

ChitilaAzi

Chitila Azi ISSN: 1482-1091

Str. Ion Olteanu, nr. 6 Tel. 021.436.3709. - 021.436.3711. Fax 021.436.3710. E-mail: primar@primariachitila.ro web: www.primariachitila.ro

Chitila face față cu brio caniculei



Dacă în multe localități din țară autoritățile locale se confruntă cu mari probleme din cauza lipsei de apă, orașul nostru se poate mândri cu o acoperire completă a necesarului de apă pentru toate zonele, în condițiile unui consum de apă mai mare față de alți ani.

[detalii în pagina 2](#)

Cartierul Regina Maria din Chitila

Cartierul CFR din Chitila și-a recăpătat denumirea de odinioară și se numește acum Regina Maria.

[detalii în pagina 3](#)



Pregătiri pentru asfaltare

În zona Deal și în Rudeni continuă lucrările la infrastructura rutieră

[detalii în pagina 2](#)



Zile de sărbătoare

La final de vară și început de toamnă, în Chitila va fi sărbătoare

[detalii în pagina 3](#)



Chitila face față cu brio caniculei

Dacă în multe localități din țară autoritățile locale se confruntă cu mari probleme din cauza lipsei de apă, orașul nostru se poate mândri cu o acoperire completă a necesarului de apă pentru toate zonele, în condițiile unui consum de apă mai mare față de alți ani.

Perioadele prelungite cu temperaturi de peste 30 grade Celsius au pus întreaga țară pe jar, la propriu, pentru că nevoia de consum a cetățenilor în ceea ce privește apa a crescut simțitor iar multe localități, care nu au infrastructura necesară pentru a putea acoperi acest necesar, s-au confruntat cu întreruperi mari în alimentarea cu apă. Pentru Chitila, primele luni de vară au fost cel mai bun indicator al utilității pentru parteneriatul realizat de Primăria Chitila cu Apa Nova. Colaborarea cu Apa Nova s-a dovedit a fi esențială pentru a putea oferi cantitatea de apă necesară la nivelul întregului oraș, fără această sursă suplimentară de apă,

Chitila neputând acoperi toate zonele din oraș. În luna iunie, consumul de apă în orașul nostru s-a ridicat la aproximativ 54.000m³, iar aproape 10% din acest necesar a fost asigurat de către Apa Nova. Pe lângă consumul care a crescut cu aproximativ 40% pe timpul verii față de lunile de iarnă-primăvară, au fost realizate noi branșamente la rețeaua de apă, astfel că cererea a crescut simțitor. În plus, vor urma noi branșări în zonele Cartier Regina Maria (fostul Cartier CFR), Cartier Tineret și Deal, ceea ce înseamnă că necesarul de apă va continua să crească, mai ales dacă temperaturile se vor menține ridicate. Pentru a evita un eventual blocaj, Serviciul de Apă și Canal Chitila îi sfătuiește pe chitilenii care locuiesc la curte să



nu mai folosească apa din rețeaua publică pentru udatul grădinii sau spălarea autoturismelor, având în vedere că este vorba de o apă provenită de la mare adâncime

(200m), care se extrage cu costuri mari. Pentru aceste activități, chitilenii sunt sfătuiți să folosească forajele proprii și hidrofoarele.

Pregătiri pentru asfaltare

În zona Deal și în Rudeni continuă lucrările la infrastructura rutieră, asfaltarea propriu-zisă urmând să înceapă în Cartierul Tineret, după 15 august.

În zona Deal se lucrează la ultimele pregătiri pentru etapa de turnare a asfaltului: sunt aduse la cotă căminele de canalizare menajeră și gaigărele pentru apele pluviale și se completează stratul de piatră spartă în vederea asfaltării din a doua decadă a lunii august. Atunci vor fi asfaltate toate străzile de pe partea dreaptă a Șos. Banatului:

- Islaz
- Alunului
- Vișinului
- Mușețelului
- Recoltei
- Afinului
- Cireșului
- Mărului
- Rondă
- Caisului
- Piersicului
- Prunului
- Gutuiului

-Poienii -Libertății

În Rudeni, se lucrează la amenajarea trotuarelor pe străzile Panduri și Traian și la turnarea balastrului pe toate străzile din localitate. În aproape întreaga localitate s-au finalizat lucrările la canalizarea menajeră și pluvială, ultimele zone fiind străzile Decebal și Dacia, pe aceasta din urmă fiind realizate racordurile la apă și canalizare doar pe o jumătate de stradă. Continuă astfel lucrările la infrastructura drumului, iar acolo unde va fi posibil, vor fi amenajate și piste pentru biciclete. Deasemenea, sunt în desfășurare licitațiile pentru asfaltarea străzilor Islaz și Oxigenului și se fac pregătiri pentru sistematizarea Intrării Banatului și a străzii Rozelor.



Cartierul Regina Maria din Chitila

Poate vă gândiți că este un cartier nou, dar de fapt este una dintre cele mai vechi zone din oraș: Cartierul CFR din Chitila și-a recăpătat denumirea de odinioară și se numește acum Regina Maria.

Sunt multe lucruri din istoria orașului nostru pe care majoritatea chitilenilor fie nu le știu, fie le-au uitat. Unul dintre ele este că zona Cartierului Regina Maria (fost CFR) este una dintre primele zone locuite din Chitila. Pe vremurile când orașul nostru era o localitate cu doar câteva zone locuite, undeva pe la începutul secolului XIX, iar în ceea ce astăzi reprezintă centrul orașului nu erau decât livezi sau plantații agricole, cartierul Regina Maria apărea ca un cartier nou, primele sale străzi fiind Mihai Eminescu, Vasile Pârvan, Vasile Alecsandri și Barbu Delavrancea. Biserica de aici a fost construită de-abia în anii '40, iar

după această perioadă, zona s-a dezvoltat și au apărut străzi noi. În 1925, acest cartier purta denumirea Regina Maria, în onoarea Reginei Maria. Nepoata Reginei Victoria a Marii Britanii, Regina Maria a fost soția Regelui Ferdinand, o personalitate iubită de poporul român și considerată nu doar foarte frumoasă, dar și foarte inteligentă, ea fiind sfetnicul Regelui Ferdinand. Denumirea unui cartier cu numele său a fost un elogiu pentru originea sa nobilă și pentru dragostea pe care a purtat-o românilor, iar documentele din perioada interbelică care atestau această denumire pentru cartierul din Chitila au stat la baza deciziei



Primăriei Chitila de a reda acestui cartier numele nobil de altădată. Cu avizul Comisiei Județene de Acordare a Denumirilor și pe baza unei Hotărâri de Consiliu Local, Cartierul Regina Maria și-a recăpătat denumirea, spre mândria locuitorilor săi. Fostul Cartier CFR

este de acum, nu doar un cartier complet modernizat, cu o infrastructură la nivel european, dar și o locație aparte, cu un nume istoric, având toate ingredientele pentru a redeveni cartierul select din perioada interbelică.

Zile de sărbătoare

La final de vară și început de toamnă, în Chitila va fi sărbătoare: Chitila Film Fest și Zilele Orașului ne vor ține ocupați de pe 31 august până pe 2 septembrie.

Anul acesta Chitila va fi din nou pe harta evenimentelor culturale cu a doua ediție a festivalului de film Chitila Film Fest, care va începe pe 31 august și va aduna în jurul stejarilor de lângă lac toți pasionații de film și de distracție în aer liber. Va fi o ediție cu totul specială, cu un ecran gonflabil gigant montat chiar pe lac și o scenă pe care vor evolua artiști și formații de jazz, astfel că festivalul va fi o experiență culturală completă. După cele două zile de proiecții de film, pe 2 septembrie, Chitila va petrece alături de Connect-R și Mihai Mărgineanu, dar și de alți invitați surpriză. Cei doi oaspeți de onoare vor aduce atmosfera de sărbătoare în orașul nostru, fiind printre cei mai îndrăgiți artiști din România. Connect-R a cucerit deja chitilenii la concertul de anul trecut, iar sutele de fani pe care îi are aici vor cânta alături de el cele mai cunoscute hit-uri ale artistului.

toată Chitila va striga „Eu vara nu dorm” și cel în care Mihai Mărgineanu ne va explica de ce „Îl iubește femeile”, chitilenii se vor distra și se vor bucura de surprizele pregătite de Primăria Chitila.



Un sprijin pentru natură

În zilele de caniculă extremă, când în centrul Bucureștiului se resimțeau 50 de grade Celsius, în Chitila încă se putea respira, iar diferența în temperatura resimțită era de aproape 10 grade. Desigur, faptul că nu avem clădirile înalte ale Bucureștiului contează, însă pentru o bună parte din confortul termic trebuie să mulțumim naturii. Cadrul verde natural al orașului, dar și sutele de copaci și zonele verzi amenajate în ultimii ani sunt responsabilii pentru aerul curat pe care îl respirăm în Chitila. Mai ales că, recent, au fost plantați trandafiri pe strada Păcii, pe tronsonul dintre Șos. Banatului și Gară,

strada Rudeni.

În acest context, Primăria Chitila face un apel către toți locuitorii orașului și în special către cei care locuiesc la case să ude plantele din apropierea locuințelor în zilele călduroase, când necesarul lor de apă crește, la fel ca și al nostru. Primăria se ocupă de întreținerea și udarea periodică a plantelor, însă în perioadele caniculare, natura are nevoie și de sprijinul cetățenilor. Copacii și plantele ne vor răsplăti gestul răcorind atmosfera, purificând aerul și oferindu-ne un loc umbrat, ferit de razele puternice ale soarelui.



Start pentru extinderea Parcului Dendrologic

Etapa a III-a de amenajare a Parcului Dendrologic a început.

Etapa a III-a de amenajare a Parcului Dendrologic a început cu lucrările echipei Mondo Holding Concept, cea care a câștigat licitația pentru finalizarea Parcului Dendrologic. Această a treia etapă presupune extinderea zonei amenajate cu spații întinse de vegetație, locuri de joacă și fitness și alei de promenadă. Cei doi stâlpi de electricitate din zonă au întârziat demararea lucrărilor, însă acum a început deja amenajarea propriu-zisă și se estimează ca până în toamnă parcul să fie realizat complet. Chitilenii vor beneficia aici de încă 45

de bănci, un loc de joacă special amenajat pentru copiii cu vârste mai mici de 7 ani, dar și de o zonă de fitness în aer liber, cu aparate speciale, pentru ca sportul și mișcarea să fie la îndemâna tuturor. În plus, vor fi amplasați 35 de stâlpi de iluminat, coșuri de gunoi și un sistem de irigații. Așadar, preconizăm că locuitorii din Chitila își vor petrece toamna în mijlocul naturii, lângă lac, în acest spațiu verde extins, bucurându-se de o paletă largă de zone amenajate modern, care invită la relaxare, mișcare și joacă.



Parcul din Cartier este în renovare

Începutul verii a însemnat și demararea lucrărilor de reamenajare a parcului din Cartierul Regina Maria.

Începutul verii a însemnat și demararea lucrărilor de reamenajare a parcului din Cartierul Regina Maria. S-a finalizat deja înlocuirea stâlpilor pentru iluminatul public, a fost realizat sistemul de irigații pentru vegetația din parc, aleile au fost modernizate și s-au montat bănci noi. Deasemnea, au fost montate coșuri de gunoi speciale, care promovează reciclarea selectivă- cu câte trei brațe, fiecare destinat deșeurilor din hârtie, plastic sau sticlă. Deși mai sunt lucrări de făcut, parcul

deja și-a schimbat aspectul, în ton cu întregul cartier Regina Maria, devenind un spațiu mai verde, mai modern și mai primitor. În perioada următoare, vor începe lucrările pentru înlocuirea gardului de împrejmuire a parcului, realizarea racordului electric, precum și montarea unui sistem de supraveghere video care va crește gradul de siguranță pe tot perimetrul parcului și va preveni actele de vandalism.



Școala Nr. 1 în șantier

După încheierea anului școlar, la Școala Nr. 1 Prof. Ion Vișoiu din Chitila au început lucrările de modernizare.

După încheierea anului școlar, la Școala Nr. 1 Prof. Ion Vișoiu din Chitila au început lucrările de modernizare. Se lucrează la faza continuă la refacerea acoperișului și la renovarea corpului vechi al clădirii. Lucrările de modernizare a corpului vechi al școlii au debutat cu refacerea și înălțarea acoperișului. Cel existent se afla într-o stare avansată de degradare, iar el va fi înlocuit cu un acoperiș cu structură de lemn și învelitoare din țigă metalică, prevăzut cu ferestre speciale pentru ventilarea podului și hidroizolații anticondens. În același timp, se lucrează la instalațiile termice și

electrice și vor urma lucrările pentru introducerea sistemului de încălzire centrală în zona dinspre strada Păcii a clădirii, precum și renovarea a opt săli de clasă, prin înlocuirea pardoselii, a lambriului și a ușilor, iar acolo unde este cazul, prin demolarea sobelor. La acestea se adaugă proiectul de reabilitare termică a clădirii, ceea ce presupune izolarea termică și renovarea exteriorului școlii, fațada urmând să fie armonizată cu corpul nou al școlii. În plus, la Școala Nr. 1 se vor amenaja și cele două săli destinate exclusiv clasei pregătitoare, iar la Școala Ion Olteanu și Școala din Cartierul Regina Maria vor fi amenajate câte o astfel

de sală specială. Întregul proiect de modernizare a Școlii reprezintă o investiție din bugetul local, doar lucrările pentru acoperiș ridicându-se la 230.000 lei. Se estimează că

lucrările vor fi finalizate până pe 10 septembrie, pentru ca noul an școlar să înceapă într-o școală complet modernizată.



Stațiile RATB vor fi modernizate

Toate stațiile RATB din orașul Chitila sunt în curs de reamenajare. Primăria Chitila a început în această lună proiectul de reabilitare a acestor locații, prin schimbarea băncilor și modernizarea pavilioanelor, precum și a spațiilor ce vor fi destinate afișajului public. Pe lângă confortul sporit pentru perioadele de așteptare a

mijloacelor de transport în comun, proiectul are ca rezultat și o imagine îmbunătățită a stațiilor, dar și un grad mai mare de siguranță pentru chitileni care se datorează faptului că după finalizarea lucrărilor, în fiecare stație vor fi montate camere de supraveghere video. Astfel se vor putea preveni incidentele din aceste zone și vor putea fi sancționați cei care vandalizează amenajările realizate.



Vara nu înseamnă vacanță pentru lege

Sezonul estival este plin de evenimente și petreceri private, însă Poliția Locală avertizează că nu există excepții de la reglementările legale, indiferent de gradele din atmosferă sau de natura evenimentului.

Fiind sezonul nunților și al altor petreceri private, Poliția Locală s-a confruntat cu numeroase solicitări din partea organizatorilor acestor evenimente, care au dorit să informeze asupra petrecerilor în aer liber. De fiecare dată, Poliția Locală a răspuns acestor solicitări informându-i pe cetățeni în legătură cu prevederile legale privind tulburarea liniștii publice și a faptului că nu pot fi făcute derogări de la respectarea legilor în vigoare. Legea nr. 61/1991 republicată, privind Normele de conviețuire socială, reglementează aceste

acțiuni, în cadrul Art. 3, punctul 27: „Organizarea de petreceri cu caracter privat și utilizarea de aparatură muzicală la intensitate de natură să tulbure liniștea locuitorilor, în corturi, alte amenajări sau în spațiu neacoperit, situate în perimetrul apropiat imobilelor cu destinația de locuințe sau cu caracter social în mediul urban” se sancționează cu amendă până la 1.500 lei. Aceste reglementări sunt obligatorii pentru toți cetățenii. **Informările cu privire la organizarea acestor evenimente nu-i exonerează de răspundere în**

fața legii pe cei care o încalcă în mod deliberat, în detrimentul liniștii colocatarilor sau a vecinilor. Poliția Locală fiind sesizată cu privire la tulburarea liniștii publice, a aplicat sancțiuni în mod repetat până la restabilirea ordinii publice, conform actului normativ în vigoare.

Tot în conținutul Legii nr. 61/1991 republicată este prevăzută și contravenția potrivit căreia se interzice persoanelor fizice tulburarea liniștii publice, prin producerea de zgomote cu orice aparat sau obiect, ori prin strigăte sau larmă. Pot fi sancționați inclusiv

proprietarii de restaurante și baruri amplasate în apropierea locuințelor, dacă nu respectă liniștea publică a locatarilor.

Poliția Locală Chitila face un apel către toți locuitorii orașului să semnaleze incidentele de tulburare a liniștii publice, la numărul de telefon: **021-436.31.61.**



Campanie pentru un comportament civilizată

Primăria Chitila, în parteneriat cu Poliția Locală, a demarat o campanie de informare a cetățenilor privind consumul de semințe în public, această acțiune fiind interzisă, pentru început, în parcul Casei de Cultură.

Primăria Chitila, în parteneriat cu Poliția Locală, a demarat o campanie de informare a cetățenilor pentru un oraș mai curat pentru toți cei care locuiesc sau lucrează în Chitila, cu referire la consumul de semințe și aruncarea la întâmplare a deșeurilor menajare în spațiul public. Obiectivul campaniei este încurajarea unui comportament civilizată, curățenia orașului fiind o acțiune care ne vizează și la care ar trebui să participăm cu toții. Este un prim pas pe care Primăria îl face în această direcție, obiectivul acestei campanii fiind un oraș mai curat și încurajarea unui comportament civilizată. Consumul de semințe în spațiul public este o activitate care nu aduce beneficii

nici celui care o practică, nici mediului înconjurător, iar această acțiune este considerată o încălcare a normelor pentru păstrarea ordinii și curățeniei publice, precum și a protecției mediului înconjurător. Prin Hotărârea Consiliului Local Chitila nr. 83/2010, consumul de semințe pe domeniul public reprezintă o contravenție, amenda ajungând la 1.000 lei. Pentru început, va fi monitorizată zona parcului Casei de Cultură, iar proiectul se va extinde și în alte zone din oraș. Poliția Locală va sancționa persoanele care nu respectă această prevedere, aplicând amenzi contravenționale. De altfel, echipajele Poliției Locale Chitila au intensificat deja supravegherea

parcurilor și a zonelor în care au fost semnalate periodic încălcări ale legii, vizații fiind cei care au consumat alcool sau semințe în spațiul public. Le reamintim pe

această cale celor care nu își achită amenzile la timp, faptul că ei pot fi executați silit în cazul neplății, riscând astfel bunurile pe care le dețin.



RATB crește din nou costurile

După luna trecută, în care anunțam modificările făcute de RATB în privința costurilor și a calculării prețului pe kilometru pentru fiecare traseu, RATB crește din nou costurile, împiedicând astfel creșterea numărului de autobuze pe linia 422.

RATB a modificat recent atât prețul pe kilometru, cât și modul de calcul al costurilor totale pentru funcționarea liniilor, contorizând în prezent nu kilometrii parcurși efectiv, ci kilometrii echivalenți, în care sunt incluse și costurile pentru timpii de staționare. Pentru Chitila, acest lucru a însemnat scăderea șanselor pentru suplimentarea numărului de autobuze pentru traseul 422, de la 4 la 5 mașini, având în vedere faptul că acest demers ar fi costat mai mult decât permiteau fondurile proprii la acel moment. Ei bine, luna aceasta, RATB a crescut din nou prețul pe kilometru, de la 5,7 la 7,2 lei, iar

costurile pentru ca Primăria Chitila să susțină funcționarea liniei 422 au crescut cu aproximativ 40%. În acest context, este mult mai dificilă suplimentarea numărului de autobuze, efortul financiar fiind deja extrem de mare. Prin urmare, orarul RATB rămâne neschimbat, iar chitilenii care folosesc acest mijloc de transport în comun sunt rugați să utilizeze la fiecare călătorie cardurile și biletele RATB pentru ca această linie să poată funcționa în continuare. De altfel, Poliția Locală Chitila a efectuat controale în autobuzele 422, aplicând sancțiuni celor care nu aveau documentele valide pentru călătoria cu autobuzul.



Sfaturi pentru ochi sănătoși

Grija pentru sănătatea ochilor este importantă în orice perioadă a anului, însă vara vine cu provocări speciale, iar protecția ochilor devine o preocupare principală. Despre îngrijirea ochilor și serviciile de care putem beneficia chiar în orașul nostru, am stat de vorbă cu Cristina Negru, inginer optometrist la cabinet de optică medicală PrimOptik din Chitila.



Cum ați început activitatea în Chitila în domeniul serviciilor de optică medicală?

C.N.: Din 2008 oferim chitilenilor servicii de optică medicală, în locația din str. Păcii nr.1. Am început această activitate din dorința de a-i ajuta pe oameni și de a le aduce cât mai aproape de casă aceste servicii atât de importante pentru sănătate. Îmi doresc foarte mult ca în orașul nostru să se dezvolte mai mult serviciile medicale pentru ca oamenii să nu mai fie nevoiți să meargă în București pentru a avea grijă de sănătatea lor. Din aceste

motive am și organizat, alături de Primăria Chitila, o campanie de consultații gratuite la Casa de Cultură Tudor Arghezi și sper să mai organizăm și în viitor.

Care este cel mai important gest pe care trebuie să-l facem pentru sănătatea ochilor pe timp de vară?

C.N.: Este esențială folosirea ochelarilor de soare, de către toți oamenii, indiferent de vârstă, de problemele de vedere sau de culoarea ochilor. Din păcate noi nu avem cultura utilizării ochelarilor de soare, însă ei sunt cel mai bun aliat în lupta cu efectele periculoase ale razelor solare. Ochelarii de soare de calitate ne protejează ochii și ne ajută să ne menținem vederea sănătoasă, iar ei sunt destinați tuturor persoanelor, dar sunt obligatorii pentru copii. Cei mici sunt cei mai expuși razelor ultraviolete, cristalinelor neavând capacitatea de a filtra în totalitate razele UV înaintea vârstei de 10-12 ani. Prin urmare este foarte important ca ei să poarte ochelari de soare atunci când merg la plimbare, la joacă sau în vacanțe, la mare sau la munte. Fără ochelari de soare, copii pot

dezvolta în timp diverse afecțiuni ale ochiului, inclusiv cataractă. O atenție sporită trebuie să manifeste și persoanele în vârstă, în special cei diagnosticați cu degenerescență oculară sau cataractă, dar și persoanele cu părul și ochii în culori deschise.

Cum alegem ochelarii de soare potriviți?

C.N.: În primul rând, trebuie știut faptul că ochelarii de soare de proastă calitate mai degrabă atrag razele solare decât să protejeze ochii. Cel mai indicat este să achiziționăm ochelari de soare din cabinetele de optică medicală, unde putem avea îndrumarea și recomandările unui specialist. Lentilele tratate anti-reflex și cele polarizante reprezintă o bună protecție pentru ochi. În plus, există variante de ochelari de soare cu dioptrii sau lentile heliomate pentru cei care trebuie să poarte ochelari în permanență. Există lentile speciale pentru condus, pentru pescuit sau pentru sport, care sunt adaptate nivelului de expunere la soare. Dacă nu optează pentru ochelari de soare, le recomand celor care poartă ochelari

măcar să își coloreze lentilele pentru a nu se mai expune total razelor solare. Dacă nu sunt achiziționați dintr-un magazin de optică, ochelarii de soare trebuie să respecte măcar aceste condiții: să fie însoțiți de certificat de calitate, să aibă marcajul CE, precum și marcajul privind gradul de protecție UV: între 100 și 400. Și mai presus de toate, ochelarii trebuie să fie confortabili pentru cel care îi poartă.

Ce alte recomandări aveți pentru a ne menține sănătatea ochilor?

C.N.: Pe timpul verii, este important să ne protejăm ochii și de apa de mare sau de cea din piscine sau ștranduri, folosind ochelarii de înot, în special în cazul copiilor care adesea dezvoltă conjunctivite după contactul cu apa. Dacă simțim un disconfort la nivelul ochilor după o baie în mare sau în piscină, e indicată folosirea lacrimilor artificiale, iar dacă avem ochii înroșiți, senzații de arsură, de nisip sub pleoape, dureri sau prurit, trebuie să știm că acestea sunt simptomele conjunctivitei și este necesar un control oftalmologic. Deasemenea, în cadrul activităților care

necesită efort vizual prelungit, cum ar fi statul la calculator, este recomandată o pauză la fiecare 30 de minute, în care să ne relaxăm ochii privind în zare. În acest sens, eu recomand lentilele reflex, cu sau fără dioptrii, care protejează foarte bine ochii atât față de efectele calculatorului, cât și de razele soarelui. Important de știut este și faptul că la copiii foarte mici transmiterea razelor UV către retină este totală, deci ei trebuie protejați de soare, iar prima vizită la oftalmolog sau optometrist a unui bebeluș trebuie făcută la vârsta de 6 luni, urmată de cea de la 3 ani, dacă prima vizită nu a semnalat probleme.

Care sunt serviciile de care chitilenii pot beneficia la PrimOptik?

C.N.: La PrimOptik oferim toate serviciile de optometrie, iar o dată pe săptămână un medic este aici pentru a se ocupa de cazurile mai speciale, cum ar fi cataracta. Oferim servicii de alegere a tipurilor de lentile potrivite, consiliere în alegerea ramelor, a lentilelor de contact – cu dioptrii sau colorate, precum și de execuție a ochelarilor, într-un timp cât mai scurt, de la ochelarii cu lentile de sticlă sau plastic, la cele anti-reflex, heliomate, sau progresivi. Avem o gamă largă de ochelari de soare și oferim servicii de tratare anti-reflex a lentilelor

sau de colorare a lor- fie pentru un efect de protecție anti UV, fie pentru personalizarea estetică a ochelarilor. Colaborăm cu producători de prestigiu și asigurăm comenzi rapide, cu un timp minim de așteptare și prețuri adaptate

zonei noastre. Oferim deasemenea consultanță ulterioară achiziționării ochelarilor, avem reduceri pentru pensionari și promoții speciale în fiecare lună, pe care le veți putea găsi pe site-ul nostru: www.primoptik.ro.



- Plasa sudata si fier beton
- Caramida si BCA
- Cherestea si rigle
- Ciment, var si multibat
- Sarma si cuie
- Gips carton si accesorii
- Polistiren termoizolatie si accesorii
- Teava patrata si rectangulara
- Teava constructii, neagra sudata
- Teava instalatii, neagra trasa
- Profile structura INP si UNP
- Cornier si platband
- Tabla acoperis
- Tabla cutata, lisa, striata
- Tabla neagra, aluminiu, zincata si inox
- Unelte agricole, scule si aparate electrice

Ofertă Specială!

Gips carton (Rigips) grosime 9,5 5lei/mp

BCA Ytong la doar 220 lei/mc sau 3,66 lei/buc

Gips carton (Rigips) grosime 12,5 6,3 lei/mp

Ciment 40kg 18 lei/sac

Fier beton 3-3.3 lei/kg

Pentru ca sunteti importanti pentru noi, compania Marola ofera clientilor din Chitila transportul 100% gratuit!

comenzi@marola.ro
office@materialeconstruct.ro

Depozit
0752 126 963
0760 193 345

Showroom
0752 126 960
021 361 61 13

Vreau Sa Ma Tund

Salonul Georgya Style este situat pe strada Victoriei, Nr 74 (langa scoala Nr 1), oras Chitila va ofera in raport calitate-pret cele mai bune servicii in materie de:

Frizerie, Coafor, Manichiura-Pedichiura si Cosmetica.

Va asteptam cu drag. Nu veti regreta. Promotie!!!

(Coafor sau Frizerie) PAR SCURT TUNS+SPALAT=20 Lei

Piața Chitila

Cel mai bun loc pentru achiziționarea fructelor și legumelor proaspete

Pepenele galben

Unul dintre fructele preferate ale verii, pepenele galben nu este doar un delicios desert, ci și un aliat pentru menținerea sănătății organismului, fiind un adevărat cocktail natural de vitamine și elemente nutritive. Fructul are un conținut ridicat de vitamina A, motiv pentru care este recomandat și în alimentația bebelușilor și a copiilor în general. Pepenele galben este recunoscut ca un ajutor în dezvoltarea sănătoasă a văzului și auzului și îmbie din farfurie cu un conținut bogat în vitaminele A, C, E, B3, B5, B6 și B9, precum și glucide, lipide, fibre, magneziu și calciu, fiind totodată sărac în calorii.

Beneficii ale consumului de pepene

galben:

- conține doar 40 de calorii/100gr., ceea ce îl transformă într-un aliment ideal în timpul dietelor pentru slăbire.

- ajută vederea – o felie de pepene galben asigurând cantitatea necesară de vitamina A, substanța responsabilă pentru întărirea vederii.

- ajută în lupta cu diabetul - chiar dacă este dulce, pepenele galben are componente benefice ca potasiu, calciu și vitamine, necesare în menținerea echilibrului metabolic al diabeticilor

- previne îmbolnăvirea de cancer fiindcă este bogat în antioxidanți - studiile au arătat că oamenii care consumă produse bogate în



antioxidanți au un risc mai scăzut de a se îmbolnăvi de cancer

- sprijină sistemul imunitar, ajută corpul să lupte împotriva infecțiilor, datorită acidului folic pe care îl conține

- este și un bun detoxifiant și poate fi

folosit cu succes ca supliment alimentar pentru tratarea anemiei și a tulburărilor de alimentație precum anorexia.

Puteți găsi pepene galben la Piața Chitila, alături de alte fructe și legume proaspete, esențiale pentru o alimentație zilnică sănătoasă.

Media10 afterschool

PROGRAM DE VARĂ 2012

08.00 – 08.30	Primirea copiilor, timp pentru schimbat și pregătirea mesei
08.30 – 09.00	Micul dejun
09.00 – 10.20	Activități didactice prin joc și lucru manual
10.20 – 10.30	Pauză de fructe
10.30 – 11.30	Limba engleză intensiv
	Activități extracurriculare
11.30 – 12.30	(dans /pictură/ întâlnirea cu psihologul/șah/ sport)
	luni marți miercuri joi vineri
12.30 – 13.30	Masa de prânz
13.30 – 15.00	Activități recreative în curte/parc/muzeu/altele
15.00 – 16.00	Ora de lectură
16.00 – 16.30	Gustarea de după-amiază
16.30 – 18.00	Activități recreative și preluarea de către părinți a copiilor

Programul de vară va include vizite la muzee, grădina zoologică, grădina botanică, în parcuri și altele.

Părinții pot alege:

- Programul scurt: 08.00 – 12.30
- Programul prelungit: 08.00 – 18.00

Media 10 AfterSchool
Str. Trandafirilor nr.1, Chitila
Telefon: 0736.570.448
www.media10chitila.ro

**Pentru o masă
delicioasă
vă așteptăm la**

**Casa
Vânătoarească**

Restaurant

www.casavanatoreasca.ro
+40 021 380 70 85