

Calendarul zilei

Calendar creștin ortodox: Sfântul Prooroc Daniel și Sfinții trei tineri: Anania, Azaria și Misail; Sfântul Dionisie din Zakynthos; Cuvioșii Athanasie, Nicolae și Antonie; Sfântul Mucenic Avacum, diaconul

Calendar greco catolic: Sf. pf. Daniel; Sf. Anania, Azaria și Misael.

Soarele răsare la ora: **08.13**
Soarele apune la ora: **16.44**

1893 - S-a născut medicul Dimitrie Bagdasar, creatorul școlii românești de neurochirurgie (m. 15 iulie 1946)

1912 - A încetat din viață Spiru Haret, matematician, sociolog, pedagog; a reorganizat pe baze moderne învățământul românesc (n. 15 februarie 1851)

1989 - În noaptea de 16 spre 17 decembrie a fost executat ordinul de evacuare din Timișoara al pastorului Tokes. Pe parcursul întregii zile au avut loc ciocniri între forțele de ordine și manifestanți. Militarii au fost huiduiți și loviți cu pietre, protestatarii atacând sediul CJ al PCR. La București, Ceaușescu a hotărât, în cadrul unei ședințe a CPEX, folosirea forței la Timișoara.

Ion Coman, secretar CC al PCR, a fost numit comandant unic pentru Timișoara, membri din conducerea partidului, armatei, securității fiind trimiși în acest oraș. În urma unei teleconferințe organizată de Ceaușescu cu activul de partid și de stat din toate județele țării, la Timișoara factorii de răspundere au ordonat forțelor de ordine să tragă în manifestanți. Au început lupte de stradă soldate cu morți și răniți. Timișoara a fost izolată, căile de acces în oraș fiind blocate.

1992 - Camera Deputaților a aprobat proiectul de lege privind declararea orașelor Brașov și Sibiu ca orașe martir.

Terapii

Semințe pentru o digestie ușoară

Indigestia, constipația, arsurile gastrice, durerile de stomac – pentru toate acestea sunt benefice remediile naturiste din semințe.

Semințe de mărar. Ceaiul din semințe de mărar, băut de 3 ori pe zi, este un leac bun dacă ai o indigestie sau după mesele copioase, dar și dacă suferi de insomnie, dureri intense în timpul menstruației. Pentru acest remediu ai nevoie de o linguriță de semințe de mărar și 250 ml de apă clocotită. Pui apa peste semințe și, după 15-20 de minute, strecoți infuzia. Semințe de chimen. Dacă ai arsuri sau dureri de stomac, semințele de chimen sunt un leac potrivit pentru tine. Infuzia făcută din aceste semințe îmbunătățește digestia, stimulează secrețiile gastrice și alungă



inflamațiile apărute în zona intestinului subțire. Pentru ceai ai nevoie de 2 lingurițe de semințe de chimen la 250 ml de apă clocotită. Lași la infuzat 15 minute, strecoți, apoi bei treptat ceaiul de-a lungul zilei, între mese.

■ Doina A. NEAGOE

Usturoiul, remedii naturiste

Usturoiul este o sursă bună de magneziu, vitamina B6, vitamina C și vitamina B1. În plus, usturoiul omoară bacteriile, te scapă de acnee și te poate ajuta și să slăbești.

Tinctura de usturoi cu infuzie de mentă reglează tensiunea arterială. În plus, acest remediu naturist cu usturoi te poate scapa de amețeli și de durerile crunte de cap. Iată cum se prepară acest tratament: se amestecă 40 de grame de usturoi cu 100 de ml de alcool de 40 de grade. Se lasă la macerat timp de o săptămână, apoi se strecoară lichidul. Se adaugă peste acesta 150 de ml de infuzie de mentă. Se iau



câte 10-15 picături de 3 ori pe zi, la o oră după mesele principale ale zilei.

Infuzie de usturoi pentru prevenirea arterosclerozei. Infuzia de usturoi te poate ajuta în prevenirea arterosclerozei. În acest sens, ai nevoie de 20 de căței de usturoi, 5 grame de flori de arnică, 15 grame de flori de păducel, 25 de grame

de frunze de coada calului, 25 de grame de frunze de mentă. Toate aceste ingrediente se mărunțesc și se amestecă bine. Se ia o linguriță din acest mixt și se amestecă cu un pahar de apă, se dă în clocot. Apoi, se strecoară. Se bea, în fiecare zi, un pahar la micul dejun și unul după cină, înainte de culcare.

■ Doina A. NEAGOE

Programe TV ● Duminică ● Programe TV

NAȚIONAL TV

09.00 Vouă; **09.30** Prietenul la nevoie se cunoaște, aventuri, r; **12.00** Tradiții de la bunica; **13.00** Opriiți timpul!; **15.30** Un primar pe cînste, dramă, SUA, 1986; **16.45** Iubire interzisă; **18.30** Știrile Național TV; **19.15** Suflete trădate, s; **20.30** Fii soția mea!, comedie romantică, India, 2004; **23.45** Opriiți timpul!, r

TVR 1

07.00 Telegazeta; **08.10** Universul credinței; **09.30** Pro patria; **10.00** În grădina Danei; **10.35** Viața satului; **13.00** Tezaur folcloric; **14.00** Telegazeta; **14.30** Ultima ediție; **15.00** Politică și delicateturi; **16.00** O dată-n viață; **18.00** Lozul cel mare; **18.30** Puterea bine-lui; **19.00** Ochiul magic; **20.00** Telegazeta; **20.50** Sport; **21.00** Gala Premiilor Operelor Naționale - live

TVR 2

09.30 Aripă de mătase, r; **10.00** Pescar hoinar; **10.30** Natură și aventură, r; **11.00** Polo: Steaua-Oradea, în Liga Națională, Meci II; **12.30** Fotbal: Campionatul Mondial al Cluburilor * Finala mare; **14.30** Natură și sănătate; **15.00** Pofcioși, la cratiță!; **15.30** Duelul pianelor; **16.30** Hand-

bal feminin: Finala mică a CE 2016; **18.48** E vremea ta!; **19.00** Handbal feminin: Finala CE 2016; **21.00** Gala umorului; **22.10** Vulpe vânător, dramă, România, 1993; **23.50** Arte, carte și capricii

ANTENA 1

06.00 Observator; **09.30** Te cunosc de undeva?, r; **13.00** Observator; **13.15** Next Star, r; **16.00** Observator; **16.15** X Factor, r; **19.00** Observator; **20.00** Regatul de gheață, animație, SUA, 2013; **22.00** Scufița Roșie, horror, SUA, 2011; **00.00** Cei ce veghează, acțiune, SUA, 2009

PRO TV

07.00 Știrile PRO TV; **10.00** Ce se întâmplă, doctore?; **10.30** Arena bucătarilor; **11.00** Ricoșeu, comedie, SUA, r; **13.00** Apropo TV; **14.00** Jocuri de celebritate; **15.15** Singur acasă 2 – Pierdut în New York, comedie, r; **18.00** România, te iubesc!; **19.00** Știrile PRO TV; **20.30** Hobbitul: Dezolarea lui Smaug, aventuri, coproducție, 2013; **23.45** Îngerii lui Charlie: În goana mare, acțiune, SUA, 2003

ACASĂ

08.00 Inimă de frate, r; **09.15** Vieți schimbate, r; **10.15** Intrigi în Paradis, r; **11.30** Crăciunul pe strada Chestnut, co-

medie, SUA, r; **14.00** Clona, s; **15.00** Culorile iubirii, s; **16.00** Pentru că te iubesc, s; **17.00** Totul pentru tine – s; **18.00** Regina inimilor, s; **20.00** Dorința de Crăciun, comedie, SUA, 2013; **22.00** Inimă de frate, r; **23.00** State de România, s; **00.00** Clona, r

PRIMA

08.45 Casa: construcție și design; **10.00** Mama mea gătește mai bine; **13.00** Focus; **13.30** Dans murdar, dragoste, SUA, r; **15.30** Chef Dezbrăcatu'; **16.00** Cronica Cârcoșailor, r; **18.00** Focus; **19.30** Mama mea gătește mai bine; **20.30** Schimb de mame; **22.30** Trădați în dragoste

HBO

06.00 Spune orice... dramă, SUA, 1989; **07.40** Visuri și obligații, dramă, Canada, 2015; **09.35** Robinson Crusoe, animație, Franța, 2015; **11.05** Avatar, SF, SUA, 2009; **13.45** Rico și Oskar, aventuri, Germania, 2014; **15.20** Cei patru fantastici: Ascensiunea lui Silver Surfer, SF, SUA, 2007; **16.50** Oddball și pinguinii, dramă, Australia, 2015; **18.25** Ultimii cinci ani, muzical, SUA, 2014; **20.00** The Revenant: Legenda lui Hugh Glass, aventuri, coproducție, 2015; **22.35** Strada Cloverfield

10, thriller, SUA, 2016; **00.20** Crima din Cut Bank, thriller, SUA, 2014

PRO CINEMA

07.15 Nebunia zeilor, comedie, coproducție, r; **09.30** La bloc, r; **11.15** Ultima aventură, acțiune, SUA, r; **14.15** Lacrima diavolului, acțiune, coproducție, 2010; **16.15** La bloc, r; **18.30** Robbersonii și poliția, comedie, SUA, 1994; **20.30** Țicniții, comedie, Italia, 1999; **22.15** Viața în trei, thriller, SUA, 2000

DIVA

06.00 Fetele Gilmore, s; **12.00** Domnul Miracol, comedie, Canada, 2014; **14.00** Un secret de Crăciun, comedie romantică, coproducție, 2014; **16.00** Grumpy Cat în „Cel mai groaznic Crăciun”, comedie, SUA, 2014; **18.00** Bibliotecarii, s; **20.00** Sărut de octombrie, comedie romantică, Canada, 2015; **22.00** Ne vedem în Valhalla, dramă, SUA, 2015; **00.00** Fetele Gilmore, s

HAPPY CHANNEL

06.00 Un doctor strălucit, s; **09.00** Happy Day; **10.15** Elif, r; **11.45** Inima mea e a ta, s; **18.00** Downton Abbey, s; **20.00** Mr. Selfridge, s; **23.00** Suspectată pe nedrept, dramă, SUA, 2013

horoscop



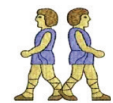
Berbecul

Vorbiți prea mult și asta nu face impresie prea bună. Întrucât șansa vă poate ajuta mai mult decât până acum, ar fi momentul să vă implicați în rezolvarea unor chestiuni pe care le-ați tratat cu indiferență.



Taurul

Vi se vor face tot felul de propuneri interesante, dar persoana care vi le face nu vă prea trezește încrederea. Relația cu cei din jur este destul de tensionată și nu este indicat să încercați să vă impuneți punctele de vedere.



Gemenii

Relația cu prietenii va fi prioritară, căci cei din anturajul apropiat vă susțin inițiativele. Veți primi o veste plăcută de la persoana iubită. Din activitățile extraprofesionale vă veți alege cu niște bani pe care îi veți folosi pentru Sărbători.



Racul

Calitățile de care dați dovadă vă ajută să vă lărgiți cercul de prieteni. Comunicarea cu aceștia evoluează excelent, ceea ce vă permite să vă relaxați și să vă bucurați din plin de această zi destul de agitată.



Leul

Conjunctura astrală vă avantajează într-o oarecare măsură. Aveți șansa de a câștiga o sumă de bani. Dacă aveți ceva de finalizat, nu încercați să faceți lucrurile de unul singur, rezultatele nu vor fi cele scontate.



Fecioara

Veți avea parte de o zi agitată, în care proiectele inițiale trebuie amânate. Aveți de rezolvat o mulțime de lucruri, mai ales acasă. Energia fizică nu este la nivelul obișnuit, va trebui să apelați la sprijinul unui prieten de încredere.



Balanța

Se pare că astăzi cei din jur vor fi puși pe critică. Ar fi bine să recunoașteți că ați greșit. Veți primi o propunere care vă va tenta în mod special. Ați fost prins în mrejele unei relații care v-a creat probleme, așa că a sosit vremea să lămurii această chestiune.



Scorpionul

Aveți unele realizări, dar proiectele dumneavoastră vizează mult mai mult. Nu vă implicați în activități care să aibă în vedere o realizare imediată, căci totul va ieși cu întârziere. În a doua parte a zilei veți avea un câștig oarecum neașteptat.



Săgetătorul

În familie se va încerca rezolvarea unei probleme care vă irită pe toți. Evitați discuțiile în contradictoriu cu partenerul de viață dacă doriți o zi liniștită. Propunerea pe care v-o va face o cunoștință nu vă încântă, dar nu aveți de ales.



Capricornul

Sunteți mai energic decât până acum, mai plin de inițiative, mai dornic de a vă implica în activități noi. Ar fi bine totuși să o luați mai încet. Este posibilă o surpriză din partea unui bărbat mai tânăr.



Vărsătorul

Starea de sănătate nu este nemaiomenită și ar fi bine ca astăzi să faceți ceva pentru a stabili echilibrul de care aveți nevoie. Manifestați mai multă prudență, căci cineva încearcă să țeară o mulțime de intrigi în jurul dumneavoastră.



Peștii

De energie fizică nu duceți lipsă, dar ar fi de dorit să v-o consumați într-un mod mai eficient. Pentru a obține rezultate mai bune la serviciu ați putea cere sfatul unei rude.

■ ARIADNA