

Calendarul zilei

Calendar creștin ortodox: Sf. Mc. Policarp, Ep. Smirnei; Sf. Cuv. Gorgonia (Dezlegare la ouă, lapte și brânză)

Calendar greco-catolic: Sf. ep. m. Policarp al Smirnei

Soarele răsare la ora: 07.23
Soarele apune la ora: 17.09

1271 - Prima mențiune documentară a orașului Brașov.

1869 - A fost fondat Partidul Național Român din Transilvania, sub conducerea lui Ilie Măcelariu.

1916 - S-a deschis, la Iași, Muzeul de Antichități.

1925 - Mitropolia Valahiei a fost ridicată la rangul de patriarhie. Biserica ortodoxă romană a devenit autocefală.

1937 - A avut loc remanierea guvernului Tătărescu. Primul ministru, Gh. Tătărescu, a preluat și funcția de ministru de interne.

1942 - Semnarea, la Washington, a convenției dintre SUA și Marea Britanie cu privire la acordarea ajutorului reciproc împotriva agresiunii.

1942 - A încetat din viață Stefan Zweig, poet, prozator, dramaturg, biograf și eseist austriac; a emigrat, în 1938, în SUA („Orele astrale ale omenirii”, biografii romanțate: „Maria Antoaneta”, „Maria Stuart”) (n. 28 noiembrie 1881).

1916 - S-a deschis, la Iași, Muzeul de Antichități.

1925 - Mitropolia Valahiei a fost ridicată la rangul de patriarhie. Biserica ortodoxă romană a devenit autocefală.

Terapii

Ceai de hamei pentru un păr frumos!

Părul fragil, deteriorat din cauza excesului de cosmetice sau subțiat în urma unor tratamente îndelungate, poate redeveni frumos prin folosirea ceaiului de hamei la clătirea lui zilnică.

Pentru prepararea lichidului de clătire se opăresc două mâini de flori de hamei cu doi litri de apă clocotită și se lasă să infuzeze două ore. După strecurare, amestecul, combinat cu apă caldă, se folosește la clătirea părului, indiferent dacă a fost în prealabil spălat sau nu. După clătire, părul se învelește cu un prosop absorbant și se lasă să se usuce natural, fără surse de căldură. Aplicațiile se fac 30 de



zile, seara, perioadă în care nu se aplică pe păr cosmetice, nu se folosește ondulatorul și nici fixativul. Efectul aplicării infuziei devine vizibil după două săptămâni: rădăcina părului se

întărește, firele nu se mai rup, sunt mătăsoase și strălucitoare. Clătirea cu această infuzie se poate aplica oricărui tip de păr și nu influențează culoarea lui naturală. ■ D. A. NEAGOE

Tinctura de urzici este hipoglicemiantă

Se folosesc doar frunzele, cât de mari posibil, proaspăt culese, spălate bine cu apă și tocate cât mai mărunț.

Se umple cam trei sferturi dintr-un vas cu tocătura de urzici și se toarnă deasupra, până la gura vasului, alcool alimentar de 40 de grade, preparat exclusiv din secară. Nu se va folosi alt alcool alimentar, pentru că alcoolul din secară conține anumiți compuși stimulenți specifici, care nu se află în alcoolul extras din porumb sau din cartofi. Maceratul se filtrează după 14 zile. Consumată intern, câte 20-30 picături, de 3 ori/zi, tinctura de urzici este antianemică, hipoglicemiantă, are efect depurativ, diu-



retic și reglează activitatea hormonală. Extern, tinctura de urzici este un leac fără pereche folosit pentru a opri căderea părului, dar și pentru a trata o mulțime de afecțiuni dermatologice neplăcute și dureroase, cum ar fi micozele, eczemele, ulcerațiile, petele și inflamațiile pielii, eritemul, ca și bă-

tăturile dureroase și ciuperca piciorului. Tinctura se aplica repetat pe locurile afectate, iar tratamentul se continuă încă 5-7 zile după încetarea manifestărilor bolii. Ajută în sciatică și inflamații ale nervilor. Se ung locurile bolnave cu tinctura de urzici. ■ Doina A. NEAGOE

Tocăniță de ciuperci cu plăcintă de cartofi

Ingrediente pentru 5 porții: 500 g. ciuperci proaspete (sau conservate), 100 g. ceapă, 200 g. ardei grași (iarba gogoșari marinați), 200 g. roșii în bulion (conservă), 5 g. cimbru, sare, piper măcinat, 30 g. verdeață de pătrunjel. Plăcinta: 500 g. făină, 25 g. drojdie de bere, 800 g. cartofi albi făinoși, 50 g. margarină vegetală, 10 g. zahăr, sare, piper măcinat. Decor: 1 salată verde, 200 ml. ulei, 3 roșii mici.

Modul de preparare: Ciupercile se curăță, se spală și cu codițe cu tot se taie în felii mai mărișoare. Ardeii grași fără cotorul cu semințe, se spală și se taie în fâșii subțiri. Ceapa se curăță, se spală, se taie în peștișori și se căleşte în uleiul înfierbântat până devine sticloasă. Se adaugă ardeii grași și după 2-3 minute și ciupercile. Se înăbușesc până se frăgezesc bine și mai scade din linidul lăsat de acesta. Se condimentează cu sare, piper măcinat și cimbru. Când aproape sunt gata se adaugă și roșiile scoase din bulion și se înăbușesc până sunt gata. Spre sfârșit se presară cu verdeață de pătrunjel spălată și tocată mărunț.

Plăcinta: Drojdia de bere se freacă cu zahăr, se toarnă 200 ml. apă dezmortită și se lasă să dospească înăuntru dublează volumul. Pe o planșetă se pune făina în piramidă, se face un cuib în care se toarnă maiaua de drojdie de bere. Se mai toarnă puțină apă și se frământă bine cu făina și aluatul obținut se adună în sferă, se pudrează cu făină, se acoperă cu un servet și se lasă să dospească la un loc cald cam 1-2 ore. Cartofii se curăță de coajă, se spală, se taie în cubulețe și se fierb în apă cu sare până sunt moi. Se zdrobesc pentru a se face un piure. Se sărează și piperează. Din aluatul de plăcinte se ia cam 100 g. se întinde în foaie rotundă, se umple cu 1-2 linguri cu piureu de cartofi, se împachetează, se întinde din nou în plăcintă, care se prăjește în ulei înfierbântat pe ambele părți până se rumenesc frumos.

Servirea: pe farfuria întinsă se așază o foaie de salată verde. Se acoperă cu o plăcintă îndoită în două, în față se pune din tocănița de ciuperci și se decorează cu o roșie tăiată în formă de nufăr. ■

horoscop

Berbecul

Astăzi aveți concentrarea și perseverența necesară pentru a realiza tot ceea ce doriți. Dacă aveți o idee specifică, acum este momentul de a o pune în practică. Seara vă puteți relaxa și să împărtășiți plăceri comune cu persoana iubită.



Taurul

Este o zi extrem de fructuoasă pentru dvs. Chiar dacă în ultimele zile ați fost confuzi, astăzi știți ce vreți și vă puneți toate ideile în practică. Fără îndoială, veți avea o mare satisfacție dacă vă veți dedica unei activități care vă face plăcere.



Gemenii

Astăzi vă simțiți la pământ și sunteți foarte calmi. Echilibrul interior vă ajută să gândiți mai clar ceea ce se întâmplă în sufletul dvs și ceea ce aveți nevoie. Faceți-vă timp să vă relaxați, acest lucru vă ajută să clarificați unele experiențe anterioare.



Racul

Aveți dorința de a comunica și de a împărtăși gândurile cu oamenii din jurul dvs. Dacă aveți nelămuriri financiare, veți putea acum să vă apropiați de situația pragmatică și eventual să discutați cu oamenii care sunt implicați în ea.



Leul

Aveți mult succes în ceea ce privește planurile de lucru și proiectele. Direcționați energia și entuziasmul la un anumit scop și acționați pentru punerea sa în aplicare. Feriți-vă de eventuale oportunități de a obține o promovare, mai ales în cazul în care ați mai discutat de această temă.



Fecioara

Astăzi vă îndreptați atenția către planurile și sarcinile oficiale. Dacă doriți să primiți respectul tuturor la locul de muncă, nu uitați să apreciați ceea ce vă oferă alții și de asemenea nu îi subestimați. Unii dintre dvs ar putea primi o răsplată pentru muncă.



Balanța

Balanțele trebuie să încerce să-și păstreze calmul, atunci când cineva îi supăra. În acest fel vă veți permite să reacționați dintr-o poziție de putere, nu ca o victimă. Nu lăsați ca o altă persoană să vă calce un picior demnității.



Scorpionul

Oricare ar fi starea dvs de spirit astăzi, încercați să vă distrați și să profitați de orice oportunitate. Vă veți simți mai bine dacă faceți ceva distractiv. Pe plan sentimental, este momentul ideal de a îi face o surpriză partenerului dvs.



Săgetătorul

Astăzi acordați atenție la problemele interne care vă plictisesc. Puteți face ceva util în gospodărie sau unele activități de rutină. Nu neglijați nevoile corpului dumneavoastră de alimente. În dragoste, persoana iubită vă poate face o surpriză plăcută.



Capricornul

Majoritatea Capricornilor pot găsi plăcere într-o distracție favorită sau în îngrijire corporală. În timpul zilei puteți suferi de o tensiune nervoasă puternică. Încercați să petreceți mai mult timp alături de persoanele dragi și să faceți lucrurile care vă fac plăcere.



Vărsătorul

Fiti atenți în asocierile riscante, mai ales dacă acestea sunt legate de bani. Evitați compania oamenilor agresivi, sau a celor care încearcă să vă provoace. Pe plan sentimental, puteți avea un dezacord cu persoana iubită.



Peștii

Astăzi încercați să vă realizați obiectivele mai practice și realiste care depind de dvs și de eforturile pe care le depuneți. Este o zi potrivită pentru exerciții fizice și sport, în general pentru relaxare.

■ ARIADNA

SUDOKU

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

Careul de 9x9 este divizat în nouă careuri de 3x3. Sunt trei reguli care trebuie respectate concomitent: cifre diferite pe fiecare linie, cifre diferite pe fiecare coloană și cifre diferite în fiecare pătrat de 3x3. Fiecare rând, coloană sau regiune nu trebuie să conțină decât o dată cifrele de la unu la nouă. Formulată altfel, fiecare ansamblu trebuie să conțină cifrele de la unu la nouă o singură dată. Dificultatea veritabilă a jocului rămâne totuși în a găsi suita exactă a cifrelor rămase.

Maxima zilei

„Exemplul impresionează mai mult decât amenințarea.”
Pierre Corneille