

Fără antibiotice pentru stimularea creșterii animalelor

PAGINA 5

Cultivați principiile nutriției corecte și țineți sub control diabetul de tip 2

PAGINA 8

Designerii propun pantaloni călduroși, practici și feminini

PAGINA 7



Anul XV Nr. 759

Duminică 12 noiembrie 2017

Informația de **Duminică**

Se distribuie împreună cu Informația Zilei

1821-1877

140 de ani de la moartea profesorului Petru Bran

PAGINA 2



Printul Alwaleed bin Talal a pierdut peste un miliard de dolari în 48 de ore

Printul Alwaleed bin Talal, arestat după înființarea unui comitet anticorupție în Arabia Saudită, a pierdut peste un miliard de dolari în 48 de ore. Valoarea de piață a firmei de investiții pe care a fondat-o a scăzut cu 1,3 miliarde de dolari, potrivit Bloomberg.

Averea netă a prințului Alwaleed a scăzut la 17,8 miliarde de dolari, după ce valoarea de piață a Kingdom Holding, firma de investiții din Arabia Saudită pe care o fondat-o, a scăzut cu 1,3 miliarde de dolari. Acțiunile Kingdom Holding Co au înregistrat la finalul sesiunii de tranzacționare de luni cel mai scăzut nivel din decembrie 2011.

Alwaleed se numără printre oficialii saudiți care au fost arestați după ce prințul moștenitor Mohammad bin Salman a stabilit înființarea unui comitet anticorupție, care a decis arestarea unor prinți saudiți și oameni de afaceri. Acțiunile Kingdom Holding au scăzut cu 9,9%, iar acțiunile National Industrialization Co (Tasnee), unde Kingdom deține o participație de 6,2%, au scăzut cu 1,3%. Mai mult, acțiunile Banque Saudi Fransi, în care Kingdom a cumpărat în septembrie o participație de 16,2% au înregistrat un declin de 2,8%.

Papa Francisc interzice vânzarea țigărilor în Vatican

Papa Francisc a luat decizia de a interzice vânzarea țigărilor în interiorul Vaticanului, măsură ce va fi pusă în aplicare din 2018, a anunțat Greg Burke, purtătorul de cuvânt al Vaticanului, informează BBC News Online.

Din vânzarea de țigări, Vaticanul câștigă anual milioane de euro.

"Motivul este foarte simplu: Sfântul Scaun nu poate să contribuie la o activitate care afectează în mod clar sănătatea oamenilor. Niciun profit nu poate fi legitim dacă periclitează vieți", a declarat Burke. Purtătorul de cuvânt al Vaticanului a făcut trimitere la cifrele publicate de Organizația Mondială a Sănătății, potrivit cărora fumatul provoacă decesul a peste șapte milioane de oameni în fiecare an. În prezent, oamenii din Vatican au dreptul să cumpere cinci cartușe de țigări în fiecare lună dintr-un magazin de tip duty-free, amenajat în spațiul unei foste gări ce a fost transformată într-un magazin pentru produse de lux.

Noiembrie, luna limpezirii vinurilor în butoaie, este numită Vinicer sau Vinar



Vechile calendare agricole veneau în întâmpinarea omului harnic cu o multitudine de sfaturi pentru această perioadă de sfârșit de an

PAGINA 4

Marile rețele de socializare online au intrat în vizorul Congresului SUA

PAGINA 9

Facebook a declarat la începutul lunii octombrie că aproximativ "10 milioane de persoane în SUA" au vizionat conținuturi sponsorizate ("ads", reclame) finanțate de aproape 500 de conturi activate din Rusia și care ar fi putut fi folosite pentru a manipula opinia publică, în special prin accentuarea falșilor ideologice în cadrul societății americane. Potrivit Facebook, aceste conținuturi au fost finanțate de o entitate rusă numită "Internet Research Agency" și destinată să difuzeze conținuturi pe rețelele sociale prin conturi false de utilizatori. Potrivit serviciilor de informații americane, Moscova a plătit în campania din 2016 grupuri de "trolls" (utilizatori de Internet răuvoitori sau provocatori), precum Internet Research Agency, pentru a difuza mesaje defavorabile candidatei democratice Hillary Clinton și favorabile rivalului său victorios republicanul Donald Trump.

Testamentul lui Petru cel Mare explică politica de expansiune a Rusiei



PAGINA 3

Formule de salut din lumea satului de odinioară

Cum erau salutați oamenii de vază și cum își spuneau țărani atunci când se întâlnesc?

Salutul este un prilej de a arăta respectul față de persoana căreia te adresezi și de a-i face urarea de bine pentru momentul de întâlnire al zilei. În decursul anilor formulele de salut și împrejurările adresării lor au suferit schimbări. Cândva

era o regulă ca persoana tânără să salute pe cea vârstnică, femeia pe bărbat, căruia din respect îi zicea dumneata (mama, matală) și localnicul pe străin (persoană din alt loc).

PAGINA 11



Petru Bran predica în biserică în limba română. Până la venirea lui, liturghia și predica se țineau doar în limba maghiară. De asemenea, în școala primară confesională greco-catolică elevii români învățau doar în românește. Înființează un cor bisericesc care cânta exclusiv în limba română. Acțiunile lui au stârnit ură și invidie. În frunte cu Ioan Valkovski, s-a început o luptă acerbă împotriva lui. Au încercat să-l defăimeze atât prin viu grai, cât și în presă. L-au acuzat că încearcă prin toate metodele să-i românizeze pe locuitorii din Satu Mare.

155 de ani de la nașterea lui Vasile Goldiș

Vasile Goldiș s-a născut la 12 noiembrie 1862, în satul Mocirla. Copilăria o petrece pe ținuturi arădene la Seleuș, Cermei și Mocirla. Școala primară o începe la Cermei în anul 1869 cu dascălul Nicolae Albu. Între anii 1873-1881, este elev al Liceului Teoretic din Arad pe care îl absolvă ca șef de promoție, remarcându-se cu aptitudini deosebite pentru istorie, literatură și filozofie. În anii studenției la Budapesta și Viena activează în cadrul societăților studenților români Petru Maior și România Jună.

După absolvire, obține diploma de licențiat în litere și filozofie și este numit la 1 septembrie 1885, candidat de profesor la Liceul Eotvos din Budapesta. În anul următor renunță la acest post și se stabilește la Caransebeș ca profesor de istorie și limba latină.

Din anul 1890 devine membru și apoi secretar al Casinei române din Brașov. În 1893, devine membru al Partidului Național Român și colaborator activ al ziarului Tribuna din Sibiu. Între 1895-1901, Goldiș este secretar al Societății pentru crearea unui fond de teatru român. La 1 iulie 1901 părăsește Brașovul și se stabilește la Arad unde devine secretar al Episcopiei Ortodoxe Române, iar mai târziu profesor și director al Școlii Superioare de Fete.

Între anii 1906-1910, în calitate de deputat în parlamentul maghiar pentru circumscripția Radna, a intervenit de numeroase ori împotriva diverselor legi asupritoare de naționalități. Împreună cu Emanoil Ungureanu și Ioan Mișu, redactează un memoriu pe care acesta din urmă îl înaintea guvernului maghiar la 13 septembrie 1910 din partea Partidului Național Român.

Refuză semnarea declarației de fidelitate față de guvernul contelei Tisza în condițiile intrării României în război împotriva Austro-Ungariei. Acest act a fost calificat de către autoritățile maghiare drept atitudine duplicitară și lipsită de patriotism și a determinat suspendarea, în martie 1916, a ziarului Românul care va reapărea abia în preajma actului unirii de la Alba Iulia.

La 1 decembrie 1918 Vasile Goldiș a rostit la Marea Adunare Națională de la Alba Iulia un discurs în care a relevat inevitabilitatea dezmembrării monarhiei austro-ungare și necesitatea unirii Transilvaniei cu România. Începând cu 2 decembrie 1918 a fost ministru al Instrucțiunii Publice în Consiliul Dirigent de la Sibiu, funcție pe care a exercitat-o până pe 17 decembrie 1918, când a fost numit ministru fără portofoliu în guvernul central de la București. Și-a trăit ultimii ani la Arad, unde încetează din viață la 10 februarie 1934.

Se împlinesc 140 de ani de la trecerea în neființă a profesorului Petru Bran

Sătmărenii au ridicat un monument în cinstea lui

Insuficient cunoscut, Petru Bran este una dintre marile personalități care au marcat istoria culturală a județului Satu Mare. A fost primul profesor de limba și literatura română din Satu Mare. I se recunoște meritul de a fi înființat prima bibliotecă în limba română, dar și un cerc de lectură foarte apreciat de tinerimea română. Un episod insuficient cercetat este legat de transferul cărților, și implicit, al sediului de lectură în casa avocatului Alexandru Ferentiu, tatăl viitorului primar de Satu Mare după 1918.

Situația tensionată din sânul comunității românești datorată relației dintre Petru Bran și un grup de greco-catolici stopează activitatea culturală a eminentului profesor și preot luminat. Nu a fost un naționalist în sensul radical al cuvântului, ci un propagator al limbii și culturii românești. Problemele care s-au ivit se datorează în mare parte relațiilor din interiorul comunității, a conducerii bisericii greco-catolice, în special a episcopului Ioan Gulovici. În timp, toate acestea au fost politizate și puse pe seama autorităților maghiare din acea vreme.

Cu ocazia împlinirii a 140 de ani de la moartea lui Petru Bran, comunitatea sătmăreană i-a ridicat un bust. Acesta este așezat chiar pe locul bisericii în care a slujit. Dar personalitatea celui ce a fost Petru Bran merita mai mult. Oamenii de cultură din Satu Mare au obligația de a-l readuce în actualitate pe cel ce a înființat prima bibliotecă și primul cerc de lectură în limba română. Preotul Dumitru Roman, protopop greco-catolic la biserică "Sfinții Arhangheli Mihail și Gavril" explica: "Duminică, 12 noiembrie, ținem hramul Sfinților Mihail și Gavril. Această sărbătoare a avut loc acum câteva zile, dar noi am defalcat sărbătorirea ei pentru a coincide cu dezvelirea bustului?".

Care este biografia lui Petru Bran? Petru Bran s-a născut la 21 ianuarie 1821 în localitatea Tohat, județul Maramureș. Este unul dintre cei 12 copii ai preotului Ioan Bran. După studiile primare, a urmat liceul la Baia Mare. Având în vedere că provine dintr-o familie străveche de preoți, nu este de mirare faptul că și el a ales aceeași cale. Urmează teologia la Blaj și este hirotonisit preot în 1844. Devine mai apoi și profesor de limba română. A slujit în parohiile Chilioara din Hidig (Măieriește) din județul Sălaj, iar apoi a fost pe rând vicenotar al sinodului notarial al Șimleului, administrator al protopopiatului Pericei și paroh-protopop la Craidorolț.

A înființat prima catedră de limba română în cadrul Gimnaziului Catholic Regal

A fost căsătorit cu Tereza Pop, și ea fiică de preot. Împreună au avut șapte copii: Tereza, Ana, Dionisie, fost protopop al Ardasutului, Emilia, Laura, Felician, vicar Episcopal și Petru.

Este adus la Satu Mare în anul 1857 de episcopul Ioan Alexei. Ocupă postul lăsat liber de Ioan Gulovici, devenit canonic la episcopia din Gherla.

Pe lângă activitatea de preot, acesta



Bustul lui Petru Bran este așezat chiar pe locul bisericii în care a slujit, pe strada 1 Decembrie 1918, lângă Biserica Sfinții Arhangheli Mihail și Gavril

are și o activitate didactică. A înființat prima catedră de limba română în cadrul Gimnaziului Catholic Regal, în 12 octombrie 1859. De asemenea, pune bazele unei Sietăți de lectură a elevilor români din Satu Mare.

Prof. dr. Ioan Corneanu povestește despre situația elevilor români în Gimnaziul Catholic Regal Ungar, înainte de sosirea lui Bran:

"La mijlocul secolului al XVII-lea, la Satu Mare, a luat ființă Gimnaziul Catholic Regal Ungar.

Foarte mulți tineri români au urmat cursurile acestui Gimnaziu. Mulți tineri români erau foarte buni la învățătură".

Vasile Scurtu scrie o monografie Petru Bran

Tot lui Bran i se datorează și tipă-

românește. Înființează un cor bisericesc care cânta exclusiv în limba română.

Acțiunile lui au stârnit ură și invidie. În frunte cu Ioan Valkovski, s-a început o luptă acerbă împotriva lui. Au încercat să-l defăimeze atât prin viu grai, cât și în presă. L-au acuzat că încearcă prin toate metodele să-i românizeze pe locuitorii din Satu Mare.

Împotriva lui se formează o conducere autonomă a bisericii greco-catolice

Preotul este numit "om periculos" și împotriva lui se ridică un grup care îl avea drept conducător pe Valkovski. În lupta împotriva lui Bran, răsculații apelează inclusiv la Consiliul orașului. Aceștia realizează rapoarte prin care îi aduc acuzații lui Bran. Se stabilește o comisie prin care se dorește împăcarea celor două părți. Împăcarea nu reușește, așa că, în rezolvarea disputei intervine episcopul din Gherla. Acesta "anulează toate măsurile și hotărârile aduse de partida lui Valkovski". "Pentru a vedea până unde au ajuns tensiunile între aceste două tabere merită amintite cazul credinciosului gr. cat. Ioan Dore. Acestuia murindu-i un copil nu mai merge la Bran să-l înmormânteze pe motiv că este legat cu jurământ să nu-l recunoască pe preot. Face o cerere primarului de atunci să-i delege un alt preot pentru acest scop, căci cadavru a intrat deja în putrefacție". Conflictul este însă departe de a fi rezolvat. Se întocmesc alte două rapoarte împotriva lui Petru Bran și se apelează din nou la episcopul din Gherla. Acesta propune o anchetă la fața locului. La Satu Mare vine o comisie formată din Demetriu Coroianu, vicarul Silvaniei, Mihail Pavel, vicarul Maramureșului și Teodor Szabo, protopop de Baia Mare. Ancheta are loc în data de 30 martie 1868. "Drept protest în noaptea de 1 Aprilie 1868, au spart geamurile locuinței lui Bran, i-au ruinat casa și mobilierul". El a fost prevenit de protest și a reușit să scape împreună cu familia lui. "Tot atunci au scris pe pereții casei lui și ai bisericii cuvinte injurioase și urâte". Două zile mai târziu, spargerea geamurilor a fost repetată de niște elevi de liceu. Și acest atac a fost pus la cale tot de adversarii lui.

Petru Bran părăsește parohia în 1870

Cum nu reușesc nici de această dată să îl înlăture pe Bran, Valkovski intervine la episcopie și convoacă o nouă comisie care e pe placul lui, condusă de Ioan Gulovici, înaintașul lui Bran în parohie. De această dată episcopul Vancea a ordonat ca Petru Bran să schimbe cu cineva parohia și să părăsească și casa parohială în termen de 48 de ore. Termenul s-a amânat pentru o lună mai târziu, dar, forțat de reclamații săi, părăsește casa parohială. În ciuda acestui fapt, Bran rămâne protopop și profesor. După nenumărate intrigi, Petru Bran părăsește parohia în 1870. În locul lui vine Ioane Marcu, paroh-protopop greco-catolic de Satu Mare. Petru Bran a ieșit din învățământ în anul 1876. După un an își găsește sfârșitul la Sanatoriul de Boli Nervoase din Budapesta, la 10 octombrie 1877.

Vera Pop

“Deci trebuie a deschide necurmat războaie, când cu Turcia, când cu Persia, a face tarsanele (arsenale) pe Marea Neagră pentru a lucra la corăbii.

A pune câte puțin stăpânire pe această mare cum și pe Marea Baltică, acestea fiind două poziții trebuitoare la izbânda întreprinderii noastre.

A grăbi căderea Persiei, a străbate până la Golful Persic, a restatornici de se poate prin Siria comerțul cel din vechime al Orientului și a-l întinde până la India care este magazia Lumii...”

ISTORIE

Testamentul lui Petru cel Mare explică politica de expansiune a Rusiei

În continuarea articolelor din numerele trecute despre Basarabia, publicăm două materiale de interes, care explică politica de expansiune a Rusiei încă din Evul Mediu.

Unul dintre ele este Testamentul lui Petru cel Mare. Acest document a fost publicat la Paris în anul 1843, el a fost comentat cu mare interes, în anii care s-au scurs de la descoperirea lui, de capete încoronate din Europa, de politicieni, istorici și oameni de cultură. Considerat de unii ca apocrif, Testamentul reprezintă un text a cărui valoare rezidă în confirmarea prin fapte istorice petrecute sau ce urmează să se întâmple.

Testamentul lui Petru cel Mare

Petru cel Mare, țarul rușilor, s-a născut la 30 mai 1672 la Moscova și decedat la 8 februarie 1725, la vârsta de 52 de ani și este înmormântat în Catedrala Sfinților Petru și Pavel din Sankt Petersburg.

Profitând de declinul Imperiului Otoman după asediul Vienei în 1683, Petru cel Mare a fixat prin testament principalele linii de forță ale expansionismului Rusiei în Europa cât și pe alte continente.

Testamentul său, elaborat în 1725, a fost dus la Paris de ambasadorul Franței la Petersburg și a fost predat Regelui Ludovic al XV-lea. Acest document a fost publicat la Paris în anul 1843, el a fost comentat cu mare interes, în anii care s-au scurs de la descoperirea lui, de capete încoronate din Europa, de politicieni, istorici și oameni de cultură. Considerat de unii ca apocrif, Testamentul reprezintă un text a cărui valoare rezidă în confirmarea prin fapte istorice petrecute sau ce urmează să se întâmple. Implicațiile pentru actualitatea geopolitică internațională și, în particular, pentru cea românească, sunt extraordinar de importante, permițându-ne să înțelegem multe lucruri care se întâmplă acum, sub ochii noștri.

“În numele Prea Sfintei și Nedespărțitei Treimi, NOI PETRU I, către toți pogorătorii noștri și moștenitorii tronului și guvernului nației rossienești.

Marele Dumnezeu de la care avem existența și Coroana noastră, luminându-ne, și sprijinindu-ne, îmi iartă mie a privi pe poporul rossienesc, ca chemat a stăpâni în viitorime toată Europa.

Eu pui temei acestei idei, că națiile europene au agiuns, cele mai multe, într-o stare de decadere sau că merg ele cu mare grabire spre a lor cădere.

Urmează dar a fi ele cu înlesnire și fără îndoială subjugate de un popor tânăr și nou când acela va ajunge la întregimea creșterii sale și va căpăta totală puterea sa.

Eu privesc năvălirea popoarelor Nordului de a cuprinde țările Occidentului și ale Orientului ca o mișcare periodică hotărâtă în scopurile PRONIEI – care de asemenea au făcut a se renaște și poporul roman prin năvălirea barbarilor.

Strămutările oamenilor ce locuiesc spre pol sunt ca umflarea râului Nil ce vine la oarecare vreme ca să îngrășe cu al său măr glodul țărurilor celor uscate ale Egiptului. Eu am găsit pe Rossia un părauleț și o las un râu mare..., iar moștenitorii mei vor face-o și mai întinsă, hotărât să rodească Evropa cea stărpită și valurile lor se vor revărsa peste toate stăvilile ce ar ispiți niscaiva mâini slăbănogite a pune împotriva lor, dacă însă urmașii mei vor ști a îndrepta o direcție a lor.

Pentru aceasta dar Eu le las lor instrucțiunile următoare care le recomandă la a lor luare aminte ca să le păzească cu statornicie.

A ține nația rossienească nepreacurmat într-o stare de război spre a avea pe soldații ei pururea deprinși la război, nelăsând-o a răsufla, deci numai pe câtă vreme



Testamentul lui Petru I, elaborat în 1725, a fost dus la Paris de ambasadorul Franței la Petersburg și a fost predat Regelui Ludovic al XV-lea

me va cere trebuința de a duce în mai bună stare finanțele statului, de a preface armile și de a alege prilejul favorabil pentru a începe vreun război cu acest chip se va face o parte să ajute războiului și războiul să ajute pacea în interesul întinderii Rusiei și a înaintării ei la înflorire.

A chema prin toate mijloacele posibile de la națiile cele mai învățate ale Europei comandării în vreme de război și oameni învățați în vreme de pace, spre a face ca nația rossienească să capete folosul de la celelalte nații fără a pierde din ale sale proprii.

Ideea de a inocula vrajbă între cetățenii din Polonia și deschiderea unui război în Suedia

Să se amestece la tot prilejul în toate provinciile și dezbaterile din Evropa, mai vârtos în cele din Germania care fiind mai cu apropiere o interesează mai cu seamă.

A vâri vrajbă în Polonia, a hrăni în ea tulburări și necontenite jaluzii, a-i câștiga cu bani pe cei puternici ai ei, a avea înrăuriri în Dietele lor și a le cumpăra spre a putea lucra și ei la alegerile Crailor lor; a-și face partizani în Polonia și a-i proteja, a vâri oști rossienești în Polonia și a le ține vremelnicește, până la prilejul de a rămâne acolo pentru totdeauna.

Dacă puterile megieșe s-ar împotrivi atunci să le împace vremelnice împărțind-o... până când va putea lua de la ele înapoi ce li s-a dat.

A lua cât s-ar putea mai mult din hotarile Sveziei (Suediei) și a ști cum să facă astfel ca însăși Svezia să-i deschidă război spre a-i găsi pricină de a o subjuga. Pentru a isprăvi însă aceasta, trebuie a dezbina pe Svezia de Danemarca și pe Danemarca de Svezia și cu luare aminte a hrăni rivalitățile lor...

A se însoți prinții rossienești totdeauna cu principesele din Germania spre a înmulți rudirea cu mai multe familii a ei, a apropia interesurile ei de ale noastre, și înmulțindu-se influența noastră acolo să se unească de la sine cu pricina noastră.

A căuta să câștige alianța de comerț cu a Angliei (Angliei) mai mult decât a oricărei alte puteri, pentru că ea este o putere care are mai multă trebuință de noi,

fuză aceea propunere a Rusiei, care nu este nicum de crezut, atuncea ar trebui să știe cum se împarte între ele gâlcevirea și a le face să se slăbească una pre alta, când apoi Rossia folosindu-se de un prilej hotărâtoriu va năvăli asupra Germaniei cu oștile sale cele pregătite, pornind totodată și două flote mari: una de la Marea de Azov și alta de la portul Arhanghelsk, încărcate cu cete de asiatici și însoțite spre apărarea lor cu flote înarmate de la Marea Baltică și Marea Neagră, care trecând de la Marea Mediterană și de la Ocean vor năpădi – pe de o parte ele în Franța în vreme când pe altă parte va fi Germania năpădită.

Aceste două țări, biruindu-se cealaltă parte a Europei apoi, vor trece lesne și fără nici o împotrivire sub jugul Rusiei. Așa se poate și așa trebuie a se subjuga Evropa. Petru I-ul” (Texte care au zguduit lumea, Editura Moldova, Iași, 1995, p. 101-111)

Tratatele de pace la războiul ruso-turc (1806-1812)

Tratatele de pace au început la 19 octombrie 1811 la Giurgiu și s-au continuat la București, în Hanul lui Manuc. Principali negociatori din partea Rusiei: Italinski (fostul ambasador de la Constantinopol) și generalul Sabanev, iar din partea Turciei și Calib Efendi și Dumitrache Moruzi.

Delegații ruși au pretins la început “Moldova întreagă”, iar apoi stabilirea graniței pe Siret cu stăpânirea celor trei brațe ale Dunării. Reprezentanții otomani au respins acele cereri, au declarat în urma unei scrisori speciale a sultanului, că nu pot primi decât granița pe Prut până la Coglănic, iar de aici pe o linie directă (aproximativ ca cea ce va fi stabilită, la 1856, la Congresul de la Paris), spre Marea Neagră, exceptând deci Dunărea și sudul Basarabiei. Încercarea lui Calib de a convinge pe delegații țariști că nu se cade pentru un așa mare imperiu să se târnuiească pentru câteva văi dunărene a rămas zadarnică. (Leon Kosso, op. cit., p. 167-168 și 174ș mai vezi și Nicolae Iorga, Istoria Românilor, vol. VIII, București, 1938, p. 199-200)

Cum rușii n-au fost de acord cu punctul de vedere turcesc, tratativele au fost tergiversate până în primăvara anului 1812, negociatorii teritoriilor românești omorându-și plătiseala prin distracții, ospețe, gratulări reciproce și baluri luxoase date în onoarea părții adverse. (Ibidem)

Presat de evenimentele care prevesteau marșul iminent al “marii armate” napoleoniene spre Niemen, Alexandru I i-a cerut lui Kutuzov, la 22 martie 1812 urgentarea încheierii păcii cu Turcia, acceptând... “Prutul ca graniță până la vărsarea lui în Dunăre” (Ibidem, p. 198-199)

În urma mituirii delegațiilor turci, prin intermediul lui Manuc Bei, a trădării fanarioților Dumitrache și Panaiot Moruzi, care au tănuit sultanului scrisoarea trimisă de Napoleon privind începerea campaniei militare contra Rusiei (Ibidem) și a atmosferei de panică creată “în mod abil” de Kutuzov și cei doi frați Moruzi în tabăra marelui vizir, a fost încheiată, precipitat, la 28 mai 1812, pacea de la București, care punea capăt războiului ruso-turc. Prin această pace, Rusia a încorporat teritoriul românesc dintre Prut și Nistru. În tratat se prevedea și “Prutul din punctul nord acest râu pătrunde în Moldova, apoi începând din acest loc, malul stâng al acestui din urmă râu până la Chilia și la vărsarea sa în Marea Neagră, vor forma hotarul celor două imperii...” (Istoria diplomației sub îngrijirea lui V. P. Potemkin, vol. II. Traducere din limba rusă de Valeria Costăchel, București, 1947, p. 98)

În decursul istoriei, Poporul Român a trebuit să suporte și să facă față la mari sacrificii materiale și umane, ingerințele imperiilor străine: otoman, țarist, habsburgic,

austroungar, răpirilor teritoriale, distrugerilor și jafurilor pe care acestea le-au provocat.

Începând din secolul al XIV-lea, valorile luate Poporului Român de puterile străine pot fi în parte urmărite pe bază documentară. Astfel în perioada de încheiere a primului tratat între Muntenia în 1393 și Imperiul Otoman și până la 1877, analiza evoluției tributului pune cu pregnanță marile cantități de aur și produse care au fost scoase din țară.

În total tributul plătit de țările române – Muntenia, Moldova și Transilvania – Imperiului Otoman s-au ridicat la suma de 1056305700 lei aur, ceea ce echivalează cu 341021 kg aur. (Transformarea unităților monetare în lei aur s-a efectuat luându-se ca bază următoarele echivalențe: 1 galben = 10 lei aur; un ban roșu la țară = un ducat = 10 lei aur; 1 florin = 10 lei aur; un aspru = 1 leu aur. Transformarea în aur s-a realizat având ca bază 1 leu aur = 0,3225 grame)

La acestea trebuie adăugat și faptul că în 1417, străvechiul teritoriu românesc dintre Dunăre și Marea Neagră – Dobrogea, era ocupată de Imperiul Otoman, ocupație care a durat până în 1878, iar o serie de orașe importante de pe malul românesc al Dunării ca Giurgiu, Turnu, Brăila, Chilia, Cetatea Albă, au fost transformate de otomani în raiale și pașalâcuri.

Nimeni nu a putut opri ascensiunea Poporului Român spre făurirea unității naționale

Imperiul habsburgic, ocupând Transilvania între 1687-1918, Banatul între 1718-1918, Oltenia între 1718-1739 și Bucovina între 1775-1918, a scos din țară prin impozite, contribuții militare în bani, produse, lucrări de construcții militare peste 2450000000 lei aur, ceea ce reprezintă 857500 kg aur. (Mircea Mușat, Românii în vâltoarea vitregilor istoriei în Analele de istorie nr. 3/1978, p. 16-47)

Numerose bunuri materiale și obligații au fost însușite sau plătite și Imperiului Rus, în perioada 1769-1854, când Muntenia și Moldova au fost ocupate pe diferite perioade de armatele țariste. Obligațiile în bani și produse suportate de Moldova și Muntenia se ridică la suma de 200000000 lei aur, adică 64516 kg aur. În această statistică nu intră teritoriul dintre Prut și Nistru încorporat de Rusia țaristă. (Ibidem, p. 38-39)

Mari distrugereri de valori materiale au produs poporul român nenumăratele războaie izbucnite între marile puteri. Țările române, fiind așezate într-o zonă unde se ciocneau interesele rapace ale marilor puteri, au fost nevoite în decursul veacurilor să suporte desăfurarea unor mari bătălii în interiorul hotarelor lor sau să asigure întreținerea trupelor unuia sau altuia dintre imperiile care se confruntau și care ocupau fără condiții țările române.

În această situație au suportat obligații în bani și natură – produse, au suferit jafuri, incendieri de orașe și sate. Toate acestea au frânat cursul ascendent al dezvoltării societății românești. În același timp, faptele respective au dus la creșterea puternică a conștiinței naționale a tuturor românilor la înțelegerea adâncă a necesității luptei hotărâte a Poporului Român împotriva dominației străine, pentru independență desăvârșită și unitate statale. În pofida tuturor acestor vicisitudini ale istoriei, nimeni și nimic nu a putut opri ascensiunea Poporului Român spre făurirea unității naționale și statale. Rar se poate întâlni în istoria Europei un popor care să fi înfruntat atâtea greutăți, să fi făcut atâtea jertfe pentru păstrarea gleei strămoșești, a ființei naționale și de stat, dar care să fi intrat în epoca modernă ca stat unit, odată cu cele mai multe state de pe continent.

Ioan Corneanu și Mircea Pirlea

TRADIȚII

Sf. Andrei este stăpânul lupilor, fiind cel care îi protejează pe oamenii atacați de aceste animale. Sf. Andrei se celebrează și pentru ca lupii să nu se apropie de gospodarii sau de oamenii care călătoresc. Sarea descântată și îngropată acum sub ușa de la grajd se dezgroapă de Sângiorz și se dă la vaci pentru a fi protejate de lupi și de alte rele.

Nu se dă nimic cu împrumut în această zi, pentru ca nimeni să nu fure roadele câmpului. O altă interdicție vizează femeile, care nu trebuie să se spele și să se pieptene.

Brumar, luna brumelor mari și a limpezirii vinului în butoaie

Brumar, cum mai este numită în popor luna Noiembrie confirmă și de această dată că nu întâmplător i-a fost dat acest nume. Zilele trecute am putut să vedem primele semne ale vremii, bruma care s-a lăsat pe iarbă și flori. Firul de iarbă și frunzele au fost brodate în albul promoarei, prevestind apropierea iernii.

Luna noiembrie mai este numită și Vinar sau Vinicer deoarece acum este momentul fermentării și limpezirii vinului în butoaie.

Săditul pomilor

Pregătirile pentru iarnă începute în luna octombrie se intensifică în noiembrie, luna sfârșitului de toamnă. Chiar dacă se anunță timpul brumelor mari, atunci când vremea este mai blândă pot fi continuate activitățile din gospodărie. Vechile calendare agricole veneau în întâmpinarea omului harnic cu o multitudine de sfaturi pentru această perioadă de sfârșit de an.

“Puneți sălcii, gunoiți pomii, acoperiți pomii mai gingași, îngropați via, curățiți pomii de mușchi pe timp umed, depărtați zăpada de lângă garduri, curățiți grădinile și puneți tot gunoiul într-o grămadă, care apoi va fi bună de gunoit. Când timpul este frumos, mai poți sădi pomi. Sapă gropi pentru pomișorii ce voiești a-i sădi în primăvară. Curățește ouăle de omidă. Apără alții mai tineri în contra iepurilor. Spoiește trunchiul pomilor cu următoarea materie: zamă de var, ballegă de vită și sânge, amestecate toate împreună.

În grădina de legume lucrările trebuie terminate. În jurul pomilor se pune gunoi putred și se întrupează pământului. La fiertul mustului avem să fim luători de seamă, ca să nu se întâmple nici prea repede, dar nici prea încet. În cazul dintâi stropim butea cu apă rece, în cel din urmă o acoperim cu o haină de lână. Buțile să le ținem tot pline. Poamele ce dau spre putrezire trebuie delaturate. Frunzele picate se adună și se pun grămadă, amestecându-se cu gunoi ori pământ. Din ele se face un gunoi foarte bun.”

Calendarele bisericesti consemnează pentru luna noiembrie mai multe sărbători după cum urmează: 1 noiembrie - Sf. Cosma și Damian (Vracevul); 8 noiembrie - Sf. Arhangheli Mihail și Gavril (Năpustitul areșilor); 11 noiembrie - Sf. Mina (Sărbătoarea tâlharilor); 12-14 noiembrie - Martinii de Toamnă; 14 noiembrie - Filipii de Toamnă; 15 noiembrie - Începutul postului Crăciunului (calendarul ortodox și greco catolic); 21 noiembrie - Intrarea în biserică a Maicii Domnului (Ovidenia); 25 noiembrie - Sf. Ecaterina; 29 noiembrie - Ajunul Sf. Andrei și 30 noiembrie - Sf. Andrei.

În tradiția populară, de sărbătorile amintite sunt păstrate mai multe obiceiuri.

1 Noiembrie: Sf. Cosma și Damian (Vracevul)

Numită și Vracevul (adică a vindeca din slavonă), sărbătoarea sfinților Cosma și Damian (doctorii fără arginți



Luna noiembrie mai este numită și Vinar sau Vinicer deoarece acum este momentul fermentării și limpezirii vinului în butoaie

întâlniți în calendarul tradițional și în luna iulie) este importantă pentru tămăduirea bolilor, în special a epilepsiei și febrei tifoide. Sunt considerați protectori ai sfințeniei căsnicilor creștine, precum și dătătorii de armonie în viața soților. Sărbătorirea lor se face din vremuri străvechi.

8 Noiembrie: Sfinții Arhangheli Mihail și Gavril (Năpustitul areșilor)

Sfinții Arhangheli sunt îngeri cu aripi și săbii care iau sufletele oamenilor atunci când aceștia mor și le conduc pe lumea cealaltă, în rai sau în iad, în funcție de păcatele fiecăruia.

Sf. Arhanghel Gavril este cel care a dat Maicii Domnului vestea nașterii pruncului Iisus și tot el este cel care stăpânește ciurma, ca și Sf. Haralambie.

Sf. Arhanghel Mihail este mai des întâlnit în tradițiile românești. El este cel care ia sufletele oamenilor, stând la capătul bolnavului dacă acesta va muri și la picioare, dacă acesta va scăpa de boală și va continua să trăiască. Din cauza faptului că este mai tot timpul plecat, Sfântul nu stă în Rai decât de Vinerea Mare și de Paști, se spune în popor.

În sâmbăta de dinaintea acestei sărbători se face pomană pentru morți, iar în ziua de 8 noiembrie este bine ca fiecare om să aprindă o lumânare, întrucât aceasta îi va fi lumina pe lumea de dincolo. Nu se lucrează deloc în această sărbătoare, căci cei ce vor lucra se vor chinui rău înainte să moară.

Tot în această zi se amestecă berbecii (areșii) cu oile, în scopul împerecherii. Se pregătește și o turtă (turta areșilor) care se aruncă între oi și dacă

aceasta cade cu fața în sus, este un semn că oile le va merge bine atunci când vor fâta.

11 Noiembrie: Sfânta Mina (Sărbătoarea tâlharilor)

Sf. Mina este protectorul celor păgubiți. În această zi fetele și femeile se duc la biserică și aprind lumânările la celălalt capăt, pentru că în acest fel să se întoarcă lucrurile pierdute, dar și dragostea flăcăilor. De asemenea, sfântul Mina este și cel care îi apară pe călători de hoți.

12-14 Noiembrie: Martinii de Toamnă

Ca și Martinii de Iarnă și Martinii de Toamnă se celebrează timp de 3 zile, ca patronii ai urșilor și pentru protecția vitelor împotriva lupilor. Se continuă cu celebrarea Gădineții, zilele sălbăticiunilor (12-16 noiembrie), cu Filipul cel Șchiop (21 noiembrie, celebrat de Vovidenii, ce are renumele de ființă răzbunătoare și neiertătoare) și se termină cu Sfântul Andrei (30 noiembrie) care este considerat “stăpân al oilor” și patronul lupilor.

14 Noiembrie: Lăsatul Secului de Crăciun

De Lăsatul Secului, familiile petreceau cu multă mâncare și băutură și se trăgea cu pușca. Sărbătoarea (Sf. Ioan Milostivul) era ținută și pentru a se proteja vitele de șerpi și de lupi. În această zi, se putea prezice vremea după pieptul găinii tăiate. Dacă pieptul era gras, urma o iarnă grea, iar pieptul slab al găinii prevestește o iarnă blândă

și o vară rodnică.

În unele zone ale țării, fetele mari care nu și-au găsit încă ursitul, recurg la “bătutul pernelor”. Se crede că o astfel de “corecție” imblânzește soarta, care le va aduce în prag pețitori. Tot acum se spune că nu e bine să arunci resturile de la masa de Lăsata Secului decât spre Răsărit, altfel păsările vor ciuguli toată recolta de boabe. Alte superstiții se referă la treburile casnice ale femeilor. Este ziua în care nu se coase, nu se toarce, nu se țese deoarece se crede că altfel gospodăria poate fi lovită de rele, de boli și distrugerii.

De asemenea, 14 noiembrie este momentul când la țară încep șezătorile.

14 Noiembrie: Filipii de Toamnă

Filipii de Toamnă sunt ținuți de femei. Acestea nu au voie să lucreze, fiindu-le permis doar să facă mâncare. Filipii erau imaginați în societatea tradițională carpatică a fi niște divinități năprasnice, patroni ocrotitori ai sălbăticiunilor, în special ai lupilor. Cu trup uman și cap de lup, simbolizează spiritul anotimpului friguros, lupta dintre iarnă și vară. Simbolistica lor datează din timpurile ancestrale când lupul ca personaj mitologic se confruntau cu puterile altor zeități carpatice. De altfel acum începe perioada împerecherii lupilor, care va dura până la Filipii de Iarnă.

21 Noiembrie: Intrarea în biserică (Ovidenia)

Se sărbătorește acum ziua intrării în biserică a Fecioarei Maria. Se spune că de Ovidenie se deschid cerurile și animalele încep să vorbească. Se aprind

lumânări, în special pentru cei care au murit fără și se face pomană pentru copiii morți. Este bine ca lumânările și focul să ardă toată noaptea. Începând de acum și până la Sângiorz femeile nu mai au voie să spele rufo la rău. Pentru că se crede că în această noapte umblă strigoi, tocurele ușilor și feres-trelor se ung cu usturoi.

25 Noiembrie: Sfânta Ecaterina

Sărbătoarea este celebrată în special de femeile care poartă numele sfintei. Sf. Ecaterina ar fi fost sora Sf. Nicolae, despre care se crede că ar fi fost nebună. De aceea, sfânta păzește de boli și nebulnie.

29 Noiembrie - Ajunul Sfântului Andrei

Noaptea Sf. Andrei este una din cele mai importante din calendarul popular, fiind cunoscută ca noaptea strigoilor. Aceștia ies și se bat sau joacă la răscruți și prin preajma caselor părăsitate.

În această noapte are loc o petrecere numită păzitul usturoiului. Fetele și flăcăii din sat se adună într-o casă ale cărei ferestre și uși au fost unse cu usturoi. Într-o covată se pune usturoi (fiecare fată aduce câte trei căpățâni) care va fi păzit de o bătrână, la lumina unei lumânări. Participanții petrec până dimineața, când covata cu usturoi este scoasă în curte și jucată de un flăcău în mijlocul horii. Usturoiul păzit astfel peste noapte se împarte și este păstrat în decursul anului la icoană, fiind folosit pentru protecție împotriva diferitelor boli sau vrăji.

Tot acum se pun într-o strachină nouă cești de apă și se așează sub icoană. Dacă a doua zi apa va scădea, persoana respectivă nu va avea noroc. În această noapte vorbesc animalele, dar oamenii nu trebuie să le asculte, căci vor muri.

În noaptea Sfântului Andrei, fetele își pot afla ursitul. Pentru aceasta trebuie să se uite într-o fântână cu ajutorul unei lumânări de la Paște și vor vedea în apă chipul viitorului soț. Un alt mod de a afla viitorul este visul. În acest sens fetele pun sub pernă 41 de boabe de grâu și dacă în vis cineva le fură grăul, e semn că se vor mărita.

30 Noiembrie: Sf. Andrei

Sf. Andrei este stăpânul lupilor, fiind cel care îi protejează pe oamenii atacați de aceste animale. Sf. Andrei se celebrează și pentru ca lupii să nu se apropie de gospodarii sau de oamenii care călătoresc. Sarea descântată și îngropată acum sub ușa de la grajd se dezgroapă de Sângiorz și se dă la vaci pentru a fi protejate de lupi și de alte rele.

Nu se dă nimic cu împrumut în această zi, pentru ca nimeni să nu fure roadele câmpului. O altă interdicție vizează femeile, care nu trebuie să se spele și să se pieptene.

Copiii pun acum la înflorit ramuri de măr, păr sau prun pentru a le folosi drept sorcovă, de Sf. Vasile. Fetele și flăcăii pun grâu la încolțit, iar cel al căruia va crește mai frumos va fi cel mai norocos (folkromania.com).

A consemnat Ștefania Crișan

Suplimentul natural Hyper anti aging de la Hypericum este excelent în energizarea, imunostimularea, remineralizarea și reîntinerirea întregului organism pe cale naturală. Produsul are în componență ingrediente valoroase

SĂNĂTATE

Hyper anti aging, supliment alimentar anti-îmbătrânire, antioxidant și tonifiant

Hyper anti aging este un supliment alimentar anti-îmbătrânire, antioxidant și tonifiant. Este un supliment natural atent formulat pentru combaterea și chiar inversarea semnelor de îmbătrânire, a căror instalare timpurie este favorizată de stilul de viață din ce în ce mai solicitant al zilelor noastre.

Acest produs are în componența sa un complex de ingrediente naturale cu o matrice informațională nealterată. Acest lucru permite ingredientelor să acționeze sinergic, completându-se și potențându-se reciproc, beneficiind totodată și de o biodisponibilitate crescută. Astfel, prin acțiunea sa holistică, suplimentul natural Hyper anti aging este excelent în energizarea, imunostimularea, remineralizarea și reîntinerirea întregului organism pe cale naturală. Produsul are în componență ingrediente valoroase, după cum urmează:

Acetil-L-carnitină și Acidul Alfa-lipoic au un rol esențial în metabolismul energetic al organismului. Cei doi compuși sinergizează în vederea asigurării unui aport optim de energie proceselor celulare, îmbunătățirii funcțiilor cerebrale, în combaterea stresului oxidativ, ameliorarea și chiar inversarea procesului de îmbătrânire.

Goji este un ingredient des folosit în medicina tradițională chinezească. Eficient în: menținerea unui moral ridicat, tonifierea ficatului (puternic hepatoprotector), protejarea rinichilor, curățarea sângelui, îmbunătățirea performanțelor sportive prin susținerea dezvoltării oaselor și a masei musculare, ameliorarea insuficienței sexuale atât la femei cât și la bărbați (sporește cantitatea și calitatea materialului seminal).

Resveratrolul este un binecunoscut polifenol cu proprietăți antioxidante, chemo-preventive și cardioprotectoare. Fructoboratul de Calciu este un complex de calciu, fructoză și bor găsit natural în fructe și legume, fapt ce îl face una dintre cele mai bio-disponibile surse de calciu și bor.

Ginsengul Siberian este utilizat în principal pentru creșterea rezistenței fizice (acțiune revigorantă și energizantă) și pentru capacitățile sale adaptogene (de întărire a sistemului și răspunsului imun).

Coenzima Q10 este un binecunoscut antioxidant, prezent în toate celulele umane. Coenzima Q10 favorizează oxigenarea celulară, revitalizează sistemul imunitar, diminuează efectele secundare ale radioterapiei și întârzie instalarea majorității afecțiunilor cronice: cardio-vasculare, neurodegenerative, inflamatorii sau reumatismale.

Ginkgo biloba este indicat ca adjuvant în tratarea maladiilor cerebro-vasculare, a tulburărilor de memorie sau în insuficiența circulației periferice. Cel mai adesea, acest ingredient este recomandat în îmbunătățirea activităților de învățare și memorare.



Fosfatidilserina este un compus cu proprietăți demonstrate de îmbunătățire a funcției cognitive, susținând efortul intelectual.

Drojdia selenită previne carențele și completează aportul de vitamine din complexul B ce sunt necesare funcționării optime a sistemului nervos, în special a creierului.

Recomandări: eficient în susținerea și încurajarea capacității proprii a organismului uman de a-și menține o evoluție anti-entropică, de auto-regenerare și încetinire a ritmului de îmbătrânire; Acest supliment alimentar poate fi folosit ca adjuvant în: creșterea nivelului de energie al organismului, redarea vitalității și menținerea unui moral ridicat; adjuvant în profilaxia și terapia afecțiunilor cardiovasculare, afecțiuni neurologice degenerative, sporirea acuității vizuale, ușurează efortul depus pentru a slăbi. Este recomandat persoanelor ce depun efort fizic și intelectual, fumătorilor, sportivilor, în osteoporoză și hipocalcemie. Este indicat în tratamente pentru întărirea imunității și surmenaj (sindromul oboselii cronice).

Crema anti-aging "Taina Plantelor"

Crema anti-aging "Taina Plantelor" este un produs atent formulat pentru combaterea și chiar inversarea semnelor de îmbătrânire, a căror instalare timpurie este favorizată de stilul de viață din ce în ce mai solicitant al zilelor noastre. Această formulă holistică are la bază compuși naturali activi, cu o bio-disponibilitate foarte mare, ce acționează sinergic completându-se și potențându-se reciproc, rezultatul fiind o piele hidratată, energizată, detoxifiată și întinerită.

Acidul hyaluronic are un rol esențial în menținerea supleței, elasticității și fermității pielii. Acest compus ajută la atenuarea ridurilor și în procesele de refacere a zonelor epiteliale ce prezintă leziuni sau cicatrici.

Coenzima Q10 este un binecunoscut antioxidant, prezent în toate celulele



umane. Acest lucru se datorează faptului că transformarea nutrienților în energie (ATP) la nivel celular se produce cu ajutorul acestei coenzime. Favorizează oxigenarea celulară și ameliorează efectele nocive ale fumatului și ale radioterapiei.

Tocoferolul (Vitamina E) este, de asemenea, un puternic antioxidant natural care neutralizează radicalii liberi și combate deshidratarea pielii. Acest compus este atât de important pentru întreținerea pielii și încetinirea îmbătrânirii acesteia și datorită capacității sale de a proteja epiderma de acțiunea nocivă a radiațiilor solare (raze UV).

Recomandări: util în prevenirea, stoparea și chiar inversarea semnelor de îmbătrânire a pielii. Este recomandat în stimularea procesului natural de îmbătrânire, dar și în păstrarea unui nivel optim de hidratare a tenului. Recomandat persoanelor fumătoare, celor cu un ten devitalizat, deshidratat, ce prezintă semne de îmbătrânire, dar și celor care doresc prevenirea din timp a acestor simptome.

Cele 2 produse se comercializează împreună într-un pachet anti aging, ele fiind sinergice în acțiunea terapeutică.

Produsele se găsesc la cele două magazine Hypericum din municipiul Satu Mare:

Str. Drumul Careiului, nr. 4-5
Tel: 0261 740 121
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
Tel/fax: 0262 271 338 ; 0262 372 695
Tel comenzi: 0262 263 048
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

"Fără antibiotice" pentru stimularea creșterii animalelor



Organizația Mondială a Sănătății (OMS) i-a îndemnat pe fermieri să stopeze utilizarea antibioticelor pentru stimularea creșterii și prevenirea bolilor la animale, întrucât această practică alimentează infecțiile periculoase la oameni declanșate de superbacteriile rezistente la medicamente, notează Agerpres.

Descriind lipsa de eficacitate a antibioticelor destinate oamenilor drept "o amenințare la adresa securității", comparabilă cu "o epidemie bruscă și letală", Tedros Adhanom Ghebreyesus, directorul general al OMS, a declarat că o "acțiune puternică și susținută în toate sectoarele" este vitală pentru a opri valul de rezistență și pentru a "menține lumea în siguranță".

OMS recomandă insistent o reducere generală a utilizării antibioticelor de importanță medicală din toate clasele la animalele producătoare de hrană, inclusiv restricția totală în ceea ce privește folosirea acestor antibiotice pentru stimularea creșterii și prevenirea bolilor în lipsa unui diagnostic", a arătat aceeași agenție din cadrul Organizației Națiunilor Unite.

Orice utilizare a antibioticelor stimulează dezvoltarea și răspândirea așa-numitelor superbacterii — infecții rezistente la medicamente, care pot evita acțiunea tratamentelor menite să le distrugă.

Conform declarației OMS, în unele

state, sectorul creșterii animalelor este răspunzător de circa 80% din consumul total de antibiotice de importanță medicală. Aceste produse sunt utilizate, în cea mai mare parte, în cazul animalelor sănătoase pentru a împiedica îmbolnăvirea lor și pentru accelerarea procesului de creștere.

OMS a declarat că o astfel de utilizare ar trebui stopată în totalitate. De asemenea, organizația a adăugat că în cazul animalelor bolnave, acolo unde este posibil, ar trebui mai întâi efectuate teste pentru a fi identificat cel mai eficient și mai prudent antibiotic pentru tratarea infecțiilor specifice de care suferă.

Unele state au luat deja măsuri pentru reducerea utilizării antibioticelor la animalele producătoare de hrană.

Începând din 2006, Uniunea Europeană a interzis utilizarea medicamentelor pentru stimularea creșterii.

Consumatorii generează de asemenea o cerere de carne provenind de la animale crescute fără utilizarea de rutină a antibioticelor, unele lanțuri importante adoptând politici "fără antibiotice" pentru furnizorii de carne, precizează sursa citată.

Potrivit OMS, printre alternativele la utilizarea de antibiotice pentru prevenirea bolilor la animale se numără îmbunătățirea condițiilor de igienă și a practicilor agricole, dar și utilizarea mai eficientă a vaccinurilor.

Cercetătorii italieni au descoperit paste benefice pentru inimă

O echipă de cercetători italieni au descoperit paste minune care au efecte benefice asupra inimii. În mod surprinzător concluzia cercetătorilor italieni este radical diferită de cea a nutriționiștilor care recomandă evitarea pastelor din dieta alimentară.

Pentru a beneficia de efectele pozitive asupra inimii trebuie ca pastele să fie preparate dintr-un amestec de grâu dur și făină integrală de orz. Aceasta din urmă conține beta-glucan, o fibră care previne atacurile cardiace și ajută la păstrarea sănătății sistemului cardio-vascular.

Beta-glucanul stimulează apariția unor noi vase de sânge, care sunt o

formă naturală de by-pass în eventualele unui infarct. Cercetătorii de la Universitatea din Pisa au făcut studiul pe șoareci de laborator, pe care i-au hrănit cu noul tip de paste. Cei cărora le-au fost introduse în dietă au trăit mai mult și nu au avut probleme cardiace decât grupul de control, care a fost hrănit cu paste normale.

Mai mult, Vincenzo Lionetti, coordonatorul studiului, a declarat că este pentru prima dată când se observă că alimente funcționale au rol de by-pass natural. Savantul este convins că introducându-se în alimentație acest nou tip de paste se poate evita tratamentul chirurgical.

REȚETE

Cercetările desfășurate de oamenii de știință în ultimii zece ani au confirmat medicina indiană. Târziu, pe la începutul secolului XX, etnologii au avut curiozitatea să exploreze tradițiile amerindienilor legate de plantele medicinale, și astfel a început descoperirea unui medicament senzațional - frunzele de tuia.

Preparatele din tuia sunt eficiente pentru afecțiuni externe și interne

Tuia este o plantă decorativă la mare modă. Este prezentă mai ales în parcuri și în grădini. Un arbust din familia rășinoaselor, dar care în loc de ace are ceturile solzoase și moi și emană o mireasmă mai blândă. Cercetările desfășurate de oamenii de știință în ultimii zece ani au confirmat medicina indiană. Târziu, pe la începutul secolului XX, etnologii au avut curiozitatea să exploreze tradițiile amerindienilor legate de plantele medicinale, și astfel a început descoperirea unui medicament senzațional - frunzele de tuia.

Așa cum anticipăm, mulți cetățeni nu cunosc valențele terapeutice ale unor produse obținute din tuia. Iată, totuși, câteva boli în care se pot folosi cu succes preparatele pe care le vom prezenta în cele ce urmează: afecțiuni tumorale maligne, gripă, bronșită, infecții respiratorii recidivante, incontinență urinară, insuficiență ovariană, afecțiuni endocrine în general, tumori, plăgi cu risc ridicat de malignizare, amigdalită, amigdalită purulentă și cangrenoasă, negi, rinită, rinosinuzită, reumatism ș.a. De la tuia se recoltează frunzele tinere, care se tund cu un foarfece, operație care nu afectează vitalitatea plantei, ci din contră, ajută la refacerea ei. Frunzele de tuia pot fi recoltate și în perioada de iarnă, când uleiurile volatile secretate au concentrație maximă. Ele se folosesc ca atare, fără a fi uscate, pentru a-și păstra principiile active.

Preparate pe bază de tuia

Alcoolatura

Este un extract alcoolic foarte eficient, asemănător tincturii, dar spre deosebire de aceasta, nu se prepară din planta uscată, ci din cea verde. Se obține ușor, punând într-o sticlă 200 de grame de frunze tăiate mărunt (se pot da prin mașina de tocat), peste care se toarnă un litru de alcool alimentar de 60 de grade. Recipientul se închide ermetic cu un dop și se lasă 10 zile într-un loc cald, agitând periodic conținutul. Maceratul se filtrează, iar tinctura rezultată se toarnă în sticlute care vor fi păstrate închise ermetic. Alcoolatura de tuia are o toxicitate destul de ridicată (datorită unui compus volatil al tuiei, numit tuiona), motiv pentru care nu se administrează intern, decât cu acordul și sub supravegherea unui specialist.

Unguentul

Ingrediente: 7 linguri de unt, 2 linguri de tuia tocată mărunt, 1 linguriță rășină, 1 linguriță de miere zaharisită, 1 linguriță de ceară de albine (se găsec la apicultori). Mod de preparare: Se pune untul la topit într-un vas, pe flacăra mică, până ce se lichefiază. Se adaugă cele două linguri de tuia, apoi rășina și ceara. Ingredientele se lasă pe foc vreme de 10 minute, amestecându-se întruna, după care se stinge focul și se lasă vasul să se răcească. Cât mai este cald, preparatul se filtrează printr-o strecurătoare și se toarnă într-un borcan, care va fi închis și lăsat în frigider, unde se poate păstra maximum trei luni.

Baia terapeutică

Se recomandă băile locale (în special de șezut și de picioare), cu un extract de tuia obținut astfel: două mâini de plantă se pun la macerat în doi litri de apă, la temperatura camerei, vreme de opt-zece ore (de dimineață până după-amiază). Apoi lichidul se strecoară, iar planta rămasă se pune în alți doi litri de apă clocotită și se lasă să stea acoperită până se răcește, după care se filtrează. În final, se combină maceratul și infuzia răcită și se pun în apa de baie (la o temperatură de 39-40 de grade Celsius). Baia de șezut durează 10-15 minute, după care locul se tamponează ușor cu prosopul. Pacientul trebuie să se odihnească în pat, învelit calduros, vreme de jumătate de oră. Extractele de tuia administrate pe cale internă sunt considerate la noi în țară toxice, motiv pentru care pot fi administrate doar la indicația și sub supravegherea medicului.

Text selectat și adaptat de Ioan A.

Supă de linte cu cotlet afumat



Ingrediente:

200 g linte, 200 g de cotlet afumat de porc, o ceapă, 2 morcovi, un pătrunjel, eventual și alte zarzavaturi (după gust), 1-2 căței usturoi, un fir de cimbru, sare, piper, circa 2,5 l apă, o lingură de ulei, frunze de pătrunjel sau ceapă verde pentru ornat, eventual smântână la servire.

Mod de preparare:

Lintea se cuată de eventualele impurități, se spală bine, apoi se pune la fiert, în apă ușor sărată. Când începe să clocotească se adaugă carnea afumată tăiată cubulețe. Când începe din nou să clocotească, se curăț de spumă, iar când in-

gredientele sunt pe jumătate fierte se pun în oală și zarzavaturile curățate și bucățite. Supa se fierbe acoperită cu un capac, la foc potrivit până când boabele de linte s-au înmuiat bine. Se adaugă usturoiul bine pisat, cimbrul și se mai condimentează după gust. Dacă vă place, supa se poate îngroșa cu o lingură de răntaș. Se presară pe deasupra pătrunjel verde tocat fin, sau ceapă verde mărunțită, iar la servire se poate adăuga și smântână sau ardei iute.

Varză a la Cluj cu piept de curcan



Ingrediente:

1 kg varză murată mărunțită, 1 kg carne tocată din piept de curcan, 150 g de orez, 250 g de smântână, o ceapă, 2 linguri de untură de găscă, sau ulei, sare, piper, boia de ardei, delicat, eventual 100 g de cașcaval afumat.

Mod de preparare:

Varza murată se spală cu apă rece, se stoarce și se căleşte în untură sau ulei. Orezul se fierbe în apă ușor sărată, sau eventual cu bază pentru mâncăruri (pastă de zarzavaturi la borcan) și se strecoară. Ceapa se mărunțește, se căleşte în untură, se adăugă carnea tocată, se condimentează și se

căleşte, apoi se stinge cu apă și se mai fierbe până când zeama scade complet. Un vas termorezistent se unge cu untură sau ulei și se așează în straturi 1/3 din varza călită, jumătatea orezului, jumătate din pasta de carne tocată, o lingură de smântână și totul se repetă încă o dată, apoi se acoperă cu ultima treime din varză. Se toarnă peste ea smântâna și se întinde în mod egal pe toată suprafața. Se dă la cuptorul preîncălzit și se coace timp de 15-20 de minute. Dacă doriți să puneți și cașcaval, acesta se răzuiește, se presară de asupra mâncării și se mai dă la cuptor până când și cașcavalul începe ușor să se rumenească.

Tort cu ciocolată



Ingrediente:

Pentru blat: 7 ouă, 120 g de zahăr, 120 g de făină, 60 g de cacao, un praf de copt, un zahăr vanilat.

Pentru cremă: un praf de budincă de ciocolată, 400 g de zahăr, 500 ml de lapte, 100 g de făină, 100 g de unt, 50 g de cacao, o glazură de ciocolată amăruie, sau o ciocolată amăruie fină - 60-80% (100 g), stafide după gust.

Mod de preparare:

Blatul: Separăm ouăle, iar albușurile și zahărul se bat spumă tare. Se adaugă gălbenușurile și se amestecă fin. Se amestecă și făina cu cacaoa, cu praful de copt și cu zahărul vanilat, apoi se adaugă treptat la spuma de ouă. Se împarte în 4 părți egale și se coc 4 blaturi. Între timp se pre-

pară crema. Se împarte laptele în două, jumătatea se pune la fiert la foc mic, iar restul se amestecă cu făina și cu budinca, apoi se adaugă la laptele încălzit și se amestecă continuu, până se îngroașă. Se ia de pe foc și se amestecă cu zahărul, după răcirea completă se amestecă cu untul, iar cu mixerul se bate spumă. Se adaugă cacaoa, cu grijă să nu facă noduri și se mai mixează puțin. Aici se pot adăuga și stafidele. Crema se împarte în 3 părți egale și se umpe blaturile. Ciocolata se sfărâmă și se topește pe aburi, sau se prepară glazura după rețetă și se toarnă peste tort. Partea laterală se poate netezi mai ușor cu cremă. Se ornează după imaginație.

Compot de gutui



Ingrediente (pentru 5 borcane):

2 kg de gutui cât mai bine coapte, 10 linguri de zahăr, 10 batoane de scortșoare (nu în mod obligatoriu), o lămâie, 5 bucăți de cuișoare, salicil sau conservant, în cantitatea indicată pe ambalaj.

Mod de preparare:

Fruitele se curăț de coajă, se taie în 4-10 bucăți, în funcție de mărimea lor și se scot sâmburii. Borcanele se sterilizează în prealabil, cu apă fierbinte, sau la cuptor. Fructele bine spălate se așează în borcan, cât mai aspectuos, apoi lateral se ornează cu batoanele de scortșoare și cu câte o bucată de cui-

șoare în fiecare borcan. Se adaugă câte 5-10 picături de zeamă de lămâie și câte 2 linguri de zahăr în fiecare borcan, apoi se adaugă apă, cât să acogutui bine fructele. Conservantul se folosește conform indicațiilor. Borcanele se acoperă cu folie de celofan și se așează pe o tavă în care se toarnă apă. Se pune la cuptor și se fierbe la foc mediu circa 30 - 40 minute. Când este gata, cât timp mai e fierbinte borcanele se închid ermetic cu capace metalice și se lasă să se răcească învelite în pături.

Rubrică realizată de Eva Laczko

Tematica *oversize* nu îi lasă pe designeri în pace, și din partea de sus, aceștia au trecut la partea de jos. Pantaloni clasici la dungă, largi, capri sau care practic atârnă la podea, din lână, bumbac dens și chiar mătase vor fi la modă în următorul sezon rece. Pentru ca iarna să ne fie și cald și frumos, trebuie doar să achiziționezi pantaloni culottes sau palazzo, renumiți încă în sezonul primăvară-vară. Aceștia vor ascunde nu doar colanții, ci și cm în plus.

MODĂ

Designerii propun pantaloni călduroși, practici și feminini

De această dată, designerii au decis să nu facă experimente îndrăznețe, de aceea, pantalonii la modă în sezonul toamnă-iarnă 2017-2018 vor fi cât se poate de călduroși, feminini și practici. Aceștia au revenit la misterioșii pantaloni palazzo și la țesăturile extrem de comode. Chiar și pantalonii capri și lookurile din piele se privesc foarte discret. Deși, în colecțiile de modă putea fi observată o notă de androginitate, dorința de a experimenta și emanciparea.

Designerii au demonstrat încă o dată că o domnișoară modernă trebuie să aibă în garderoba sa minimum trei perechi de pantaloni: clasici pentru crearea unor ținute office sau de seară, mai practici pentru evenimente neoficiale și o pereche de pantaloni neordinari sau cu un model foarte îndrăzneț. Așadar, să vedem în continuare cum trebuie să arate perechea ideală de pantaloni de toamnă-iarnă 2017-2018.

Pantalonii clasici

Baza unei garderobe la modă a unei fete moderne rămân totuși a fi pantalonii cu croiala clasică. Aceștia servesc drept articol vestimentar principal în crearea multor seturi elegante și în stil office. Pentru că stilul clasic să nu arate plictisitor, Louis Vuitton, Bibhu Mohapatra, Mugler, Lanvin, Haider Ackermann au prezentat modele originale cu forme și texturi neobișnuite. Cât despre talie, atunci în sezonul toamnă-iarnă 2017-2018 designerii au permis existența atât a taliei foarte înalte, cât și a celei mai joase.

Pantalonii largi

Tematica *oversize* nu îi lasă pe designeri în pace, și din partea de sus, aceștia au trecut la partea de jos. Pantaloni clasici la dungă, largi, capri sau care practic atârnă la podea, din lână, bumbac dens și chiar mătase vor fi la modă în următorul sezon rece. Pentru ca iarna să ne fie și cald și frumos, trebuie doar să achiziționezi pantaloni culottes sau palazzo, renumiți încă în sezonul primăvară-vară. Aceștia vor ascunde nu doar colanții, ci și cm în plus.

Palazzo

Încă de la finele anului 2015, acești pantaloni largi și foarte asemănători cu fustă au devenit tot mai solicitați, iar în 2017-2018 aceștia din nou revin în forță. La modă este orice tip de țesătură, începând cu bumbac și terminând cu tweed și cașmir, croiala clasică sau foarte multe cute și elemente de decor. Aceștia sunt folosiți practic de toate casele de modă, iar criticii prognozează că pantalonii palazzo vor fi actuali minimum încă câteva sezoane.

Unica condiție este ca pantalonii palazzo să aibă talia înaltă, pe când încălțăminte poate fi oricare doriți. Pantalonii largi oricum îi va ascunde și va fi vizibil doar vârful acestora. Celelalte detalii vestimentare și accesoriile vor fi alese în dependență de modelul pantalonilor ales. Chiar dacă purtați palazzo negri, accentul trebuie pus anume pe ei.

Pantalonii evazați

Stilul retro își găsește loc în fiecare sezon iar în toamna și iarna 2017-2018, aceștia vor arăta precum cei din jumătatea secolului trecut. Pantalonii evazați de la genunchi au devenit principala tematică a prezentărilor de modă de la David Komá, Giorgio Armani, Ellery, Cushnie



et Ochs. Însă și aici există câteva reguli: closul trebuie să înceapă de la genunchi, și nu de la șolduri. În plus, modă modernă în materie de pantaloni evazați ne vorbește despre faptul că aceștia trebuie să fie neapărat cu talia înaltă. Colosu va fi asortat cu sacouri și bluze în stil office, pantalonii pentru o toamnă mai caldă vor fi purtați cu tricouri, maiouri și topuri.

Capri

Una din tendințele eterne sunt pantalonii capri. Această este dovadă clară că tendințele trec din an în an și că pot exista concomitent cu modă și cu street style. Lungimea 7/8 se întâlnește practic în toate modelele, începând cu pantalonii drepecți, sport și chiar retro. Astfel de pantaloni capri se privesc minunat în combinație cu sacouri, ciorapi și bluze de mătase, de aceea, nu ezitați să îi purtați chiar și la oficiu. Pantaloni de iarnă 7/8 îi puteți purta cu haine respective după grosime în special pulovere, gece bomber sau un pulover *oversize*.

tase, de aceea, nu ezitați să îi purtați chiar și la oficiu. Pantaloni de iarnă 7/8 îi puteți purta cu haine respective după grosime în special pulovere, gece bomber sau un pulover *oversize*.

Culottes

Deși fusta pantalon este de obicei considerată parte a modei de vară, în sezonul toamnă-iarnă 2017-2018 culottes

din țesături dense cu siguranță vor fi prezente în garderoba oricărei fashioniste. Astfel de croială „taie” un pic din înălțime și deformează proporțiile siluetei, însă dacă veți ști cum să-i purtați corect, atunci pantalonii culottes pot ocupa un loc de cinste în garderoba dvs. Culottes se asortează cel mai bine cu haine mulțate pe corp și pantofi cu toc înalt sau tancheta. Deși designerii ne demonstrează și combinații diametral opuse și anume pantaloni foarte largi și haine similare. Însă chiar și în astfel de combinație, culottes arată minunat.

Pantalonii tip banană

Volumul în zona șoldurilor sunt un hit al sezonului toamnă-iarnă 2017-2018 creat de modele de pantaloni tip banană. Da da, ați înțeles corect, silueta anilor 80, maximal de largă la șolduri care se îngustează în partea de jos, este din nou actuală. Modelul este unic: acesta nu doar pune în evidență silueta feminină, ci se încadrează perfect în orice ținută, fie această una casual, office sau chiar de seară. Deosebit de grațios se privesc modelele cu lungimea până la glezna și talia înaltă.

Pantalonii skinny

Dragostea admiratorilor street-style și skinny fit și-a găsit totuși un loc pe podiumuri. Mai mult, pantalonii skinny trec lent și în modă masculină, urmând tendința neutralității de gen. Însă democrația învinge și acum pantalonii pe care adorăm să îi purtați la muncă, la shopping și chiar la o întâlnire romantică, au obținut un loc de frunte în modă high fashion. Doar că acum nu mai este actual ca aceștia să fie purtați cu adidași, ci cu balerini, cizme ciorap, sandale sau pantofi cu toc. Iarna optați pentru cizme cu turetcă largă sau chiar botine în stil masculin. Pentru zilele de muncă optați pentru cizmele înalte în aceeași nuanță și pantalonii. Pentru a proporționa figura, alege haine mai voluminoase în partea de sus: geacă bomber, palton, sacoul lung, geacă, geacă din piele deschisă.

Talia înaltă

Talia joasă și chiar cea clasică nu mai este actuală, cedând locului celei înalte. Marco de Vincenzo, Lemaire, Giorgio Armani, Elisabetta Franchi și-au axat atenția pe talia îngustă și pe modelele mulțate pe șolduri. Pantaloni cu talia înaltă fac picioarele să arate vizual mai lungi, corpul devine mai proporțional, iar silueta mai suplă. Pentru un efect mai minunat, puneți în evidență talia cu o curelușă subțire. Acest truc funcționează în cazul ținutelor în stil clasic. O curea neagră, maro, verde-închis sau gri închis va conferi look-ului și mai multă severitate.

Pantalonii din piele

Puțin câte puțin, designerii scot pielea din rândul materialelor agresive și seducătoare, potrivite doar pentru stilul glam-rock și ținutele în stil gotic. În sezonul toamnă-iarnă 2017-2018, pantalonii din piele bat toate recordurile de popularitate, făcându-și loc în garderoba casual și chiar și cea business. Observați că aceștia nu sunt leggings, ci anume pantaloni. De aceea, la acest capitol contează anume modelul. Aceștia pot fi modelele la modă în acest sezon precum culottes și palazzo, pantalonii țigară și modelele clasice de pantaloni de diferite lățimi. Textura poate fi mată și lucioasă, gama de culori este în principal prezentată de nuanțe închise și neutre.

Continuare în numărul următor

DIETĂ

Cultivați principiile nutriției corecte și țineți sub control diabetul de tip 2

Milioane de persoane din întreaga lume suferă de diabet, iar medicii cred că mai există încă pe atâtea milioane de cazuri ne-diagnosticate. Statisticile medicale arată că aproximativ 1 din 10 adulți trecuți de 65 de ani va face diabet de tip 2.

Diabetul este cunoscut și sub denumirea de diabetes mellitus și apare în 2 forme. Tipul 1 sau diabetul insulinodependent, se crede că este o boală autoimună în care pancreasul nu mai reușește să fabrice insulină. Deși acest tip de diabet poate surveni la orice vârstă, de obicei pacienții sunt diagnosticați în copilărie sau ca adulți tineri și au nevoie de injecții zilnice cu insulină pe toată durata vieții.

Marea majoritate a diabeticii suferă de o altă formă de diabet, de tip 2 sau diabetul noninsulinodependent. Acesta apare de obicei la adulții trecuți de 40 de ani, dar din nefericire, din ce în ce mai mulți copii și adulți tineri fac diabet de tip 2. Se crede că aceasta se întâmplă din cauza obezității în rândurile copiilor din țările occidentale, ca rezultat al consumului ridicat de alimente de tip fast-food și a lipsei de mișcare. În acest caz, pancreasul produce insulină, dar organismul nu îl folosește în mod adecvat, iar pancreasul se epuizează încercând să compenseze această "rezistență". După cum explică specialiștii, cu timpul pancreasul nu mai poate fabrica suficientă insulină pentru a face față acestei insensibilități și urmează diabetul. Inactivitatea, îmbătrânirea, obezitatea sau o dietă bogată în grăsimi saturate, toate contribuie la rezistența față de insulină.

Indiferent de forma de diabet, glucoza se acumulează în fluxul sangvin. Netratată această situație poate duce la complicații grave ca orbirea, accidentul vascular cerebral, insuficiența renală și bolile de inimă.

Câteva sfaturi pentru a ține în frâu diabetul de tip 2

Diabetologii și nutriționiștii vin cu o veste bună și anume că diabetul de tip 2 poate fi ținut în frâu prin măsuri simple: menținerea unei greutate corporale cât mai apropiată de cea normală, alimentația rațională și practicarea exercițiilor fizice.

Pierderea în greutate este uneori singura posibilitate de a aduce sub control valoarea glicemiei. Chiar și atunci când pierdeți 5-10% din greutatea corporală poate fi suficient pentru a ține sub control nivelul glicemiei. Însă această pierdere în greutate trebuie menținută, altfel nivelul glicemiei va crește din nou. De aceea este important felul cum slăbiți. Este recomandabil să evitați dietele capricioase, sunt foarte greu de ținut și unele nici nu sunt sănătoase. Cel mai bine este să combinați exercițiile fizice cu o dietă săracă în calorii. Cel mai indicat ar fi să vorbiți cu medicul sau cu dieteticianul și să stabiliți combinația care vi se potrivește cel mai bine.

Însă cum nu există recomandări standard privind nutriția care să se aplice tuturor diabeticii, cel mai recomandat ar fi ca o persoană cu diabet să aibă o dietă în care sunt incluse alimentele preferate, dar să se țină cont și



de alte probleme de sănătate, respectiv colesterol crescut, hipertensiune etc.

Prima atenționare vizează consumul de zahăr. Este un aliment interzis diabeticii. Dulciurile au un conținut ridicat de zahăr, prin urmare adesea sunt bogate în calorii, dar au o valoare nutritivă mică.

La fel de indicat este să reduceți grăsimile. Menținerea consumului de grăsimi la circa 30 la sută din totalul aportului caloric zilnic poate reduce riscul creșterii nivelului colesterolului și a apariției bolilor cardiace. Grăsimile saturate care provin din carnea grasă, brânză și unt ar trebui să reprezinte doar 10 la sută din totalul aportului caloric zilnic. Trecând pe o dietă mai bogată în grăsimi monosaturate, care se găsesc în uleiul de măsline, în uleiurile vegetale și în nuci, puteți ajuta la diminuarea rezistenței la insulină. Alegeți produse lactate degresate și cărnuri slabe și evitați grăsimile hidrogenate, precum acelea care pot fi găsite în majoritatea sortimentelor de margarină, în uleiul de cocos sau în uleiul de palmier, ingrediente folosite destul de des în industria alimentară la fabricarea biscuiților, prăjiturilor și plăcintelor.

Limitați consumul de cărnuri și brânzeturi

Intrucât alimentele bogate în proteine animale, precum cărnurile și brânzeturile tind, de asemenea, să aibă un conținut mare în grăsimi și colesterol, se recomandă limitarea consumului de proteine cu aport caloric la

10 până la 20 la sută din dietă.

Nu în ultimul rând, mâncați mai puțină sare. Reduceți din sare adăugând mai puțină la gătit sau la masă. Verificați etichetele alimentelor ambalate în privința consumului de sodiu. Evitați alimentele sărate precum măslinele, cartofii crocanți și alunele sărate.

Consumați fibre

Una dintre opțiunile sănătoase constă în consumul de fibre. Un studiu întreprins pe un lot de 13 persoane care au consumat zilnic câte 25 g de fibre solubile și 25 g fibre insolubile, în total 50 grame, a evidențiat scăderea glicemiei acestora cu 10 la sută. Dietele bogate în fibre au multiple avantaje pentru sănătate. Ele încetinesc absorbția grăsimilor și a carbohidraților, diminuând efectele lor negative asupra raportului glucoză/insulină. De asemenea, alimentele bogate în fibre tind să fie sățioase, astfel că veți simți nevoia să mâncați mai puțin. Consumați diverse sorturi de cereale integrale, fasole, linte și vegetale.

Un dietetician sau un nutriționist poate să vă întocmească un plan nutrițional personalizat, ceea ce este deosebit de important dacă aveți și alte probleme de sănătate.

Și nu uitați să vă puneți inima să pompeze. Exercițiile fizice acționează exact ca un medicament. Ele scad glicemia, deoarece mușchii convertesc glucoza în energie.

A consemnat Ștefania Crișan

Indiferent de forma de diabet, glucoza se acumulează în fluxul sangvin. Netratată această situație poate duce la complicații grave ca orbirea, accidentul vascular cerebral, insuficiența renală și bolile de inimă.

primAGYM
AEROBIC CYCLING FITNESS

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

Psoriderm
LABORATORIES LTD.

Psoriderm[®] SENSITIVE
Premiul de Calitate în
Ungaria - 2011



SENSITIVE,
așa cum ne place

P/SA
free

- Îngrijirea zi de zi a pielii uscate, sensibile, eczematoase
- În caz de psoriazis și seboree pentru copii și persoane care nu tolerează acidul salicilic

Gama Psoriderm[®] SENSITIVE

- Hrănește, calmează și hidratează pielea uscată și deshidratată
- Nu conține componente alergene
- Îmbogățit cu extract din miere de salcâm, ulei de jojoba, vitamina E și unt de shea
- Fără acid salicilic, paraben, sterolizi și coloranți sintetici
- Conține peste 20 de ingrediente naturale



Gama Psoriderm[®] SENSITIVE Cremă • Balsam de corp • Șampon • Gel de duș

Psoriderm
LABORATORIES LTD.

ZILNIC DIN CAP
PÂNĂ ÎN PICIOARE

© Atomedical Vest S.R.L. Toată drepturile rezervate.

TALON REDUCERE Produse Psoriderm[®] și Psoriderm[®] SENSITIVE

- 15%** Achiziționarea unui pachet promoțional compus din cremă, șampon, balsam de corp, gel de duș Psoriderm[®] sau Psoriderm[®] SENSITIVE
- 10%** Achiziționarea oricărui produs din gama Psoriderm[®] sau Psoriderm[®] SENSITIVE

ATO
MEDICAL VEST
Dispozitive medicale

Punct de lucru SATU MARE str. Gheorghe Lazăr nr. 1,
ap. 28 parter, Satu Mare, Jud. Satu Mare
Tel./fax: 0261-726 101, Mobil: 0720 047 485

Webshop: www.atomedicalvest.ro

E-mail: webshop@atomedicalvest.ro

Comenzi telefonice:

+40-0731-353-207, +40-259-236-385

Talonul este valabil până la data de 22.12.2017.

Pentru un grup de tineri ingineri specialiști în date și algoritmi, Facebook a ajuns versiunea modernă a lui Frankenstein: au creat un monstru ale cărui puteri abia încep să le înțeleagă. Acum compania se luptă să-și dea seama cum să monitorizeze și să cuantifice răul.

ACTUAL

Marile rețele de socializare online au intrat în vizorul Congresului SUA

Facebook, Twitter și Google se află în vizorul Congresului american, care anchetează o posibilă ingerință rusă în campania care a dus la victoria lui Donald Trump și care consideră că rețelele sociale au servit drept platforme pentru propaganda venită din Rusia.

Tentativele de manipulare politică prin interese legate de Moscova pe rețelele sociale în timpul campaniei electorale prezidențiale din 2016 în SUA au fost mult mai vaste decât se estimase inițial, au declarat la începutul săptămânii numeroase surse, citate de AFP.

Traseul bizar al reclamelor politice

Facebook a declarat la începutul lunii octombrie că aproximativ "10 milioane de persoane în SUA" au vizionat conținuturi sponsorizate ("ads", reclame) finanțate de aproape 500 de conturi activate din Rusia și care ar fi putut fi folosite pentru a manipula opinia publică, în special prin accentuarea fașilor ideologice în cadrul societății americane. Potrivit Facebook, aceste conținuturi au fost finanțate de o entitate rusă numită "Internet Research Agency" și destinată să difuzeze conținuturi pe rețelele sociale prin conturi false de utilizatori.

Potrivit serviciilor de informații americane, Moscova a plătit în campania din 2016 grupuri de "trolls" (utilizatori de Internet răuvoitori sau provocatori), precum Internet Research Agency, pentru a difuza mesaje defavorabile candidatei democratice Hillary Clinton și favorabile rivalului său victorios republican Donald Trump.

Între alte "ads" (reclame), Facebook a relevat că acest organism cu sediul la Sankt-Petersburg difuzase de asemenea conținuturi neplătite - "postări" tradiționale - care au afectat un număr mult mai important de utilizatori, potrivit mărturiei scrise pregătite de Facebook în vederea audierilor sale în Congres și citată de Wall Street Journal și Washington Post luni.

Impactul social-media

Natura serviciului public de televiziune, radio și satelit din SUA asigură un nivel de publicitate pentru orice tip de publicitate politică. Aceste comunicări sunt accesibile presei, verificărilor de date și adversarilor politici. Prin contrast, platformele social media pot ținti porțiuni de electorat prin reclame directe, efemere, adesea bazate pe informații personale pe care platformele le au despre persoane, distribuind publicitate politică contradictorie, inflamatoare rasial sau social sau falsă. Două companii dețin 8 din cele 10 cele mai populare aplicații smartphone din iunie 2017, inclusiv cele mai populare servicii de social media și e-mail care furnizează ele însele informații și știri utilizatorilor fără a necesita proactivitate din partea utilizatorilor. Aceleași două companii dețin 99% din creșterea totală de venit din publicitatea digitală în 2017 și 77% din cheltuielile brute. 79% dintre americanii ce sunt online - adică 68% din toată



Reprezentanții juridici ai giganților Facebook, Twitter și Google au fost audiați sub jurământ de comisia de securitate națională a Senatului American

populația SUA - utilizează cea mai mare rețea social media.

Libertatea de exprimare și controlul statal

Un rezumat al tonului pe care s-au desfășurat audierile a făcut ziarista Sorina Matei pe blogul său. Senatorii din Comisia de securitate națională s-au adresat reprezentanților juridici ai giganților IT în acești termeni:

"Pe Facebook sunt campanii de dezinformare, campanii de fake news, creați lumi paralele, se întâmplă acum, și în timp ce vorbim, în fiecare secundă. Aveți cea mai mare putere de pătrundere în adâncul societăților, în mintea oamenilor, sunteți principalii distribuitori - Facebook și Twitter - de fals și dezinformare. Suntem îngrijorați, ați devenit o problemă de politică publică și de securitate națională a statului american! 60% din populația SUA folosește Facebook, domnule Stretch. 60%! (...) Veniți nepregătiți, nu știți nimic, nu rezolvați nimic. Apropo, unde vă sunt CEO? Congresul vrea să discute cu oamenii care iau adevăratele decizii, nu cu legalistii. Îi vrem în față să ne răspundă!

(...) Platformele dumneavoastră sunt folosite de puteri străine, de puterile ostile statului american, de puternice forțe antidemocratice, pentru modelarea opiniilor și influențarea opțiunilor democratice în statele lumii. Războiul se duce prin intermediul dumneavoastră, prin companiile noastre. 2 miliarde+ de oameni sunt online lunar. 2 miliarde de conturi! Realizați?

În țara aceasta, corporațiile au responsabilități. Sunteți americani. Sunteți americani sau nu? Sunteți companii americane! Ne-au folosit chiar companiile noastre, platformele pe care noi le-am inventat, arma societăților deschise este folosită împotriva noastră, împotriva democrației noastre. Sunteți patrioți sau nu? 126 de milioane de americani, acum ziceți că 150 de milioane, au fost expuși conținutului de

mesaje venind din Rusia. Ce ați făcut? Nu aveți nimic de zis?! (...) Voi ați creat aceste platforme și nu v-a interesat ce e acolo. N-aveți factcheckers! Monetizați informația. O vindeți publicitarilor și companiilor de date și psy ops. În presă, pe televiziuni, se scrie cine plătește o reclamă. La voi, nu!"

Ore-n șir, discursul uriașilor tech a fost că ei sunt îngrijorați, că ei colaborează cât pot cu autoritățile, că nu pot face prevenție, că nu li se pot aplica legile presei pentru că ei sunt platforme ale oamenilor, deși sunt cei mai mari distribuitori de informație, că ei construiesc comunități, că sunt platforme de idei, că nu vor legislație, că fundamentul e libertatea cuvântului, a expresiei sub orice formă și a autenticității. Că... flower power. Bullshit, răspundea printre dinți Congresul. Sunteți adevărata putere. Cea mai mare a lumii contemporane. Și ați luat-o razna. Nu aveți infrastructuri, nu puteți gestiona nimic.

"Ce este dezinformarea?" - un dialog din teatrul absurd

"În toată această după amiază, mai mulți dintre voi ați folosit cuvinte ca autenticitate, acuratețe, dezinformare și falsitate. Dar în același timp, cel puțin unul dintre voi a spus că nu sunteți arbitrii adevărului. Și încerc să înțeleg cum recunoașteți dezinformarea fără a fi un arbitru al adevărului. Deci, domnule Stretch (avocatul Facebook - n.r.), încep cu dumneavoastră care ați spus că nu sunteți arbitri ai adevărului. Dacă asta e adevărat, atunci ce este dezinformarea și cum o recunoașteți?", a întrebat senatorul republican Ted Gowdy, fost procuror și avocat, așadar obișnuit cu disputele procesuale.

"Când vorbim de dezinformare, ne gândim la informație fără acuratețe promovată cu voită rea intenție de către un actor străin. Și asta nu este permis pe platforma noastră", răspunde Stretch.

"Dacă aceasta este politica dum-

nevoastră pentru agenți străini, de ce nu e politica dumneavoastră pe întreaga platformă?", îl adâncește Gowdy.

"Asta e politica pe întreaga platformă", zice Stretch. Și persistă în greșeală. Facebook permite autenticitatea.

"Păi și eu pot fi autentic. Și scriu că azi e joi. Ce faceți cu asta, domnule Stretch?", îl lasă mască Gowdy.

Stretch vede stele verzi, se bălbaie și se chinuie de-a dreptul. "Noi credem că aveți permisiunea să spuneți asta!"

"Dumneavoastră credeți că Constituția SUA protejează declarațiile intenționate false?", se enervează Gowdy.

"Noi încercăm să furnizăm o platformă pentru autenticitate...", răspunde avocatul Facebook.

"Știu că sunteți avocați, sunteți toți avocați. Este permis constituțional să rostogolești o afirmație intenționat falsă?", îl mitraliază Gowdy. "Așadar, autenticitatea vorbitorului este foarte importantă pentru dumneavoastră, dar acuratețea conținutului mai puțin". "Da, domnule", zice Facebook.

"Chiar vreau să știu și eu cine sunt factcheckersii (verificatorii faptelor - n.r.) ăștia neutri ai dumneavoastră. Vreau să-i cunosc. Înțeleg că nu vreți să fiți arbitrii opiniilor, nici eu nu vreau să fiți. Dar ce facem cu problema, domnule Stretch: că azi nu e joi! Și dacă spun că e, jur că nu înțeleg cu ce se aleg cetățenii după o informație demonstrabil a fi falsă și eu o spun cu intenția de a înșela, de a mistifica. Jur că nu înțeleg!"

Reacția presei tradiționale

După audierile fulminante din Congres, reacția presei tradiționale din SUA nu s-a lăsat așteptată.

NPR, rețeaua de radio americană cu 900 de stații și audiență de 15 milioane de persoane, afirmă: "În iulie 2016, moartea unui polițist afro-american a fost transmisă live pe Facebook. Imediat, americanii și-au declarat război de rasă în comunitate și s-au atacat reciproc. În întreaga lume, în India,

vara trecută, o caricatură a Profetului Mahomed, postată pe Facebook, a declanșat proteste violente în care un om a murit. Indiferent în ce colț al lumii Facebook operează, a devenit clar că oamenii folosesc platforma în moduri în care Mark Zuckerberg nu le-a gândit niciodată.

A început compania acum 13 ani, ca un tânăr absolvent de Harvard pentru a strânge studenții laolaltă. De atunci, s-a extins exponențial sub supra-viziune a sa tech-utopică de a conecta lumea. Dar din ce în ce mai mult, platforma este folosită de elemente puternice ca să facă exact opusul: să divizeze societăți. Facebook a ajuns la 2 miliarde de utilizatori lunar și un profit din publicitate de 27 de miliarde de dolari pe an. Organizațiile media depind de Facebook pentru trafic și distribuție, vânzare, trebuie să plătim pentru parteneriate. Spuneți-i ambiție sau naivitate. Această mantră - ne mișcăm rapid, spargem lumile - este abordarea mereu câștigătoare a dezvoltării software-ului în Silicon Valley.

Este un caz clasic în care se pune produsul înaintea scopului său. Facebook niciodată n-a anticipat asta. Pentru un grup de tineri ingineri specialiști în date și algoritmi, Facebook a ajuns versiunea modernă a lui Frankenstein: au creat un monstru ale cărui puteri abia încep să le înțeleagă. Acum compania se luptă să-și dea seama cum să monitorizeze și să cuantifice răul. În interiorul companiei, oamenii știu că Facebook nu funcționează așa cum trebuie. În rândul politicienilor, există presiune să se rezolve. Este și o schimbare notabilă în Silicon Valley. Co-fondatorul Facebook, Evan Williams, a declarat recent că Facebook este plin de porcării, platformele - implicit Twitter - sunt pline cu promovări de informații false, generând o atenție deosebită la orice cost. Acesta este cel mai defect lucru în economia informației în care trăim.

În interiorul companiei Facebook este un conflict adânc. Pe mai multe planuri. Angajații se simt foarte prost și recunosc faptul că Facebook a devenit spațiul operațiunilor ruse, discursului violent și extremiștilor. Inginerii și managerii de produse se străduiesc să repare, lucrează ore suplimentare, citesc cărți de istoria propagandei ruse și tehnici de intelligence - doar ca să încerce să înțeleagă cum trecutul se replică în prezent prin noua lor tehnologie. În același timp, sunt indignați. Cred că au creat o tehnologie frumoasă, fără probleme, care face mai mult bine decât rău, și că ei nu sunt responsabilii pentru natura umană. Ce este clar este că Facebook abia acum încearcă să înțeleagă capacitatea platformei de a provoca rău. Ce este neclar este dacă poate opri răul!"

Bloomberg citează un angajat Twitter care susține că de la începutul lui 2015 a fost descoperită o cantitate uriașă de conturi cu adrese IP în Rusia și Ucraina. S-a dus să le spună șefilor, dar conturile nu au fost șterse. Șefii Twitter erau mai mult preocupați să crească numărul de conturi decât să fie îngrijorați de conturi false sau legate de Rusia. Twitter a spus în Congres că la ei conturile false sunt de 5%. Ei bine, realitatea este că sunt 15%, ceea ce ar însemna mărturie mincinoasă.

Ministerul Educației Naționale (MEN) organizează în perioada 9-14 noiembrie 2017 o consultare privind tipărirea manualelor școlare pentru diferite discipline din planurile-cadru pentru învățământul primar și gimnazial. Consultarea se adresează exclusiv elevilor, părinților și cadrelor didactice din învățământul primar și gimnazial. În urmă cu două zile, Ministerul Educației a mai lansat o dezbatere publică cu privire la temele pentru acasă.

Profesorii sătmăreni pregătesc Olimpiada națională de argumentare

Zilele trecute, la Colegiul Național Mihai Eminescu Satu Mare, a avut loc cercul pedagogic al profesorilor de științe sociale. Din partea Inspectoratului Școlar Județean a participat inspectoarea Daniela Govor.

Una dintre temele dezbaterii a fost modul de pregătire a celei de-a noua Olimpiade naționale de argumentare, dezbateri și gândire critică „Tinerii dezbate”. După cum am aflat de la unul dintre profesorii participanți, încă nu s-a stabilit calendarul exact al desfășurării competiției, fixarea termenelor pe etape urmând să aibă loc la începutul anului viitor.

Ca etapă premergătoare, Ministerul Educației Naționale a elaborat un vast și detaliat regulament de organizare și desfășurare a olimpiadei, a stabilit formatul dezbaterilor și rolurile vorbitorilor. Pentru ca cititorii să-și formeze o idee, vom prezenta aici la fiecare dezbateri două echipe, compuse fiecare din trei membri. Prima se numește echipa Guvernului, iar cea de-a doua echipa Opoziției. Fiecare dintre cei trei membri ai unei echipe susține câte un discurs constructiv de 5 minute, în ordine alternativă (Guvern, apoi Opoziție). În afară de structura formatului, regulamentul mai cuprinde definirea moțiunilor; opțiunile opoziției; rolurile echipelor și ale vorbitorilor; intervențiile.

Concursul național „Tinerii dezbate” a debutat în anul 2010, ca un parteneriat public-privat de succes în promovarea dezbaterilor academice în mediul școlar, într-un format acreditat la nivel internațional. Schimbările și lecțiile învățate de-a lungul anilor au dus la transformarea competiției, de la concurs național la olimpiada națională de argumentare, dezbateri și gândire critică.

V. Nechita

Consultare privind tipărirea manualelor din învățământul primar și gimnazial

Ministerul Educației Naționale (MEN) organizează în perioada 9-14 noiembrie 2017 o consultare privind tipărirea manualelor școlare pentru diferite discipline din planurile-cadru pentru învățământul primar și gimnazial.

Consultarea se adresează exclusiv elevilor, părinților și cadrelor didactice din învățământul primar și gimnazial. Chestionarul are o serie de întrebări specifice și este astfel construit încât răspunsurile să fie filtrate pentru fiecare categorie de respondenți. Nu se solicită date cu caracter personal, iar răspunsurile sunt confidențiale și vor fi utilizate exclusiv în scopul consultării.

În urmă cu două zile, Ministerul Educației a mai lansat o dezbatere publică cu privire la temele pentru acasă.

V.N. Deleanu

Carnavalul Toamnei, devenit o tradiție în Școala Gimnazială nr. 10 Satu Mare

Originalitatea măștilor și a costumelor specifice toamnei, desenele, picturile cu tematică specifică, precum și concursurile distractive au constituit atracția participanților la aceste activități



Drumețiile și excursiile din județ, sau din afara județului, le-au oferit participanților prilejul de a vizita obiective istorice și de a se relaxa în mijlocul naturii

Elevii și cadrele didactice de la Școala Gimnazială nr. 10 Satu Mare au participat în perioada 30 octombrie - 3 noiembrie, în cadrul săptămânii Școala Altfel, la diverse activități organizate pe zile tematice.

Astfel, ziua dedicată Educației pentru sănătate, marcată prin campionate de fotbal, baschet, volei și tenis a fost coordonată de profesoarele Csik Elvira și Beszinger Cecilia. Ele i-au recompensat pe cei mai buni elevi sportivi cu diplome.

Măști originale

Atmosfera din școală a fost una specială pentru participanții la Carnavalul Toamnei, devenit o tradiție în instituție. Originalitatea măștilor și a costumelor specifice toamnei, desenele, picturile cu tematică specifică, precum și concursurile distractive au constituit atracția participanților la aceste activități. Pe de altă parte, profesorii coordonatori ai acestei activități, Simpf Mădălina, Rațiu



Nu a fost neglijată nici educația pentru viață, iar în acest sens s-au desfășurat acțiuni de voluntariat și ecologice

Ioan, Kacso Zsuzsanna, Feher Monica, Antonescu Angela, Szemak Zsuzsa, Pișcoran Virginia, sprijiniți de diriginți și ceilalți profesori, au oferit câștigătorilor diplome și dulciuri.

Voluntariat și excursii

Nu a fost neglijată nici educația pentru viață, iar în acest sens s-au desfășurat acțiuni de voluntariat și ecologice sub îndrumarea consilierului școlar Bekecs Timea și a profesorilor Saraz Julia, Emödi Angela, Bonea Alina, Cuibuș Nicoleta. Drumețiile și excursiile din județ, sau din afara județului, le-au oferit participanților prilejul de a vizita obiective istorice și de a se relaxa în mijlocul naturii. Sub coordonarea directoarei Ritli Emese, a directoarei adjuncte Lăpuște Silvia și a consilierului educativ Velișca Ileana, elevii și cadrele didactice au avut parte de multe activități, trăind experiențe noi, într-un context non-formal, dar caracterizat prin creație, inovație și relaxare.

Informațiile ne-au fost comunicate de profesoara Alina Bonea.

A consemnat V. Nechita

Bal caritabil organizat de Colegiul Național „Doamna Stanca”

Joi, 9 noiembrie, ora 17.00, la Infinity Ballroom Satu Mare a avut loc Balul Toamnei organizat de Colegiul Național „Doamna Stanca”. Este a doua ediție a acestui eveniment caritabil.

Evenimentul cu tema „Copii pentru copii” este organizat pentru sprijinirea unui număr de 10 copii de la Casa de tip familial „Ștefania” Oar și a celor 80 persoane aflate în dificultate de la centrul de zi „Tatiana” aflat sub coordonarea Asociației „Acoperământul Maicii Domnului” Satu Mare. La balul caritabil au participat elevii colegiului, alături de

profesorii lor, reprezentanți ai Asociației de părinți a Colegiului Național „Doamna Stanca” și invitați.

În deschiderea balului au luat cuvântul Anna-Maria Marușca, director al Colegiului Național „Doamna Stanca”, Doina Feher, viceprimar al municipiului Satu Mare, Călin Durla, inspector școlar general și alții. Toți i-au felicitat pe elevii și pe cadrele didactice pentru inițiativă și implicare.

Anna-Maria Marușca spune că organizarea balului a fost posibilă datorită elevilor inimoși și a voluntarilor care s-

au datru trup și suflet: „Am fost primul colegiu care a realizat un bal caritabil și va deveni un brand „Doamna Stanca” pentru că noi dăruim.”

Cu ajutorul sponsorilor și a donațiilor în cele două locații vor fi create săli de lectură. Despre aspectul financiar vorbește Dana Mihai, profesoară de engleză: „Tot ce se va cheltui în seara aceasta este aportul copiilor. Ei au adunat sponsorizări. De asemenea, copiii vor face donații pentru a sprijini cele două cauze. Vom avea patru urne mobile pentru strângerea banilor. Fiecare

donează cât dorește. Unii s-au organizat pe clase, alții individual.”

Evenimentul a fost prezentat de elevii Raluca Dumitru din clasa a XI-a C și Bogdan Evi din clasa a XII-a C.

Programul artistic a debutat cu un dans prezentat de șase copii de la casa de copii din Oar, continuând cu momente de muzică și poezie dar și cu premiarea a Miss și Mister „Doamna Stanca”. De asemenea, a avut loc o scenetă unde profesorii au avut rolurile principale.

Vera Pop

Salutul este un prilej de a arăta respectul față de persoana căreia te adresezi și de a-i face urarea de bine pentru momentul de întâlnire al zilei. În decursul anilor formulele de salut și împrejurările adresării lor au suferit schimbări. Cândva era o regulă ca persoana tânără să salute pe cea vârstnică, femeia pe bărbat, căruia din respect îi zicea dumneata (mata, matala) și localnicul pe străin (persoană din alt loc).

Formule de salut din lumea satului de odinioară

Cum erau salutați oamenii de vază și cum își spuneau țărani atunci când se întâlneau?

Pe lângă formulele tradiționale de salut, în lumea satului se foloseau și alte expresii, în funcție de sexul, vârsta sau locul ocupat în comunitate. Multe dintre aceste expresii se folosesc și în prezent. Formulele de salut s-au modificat în funcție de schimbările din societate.

„Salutul este un prilej de a arăta respectul față de persoana căreia te adresezi și de a-i face urarea de bine pentru momentul de întâlnire al zilei. În decursul anilor formulele de salut și împrejurările adresării lor au suferit schimbări. Cândva era o regulă ca persoana tânără să salute pe cea vârstnică, femeia pe bărbat, căruia din respect îi zicea dumneata (mata, matala) și localnicul pe străin (persoană din alt loc). De asemenea boierul, preotul, învățătorul, sanitarul, primarul, notarul, receptorul erau salutați de ceilalți, recunoscându-li-se în acest mod funcțiile deținute, pregătirea și activitatea în interesul comunității.

După perioada de emancipare a femeii, bărbații au fost aceia care o salutau, dovadă că știau să o respecte și să îi acorde atenție, iar în loc de formulele tradiționale, sub influența vieții de la oraș a apărut pentru „femeile răsărite” (doamnele satului) formula de salut „Săru-mâna!”, care până atunci se adresa numai boierului, preotului și învățătorului”, arată etnologul gorjean Alexandru Doru Șerban în lucrarea „Cultură țărănească gorjeană”.

Cum se saluta în perioada sărbătorilor

Cu ocazia sărbătorilor calendaristice din perioada de iarnă – Crăciun, Anul Nou, Boboteaza, Sfântul Ioan – oamenii, în loc de formula de salut obișnuită, își adresau urarea „La Mulți Ani!”. Aceeași urare se făcea și cu ocazia altor mari sărbători ori onomastice și era adresată de obicei de stăpânul casei ori de cel sărbătorit, pentru copiii săi și pentru invitații la masa de sărbătoare. „Din prima zi de Paște până la Înălțare (timp de 40 de zile) oamenii se salutau cu formula de adresare «Hristos a înviat!» și primeau răspunsul «Adevărat a înviat!». Actualmente, aceste formule „adresare – răspuns” sunt obișnuite numai în cele trei zile de Paște. (...) Dacă în zilele obișnuite ale anului salutul era adresat de acela care se considera obligat, din motive de inferioritate – vârstă, sex, stare socială, instruire etc. – de la Paște la Înălțare adresarea „Hristos a înviat!” era făcută



Cu ocazia sărbătorilor calendaristice din perioada de iarnă – Crăciun, Anul Nou, Boboteaza, Sfântul Ioan – oamenii, în loc de formula de salut obișnuită, își adresau urarea „La Mulți Ani!”

de superior. De la Înălțare până la Rusaliu, timp de 10 zile, formula de salut era „Hristos s-a înălțat!” cu răspunsul «Adevărat s-a înălțat!», făcută în împrejurări similare cu cele din perioada sărbătorilor de Paște, se mai arată în lucrarea „Cultură țărănească gorjeană”.

Cum se salutau sătenii la nuntă sau înmormântare

Alte formule de salut erau folosite în funcție situația în care se aflau cei care se întâlneau sau de evenimentele ceremoniale din timpul vieții. Gorjenii se adresau acelor pe lângă care treceau, când se aflau la muncă, prin urarea „Bun lucru!”, iar dacă zăboveau mai mult ori plecau după ce în prealabil i-au ajutat, își luau rămas bun cu urarea „Spor la treabă!”. „Pentru cei aflați la masă, adresarea-salut era «Poftă bună!», iar gorjeanul, ca orice român ospitalier din fire, răspundea cu «Poftiți aproape!». Formulele de adresare sunt folosite și în momentele ceremoniale ale obiceiurilor din timpul vieții. Astfel, în cadrul obiceiurilor de naștere oamenii care vin la botez sunt întâmpinați de tatăl copilului cu sticla cu băutura și urarea: «Bine ați venit!», răspunzându-i-se tot printr-o urare, în contextul evenimentului «Trăiască pruncul ce s-a creștinat! La Mulți Ani!».

moniale din timpul vieții. Gorjenii se adresau acelor pe lângă care treceau, când se aflau la muncă, prin urarea „Bun lucru!”, iar dacă zăboveau mai mult ori plecau după ce în prealabil i-au ajutat, își luau rămas bun cu urarea „Spor la treabă!”.

„Pentru cei aflați la masă, adresarea-salut era «Poftă bună!», iar gorjeanul, ca orice român ospitalier din fire, răspundea cu «Poftiți aproape!». Formulele de adresare sunt folosite și în momentele ceremoniale ale obiceiurilor din timpul vieții. Astfel, în cadrul obiceiurilor de naștere oamenii care vin la botez sunt întâmpinați de tatăl copilului cu sticla cu băutura și urarea: «Bine ați venit!», răspunzându-i-se tot printr-o urare, în contextul evenimentului «Trăiască pruncul ce s-a creștinat! La Mulți Ani!». La nuntă, formula de adresare folosită de chemători era: «Bună dimineața!», «Noroc și ceasul al bun!». Cel chemat, după ce gusta din ploscă, răspundea cu o urare: «Noroc și ceasul al bun!». Oamenii care soseau la nuntă, erau întâmpinați de cumnatul de mână cu adresarea-salut: «Bine ați venit, sănătoși!». La înmormântare formula de adresare a celor veniți cu lumânare era: «Dumnezeu, să-l ierte!». După înmormântare urmau pomenile pentru sufletul mortului. Cei care participau la pomană obișnuiau să rostească în mai multe momente ale ei formula: „Dumnezeu, să-i primească!”.

Copii strigau în cor de trei ori la masa de pomană, formula de mulțumire, în folosul celui destinat: «Dumnezeu să primească, / Lui «X» (numele) să pomenească!». Cu mai multe prilejuri (zile, sărbători) se dădea de pomană (colac, colivă, lumânare aprinsă ș.a.), iar cel care primea răspundea obișnuit prin: «Bogdaproste!» («Doamne, primește!»); a mai arătat Alexandru Doru Șerban.

De la „nene” și „dom’le” la „tovarășe”

Copiii și prietenii foloseau diferite apelative. De asemenea, formulele de adresare erau diferite în funcție de fiecare persoană, gradul de rudenie și nivelul acesteia. „Apelativele: „mă!”, „măi!”, „bă!”, „băi!” erau folosite în adresarea părinților către copii și a prietenilor între ei. Tinerii se adresau vârstnicilor, care nu le erau rude, cu formulele: „nea”, „nene” și chiar „unchiule”, „mătușă”, iar mai nou cu „tanti”. Celor care aveau în sat o poziție economică și socială privilegiată li se zicea „dom’le!”, „doamnă!”, iar în perioada comunistă „tovarășe!” și „tovarășă!”, se mai arată în lucrarea „Cultură țărănească gorjeană”.

Cum se salutau sătenii la nuntă sau înmormântare

Alte formule de salut erau folosite în funcție situația în care se aflau cei care se întâlneau sau de evenimentele cere-

Trecere de pietoni 3D realizată și inaugurată la Brăila în numai câteva zile

Prima trecere de pietoni 3D din România a fost realizată în Buzău. Elevii Liceului de Arte din oraș au fost inspirați de desenele tridimensionale din



Islanda și și-au dorit să pună în practică acest mecanism de oprire a șoferilor vitezoși și la noi în țară.

Noua trecere de pietoni tridimensională realizată în Buzău a fost realizată de elevii liceului de artă din oraș, la îndemnul autorităților locale. Potrivit TVBuzău, după realizarea mai multor schițe, elevii și profesora acestora au început să picteze trecerea, însă munca acestora nu a fost deloc ușoară.

Zebra a fost realizată pentru crearea unui efect 3D, autoritățile dorind ca prin acest efort colectiv să-i atenționeze pe șoferi cu privire la încetinirea vitezei în zonele cu treceri de pietoni

Autoritățile locale doresc ca din primăvară să fie realizate astfel de treceri de pietoni în mai multe zone ale orașului.

Stephen Hawking: Oamenii vor schimba Terra într-un „glob de foc”, în mai puțin de 600 de ani

Stephen Hawking, un cunoscut astrofizician, a făcut publică o predicție apocaliptică despre Pământ, avertizând că planeta va deveni „un glob de foc” în mai puțin de 600 de ani, informează presa internațională.

Hawking a făcut această anticipare prin intermediul unei înregistrări video la un summit din Beijing, scrie Mediafax.

El a declarat că „oamenii vor trebui să îndrăznească să pășească acolo unde nimeni nu a ajuns”, dacă doresc ca umanitatea să mai supraviețuiască unui alt milion de ani.

„Suprapopularea planetei până în 2600 și creșterea puterii de consum vor transforma Pământul într-o minge de foc”, conform profesorului de la Universitatea Cambridge.

Pagină realizată de Mirela F.

Sophia, primul robot umanoid care a primit cetățenia unui stat

Premiera mondială a fost înregistrată de Arabia Saudită, țară care marți, la un târg de investiții în tehnologie, a acordat cetățenie unui robot.

Sophia este un robot creat de către cei de la Hanson Robotics, din Hong Kong. Robotul este „echipat” cu inteligență artificială și are funcții extrem de complexe. De la simplul clipit până la cele mai grele expresii ale feței. Poate răspunde coerent la întrebări, poate formula singur răspunsurile.

Ea a devenit astfel primul robot din lume care primește cetățenia unui



Întrebată dacă roboții pot avea conștiință și știe că sunt roboți, Sophia a răspuns: „De unde știi că tu ești om?”

stat, cea a Arabiei Saudite. În cadrul unei prezentări, Sophia și-a demonstrat capacitățile „umane” de expresie.

„Vreau să trăiesc și să muncesc alături de oameni, așa că am nevoie să-mi exprim emoțiile ca să-i înțeleg pe oameni și să le câștig încrederea”, a spus robotul.

Întrebată dacă roboții pot avea conștiință și știe că sunt roboți, Sophia a răspuns: „De unde știi că tu ești om?”

„Vreau să-mi folosesc inteligența artificială ca să-i ajut pe oameni să trăiască mai bine, cum ar fi să gândesc

locuințe mai inteligente, să construiesc orașe mai bune”, a adăugat ea.

Despre posibilitatea unui „viitor sumbru”, precum cel din filmul de ficțiune Blade Runner, Sophia a răspuns că inteligența ei artificială a fost proiectată în jurul valorilor umane, precum înțelepciunea, bunătatea ori compasiunea.

În cadrul aceluiași eveniment, Arabia Saudită a anunțat că plănuiește să construiască un mega-oraș organizat în jurul roboților și energiilor regenerabile, pe coasta Mării Roșii. Proiectul va costa 500 de miliarde de dolari.

Sofia Vergara, cea mai bine plătită actriță din industria de televiziune



Sofia Vergara, protagonista serialului "Modern Family", ocupă pentru al șaselea an consecutiv primul loc în topul dedicat celor mai bine plătite actrițe din industria de televiziune, publicat de editorii revistei Forbes. Doar în perioada 1 iunie 2016 - 1 iunie 2017, Sofia Vergara a obținut venituri totale de 41,5 milioane de dolari (înainte de deducerea taxelor și impozitelor).

Potrivit jurnaliștilor de la Forbes, doar un sfert din veniturile actriței columbiene provin din onorariul primit pentru rolul interpretat de ea în serialul "Modern Family" - cele mai mari încasări sunt generate de contractele ei de publicitate. Vergara o interpretează pe Gloria Delgado-Pritchett în serialul ABC Modern Family, rol pentru care a fost nominalizată la patru premii ale Golden

Globe, patru Primetime Emmy Awards și șapte Screen Actors Guild Awards. În 2014, a fost clasată pe locul 32 în topul celor mai puternice femei din lume de către Forbes.

Sofia Margarita Vergara (n. 10 iulie 1972, Barranquilla) este un fotomodel și o actriță columbiano-americană. A crescut în orașul său natal Barranquilla într-o familie înstărită, împreună cu cei cinci frați și surori. A studiat spaniola și engleza la școala privată bilingvă Marymount.

La 18 ani s-a căsătorit cu Joe Gonzales

În 1991, la vârsta de 18 ani, s-a căsătorit cu iubitul său din copilărie, Joe Gonzalez. Deși căsnicia nu a durat foarte mult, în urma relației dintre cei doi a rezultat un fiu, Manolo, născut în 1992. După divorțul de soțul său, Vergara a studiat stomatologia la o universitate din

Columbia.

Sofia Vergara a fost descoperită de un cunoscut fotograf în timp ce se plimba pe o plajă din Columbia. În scurt timp avea să apară într-o reclamă pentru Pepsi. Sofia a renunțat la studii pentru a-și întreține fiul, mama și frații mai mici, după ce tatăl lor i-a părăsit.

La 20 de ani s-a mutat în Bogota pentru a începe o serie de contracte, atât ca model, cât și în televiziune. Din 1995 până în 1999 a fost gazda emisiunii "Fuera de Serie", o emisiune de turism în care călătorea în cele mai exotice destinații de pe Glob. Emisiunea a fost difuzată de televiziunea internațională Univision, astfel devenind un star în America Latină. Apoi a fost gazda unui alt show Univision, "A que no te atreves". După ce contractul său de lungă durată cu Univision a expirat, a jucat în seriile ABC "Hot Properties" și "The Knights of Prosperity", dar și "Dirty Sexy Money", unde a avut un rol episodic. În 2007 Sofia a fost distribuită în serialul "Amas de Casa

Desesperadas", varianta columbiană a celebrului serial american "Desperate Housewives".

A creat fundația caritabilă "Peace and Hope for the Children of Colombia"

Pe marele ecran a debutat în "Big Trouble" (2002), alături de Tim Allen și Rene Russo. Apoi, au urmat roluri în filme ca "Chasing Papi" (2003), "Soul Plane" (2004), "Lords of Dogtown" (2005), "Four Brothers" (2005) sau "Madea Goes to Jail" (2009).

În 2009, Sofia și-a făcut debutul și pe Broadway, când a interpretat-o pe "Mama" Morton în musical-ul "Chicago" pe scena teatrului Ambassador.

În 2001, a creat fundația caritabilă "Peace and Hope for the Children of Colombia", fundație ce a ajutat mii de copii din țara sa, și care a donat o secție de cancer pediatric în orașul său natal Bar-

ranquilla. În anul 2002, Vergara a fost diagnosticată cu cancer tiroidian, iar în urma tratamentului și-a revenit complet.

În toamna lui 2004, și-a îndeplinit un vis, lansând propria linie vestimentară "Vergara by Sofia". La evenimentul care a avut loc în Miami a fost prezent chiar și președintele Columbiei Alvaro Uribe. Sofia a hotărât ca cele peste 1.000 de locuri de muncă rezultate, să fie ocupate de muncitori din orașul său natal. În 2014 s-a logodit cu Joe Manganiello, după o relație care a durat șase luni. Logodna a avut loc timpul vacanței de Crăciun pe care au petrecut-o în Hawaii. Un an mai târziu cei doi s-au căsătorit.

În urma succeselor și realizărilor sale, Sofia Vergara este considerată a fi un model de urmat pentru toate tinerele din America Latină și nu numai.

Actrița a fost răsplătită pentru activitatea de televiziune cu steaua de la poziția 7013, aflată pe Bulevardul Walk of Fame din Hollywood.

Vera Pop