

**Calendarul zilei**

Calendar creștin ortodox:  
†) Tăierea Capului Sf. Prooroc Ioan Botezătorul; Sf. Cuv. Teodora (Dezlegare la ulei și vin)

Calendar greco-catolic:  
Tăierea Capului Sf. Ioan Botezătorul. Post și ajun.

Soarele răsare: 06:47  
Soarele apune: 20:18

**1831:** Britanicul Michael Faraday a descoperit inducția magnetică.

**1885:** Germanul Gottlieb Daimler a brevetat motocicletă.

**1907:** Podul Quebec se prăbușește în timpul construirii, omorând 75 de muncitori.

**1916:** Primul Război Mondial: Bucureștiul devine a treia capitală europeană (după Paris și Londra) care a fost bombardată de aviația germană.

**1936:** În urma presiunilor cercurilor guvernamentale din Germania și Italia, Nicolae Titulescu este înlăturat de la conducerea Ministerului de Externe al României.

**1944:** Delegația României pleacă la Moscova, pentru încheierea armistițiului cu Națiunile Unite.

**1965:** Nava spațială Gemini V având la bord astronomii americani Gordon Cooper și Pete Conrad se întoarce pe Pământ, aterizând în Oceanul Atlantic, după un record de opt zile în spațiu și 120 de orbite ale Pământului.

**Lipsa de iubire este diagnosticul, nu depresia!**

Din ce în ce mai mulți oameni se plâng de faptul că suferă de depresie, însă să fie oare acesta un diagnostic adecvat?

Cercetătorii sunt de părere că, mai nou, "Nu există diagnosticul depresie, există diagnosticul, lipsa de iubire!"

Și nu cred că greșesc cercetătorii crezând asta, deoarece iubirea este baza fiecărei acțiuni pe care o întemeiem în viața de zi cu zi. Cum nu putem trăi fără un mediu social, trebuie să înțelegem că nici fără dragoste nu se poate, deoarece vom ajunge să ne ofilim. Omul are nevoie de iubire, în viața sa, așa cum are nevoie și de apă, hrană sau somn. Iubirea este resursa de hrană a fiecărei celule din organismul nostru, ea ajută la dezvoltarea personalității, la dezvoltarea fizică și mentală.



**Unde găsim iubirea?**

**În corp**

Corpul este căminul sufletului nostru. Dacă vom purta o discuție zilnică cu corpul nostru, putem ajunge să facem tot ceea ce vom dori, pentru că organismul nostru are nevoie să se simtă iubit, pentru a-și restabili resursele.



**În emoții**

Este poate cea mai dificilă parte. Ajungem să ne ignorăm emoțiile, însă pentru cât timp? În niciun caz la nesfârșit, pentru că natura a creat psihicul nostru fără să prevadă unele sentimente ca fiind rele și bune. De aceea este foarte important să fii tu însuși!

**În gânduri**

Iar acestea pot fi controlate de tine, chiar dacă îți vine sau nu să crezi. Da, nu le vezi, este foarte probabil să te pierzi în ele, însă pentru a ține socoteala gândurilor este foarte important ca cel puțin o dată pe săptămână, să te întrebi: De ce trăiesc? Cum trăiesc? Cine este în jurul meu? Ce pot face pentru a-mi schimba viața?

– Pentru că nimeni, în afară de tine, nu știe și nu va face asta. ■

**Cartofi umpluți cu telemea și șuncă**

**Ingrediente**

- 8 cartofi potrivit de mari
- 200 g unt
- 100 g telemea de oaie
- 150 g cașcaval
- 150 g șunculiță afumată
- 1/2 linguriță verdeață uscată (cimbru)
- sare
- piper
- câteva fire de verdeață proaspătă

**Mod de preparare**

Cartofi umpluți cu telemea și șuncă – rețetă care practic se face singură, lucru care o face mai mult decât potrivită pentru zilele lucrătoare în care nu ai prea mult chef de gătit! Simplu, rapid, delicios și fără efort!

1. Cartofii se spală și se pun în folie de aluminiu. Pune-i în tavă și dă-i la copt în cuptorul încins, aproximativ o oră.

2. Untul se pune într-un castron și se freacă spumă. Se condimentează după gust cu sare și piper și se aromatizează cu verdeață uscată. Pune-l pe o folie din aluminiu și mulează-l în formă de baton. Lasă-l apoi o oră, la rece, să se întărească.

3. Cartofii copti se taie în două și se presară cu telemea rasă, șunculiță afumată tăiată felii și cașcaval ras. Se pune apoi câte o bucată din untul aromat deasupra, să se topească încet.

Se ornează cu verdeață tocată mărunț, opțional. ■



**horoscop**



**Berbec (21 mart. – 20 apr.)**

O s-aveți de umblat ca să legalizați o situație, un act de proprietate sau altceva care să vă ofere un statut clar. Vi se propune să lucrați la ceva care vi se potrivește și să dezvoltați afacerea respectivă, să câștigați bani și pe parcurs să vi se mai alăture și alți oameni.



**Taur (21 apr. – 21 mai)**

Poate profitați de timpul liber din week-end ca să vă mai limpeziți mintea, sufletul, să vă destindeți, plecați pe undeva. O să vă luptați pentru o serie de lucruri pe care le-ați cerut șefilor, să căpătați bani, înlesniri, să vă fie mai ușor, cel puțin o vreme, ca să vă mai reveniți.



**Gemeni (22 mai – 21 iun.)**

Se poate să luați niște bani în plus, să vi se plătească orele suplimentare sau să nimeriți o colaborare care să meargă bine. Se pare c-or să vă ia prin surprindere unele vești și va trebui să vă faceți alte planuri și de viață personală și de serviciu - e bine să fiți pe fază.

**Rac (22 iun. – 22 iul.)**

Poate abia acum o s-aveți timp și de voi să vă duceți la doctor, să fiți în formă, să vă bucurați de viață. Poate vă-ncearcă iarăși nevoia de a vă găsi altceva de lucru pentru că nu vă simțiți apreciați, dar mai cântăriți situația până pe 5 septembrie și vedeți ce iese.



**Leu (23 iul. – 22 aug.)**

Un răspuns afectiv din partea cuiva care vrea să fiți împreună și consideră că s-a mai schimbat de dragul vostru - vedeți dacă-i așa. Măcar o parte din banii pe care-i așteptați or să vină și scăpați de datorii și vă mai și rămân pentru escapadele turistice din week-end, să vă oferiți un respiro.



**Fecioară (23 aug. – 21 sept.)**

Se poate să vă ocupați de unele chestiuni legate de casă, de familie, să zugrăviți, sau să luați mobilier nou. Se conturează o reorganizare la serviciu și poate prindeți un post mai bun, schimbați echipa, sediul, conducerea și începeți o viață nouă din punct de vedere profesional.



**Balanță (22 sept. – 22 oct.)**

E posibil să vă încumetați să bateți palma pentru un alt serviciu pentru că va fi o ofertă de nerefuzat. La voi încep să se rezolve multe din lucrurile începute în prima parte a anului și poate veți da drumul și proiectelor pe care le-ați avut în minte, să v-apucați de ele.



**Scorpion (23 oct. – 21 noiem.)**

Vă puteți găsi ceva de lucru în particular și să vă completați veniturile, să fie o lejeritate din punct de vedere financiar. O să puteți legaliza un act, o situație și să vă mutați, poate, la altă adresă, poate plecați în străinătate, unii dintre voi, să studiați sau să lucrați.



**Săgetător (22 noiem. – 20 dec.)**

Poate faceți un sacrificiu financiar să vă luați mașină, ca să nu mai dați atâția bani pe service, când puteți face și altceva cu acei bani. O să vă fie remarcate niște calități, v-așteaptă o promovare și e de presupus și un surplus salarial, ceva compensatoriu, după multă muncă.



**Capricorn (21 dec. – 19 ian.)**

O să le dați de capăt unor probleme care v-au săcăit multă vreme și o să fiți în formă, gata de orice competiție. Se poate să dați concurs pentru un post de conducere și în cel mai fericit caz să fiți numiți într-o funcție care să reflecte cât de apreciați sunteți.



**Vărsător (20 ian. – 18 febr.)**

E posibil să întâlniți pe cineva care să fie pe lungimea voastră de undă și să formați un cuplu, să vă meargă bine. Ați mai putea pleca pe undeva, chiar și cu treaba, poate-aveți de dat un examen, un interviu, de rezolvat o problemă de afaceri și o să vă descurcați, fără-ndoială.



**Pești (19 febr. – 20 mart.)**

O revedere cu cineva de la care așteptați un răspuns și relația poate merge, frumos, mai departe, așa cum v-ați dorit. Se poate să cereți un credit, să acoperiți niște cheltuieli pentru care salariul vă e insuficient și o să vă permiteți și alte lucruri, de care nu vă puteți atinge. ■

**SUDOKU**

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

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

Soluția din 28 august

**Maxima zilei**

„Nu am nevoie de un prieten care se schimbă atunci când eu mă schimb și care să dea din cap atunci când eu dau din cap; umbra mea ar putea face mai bune asta”.  
**PLUTARH**