÎN CASĂ

Sâmbătă 03 septembrie 2011, între orele 9,00 – 17,00, în comuna Cristești s-a desfășurat o campanie de mediu realizată de RoRec (Asociația Română pentru Reciclare) și Primăria Cristești, cu sprijinul BOSCH (Tehnică pentru o viață) și SKIL.

Foto 1— organizatorii, Foto 2—extragerea câștigătorilor



POSTUL DE POLIȚIE CRISTEȘTI

Numitul **Istrate C. Vasile** zis „Viorel a lui Gheorghe” a fost sancționat cu amendă de 400 lei, conform Legii nr. 61/1991, pentru faptul că, fiind în stare de ebrietate, l-a bătut pe tatăl său.

Tot cu 400 lei a fost sancționat numitul **Oșlobanu Vasile** pentru acte de huliganism.

Agent șef, **Ovidiu Toma**



Nr. 55 • An V • octombrie 2011

SE DISTRIBUIE GRATUIT

JURNAL SĂTESC

ȘTIȚI TOT CE SE ÎNTÂMPLĂ

BULETIN INFORMATIV AL
CONSILIULUI LOCAL AL
COMUNEI CRISTEȘTI

www.primariacomuneicristesti.ro

ÎN ATENȚIA BENEFICIARILOR DE ALOCAȚII

În vederea completării dosarului de alocație pentru susținerea familiei vă rugăm să prezentați la biroul de Asistență Socială, doamnei Toma Daniela, adeverințe pentru copiii care frecventează cursurile școlii și adeverință de salariat pentru cei care sunt angajați cu carte de muncă.

Toma Daniela,
asistent social

INVESTIȚII

După procedura de licitație publică pentru investiția „Înfântare rețea de alimentare cu apă în satele Homița și Cristești în comuna Cristești, județul Iași” au fost declarate câștigătoare S.C. CASREP srl și S.C. LUCIMAR srl. Cu cele două societăți s-a semnat contractul de începere a lucrărilor pentru suma de 6.689.115,15 lei fără TVA.

CE NU TREBUIE SĂ AVEȚI ÎN GOSPODĂRIE PENTRU A BENEFICIA DE SUBVENȚIA LA CĂLDURĂ

Pentru a beneficia de subvenția la căldură trebuie să:

Nu dețineți alte spații locative în afara locuinței (case de vacanță, piscine, saune și altele, aflate în proprietate, închiriere, concesiune sau comodat);

Nu dețineți motociclete, motorete, scutere și autoturisme cu o vechime mai mică de 10 ani, autoutilitare, autocamioane de orice fel, cu sau fără remorcă, rulote, autobuze, microbuze, șalupe, bărci cu motor, scutere de apă, iahturi, tractoare, combină autopropulsantă, presă de ulei, moară de cereale, drujbe, gatere sau alte utilaje de prelucrat lemnul acționate hidraulic, mecanic sau electric, depozite

bancare cu valoare de peste 3.000 de lei;

Nu dețineți terenuri intravilane (de împrejurare a locuinței și curtea aferentă) cu o suprafață mai mare de 1.000 metri pătrați în zona urbană și 2.000 de metri pătrați în zona rurală;

FAMILIILE CU 1 – 3 persoane să nu dețină arabil și fâneață mai mult de 2,00 ha, forestier mai mult de 2,00 ha, vii, livezi, grădini de legume și flori mai mult de 1,00 ha;

FAMILIILE CU PESTE 3 persoane să nu dețină arabil și fâneață mai mult de 3,00 ha, forestier mai mult de 3,00 ha, vii, livezi, grădini de legume și flori mai mult de 1,50 ha;

Nu aveți mai mult de trei bovine, cinci porcine, 20 ovine/caprine sau peste 15 familii de albine.

Asistent social,
Zaharia Mirela

RECENSĂMÂNTUL POPULAȚIEI ȘI AL LOCUINȚELOR

Între 20 și 31 octombrie 2011 se va efectua Recensământul populației și al locuințelor, conform OG nr. 36/2007 privind efectuarea recensământului populației și al locuințelor din România în anul 2011. Toate persoanele sunt obligate să furnizeze date. Refuzul de a furniza date este considerat contravenție și se sancționează conform art. 21 din HG nr. 1502/2009, privind organizarea și desfășurarea Recensământului Populației și al Locuințelor din România în anul 2011, cu amendă de la 200 la 1.000 lei.

Secretarul comunei, **Butnariu Ovidiu**

ȘEDINȚA ORDINARĂ A CONSILIULUI LOCAL AL COMUNEI CRISTEȘTI VA AVEA
LOC joi 20 octombrie 2011

ȘEDIȚA DIN 29.09.2011

HOTĂRÂREA nr. 61

Cu 12 voturi pentru și o abținere (Ciobanu Mircea), s-a aprobat modificarea și suplimentarea Bugetului aprobat de venituri și cheltuieli al comunei Cristești pentru anul 2011, după cum urmează:

5 mii de lei la venituri din donații și sponsorizări în trimestrul III și aceeași sumă la cheltuieli pentru ajutoare sociale în natură.

HOTĂRÂREA nr. 62

Cu unanimitate de voturi (13 pentru), s-a aprobat transformarea unor posturi din cadrul aparatului de specialitate al primarului comunei Cristești.

HOTĂRÂREA nr. 63

S-a aprobat, cu 13 voturi pentru, desemnarea domnului **Timofte Dumitru** și **Pintili Vlad-Mihai** ca reprezentanți ai Consiliului local al comunei Cristești în cadrul Consiliului de Administrație al Școlii de Arte și Meserii Cristești.

S-a aprobat desemnarea domnului **Mercore Dragoș** ca reprezentant al Consiliului Local al comunei Cristești în Comisia locală pentru asigurarea calității în învățământ (CEAC), constituită la Școala de Arte și Meserii din Cristești.

Secretarul comunei, **Ovidiu Butnariu**

ȘEDIȚA CONSILIULUI LOCAL 29.09.2011

Consilieri prezenți : Buciumanu Vasile, Chiperi Dumitru, Ciobanu Mircea, Dănilă Alina-Nicoleta, Doroftei Gheorghe, Hărmănescu Maria-Daniela, Istrate Dănuț-Ioan, Istrate Vasile-Sorin, Mercore Dragoș, Oneaga Cătălin, Pintili Vlad-Mihai, Sîlea Mihai, Timofte Dumitru.

Președinte de ședință : **Timofte Dumitru**

LOCUL DEȘEURILOR NU E ÎN CASĂ

Sâmbătă 03 septembrie 2011, între orele 9,00 – 17,00, în comuna Cristești s-a desfășurat o campanie de mediu realizată de RoRec (Asociația Română pentru Reciclare) și Primăria Cristești, cu sprijinul BOSCH (Tehnică pentru o viață) și SKIL.

S-au colectat deșeuri de tip DEEE (aparate electrice și electronice de orice tip, baterii – altele decât cele auto, electrocasnice). Fiecare deponent a primit câte un talon pentru participare la tombolă. S-au oferit ca premii: două mașini electrice de tuns iarba marca BOSCH și cinci mașini de găurit marca SKIL.

În urma tragerii la sorți a talonelor, s-au câștigat:



MAGAZIN SECOND-HAND

La prețul de 2 lei/Kg puteți achiziționa o cutie cu haine din Olanda. Cutiile sigilate conțin haine pentru copii, femei bărbați, având inscripționate pe ambalaj mărimile din interior.

Câte o mașină electrică de tuns iarba: **Gurzun Constantin** și **Chiperi Dumitru**;

Câte o mașină de găurit:

Mercore Dragoș, Bolohan Maria, Cîtea Bianca, Spiridonică Răzvan și Dăscălița Mihai.

Conform protocolului în-cheiat, Primăria Cristești va primi o Mașină electrică de tuns iarba.

O nouă acțiune de colectare se va desfășura în primăvara anului 2012. Până atunci puteți depune asemenea deșeuri la Primăria Cristești, iar în primăvară, când se va relua acțiunea, primiți taloanele pentru concursul cu premii pe care le va stabili organizatorul Asociația Română pentru Reciclare (RoRec).

Roman Liviu, manager RECL Cristești

Cu doar 10 lei puteți achiziționa cămăși noi, în ambalajul original, mărimea 42.

La prețul de 5 lei/kg. găsiți vopsea pentru lemn și fier, culori diferite.

Mărfurile sunt depozitate în clădirea din curtea Primăriei din Cristești și pot fi achiziționate între orele 9,00 – 14,00, de luni până vineri.

Se pot închiria, la prețul de 0,30 lei/zi, cărucioare, cărje și scaune pentru persoane cu deficiențe locomotorii.

Adresați-vă domnului Dăscălița Constantin !



LOCUINȚĂ NOUĂ

Pentru cetățeanca Măndru Elisabeta din Cristești această toamnă aduce bucurie în suflet pentru că, prin efortul primarului

Constantin Bolohan, a membrilor Consiliului Local Cristești, a unor persoane cu dare de mână, i s-a construit o nouă locuință, lângă cea veche care a fost afectată de ploile din vara anului 2010.

Construcția a fost executată cu salariați ai D.S.P.C. Cristești (director Vasile Florescu), salariați ai primăriei și beneficiari ai Legii 416/2001.

Materialele de construcție au fost achiziționate din suma de 10.000 de lei aprobată prin Hotărâre a Consiliului Local, din donații și sponsorizări.

SPORT

Campionatul județean de fotbal

După șapte etape în Campionatul județean de fotbal, Liga a V-a, seria III Pașcani, „Moldova Cristești” ocupă locul al XI-lea cu 9 puncte.

Clasamentul după 7 etape:

1. Siretul Lespezi 18 p
2. Siretul Hălăucești 16 p
- 3-4. Spicul Heleșteni și F.C. Lunca Pașcani, cu câte 15 p
5. Avântul Siretel 13 p
6. Recolta Conțești 12 p
- 7-12. N.G. Topile, CSM II Pașcani, Avântul Todirești, N.G. Blăgești, **Moldova Cristești**, Viitorul Muncel, cu câte 9 p
13. Voința Moțca 7 p
14. Romwatt Hărmănești 3 p
15. Viitorul Ciohorăni 2 p
16. Viitorul Hărmănești 1 p

INVESTIȚII

S-a depus la Ministerul Mediului și Pădurilor-Unitatea de Management al Proiectului „Controlul Integrat al Poluării cu Nutrienți”, cu numărul de înregistrare 236877/30.09.2011, proiectul tehnic pentru obiectivul de investiții „**Rețea de canalizare și stație de epurare în satele Homița și Cristești, comuna Cristești, județul Iași**”.

S-a depus proiectul nr. 3/2011, întocmit de S.C. Oportune Development Systems S.R.L. Iași de realizare a obiectivului de investiție „**Modernizare drumuri agricole de exploatare prin asfaltare în comuna Cristești, județul Iași**” pentru a beneficia de finanțare prin Programul Național de Dezvoltare Rurală – Măsura 1.2.5. – „**Îmbunătățirea și dezvoltarea infrastructurii legate de dezvoltarea și adaptarea agriculturii și silviculturii**”.

ȘEDIȚA DIN 29.09.2011

HOTĂRÂREA nr. 64

S-a aprobat, cu 12 voturi pentru și o abținere (Ciobanu Mircea), modificarea Bugetului de venituri și cheltuieli al comunei Cristești, pentru anul 2011, la secțiunea de „Investiții”, prin transferul sumei de 20.000 lei de la capitolul 65.02.71 la capitolul 74.02.71. Transferurile de sume aprobate sunt aferente trimestrului IV 2011 și nu au influențe pe totalul Bugetului de venituri și cheltuieli al comunei.

HOTĂRÂREA nr. 65

S-a aprobat în unanimitate graficul și tematica ședințelor ordinare ale Consiliului local al comunei Cristești pentru trimestrul IV 2011, după cum urmează:

20.10.2011, ora 13,00 –

Raport privind execuția bugetară pentru trimestrul III; Aprobarea taxelor și impozitelor locale pentru anul 2012;

24.11.2011, ora 13,00 –

Raport de activitate al S.V.S.U. Cristești;

15.12.2011, ora 13,00 –

Raport privind activitatea Compartimentului Asistență Socială pentru anul 2011.

Secretarul comunei, **Ovidiu Butnariu**