

PENINSULE EUROPEENE

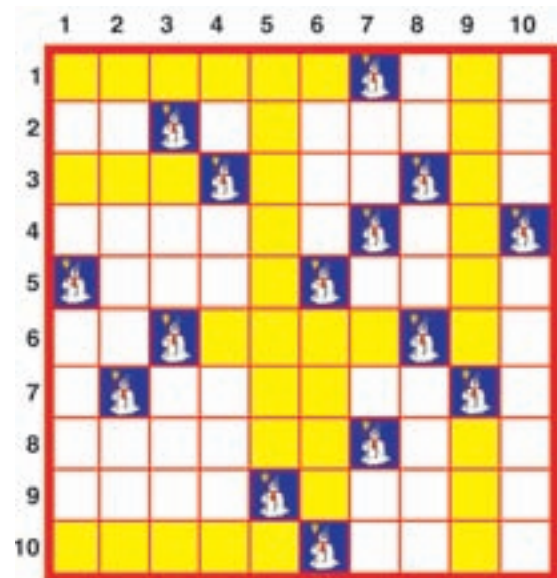
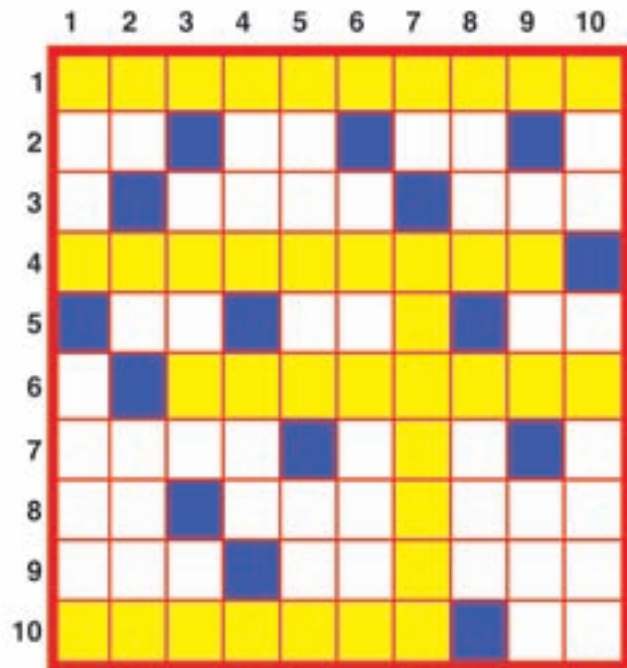
Maistru militar clasa I
Cristian GHIZDEANU

ORIZONTAL:

1. Peninsula în nordul Europei.
2. Ba -Adrian Enache -Cere !.
3. Origine, sursă -Polițist otoman.
4. Peninsula în sudul Europei.
5. Nota 2 -Chip, față -Radu Hagianu.
6. Peninsula în nordul Europei.
7. Documente -Auzit la coridă.
8. Sunt în antreu ! - Propriu degetelor.
9. Bărbierit -A certa mereu.
10. Peninsula în sud-vestul Europei -Spus la durere.

VERTICAL :

1. Persoană care admiră și imită fără discernământ, tot ce este la modă -Glumeți.
2. Împreună - Pătrat agricol -Un crustaceu.
3. Solidificat -Stela Enache.
4. Bleg -Vale largă în deșert.
5. Trupe parașutate -Aici pe la țară.
6. Nu digital.
7. Nicu Constantin -Peninsula în sudul Europei.
8. Par în vie -Clară.
9. Purtat pe umeri de militari -Cel de colo.
10. Astfel -Comic.



Dezlegare
la rebusul
din nr.
50-51/2007

ZAPADA-STI-AN-DECAZUT-
NEA-REA-RE -AMENDA-ST-
IDEE-MAUR-UC-SLOI-RI-
SPUMAT-MATUSA-AGA-
ATAS-TUNEL-SANIE-ACRI

Ce e amorul?

Mihai Eminescu

Ce e amorul? E un lung
Prilej pentru durere,
Căci mii de lacrimi nu-i ajung
Și tot mai multe cere.

De-un semn în trecut de la ea
El sufletul ți-l leagă,
Încât să n-o mai poți uita
Viața ta întregă.

Dar încă de te-așteaptă-n prag
În umbră de unghere,
De se-ntâlnește drag cu drag
Cum inima ta cere:

Dispar și ceruri și pământ
Și pieptul tău se bate,
Și totu-atâră de-un cuvânt
Șoptit pe jumătate.

Te urmărește săptămâni
Un pas făcut alene,
O dulce strângere de mâini,
Un tremurat de gene.

Te urmăresc luminători
Ca soarele și luna,
Și peste zi de-atâtea ori
Și noaptea totdeauna.

Căci scris a fost ca viața ta
De doru-i să nu-ncapă,
Căci te-a cuprins asemenea
Lianelor din apă.

Dreptul la zâmbet



Grafică de Octavian COVACI

Pilule antistres

Stresul este "boala" acestui secol. Viteza cu care se desfășoară unele evenimente ne năucește. Imaginile șocante, zgomotele intense și traficul de zi cu zi ne obosesc. Pentru a înlănzii impactul ce-l au asupra noastră toți acești factori ce provoacă stresul, există soluții menite să ne ajute să ne facem viața mai frumoasă. Le-am numit pilule antistres:



Elena-Irina
SPILCĂ

La serviciu: ● Autosugestia este membrana spiritului optimist, astfel trebuie să spunem în sinea noastră: 1) „Eu sunt esența tuturor lucrurilor și mottoul meu este unul singur: Tot înainte!”; 2) „La serviciu merg de plăcere, iar munca mea este importantă pentru mine și pentru ceilalți”; 3) „Pot, vreau și știu să fac din piedici punți de ascensiune”; ● Aveți încredere în ideile dumneavoastră, încercați să le exprimați și să le puneți în practică; ● Fixați-vă doar obiective pe care sunteți sigur(ă) că le puteți atinge; ● Fiți activ oriunde ați fi. Inactivitatea provoacă plictiseală și frustrare; ● Evitați să-i criticați pe ceilalți. Este mult mai util să vă concentrați atenția la ceea ce trebuie să îndreptați la dumneavoastră; ● Fiți sinceri în aprecierile pe care le faceți și oferiți încredere celor din jur, astfel încât să se simtă în largul lor în prezența dumneavoastră; ● Luați în calcul tot ce este mai rău dar așteptați-vă la tot ce este mai bun.

În timpul liber: ● Bucurați-vă că existați și profitați de orice clipă care vă înseninează viața; ● Muzica este hrană pentru suflet. Ascultați-o și trăiți-o; ● Aveți grijă de sănătatea dumneavoastră așa cum v-ați îngriji de cel mai de preț lucru; ● Păstrați un echilibru în alimentația dumneavoastră și încercați să evitați să mâncați peste măsură; ● Odihniți-vă atât cât simțiți că aveți nevoie; ● Când sunteți supărat(ă), vorbiți cu cineva apropiat despre ceea ce vă frământă; ● Renunțați la ideea de a predica morală. Înclocuiți-o cu sfaturi juste; ● Fiți gata să-i acceptați pe cei din jur așa cum sunt și să luați de la ei doar ceea ce vă poate ajuta în viață.