

Preparate utilizate de Terapia cu plante pe cale internă

PAGINA 5

Tratamentele pentru acnee trebuie completate de alimentație și îngrijirea pielii

PAGINA 8

Rujul a fost creat și purtat pentru prima dată acum 5000 de ani

PAGINA 7



Anul XV Nr. 736

Duminică 28 mai 2017

Informația de **Duminică**

Se distribuie împreună cu Informația Zilei

În perioada 1784 - 1938, populația Tășnadului a evoluat de la 1.750 la 5.860 persoane



În anii '30, Tășnadul era reședință de plasă, având primar, notar, casier, post de jandarmi, judecătorie, percepție și alte oficii

PAGINA 3

Regele Olandei e copilot pe rute europene

Regele Olandei, Willem-Alexander, a recunoscut că timp de două decenii a zburat cu KLM, în calitate de copilot, această pasiune ajutându-l să se relaxeze și să se detașeze de îndatoririle regale, informează compania aviatică.

Willem-Alexander a păstrat discreția de fiecare dată când a fost la bordul aeronavelor. "Avantajul de a fi copilot constă în faptul că nu este nevoie să-mi spun numele. Întotdeauna când le urez pasagerilor un zbor plăcut alături de noi, menționez doar numele căpitanului și al echipajului. Deci nu trebuie să mă prezint", a spus regele.

Suveranul olandez a precizat că se antrenează în prezent pentru a pilota aeronavele Boeing 737 din flota KLM. Regele va continua să zboare de două ori pe lună în calitate de copilot, la fel cum obișnuia în timp ce pilota avioanele de dimensiuni mai mici, Fokker 70. Acesta alege de obicei zborurile scurte, ca să poată reveni rapid în Olanda în caz de urgență.

Roger Moore, zis "Sfântul", a trecut în lumea sfinților

Roger Moore s-a născut la 14 octombrie 1927, în Stockwell, Londra. "Cu un repertoriu de expresii limitat, este interpretul elegant, agreabil, al unor celebri supereroi din filmele de acțiune precum Simon Templar, zis "Sfântul", într-un serial foarte popular în anii '70-'80 în România, și James Bond, zis Agentul 007", potrivit volumului "Dicționar de cinema", Ed. Univers Enciclopedic, 1997.

Playboy pe ecran, Roger Moore a avut mai multe cuceriri și în viață. El a fost căsătorit de patru ori. "O soție bună este cea mai bună rețetă pentru a rămâne în formă", a explicat el în 2007.

PAGINA 2



Fișă de scriitor

Alexandru Zotta: "Ideal ar fi ca prietenii artistice să se regăsească sub semnul afirmării culturale a unei comunități, al cultivării valorilor comune"

PAGINILE 10-11



Trump devine primul președinte american care vizitează Orașul Vechi din Ierusalim

Donald Trump a devenit luni primul președinte american în funcție care vizitează Orașul Vechi din Ierusalim. În vizită în Israel, Trump s-a oprit și la Biserica Sfântului Mormânt, împreună cu soția sa, Melania.

Reprezentanților media nu li s-a permis să-l însoțească pe Donald Trump în timpul vizitei sale private în interiorul lăcașului de cult, construit pe locul unde se crede că a fost crucificat și îngropat pentru ca apoi să învie Iisus Hristos.

Vizita de două zile a președintelui american a determinat ridicarea nivelului de alertă în orașul sfânt, peste 10.000 de agenți fiind

mobilizați pentru asigurarea pazei, potrivit purtătorului de cuvânt al poliției israeliene Micky Rosenfeld.

Donald Trump a ajuns și la Vatican, unde a fost primit de Papa Francisc. Suveranul Pontif l-a primit pe miliardarul republican într-o audiență privată. Papa argentinian i-a oferit președintelui republican exemplare ale celor trei documente importante cu învățături ale sale, așa cum procedază de obicei cu șefii de stat.

Cadoul pe care i l-a oferit Trump lui Francisc s-a aflat într-o cutie mare și albastră. El i-a spus Suveranului Pontif că sunt "cărți ale lui Martin Luther King".

Manuela Băcăoanu, o moață din Apuseni a ajuns pelerin pe Drumul Sfântului Iacob din Spania

Cartea "Între pământ și cer pe Camino de Santiago" se prezintă sub forma unui jurnal în care pelerinul Manuela Băcăoanu descrie fiecare zi petrecută pe Camino, se descoperă pe sine, trăiește cu intensitate fiecare moment, se bucură de fiecare petec de cer, de natura cu splendorile ei, de absolut tot



ce i-a oferit fiecare zi. Cartea Manuelei Băcăoanu îl introduce pe cititor în atmosfera fascinantă pe care o dă Camino de Santiago, te ia ca partener de drum și îți arată că fericirea stă în lucruri simple, pentru care ar trebui să fim

recunoscători.

PAGINA 4

Playboy pe ecran, Roger Moore a avut mai multe cuceriri și în viață. El a fost căsătorit de patru ori. "O soție bună este cea mai bună rețetă pentru a rămâne în formă", a explicat el în 2007.

Tudor Vladimirescu a fost asasinat în 27 mai 1821

Moartea revoluționarului Tudor Vladimirescu este și astăzi plină de mister, mai ales că legenda spune că el ar fi supraviețuit atentatului din 1821 și ar fi slujit, apoi, mulți ani ca și călugăr la Mănăstirea Polovragi.

Tudor Vladimirescu, revoluționarul din Vladimiri Gorjului, a pierit în urma unui complot pus la cale de căpeteniile grecești Iordache Olimpiotul, Ioan Farmache, Hași Prodan și Dimitrie Macedonschi, ultimii doi din tabăra lui Tudor. Aceștia își vor justifica gestul chiar în perioada evenimentelor respective: "Slugerul Teodor, nesocotind asigurările date și jurământul întărit prin sfânta evanghelie, anume: «a susține drepturile poporului în această țară și a nu se abate în această privință de la calea cea dreaptă», și lucrând po-trivnic tuturor învoielilor, a jefuit țara, după cum avem convingerea, a deșertat-o de toți banii, pe ostași nu i-a plătit, și a dat porunci să fie omorâți în ascuns unii dintre bieții panduri, precum și alții, fără vreo cercetare judecătorească; iar pe alții i-a executat în public. Aflând noi de aceste fapte nelegiuite ne-am întrunit și sfătuindu-ne împreună l-am declarat pe acest sluger nevrednic de slujbă ostășască. De aceea am scris și am rugat pe vornicul Grigorie Băleanu să vină încoace pentru a lua locul său, precum îl și așteptăm".

"Din tot acest document care este cunoscut de istorici doar un singur lucru era adevărat, Tudor Vladimirescu s-a arătat necruțător cu manifestările de indisciplină din rândurile oștirii. După documentele vremii, între București și Golești au fost omorâți douăzeci și patru de panduri, pentru diferite furturi sau jafuri", consideră istoricul gorjean Cornel Șomăcu.

Domnul Tudor a fost ridicat din tabăra de la Golești inițial pentru o întâlnire cu Alexandru Ipsilanti, și totul s-a transformat într-o crimă în noaptea de 26 spre 27 mai 1821. Memoria istorică a reținut cuvintele lui Tudor: "Veți să mă omorâți? Eu nu mă tem de moarte. Eu am înfruntat moartea în mai multe rânduri. Mai înainte de a ridica steagul spre a cere drepturile patriei mele, m-am îmbrăcat în cămașa morții. Turcii sunt în țară, dar nu sunteți în stare, și nu veți fi niciodată, a vă bate cu dâșii cu ispravă. Hoților și tâlharilor, dacă sunteți oameni vrednici, duceți-vă și vă bateți cu turcii(i) și-i scoateți din țară, dar nu cu mine un om desarmat. Și să știți că trupurile voastre o să le mănânce câinii(i), Țări(i) Românești și păsările prin munți".

Pandurilor li s-a ascuns că Tudor a fost omorât, de teama unei revolte a adunării norodului.

Roger Moore, zis "Sfântul", a trecut în lumea sfinților

Actorul britanic Roger Moore, devenit celebru în urma rolului din seria televizată "The Saint" (Sfântul) și a aparițiilor în șapte filme James Bond, a murit marți, în Elveția, la vârsta de 89 de ani, de cancer, relatează AFP.

"Cu inima grea trebuie să anunțăm decesul tatălui nostru iubit, Sir Roger Moore, astăzi, în Elveția, după o scurtă, dar curajoasă luptă împotriva cancerului", au scris copiii actorului pe contul său de Twitter.

"Dragostea care l-a înconjurat în ultimele sale zile a fost atât de mare încât este imposibil de cuantificat în cuvinte", au scris fiica sa Deborah și fiii săi Geoffrey și Christian într-un comunicat.

Roger Moore a trăit multă vreme la Gstaad, în cantonul Berna, unde trăiesc numeroase celebrități cu bani, iar apoi s-a mutat în cantonul Valais, la Crans Montana, o altă stațiune pentru sporturi de iarnă.

În 2003, actorul a fost aproape de moarte după ce s-a prăbușit pe o scenă din New York, din cauza unui stop cardiac. "Mi se pare că am leșinat", a spus el după ce și-a recăpătat cunoștința, folosind un eufemism tipic englezesc. În urma incidentului i-a fost instalat un stimulator cardiac.

Roger Moore s-a născut la 14 octombrie 1927, în Stockwell, Londra. "Cu un repertoriu de expresii limitat, este interpretul elegant, agreabil, al unor celebrii supereroi din filmele de acțiune precum Simon Templar, zis "Sfântul", într-un serial foarte popular în anii '70-'80 în România, și James Bond, zis Agentul 007", potrivit volumului "Dicționar de cinema", Ed. Univers Enciclopedic, 1997.

În 1953 s-a mutat în SUA

Născut în sudul Londrei și cu un tată polițist, tânărul Moore a fost mutat din școală în școală datorită evacuării provocate de Al Doilea Război Mondial. După ce a activat în armată ca ofițer, el a avut mai multe slujbe înainte de a primi un rol de figurant în 1944 în "Cezar și Cleopatra", cu Vivien Leigh. Unul dintre realizatori l-a remarcat și l-a îndrumat spre prestigioasa școală dramatică londoneză Royal Academy of Dramatic Art (RADA).

După război, a încercat fără succes să facă o carieră la Hollywood înainte de a se întoarce în Anglia în anii '50, unde a primit rolul principal în serialul "Ivanhoe". Acest personaj îi va deschide porțile micului ecran, ducând la selecționarea sa pentru "The Saint" și la gloria internațională.

În 1953 s-a stabilit în SUA. Talentat, a semnat un contract cu MGM. S-a bucurat repede de succes cu filme ca "The Last Time I Saw Paris" (1954), "Interrupted Melody" (1955) și "Diane" (1956). Moore a început să lucreze în televiziune în anii '50, în show-urile "Ivanhoe" (1958-1959) și "The Alaskans" (1959-1960). În 1962, a dat lovitură datorită rolului din "Sfântul", potrivit imdb.com. Serialul l-a transformat într-un superstar mondial, dar nu a reușit să câștige simpatia americanilor.

Dorind să schimbe acest lucru, a decis să apară, alături de Tony Curtis,



În 1962, a dat lovitură datorită rolului din "Sfântul". Serialul l-a transformat într-un superstar mondial, dar nu a reușit să câștige simpatia americanilor

în "The Persuaders!" (1971). Cu toate că în Europa a fost extrem de popular, filmul s-a dovedit a fi un eșec în SUA și a fost anulat. Cu puțin înainte de a face acest serial, Moore a jucat în lungmetrajul "The Man Who Haunted Himself" (1970), care a arătat că Moore era capabil de mult mai mult decât arătase până atunci.

Seria James Bond

I s-a oferit apoi rolul lui James Bond și, odată ce publicul s-a obișnuit cu diferențele de stil dintre el și Sean Connery, a fost filmată o întreagă serie. "Live and Let Die" (1973), primul său film ca James Bond, a avut mai mult succes decât "Diamonds Are Forever" (1971), ultimul film în care eroul era interpretat de Connery.

Între timp, a avut roluri de succes în pelicule ca "That Lucky Touch" (1975), "Shout at the Devil" (1976), "The Wild Geese" (1978), "Escape to Athena" (1979). În ciuda faimei câștigate ca James Bond, americanii nu i-au acordat pe deplin credit până la filmul "The Cannonball Run" (1981), în care a jucat alături de Burt Reynolds.

După terminarea aventurilor Agentului 007, oferta de roluri pentru Moore nu a mai fost așa de generoasă. Totuși, a jucat în "Fire, Ice & Dynamite" și în comediele "Bullseye!" (1990), cu Michael Caine și "Bed & Breakfast" (1991).

Au urmat filmele de televiziune "The Man Who Wouldn't Die" (1995), "The Quest" (1996), cu Jean-Claude Van Damme, seriialele "The Dream Team" (1999) și "Boat Trip" (2002). A asigurat vocea în peliculele "Here Comes Peter Cottontail: The Movie" (2005) și "Agent Crush" (2008). A mai avut apariții în "Cats & Dogs: The Revenge of Kitty Galore" (2010) și "A Princess for Christmas Edward" (2011), "Incompatibles" (2013).

Cavaler al Imperiului Britanic

În octombrie 2003, Palatul Buckin-



"Live and Let Die" (1973), primul său film ca James Bond, a avut mult succes

gam a anunțat acordarea de către regina Elisabeta a II-a a titlului de Cavaler al Imperiului britanic actorului Roger Moore. El a mai fost recompensat pentru serviciile sale în calitate de ambasador al Bunăvoinței pentru UNICEF, titlu pe care l-a deținut din 1991.

La 11 octombrie 2007, Moore a primit o stea pe "Hollywood Walk of Fame" pentru munca sa în televiziune și film. Roger Moore a participat la ceremonie însoțit de membrii familiei și de prietenii săi apropiați, printre care și uriașul Richard Kiel, care a jucat unul dintre personajele negative ale filmelor din seria 007.

A avut patru neveste și trei copii cu una dintre ele

Playboy pe ecran, Roger Moore a

avut mai multe cuceriri și în viață. El a fost căsătorit de patru ori. "O soție bună este cea mai bună rețetă pentru a rămâne în formă", a explicat el în 2007. Cu italianca Luisa Mattioli, cea de a treia sa soție, a avut trei copii.

El a declarat totuși că cel mai mare rol la jucat în slujba UNICEF. Numit în 1991 ambasador itinerant al UNICEF, el a străbătut întreaga lume pentru a milita pentru cauza copiilor în nevoie.

"Să ridici sprâncenele pentru rolul Bond era un lucru, dar să sensibilizezi opinia publică pentru cauza copiilor este mult mai important", a declarat el pentru BBC la 15 iunie 2003. De altfel pentru misiunea sa de ambasador UNICEF și nu pentru cariera sa de actor a fost înnoțat Roger Moore de regina Elisabeta a II-a.

A consemnat V. A.

În 1937, bugetul Tășnadului era 2.560.594 lei. Din impozite se încasau 78% din venituri. Din analiza bugetului de sănătate publică rezultă următoarele cheltuieli: ajutor infirmilor 5000 lei; transport CFR săraci 3.000 lei; ajutor săraci 5.000 lei; ajutor boală funcționari 8.000 lei; umplerea ghețarului 1.200 lei; ajutor social notari 600 lei; salubritate 49.600 lei; vaccinări 1.500 lei; moașa 10.400 lei; total 84.300 lei. Costul sănătății publice per capita era de 15 lei.

În perioada 1784 - 1938, populația orașului Tășnad a evoluat de la 1750 la 5860 persoane

În anii '30, Tășnadul era reședință de plasă, având primar, notar, casier, post de jandarmi, judecătorie, percepție și alte oficii

Recent, în revista trimestrială de cultură "Mărturii Culturale", Anul I, nr. 4 (octombrie-decembrie 2016), a apărut un material semnat de dr. Marin Pop de la Muzeul Județean de Istorie și Artă Sălaj, având titlul "Aspecte privind evoluția demografică și socio-economică a orașului Tășnad".

Redăm o parte din acest material care privește istoria Tășnadului în perioada 1784 - 1938.

În ultimul deceniu al secolului al XVIII-lea, situația economică și socială în Tășnad nu diferă mult de restul sateelor din Transilvania. În perioada 1784-1787, are loc primul recensământ general al populației din întreaga Transilvanie, realizat la comanda împăratului Iosif al II-lea. Evident că scopul recensământului a fost acela de a cunoaște forța de muncă existentă în Imperiu, cu scopul de a o folosi atât în plan economic cât și militar. Totodată, pentru a stabili impozite, în special nobilimii transilvănene, care s-a opus cu îndârjire efectuării recensământului. Recensământul a durat mai mult și datorită faptului că aproape întreaga Transilvanie a fost cuprinsă de răcoala condusă se Horea, Cloșca și Crișan.

Pentru noi, însă, datele recensământului au o valoare istorică deosebită. Avem astfel posibilitatea de a ne face o imagine asupra evoluției socio-economice și demografice a localităților. Din datele recensământului rezultă că în Tășnad existau 339 case și 382 familii. Structura populației era următoarea: populația locală - 1750; plecați - 66; veniți - 37; nr. populației prezente - 1721; bărbați căsătoriți - 358; necăsătoriți - 536; total bărbați - 894; nr. femeilor - 856; preoți - 3. Dintre bărbați: nobili - 95; orășeni - 47; țărani - 60; moștenitorii țăranilor sau orășenilor - 57; jeleri - 224; alții - 67; militari lăsați la vatră - 3; copii între 1-12 ani - 269; între 13-17 ani - 64; total bărbați - 894. Tabelul se încheie prin a evidenția, încă o dată, numărul de bărbați. Probabil că se dădea o mare importanță bărbaților, fiindcă erau folosiți atât din punct de vedere economic, cât și militar.

Recensământul din 1880

Spre sfârșit de secol XIX, conform recensământului din 1880, populația Tășnadului a ajuns la 3.375 locuitori, care trăiau în 589 case. După limba maternă vorbită, 411 se declarau români, 2.721 maghiari, 77 germani, 6 ruteni, 69 alte naționalități, 2 străini și 89 limba maternă necunoscută. După religie, 564 locuitori se declarau aparținători ai cultului greco-catolic, deci mai mulți decât populația care se declara, oficial, cu limbă maternă românească, 1.064 erau romano-catolici, 1.333 reformați, 6 evanghelici, 407 izraeliți și 1 de altă religie neprecizată. După cum se poate observa, populația de etnie evreiască declara limba maghiară ca limbă maternă, la fel ca marea majoritate a șvabilor. Față de alte sate din jur, observăm și un grad destul de ridicat de alfabetizare, respectiv 1.480 de locuitori. De exemplu, Sărauadul, dintr-o populație de 1.093 locuitori avea doar 216 persoane alfabetizate.

Recensământul din 1900



Imagine din Tășnad de la începutul secolului. Clădirea înaltă este sediul școlii elementare

La început de secol XX, conform recensământului populației din anul 1900, localitatea Tășnad avea o suprafață de 4.906 jugăre. Numărul populației a crescut mult în cei 20 de ani, respectiv de la 3.375 locuitori, cât avea localitatea la recensământul din 1880, la 4.274 locuitori în 1900. Numărul de case crește și el la 731. După limba maternă, 687 locuitori se declarau vorbitori de limba română, 3.580 de limba maghiară, 2 germană, 2 slovacă și 3 alte limbi. După religie, 9 locuitori declarau că aparțin cultului ortodox, 989 cultului greco-catolic, 1.314 romano-catolici, 1.341 reformați, 10 evanghelici, un unitarian și 610 izraeliți. Observăm că din cele 77 persoane care se declarau vorbitori de limbă germană în anul 1880, mai erau doar două persoane. Probabil că și șvabii s-au declarat la anul 1900 ca vorbitori de limbă maghiară.

Populația pe sexe se prezenta în felul următor: 2.055 bărbați și 2.219 femei. După stare civilă, 2.434 erau necăsătoriți, 1.567 căsătoriți, 266 văduvi și 7 divorțați. Pereții caselor erau din piatră sau cărămidă la 62 case, din piatră sau pământ la 121 case, chirpici sau pământ la marea majoritate (325 case) și din lemn sau altceva la 223 case. Acoperișul era din țiglă la 76 case, la 242 era din șindrilă, iar la 413 era din trestie sau paie. În ceea ce privește gradul de alfabetizare, 2.413 persoane știau scrie și citi, iar 3.994 știau ungurește.

Recensământul din 1910

În decurs de numai 10 ani, conform recensământului din anul 1910, populația Tășnadului crește spectaculos la 5.030 locuitori. La fel și numărul de case crește la 810. Scade, însă, în mod îngrijorător numărul populației care se declara, oficial, vorbitoare de limba română și crește numărul celor care se declarau vorbitori de limbă maghiară, ca efect, credem noi, a politicii tot mai pronunțate de maghiarizare forțată. Astfel, doar 236 persoane declară ca limbă ma-

ternă limba română, în timp ce din apartenența religioasă reies 1.069 greco-catolici și 2 ortodocși. Numărul celor care declarau limba maghiară ca limbă maternă crește la 4.763. Mai existau 26 persoane de limbă germană, 3 slovacă și 2 alte limbi. După religie, pe lângă cei amintiți mai sus, adică românii, 1.683 persoane aparțineau cultului romano-catolic, 1.592 cultului reformat, 14 evanghelici, un unitarian și 669 evrei.

Pe sexe, avem o situație mai echilibrată decât în anul 1900, respectiv 2.506 erau bărbați și 2.524 femei. După starea civilă, 2.931 erau necăsătoriți, 1.840 căsătoriți, 250 văduvi și 9 divorțați.

Pereții caselor erau din piatră sau cărămidă la numai 38 de case, în scădere față de anul 1900, din piatră și pământ la 204, aproape dublu față de anul 1900. Chirpiciul sau pământul rămâne predominant, respectiv la 387 case, iar din lemn sau altceva mai erau 181 case. În privința acoperișului se observă o schimbare semnificativă, respectiv numărul caselor acoperite cu țiglă crește la 206, față de 76 case în anul 1900. Aproximativ tot atâtea case (202) aveau acoperișul din șindrilă, în scădere față de anul 1900, dar rămâne constant numărul de case sărăcicioase, care erau acoperite cu paie, respectiv 402 case, cu doar 11 case mai puțin decât în anul 1900.

Gradul de alfabetizare crește și el, persoanele care știau carte ajungând la 3.038, iar persoanele care știau ungurește la 4.995.

Majoritatea populației se ocupa cu agricultura și creșterea animalelor, însă și aici, ca de altfel în întreaga țară, problema agrară se cerea rezolvată fără nici o întârziere. Cu toate acestea neajunsuri, înainte de război „starea economică a țăranului poate fi privită de mulțumitoare”.

23 iulie 1908, înființarea Băncii "Vulturul"

Din punct de vedere economic, un moment important pentru populația ro-

mânească din Tășnad l-a constituit înființarea băncii „Vulturul”, cea de a patra bancă românească din Sălaj, după „Silvania” din Șimleu, „Sălăjana” din Jibou și „Codreana” din Băsești. Adunarea de constituire a băncii „Vulturul” a avut loc pe data de 23 iulie 1908. Inițiatorul și primul președinte al băncii, până la moartea sa fulgerătoare survenită în anul 1924, a fost fruntașul politic român Coriolan Steer.

Tot din prima schiță monografică a Sălajului aflăm că la anul 1908, Tășnadul avea 153 „fumuri” (case) românești, cu 712 „suflete de religiuina gr. cat.”. Despre biserica de piatră se spune că a fost edificată la anul 1893, iar cheltuielile construcției s-au ridicat la 14.000 coroane. Școala confesională românească din Tășnad avea învățător calificat, cu un salariu de 1.200 coroane, din care statul plătea 900 coroane. La această școală învățau 92 copii, iar la cursurile de „repetițiune” 36. Adulți știutori de carte dintre români erau doar 36, iar alegători 32. O situație foarte tristă, am spune noi, dacă ne uităm mai sus la datele recensământului general din anul 1910.

După Marea Unire de la 1 Decembrie 1918 a urmat o perioadă de profunde transformări economice, sociale și politice, care a dus la îmbunătățirea nivelului de trai și la creșterea numărului populației. Viața locuitorilor se îmbunătățește prin aplicarea Reformei agrare din anul 1921, cei săraci, biserica greco-catolică, școala și alte instituții publice primind pământ, pășuni și păduri.

Ocupația principală, agricultura

Ocupația principală a locuitorilor din Tășnad rămâne agricultura, dar mai existau 87 comercianți, 3 industriași, 149 meseriași, 26 liber profesioniști și 82 de funcționari.

Agricultorii, în speciali șvabii erau bine situați din punct de vedere economic, având case frumoase cu mai multe încăperi. Funcționarii locuiau mai mult cu chirie.

Se cultivau în special cerealele și porumbul, dar se ocupau și cu viticultura. De exemplu, în anul 1937, după cum rezultă din monografia sanitară întocmită de către medicul de circumscripție, dr. Nicolae Pop, au fost cultivate următoarele suprafețe: grâu 1.060 ha, porumb 880 ha, orz 300 ha, secară 498 ha, vie 400 ha, fână și pășune 524 ha, restul pădure și tufișuri.

Se creșteau și multe animale. Tot din monografia amintită aflăm că în Tășnad se creșteau 304 cai, 989 vite cornute, ovine mai puțin (doar 118 capete) și 1.245 porci. Fauna sălbatică era săracă: erau mulți iepuri, rar vulpi.

Deși erau oameni gospodari, traiul zilnic în perioada respectivă nu era unul ușor. Ziua de lucru dura în timpul campaniei agricole și până la 15 ore de lucru, pentru care se plăteau între 50 și 80 lei.

Față de alte sate se observă totuși o menajare a femeilor și copiilor, în special a femeilor însărcinate, care în alte zone nășteau chiar pe câmp. Pornind de la intelectuali, agricultorii mai bine situați menajau femeile însărcinate. Doar de la seceriș nu se făcea nici o excepție, „când lucrează din greu toată lumea, cu mic și mare”.

Din punct de vedere industrial, Tășnadul era bine dezvoltat, având două mori cilindrice cu valțuri, atelier de tâmplărie artistică și uzină electrică.

Buget de 2,5 milioane lei

Din punct de vedere al organizării administrativ-teritoriale, Tășnadul era reședință de plasă, având primar, notar, casier, post de jandarmi, judecătorie, percepție și alte oficii.

Despre buget, în monografia sanitară se susține că nu era deficitar și se ridică la suma de 2.560.594 lei. Din impozite se încasau 78% din venituri. Nu avea împrumuturi. Bugetul serviciilor de sănătate publică era de 84.300 lei. Din analiza bugetului de sănătate publică rezultă următoarele cheltuieli: ajutor infirmilor 5000 lei; transport CFR săraci 3.000 lei; ajutor săraci 5.000 lei; ajutor boală funcționari 8.000 lei; umplerea ghețarului 1.200 lei; ajutor social notari 600 lei; salubritate 49.600 lei; vaccinări 1.500 lei; moașa 10.400 lei; total 84.300 lei. Costul sănătății publice per capita era de 15 lei.

Străzile erau pavate cu piatră, în centrul comunei exista trotuar de asfalt, în rest trotuar de lemn, iar iluminatul străzilor se făcea cu electricitate.

Școlile erau „edificii de pildă, cu curățenie și condițiuni igienice”, având cubaj coresponsător și iluminată bună. Încălzitul școlilor se făcea prin sobe de fier, curtea largă, latrinele curate.

În aceste condiții și frecvența școlară era „cât se poate de bună”. Procentul analfabeților era de numai 2-3%, foarte scăzut față de satele din zonă și se recruta din foștii servitori și cei care erau elevi de școală în timpul Primului Război Mondial.

A crescut natalitatea populației dar, din păcate, foarte mare era și mortalitatea, în special cea infantilă.

Numărul locuitorilor ajunge în anul 1938 la 5.860, dintre care, după etnie, 1.598 erau români, 1.468 unguri, 1.928 germani, 782 evrei, 28 alții. Aici credem că cifrele adevărate ceea ce subliniam în cazul recensământelor de dinainte de 1918 și anume că șvabii declaraseră limba maghiară, ca limbă maternă, iar după Marea Unire și-au declarat propria identitate, cea germană.

“Trebuie să vii aici pe Camino, ca să-ți dai seama cât de fericit ești de fapt, cât de minunată e viața și cât de recunoscători trebuie să fim pentru tot ceea ce ni se întâmplă” este un gând al autoarei în timp ce se afla pe Drumul Sfântului Iacob un drum al purificării de sine.

Manuela Băcăoanu, o moață din Apuseni a ajuns pelerin pe Drumul Sf. Iacob din Spania

Ea a parcurs pe jos peste 800 de kilometri în 34 de zile

Biblioteca Județeană Satu Mare a fost de curând gazda unei lansări de carte scrisă de un pelerin pe Camino de Santiago (Drumul Sfântului Iacob), un drum de sute de kilometri din Spania pe care an de an îl străbat mii de pelerini veniți din toate colțurile lumii. Printre ei se numără și Sanda Manuela Băcăoanu, autoarea cărții - “Între pământ și cer pe Camino de Santiago”, o moață din munții Apuseni, așa cum îi place să-și spună.

Mănată de dorința de a pași pe drumul purificării de sine, de a se descoperi în cel mai autentic mod cu putință a urcat în tren, a lăsat Clujul în depărtare pentru a trăi o adevărată aventură. Cu harta în mână a luat la pas de una singură un drum de peste 800 de kilometri în 34 de zile, s-a conformat la toate rigorile locului ca un adevărat pelerin, cu rucsacul în spate și un “El Băto” în mână, a poposit în locuri încărcate de istorie, ca în final să exclame: Camino înseamnă Trăire! Fericire! Iubire!

Directorul adjunct al bibliotecii, Paula Horotan a făcut o prezentare a autoarei și a celor două cărți pe care le-a lansat la Satu Mare: “Între pământ și cer pe Camino de Santiago” (a doua ediție) și romanul “Când soarele răsare la apus”.

Despre prima carte a vorbit preotul iezuit Iulian Budău de la Biserica Calvaria, un cunosător al acestui drum pe care l-a parcurs de câteva ori. Preotul Iulian a spus din capul locului că a “fumat” cartea, a citit-o în câteva ore, retrăind fiecare buchiță de drum.

A găsit în rândurile scriitoarei un



Manuela Băcăoanu alături de preotul Iulian Budău, profesoara Alis Popa și directoarea adjunctă a Bibliotecii, Paula Horotan

om curajos, plin de viață, sincer, într-un cuvânt un pelerin de toată ispravă.

Cartea “Între pământ și cer pe Camino de Santiago” așa cum a mărturisit autoarea a fost scrisă la aproximativ un an și jumătate după ce s-a întors de pe Camino și a reprezentat un impuls al inimii de a pune pe hârtie experiențele trăite acolo.

“Trebuie să vii aici pe Camino, ca să-ți dai seama cât de fericit ești de

fapt, cât de minunată e viața și cât de recunoscători trebuie să fim pentru tot ceea ce ni se întâmplă” este un gând al autoarei în timp ce se afla pe Drumul Sfântului Iacob un drum al purificării de sine.

Cartea se prezintă sub forma unui jurnal în care pelerinul Manuela Băcăoanu descrie fiecare zi petrecută pe Camino, se descoperă pe sine, trăiește cu intensitate fiecare moment, se bucură de fiecare petec de

cer, de natura cu splendorile ei, de absolut tot ce i-a oferit fiecare zi.

Cartea Manuelei Băcăoanu îl introduce pe cititor în atmosfera fascinantă pe care o dă Camino de Santiago, te ia ca partener de drum și îți arată că fericirea stă în lucruri simple, pentru care ar trebui să fim recunoscători.

“Într-adevăr, pentru majoritatea oamenilor, nu-i ușor să iasă pur și simplu din zona de confort și să pri-

vească viața din alt unghi veșnicul carusel serviciu-acasă- weekend și mai rar concediu ne-a prins așa de tare încât nu mai putem sări din el, se învârteste cu o viteză amețitoare și ne ține captivi într-o lume iluzorie, incapabili să trăim cu adevărat, niște morți vii ce se mișcă la fel ca marionetele purtate de către păpușari, fără dorințe adevărate, fără puțința de a învia măcar un pic din când în când” este un gând al Manuelei Băcăoanu consemnat în jurnalul de drum.

La fel de profunde se dovedesc a fi învățăturile zilei, pe care autoarea are grijă să le consemneze în jurnalul ei de pelerin. Sunt cuvinte de folos ce îmbină vorbele pline de tâlc ale poporului român completate de propriile păreri, care abordează fiecare întâmplare cu sinceritate, câteodată cu o doză de umor, dar și cu multă înțelepciune.

“Dumnezeu îți dă, dar nu-ți pune în traistă. Dacă liberul tău arbitru o ia razna și iei hotărâri greșite, nu ai pe cine să dai vina. Eventual uită-te în oglindă și strâmbă-te la cel/cea care ți-a făcut pocinogul” - Învățătura zilei a 9-a.

Cea de-a doua carte a autoarei “Când soarele răsare la apus” este de asemenea, o invitație la lectură, de data aceasta autoarea încercându-și condeiul într-un alt stil literar, însă promite că subiectul abordat îl va face pe cititor să nu lase cartea din mână.

Dar mai multe despre cele două cărți și autoarea lor puteți afla urmărind emisiunea “Pelerin pe Camino de Santiago” de la Informația TV, rubrica Info Studio - www.informatiatv.ro.

Mihaela Ghiță

Episcopii catolici declară că în viața creștină nu au ce căuta practicile magice

În primele zile ale lunii în curs, la Cluj-Napoca s-a desfășurat Conferința Episcopilor din România (CER). Lucrările au fost găzduite de Episcopia Greco-Catolică de Cluj-Gherla. Cu acest prilej, ierarhii participanți au emis o declarație, intitulată: “Este imposibil de conciliat o viață creștină cu practicile magice” pe care o redăm întocmai:

Conferința Episcopilor Catolici din România dorește să atragă atenția credincioșilor catolici asupra pericolului reprezentat de proliferarea sectelor și grupurilor spirituale ce fac parte, în cele mai multe cazuri, din bine-cunoscutul curent New Age. Folosind concepte cu rezonanțe creștine (de exemplu: “energie cristică”), și în același timp practici tipice magiei și spiritismului, acestea dezvoltă o spiritualitate confuză și egocentrică, prin recursul la așa-zii “ingeri” sau “ghizi spirituali”, ce ar trebui să dăruiască o iluminare și o vindecare prin intermediul unor vag definite “forțe universale”. Respectiv grupuri manipulează de fapt conceptele cheie ale creștinismului, într-un sincretism fără consistență.

Spre exemplu, una dintre aceste



Conferința Episcopilor din România (CER) s-a desfășurat la Cluj Napoca

erori este dată de confuzia dintre natură și har divin, confuzie recurentă în contextul naturalist în care își au originea aceste practici. Negând transcendența unui Dumnezeu personal iudeo-creștin, se divinizează de fapt energiile create, imanente în această lume, și se ignoră totul despre harul supranatural cu adevărat divin.

Impunerea mâinilor, invocarea energiilor sau a spiritelor, asociate cu o remunerație în bani deloc neglijabilă, pe care adeptul trebuie să o plătească în urma acestor repetate inițieri, sunt elementele ce caracterizează o astfel de spiritualitate confuză.

Între curentele mai des întâlnite, Reiki merită o atenție specială, deoa-

rece proliferază în mod special în societatea românească de astăzi, prezentându-se câteodată ca o formare anexă sau complementară medicinei, alături de o metodă la îndemâna oricui pentru obținerea vindecării și a fericirii. De fapt, Reiki este o practică ocultă, care se bazează pe principiile cheie ale magiei:

- invocarea spiritelor lumii astrale, așa-numitele “ființe spirituale” (pe care tradiția creștină le clasează printre spiritele diabolice), în scopul de a exercita alături de acestea puteri de vindecare;

- se susține că omul este o emanație a energiei divine omniprezente, pe orizontul unui misticism naturalist;

- fiind o emanație, omul poate pretinde omnisciența și omnipotența lui Dumnezeu; este suficient să dobândim stăpânirea energiei în care suntem fundați și de care inițierile succesive ne fac să devenim conștienți.

Suntem, de fapt, în fața unor practici care: a) neagă transcendența divină; b) afirmă divinitatea naturală a omului și, prin urmare, face inutilă recurgerea la un Mântuitor; c) eficacitatea se bazează în întregime pe o alianță cu entități dubioase din lumea astrală, contactate în timpul unui ritual de inițiere ocult.

Pentru binele spiritual al tuturor credincioșilor atragem atenția asupra faptului că este imposibil de conciliat o viață creștină, care se dorește a fi fidelă Revelației (Scriptură, Tradiție și Magisteriu) cu astfel de practici magice.

A consemnat Eva Laczko

Lupusul eritematos este o boală autoimună cu componentă genetică în care sistemul imun devine hiperactiv și atacă țesuturile normale, prin formare de autoanticorpi.

SĂNĂTATE

Preparate utilizate de Terapia cu plante pe cale internă

Cea mai simplă formă utilizată este mastică directă a părții medicinale din plantă care se pretează pentru o anumită afecțiune. De exemplu în răceală asociată cu răgușeală (laringită) se practică mestecarea unei rădăcini de Nalbă-mare (*Althaea officinalis*), de 3-4 ori pe zi, timp de 3 zile, după care răgușeala dispare sau se reduce și vocea revine la forma ei normală, scriu autorii cărții "Terapia cu plante și suplimente alimentare".

O altă formă este înghițirea unei pulberi de plantă obținută dintr-o singură specie de plantă medicinală sau amestec din mai multe specii de plante medicinale. Această pulbere se obține prin măcinarea fină a plantelor medicinale. Extracția substanțelor active din pulberi se face în stomac de către sucul gastric.

O formă modernă de preparate a Terapiei cu plante este reprezentată de extractele concentrate totale, sub formă de pulberi, care se dozează în capsule, pulbere obținută printr-o tehnologie perfecționată, care conține toate substanțele active din plante într-o formă concentrată. Avantajul acestei pulberi constă în concentrația de 20-30 de ori mai mare față de pulberea obișnuită obținută prin măcinare. La aceasta se mai adaugă puritatea microbiologică a produselor obținute prin tehnologie avansată, întrucât se distruge microflora patogenă. Metoda dozării în capsule nu aduce avantajul măsurării precise, posibilității controlului analitic fizico-chimic și microbiologic, siguranța termenului de valabilitate, mânăuirea mai ușoară și fără riscuri. Capsulele se introduc în flacoane de culoare închisă

sau blistere pentru protecția solară.

Soluții extractive apoase – care se prepară dintr-o singură specie de plante medicinale sau amestecuri din mai multe specii de plante medicinale, folosind ca solvent apa care dizolvă substanțele active din plante, dar numai pe cele hidrosolubile, la un pH neutru. De aceea trebuie să corectăm uneori aciditatea prin dedurizarea apei cu bicarbonat de sodiu sau alcalinitatea apei prin acidifiere cu acid citric. Gustul neplăcut al unor soluții extractive se poate corecta prin îndulcirea cu zahăr, miere de albine sau steviozid din planta *Stevia rebaudiana*. Toate soluțiile apoase nu se vor păstra mai mult de 12 ore și nu se vor adăuga conservanți pentru frânarea florei microbiene.

Infuzia – soluție extractivă apoasă obținută prin adăugarea apei care a fiert 2-3 minute peste planta uscată, mărunțită sau proaspătă. De obicei se folosesc ca unități de măsură pentru apă ceașca de 200 ml și pentru plantă lingurița, respectiv 1-2 lingurițe plantă la 200 ml apă. Apa fiartă în clocot se pune peste plantă, se acoperă cu un capac și se lasă 10-15 minute, după care se filtrează cu filtre obișnuite din comerț sau prin tifon. Filtrarea trebuie să fie perfectă atunci când ne spălăm ochii cu infuzie. În cazul folosirii plantei proaspete pentru infuzie cantitatea va fi de 2-3 ori mai mare. Infuzia se practică pentru părțile din plantă care au pereții celulari subțiri, fără îngroșări secundare, cum sunt florile, frunzele și unele părți subțiri din plante sau fructe. Există cazuri când grăbim infuzarea prin umectarea plantelor uscate cu apă caldă, 3 părți apă și o parte plante. Ceaiul sub formă de infuzie se poate prepara și în aparatul de cafea.

Decoctul – soluție extractivă apoasă obținută prin fierberea plantelor. În recipientul de fierbere punem apa măsurată (câte 200 ml pentru un ceai), adăugăm planta mărunțită (câte 1-2 lingurițe pentru un ceai) și punem la fiert până dă primul clocot, apoi continuăm fierberea 5-30 minute, completând din când în când apa evaporată. Decoctul se filtrează fierbinte. Se practică decoctul pentru organele plantelor cu membrană groasă (rădăcini, rizomi, scoarțe, fructe) și mai rar pentru flori și frunze, când urmărind păstrarea uleiurilor esențiale.

Maceratul la rece – se practică pentru acele organe ale plantelor din care substanțele active se extrag la rece, iar căldura le precipită. Este vorba de plante care conțin mucilagi, derivați poliuronici sau substanțe termolabile. Plantele se spală rapid sub jet de apă rece, se mărunțesc și se pun în recipientul pregătit, peste care se pune apă la temperatura camerei (18-21 grade C), în cantitățile menționate în rețetă. Se lasă la macerat 4-8 ore, agitându-se din când în când; nu se va depăși timpul de 8-10 ore, întrucât se pot dezvolta microorganisme. După filtrare maceratul se păstrează la rece sau în frigider, nu mai mult de 48 de ore. Maceratul la rece se practică pentru rămurele cu frunze de Vâsc (*Folium Visci albi*), Nalbă-mare (*Radix Althaeae*), semințe de In (*Semen Lini*).

Continuarea o puteți citi în numărul următor.

Cartea se găsește la cele două magazine Hypericum din municipiul Satu Mare:



Str. Drumul Careiului, nr. 4-5
Tel: 0261 740 121

Tel/fax: 0262 271 338 ; 0262 372 695
Tel comenzi: 0262 263 048

Str. Ștefan cel Mare, nr. 5
Tel: 0261 716 450

Producător:
HYPERICUM IMPEX S.R.L.
Sediul: Baia Sprie, str. Gutinului, nr. 3A, Maramureș, România

E-mail: office@hypericum-plant.ro
sau hypericumimpex@yahoo.com
Pentru mai multe informații cu privire la produsele noastre și pentru oferte, vă rugăm să accesați site-ul:

www.hypericum-plant.ro

Lupusul eritematos, boala care afectează femeile tinere

În fiecare an la data de 10 mai este marcată Ziua Mondială a Lupusului, o boală denumită "marele imitator" datorită numeroaselor simptome care o fac ușor de confundat cu cele ale unor afecțiuni mai comune, iar din acest motiv devine greu de diagnosticat.

Fiind o boală puțin cunoscută, diagnosticarea durează foarte mult (în medie, 4 ani) și presupune consultarea a 3 medici diferiți. Fără informare și în lipsa diagnosticului, tratamentul nu e corespunzător, boala se agravează, iar șansele pacienților scad. Ce este și mai grav- boala afectează în proporție de 90% femeile active, tinere, scrie scoalapacientilor.ro.

Lupusul eritematos este o boală autoimună cu componentă genetică în care sistemul imun devine hiperactiv și atacă țesuturile normale, prin formare de autoanticorpi. Astfel apar afecțiuni ale unui organ sau mai multor organe interne, cele mai frecvent implicate fiind pielea, sistemul osteo-articular, rinichii, sistemul nervos, plămâni.

Lupusul eritematos poate afecta doar țesutul cutanat (Lupusul eritematos cronic discoid, Lupusul subcut și cel acut) sau poate cuprinde mai multe



organe – Lupusul eritematos sistemic (LES).

Lupusul eritematos cutanat este și cel mai precoce diagnosticat datorită modificărilor la nivelul pielii care constau în plăci eritematoase rotund-ovale, atrofici, cicatriciale sau scuamoase situate pe zone fotoexpuze sau chiar vezicule. În cazul LES, leziunile cutanate se prezintă sub forma unui „fluture” la nivelul obrazilor și nasului, fiind caracteristic acestei afecțiuni.

Lupusul indus de consumul de medicamente este cauzat de o reacție la anumite medicamente și prezintă simptome similare cu LES. Medicamente

cel mai frecvent asociate cu această formă de Lupus sunt: hidralazina, procainamida prescrisă în hipertensiunea arterială și aritmie cardiacă și încă alte aproximativ 400 de medicamente. Lupusul indus de consumul de medicamente dispare când pacientul oprește tratamentul care a dus la declanșarea bolii.

O formă mai rară, Lupus neonatal, apare atunci când anticorpii mamei trec la fetus. Copilul nenăscut sau cel nou-născut poate avea erupții cutanate și poate dezvolta malformații cardiace ce îi pot pune viața în pericol (bloc atrio-ventricular).

Cafeaua în stil italian are acțiune antitumorală

Studiile adaugă încă o componentă tipică a stilului de viață italian listei alimentelor care caracterizează unul dintre cele mai sănătoase popoare din lume. De data aceasta este cafeaua, dar nu oricare, ci numai cea preparată în stil italian.

Un studiu realizat de Departamentul de Epidemiologie și Prevenție- Neuromed în colaborare cu Institutul Național de Sănătate din Italia a arătat că trei sau mai multe cești de cafea bătute pe zi scad riscul de cancer de prostată, notează școala pacienților.ro. Experimentele din laborator au confirmat și prezența unei acțiuni antitumorale.

Aproximativ 7.000 de bărbați din regiunea Molise au participat la studiul epidemiologic Moli- sani, fiind observați, în medie, timp de 4 ani. Prin analiza consumului de cafea și compararea acestuia cu numărul cazurilor de cancer de prostată apărute de-a lungul timpului, am văzut o reducere netă a riscului, de 53%, la cei care au băut mai mult de trei cești de cafea pe zi”, au explicat cercetătorii.

Ulterior, experții au căutat o confirmare testând în laborator acțiunea extractului de cafea (atât cofeinizat, cât și decofeinizat) asupra celulelor cancerului de prostată. Numai testele cu cafea normală au redus semnificativ proliferarea celulelor canceroase, precum și abilitatea acestora de a metastaza. Acest efect a dispărut în



cazul cafelei decofeinizate.

”Observațiile asupra celulelor canceroase ne permit să spunem că efectul benefic observat printre cei 7.000 de participanți la test este, cel mai probabil, datorat cafeinei și nu celorlalte substanțe care se găsesc în cafea. Studiul a fost efectuat asupra unei populații din centrul Italiei, unde se prepară o cafea caracteristică acestei țări: presiune ridicată, apă foarte fierbinte și fără filtrare. Această metodă, diferită de cele regăsite în alte zone ale lumii, poate duce la o concentrație ridicată a substanțelor bioactive. Cafeaua este o parte importantă a stilului de viață italian care nu presupune numai alimente, ci și modul specific în care sunt acestea sunt preparate”, au atras atenția experții.

REȚETE

Tapioca este creată din rădăcinile unui arbust înalt, care crește în țările calde. Acesta poartă numele de „manioc” sau „cassava” în engleză, dar este cunoscut și sub denumirile „yuca” sau „mandioca”.

Tapioca, o sursă sănătoasă de carbohidrați

Tapioca este creată din rădăcinile unui arbust înalt, care crește în țările calde. Acesta poartă numele de „manioc” sau „cassava” în engleză, dar este cunoscut și sub denumirile „yuca” sau „mandioca”.

Rădăcinile plantei de manioc conțin o treime amidon și două treimi apă, iar până la a fi pregătită pentru gătit are nevoie de mult timp, scrie descoperă.ro. Într-în, acestea sunt tăiate și decojite. Rădăcinile vor fi, apoi, puse în apă și lăsate să se înmoaie, pentru trei sau patru zile. Sau pot fi răcâte fără o înmuiere prealabilă.

Pasta rezultată va fi gătită și mâncată sau poate fi uscată și transformată în făină. Pentru a face tapioca, rădăcina curățată este amestecată cu apă curată, apoi lăsată să se usuce în nisip. Boabele ce conțin amidon vor rămâne la fund, iar murdăria este curățată. Amidonul este adunat și curățat, din nou, iar procesul se repetă chiar și de patru - cinci ori. Atunci când amidonul este curat, acesta e împrăștiat pe o farfurie de metal, deasupra unui foc mic și gătit. Totul este amestecat încontinuu, cât timp se află deasupra focului. Pe măsură ce boabele se pregătesc, acestea se lipește și formează mici bile imperfecte. În momentul în care totul este gata, rezultatul devine „tapioca”. Astfel, drumul de la rădăcini până la tapioca, în varianta sa comestibilă, este unul lung! Majoritatea tapiocăi din Europa și Statele Unite ale Americii provine din Java, Brazilia și Madagascar. Boabele de tapioca rămase devin ceea ce în Statele Unite ale Americii poartă denumirea de „făină de tapioca”. Aceasta se folosește ca finisaj la hainele de bumbac, pentru a face adezivi fini, pe timbrele poștale și nu numai.

Ce substanțe nutritive conține tapioca?

În anumite regiuni din Africa, Asia și America de Sud, tapioca este cunoscută mai degrabă pentru calitățile sale nutriționale decât ca o desfătare dulce.

Tapioca are foarte puține vitamine și nu conține proteine. În schimb este o sursă sănătoasă de carbohidrați și nu conține gluten.

Amidonul din tapioca are un nivel scăzut al colesterolului, grăsimilor saturate și al . O ceașcă de tapioca însumează 544 de calorii și include 1,5 mg, 3 mg și 1g de dietetic. Acidul folic este prezent în cantitate de 6,1 mcg (adică 2% din necesarul zilnic), de 2,4 mg (adică 13% din necesarul zilnic), iar de 30,4 mg (3% din necesarul zilnic). Minerale precum fosforul, potasiul, zincul și magneziul se găsesc și ele în tapioca în cantități variate.

Tapioca poate fi găsită în comerț sub diverse forme: făină, fulgi fini sau grosieri, bastonașe sau perle. Indiferent de forma lor, aceste produse trebuie înmuiate în apă înainte de preparare, pentru rehidratare. Perlele de tapioca, cel mai des întâlnite, vor absorbi o cantitate de apă egală cu de două ori volumul lor, devenind tari și umflate. Toate aceste produse sunt în mod obișnuit albe, doar bastonașele și perlele pot fi colorate. Cea mai des întâlnită culoare este maro, dar sunt disponibile și în culori pastelate, scrie diversificare.ro



Guiaș de vițel la ceaun



Aveți nevoie:

1kg carne mănzat, minim 1/2 kg oase de vită, 100-150 g ceapă, 1 kg zarzavaturi (morcovi, pătrunjel, gulii, țelină, eventual și altele), 1-1,5 kg cartofi, 200 g tăiței răzuiți sau zdrențe, 100 g untură de porc sau ulei, pătrunjel verde, un ardei gras, boia de ardei dulce, boia iute, sare, piper

Mod de preparare:

Carnea se curăță de eventualele rămașițe de membrane și ligamente, se taie cubulețe și se spală bine. Ceapa tăiată mărunt de călește în untură sau ulei, se adaugă carnea și oasele, se că-

lesc mai departe toate împreună până când încep să se prăjească. Se adaugă o linguriță de boia dulce și puțină boia iute, după gust. Se toarnă apă și se fierbe circa o oră și jumătate, până când carnea începe să se înmoaie. Se adaugă zarzavaturile tăiate cuburi sau rondele, sare și piper după gust, pătrunjelul verde și ardeiul tăiat în 4, când carnea și zarzavaturile sunt aproape fierte se adaugă și cartofii tăiați cuburi, apoi tăiței sau zdrențele (acestea din urmă nu în mod obligatoriu). Se fierbe la foc potrivit, până când toate ingredientele se înmoaie. Consistența se stabilește după gust. La servire se poate oferi cu ardei iute.

Milkshake cu banane și căpșuni



Aveți nevoie:

2 cești de căpșuni bine copti, cât mai aromați, 2 banane, 400 ml de lapte, 200 ml apă minerală carbogazoasă, 4 linguri de miere (dacă se folosește compot de căpșuni atunci doar 2 linguri de miere), cuburi de gheață, sau preferabil pulbere de gheață.

Mod de preparare:

Căpșunile se curăță de codițe, se spală și se mixează cu apa minerală, apoi se strecoară de bucațelele rămase mai mari. Se pune înapoi în vasul robotului de bucătărie, se adaugă și restul ingredientelor, mai puțin gheața, dacă se folosesc cuburi și se mixează până

când obțineți o cremă omogenă. Dacă vă place, puteți adăuga și un pic de ghimbir răzuit foarte fin. Acesta îi conferă un gust cu totul special. Nu vă speriați, căpșunile îi conferă o culoare destul de intensă. Se pune în pahare, dacă la preparare s-a folosit pulbere de gheață se servește imediat, iar dacă se folosesc cuburi, acestea se adaugă la servire. Se poate orna cu frișcă, frunze de mentă, căpșuni proaspeți sau alte fructe cu boabe mărunte.

Pui și legume la grătar cu sos de usturoi



Aveți nevoie:

4 bucăți de pulpe sau piept de pui, eventual aripioare, 8 bucăți de cartofi, o pătlăgică vânăată, un dovlecel, 4-5 căței de usturoi, sare, piper, o linguriță de boia de ardei, o linguriță de delicat pastă (de casă), o lingură de pastă de tomate, o lingură de muștar, o linguriță de oțet, zahăr, 100-150 ml vin roșu, acrișor

Mod de preparare:

Carnea se condimentează cu sare și piper, eventual cu puțin muștar. Se lasă așa minim 2 ore, după care se prăjește la grătar. Tot cu carnea deodată se vor pune la prăjit și vinetele și dov-

leceii feliați, respectiv cartofii tăiați în 4, însă acestea se condimentează doar înainte de a le da pe grătar. Cu la fel de mult succes puteți folosi și alte legume sau ciuperci, după gustul și placul fiecăruia. Usturoiul se pisează într-un bol, se adaugă câte o linguriță rasă cu sare, piper, delicat și boia, câte o lingură de pastă de roșii și de muștar, un vârf de cuțit de zahăr, o linguriță de oțet. Se amestecă bine, apoi treptat se adaugă vinul, până la obținerea consistenței dorite. Vinul se poate înlocui parțial sau integral cu apă, dar atunci se folosește puțin mai mult oțet.

Ruladă cu cremă de mascarpone



Aveți nevoie:

Pentru blat: 8 ouă, 8 linguri de făină, 8 linguri de zahăr, 2 plicuri zahăr vanilat, o linguriță de amoniac alimentar sau praf de copt. Pentru cremă: 400 g mascarpone, 80-100 g de unt, 4 linguri de zahăr pudră, 2 plicuri de zahăr vanilat, stafide sau coajă rasă de portocale (nu în mod obligatoriu), miere de salcâm, sau un gem subțire pentru împiedicarea pătrunderii umezelii în blat, zahăr pudră vanilat pentru ornat.

Mod de preparare:

În mod clasic, se prepară două blaturi subțiri de pișcot. Ambele, imediat ce sunt scoase de la cuptor, se rulează

în prosoape de bucătărie. Mascarpone, untul, zahărul și zahărul vanilat se mixează, până când devine o pastă omogenă, apoi se adaugă și stafidele sau coaja de portocale (dacă se folosește). Pișcotul răcit se derulează, cu grijă, să nu crape. Se unge foarte subțire cu gem sau cu miere ușor încălzită (astfel devine și mai lichidă), se întinde jumătatea cremei, apoi se rulează înapoi. La fel se procedează și cu cea de a doua parte. Ruladele ce presară cu zahărul pudră vanilat și se feliază. Se pot acoperi cu glazură de ciocolată sau cu cremă și se pot orna după preferință, chiar și în formă de tort.

Rubrică realizată de Eva Laczko

Femeile din Mesopotamia acordau o atenție deosebită îngrijirii feței și buzelor și foloseau pietre prețioase sfărâmate pentru a-și decora buzele. Urmând această tradiție femeile din civilizația hindusă au început să folosească această formă de ruj pentru a-și decora fața.

MODĂ

Rujul a fost creat și purtat pentru prima dată acum 5000 de ani



Istoria rujului pornește din cele mai vechi timpuri. Femeile au simțit mereu nevoia să se diferențieze. Hainele, pantofii și bijuteriile sunt principalele modalități prin care pot face asta, însă rujul este cel mai semnificativ element de diferențiere, menit să schimbe înfățișarea.

Având în vedere impactul lor spectaculos asupra înfățișării și capacitatea lor de a seduce, rujurile au primit o atenție deosebită. Dintre toate cosmeticele create de-a lungul timpului, rujul a trecut prin cele mai tumultuoase schimbări până să ajungă la stadiul actual. În prezent, rujurile se găsesc într-o multitudine de culori și sunt de mai multe tipuri, fiind folosite în întreaga lume. Însă, lucrurile au stat altfel inițial.

Cum au apărut rujurile pentru prima oară?

Originile rujului pornesc de la începuturile civilizației umane. La început, rujurile și alte cosmetice erau văzute în Europa medievală ca fiind nesănătoase de către comunitatea medicală, deoarece se credea că acestea împiedică circulația naturală a sângelui în zona feței. De ase-

menea, rujurile erau interzise de biserică, deoarece erau considerate o formă de încarnare a diavolului și erau asociate cu prostituția.

Există dovezi care arată că civilizațiile antice foloseau mijloace artificiale pentru a-și îmbunătăți aspectul fizic încă de acum 12 000 de ani. În ceea ce privește rujul, acesta a fost creat și purtat pentru prima dată de femeile din Mesopotamia acum 5000 de ani. Acolo, în acea perioadă, femeile acordau o atenție deosebită îngrijirii feței și buzelor și foloseau pietre prețioase sfărâmate pentru a-și decora buzele. Urmând această tradiție femeile din civilizația hindusă au început să folosească această formă de ruj pentru a-și decora fața.

Egiptenii din Antichitate extrăgeau coloranți roșii din ciuperci, le adăugau iod și brom și foloseau acest amestec ca ruj. Însă, întregul amestec cauza serioase boli. Chiar și Cleopatra își crea propriul ruj din cărbuși sfărâmați ce aveau culoarea roșie aprinsă.

Treptat rujul a trecut prin și mai multe schimbări semnificative, au început să fie create din substanțe sidefate găsite în solzii de pește.

Istoria rujului

Rujurile solide au fost inventate abia în Epoca de aur a Islamului, mai exact

începând cu secolul VII. Atunci, cosmeticianul Arab Andalusian Abu al-Qasim al-Zahrawi a inventat aceste tipuri de rujuri, care aveau un mecanism de rotire asemănător cu cel din zilele noastre.

În Anglia, rujurile au căpătat popularitate în secolul XVI, în vremea reginei Elisabeta I. În acea perioadă buzele roșii și tenul alb deveniseră un imperativ pentru feminitate. Rujul era creat dintr-un amestec care conținea ceară de albine și coloranți roșii din plante, iar folosirea acestuia era permisă doar femeilor ce aparțineau unei clase sociale superioare și actorilor care purtau machiaj. Mai târziu, în anii '70 ai secolului XVII până spre secolul XIX, legea britanică a interzis folosirea cosmeticelor înainte de nuntă pentru femeile care nu erau căsătorite.

Adevărata popularitate a rujului s-a manifestat la sfârșitul secolului XIX și începutul secolului XX atunci când evoluția cinematografului și fotografiei a determinat declinul epocii victoriene. Fabricarea primului ruj s-a realizat în secolul XIX de către o companie franceză de produse cosmetice, iar în 1884 primul ruj ce urma să fie comercializat a fost inventat în Paris. Acesta era realizat din grăsimi de căprioară, ulei

de castor și ceară de albine. Mai târziu, în același secol, culoarea rujului a fost dată de coloranți din carmin.

Femeile din acea vreme se confruntau, însă, cu costurile ridicate ale carminului, cu aspectul lipsit de naturalitate.

În prezent, rujurile sunt create dintr-o serie de ingrediente, în special din uleiuri naturale, și continuă să fie un imperativ pentru feminitate și atractivitate.

Sursa materialului:
www.vforvintage.ro

lețe al rujului, cât și cu imposibilitatea de a aplica în fiecare zi rujul. Așa că, la începutul seco-



DIETĂ

Un studiu efectuat la Universitatea Harvard demonstrează că adolescenții care consumă mai mult lapte de vacă, chiar și degresat, prezintă un risc mai mare de apariție a acneei. Cauza poate fi efectul metabolic al proteinelor din lapte și al reziduurilor hormonale pe care le conțin atât laptele integral, cât și cel degresat.

Tratamentele pentru acnee trebuie să fie completate de alimentație și îngrijirea pielii

Pielea, în special tenul, este foarte sensibilă la alimentație. S-au efectuat studii științifice care au demonstrat că riscul de acnee este direct proporțional cu consumul de lapte de vacă și bomboane. Pe de altă parte, cerealele integrale și salatele protejează tenul de acnee.

“Lucrul de care se miră toată lumea este cum, dintre atâtea milioane de fete, niciuna nu seamănă cu cealaltă”, spunea marele erudit englez Thomas Browne acum aproape patru secole.

Frumusețea vine din interior

Chipul unui om trezește un interes aparte atât în el însuși, cât și în ceilalți. În ciuda limitărilor lui vizuale, atenția nou-născutului este atrasă în mod special de chipul mamei. Se știe că există o anumită parte a creierului care se ocupă în mod special cu analizarea și recunoașterea fetelor. Când această parte a creierului este lezată, apare incapacitatea de a recunoaște fețele familiare. Această tulburare este cunoscută sub numele de prozopagnozie. Fără îndoială, ceea ce impresionează cel mai mult la fața umană este abilitatea ei de a exprima emoții și stări de spirit, precum fericire și tristețe, seninătate și teamă, liniște și încordare, plăcere și durere și multe alte emoții care sunt exprimate cu ajutorul mușchilor faciali mai bine decât cu ajutorul cuvintelor. În plus, aceste expresii faciale sunt universale și s-a demonstrat că pot fi recunoscute de orice om, indiferent de cultură, limbă sau vârstă.

Expresia facială este într-adevăr un limbaj universal valid, un sistem de comunicare nonverbală care unește toți oamenii și, totodată, încă o dovadă a originii unice a speciei umane. Totuși, pe lângă emoții, fața este cea mai evidentă expresie a stării de sănătate fizice și mintale a unei persoane. Multe boli și afecțiuni sunt reflectate pe fața omului.

Pentru a avea un chip frumos, este la fel de eficient sau chiar mai eficient să ne îngrijim sănătatea interioară, decât să folosim creme pentru față.

Controlul acneei

Acneea reprezintă hipertrofierea și infectarea glandelor sebacee ale pielii. Aceste glande secretă sebum, un ulei care protejează pielea. Când orificiile de secreție ale acestor glande se astupă din diferite cauze, sebumul se acumulează și glandele se umflă. Întrucât sebumul nu poate fi eliminat corespunzător, glandele se infectează și se inflamează, producând erupțiile pustulare specifice acneei.

Această afecțiune este cel mai frecvent întâlnită în perioada adolescenței. Factorii ei cauzatori sunt: moștenirea genetică, hormonii (în special cei androgeni responsabili pentru caracteristicile masculine), stresul emoțional și alimentația.

Deși depinde în mare parte de factorii ereditari și hormonali, apariția acneei este influențată și de alimentație.

Pentru o mai bună funcționare a glandelor sebacee din piele este nevoie de mai multă vitamina A. Fructele și legumele portocalii, cum ar fi morcovii, mango și caisele, furnizează betacaroten, care se transformă în vitamina A, pe măsură ce acest lucru este necesar.



Pentru echilibrul hormonal și sistemul imunitar este necesar mai mult Zinc. Surse alimentare bune de Zinc sunt: drojdia de bere, germenii de grâu, nucile și semințele de dovleac și floarea soarelui. De asemenea se poate lua și ca supliment alimentar, 30-50 miligrame pe zi.

Deși nu s-a demonstrat științific, se pare că sunt anumite produse alimentare cu conținut ridicat de grăsimi animale care pot favoriza apariția acneei. Dintre acestea se menționează: parizerile, carnea de porc în general, ciocolata și untul.

Un studiu efectuat la Universitatea Harvard demonstrează că adolescenții care consumă mai mult lapte de vacă, chiar și degresat, prezintă un risc mai mare de apariție a acneei. Cauza poate fi efectul metabolic al proteinelor din lapte și al reziduurilor hormonale pe care le conțin atât laptele integral, cât și cel degresat.

O alimentație bogată în zahăr și alte produse cu un indice glicemic ridicat, precum făinurile albe sau rafinate, favorizează apariția acneei. Pe de altă parte, consumul regulat de cereale integrale și alimente cu indice glicemic scăzut protejează tenul de acnee, conform unui studiu efectuat la o universitate din Melbourne (Australia).

Alte recomandări

Având în vedere că acneea are reputația unei boli dificil de tratat, și pentru că există riscul formării de cicatrici, câteva sfaturi pot fi utile.

În primul rând, acneea nu este cauzată de igiena deficitară a pielii. Spălarea feței de mai multe ori pe zi, precum și folosirea unei creme de gomaj pot agrava acneea. Este posibil ca un săpun agresiv folosit în exces să usuce pielea, care produce ca răspuns mai mult sebum.

Particulele din produsele de gomaj pot produce leziuni inflamatorii. De aceea se recomandă săpunuri sau geluri speciale antiacnee, care se folosesc în ge-

neral de două ori pe zi.

Folosiți cât mai puține produse pentru piele, creme pentru curățare, loțiuni pentru protecție solară sau orice fel de cosmetice. Dacă le folosiți, aveți grijă să nu conțină ulei, ci să fie formule pe baza de apă, ca să nu astupe porii.

Nu încercați să vă scoateți coșurile. Este posibil ca această manevră să producă leziuni inflamatorii. Eliminarea punctelor negre se recomandă a fi făcută în cabinetul medical și nu acasă sau la salonul de cosmetică.

Nu ezitați să cereți ajutorul dermatologului când observați apariția de cicatrici, pete hiperpigmentare, dacă leziunile roșii inflamatorii sunt numeroase sau persistente. În general, cu cât acneea e tratată mai devreme, cu atât medicația e mai activă.

Nu abandonați tratamentul dacă produce iritație locală. Apelați la medic, care vă va sfătui sau va schimba schema de tratament.

Nu abandonați tratamentul prea curând. Sunt necesare în general, șase săptămâni pentru a obține o ameliorare de 30-40% a acneei.

Dacă după această perioadă nu se observă un efect pozitiv sau rezultatele sunt nemulțumitoare, se modifică tratamentul și se pot adăuga antibiotice pe cale orală.

Astăzi există posibilitatea de a trata cicatricile de acnee cu o rată de succes de 60-100%, în funcție de aspectul sau de vechimea lor.

Există metode care grăbesc vindecarea acneei, prin injectare de soluții diluate de corticoid sau efectuarea de peelinguri. În general, după obținerea rezultatelor dorite, este necesar un tratament de întreținere, care poate fi de lungă durată. Acneea are și efecte psihologice negative. Nu lăsați această afecțiune să vă altereze viața afectivă și socială. La ora actuală nu există cazuri sau forme de acnee care nu pot fi tratate cu succes.

Ing. chimist Mircea Georgescu
Tel. 0721202752

MELISSA - Magazin produse naturale pentru sănătate

Este mai ușor să previi decât să tratezi o boală...

Experiență de peste 10 ani în slujba sănătății dumneavoastră!

Informații: 0721.202.752
Adresa: Satu Mare, str. Cuza Vodă, nr. 12
(vis-a-vis de Poliție)

primAGYM
AEROBIC CYCLING FITNESS

Piața Eroii Revoluției nr. 5 - Satu Mare
Telefon: 0361 884947

Cireșe - proprietăți și beneficii



Aceste fructe dulci și colorate se numără printre fructele cu cel mai scăzut conținut de calorii, dar sunt în același timp surse prețioase de substanțe nutritive, vitamine și minerale de care organismul are nevoie pentru a funcționa în parametri normali.

De asemenea, cireșele pot înlocui cu succes ciocolata, bomboanele și dulciurile rafinate, fiind așezate în orice oră din zi, fie că e dimineață, prânz ori seară. Studiile avansate privind importanța nutritivă a consumului de cireșe au relevat că pe termen lung aceste fructe au efect anticancerigen grație conținutului crescut de antioxidanți care luptă cu radicalii liberi și protejează celulele din corp de acțiunea nocivă a acestora. Pigmentul antocianic din cireșe, care dă culoarea roșie fructului, este recunoscut pentru efectele sale de reducere a inflamațiilor și a durerilor, reglează nivelul de colesterol din sânge și trigliceridele și reduce riscul de boli de inimă și diabet. De asemenea, poate avea efecte miraculoase și asupra creierului, prevenind instalarea unor boli neurodegenerative cum sunt demența sau boala Alzheimer.

Antioxidanții, mineralele, acidul elagic, vitamina C, vitamina A, bioflavonoidele, melatonina și antiocianele fac din aceste fructe adevărate izvoare de sănătate. Melatonina este un antioxidant excelent pentru calmarea sistemului nervos și este utilă în caz de insomnii, nevroze, stări de anxietate și migrene. Deci, dacă vrei să adormi mai repede este suficient să mănânci câteva cireșe. În plus, mineralele precum potasiul, fierul, cuprul, zincul, cuprul și manganul ajută la păstrarea unui ritm cardiac normal și sunt elemente cheie pentru un transport eficient al substanțelor nutritive către organele vitale.

Vitamina A din compoziția cireșelor este excelentă pentru piele deoarece conține mult betacaroten, nutrient necesar pentru un sistem imunitar puternic și o piele strălucitoare. Cireșele conțin până la de 20 de ori mai mult betacaroten decât căpșunile sau afinele.

Cireșele conțin peste 75% apă, tră-sătură care le face ideale în curele de slăbire, deoarece au puține calorii (63 calorii la 100 grame), previn deshidratarea, conferă senzația de sațietate, grație fibrelor solubile din compoziție, și scad nivelul de colesterol negativ din organism.



ATO
MEDICAL VEST
Dispozitive medicale

































**TALON
REDUCERE
10%**

ATO
MEDICAL VEST
Dispozitive medicale

Pentru produsele aflate
pe stoc în magazin

SATU MARE - Satu Mare, Str. Căminarii Lăzari, nr. 1, 47.16.16, telefon: 0361 884947, adresa magazinului: Satu Mare, str. Cuza Vodă, nr. 12, Satu Mare, mobil: 0721 202 752, tel./fax: 0361 749 115, e-mail: info@primagym.ro, www.primagym.ro

Competiția Programul „Digitaliada, ajunsă la cea de a doua ediție, este deschisă pentru toate școlile gimnaziale din mediul rural în perioada 16 mai până pe 2 iunie 2017.

EDUCAȚIE

Casa Corpului Didactic a premiat revistele școlare din județ

Zilele Casei Corpului Didactic Dariu Pop, despre care am mai scris recent, au continuat cu premiarea colectivelor de redacție ale revistelor participante. Întâlnirea prilejuită de festivitatea de premiere a revistelor a constituit, de fapt, un real schimb de bune practici între elevi și cadre didactice și un prilej pentru îmbunătățirea competențelor în realizarea unor astfel de publicații bazate pe o activitate extracurriculară voluntară.

Au fost înscrise în concurs 28 de reviste cu ISSN și altele cinci fără ISSN, majoritatea de nivel gimnazial. Pentru ca revistele să fie acceptate la concurs, școlile trebuiau să prezinte numere apărute în anul școlar 2016/2017.

Secțiuni de concurs

Având în vedere marea diversitate a revistelor școlare, s-a impus stabilirea unor secțiuni pentru jurizare. În acest scop, s-au stabilit următoarele categorii de reviste: speciale; magazin (caleidoscop) de nivel gimnazial; magazin (caleidoscop) de nivel liceal; cu conținut științific.

Premiile acordate

Juriul, constituit din personalul Casei Corpului Didactic, a acordat premiile enumerate mai jos.

Premii speciale pe cicluri școlare

Liceal: „Universul copiilor” - Liceul Teoretic German „Johann Ettinger”.
Gimnazial - Magazin: „File de poveste...” - Liceul Teoretic German „Johann Ettinger”; „CDIps” - Școala Gimnazială „Petofi Sandor” Livada - CDIș „Gimnazium” - Școala Gimnazială „George Coșbuc” Medieșu Aurit.



Școlile au prezentat revistele apărute în anul școlar 2016/2017

Primar: „Dincolo de cuvinte! Bucuriile copilăriei” - Școala Gimnazială „Gr. Moisil”.

Reviste speciale: „Suli-Fecsego” - Școala Gimnazială „Petofi Sandor” Lazuri și Școala Gimnazială Viile Satu Mare - revistă de proiect; „Nos essais” - Colegiul Național „Mihai Eminescu” - revistă în limba franceză; „Plaiuri arduene” - Liceul Tehnologic Ardud; „Profesia” - Colegiul Tehnic „Unio - Traian Vuia.

Premiul I

Secțiunea Liceu - Știință: „Discipolii lui Mendeleev” - Colegiul Național „Doamna Stanca”; „Mach” - Centrul de Excelență;

Liceu - Magazin: „Smarte” - Liceul de Arte „Aurel Popp”; „Muguri” - Colegiul Național „Ioan Slavici”.

Gimnaziu - Magazin: „Ecouri” - Școala Gimnazială „Bălcescu-Petofi” și „Cântecul vârstelor” - Școala Gimnazială „Lucian Blaga”.

Premiul al II-lea

Liceu - Știință: „Informatica” - Colegiul Național „Ioan Slavici”
Gimnaziu - Magazin: „Dincolo de... cuvinte” - Școala Gimnazială „Grigore Moisil” și „Noi” - Școala Gimnazială „Octavian Goga”.

Premiul al III-lea

Liceu - Magazin: „Info-Expres” - Colegiul Tehnic de Transporturi și Telecomunicații „Ion I. C. Brătianu”.
Gimnaziu - Magazin: „Number 1” - Școala Gimnazială Nr. 1 Careiș, „Scamă de zare” - Școala Gimnazială „Vasile Lucaci” Carei.

Mențiuni

Gimnaziu - Magazin: „10 x 10” - Școala Gimnazială Nr. 10; „Muguri de gând” - Școala Gimnazială Gherța Mică.

Recomandări ale juriului

Juriul a făcut și câteva recomandări pentru ediția de anul viitor, dintre care spicim: creșterea ponderii contribuției elevilor; accent pe caracterul jurnalistic, pe stilul științific și tehnicile de documentare și informare (precizarea surselor bibliografice și citarea autorului); semnarea fiecărui articol.

Informațiile ne-au fost oferite de profesoara Camelia Dumitru, bibliotecar documentarist la Casa Corpului Didactic Satu Mare.

Proiect de voluntariat al Școlii Gimnaziale Halmeu cu școli din alte cinci țări

Școala Gimnazială Halmeu a continuat, între 15 și 19 mai, proiectul Erasmus+ „Under the Same Sky” („Sub același cer”). Activitățile de predare, învățare și formare din proiect s-au desfășurat în parteneriat cu școli din Danemarca, Germania, Italia, Spania și Turcia.

De-a lungul celor doi ani de implementare a proiectului sunt prevăzute patru întâlniri transnaționale, în cadrul cărora elevii participă la diferite activități în vederea atingerii acestor obiective. Astfel, o primă întâlnire a avut loc în localitatea Eichstadt, Germania, axată pe perfecționarea abilităților de a lucra cu calculatorul.

Tema principală, în jurul căreia au fost concepute și organizate activitățile din România, a fost voluntariatul. Fiecare partener a prezentat, în mod cât mai expresiv, activitățile de voluntariat la care s-a implicat împreună cu familia, prietenii sau colegii de școală. Am constatat astfel că, indiferent de țara natală, acțiunile de binefacere s-au îndreptat în special spre ajutorarea persoanelor aflate în nevoie.

Partea practică a întâlnirii a constat în participarea la ateliere de lucru, al căror obiectiv a constat în dezvoltarea unor abilități pe care un bun voluntar trebuie să le posede. Aici, elevii au deprins tehnici de prim ajutor, de gătit, de confecționat obiecte din materiale reciclabile, jocuri specifice lucrului cu copiii etc. Ca o încununare a întregii activități, toți participanții au fost invitați să fie voluntari pentru câte o zi în centrul de plasament „Floare de Colț” din Halmeu și la Căminul Felix din Oradea. Aici s-au jucat cu copiii instituționalizați, le-au adus mici cadouri confecționate de ei și alimente.

Următoarele activități sunt planificate a se desfășura în Italia, având ca temă educația pentru sănătatea alimentației și Turcia unde elevii vor crea și vor da viață, pe scenă, unor personaje imaginare care călătoresc prin țările partenere în acest minunat proiect.

Informațiile ne-au fost comunicate de profesora Copelia Oros, coordonatoare de proiect.

Aur pentru elevul Cheregi Paul la Concursul de matematică „Adolf Haimovici”

În perioada 19-21 mai 2017, a avut loc la Iași, etapa națională a Concursului de matematică aplicată „Adolf Haimovici”. Mai mulți elevi sătmăreni, pasionați de matematică au participat la acest concurs alături de colegii ai lor din celelalte județe ale țării.

Potrivit informațiilor comunicate de Inspectoratul Școlar Județean Satu-Mare, elevii sătmăreni au obținut următoarele premii: premiul I și medalie de aur - Cheregi Paul, clasa a XI-a, Colegiul Național „Mihai Eminescu” (profesor îndrumător Fărcaș Mircea); mențiune și medalie de bronz: Vereș Iasmina, clasa a IX-a, Colegiul Național „Mihai Eminescu” (Maiorescu Dan); mențiune și medalie de bronz: Mateș Claudia, clasa a XII-a, Liceul Teoretic Carei (Tămăian Traian) și mențiune: Catalan Ioan Florin, clasa a XII-a, Colegiul Economic „Gheorghe Dragoș” Satu Mare (Ileana Șuba).

Elevi de la Școala „Bălcescu-Petofi”, la o lecție de biologie în natură

Cu ocazia Zilei Internaționale a Biodiversității, elevii clasei a VI-II-a B, de la Școala Gimnazială „Bălcescu-Petofi” Satu Mare, au participat la o activitate Eco intitulată „Observații asupra ecosistemelor acvatice - Heleșteele de la Moftinu Mic”.

Cu acest prilej, elevii au lucrat în grupe astfel: botaniștii au observat și identificat speciile de plante; zoologii au observat și identificat speciile de animale; ecologii au observat și identificat specii de păsări, respectiv au urmărit influența antropică asupra zonei; climatologii au măsurat: temperatura aerului, a solului, intensitatea vântului, a luminii etc. La această activitate, elevii au fost însoțiți de directorul adjunct, profesoara de biologie, Dolhai Gyöngyi și profesoara Pauliuc Csilla, din partea Sucursalei Societății de Ornitologie Română (S.O.R.) Satu Mare. În urma acestei activități, elevii au dobândit informații noi despre importanța prote-



jării mediului înconjurător. Astfel, ei au observat cu ajutorul binoculului specii de păsări: egreta mare, egreta mică, pițigoii albastru, lăstunul de casă, rândunica, barza, stârcul cenușiu. Dintre plante, au observat: stuful, papura, salcia, stânjelul de baltă, piciorul cocoșului, coada vulpii, golomățul, mușetelul etc.

S-a ales această locație deoarece he-

leșteele de la Moftinu Mic reprezintă o Arie de Protecție Specială Avifaunistică, având un rol important în perioada de migrație a păsărilor acvatice.

Cu această ocazie, participanții mulțumesc conducerii Liceului cu Program Sportiv Satu Mare pentru sprijinul acordat cu transportul.

Informațiile ne-au fost comunicate de profesoara Angela Domuța.

Școlile din mediul rural pot câștiga un laborator digital

Competiția Programul „Digitaliada, ajunsă la cea de a doua ediție, este deschisă pentru toate școlile gimnaziale din mediul rural în perioada 16 mai până pe 2 iunie 2017. În acest cadru, 20 de școli de la sat pot câștiga un laborator digital, sesiuni de formare pentru profesori și un pachet complet de aplicații, jocuri, materiale digitale, planuri de lecții, pentru a susține învățarea matematicii și TIC-ului cu ajutorul tehnologiilor digitale.

Cele 20 de școli participante vor fi selectate în urma derulării unei competiții deschise. În procesul de selecție se poate înscrie orice unitate școlară din mediul rural care are clasele V-VIII. Cele 20 de școli vor fi selectate de o comisie formată din membri ai echipei de implementare a proiectului. În măsura în care vor răspunde cerințelor din această competiție, vor fi alese în proporții relativ egale școli cu scor de tehnologizare mare, mediu și scăzut.

Competiția deschisă este reglementată prin prezenta metodologie. Cea de a doua etapă a proiectului constă în propunerea conținutului digital (iunie-decembrie 2017).

Pagină realizată de Vasile Nechita

PORTRET

Aș dori să definitivez măcar un volum de povestiri, început demult, amânat pentru alte priorități și ajuns în fază critică prin prelungirea intervalului inițial prevăzut. Povestirea rămâne, dincolo de nenumăratele experimente creative, specia generativă pentru întreaga proză.

Fișă de scriitor

Alexandru Zotta

Continuăm seria interviurilor adresate scriitorilor sătmăreni, cu omul de cultură Alexandru Zotta. Este profesor universitar, scriitor, critic literar și de artă, ajuns la 75 de ani, o vârstă respectabilă. Și-a sărbătorit ziua de naștere în februarie la Poesis, printr-o lansare de carte, volumul III din „Intermitențe critice”. De-a lungul anilor a scris despre numeroși scriitori români și străini neconsacrați, lucru care a dovedit că Alexandru Zotta a avut mult curaj. Și-a asumat o serie de promovări. Alexandru Zotta se apleacă asupra textului indiferent de numele autorului, fiind caracterizat de seriozitate și profesionalism.

Poseșor al unor vaste cunoștințe filologice și estetice, chirurg al textului, cu o precizie care nu permite obiecții, Alexandru Zotta și-a utilizat bisturiul critic inclusiv pentru a semnaliza pericolele care pot diminua valoarea poeziei.

Alexandru Zotta a răspuns pe larg întrebărilor noastre:

- Când și unde v-ați născut?

- M-am născut la 26 februarie 1942, în Siliște, un sat mic din comuna Todirești, județul Vaslui. Am fost al unsprezecelea și ultimul născut și al zecelea rămas în viață în familie. Un consătean mai vârstnic, de o inteligență ascuțită și un talent nativ, mi-a prezis că nu pot ajunge „om întreg” pentru că sunt făcut din „ce-a mai rămas de la tatu-tău”. De atunci tot încerc să mă întregesc ...

- Care este numele pe care ați dori să-l purtați?

- Nu mi-am dorit alt nume. Cred că Alexandru, numele primit la botez, este un nume frumos: provine de la „Andros” care în grecește înseamnă bărbat, și de la „alexis” care, după unii cercetători, înseamnă liniștit, plăcut, dulce. Cum aș putea fi nemulțumit de numele primit! Nici de cel de alint nu sunt nemulțumit cu toate că una dintre surorile mele înșiruia toate derivatele diminutive până mă scotea din rândul oamenilor: Sandu, Sănduc, Ducu, Ducuțu, Cuțu! și ajungeam alături de Grivei, cu care eram de o seamă. Nemulțumirile provin mai degrabă de la numele dobândit prin fațes pe acesta l-aș fi vrut mai plin de roade. Adevăratul nume, cu care poți intra în memorie, este cel pe care ți-l faci singur. Poate că acesta este și cel cu care Dumnezeu cheamă „pe fiecare după numele lui”.

- Ce copilărie ați avut?

- Locul nașterii, ca și copilăria, a rămas și pentru mine un fel de paradis, pe care mă străduiesc să nu-l pierd măcar din memorie, chiar dacă am avut o copilărie grea. A fost însă și o copilărie frumoasă, petrecută într-o familie mare, greu încercată, dar plină de dragoste și înțelegere. Cred că pe felia de pâine mama punea totdeauna peste stratul subțire de magiun un strat de dragoste de-o palmă de gros.

- Unde și în ce epocă v-ar fi plăcut să trăiți?

- Aș fi vrut însă să nu mă nasc în plin război, să nu fi cunoscut urmările secetei din 1946, ale colectivizării și ale exodului populației în căutare de locuri mai promițătoare. Aș fi vrut ca părinții și frații și surorile să trăiască mai mult, să le pot răspândi și eu cu bucuria dragostei filiale și fraterne.

- Care este limba străină preferată?

- Iubesc prea mult limba română ca să mai am altă limbă preferată. Dar îmi place limba franceză ca purtătoare de cultură, limba italiană pentru muzicalitate, limba rusă pentru expresivitatea lirică, limba germană pentru exactitatea comunicării. În liceu am avut colegi coreeni: erau simpatici când ciripeau în limba lor, dar n-am fost înțelept să profit de ocazie pentru o minimă inițiere în idiomurile extremului Orient. Nu sunt încântat de limba engleză, a cărei imagine este afectată de limbajele globalizării, ale contraculturii și deseori ale subculturii, pentru că această limbă este prea răspândită și afectată de influențe regionale numeroase și puternice. Lingviștii spun că a ajuns în situația latinei de la căderea imperiului. Cunoșc prea puțin limba engleză, dar sunt convins că altfel sună engleza literară. Îmi acopăr cu lașitate deficitul cunoașterii cu exemplul strălucit al lui Nicolae Iorgaș savantul avea o oarecare aversiune față de limba engleză, deși avea un simț deosebit al limbii și zice că a învățat spaniola în 48 de ore și și-a alcătuit discursul politic în avion, pe parcursul călătoriei la Madrid.

- Care sunt cărțile pe care le-ați publicat?

- Am publicat deja o duzină de cărți, cele mai multe de critică și teorie literară. Studiul creației literare cuprinde teoria, critica și istoria literară. De domeniul teoriei literare sunt volumele **Comentarii de teorie literară**, destinată în primul rând studenților, și cele trei lucrări despre parabolă: **Parabola literară, o definiție a conceptului și aplicațiile: Lecturi parabolice din proza românească și Lecturi parabolice din proza rusă postbelică**. Sunt lucrări care se adresează cu deosebire specialiștilor în domeniu. Deși în tiraje mici și cu o circulație restrânsă au trezit totuși curiozitatea și interesul unor renumiți specialiști, chiar dacă nu beneficiază încă de analize dedicate.

O altă serie, de trei volume până acum, se numește **Intermitențe critice**. Cuprinde eseuri despre poezie, proză și critică literară, cu referiri concrete la scriitorii locali, sătmăreni cu deosebire, a căror creație este raportată însă la standardele naționale. De cele mai multe ori această relaționare relevă nu numai similitudini tematice ci și reale apropieri estetice. Volumul II cuprinde și o schiță de istorie literară locală (**Un areal literar în afirmare**), care poate edifica cititorul neavizat asupra evoluției literaturii din arealul nostru. **Eseuri de imaginație lingvistică** se adresează studenților dar și celor interesați de limbă și de limbaj, specialiști sau nu. Știu că a fost bine primită în câteva universități. Destinat elevilor, scris cu intenția de a ameliora impactul dintre literatură și știință, este volumul de debut **More geometrico**, care cuprinde trei eseuri despre configurația spațiului în romane reprezentative pentru perioade distincte din istoria literaturii noastre. Eseurile au fost incluse în bibliografia generală a autorilor respectivi. Volumul **Honoris causa**, alcătuit din alocuțiuni la decernarea titlului academic unor personalități valoroase ale culturii și artei, onorează și municipiul Satu Mare unde festivitățile organizate au prilejuit impresionate manifestări culturale.

- Aveți cărți scrise și nepublicate?

- Mai am în lucru și alte proiecte, parțial realizate, dar nu știu cum voi depăși impasul unor deficiențe de informare, de acces la operele literare vizate. Nu pot continua un volum de Intermitențe critice despre dramaturgie pentru că textele autorilor nu se găsesc pe piața cărții.

Unde găsec, de exemplu, piesele lui Vlad Zografi? Intenționez să duc la capăt un volum de cronici de artă plastică început prin pliantul **Câțiva pictori și amici în eseuri foarte mici**, dar urmează să mai solicit și sprijinul plasticienilor.

Aș dori să definitivez măcar un volum de povestiri, început demult, amânat pentru alte priorități și ajuns în fază critică prin prelungirea intervalului inițial prevăzut. Povestirea rămâne, dincolo de nenumăratele experimente creative, specia generativă pentru întreaga proză. Amintesc și o propoziție a cunoscutului autor Ștefan Heym: „Omul este povestea lui”. Aș fi foarte dezamăgit dacă nu l-aș finaliza.

- Cărți și autori preferați?

- Potrivit celor spuse anterior un autor preferat este Anton Pavlovici Cehov, un maestru al povestirii și nuvelei moderne. Dar mi-e greu să fac disocieri între autori valoroși. Citesc cu plăcere și interes proza realismului magic sud-american, proza realiștilor ruși, inclusiv a câtorva contemporani precum Aleksandr Soljenitin, (**Casa Matreonei**), Valentin Rasputin (**Despărțirea de Mateora**), romane scurte de o impresionantă expresie a tensiunilor dintre civilizații, generatoare de tragedii zgduitoare și de dureroase despărțiri de lumea patriarhală, cu exemplaritatea ei etică și estetică. Asemănătoare tematic și estetic este, spre mândria Sătmăruului, trilogia lui Ilie Sălceanu despre Ada Kaleh, care recuperează pentru memorie un teritoriu și o lume pierdută iremediabil.

Un fenomen interesant după părerea mea este afirmarea prozei orientului euro-asiatic prin contribuțiile unor autori ca Ivo Andrić, Orhan Pamuc, Andrei Makin ș.a. Sunt așteptări mari din partea prozatorilor ruși contemporani. Și spațiul centr-asiatic, din care provin Cinghiz Aitmatov cu **O zi mai lungă decât veacul** ori Timur Zulfikarov cu **Cartea peregrinării**, dezvăluie reflecții adânci și resurse epice promițătoare. În contextul acesta se înscrie și romanul românesc: dintre cărțile pe care le-am analizat **Cartea șoaptelor** de Varujan Vosganian este o împlinire remarcabilă.

- Numiți un mare scriitor pe care nu-l puteți citi.

- Un mare scriitor nu este imposibil de citit. Există scrieri cu aspecte enigmatice, cu unele dificultăți ale textului, acceptabile însă când provin din nevoia de a accentua dimensiunea semnificativă a textului. Lectura cere și din partea cititorului un efort și o experiență de lectură. Profesorul Toma Pavel de la Chicago observă: „Capodoperele romanului modernist presupuse a dezvălui cititorului poezia enigmatică a lumii și strălucirea multiformă a subiectivității, cer de la el o răbdare și o calitate a atenției ieșite din comun.” Iar Matei Vișniec reține ca dificultate fragmentaritatea: „Îi vom propune scriitorului un fel de puzzle, (...) un anumit număr de elemente narrative. Iar la sfârșit, printr-o reflecție retrospectivă, el va descoperi și care a fost firul conducător al poveștii.”

Lectorul poate întâmpina dificultăți la lectura unor cărți cu aspecte din experiențe subiective extrem de particulare, ori din civilizații și culturi diferite, dar tocmai creația artistică le mediază... Însă dacă se produce o confuzie simbolică înseamnă că nu e vorba despre un mare autor. Știm încă de la Horațiu că la mărșă scriitorului contribuie și simplitatea, accesibilitatea.

- Care este diferența dintre prietenii



Cu Ioan Nistor, Cristina Gloria Oprea, Mihaela Grigorean și Ștefan Haiduc la lansare de carte și vernisaj la Muzeul Țării Oașului

- din copilărie și prietenii literari?

- Prietenii copilăriei au rămas departe și destul de puțini. Am în vedere pe cei de până la 14 ani, când am plecat de acasă și m-am despărțit și de copilărie. Rare, întâlnirile cu ei și cu locurile copilăriei sunt pline de bucurie. Împrospătează memoria și revigorează ființa. Și cu prietenii din anii liceului mă întânesc foarte rar. Mulți nu mai sunt. Mă bucur că am reușit să actualizez măcar personalitatea unuia dintre ei: colegul de liceu Adi Cusin: **Poetul pronomei nehotărât**.

Pentru un critic literar prietenia se întemeiază pe o bază principială destul de exigentă, pe respectul autorului și al creației. Chiar dacă ai destule de reproșat unei creații, o poți face menajând sensibilitatea autorului, stimulând reușitele, identificând chiar promisiunile, fără a aplica neapărat un diagnostic sever, cu excepția cazurilor de impostură. Să nu uităm însă că funcțiile criticii sunt evaluarea și ierahizarea creației. Celeritatea vieții actuale, promovată de interese pragmatice, forțează deseori elaborarea unei judecăți de valoare. Redusă la comentariile tabloidelor, la foiletoanele cotidianelor, critica este considerată o modalitate de mediatizare, ceea ce nu e același lucru cu valorizarea. Între succes și valoare există diferențe considerabile. Esențial este să nu blocăm creativitatea.

Prietenia cu scriitorii o mijlocește opera. Cred că poți fi prieten literar și cu autori necunoscuți. Am reușit să-mi fac prieteni printre poeți și prozatori cu care nu mă cunoșteam; pe unii i-am cunoscut ulterior, dar cei mai mulți mi-au rămas și acum necunoscuți personalși le cunosc doar textul operei și numele.

„Vitalul și culturalul sunt cele două capete ale traiectului existențial al lui Homo sapiens” spune Gilbert Durand. Ideal ar fi ca prietenii artistice să se regăsească sub semnul afirmării culturale a unei comunități, al cultivării valorilor comune ale acesteia. Spuneam altădată că ar fi nevoie de un fel de mit al comunității care să coaguleze toate valorile și resursele acesteia. În ciuda patosului demitizării postmoderne rămân la idea savantului Northrop Frye, că „mitologia este cultura trecutului, cultura este mitologia prezentului”.

- Ce rol joacă femeile (sau femeia) în viața unui scriitor? Dar a dumneavoastră?

- Alcătuiind ceva mai mult de o jumătate din omenire femeile și feminitatea

sunt pe deplin îndreptățite la prezență literară. Scriitorul I. D. Sârbu spunea într-una din piesele lui: „O femeie care naște copii este puternică și ceatoare ca și Dumnezeu; face și desface lumea”. Goethe spunea că „eternul feminin ne trage în sus”. La Eminescu ipostazele feminității sunt Venere și Madonă, dar și Dalila, care i-a tăiat părul viteazului Samson. Pentru Argezi, femeia este „logodnică de-a pururi, soție niciodată”. Funcția feminității este vitală pentru organicitatea lumii și a vieții. Nu numai ipostaza erotică, în numeroasele ei particularizări, reclamă feminitatea. Femeia nu este numai o „Dona angelicata”, o muză lirică, un ideal de frumusețe fizică și spirituală. Este și o „Mater dolorosa”, și la nevoie poate substitui destule dintre atribuțiile bărbătești. Chiar și componenta metafizică a ființei este deservită cu mai intensă participare de feminitate; mumele, eriniile, ursitoarele mitologiei sunt figuri feminine. Ele asistă venirea ființei pe lume, îi stabilesc destinul, îi întrevăd plenitudinea și o însoțesc la trecerea pe tărâmul de dincolo... La orice vârstă rolul femeii este revelator pentru valorile existențiale, etice și estetice ale oricărei comunități. Destinul femeii este oglinda complementară a lumii.

Probabil cine adresează unui scriitor întrebarea despre femeie nu-și amintește și de Fefelega! Un poet contemporan prea puțin cunoscut scrie însă despre femeie: „Iar o aștept, ca de obicei. / Că trebuie să vină, uite, chiar vine / Ca o pedepsă, ca un blestem de la Dumnezeu: / Când frumoasă, când urată, adică bocie, strămbă / Dar și săracă, fără preș, fără zestre, apoi îngălată, / Cicălitore, rapandulă, babă, acritură, lălaie, îngălată, / Curvă, învărtită, aiurită, sucită și spre seară, / Mamaie, sau bunică, sau babă, așa cum ni le-a dat Dumnezeu, / Toate femei”. Aș înlocui aceste ipostaze printr-una reieșită din experiența proprie: iubita, soție, mamă, bunică, dar și „un camarad bun în tranșea vieții”.

Într-o lume prea dispusă la interminabile răfuiele cu principiul răului, una din „bătrânele înțelepte” ale lui Valentin Rasputin afirmă că „răul, ca o pată rușinoasă, nu se cuvine pomenit întotdeauna”. El trebuie să lase loc și binelui. Dă-tătoare de viață, femeile duc valorile acestora și dincolo de moarte: insula va pieri, dar ele nu o părăsesc dimpotrivă curățând casa și gospodăria că nu se cuvine să treacă în existența cealaltă în condiții nedemne.

De înscris în piatră spre eternizare semnele poveștii e greu și de imaginat. Totuși, dacă cineva s-ar încumeta să cioplească o statuie a modestiei, aș subscrie și eu, în semn de apreciere a atitudinii așteptate de la ființa normală.

LITERATURĂ

“Ideal ar fi ca prietenii artistice să se regăsească sub semnul afirmării culturale a unei comunități, al cultivării valorilor comune”



Acad. prof. Eugen Simion și Alexandru Zotta, Satu Mare, 1988

Trebuie să menționăm neapărat prezența din ce în ce mai accentuată a femeilor în rândurile scriitorilor; nu doar numerică, ci și ca întregitoare a imaginii lumii. Poete și prozatoare de ridicată altitudine valorică populează lumea scriitorilor actuali, și la noi și în lume. Nu dau exemple spre a nu neglija pe cineva, dar șirul autoarelor este impresionant; priviți doar acordarea Premiului Nobel în ultimii ani! Hotărât lucru, și în literatură ca și în multe alte domenii ale vieții, prezența feminină este nu doar binevenită, ci absolut necesară.

- Există diferențe între literatura națională și literatura scriitorilor ardeleni? Există un specific local foarte pregnant în opera dumneavoastră?

- Teoreticianul german Erwin Hufnagel observă că, spre a fi convingătoare, imaginația are nevoie de contact cu realitatea, de „impământare”. Partea de realitate la care scriitorul își conectează imaginația contribuie substanțial la specificitatea operei. Unele distincții pertinente a făcut Garabet Ibrăileanu în **Spiritul critic în cultura românească**. În general critica noastră literară a relevat preocuparea pentru condiția etică a ființei ca notă distinctivă în literatura Transilvaniei. Într-o anumită măsură aceste se menține și în proza actuală. În cărțile analizate am observat această preocupare în romanul **Ploile amare** al lui Alexandru Vlad, unde se ilustrează imposibilitatea ascunderii adevărului și în **Acasă pe câmpia Armagedonului**, de Marta Petreu, unde se dezvoltă tensiunile din viața comunitară și mai ales familială, inclusiv cele religioase. Ambele sunt romane ale unor comunități mici, dar cu semnificații simbolice cuprinzătoare.

Și în poezie își spun cuvântul particularitățile locale, regionale. Fenomenul se poate ilustra și prin exemple din literatura sătmăreană; George Vulturescu are deja un „brand” propriu: Nordul ca spațiu spiritual specific, spațiu al energiilor latente. Ion Nistor este poetul Oașului, căruia îi dezvoltă concentrarea energiilor și ocluziunea lor la momente existențiale stabilite de calendarul arhaic al ființei. Fără a-și fi definitivat proiectele Ion Vădan se detașează prin reflecția despre finitudinea vieții ca moment revelator al valorii ființei, Ion Ghiur privește poezia ca suferință și răscumpărare. O încercare de surprindere a specificului unor poeți sătmăreni am făcut în primul volum de Intermittențe critice.

- Care sunt scriitorii care v-au influențat cel mai mult?

- În critica literară influențele nu sunt tocmai binevenite. Discernământul critic nu le acceptă. Poți fi de aceeași părere cu alți critici sau dimpotrivă, dar aducând argumente suficiente. În literatura modernă perspectivele critice s-au multiplicat, corespunzător nevoii de investigare în sincronie și diacronie a fenomenului literar. Esențial este ca demersul critic să fie adecvat specificului autorului și operei analizate și evaluate. Teoria literară oferă instrumentația necesară investigării complexe, eficiente a operei propuse evaluării. Caracterul de invariant al operei, originalitatea acesteia, atât de jinduită de autorii contemporani, așteptată cu nerăbdare de autorii tineri, debutanți mai cu seamă, se stabilește și prin raportare la creația anterioară, dar și la principiile teoriei și criticii literare. Critica de întâmpinare se confruntă cu astfel de atitudini. De aceea am evitat să analizez doar debuturile separate, preferând urmărirea evoluției autorului, profilul lui conturat după mai multe volume.

Celeritatea își spune cuvântul și în procesul de investigare a creației literare. În prezent se scrie mai mult ca oricând. Chiar dacă nu tot ce se scrie este literatură, adică nu întrunește condițiile estetice ale artei cuvântului, investigarea și evaluarea producției literare depășește cu mult posibilitățile unui critic oricât de consecvent, chiar și ale unei publicații sau chiar edituri de profil. Pentru a suplini deficitul evaluării oportune autorii actuali, postmoderni în primul rând, implică demersul critic în propria creație, prin elaborarea de metatexte. Alteori forțează „vizibilitatea auctorială” prin simpatii de grup, constituind, în jurul unei publicații sau al unui autor confirmat, un fel de „confrerii literare” moderne. Panorama actuală a grupărilor literare este deosebit de mobilă, cartografierea acestora fiind aproape imposibilă. S-au schimbat și raporturile între centru și periferie, ca și între centrele de inovare și cele de consacrare. Ca și viața, creația literară reprezintă un proces continuu, evaluarea acesteia devenind extrem de complexă, solicitând criticii un profesionalism desăvârșit, o atenție deosebită la noutatea mesajului și limbajului operei, la originalitatea acesteia și a autorului.

- Care ar fi fost destinul dv. literar dacă Transilvania rămânea în Imperiul Austro-Ungar?

- Nu cunosc statutul creatorului în condițiile Imperiului, nu am nici o imagine cât de cât apropiată de realitate. Cred că dacă aș fi trăit sub Imperiul austro-ungar aș fi fost persecutat cel puțin pentru apartenența națională și religioasă. De altfel literatura cea mai valoroasă din spațiile imperiale aparține scriitorilor revoltați. Scriitorul are un context al lui, diferit de cel politic, social, ideologic. Rețin poziția unui parabolist modern: „De la margine, de acolo se vede mai bine cum putez imperiile”. Reflecția aparține lui Timur Zulfikarov, autor din spațiul centr-asiatic. Ideea apare și la noi în romanul **La marginea imperiului** de Tudor Dumitru Savu.

- Care a fost perioada cea mai glorioasă a literaturii române?

- Cred că perioada cea mai glorioasă a literaturii române este cea a marilor clasici. A avut creatori exemplari de literatură – Eminescu, Caragiale, Creangă, Slavici – un spirit lucid, Titu Maiorescu, fondator al criticii literare românești, o revistă – *Convorbiri literare* – care recent a împlinit 150 de ani, (ajungea și la Cercul de lectură întemeiat de Petru Brâncuși), o implicare cu un impact puternic asupra vieții politice și a modernizării societății. Modelele și principiile acestei perioade literare sunt valabile și azi.

- Și în comunism s-a făcut artă și literatură?

- S-a făcut literatură autentică și în comunism, în ciuda persecuțiilor scriitorilor. Era greu de evitat controlul ideologic al literaturii, mai ales că materialul cu care operează aceasta – cuvântul – este același cu al ideologiei și al comunicării umane. Protestul cerea strategii ingenioase de codificare a mesajului și a limbajului, care, în cele mai ferice cazuri, au sporit, concomitent cu „dificultățile textului”, și valoarea estetică a acestuia. Așa s-a creat o literatură fantastică, onirică sau distopică. Una dintre strategiile aplicate cu deosebire în proză, dar și în dramaturgie este parabola. Recurge la un discurs indirect, aluziv, dar mai ales la procedee de augmentare a semnificațiilor unor personaje și întâmplări particulare. Realist prezentate, acestea sunt insolite spre raportare la contexte cu semnificații mult mai cuprinzătoare, de multe ori la nivelul condiției umane și al statutului ființei. Romane precum **Vânătoarea regală** de D. R. Popescu, **Biserica neagră** de A.E. Baconski, **Cartea de la Metopolis** de Ștefan Bănuțescu, **Lunga călătorie a prizonierului** de Sorin Tîlciș și a. sunt exemple convingătoare. Odată cucerite, astfel de strategii urmează calea performării și adaptării la condițiile actuale. Societatea noastră este puternic afectată de schimbări fundamentale. Trecerea de la totalitarism la democrație se suprapune peste trecerea de la o societate industrială la una postindustrială, informațional-culturală. Procesul se reflectă în schimbarea paradigmelor mitice: de la mitul lui Prometeu la mitul lui Hermes, ilustrat evident prin Internet. Trecerea cunoaște o fază dionisiacă, în care destrucțurarea vechilor valori nu e urmată de structurarea imediată a celor noi. Este o fază a individualismului, hedonismului, consumismului, plairismului, a insului care nu-și găsește încă locul și rostul în structurile societății. În plan cultural se produce și trecerea de la modernism la postmodernism. Toate aceste schimbări se produc într-un context determinat de confruntarea dintre identitate și globalizare, care a sporit tensiuni și așa greu de ameliorat. Să nu uităm că simultan cu aceste procese nu încetează să se

desfășoare și lupta pentru putere. Pe de altă parte societatea noastră face greșea sesizată demult de Winston Churchill: „Cine întârzie în prezent cu judecata trecutului pierde cu siguranță viitorul.” Totuși viitorul vine și destul de repede, dar se cere întâmpinat cu mai multă perspicacitate și din partea scriitorilor. Cred că datoria principală a scriitorilor este de a identifica cerința de idealitate a societății; mai ales într-o societate prin excelență pragmatică, condusă de criteriul eficienței economice.

- Cum se scria în comunism, cum se scrie în democrație? Descrieți asemănările și deosebirile fundamentale. Simțiți că sunteți cetățean al UE? Există un patriotism de tip UE?

- Patriotismul este un sentiment și trebuie tratat ca atare. El se manifestă printr-un atașament puternic față de valorile spațiului de origine, valori constitutive, care au modelat ființa din primele zile ale vieții. Chiar dacă valorile moștenite nu sunt dintre cele mai ridicate, patriotismul rămâne un sentiment înălțător prin contribuția la creativitatea și solidaritatea umană. Cesare Pavese începea una din povestirile lui astfel: „E bine să ai un sat al tău, fie și pentru plăcerea de a pleca din el. Un sat înseamnă să nu fii singur, să știi că și atunci când nu ești, cineva stă și te așteaptă.” Îmi place să corelez aceste cuvinte cu propoziția lui Horia Vintilă: „Cât timp cineva se roagă pentru tine înseamnă că nu ești singur.” Cât timp ai o patrie, chiar dacă ești departe de ea, nu ești singur.

Concomitent cu extinderea spațiului existențial și a sistemului de valori, atașamentul la valorile constitutive ale ființei se complințește cu respectul pentru noile valori, fără a anula însă afecțiunea pentru cele inițiale. Important este ca atașamentul și respectul să se manifeste față de valori autentice și, mai ales, prin făurire de valori, inclusiv spirituale și afective.

- Cum vă influențează scrisul faptul că trăiți într-un spațiu multicultural?

- Avantajele unui spațiu multicultural ar fi lejeritatea schimbului de valori, eventual de experiență în făurirea acestora. În literatură rămân de depășit în primul rând barierele limbii. Traducerile, deși facilitează schimbul de creații, nu sunt și selective; se traduce orice, în funcție de interese diverse și de relații interpersonale. Altădată o creație tradusă într-o limbă de circulație mai largă era și un semn de valoare. Ca și publicarea la o anumită editură. Criteriul selectiv stimula valoarea.

- Ați putea scrie dacă ați fi închis într-un penitenciar din România?

- S-au scris și opere remarcabile în închisoare. Profesorul George Achim are chiar un studiu valoros despre „poezia închisorii”, care analizează creații remarcabile izvorâte din condițiile detenției. Dar atunci detenția nu era un obiect de negocieri. Principalul nu am nimic împotriva practicii scrisului în închisoare și îl consider chiar benefic, dată fiind funcția performativă, a creației în general, a celei intelectuale cu deosebire, fie științifică sau artistică. Scrisul literar are și o funcție metanoetică, de prefacere a ființei, finalitate urmărită și de instanța punitivă. Recompensarea scrisului cu reducerea pedepsei nu mi se pare de condamnat, când scrierea este creație autentică și personală a deținutului și realizează o astfel de prefacere. Nu numai scrisul, ci orice formă de activitate utilă este salvatoare pentru condiția umană. Exemplul la îndemână îl oferă Soljenițin

cu **O zi din viața lui Ivan Denisovici**, personaj care nu încetează să împlinească fapte umanitare chiar în cele mai grele condiții. Cam aceeași idee o ilustrează și Dostoievski în **Amintiri din casa morților**. Numai că omul contemporan nu agreează condiția de martir.

- Ați mai scrie dacă ați fi multimilionar?

- Credeți că nu mai am ce să-mi imaginez? Dar cum literatura cunoaște și o perioadă a absurdului, să admitem. Aș amenaja un local pentru artiști, o cafenea, aș sponsoriza o revistă literară, aș susține chiar o editură care să aibă ca angajați lectori de specialitate, corectori competenți, poligloți, graficieni și tipografi pricepuți în prefacerea cărții în obiect artistic, beneficiind de facilitățile informației moderne, nu numai persoane specializate în copy-paste. Aș sponsoriza un program TV cultural. Dar să lăsăm iluziile deșarte...

- Care a fost criticul literar care v-a „prins” cel mai bine? La ce carte a apărut respectiva cronică și de cine a fost semnată?

- Scrise cu intermitențe, editate în tiraje mici, după posibilitățile mele financiare, cele mai multe la edituri puțin cunoscute, destinate studenților în primul rând, cărțile mele nu m-au recomandat unei recepții rapide și extinse. Totuși unele aprecieri au început să apară, chiar despre primul volum de **Intermittențe**, în primul rând din partea autorilor luați în discuție, dar și a câtorva critici prestigioși. Unele ecouri frumoase vin și din spațiul anglofon, și nu numai de la autorii abordați. Îmbucurător este că eseurile sunt bine primite și că depășesc condiția locală. Încă nu am ecouri supărătoare de pe urma scrierilor mele, așa că pot îndrăzni să mai comit și altele.

- Ca scriitor, vă puteți considera un „nemuritor”. Numele dvs va dăinui, în istoria literaturii, a culturii, cel puțin în orașul în care ați trăit, în vreme ce numele celor care nu creează sunt date uitării după ce îi dispore familia. Ca individ, sunteți, totuși muritor. Vă temeți de moarte? Cum tratați „moartea”, în creația dvs?

- Spaima de moarte este o preocupare centrală a filosofiei existențialiste. Printre factorii care pot ameliora impactul morții asigurarea continuității biologice și creația ocupă poziții importante. Ca gânditori trebuie să nu ignorăm condiția finitudinii ființei. Conștiința acestei condiții poate stimula creativitatea și solidaritatea, cu șanse de depășire a impactului existențial, de trecere din istorie în memorie cel puțin pentru un timp și pentru o comunitate de cuprindere relativă. Altfel celeritatea vieții actuale va șterge repede urmele persoanei, dar și ale faptelor sale. Omul contemporan are puține șanse să mai dăinuie prin povestea lui, care poate rămâne neterminată... Oricum nu pare a avea viață lungă. Dar să ne mai amăgim cu ideea că realitatea depășește orice imaginație!

De înscris în piatră spre eternizare semnele poveștii e greu și de imaginat. Totuși, dacă cineva s-ar încumeta să cioplească o statuie a modestiei, aș subscrie și eu, în semn de apreciere a atitudinii așteptate de la ființa normală. Îmi amintesc deseori de îndemnul lui Dostoievski: „Smeriște-te, omule mândru!” Înțeleg smerenia în sensul ei etimologic, ca „măsură” reală a ființei, nu ca umilință, cum e aproape unanim precepută în prezent. Un astfel de îndemn ar putea orienta ființa către normalitate.

A consemnat Mirela F.

Cele mai frumoase drumuri din lume

Globul pământesc este străbătut de milioane de kilometri de drumuri săpate în pereții munților, adesea greu de urmat, drumuri de coastă care încântă privirea, șosele sinuoase care parcurg apele oceanelor sau văile, alături de peisaje care surprind prin spectacolul oferit de natură și care îndeamnă călătorul să pornească la drum.

Posibilitatea de a ne deplasa cu ușurință dintr-un loc în altul reprezintă un aspect cheie al lumii moderne. Inginerii care proiectează șoselele sunt esențiali când vine vorba de a oferi infrastructura necesară circulației rutiere, feroviare și aeriene, care, la rândul lor, sprijină bunăstarea economică și socială, dar și să abordeze cu atenție și profesionalism provocările asupra mediului create de necesitățile de transport din prezent. Multe dintre cele mai surprinzătoare drumuri din lume uimesc fie prin frumusețea peisajului natural, fie datorită faptului că sunt extrem de periculoase sau că reprezintă adevărate bijuterii din punct de vedere al proiectării. Uneori nu contează atât de mult destinația finală la care trebuie să ajungi, ci drumul în sine și locurile pe care le vezi până acolo.

Adesea numit cel mai frumos traseu din Alpii Francezi, Combe Laval, din Franța, a fost construit în 1897. Drumul a fost inițial folosit pentru transportul lemnului, dar în timp a devenit, datorită peisajelor extrem de frumoase, o atracție turistică a Alpilor Francezi. Traseul este căutat azi în special de cicliști, care sunt gata să își pună forțele la încercare într-o cățărare aproape imposibilă. Zona cea mai spectaculoasă a întregului drum este între St. Jean-en-Royans și Col de la Machine, unde șoseaua a fost săpată direct în stâncă.

O altă provocare pentru șoferi, dar și pentru cicliști, este Trecătoarea Stelvio din Italia, care ajunge la o altitudine de 2757 metri, imbinând curbele strâns cu peisajele impresionante. Ascensiunea începe chiar lângă Bormio, iar turiștii se pot opri pentru relaxare la unul dintre hotelurile din vârful și pot admira drumul pe care l-au parcurs.

Norvegienii consideră Trollstigen (Poteca Trollilor) drept una dintre principalele atracții turistice ale țării lor. Această capodoperă a ingineriei se găsește în valea Romsdal, pe pantele a trei versanți (Regele, Regina și Episcopul). Este de fapt o șosea construită în zig-zag care urcă cei trei munți. Pentru că lipsesc barele de protecție, se recomandă atenție sporită pe orice vreme. Cei 6 km care alcătuiesc cea mai înaltă porțiune din această „scară” au 11 serpentine periculoase cu înclinație de 9%.

Construit între anii 1970 - 1974, Transfăgărășanul se numără și el printre cele mai spectaculoase trasee rutiere din lume. Plecând din Arefu până în comuna Cârțișoara, acest drum de 90 de km traversează munții Carpați la o înălțime de peste 2000 de metri. Serpentinele amețitoare și peisajul mirific al Munților Făgăraș au făcut Transfăgărășanul cunoscut și peste hotare. Benzile înguste, viaductele și podurile te obligă să mergi cu până la 40 km/oră, iar ceața deasă reduce vizibilitatea. Cu toate acestea, priveliștea spectaculoasă de la Lacul Vidraru și for-

tăreața Poenari merită efortul.

Un traseu puțin cunoscut până în urmă cu câțiva ani, când autoritățile au început asfaltarea integrală, Transalpina este considerată, după unele surse, mai veche decât Transfăgărășanul, iar mulți sunt de părere că șoseaua este și mai frumoasă. Construită în timpul domniei lui Carol al II-lea, căpătându-și astfel și numele de Drumul Regelui, a fost deschisă pentru prima dată în anul 1938. În timpul celui de-al Doilea Război Mondial, șoseaua a fost reconstruită de către trupele germane, care aveau nevoie de această rută din motive militare. Transalpina este în prezent un drum aflat încă în reabilitare. Mai deține și titlul de cel mai înalt drum rutier din România (2.145 metri în Pasul Urdele), cât și din întregul lanț al Carpaților - atât din țară, cât și din afară.

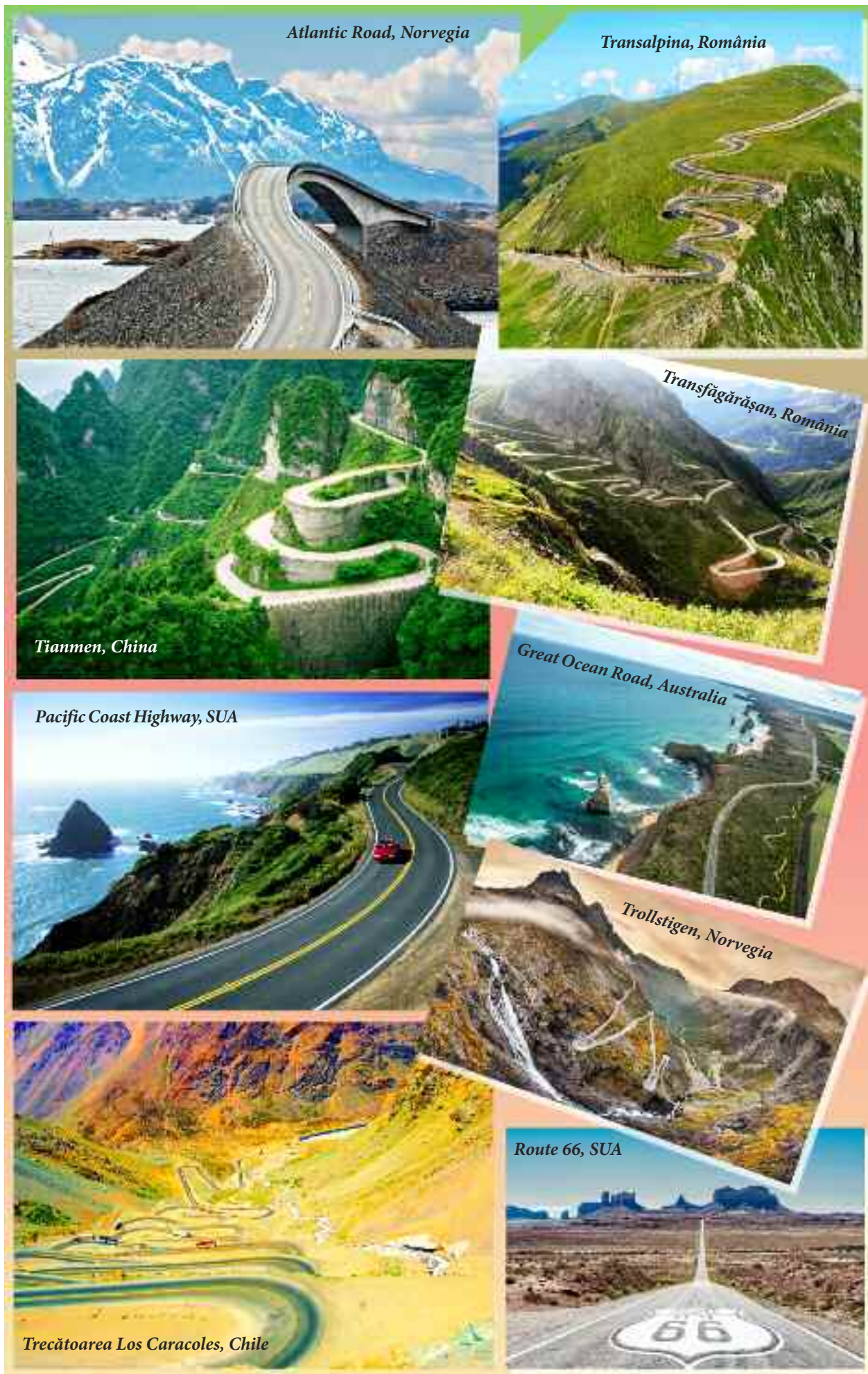
Col de Turini din Franța este faimos pentru etapa din Raliul Monte Carlo, ce are loc pe serpentinele ce străbat Alpii. Drumul, care pleacă de lângă Sospel, leagă localitățile Moulinet și La Bollene-Vesubie pe o distanță de 20 de kilometri, presărați cu peste 30 de curbe periculoase în ac de păr la o altitudine de 1.607 metri.

Drumul Lysebotn din Norvegia este considerat unul dintre cele mai deosebite din Europa. Această șosea începe cu un drum îngust ce urcă zidurile abrupte ale fiordului Lysefjord, incluzând 27 de viraje ac de păr și un tunel cu o lungime de 1,1 kilometri care, pentru a face lucrurile și mai interesante, are trei serpentine în interior. Cei care au mers pe acest drum cu o suprafață perfectă spun că oferă senzații asemănătoare cu cele ale unui montagne russe.

Atlantic Road, tot din Norvegia, este foarte spectaculos datorită faptului că urcă și coboară pe un teren cu o suprafață neuniformă, oferind senzația de mare învolburată, pe o șosea de 8,3 km. Construcția celebrului drum a început în anul 1983, întinzându-se însă pe o perioadă de 6 ani (aproximativ 1,5 km/an) deoarece, până la finalizarea acestuia, constructorii s-au luptat cu furia naturii, în această perioadă înregistrându-se nu mai puțin de 12 uragane. Șoseaua face legătura între localitățile Molde și Kristiansund, fiind una dintre cele mai populare atracții turistice din Norvegia, pentru că rar ai aici ocazia să mergi pe un drum de coastă. În zilele cu vreme frumoasă, poți avea norocul să vezi balene și foci prin preajmă.

Route 66, care traversează Statele Unite ale Americii și unește Chicago (pe coasta de est) cu Los Angeles (pe coasta de vest), este probabil cel mai cunoscut drum din lume și are o lungime de peste 3900 km. Numit „coloana vertebrală a Americii”, Route 66 este un drum spectaculos, cu multe atracții turistice, fiind, de-a lungul timpului, o permanentă sursă de inspirație pentru scriitorii, cântăreții și scenariștii. Deschis în anul 1926, Route 66 străbate opt state și este văzut de americani ca un adevărat simbol al libertății.

Cu toate că nu este la fel de faimoasă ca istoricativ Route 66, autostrada Pacific Coast Highway este inclusă între celebrele drumuri americane. Cei 1055 km de-a lungul coastei Pacificului leagă orașele americane din sud, de la Dana Point, până în nord aproape de Leggett, trecând prin mult mai celebrele Los Angeles, Santa Cruz



și San Francisco. Deși la prima impresie o autostradă pe lângă coastă ar echivala cu un drum drept, aproape plictisitor, lucrurile nu stau deloc așa. Întrucât sunt regiuni muntoase foarte aproape de opere oceanului, soluțiile găsite de arhitecți oferă senzații unice șoferilor. Una dintre ele, prezentă mai ales în zilele în care ceața oceanului acoperă podurile ce fac legătura dintre diverse stânci, este aceea că plutești pe nori spre ocean.

Autostrada Overseas Highway unește orașul Miami cu lanțul de insule ce se întinde spre capătul de sud-est al Floridei, pe o distanță de peste 100 mile și cu ajutorul a 42 de poduri. O adevărată aventură pentru turiștii dornici să descopere peisajul de vis al zonei, aceasta este și o construcție incredibilă. Autostrada a fost deschisă în 1938 și urmează traseul primei căi ferate construite pe coasta de est a Floridei, iar pe unele porțiuni ajunge la o înălțime de 20 metri față de nivelul oceanului.

Cei 165 de km care alcătuiesc bucla White Rim Road, SUA, este unul dintre cele mai grele trasee. Acest drum trece prin Canyonlands National Park din statul american Utah. Peisajul roșu, provenind de la praful care intră în compoziția cărămizii și care este din belșug aici, domină vizual întreg traseul. Este recomandat ca acest drum să fie făcut cu o mașină de teren pentru că nu este asfaltat.

Atlantic Road, Norvegia

Transalpina, România

Transfăgărășan, România

Tianmen, China

Pacific Coast Highway, SUA

Great Ocean Road, Australia

Trollstigen, Norvegia

Route 66, SUA

Trecătoarea Los Caracoles, Chile

Supranumit „Drumul Morții” sau „Drumul Sorții”, North Yungas, din Bolivia, leagă capitala La Paz de Coroico, pe o lungime de 69 de kilometri. Construit de prizonieri paraguayeni în anii '30, a fost desemnat cel mai periculos drum din lume pentru că pe lățimea sa nu încap decât un singur vehicul, nu există parapete de protecție și de o parte și de alta nu vezi altceva decât un perete de piatră sau o prăpastie.

Trecătoarea Los Caracoles (trecătoarea melcilor) este una dintre cele 40 de porțiuni de drum de graniță împărțite de Chile și Argentina. Șoseaua leagă capitala statului Chile, Santiago, de regiunea Mendoza din Argentina pe o lungime de 30 de kilometri. Drumul este folosit intens de camioane și alte vehicule grele, care văzute de la depărtare par niște melci care urcă încet panta, de unde și numele șoselei.

Situată în masivul cu același nume din regiunea chineză Hunan, ruta montană Tianmen, lungă de 11 kilometri, dispune de 99 de curbe care într-un final duc călătorii în vârf de munte, la peștera Tianmen, o gaură formată natural în versant, înaltă de 131,5 metri.

Irohazaka, din Japonia, este o șosea șerpuitoare care face legătura între centrul Nikko și Oku-Nikko. Drumul cuprinde 48 de curbe și la fiecare cotitură se află câte o literă din alfabetul japonez antic.

De fapt, Irohazaka este compusă din două drumuri, unul care urcă și altul care coboară.

Tunelul Guoliang este unul dintre cele mai abrupte drumuri din lume. Acesta a fost construit de 13 localnici din satul Guoliang, prin Munții Taihang, în numai 5 ani, pentru a face legătura între satul lor și restul provinciei Henan, din China. Drumul săpat în munte are o lungime de 1.200 metri, 5 metri înălțime și 4 metri lățime, ceea ce îl face accesibil atât turiștilor care vor să-l parcurgă pe jos, cât și mijloacelor de transport. Înainte de 1972, localnicii aveau de parcurs un arcuș istovitor pe 720 de trepte săpate în stâncă. Se spune că sătenii ar fi vândut capre și plante pentru a-și cumpăra uneltele cu care au săpat tunelul.

Trebuie amintite și Great Ocean Road, din Australia, care include păduri tropicale, priveliștea oceanului și parcuri naționale; Trecătoarea Rohtang, din India, aflată la 3978 de metri înălțime, de unde se pot admira cei mai frumoși ghețari din lume; șoseaua Hawaii Belt, un drum care inconjoară insula și de-a lungul căruia pot fi admirate imagini spectaculoase cu vulcani, plaje cu nisip alb, păduri luxuriante și munți de-a lungul celor 242 km, precum și Hana Highway, din Maui, o șosea cu priveliști încântătoare de-a lungul celor 620 de curbe ce trec direct prin pădurea tropicală.