

# Gazeta Pantelimon

SE DISTRIBUIE  
GRATUIT  
NUMĂRUL 88  
MARTIE 2024  
8 PAGINI



Str. Sf. Gheorghe, nr. 32, oraș Pantelimon, jud. Ilfov • www.parcuropantelimon.ro • mail: parcuriserviciupantelimon@gmail.com • www.facebook.com/GazetaPantelimon • ISSN 2558 - 8257

## 17.000 de puieți plantați

Peste 800 de voluntari au participat la acțiunea din Pădurea Pustnicu, Pantelimon



Locuitorii din Pantelimon au venit în număr mare la o nouă acțiune de împădurire, dând dovadă de multă iubire pentru natură, pentru pădure și din dorința de a ajuta la protejarea mediului.

Copii și părinți, elevi, cadre didactice, sportivi, angajați ai Primăriei Pantelimon, primarul Marian Ivan și primarii localităților învecinate, împreună cu oficialități din administrația județeană, au umplut Pădurea Pustnicu și au reușit să planteze peste 17.000 de puieți de frasin, tei și stejar, pe o suprafață de aproximativ 2,5 ha. ➔ PAGINA 2



### ACTUALITATE

➔ PAGINA 2

„MIȘCARE PENTRU SĂNĂTATE” - UN AN DE SPORT ȘI SĂNĂTATE PENTRU SENIORII NOȘTRI



### EDUCAȚIE

➔ PAGINA 5

CÂND ÎNCEP ÎNSCRIERILE ÎN CLASA PREGĂTITOARE?



### SPORT

➔ PAGINA 7

PANTELIMONUL SE PREGĂTEȘTE PENTRU ÎNCĂ O EDIȚIE ZIUA B

## CONTINUĂ LUCRĂRILE DE INFRASTRUCTURĂ ÎN ORAȘUL NOSTRU

Au demarat lucrările pentru asfaltarea a 19 străzi din orașul nostru, cât și introducerea rețelei de canalizare pluvială pe 14 din ele. Locuitorii acestora au fost anunțați că urmează o perioadă de disconfort, însă totul în favoarea lor, pentru că la final, străzile lor vor fi complet modernizate.

O altă veste bună este proiectul de realizare a unui nod rutier care va lega DN3 de Autostrada A0, dar și proiectul de lărgire DN3 la 4 benzi. Aflați detaliile din raportul primarului. ➔ PAGINA 3





# 17.000 de copaci au fost plantați la cea de-a șasea ediție „RĂDĂCINI PENTRU AER”



Primăria orașului nostru a desfășurat, pentru a șasea oară, o acțiune de amploare în domeniul conservării mediului înconjurător, sub campania „Rădăcini pentru aer”. Acțiunea de împădurire a fost un succes în solidaritatea noastră, într-o demonstrație de solidaritate și responsabilitate, unde mai mult de 800 de voluntari s-au mobilizat pentru a planta copaci în Pădurea Pustnicu.

Împădurirea a avut loc pe o suprafață de 2,5 hectare, a beneficiat de participarea comunității, inclusiv copii și părinți, primarul Marian Ivan, președintele CJ Ilfov, Hubert Thuma, vicepreședinții Voicului Vincentiu și Ștefan Rădules-

cu, voluntari din primărie, elevii și cadrele didactice ale Școlii Gimnaziale nr. 1 Pantelimon, copiii și cadrele didactice ale Grădiniței nr. 1, cercetașii din orașul nostru și sportivii A.C.S.O Viitorul Pantelimon.



În total, au fost plantați peste 17.000 de puiței de frasin, stejar și tei, marcând un pas semnificativ în conservarea și îmbunătățirea biodiversității pădurii noastre.

Acțiunea „Rădăcini pentru aer” a fost coordonată în strânsă colaborare cu Consiliul Județean Ilfov și Romsilva, prin Ocolul Silvic Brâncuși. Prin această inițiativă, Primăria Pantelimon își propune să sensibilizeze comunitatea în privința importanței conservării pădurilor și să promoveze angajamentul civic în domeniul protecției mediului.

Astfel de acțiuni de împădurire nu doar contribuie la refacerea și protejarea ecosistemelor naturale, ci și oferă ocazia pentru implicarea activă a



comunității în procesul de conservare a mediului înconjurător. Prin participarea oamenilor la astfel de inițiative, ei devin conștienți de problemele de mediu și își asumă

responsabilitatea directă în ceea ce privește sănătatea și viabilitatea pădurii. „Rădăcini pentru aer” promovează conștientizarea și educația ecologică în rândul populației și consolidează legăturile comunitare și spiritul de solidaritate între locuitorii orașului nostru. Această acțiune reprezintă un pas esențial în direcția construirii unei comunități conștiente, în care protejarea mediului înconjurător devine o preocupare importantă pentru toți cetățenii.

*„Vreau să le mulțumesc celor peste 800 de participanți care și-au luat din timpul lor liber pentru a ni se alătura în această acțiune importantă. Este vital să ne implicăm și să ne protejăm pădurea și mediul, este o lecție pe care copiii noștri o pot învăța numai privind la noi și pe care să o ducă mai departe. Împreună, suntem responsabili de viitorul nostru și avem datoria să ne asigurăm că generațiile următoare vor avea acces la un mediu sănătos și echilibrat”, a declarat primarul Marian Ivan.*

## „Mișcare pentru sănătate” - un an de sport și sănătate pentru seniorii noștri

Seniorii orașului nostru au sărbătorit cu mare entuziasm primul an de la lansarea proiectului „Mișcare pentru sănătate”. Evenimentul a fost marcat de participarea primarului Marian Ivan, alături de seniorii activi ai orașului nostru.

De-a lungul acestui an, în fiecare miercuri seara, seniorii noștri au dat dovadă de un angajament de neînvins, participând la orele de sport fără să lipsească vreodată. Cuzămbete pe chip și multă energie, aceștia au experimentat transformări remarcabile în starea lor de sănătate și bunăstare. Au observat cu bucurie că au devenit mai energici, că au câștigat o poftă de viață nouă și că durerile specifice vârstei s-au estompat considerabil.

Proiectul „Mișcare pentru sănătate” a fost inițiat de primarul orașului nostru și sprijinit de Primăria Pantelimon și Consiliul Local. Această

inițiativă comunitară s-a dovedit a fi un succes deplin, aducând beneficii importante sănătății și calității vieții membrilor noștri mai în vârstă.

Având sprijinul continuu al autorităților locale și al comunității, „Mișcare pentru sănătate” va continua să ofere ore de sport, mișcare,

sănătate și socializare pentru toți seniorii care doresc să participe. Autoritățile locale speră că vom număra multe alte aniversări ale acestui proiect deosebit. Sperăm că această inițiativă va continua să inspire și să aducă împreună membrii comunității noastre.

*„Am dorit să fiu alături de seniorii noștri activi și să sărbătoresc împreună cu ei un an în care ei au făcut mișcare și s-au bucurat de toate beneficiile pe care sportul le aduce în viața noastră. Este important să ne îngrijim de seniorii noștri, să îi susținem și să le oferim oportunități să își petreacă timpul liber într-un mod sănătos, care să le dea vitalitate, energie și să le îmbunătățească mobilitatea. Sunt mândru de ei și mă bucur că acest proiect este atât de îndrăgit”, a declarat primarul Marian Ivan.*

## Mișcare pentru sănătate





# PRIMARUL TĂU TE INFORMEAZĂ

## Dragi locuitori ai orașului Pantelimon,

Luna a început cu vesti bune privind infrastructura orașului nostru. Au pornit lucrările pentru modernizarea străzilor cu nume de păsări și nu numai, Corbului, Șoimului, Acvilei, Vulturului, Cocorului, Zăganului, Tineretului, Egretei, Cocostărcului, Galați, Batalionului și lucrările pentru extindere canalizare pluvială pe străzile: Dunării, Siretului, Acvilei, Dumitru N. Dumitru, Condorului, Corbului, Șoimului, Vulturului, Cocorului, Zăganului, Tineretului, Egretei, Cocostărcului, Galați, Drumul Gării, Siretului, DE, Bistrița Nasăud, Satu Mare. Știu că urmează o perioadă de disconfort pentru locuitorii acestor zone, însă în aproximativ 10 luni, vom avea aceste

utilități pe străzi și ne vom putea bucura de ele.

O altă veste bună a fost cea a proiectării nodului rutier Pantelimon, ce va face legătura cu autostrada A0 - km 48. Proiectul constă în amenajarea nodului rutier Pantelimon care pornește din inelul 2 centura București - Autostrada A0 și se sfârșește în DN3 - București. Este un proiect care va estompa deficiențele de transport din zonă și va îmbunătăți condițiile de circulație la nivel de rețea rutieră națională de transport, va îmbunătăți siguranța rutieră și se vor reduce emisiile poluante. Acest proiect va deservi și zona industrială a Pantelimonului, care sper să devină din ce în ce mai atractivă pentru investitori.

O altă investiție care ne interesează foarte mult pentru degajarea traficului rutier și siguranța tuturor participanților la trafic este lărgirea DN3, între DJ 301 și intersecția cu DJ 301B. În acest moment Compania Națională de Administrare a Infrastructurii Rutiere (CNAIR) elaborează un studiu de fezabilitate pentru acest obiectiv, cu scopul de lărgire la patru benzi de circulație a acestui sector de drum, cât și implementarea unor norme de siguranță a traficului auto și pietonal, prin realizarea de trotuare, piste de biciclete, semnalizare, amenajare intersecții, panouri fonoabsorbante, pasarele pietonale și alte lucrări ce pot fi implementate în vederea creșterii siguranței auto



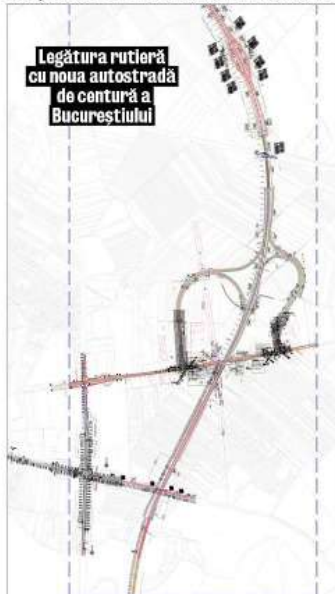
și pietonale. Acesta este și motivul pentru care în ultima perioadă nu s-a mai investit în modernizarea acestui drum.

Orașul nostru este în continuă schimbare și extindere, iar noi lucrăm pentru a crea condițiile ca familiile să aibă parte de spațiu, de infrastructură, de oportunități de mișcare în aer liber.

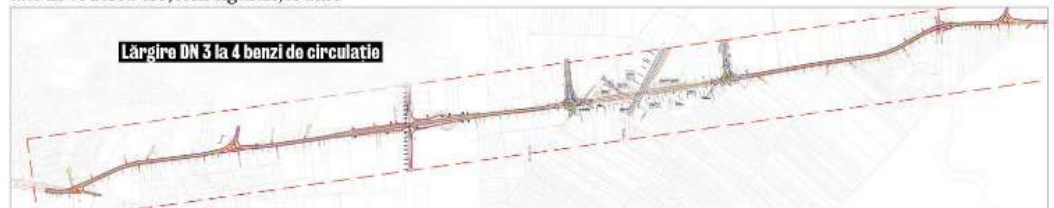
Pantelimonul este orașul sportului în aer liber, iar la începutul lunii aprilie se va organiza concursul de ciclism prin pădure Ziua B. Primăria Pantelimon este partener în acest eveniment, iar locuitorii orașului nostru care doresc să se înscrie în acest concurs beneficiază de gratuitate, solicitând un cod special, într-un mesaj privat pe pagina de Facebook a primăriei: [www.facebook.com/primariapantelimon](http://www.facebook.com/primariapantelimon).

De asemenea, am avut o întâlnire cu dl Vlad Stoica, președintele Federației Naționale de Triathlon, în vederea orga-

nizării în localitatea noastră a competiției Unstoppable Triathlon Pantelimon, în data de 1 iunie. Îmi doresc ca Pantelimonul să devină orașul sportului în aer liber și mă bucură faptul că suntem curtați de conducerea sportului românesc pentru organizarea marilor competiții sportive. Precizez faptul că parteneriatul primăriei nu înseamnă bani din bugetul local, ci înseamnă voință din cadrul primăriei și Direcției de Asistență Socială, înseamnă acordul nostru pentru a ne folosi pădurile, lacul în vederea competițiilor sportive. Sunt și voi rămâne un susținător al sportului românesc, cred că educația prin sport este necesară de la o vârstă mică și cred că sportul se poate transforma în meserie, așa cum s-a întâmplat cu mulți dintre foștii mei colegi din Pantelimon care au făcut cariere în sport.



Legătura rutieră cu noua autostradă de centură a Bucureștiului



Lărgire DN 3 la 4 benzi de circulație

## MOAȘTELE SFÂNTULUI DIMITRIE CEL NOU au adus binecuvântare orașului Pantelimon

În așteptarea Miracolului Învierii, locuitorii din Pantelimon au întâmpinat cu evlavie moaștele Sfântului Cuvios Dimitrie cel Nou, care au ajuns în orașul nostru pe 27 martie, într-un pelerinaj în județele Prahova și Ilfov.

Pelerinajul cu moaștele Sfântului Cuvios Dimitrie cel Nou în Arhiepiscopia Bucureștilor a început la data de 4 martie 2024 și a inclus orașul Pantelimon. Protoierile au anunțat traseul moaștelor sfântului prin județele Prahova și Ilfov pentru toți credincioșii care doreau să închine rugăciuni. Conform calendarului, miercuri, 27 martie, moaștele Sfântului Cuvios Dimitrie cel Nou au ajuns la Protoieria Ilfov Sud. Traseul pelerinajului a fost următorul:

- La ora 8.15, moaștele cuvi-osului au poptat la Spitalul Sf. Sava din orașul Pantelimon, apoi au ajuns la Mănăstirile Pasărea (8.45) și Cernica (10.00), la Parohiile Vintilă Vodă și Vârteju, aducând alinare și

speranță în sufletele creștinilor.

- La ora 16.00, pelerinajul moaștelor s-a încheiat la Mănăstirea Samurcăsești unde a fost oficiată Taina Sf. Maslu.

Sfântul Dimitrie cel Nou s-a născut în Basarabi, un sat din Bulgaria, în secolul al XIII-lea. Încă din tinerețe și-a găsit menirea în rugăciune și s-a retras la o mănăstire din locurile sale natale, clădită într-o peșteră. Tradiția spune că înainte de a muri, s-a așezat singur între două lespezi de piatră, ca într-un sicriu, fiind acoperit în timp de apele râului.

Moaștele sale au rămas multă vreme sub ape, până când o copilă care pătimea de duh necurat a avut o revelație: i s-a arătat Sfântul Dimitrie Basarabov,



care i-a spus: „Dacă părinții tăi mă vor scoate din apă, eu te voi tămădui”. Părinții au mers la locul indicat în vis, lângă râul Lom și au găsit trupul neputrezit al sfântului între două pietre.

Moaștele Sfântului Dimitrie au fost așezate în biserică din Basarabi. Au rămas în lăcașul sfânt până în anul 1774, când generalul rus Petru Saltacov le-a dăruit lui Hagi Dimitrie, un negustor de origine macedonea-

no-română.

Moaștele au fost depuse în actuala Catedrală patriarhală din București, pe 13 iulie 1774, sub păstoria mitropolitului Grigorie al II-lea (1760-1787).

Sfântul Dimitrie cel Nou a fost proclamat ocrotitor al Bucureștilor în anul 1792, a fost canonizat în 1955 și a primit ca zi de prăznuire data de 27 octombrie.

Pelerinajul închinat Sfântului Cuvios Dimitrie cel Nou, ocro-

torul Bucureștilor, a marcat împlinirea a 250 de ani de la aducerea moaștelor sale în Capitală.

Acest eveniment istoric a fost înscris în Calendarul Ortodox, cu pomenire în data de 13 iulie, iar prima sărbătorire va avea loc anul acesta, când la Catedrala Patriarhală din București va avea loc un program liturgic deosebit și o procesiune cu sfintele moaște.



# ZIUA INTERNAȚIONALĂ A FEMEII, SĂRBĂTORITĂ ÎN COMUNITATEA NOASTRĂ

Doamnele și domnișoarele din comunitatea noastră s-au adunat la Cernica Events pentru a marca Ziua Internațională a Femeii, sărbătorind feminitatea, realizările și importanța dumneelor în viața fiecăruia dintre noi. Evenimentul a fost organizat de femeile din comunitate și a adus împreună femei de toate vârstele, de la domnișoare la bunici.



Primarul Marian Ivan a participat la acest eveniment pentru a le oferi doamnelor flori și felicitări cu ocazia zilei de 8 martie. În timp ce își exprima recunoștința și respectul pentru contribuția femeilor din comunitate, primarul Ivan a declarat: „Femeile sunt coloana vertebrală a societății noastre. Ele aduc lumina, căldura și înțelepciunea în casele noastre și în comunitățile noastre. Ziua Internațională a Femeii este o oportunitate de a recunoaște și aprecia eforturile lor inestimabile”.

Atmosfera evenimentului a fost una plină de energie pozitivă, cu muzică și dansuri care au încântat participanții. Femeile au

fost sărbătorite pentru rolurile lor esențiale în familie, în comunitate și în societate în ansamblu.

„Este o plăcere să fim alături de doamnele noastre în această zi specială. Ele sunt sursa noastră de inspirație și putere și merită toată recunoșterea pentru tot ceea ce fac zi de zi”, a adăugat primarul Marian Ivan.

Evenimentul a reprezentat o ocazie minunată pentru a evidenția solidaritatea și puterea feminină din comunitatea noastră. Ziua Internațională a Femeii a fost marcată într-un mod special și memorabil la Cernica Events, unde doamnele noastre au fost onorate, apreciate și sărbătorite, așa cum merită.



## Comunicat de presă

15.12.2023

### Finanțare nerambursabilă pentru realizarea proiectului „Extindere iluminat public pe un număr de 21 de străzi și modernizare iluminat public Parc Livezilor în orașul Pantelimon, județul Ilfov”

Unitatea Administrativ Teritorială Pantelimon anunță că a fost finalizat proiectul „Extindere iluminat public pe un număr de 21 de străzi și modernizare iluminat public Parc Livezilor în orașul Pantelimon, județul Ilfov”, cod SMIS 125526, cofinanțat în cadrul Programului Operațional Regional 2014-2020, Axa prioritară 3 - Sprijinirea tranziției către o economie cu emisii scăzute de carbon, Prioritatea de investiții 3.1 - Sprijinirea eficienței energetice, a gestionării inteligente a energiei și a utilizării energiei din surse regenerabile în infrastructurile publice, inclusiv în clădirile publice, și în sectorul locuințelor, Operațiunea C – Iluminat public.

**Obiectivul general** al proiectului constă în creșterea eficienței energetice a sistemului de iluminat public din orașul Pantelimon.

#### Rezultatele proiectului sunt:

- 1). Extinderea sistemului de iluminat public în orașul Pantelimon pe un număr de 21 de străzi, pe o lungime totală de 14.237,00 ml, prin montarea a 399 de stâlpi și a 422 corpuri de iluminat cu LED cu eficiență energetică ridicată;
- 2). Modernizarea sistemului de iluminat în Parcul Livezilor, prin înlocuirea corpurilor de iluminat cu consum ridicat de energie cu 36 de stâlpi cu sistem de iluminat fotovoltaic cu LED cu eficiență energetică ridicată;
- 3). Instalarea unui sistem de telegestiune a sistemului de iluminat public;
- 4). Reducerea poluării prin diminuarea gazelor cu efect de seră cu 71,06%, respectiv de la 151,23 de tone/an la 43,76 de tone/an și scăderea consumului anual de energie primară în iluminatul public de la 66,80 kWh/an la 23,17 kWh/an prin utilizarea a 422 de corpuri de iluminat performante.

Contractul de finanțare a fost semnat în data de 29.01.2020, perioada de implementare a proiectului fiind cuprinsă între 2.07.2018 – 31.12.2023, aceasta cuprinzând și perioada de desfășurare a activităților proiectului înainte de semnarea contractului de finanțare.

Valoarea totală a proiectului este de 8.512.625,8 lei, din care 6.798.760,55 de lei reprezintă contribuția din FEDR.

Persoană de contact: Topa Emanuel / tel: 0722.334.552 / e-mail: topa.emanuel@primariapantelimon.ro.



Primăria Orașului Pantelimon,  
Strada Sfântul Gheorghe nr. 32,  
oraș Pantelimon, județ Ilfov

Investim în viitorul tău! Proiect cofinanțat din Fondul European de Dezvoltare Regională prin Programul Operațional Regional 2014-2020



# CÂND ÎNCEP ÎNSCRIERILE ÎN CLASA PREGĂTITOARE?

Conform calendarului oficial, în data de 25 martie au fost afișate circumscripțiile școlare și planul de școlarizare pentru clasa pregătitoare 2024. Părinții au aflat numărul de clase alocate fiecărei unități de învățământ și perioada de înscriere în clasa pregătitoare, stabilită pentru intervalul 11 aprilie-14 mai.

Școala Gimnazială nr. 1 Pantelimon îi așteaptă pe viitorii școlari cu 9 clase pregătitoare care vor însuma 198 de locuri pentru copiii care vor să descopere frumusețea cunoașterii și „să îndrăznească

să vizeze învățând” alături de cadrele didactice care îi vor îndruma cu dedicație și competență.

Începând cu 26 martie 2024 este disponibilă pe site-ul centrelor de Asistență Educațio-

nală (CJRAE/CMBRAE) cerearea-tip pentru evaluarea dezvoltării copiilor care împlinesc vârsta de 6 ani în perioada 1 septembrie - 31 decembrie 2024 inclusiv, și care nu au frecventat grădinița din motive legate de boală, lipsa infrastructurii la nivel local, domiciliul temporar în străinătate.

Din data de 27 martie 2024 sunt afișate la sediul unității de învățământ criteriile specifice de departajare și lista documentelor necesare.

Între 28 martie și 10 aprilie 2024 se va desfășura evaluarea dezvoltării copiilor care împlinesc 6 ani în perioada 1 septembrie - 31 decembrie 2024 și se va elibera recomandarea pentru înscrierea în învățământul primar.

Pentru copiii care au frecventat grădinița se va realiza înregistrarea cererilor transmise sau depuse la unitățile de învățământ cu nivel preșcolar pentru obținerea recomandării de înscriere în clasa pregătitoare.

În perioada 11 aprilie - 14

mai 2024 se vor completa și depune cererile-tip de înscriere de către părinți/tutori sau reprezentanți legali, online sau la unitatea școlară.

Prima etapă de înscriere în învățământul primar cuprinde:

14 mai - 17 mai 2024 procesarea de către Comisia națională de înscriere a copiilor în învățământul primar a cererilor-tip de înscriere, cu ajutorul aplicației informatice și repartizarea copiilor la școala de circumscripție.

20 mai - 27 mai 2024 procesarea la nivelul unităților de învățământ, a cererilor prin care se solicită înscrierea la o altă unitate de învățământ decât la școala de circumscripție, pe locurile rămase libere.

28 mai 2024 procesarea de către Comisia națională a ce-

rerilor-tip de înscriere, cu ajutorul aplicației informatice și repartizarea la școala de circumscripție a copiilor ai căror părinți/tutori legal instituți/reprezentanți legali au solicitat înscrierea la o altă unitate de învățământ decât la școala de circumscripție, dar nu au fost admiși din lipsă de locuri și care au exprimat în această fază opțiunea pentru înscrierea în școala de circumscripție.

29 mai 2024 Afișarea în unitățile de învățământ și pe site-ul inspectoratului școlar a candidaților înmatriculați și a numărului de locuri rămase libere.

A doua etapă de înscriere în învățământul primar va începe pe 30 mai, în vederea repartizării copiilor pe locurile disponibile.



## Fără țigări electronice pentru minori!

În vederea reducerii expunerii copiilor și tinerilor la produsele de tutun, a fost adoptat un act normativ ce aduce modificări și completări Legii nr. 201/2016 și Legii nr. 349/2002. Conform noilor reglementări, se extinde interzicerea comercializării prin automate, precum și interzicerea vânzării către minorii cu vârsta sub 18 ani a țigaretelor electronice, flacoanelor de reumplere pentru țigaretete și dispozitivelor electronice pentru încălzirea tutunului.

În concordanță cu prevederile legale, este interzisă vânzarea tuturor categoriilor de produse care conțin tutun minorilor, iar vânzătorii pot solicita prezentarea unui document de identitate pentru a verifica vârsta cumpărătorilor.

Vânzarea prin dispozitive de tipul easybox/locker a tuturor categoriilor de produse care conțin tutun este, de asemenea, interzisă. Dacă aceste produse se comercializează prin intermediul serviciilor de curierat, trebuie să aibă tipărit pe colet mesajul: „Atenție! Acest pachet conține produse din tutun și/sau produse care conțin nicotină. A se verifica vârsta clientului”.

În autorizația sanitară de funcționare a unităților care comercializează produse din tutun a fost introdusă o clauză specială de interzicere a vânzării acestora tinerilor

sub 18 ani. Sancțiunile pentru nerespectarea legii sunt de până la 100.000 de lei, în funcție de gravitatea faptelor.

Constatarea contravențiilor și aplicarea sancțiunilor se fac de persoane împuternicite în acest sens de Ministerul Sănătății și Autoritatea Națională pentru Protecția Consumatorului, de reprezentanți ai Poliției Locale sau ai Ministerului Afacerilor Interne.

În cazul instituțiilor de învățământ, în incinta acestora este interzisă vânzarea/deținerea și utilizarea tuturor categoriilor de produse care conțin tutun, a țigaretelor electronice și dispozitivelor electronice pentru încălzirea tutunului. Unitățile școlare au obligația de a introduce în regulamentele proprii măsuri coercitive aplicate elevilor pentru nerespectarea prevederilor legale.

## Spunem NU drogurilor în școli și licee!

Instituțiile școlare vor desfășura o activitate de prevenire a consumului de droguri în săptămâna 1-5 aprilie 2024 axată pe promovarea unui stil de viață sănătos și pe prezentarea efectelor negative ale consumului de droguri sau de substanțe cu efect psihoactiv asupra sănătății și relațiilor sociale, școlare ori profesionale.

În urma aprobării de către Consiliul Suprem de Apărare al Țării a Planului comun de acțiune pentru prevenirea și combaterea consumului de droguri/alte substanțe cu efect psihoactiv-risc major la adresa siguranței individuale și naționale, Ministerul Educației a început implementarea activităților de prevenire în anul școlar 2023-2024 în toate unitățile de învățământ preuniversitar, la nivel gimnazial și liceal.

Școala Gimnazială nr. 1 Pantelimon derulează periodic activități de promovare a unui stil de viață sănătos și de conștientizare a riscurilor la care se



expun consumatorii de droguri. Cadrele didactice, consilierul școlar și profesorii diriginti sunt sprijiniți în acest sens de autoritățile locale, de Poliția Română și de reprezentanți ai Agenției Naționale Antidrog. În cadrul orelor de dirigință au fost incluse lecții de educație pentru sănătate, referitoare la un stil de viață adecvat, fără consum de droguri, alcool și tutun.

Dezvoltarea abilităților de viață sănătoasă și activitățile de prevenire a consumului de droguri se realizează sub formă de prezentări, proiecte, întâlniri cu specialiștii, ore derulate pe baza scenariilor propuse de Asociația Preventivă sau în cadrul proiectelor Agenției Naționale Antidrog, discuții libere cu elevii, teste de cunoștințe și abilități sau dezbateri.

Pe lângă acțiunile desfășurate în instituțiile școlare, Poliția din orașul Pantelimon face eforturi pentru a menține străzile în siguranță: în cadrul acțiunii „Blocada” de monitorizare a drumurilor publice, au fost înregistrate, într-o singură noapte, 150 de amenzi în valoare de 47.150 de lei, au fost reținute șapte permise și s-au constatat șase infracțiuni privind consumul de alcool și de substanțe psihoactive.





# „Bucurie la fiecare îmbrățișare!” - o campanie menită să aducă zâmbete copiilor orașul nostru

În mijlocul unei lumi agitate, cu toate provocările sale, rămânem adesea fascinați de magia simplă a zâmbetelor copiilor. Direcția de Asistență Socială Pantelimon lansează campania „Bucurie la fiecare îmbrățișare!”, într-o inițiativă menită să aducă un strop de bucurie și să creeze momente memorabile pentru cei mici.

Oamenii cu sufletul mare din cadrul D.A.S. Pantelimon doresc să adune jucării de pluș pentru a le oferi copiilor un motiv în plus să zâmbescă și să simtă că sunt iubiți și sprijiniți.

Astfel, fiecare jucărie de pluș donată în cadrul acestei campanii este un gest de solidaritate și susținere pentru cei mici din comunitatea noastră. Fie că este vorba despre o păpușă zâmbitoa-

re sau despre un ursuleț de pluș prietenos, fiecare obiect de pluș adus în sediul din Bd. Biruinței, 48-50 devine o îmbrățișare simbolică pentru un copil.

Cum puteți contribui? Este simplu! Adunați jucării de pluș în stare bună și curate și aduceți-le la sediul D.A.S. Pantelimon. Fiecare gest contează!

Haideți cu toții să aducem bucurie în viețile copiilor din Pantelimon! Fiecare îmbrățișare de pluș aduce bucurie în viața unui copil!



## ALEXANDRU ANGHEL - viitorul promițător al fotbalului românesc



În lumea fotbalului, talentul nu cunoaște limite de vârstă, iar acest lucru este evident în cazul lui Alexandru Anghel. La doar 12 ani, Alexandru este deja o prezență remarcabilă în peisajul fotbalului juvenil românesc. Acest copil talentat și muncitor, este format de clubul nostru, ACSO VIITORUL PANTELIMON și momentan este împrumutat la CS Dinamo București. De doi ani este o prezență constantă în lotul selecționat de FRF, iar realizările sale sunt impresionante. Cu nu mai puțin de 7 trofee individuale câștigate la turnee interne și internaționale, tânărul fotbalist atrage atenția asupra sa nu doar la nivel național, ci și la nivel internațional. Alexandru Anghel este considerat cel mai talentat portar under 12 din țară.

Am avut ocazia să-i adresăm câteva întrebări, pentru a oferi cititorilor noștri un fragment din viața unui copil pentru care sportul de performanță înseamnă pasiune pură, muncă multă, dar și satisfacții venite din victorii.

**Ce te-a determinat să începi să joci fotbal la o vârstă atât de tânără?**

Provenind dintr-o familie de sportivi de performanță sunt născut cu pasiunea pentru sportul regelui.

**Ce înseamnă pentru tine să fii selecționat în lotul FRF la doar 12 ani?**

Răspunsul muncii mele de 6 ani, bucuria de a fi portar și nu în ultimul rând recunoștința mea pentru antrenorii cu care am lucrat în acești 6 ani.

**Ce înseamnă pentru tine premiile câștigate și trofee? Cât de mult contează un premiu?**

Mă fac să devin din ce în ce mai bun, să mă pregătesc dublu față de ceilalți copii de vârsta mea, pentru că doar prin muncă multă și seriozitate poți reuși în sport și nu numai. După ce câștig un premiu individual conștientizez că pentru următorul trebuie să muncesc mai mult.

**Care este cel mai memorabil mo-**

**ment fotbalistic pe care l-ai trăit până acum și ce te-a făcut să-l consideri așa?**

Anul trecut am participat la un turneu în FRANȚA (TOULOUSE) cu 8 echipe din Ligue 1, iar în meciul disputat cu MONTPELLIER am reușit la penalty-uri să apar 4 consecutive. După partidă, președintele celor de la MONTPELLIER a dorit să vorbească cu mine și mi-a spus că eu sunt „Le petit Duckadam”. Din acel moment sunt monitorizat de clubul francez, iar în aprilie 2024 mă întorc în Franța pentru alt turneu, unde voi avea adversari echipe ca PSG, AS MONACO, TOULOUSE, MONTPELLIER, BORDEAUX, NANCY, SPORTING BRAGA etc.

**Cum te pregătești pentru meciuri și antrenamente?**

În primul rând cu pasiune, determinare și încerc să aplic tot ce mă învață antrenorii pe parcursul antrenamentelor săptămânale.

**Ce sfaturi ai pentru alți copii pasionați de fotbal care își doresc să ajungă la același nivel de performanță?**

În primul rând seriozitate, pasiune, respectul față de antrenori și colegi, să fie dispuși la sacrificii și, mai ales, să nu negligeze școala!



## A CRESCUT INDEMNIZAȚIA DE ȘOMAJ

Începând cu data de 1 martie 2024, s-a majorat baza de calcul a indemnizației de șomaj și a altor măsuri de stimulare a ocupării forței de muncă oferite de Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă (ANOFM).

Indicatorul Social de Referință (ISR) se majorează, în luna martie a fiecărui an, cu rata medie anuală a inflației,

indicator definitiv comunicat de Institutul Național de Statistică (INS). Acest indicator stă la baza stabilirii cuantumurilor beneficiilor de asistență socială, prestațiilor de șomaj și al unor măsuri active de ocupare.

Conform Institutului Național de Statistică rata inflației pentru 2023 este de 10,4%, ceea ce a determinat o creștere a Indicatorului Social de Referință (ISR) de la 598 de lei la 660 de lei.

Indemnizația de șomaj a crescut cu 73 de lei/lună pentru un număr de 42.345 de someri indemnizați aflați în evidența ANOFM la finalul lunii ianuarie 2023.

Indemnizația de șomaj acordată absolvenților instituțiilor de învățământ și absolvenților școlilor speciale pentru persoane cu handicap (50% din valoarea ISR, în viitoare la data stabilirii acesteia) a crescut de la 299 de lei la 330 de lei lunar.

Informații suplimentare sunt disponibile la Direcția de Asistență Socială Pantelimon, cu sediul în Bulevardul Biruinței, nr. 48-50, Pantelimon, județul Ilfov sau accesând adresa de internet: [www.daspantelimon.ro](http://www.daspantelimon.ro)

E-mail: [asistenta.sociala@das-pantelimon.ro](mailto:asistenta.sociala@das-pantelimon.ro)  
Telefon Registratură: 021.301.70.84; Fax: 021.310.22.60



# PANTELIMONUL SE PREGĂTEȘTE PENTRU ÎNCĂ O EDIȚIE ZIUA B

Orașul nostru se pregătește să își deschidă porțile larg pentru încă o ediție a Zilei B - evenimentul care își propune să aducă în prim-plan pasiunea pentru plimbările pe două roți. Și în acest an, locuitorii orașului nostru vor beneficia de acces gratuit la înregistrare, pentru a se alătura marelui cortegiu de bicicliști ce va anima Pădurea Cernica.

Ziua B în Pantelimon este despre comunitate, sănătate și distracție în aer liber. Este o zi în care Pantelimonul pedalează la unison cu sute de alți participanți, pe traseul din Pădurea Cernica. Este o zi dedicată mișcării, sănătății

și unui stil de viață activ.

Evenimentul, deja consacrat în orașul nostru, va avea loc pe data de 6 aprilie.

Pentru a face posibilă participarea gratuită a tuturor doritorilor, primăria noastră oferă coduri de înregistrare. Aceste co-

duri pot fi obținute solicitându-le printr-un mesaj privat pe pagina de Facebook a primăriei: [www.facebook.com/primariapantelimon](http://www.facebook.com/primariapantelimon). Este important de menționat că această ofertă este valabilă doar pentru locuitorii orașului Pantelimon!

Pantelimonul se afirmă tot mai mult ca orașul sportului în aer liber. Ziua B este doar unul dintre multele evenimente care subliniază importanța mișcării și a activităților în aer liber pentru sănătatea și bunăstarea comunității noastre.

Pentru o viață mai activă, mai sănătoasă și mai energică, alăturați-vă în marșul la bicicletele în Ziua B!



## Ciclismul - un nou sport în orașul nostru

Primarul orașului nostru, Marian Ivan, împreună cu reprezentanții Federației Române de Ciclism și campionul național Răzvan Jugănarau au pus bazele unei noi etape în dezvoltarea ciclismului în Pantelimon. Orașul nostru oferă un potențial uriaș pentru dezvoltarea sporturilor în aer liber.

Discuțiile au vizat în primul rând extinderea infrastructurii dedicate ciclismului în oraș. În prezent, Pantelimonul se mândrește cu două trasee în pădure, amenajate pentru ciclism, pentru iubitorii de mișcare și natură. Ruta 10, în Pădurea Pustnicu, și Ruta 30, în Pădurea Cernica, sunt accesibile tuturor celor care doresc să pedaleze prin natură și să se bucure de aerul curat.

Printre subiectele abordate s-a numărat și posibilitatea deschiderii unei noi secții sportive în cadrul A.C.S.O. Viitorul Pantelimon, dedicată exclusiv copi-

ilor din oraș. Această inițiativă ar aduce oportunități noi pentru cei mici de a se implica într-o activitate fizică sănătoasă și plină de beneficii.

Primarul Marian Ivan a subliniat importanța promovării unui stil de viață sănătos și a activităților recreative în aer liber pentru locuitorii orașului Pantelimon. „Pantelimonul este orașul sportului în aer liber și ne dorim să continuăm să investim în dezvoltarea infrastructurii sportive, pentru a oferi oportunități cât mai diverse copiilor orașului nostru, dar și părinților, și



adultilor care doresc să aibă un stil de viață sănătos”, a declarat primarul.

Această inițiativă vine în întâmpinarea dorinței de adoptare a unui stil de viață activ și sănătos și reflectă interesul autorităților locale pentru a oferi cetățenilor infrastructura necesară pentru a face sport. Ciclismul promovează un mod de viață sănătos

și stimulează spiritul de echipă și integrarea socială.

Pantelimonul se afirmă din ce în ce mai mult ca un oraș care oferă infrastructură și facilități pentru sport și recreere și o comunitate activă. Iubitorii de ciclism din oraș au acum și mai multe motive să se bucure și să exploreze frumusețea naturii în mișcare.

## Transport gratuit pentru persoanele cu handicap

În conformitate cu prevederile Legii nr. 448/2006 privind protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu handicap, republicată, cu completările și modificările ulterioare, persoanele adulte cu dizabilități, cu domiciliul sau reședința pe raza județului Ilfov, pot beneficia de transport gratuit, decontarea bonurilor de carburant sau acordarea unui card de carburant.

### Persoanele adulte cu handicap grav beneficiază de:

- acordarea gratuității la transportul interurban (24 de bilete pentru persoana cu handicap grav/12 bilete pentru persoana cu handicap accentuat);

- decontarea bonurilor fiscale de carburant necesar deplasării cu autoturismul (1.500 de lei pentru persoana cu handicap grav/750 de lei pentru persoana cu handicap accentuat);

- acordarea bonurilor de carburant (1.500 de lei pentru persoana cu handicap grav/750 de lei pentru persoana cu handicap accentuat).

- acordarea bonurilor valorice pe suport electronic (card carburant - 1.500 de lei pentru persoana cu handicap grav/750 de lei pentru persoana cu handicap accentuat).

Decontarea cheltuielilor necesare alimentării cu carburant și/sau alimentării mijloacelor de transport electrice se face în baza

unei cereri de decontare, însoțită de documentele justificative, care se poate depune la sediul Direcției de Asistență Socială Pantelimon sau poate fi trimisă prin poșta ori curier, în termen de 60 de zile calendaristice de la data efectuării alimentării.

Acordarea bonurilor de carburant se face în baza unei cereri însoțite de actul de identitate, certificatul de naștere, certificatul de încadrare în grad de handicap și documentul care face dovada reprezentativității.

Informații suplimentare sunt disponibile la:

Direcția de Asistență Socială Pantelimon, cu sediul în Bulevardul Biruinței, nr. 48-50, Pantelimon, județul Ilfov, Serviciul de Prestații Sociale și Protecția Persoanelor cu Handicap sau accesând adresa de internet: [www.daspantelimon.ro](http://www.daspantelimon.ro)

Telefon: 0754 068 850

E-mail: [persoanecuhandicap@das-pantelimon.ro](mailto:persoanecuhandicap@das-pantelimon.ro)

## Știați că înregistrarea și asigurarea sunt obligatorii pentru anumite rase de câini?

Conform Ordonanței de Urgență a Guvernului nr. 55/2002, proprietarii câinilor care fac parte din categoria raselor canine reglementate ca fiind periculoase sunt obligați să își înregistreze animalele și să plătească anual o asigurare specială, pentru a nu fi sancționați cu amenzi între 500 și 5.000 de lei, conform legilor în vigoare.

### Există mai multe rase de câini care sunt încadrate ca fiind rase de câini periculoși și câini agresivi:

Categoria I - Câinii de luptă și de atac asimilați prin caracterale morfologice cu câinii de tipul Pit Bull, Boerbull, Bandog și metișii lor.

Categoria II - Câinii din rasele Staffordshire, Bull Terrier, American Staffordshire Terrier, Rottweiler, Tosa, Dog Argentinian, Mastino Napolitan, Fila Brazileiro, Mastiff, Ciobănesc Caucazian, Cane Corso și metișii lor.

Accesului câinilor aparținând raselor enumerate în localuri publice, mijloace de transport în comun, locuri publice, în părțile comune ale imobilelor este permis numai cu botniță și dacă aceștia sunt ținuți în lesă. Conform Ordonanței de Urgență a Guvernului nr. 55/2002, persoanele care dețin câini periculoși sunt obligate să încheie asigurări de răspundere civilă pen-

tru eventualele pagube produse de aceștia. Abandonarea unui câine din aceste rase este sancționată cu amenzi de până la 5.000 de lei.

Nu oricine poate să dețină un câine care aparține raselor periculoase sau agresive, proprietarii sau deținătorii temporari trebuie să aibă vârsta minimă de 18 ani, să aibă capacitate deplină de exercițiu și să nu fi fost condamnați pentru săvârșirea unei infracțiuni contra unei persoane.

Câinii periculoși sau agresivi trebuie înregistrați la Asociația Chinologică Română, iar proprietarii sunt obligați să înscripționeze în mod vizibil la intrarea în apartament sau imobil avertismentul „Câine periculos” sau „Câine agresiv” printr-o plăcuță având dimensiunile de cel puțin 15x25 cm.

Proprietarul sau deținătorul câinelui trebuie să facă dovada efectuării vaccinării antirabice și a rapelurilor, în conformitate cu prevederile legale în vigoare.





**HOROSCOPI**

**Berbec:** În aprilie, energia ta nelințită te va propulsa către aventuri noi și provocări neașteptate. Ai grijă să nu fii prea impulsiv și să nu îți dai foc la toate proiectele deodată.



**Taur:** Luna aprilie îți aduce oportunități financiare, dar și tentații de cheltuieli nechezuite. Ai grijă să nu îți golești contul bancar pe lucruri inutile, cum ar fi un costum de venenții sau o cutăr cu biscuții pentru hansterul tău.



**Gemeni:** În această lună, Gemenii se vor simți ca într-o telenovela, cu întorsături de situație și dramă la fiecare colț. Ai grijă să nu te lași prins în dramele altora și să îți păstrezi claritatea mentală.



**Rac:** În aprilie, Racii vor simți că lumea întreagă se află într-un joc al ghinionului, dar nu îți face griji, nu este nimic personal. Ai grijă să nu te împotmolești în propriile tale emoții și să lași lucrurile să se desfășoare natural.



**Leu:** Pentru Lei, în aprilie, se va ivi oportunitatea de a străluci în lumina reflectoarelor, dar nu uita să îți pui ochelarii de soare pentru a evita oțărca de propria ta strălucire. Ai grijă să nu te lași cuprins de orgoliu excesiv și să îți împarți scena cu ceilalți.



**Fecioară:** În aprilie, Fecioarele vor avea tendința de a analiza prea mult fiecare detaliu, dar nu uita că viața este cea mai frumoasă când o iei așa cum vine. Lăsați perfecționismul departe și fi deschis la surprizele pe care viața le are pregătite pentru tine.



**Balanță:** Pentru Balanțe, aprilie va fi o lună a echilibrului și a relațiilor. Ai grijă să menții armonia în toate aspectele vieții tale, dar nu uita să îți faci timp și pentru tine înșel. O ieșire la o cafea mică și cocheta te va ajuta să te reconectezi cu tine înșel și să te încarci cu energie pozitivă.



**Scorpion:** În această lună, Scorpionii vor avea un simț al umorului ascuțit și vor străluci în orice conversație. Fii atent să nu tai prea adânc cu replicile tale amuzante, pentru că uneori ai putea răni sensibilitățile altora.



**Săgetător:** Aprilie îți aduce aventură, dar ai grijă să nu te pierzi în propria ta nebunie. Planifică-ți aventurile cu atenție și asigură-te că ai un plan de rezervă pentru orice eventualitate.



**Capricorn:** Pentru Capricornii, aprilie este o lună a realizărilor și a progresului profesional. Ai grijă să nu te pierzi în muncă și să îți păstrezi un echilibru între viața personală și cea profesională.



**Vărsător:** În această lună, Vărsătorii vor fi plini de idei noi și inovatoare, dar ai grijă să nu fii prea impulsiv în implementarea lor. Consultă-ți prietenii sau colegii pentru feedback și fi deschis la sugeriile lor.



**Pesci:** Pentru Pescii, aprilie este o lună a visării și a introspecției. Ai grijă să nu te lași purtat prea departe de vânturile visării și să îți păstrezi picioarele pe pământ. O seară de relaxare cu o carte bună sau cu un film romantic îți va aduce echilibrul de care ai nevoie între lumea reală și cea imaginată.



# Handbalistele Junioare IV au câștigat Campionatul Județean



Echipa de Junioare IV a ACSO Viitorul Pantelimon a reușit o performanță remarcabilă în sezonul acesta, demonstrând talent și multă determinare pe terenul de handbal. Echipa noastră a câștigat campionatul județean și s-a calificat pentru etapa următoare a Campionatului Național de Handbal, Regiunea RO 8 (București-Ilfov). Este o realizare cu atât mai notabilă cu cât sportivele noastre, născute în anul 2011 sau mai tinere, vor concura cu cele mai competitive echipe din București, luptând pentru a obține accesul la Turneul Semifinal.

Alături de echipa noastră, și alte cluburi din Ilfov își vor trimite reprezentantele pentru a face față provocărilor acestui nivel de competiție. Astfel, în această etapă a Campionatului Național, vom vedea pe teren și echipele CSC Cernica, CSO Voluntarii 2005 și ACS Unirea Dobroești, toate pregătite să-și demonstreze abilitățile și să lupte pentru cât mai multe victorii.

Aceste mici handbaliste sunt dovada că atunci când pui pasiune, muncă și determinare, visurile pot deveni realitate. Să le urăm mult noroc și să fim mândri de ele, pentru că ele sunt viitorul handbalului nostru!

# PODIUM LA CAMPIONATUL NAȚIONAL DE KARATE GOJU-RYU

Duminică, 10 martie 2024, pasiunea și determinarea au fost pe deplin demonstrate la Complexul Olimpic Izvorani, unde a avut loc Campionatul Național de Karate Goju-Ryu. Sub îndrumarea antrenorilor Paul Popa și Marius Iacob, sportivii noștri au strălucit pe podium, câștigând o serie de medalii și consolidându-și reputația de campioni.



**Pe primul loc** în clasamentul medaliilor de aur s-au situat cu mândrie următorii sportivi:

Ungureanu Tudor Cristian, cu performanța sa remarcabilă în categoria KUMITE ÎNCEPĂTORI WKI, MASCULIN, COPII 3, -30 KG.

Chivu Amalia, care a cucerit două medalii de aur, în disciplinele KUMITE SHOBU IPPON și KUMITE WKF, la categoria FEMININ, CADEȚI, -61 KG.

În rândul medaliaților de argint, sportivii noștri au continuat să strălucească: Chivu Cosmin a impresionat în competiția KUMITE SHOBU IPPON, MASCULIN, U21,

-84 KG.

Strîmbeanu Alexandra și Andrei David, cu performanțele lor remarcabile în JOC TEHNIC, au adus acasă medalia de argint.

**Medaliile de bronz** au fost, de asemenea, obiective ambițioase pentru sportivii noștri, demonstrând o determinare de neclintit: Păuница Diana și Marioara David s-au remarcat în competiția JOC TEHNIC, câștigând medalia de bronz.

Tudorache Andreea și Chivu Cosmin au strălucit în competițiile de KUMITE SHOBU IPPON și KUMITE WKF.

De asemenea, nu putem să nu îi felicităm pe sportivii noștri care, deși nu au ajuns pe

podium, au demonstrat un spirit de luptă admirabil și au adus puncte prețioase echipei noastre, ocupând locul V în această competiție importantă:

Gheorghiu Alexandra Ioana - JOC TEHNIC FEMININ, COPII 1, -25 KG

Mitu Aida - KUMITE SHOBU IPPON, FEMININ, CADEȚI, -61 KG, KUMITE WKF, FEMININ, CADEȚI, -61 KG

Zama Andra - KUMITE SHOBU IPPON, FEMININ, JUNIORI, -53 KG

Aceste performanțe extraordinare sunt rezultatul muncii grele, devotamentului și talentului sportivilor ACSO Viitorul Pantelimon, susținuți de antrenorii lor!

# PANDIȘPAN CU MURE

**INGREDIENTE**  
**Pentru pandișpan:**  
 - 250 g unt nesărat, la temperatura camerei;  
 - 425 g zahăr;  
 - 1 linguriță pastă de vanilie;  
 - 5 ouă;

- 180 ml lapte integral;  
 - 340 g făină simplă, cernută, plus o lingură suplimentară pentru fructe;  
 - două lingurițe praf de copt;  
 - un vârf de cuțit de sare;  
 - 225 g mure pentru topping;  
 - 350 g iaurt grecesc;  
 - o lingură de miere;  
 - 100 g mure;  
 - flori comestibile (optional).

**ECHIPAMENTE**  
 Veți avea nevoie de: tavă rotundă de tort de 23 cm diametru, unsă cu unt, apoi tapetată (bază și laturi) cu

hârtie de copt.  
**METODA DE PREPARARE**

- Încălziți cuptorul la 180°C /Gaz 4.
- Bateți untul, zahărul și vanilia cu mixerul la viteză medie, timp de 2-3 minute, până devine palid și cremos.
- Cu mixerul la viteză mică, adăugați ouăle pe rând, bănd bine între fiecare adaos (nu va faceți griji dacă amestecul se taie ușor - se va uni când adăugați făina).
- Adăugați treptat laptele și amestecați bine pentru a se combina. Folosind o lingură de metal, încorporați în amestec făina, praful de copt și sarea.
- Puneți murele într-o

pungă mică de plastic cu o lingură suplimentară de făină și scuturați-le. Amestecați-le apoi cu compoziția.

6. Turnați amestecul în tava pregătită și coaceți-l timp de 50-60 de minute, până când se rumenesc și o scobitoare introdusă în centru iese curată. Scoateți pandișpanul pe un suport de metal și lăsați-l să se răcească complet (aproximativ 1-2 ore).

7. Între timp, faceți toppingul. Folosind o lingură de lemn, bateți împreună iaurtul grecesc și mierea, într-un bol.

8. După ce tortul este complet răcit, întindeți crema de iaurt deasupra. Decorați cu mure și flori comestibile, dacă doriți.



**Telefoane Utile:**

Dirrecția de Asistență Socială Pantelimon: 021.301.70.84  
 Primăria Pantelimon: 021.303.24.42  
 Ecovot: 021.270.30.67  
 Poșta Pantelimon: 021.351.57.83  
 Grădinița nr. 1 Pantelimon: 021.351.35.85  
 Școala Gimnazială nr. 1 Pantelimon: 021.313.51.52  
 ACSO Viitorul Pantelimon: 031.438.06.19  
 Poliția Locală Pantelimon: 0752.297.114

Policlinica Pantelimon: 0371.128.690  
 Premier Energy: 021.231.03.21  
 SC Apă-Canal Ilfov SA: 037.420.52.00  
 Biserica Sf. Nicolae - Pantelimon: 0772.241.755  
 Biserica Sfinții Arhangheli Mihail și Gavriil Pantelimon: 0726.421.106  
 Ambulanță, poliție, situații de urgență: 112  
 Direcția de Gospodărie Locală: 021.301.70.96 / 0752.302.830