

## Cotații

1 €	4,926 lei
1 \$	4,135 lei
1 £	5,733 lei
100 Ft	1,405 lei
1 gr aur	235.514 lei

## Telefoane utile

Ambulanța 112, 0259/411.313; 0359/412.128  
 SMURD 112, 0259-411.212, 411.213  
 Pompierii 112, 0259/411.212, 411.213  
 Poliția Oradea 112;  
 Poliția locală 0259/408.839; 0259/969  
 IPJ 112, 0259/412.472,  
 Poliția Rutieră 0259/412.433  
 Poliția de Frontieră 0259/418.924  
 Jandarmeria 0259/430.770  
 DSP 0259/434.565; 0259/418.639;  
 0372/772.500  
 DSV 0259/266.141  
 Protecția Consumatorilor  
 0259/431.817, reclamatii.bihor@opc.ro  
 Telefonul Copilului 0259/983;  
 0259/116.111  
 Deranjamente energie electrică 0259/929;  
 0800400929  
 Apă-Canal 0259/430.928;  
 0359/410.203; 0259/437.065;  
 Dispecerat RER Ecologic Service:  
 0259/433.195  
 OTL 0359/808.501; 0359/808.502  
 (503... 506)  
 Electrocentrale Oradea 0259/467.577;  
 0259/453.345; 0359/409.505  
 Deranjamente lifuri 0259/415.231;  
 0730/610.449  
 APM 0259/444.590  
 Garda de Mediu 0259/442.500  
 Autogara 0259/418.998  
 Informații CFR 0259/416.565;  
 0259/444.952  
 Agenția TAROM 0259/431.918  
 Agenția teatrală 0372/368475  
 Aeroportul Oradea 0259 416 082  
 Vama Oradea 0259/417.019;  
 0259/470.118  
 Primăria Oradea 0259/437.000  
 Prefectura 0259/467.800  
 Consiliul Județean 0259/410.181  
 Adăpostul Grivei: 0726/126.891.  
 Casa Jud. de Pensii (programări  
 telefonice) 0259/413.451.

## SUDOKU

4			8			3		
	2					1		
			7	3	1	2		6
			4	9	5		3	
3		8	1		2	5		4
	5		3	6	8			
2		7	5	1	6			
		5					1	
		1			7			2

	2			1	
			3		
			5	4	
3	5				
	4				
1				6	

6	1	2	3	9	5	8	4	7
8	5	3	4	6	7	1	9	2
7	9	4	8	1	2	5	3	6
3	8	7	6	4	1	2	5	9
1	4	5	7	2	9	6	8	3
2	6	9	5	3	8	7	1	4
9	7	1	2	5	3	4	6	8
4	3	8	1	7	6	9	2	5
5	2	6	9	8	4	3	7	1

2	5	6	1	4	3
3	4	1	2	5	6
5	6	2	3	1	4
1	3	4	5	6	2
4	2	5	6	3	1
6	1	3	4	2	5

## Maxima zilei

„Este o mare nenorocire să nu ai destulă înțelepciune pentru a vorbi frumos, și nici destulă judecată pentru a tăcea.”

Jean de la BRUYERE

## Calendarul zilei

**Calendar creștin ortodox:** † Soborul celor 12 Apostoli; Sfântul Ierarh Ghelasie de la Râmneț – Dezlegare la pește

**Calendar greco-catolic:** Serbarea celor 12 Apostoli

Soarele răsare:  
05.40

Soarele apune:  
21.31

**1859:** Acrobatul francez Charles Blondin a traversat cascada Niagara, mergând pe o funie.

**1905:** Albert Einstein publică lucrarea „Asupra electrodinamicii corpurilor în mișcare”, cunoscută astăzi ca teoria relativității.

**1908:** Are loc fenomenul Tunguska în Siberia

**1936:** Se publică romanul „Pe aripile vântului” al scriitoarei americane Margaret Mitchell.

**1960:** Congo își câștigă independența față de Belgia.

**1973:** Cea mai lungă eclipsă totală de soare a secolului XX (6 min 20 s). ■

## Minima moralia

☺ Soțul ideal se trezește cu un gând:  
„Of, Doamne, eu dorm, iar soția nu are săndăluțe noi de vară!”

☺ - Iubi, ai spus că mă duci într-un loc scump. Unde e asta?

- În fundul curții... Am un cireș acolo!

☺ Dorm de trei zile, pentru că soția mi-a zis că atunci când mă trezesc, să-i spun cine-i Lili... ■

## Meteo

Astăzi cerul va fi senin. Temperatura minimă va fi de 19°C, iar maxima de 35°C. ■

Desertul cel mai dorit în miezul verii  
Banana Split

Historia acestui desert începe în 1904, când optometristul David Strickler, din Latrobe, Pennsylvania. El s-a lăsat inspirat de înghețatele cu fructe pe care le-a întâlnit în Atlantic City în vara aceluia an, când a mers în vacanță.

## Mod de preparare

Smântâna lichidă pentru frișcă se bate bine cu zahărul pudră și esența de vanilie. Bananele se curăță și se secționază pe lungime. Pune pe o farfurie câte trei cupe de înghețată (poate fi de casă sau din comerț, iar aromele depind de preferințele tale). De fiecare parte a cupelor de înghețată pune câte o jumătate de banană. Ornează cu frișcă după gust și adaugă căpșune și afine pentru ornare. Opțional, poți adăuga și topping de ciocolată. Savurează desertul imediat – dacă îl lași la temperatura camerei sau dacă încerci să îl păstrezi la frigider, înghețata se va topi rapid. ■

## Ingrediente

- 2 banane mari și potrivit de coapte
- 150 ml smântână lichidă pentru frișcă cu cel puțin 30% grăsime
- 30 g zahăr pudră
- 5 ml esență de vanilie
- 300 g înghețată
- 50 g căpșune și afine pentru decor

## Programe TV ● Programe TV ● Programe TV

## NAȚIONAL TV

**08.15** Tradiții de la bunica, r; **09.45** Dragostea găsește o cale, r; **10.45** Vouă; **11.30** Baronii, s; **13.00** Știri; **13.30** Baronii, s; **14.30** Veterinarul, r; **15.45** Vouă; **16.15** Destine rătăcite, r; **17.15** Veterinarul, s; **18.30** Știri Național TV; **19.00** Destine rătăcite, s; **20.00** Asasinul din Bangkok, thriller, SUA, 2008; **22.00** Vânătoarea de poliști, acțiune, coprod., 2004.

## TVR 1

**08.00** Cu capu-n zori; **10.15** Breaking Fake News, r; **10.45** Giuvaerul palatului, r; **12.30** Tribuna partidelor parlamentare; **13.00** Dragul de Raymond, s; **13.50** Team România; **14.00** Telegazeta; **14.55** Vorbește corect!; **15.10** Conviețuirii; **17.00** România 9; **18.00** Team România; **18.15** Giuvaerul palatului, s; **19.30** Vorbește corect!; **19.35** Zi de zi/Sport/Meteo; **20.00** Telegazeta; **21.00** Tema zilei; **21.30** Adevăruri despre trecut; **22.00** Microbist de România; **23.00** Godunov, s, ep. 3; **00.00** Telegazeta.

## TVR 2

**09.30** Teșcoala; **10.00** Grația balerinelor nevăzătoare din Sao Paulo, r; **11.00** Câștigă România!, r; **12.00** Telegazeta; **13.00** Cultura minorităților;

**13.30** Sănătate cu de toate, r; **14.00** Misterele Aurorei Teagarden: Casa familiei Julius (II), polițist, Canada, 2015; **14.50** Ziua cu stil; **15.00** Căinii dresați de pe aeroportul din Moscova; **16.00** Doctor Quinn, s; **17.00** Frați de viță; **17.30** România... în bucate; **17.57** Olimpiada de aur; **18.53** Sport/Telegazeta; **19.35** E vremea ta!; **20.10** Jackie și Ryan, dramă, SUA, 2013; **21.50** Veniți de gustați!; **22.00** Doctor Quinn, r; **23.00** Câștigă România!, r; **23.56** Sub soarele Ecuatorului, s.

## ANTENA 1

**06.00** Observator/Sport/Meteo; **08.00** Neatza cu Răzvan și Dani; **12.00** Observator; **14.00** Mireasa; **16.00** Observator; **17.00** Acces direct; **19.00** Observator/Sport/Meteo; **20.30** Poftiți pe la noi: Poftiți la circ!; **23.15** Observator/Sport; **23.45** Super prieteni cu Gică Popescu.

## PRO TV

**06.00** Știrile PRO TV/Meteo/Sport; **10.30** Vorbește lumea; **13.00** Știrile PRO TV; **14.00** Lecții de viață; **15.00** La Măruță; **17.00** Știrile PRO TV; **18.00** Ce spun românii; **19.00** Știrile PRO TV; **20.30** Las Fierbinți, s; **21.30** Cursă mortală, acțiune, SUA, 2008; **23.30** Știrile PRO TV.

## PRO 2

**07.45** Până la ultima picătură, r; **09.15** Răzbunare pe tocuri, r; **10.15** Dragostea nu uită, r; **11.45** Imperiul minciunilor, r; **14.00** Până la ultima picătură, r; **15.00** Răzbunare pe tocuri, r; **16.00** Dulce-amăruș, s; **17.00** Dragostea nu uită, s; **18.00** Până la ultima picătură, s; **19.00** Imperiul minciunilor, s; **21.00** Răzbunare pe tocuri, s; **22.00** Regina, s; **01.00** Imperiul minciunilor, r.

## PRIMA TV

**07.00** Focus la prima oră; **10.00** Hai cu fetele!, r; **14.00** Focus; **15.00** Hai cu fetele!; **16.00** Exclusiv VIP; **18.00** Focus; **19.30** Trăsniții, s; **20.00** Activități criminale, thriller, SUA, 2015; **22.00** Focus; **23.30** Starea nației; **23.30** TĂLCtalk.

## FILM NOW

**08.15** Ip Man 4, acțiune, coprod., 2019; **09.55** Fotografia, dragoste, coprod., 2020; **11.35** Fiecare vede altceva, thriller, SUA, 2008; **13.00** Războiul miresei, comedie, SUA, 2009; **14.25** Întâlnire explozivă, acțiune, SUA, 2010; **16.10** Moștenirea lui Bourne, acțiune, coprod., 2012; **18.15** O femeie americană, dramă, coprod., 2018; **20.00** În timp, SF, SUA,

2011; **21.50** Eliminați mesajul!, dramă, SUA, 2014; **23.40** Sechestrați în tren, acțiune, SUA, 1995.

## HBO

**07.25** Lorax, protectorul pădurii, animație, SUA, 2012; **08.50** Rețeaua; **09.50** Curierul, acțiune, coprod., 2002; **11.20** Sindromul post-divorț, comedie, SUA, 2013; **12.50** Australia, dramă, coprod., 2008; **15.30** Ștrumfii 2, animație, SUA, 2013; **17.15** Maestrul minciunilor, dramă, coprod., 2019; **19.05** Povestea slujitoarei, s; **20.00** Noii mutanți, acțiune, SUA, 2020; **21.35** Dunkirk, război, coprod., 2017; **23.20** Tovarășul Draculici, comedie, Ungaria, 2019.

## PRO CINEMA

**08.00** Procesul lui Casey Anthony, r, dramă, coprod., 2013; **10.15** La bloc, r; **12.30** Mamaia, r, comedie, România, 2013; **14.30** Holmes și Watson, comedie, SUA, 2018, r; **16.15** O duminică de pomină, comedie, SUA, 2008; **18.15** La bloc, s; **20.30** Îngerii lui Charlie, acțiune, SUA, 2011; **22.30** Îmbrățișarea vampirului, horror, Canada, 2013; **00.30** Îngerii lui Charlie, acțiune, SUA, 2011, r. ■

## Filmul zilei

## 12 Încercări: izolarea

Acțiune, SUA, 2015

După ce partenerul lui este împușcat mortal, ofițerul de poliție Shaw (Jonathan Good) urmează un tratament psihiatric, fiindcă toată lumea îl crede responsabil. După o pauză, Shaw revine la locul de muncă și este hotărât să afle ce s-a întâmplat.

Cu: Jonathan Good, Roger Cross.

PRO TV, ora 23.45

## SC ANOTIMP CASĂ DE PRESĂ ȘI EDITURĂ SA



Aleea Emanuil Gojdu, nr.3, Oradea,  
Cod poștal 410066, județul Bihor

e-mail: redactia@crisana.ro

URL: www.crisana.ro

Tel: 0259/413.606, 0259/418.385,

REDAȚIA: Daniel Man, Horia Buz, Doina Aronescu Neagoe, Andreea Costea, Vasiliică Ichim, Loredana Ionaș, Sorin Ilisie, Ioana Mateaș, Alina Ungur.

SGR: Monica Ardelean

DTP: Adriana Balint, Rhea Lucaci, Cristina Kadar  
DIFUZARE: tel. 0259/411.590

CONTABIL ȘEF: Mirela Miclău

BIROUL DE MICĂ ȘI MARE PUBLICITATE  
Aleea Em. Gojdu, nr. 3, tel. 0259.415.349.

PUNCT PRELUARE ANUNȚURI  
PUBLICITATE  
Str. Teatrului, nr. 6, tel. 0259.413.606

Publicație auditată ISSN 1222-2348  
TIPARUL: S.C. GARAMOND TIPOGRAFIE SRL Cluj-Napoca