

FEROVIARII MOLDOVEI



nr.12 (6004) 15 octombrie 2020

Ziarul apare
din 1 mai 1941

www.cfm.md; www.railway.md



www.facebook.com/Calea-Ferata-din-Moldova

■ CFM — ÎN VIZORUL CONDUCĂTORULUI STATULUI

Președintele RM Igor DODON a vizitat nodul feroviar Bălți



Imagine: PRESEDINTE.MD

Emotionantă și responsabilă pentru colectivul remizei vagoane Bălți a fost ziua în care Președintele Republicii Moldova Igor DODON a vizitat subdiviziunea. La data de 24 septembrie 2020 șeful statului s-a întâlnit cu administrația și muncitorii remizei vagoane nr.3. Igor Dodon a fost însoțit de Adrian ONCEANU, director general interimar al IS "Calea Ferată din Moldova". Președintele RM a vizitat pentru prima oară remiza, care astăzi este de fapt o adevărată uzină de reparație a vagoanelor. Halele imense adăpostesc un număr mare de tehnică feroviară, care impresionează prin dimensiuni, iar angajații ocupați la reparația și îngrijirea acesteia merită admirație pentru măiestria și devotamentul lor profesiei de feroviar.

Șeful nodului feroviar și al remizei vagoane Bălți Vitalie VETRENIUC a reiterat cu sinceră satisfacție Președintelui RM Igor DODON despre preocupările colectivului filialei, despre obiectivele acestuia reiesind din strategia comună de dezvoltare, trasată de către administrația CFM.

Oaspetele a fost informat de asemenea despre activitatea de ansamblu a acestei subdiviziuni feroviare din nordul Magistralei Moldovenești.

La ora actuală nodul feroviar Bălți are în componența sa opt filiale. Toate au o importanță strategică pentru CFM. La depoul de locomotive de aici este organizat procesul tehnologic de îngrijire tehnică a locomotivelor. Colectivul remizei vagoane asigură starea bună a vagoanelor de marfă și îngrijirea vagoanelor de pasageri în procesul exploatarei, execută cu succes reparația capitală și de remiză a

vagoanelor de marfă, reparația containerelor de mare tonaj, reparația capitală cu prelungirea duratei de exploatare, testarea completă a osiilor montate. În subordinea stației Bălți-Slobozia se află 12 stații liniare de pe tronsonul de nord al magistralei. Colectivele lor încearcă să găsească noi volume de muncă, promovează o politică competentă de atragere a noi agenți economici, care ar dori să-și transporte mărfurile pe calea ferată.

Cel mai important indicator al activității remizei vagoane nr.3 este lansarea ritmică după reparație a vagoanelor. Ceea ce asigură îndeplinirea lui este organizarea corectă a proceselor de producție și aplicarea metodelor avansate de muncă. Or, important e nu doar de a oferi o a doua viață vagoanelor, ci și calitatea lucrărilor. Doar de ea depinde în mod direct securitatea circulației trenurilor. Anume astfel se străduie să muncească colectivul remizei vagoane.

Șeful statului a vizitat halele de producție ale remizei, a discutat cu colectivul, a răspuns la întrebări. Feroviarilor au dorit să afle de la conducătorul țării răspunsuri la problemele ce-i frământă: despre strategia dezvoltării întreprinderii de Stat "Calea Ferată din Moldova", despre viitoarea modernizare și reorganizare a domeniului feroviar, despre salariile mici. Igor Dodon a discutat cu cadrele de conducere și angajații nodului feroviar, a promis să le ajute pe măsura posibilităților la soluționarea problemelor existente. Dumnealui a specificat totodată, că magistrala de fier a Moldovei este un domeniu strategic, unde statul trebuie să investească și o va face.

Remiza vagoane Bălți are o istorie mare și bogată, scrisă prin muncă plină de abnegație pe parcursul a 92 de ani de mii de angajați și în anii '30 ai secolului trecut, ani de avânt industrial, și în perioada de răsturne a Marii război pentru apărarea Patriei,

și în timpul penuriei postbelice, apoi și mai târziu, în anii '70-80 de prosperare, în teribilii ani '90. Or, și în prezent: în condiții economice absolut inedite pentru Republica Moldova independentă. La momentul actual remiza are 304 angajați, activitatea de muncă a cărora permite asigurarea funcționării continue a materialului rulant. Din momentul creării sale în anul 1928 remiza vagoane a parcurs calea de la un simplu sector de producere până la întreprindere modernă, dezvoltată în aspect tehnologic, care reușește să îndeplinească orice sarcini de producție.

În plus, vagonarii bălteni efectuează reparația curentă și de remiză a vagoanelor de marfă din proprietatea întreprinderilor industriale, reparația boghiurilor vagoanelor de marfă pentru STV Ungheeni, reparația și strunjirea osiilor montate pentru remiza vagoane Chișinău, depoul de locomo-

Continuare în pag.2 ▶

Sindicatul
feroviarilor din
Moldova marchează

115 ani

FEDERAȚIA SINDICALĂ
A FEROVIARILOR DIN MOLDOVA

JUBILEU IMPORTANT



**Stimați feroviarilor,
dragii veterani!**

Din numele Federației Sindicale a Feroviarilor din Moldova și al meu personal vă transmit cordiale felicitări cu ocazia JUBILEULUI sindicatului de profil. Cel mai vârstnic sindicat din Moldova, care la data de 17 octombrie 2020 marchează jubileul de 115 ani, este la ora actuală și cel mai numeros din republică.

Istoria sa glorioasă pornește să-și numere filele la începutul secolului XX, când la calea ferată a ținutului nostru s-au format numeroase cercuri de muncitori, al căror obiectiv era organizarea luptei muncitorilor și funcționarilor pentru drepturi economice și interesele lor de muncă. Anume ele au pus mai târziu începutul mișcării de unire într-un sindicat.

Cuvinte de profundă recunoștință merită veteranii mișcării sindicaliste, care au pus bazele tradițiilor sindicatului nostru. Aportul lor este inestimabil și memoria lor o păstrează cu sfințenie actuala generație de feroviarilor.

Le mulțumesc tuturor activiștilor mișcării sindicaliste, care își consacră forțele, cunoștințele și experiența protejării intereselor angajaților și veteranilor CFM, îmbunătățirii reale a nivelului de viață al feroviarilor. Munca dumneavoastră, implicarea activă în viața magistralei sunt foarte importante pentru dezvoltarea în continuare a domeniului feroviar din Moldova.

Vă doresc noi succese, bunăstare și multă sănătate!

Ion ZAPOROJAN,
președinte al Federației
Sindicale a Feroviarilor
din Moldova



► **Continuare din pag. 1**

tive nr.4 Bălți, revizia tehnică Bălți, revizia tehnică Berești, revizia comercial-tehnică Ocnița, reparația și confecționarea detaliilor pentru revizia tehnică Bălți, revizia comercial-tehnică Ocnița, precum și desmembrarea vagoanelor de marfă casate. Deservirea vagoanelor de marfă și călători are loc la reviziile tehnice Bălți și Berești, revizia comercial-tehnică Ocnița, STV Mateuți. La postul transbordare a vagoanelor Ungheni se desfășoară transbordarea vagoanelor de marfă și pasageri. Lucrările de reparație capitală și de remiză a vagoanelor de marfă sunt executate în secțiile asamblare a vagoanelor, roți-rolă, auxiliară și de menaj.

La remiză se acordă multă atenție sporirii măiestriei profesionale a specialiștilor angajați la cele mai importante sectoare de producție. Conform unei dispoziții a administrației CFM, în scopul efectuării testărilor pentru dreptul la demontarea, certificarea și defectoscopia osiilor montate, a testărilor la întinderea și controlul indestructibil al detaliilor vagoanelor, în septembrie a.c. a fost creată o comisie condusă de Victor GUTOVSKI, șef al serviciului vagoane al CFM, profesionist de categorie superioară, decorat cu cea mai înaltă distincție feroviară medalia "Meritul Feroviar"; Pavel ADAM, revizor din cadrul serviciului de siguranță a circulației și lichidare avarie al CFM; Alexei SIRBU, șef-adjunct al serviciului vagoane al CFM.

La finele lunii septembrie comisia a organizat la STV Ungheni și remiza vagoane nr.3 testările respective pentru muncitorii remizei vagoane Bălți. Membrii ei au apreciat buna pregătire a specialiștilor, care execută asemenea lucrări responsabile. Au înregistrat rezultate bune la examen în special N.Mihalenco, șef al STV Bălți; S.Gherman, maistru în secția roți-rolă; V.Milov, revizor superior de vagoane; revizorii superiori de vagoane M.Ponomari și V.Caltăs, defectoscoپیști A.Bilan și E.Coroliuc.

Perioada actuală nu este una ușoară pentru colectivul remizei vagoane Bălți. Starea excepțională instituită din cauza pandemiei de COVID-19 a avut un impact negativ asupra ritmului de muncă al filialei. Dar vagonarii nu cedează în fața greutăților, continuă să-și facă bine meseria și cred în viitorul prosper al Magistralei Moldovenesti. Ei știu să muncească cu abnegație, dar și să depășească greutățile cu demnitatea caracteristică reprezentanților domeniului feroviar. Președintele Republicii Moldova Igor Dodon a avut posibilitatea să se convingă de acest adevăr în timpul vizitei de lucru la nodul feroviar Bălți.

* * *

Pe teritoriul remizei vagoane nr.3 se află un monument-vagon, produs în anul 1900. Amenajat cu dragoste și respect, vechiul vagon are o valoare istorică unică. El a fost fabricat la șantierul de construcții navale din Nicolaev. Anume în anul 1900 întreprinderea a primit comanda de producere a vagoanelor și a construit doar trei exemplare. Ceea ce face exclusiv vagonul de la Bălți este, că el ar putea fi primul din cele trei. Admirându-l, vagonarii trăiesc un sentiment de mândrie pentru profesia lor, pentru domeniul, în care activează.

Irina KRAEVSKAIA



Aurica Bilan, defectoscopist la sectorul roți-rolă, susține examenul în fața membrilor comisiei



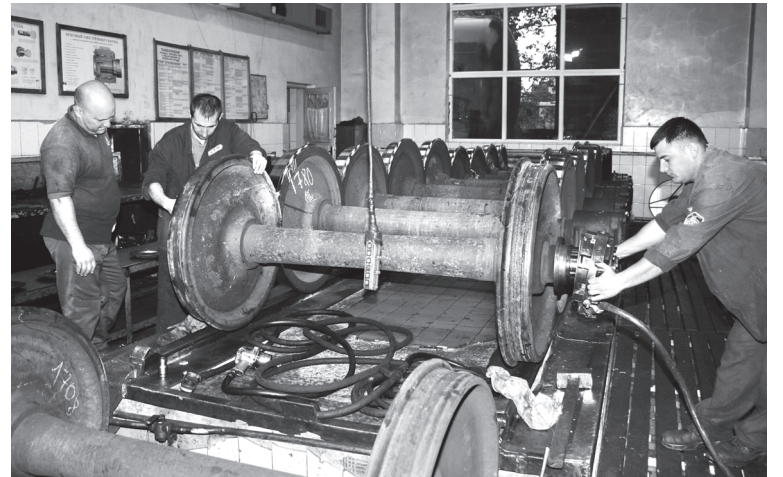
Lăcătușii de categoria a V-a I.Glavan și V.Coșevlev muncesc la sectorul auxiliar al remizei vagoane



Specialiștii reviziei tehnice a vagoanelor de la stația Bălți



Echipa de lăcătuși ai sectorului roți-rolă, maistru Serghei Gherman



O secvență din activitatea de muncă — maistru Serghei Gherman, lăcătușii de categoria a V-a A.Scobici și N.Țurcan



Un grup de lăcătuși ai sectorului asamblare a vagoanelor

Imagini: Iurii KOZLOV



■ PE AGENDA ZILEI — PREGĂTIREA PENTRU IARNĂ

Specialiștii secției linii nr.2 garantează securitatea circulației în condițiile climatice complicate

Secția linii Bender este o filială mare și complexă. Angajații ei sunt profesioniști calificați, care sub conducerea feroviarului cu experiență Valeriu LOMOV au grijă permanent de întreținerea și exploatarea gospodăriei linii. Aceasta constituie 169,698 kilometri de linii principale și 85,4 kilometri linii de stație, 193 macazuri și 31 pasaje de nivel, 90 țevi și 93 poduri feroviare, îngrijite calitativ și conștiincios de către specialiștii secției linii nr.2.

Picherii execută permanent și lucrări de îngrijire curentă a liniilor, construcțiilor ingineresti și terasamentului, precum schimbarea barelor de macaz, a traverselor, tăierea tufarilor în preajma liniilor pentru a asigura o vizibilitate mai bună, îndreptarea și riparea liniei, înlăturarea tasărilor, înlocuirea prinderilor și curățarea de vegetație a jgheburilor din beton, a canalelor de scurgere, chiuvelor, albiilor podurilor și interiorului țevilor, evacuarea nămolului.

De rând cu lucrările enumerate mai sus, specialiștii secției linii nr.2 desfășoară activ, ca de obicei anual, pregătirile pentru funcționarea bună a gospodăriei în perioada de toamnă-iarnă 2020-2021. Astfel, sunt bine organizate și au loc în mod regulat și eficient instruirile tehnice ale maștrilor-picheri, brigadierilor, defectoscopiștilor și altor categorii de angajați.

La fel de serioasă este instruirea novicilor, de care sunt responsabili brigadierii. Toate subdiviziunile filialei funcționează ritmic și organizat, interacționează reciproc, îndeplinind sarcinile trasate de administrația secției.

Specialiștii sectorului con-

strucții ingineresti monitorizează permanent obiectivele din subordine, ceea ce permite asigurarea funcționării bune a acestora. Ei au vopsit de asemenea balustradele podurilor, au înlocuit grinzile de pod la stația Căușeni, au evacuat gunoiul din canalele de scurgere, de sub poduri și din interiorul țevilor.

Conlucrează prodigios specialiștii a două sectoare ale secției linii nr.2: terasament și poduri. Ei au retezat în comun tufarii din preajma liniilor, au renovat indicatoarele hectometrice. Specialiștii sectorului terasament au reparat capital pasajul de nivel de la stația feroviară Căușeni, înlocuind plăcile din beton.

Muncesc cu succes la asigurarea securității circulației trenurilor și specialiștii sectorului defectoscopie al secției linii nr.2. Toți operatorii cărucioarelor defectoscopice manifestă vigilență maximă în procesul depistării defectelor șinelor, verifică zilnic starea gospodăriei linii.

Principiul de bază al activității acestei subdiviziuni este nu doar depistarea rapidă a defectelor, ci și înlăturarea lor, ceea ce permite asigurarea cu succes a circulației fără întrerupere a trenurilor. Rolul principal în procesul complicat și responsabil de asigurare a securității circulației tre-

nurilor aparține picherilor: montatorilor de linii, maștrilor-picheri, brigadierilor de linii. Grație atitudinii lor conștiincioase față de îndeplinirea calitativă a obligațiilor în procesul complicat de îngrijire a gospodăriei linii este asigurată securitatea circulației trenurilor de marfă și călători. Drept confirmare servesc faptele

înlocuirea traverselor de lemn pe liniile principale Bender—Chișinău, Revaca—Căinari, Hagimus—Zloți; schimbarea traverselor din beton armat pe traseul principal etc. Lista poate fi continuată.

În procesul pregătirilor gospodăriei pentru traficul de iarnă colectivul secției linii nr.2 se călăuzește de Planul acțiunilor de

nică, sunt găsite în mod operativ soluții pentru problemele cotidiene. În pofida situației economico-financiare complicate, toți lucrătorii secției linii nr.2 sunt asigurați cu haine și încălțăminte specială.

Acest aspect, precum și aprovizionarea tuturor subdiviziunilor secției cu materiale, piese de schimb necesare, sporirea calificării și perfecționarea nivelului de cunoștințe al angajaților, sunt mereu în centrul atenției administrației filialei.

* * *

În pofida dificultăților, agravate și mai mult de pandemia de COVID-19, colectivul de muncă al secției linii Bender garantează securitatea circulației trenurilor pe sectorul din subordine, deoarece fiecare angajat poartă responsabilitate pentru îndeplinirea obligațiilor proprii, depune eforturi pentru a exclude situațiile, ce țin de factorul uman. Prioritară este îndeplinirea principalului indicator la îngrijirea gospodăriei linii — punctajul. Or, picherilor de la Bender aceasta le reușește destul de bine, pentru că sunt optimiști și siguri, că CFM va depăși problemele de moment.

Liliana NICHIFOROV



lor. De la începutul anului angajații secției au executat următoarele lucrări: reparația capitală — demontarea liniei 47, 51, a macazului 79 la stația Revaca; schimbarea șinelor pe tronsonul feroviar Căinari—Zloți (km 74);

pregătire a secției linii și cadrelor pentru activitatea în condițiile de iarnă 2020-2021, întocmit în mod tradițional de biroul tehnic. În fiecare an administrația filialei încheie contracte de livrare a gazelor naturale și îngrijire teh-

■ GRIJI COTIDIENE ALE SINDICATULUI FERVIARILOR DIN MOLDOVA

MUNCĂ DECENTĂ – VIAȚĂ PE MĂSURĂ

La data de 7 octombrie 2020 sindicatele din întreaga lume au marcat Ziua internațională a acțiunilor "Pentru o muncă decentă!". Ea nu este doar o zi a mobilizării globale a organizațiilor sindicale, ci și o ocazie de a determina problemele curente în sfera relațiilor de muncă, a elabora o ripostă solidară pentru ele.

Incepând cu anul 2008, la evenimentele atașate acestei zile au participat zeci de milioane de oameni. Mitingurile, marșurile și demonstrațiile organizate de sindicate au devenit "cartea de vizită" a Zilei internaționale a acțiunilor pentru muncă decentă în multe țări, inclusiv în Moldova.



Prin acțiuni organizate oamenii muncii atenționează întreaga comunitate mondială asupra necesității asigurării fiecărui om cu loc de muncă decent, salariu echitabil, nivel suficient de protecție socială, condiții sigure de muncă.

Pandemia de COVID-19, care a afectat sănătatea populației din întreaga lume, are consecințe distructive, fără precedent pentru orice domeniu social-economic, inclusiv economia domeniului feroviar și a țării noastre în ansamblu.

În scopul prevenirii și reducerii riscurilor de răspândire a infecției administrația ÎS "Calea Ferată din Moldova" a întreprins o serie de acțiuni restrictive pentru perioada de pericol epidemiologic în conformitate cu decizia Comisiei naționale extraordinare de sănătate publică. De exemplu, a fost interzisă organizarea și desfășurarea manifestațiilor/acțiunilor/intrunirilor cu caracter de masă cu participarea unui număr mai

mare de 50 de persoane. În aceeași perioadă au fost emise dispoziții privind instituirea șomajului tehnic, anularea suplimentelor și adausurilor salariale, sistarea ajutorului material în legătură cu concedii ordinare și alte restricții. Toate acestea nu puteau să nu aibă impact asupra salariilor feroviarilor.

Organizațiile sindicale primare, Consiliile președinților comitetelor sindicale de la nodurile feroviare au venit cu propunerea de creare a unei comisii comune a ÎS "Calea Ferată din Moldova" și Federației Sindicale a Feroviarilor din Moldova, care să elaboreze acțiuni comasate în vederea depășirii situației create.

Noi considerăm, că în procesul de reglementare a relațiilor sociale de muncă între angajator și reprezentanții angajaților în lupta pentru o muncă decentă dezvoltarea parteneriatului social are un rol-cheie. De randamentul colaborării comune depinde soluționarea multor probleme în sfera raporturilor sociale de

muncă între angajator și angajat.

Noi susținem apelul Confederației Naționale a Sindicatelor din Moldova lansat cu ocazia Zilei internaționale a acțiunilor pentru muncă decentă și considerăm, că în condițiile actuale munca decentă și salariul minim decent trebuie să se afle în epicentrul acțiunilor Guvernului RM, iar noul Contract social propus de sindicate este important pentru stabilirea pașilor necesari, ce urmează a fi întreprinși în scopul revigorării economice și sociale a țării, supuse consecințelor negative ale pandemiei de COVID-19, precum și pentru asigurarea prosperității economice stabile.

Pentru Federația Sindicală a Feroviarilor din Moldova este important ca strategia de dezvoltare social-economică a domeniului să aibă drept obiectiv creșterea nivelului de viață al feroviarilor și familiilor acestora. Dar cel mai important este salariul, mărimea reală a căruia reflectă practic toate aspectele

stării economice a întreprinderii noastre, extrem de importante pentru Republica Moldova.

La ora actuală salariul angajaților, indexarea lui și achitarea fără întârziere sunt principalii indicatori ai stabilității sociale a domeniului. Soluționarea tuturor problemelor deloc simple din sfera social-economică este imposibilă fără o abordare comună, fără dialog social eficient și direct. Suntem siguri, că această susținere va demonstra o dată în plus atașamentul sindicatului fe-

rovierilor față de idealurile luptei pentru drepturile și interesele oamenilor muncii din domeniu, contra oricăror forme de discriminare, inegalitate, inechitate socială.

Pledăm pentru muncă decentă, condiții decente de lucru, pentru o viață decentă! Forța noastră constă în unitate!

Din adresarea activului sindicalist de la nodul feroviar Basarabeasca către administrația ÎS "Calea Ferată din Moldova", către toate organizațiile sindicale primare

IN MEMORIAM

Colectivul de angajați al stației Ocnița a ÎS "Calea Ferată din Moldova" și comitetul sindical sunt profund îndurerăți de moartea prematură a

Lidiei TIUTIUNOV,

care a activat mai bine de 30 de ani în calitate de contabil-șef al filialei.

Exprimăm sincere condoleanțe rudelor și prietenilor decedatei. Nu vom uita niciodată energia sa nestăvilă, dragostea de viață, calitățile sufletești deosebite.

Dumnezeu s-o odihnească în pace.



PE CĂILE FERATE ALE LUMII

TREN PRINTRE NORI: cele mai periculoase căi ferate din lume

Căile ferate continuă să fie unul din cele mai populare, dar sigure, tipuri de transport. Deja de mult timp ele nu mai constituie un lux, iar în unele cazuri nu sunt nici chiar mijloc de deplasare. Forța geniului uman a reușit să ridice trenurile la înălțimi de neimaginat, să le îndrepte prin defilee adânci, să construiască magistrale de fier peste golfuri maritime și să penetreze munți inaccesibili. Asemenea magistrale oferă posibilitatea de a admira peisaje nemaipomenite ale planetei noastre, tulbură, iar uneori trezesc frică.

Linia de cale ferată Darjeeling, India



Această operă remarcabilă a artei ingineresti a fost inclusă în

anul 1999 de UNESCO în lista Patrimoniului cultural universal.

Calea ferată a fost construită de englezi în orașul Darjeeling de la poalele munților Himalaia, vestit prin soiul de ceai cu același nume, dar și ca stațiune balneară colonială, importantă pentru toată India. Numai în doi ani, din 1879 până în 1881, în zona tropicală cu ploii permanente, în pofida reliefului, această linie de cale ferată cu lungimea de 78 kilometri a fost lansată.

În prezent calea ferată continuă să transporte călătorii din partea locului, dar este și o destinație turistică remarcabilă în zonă.

Pilatusbahn, Elveția

Elveția nu este doar țara râurilor de lapte, malurilor din ciocolată, pagistilor de smarald și a băncilor impenetrabile. Elveția mai e și țara căilor ferate, ce urcă aici până la altitudinea de 3000

metri, ba uneori străbat chiar stâncile Alpiilor.



Una din cele mai impresionante linii de acest gen a fost construită în preajma orașului Lucerna, lângă lacul cu același nume, și se numește Pilatusbahn. Gradul mediu de înclinare al traseului constituie 35 %, iar cel maxim — 48 %.

Vizual poate părea imposibil, dar vagonașele roșii ale căii ferate urcă într-adevăr panta abruptă a muntelui Pilatus, în acest scop inginerul Eduard Loher venind cu o soluție inovativă. Pentru a asigura cucerirea acestei înălțimi el a propus să fie modernizată timo-

neria dințată tradițională în cazul liniilor ferate alpine (suișul se înfăptuiește cu ajutorul unei centrale și al roții dințate).

Nariz del Diablo, Ecuador

“Nasul diavolului” — astfel a fost numit un munte carismatic din Anzii Ecuadorului. Anume pe o pantă a lui a început la hotarul dintre secolele XIX-XX construcția liniei de cale ferată dintre orașele Riobamba și Alausi.

Această sarcină deloc simplă a fost în sfârșit dusă la capăt în anul 1908. Acum, peste o sută de ani, reușita inginerilor este admirată în special de turiști.



FELICITĂRI!

Administrația ÎS “Calea Ferată din Moldova” vine cu felicitări de ziua nașterii către **Constantin OLTEANU**, secretar de presă al CFM; **Vitalie MANOLE**, director al Direcției resurse umane a CFM; **Dumitru MOȚOC**, șef al serviciului energie electrică al CFM; **Serghei GORINCIOI**, șef al secției administrative a CFM.

— Le dorim omagiilor succese în activitatea de muncă complicată și responsabilă, realizarea planurilor, reușite în tot ce-și propun să facă, sănătate și bunăstare în familii!

* * *

Consiliul veteranilor transportului feroviar de la stația Basarabasca adresează cordiale felicitări cu prilejul JUBILEELOR din ziua nașterii veteranilor muncii **Tamara CIUVALSKI**, **Eugenia GRIGOREVSKI** — la 70 de ani; **Ludmila SUHIN**, **Vasile TELPIS**, **Iulia BARADULEA** — la 60 de ani.

S-aveți liniște-n privire
Și în suflet ferice,
Să vă știm numai de bine,
La mulți ani, zile senine!

* * *

Administrația și comitetul sindical de la stația Bălți-Slobozia îl felicită cu ocazia JUBILEULUI de 60 de ani pe **Leonid VASCAN**, șef de manevre la stație.

Să fiți norocos, puternic, iubit,
Cu multe-impliniri și succese-n toate,

S-aveți viitor luminos, fericit,
Cu dragoste, pace și sănătate!

* * *

Administrația și comitetul sindical ale depoului de locomotive Bălți felicită cu ocazia JUBILEELOR de 60 de ani pe **B.Chirtoca**, mecanic secund; și **E.PASCARIUC**, felcer.

Domnul să vă dea de toate,
Bucurie, sănătate,
Viața să vă fie plină
De belșug și de lumină.

MEMORIZAȚI

10 REGULI

DESPRE CEEA CE NE FRĂMÂNTĂ

de prevenire a infecției COVID-19

■ **Igiena mâinilor.** Ea stă la baza protecției contra tuturor virusurilor. Utilizați șervețele și geluri antiseptice. Evitați să atingeți balustrade, mânere, butoanele din ascensor. În China se implementează deja sisteme de dirijare sonoră a ascensoarelor pentru a preveni răspândirea virusului.

■ **Clătirea cavității nazale după vizitarea locurilor publice.** Medicii recomandă această metodă pentru prevenirea răcelii și gripei.

■ **Prepararea bucatelor de sinestătător.** Oamenii nu prea cunosc starea igienică a localurilor de distribuire a mâncării. Nu

se recomandă servirea bucatelor în cafenele și restaurante din veselă constantă.

■ **Dezinfectarea gașetelor, portmoneelor și altor obiecte.** Cât de frecvent utilizați telefonul mobil sau portmoneul în locuri publice? Chiar dacă acasă ați spălat mâinile, iar apoi înainte de masă ați pus mâna pe telefon, riscul infectării este înalt. În asemenea cazuri poate fi utilizată orice soluție antiseptică ori spirt.

■ **Evitarea cât mai mult posibil a locurilor aglomerate.** Dacă aceasta este imposibil, încercați

să respectați distanța maximă față de alte persoane, în special cele cu simptome de infecții respiratorii.

■ **Nu atingeți cu mâinile buzele, ochii, nasul.** Experții susțin că fiecare face acest gest inconștient cam de 10 ori pe ceas.

■ **Măștile de unică folosință.** Se recomandă ca distanța dintre mască și față să fie minimă. Măștile de unică folosință pot fi purtate nu mai mult de trei ore. Nu se admite utilizarea repetată.

■ **Consolidarea complexă a imunității.** Legumele, fructele, vitaminele A, C și D contribuie la sporirea imunității și asigură protecția naturală contra virusurilor, reduce posibilele complicații.

■ **Explicarea regulilor de igienă copiilor.** Ei trebuie să conștientizeze seriozitatea pericolului în cazul nerespectării acestor reguli. Trebuie limitat contactul cu persoanele bolnave.

■ **Păstrarea curățeniei suprafețelor în locuință.** În special atunci când e vorba de coridoare. Spălați minuțios etichetele animalelor domestice după plimbare.

Simptomele ce dovedesc că ați depășit infecția de coronavirus

În prezent pandemia de COVID-19 coincide cu perioada infecțiilor respiratorii sezoniere. Mulți bolnavi pot depăși infecția de coronavirus sub masca gripei ori a bolilor respiratorii acute, iar unii ar putea să nu aibă aproape nici o simptomă. Savanții au invocat 5 simptome că ați depășit infecția de coronavirus.

depășit deja infecția de coronavirus.

■ **O formă ușoară de conjunctivită poate fi de asemenea simptomă a coronavirusului.** Ea se manifestă prin senzația de

usturime în zona ochilor, rupearea vaselor sanguine în ochi, acumularea unei cantități mici de puroi în colțurile ochiului ori pe gene, precum și prin mâncărime în ochi.

■ **Oboseala excesivă, care nu este una obișnuită pentru persoana concretă.** Senzația că te părăsesc puterile. Dacă ați trăit un asemenea sentiment, s-ar putea să fi depășit infecția de coronavirus.

