

**Hyper Detox de la Hypericum Plant, supliment alimentar cu rol detoxifiant**

PAGINA 5

**Epilare definitivă cu laser de la A la Z, la Pearl Beauty Center**

PAGINA 7

**Cum să alergăm corect pe căldură**

PAGINA 8



Anul XVI Nr. 787    Duminică 17 iunie 2018

# Informația de Duminică

Se distribuie împreună cu Informația Zilei

## Duminică, 17 iunie, se inaugurează cel mai modern monument din Carei

Asociația Județeană Satu Mare a refugiaților, expulzaților și a deportaților în urma Diktatului de la Viena din 30 august 1940, împreună cu filiala municipală din Carei, cu sprijinul Asociației Cultural - Patriotice "Avram Iancu", a Comunității evreilor sătmăreni, a Asociației Holocaustului din Ardealul de Nord-Vest 1940 - 1945 și nu în ultimul rând al "Informației Zilei", vă invită să participați la dezvelirea Monumentului, amplasat lângă Biserica Greco - Catolică "Sfântul Andrei", de pe strada Ignișului din municipiul Carei. Evenimentul va avea loc în ziua de 17 iunie 2018, de la ora 12.30.



PAGINA 4

## Românii, mai expuși decât americanii la "Fake News"

Un raport al Institutului Reuters pentru știrile digitale pe anul 2018 arată că românii sunt mai expuși decât americanii la știrile inventate. Potrivit documentului, expunerea la știri complet inventate este de 31% în SUA. Dar expunerea este și mai mare în țări est-europene ca Ungaria (42%) și România (38%) ori în țări mediteraneene precum Grecia (44%) sau Turcia (49%). Raportul mai arată că, în țările din nordul și vestul Europei, rata expunerii publicului la știri false este de 9% (Germania, Danemarca) - 10% (Olanda). Accesarea știrilor pe rețelele de socializare online în România este dominată de Facebook și Youtube.

## Tunelul Timpului de la castelul Bran, deschis pentru turiști

Tunelul Timpului de la Castelul Bran va putea fi vizitat începând cu 1 iulie. Vizitatorii vor putea urmări istoria castelului, într-un show unic în spațiul muzeal european. Tunelul Timpului a fost construit în anul 1930, la ordinul reginei Maria, pentru a facilita accesul în Castelul Bran. Tunelul este prevăzut cu un lift care face legătura între castel și parc pe o distanță de aproximativ 40 de metri. Tunelul va fi accesibil publicului în premieră.

## "The President is Missing" semnat de Bill Clinton va fi lansat în România

"The President is Missing", semnat de fostul președinte american Bill Clinton și de scriitorul James Patterson, va fi lansat în România pe 1 octombrie, la editura RAO. În SUA, la numai două săptămâni de la lansare, thrillerul a înregistrat vânzări de 260.000 de exemplare. Autorii descriu în detaliu cum ar arăta o lume fără dispozitive electronice, în care fiecare calculator ar deveni o simplă piesă inutilă. Ar putea să dispară un președinte în exercițiul funcției, așa cum se întâmplă în "The President is Missing"? Da, ar putea, însă nu pentru mult timp, pentru că membrii Secret Service sunt alături de acesta pentru a-i salva viața. Personajul principal nu a fost inspirat de fostul președinte american și nici de Donald Trump.



## Centenarul în ipostaze identitare

Centenarul Marii Uniri reprezintă și 100 de ani de conviețuire, un secol în care România a fost clădită de toate comunitățile, fie că vorbim despre cele românești sau cele de alte etnii. Valorile identitare și spirituale ale acestora sunt reprezentative pentru cei 100 de ani de istorie comună, iar Centenarul ne oferă prilejul de a le promova, deoarece istoria nu se rezumă doar la evenimente cu caracter strict politico-istoric, material, ci și la viața socio-culturală din epocă. Fiecare popor, neam, etnie se definește prin cultură, tradiții, astfel că Centenarul este prilejul oportun de a sărbători valorile spirituale care ne unesc, spre deosebire de actele politice care, uneori, dezbină. Această paradigmă a diversității identitare se regăsește în paginile catalogului și în expoziția de fotografii Centenarul în ipostaze identitare, ambele prezentând complexitatea universului spiritual, precum și conviețuirea multi-etnică, multiculturală caracteristică nord-vestului României, tematica înscriindu-se perfect în logo-ul oficial al Centenarului: "Sărbătorim împreună".



Iosif Schneider, mireasă, Colecția Muzeului Județean Satu Mare

PAGINA 3

## Revista Charlie Hebdo, atacată dur pentru caricatura xenofobă la adresa Simonei Halep și a românilor



"Făptura desenată nu numai că nu are nici cea mai mică asemănare cu Simona Halep, dar este o corcitură de om cu un cioroi dințos care zbiară: "Fier vechi! Fier vechi", a declarat Cristian Tudor Popescu

Înțelesul acestei creațiuni, care cică este umor pentru șarlistii fini, apare limpede: o româncă, fie ea și campioană, în Franța nu poate fi decât o țigană semiumană, incân-

tată să vândă Cupa Suzanne Lenglen ca fier vechi, ocupație atribuită țiganilor care fură metal de pe unde pot.

PAGINA 11

# SATU MARE # CENTENAR 1928

## Curs artistic

**Desen, pictură, modelare și tehnologie**

Aduc la cunoștință aceluia care sunt talentați dar din cauza greutăților materiale nu-și pot continua și dezvolta studiile în străinătate că la 7 ianuarie 1928 s-a deschis un curs de 4 luni, pentru studiile de mai sus, în atelierul meu din Grădina Romei, în cazul când s-ar prezenta: Cel puțin 10 elevi. Orele săptămânale: Luni, Miercuri și Vineri. d.m 3-4

Taxa cursului: 2500 lei lunar. Taxa de înscriere: 60 lei. Taxa cursului și înscrierea se va solvi la înscriere iar restul se va achita lunar anticipat. Taxa de model, luminat nu se plătește. Pentru desen, pictură și modele fiecare își va procura materialul necesar. După 10 elevi voi primi încă doi elevi gratis care sunt lipsiți materialicește. În prezentare fiecare elev va prezenta desenele, picturile și modelele făcute până acum, căci numai după acestea voi putea primi pe oricine. La sfârșitul cursului voi aranja o expoziție din lucrările elevilor. Prezentările pentru curs zilnic a.m 10-12 la locuința din strada Principele Carol (Nador-u 6.)

**Aurel Popp (pictor și sculptor).**  
(Satu Mare, Numărul 3,  
15 ianuarie 1928, pag. 3)

## Desființarea Consiliilor orașului și județului

Suntem informați din loc prea serios că ambele consilii, județean și al orașului Satu Mare vor fi desființate în zilele cele mai apropiate. E ultima zvârcolire a unui muribund. Consiliile așa cum au fost alese, au asigurat cu vârf și îndesat preponderența ideii și interesului românesc.

Localnicii liberali însă nu se astâmpără și vreau cu orice preț ca și un copil rău, să întindă arcul până la extrem. Bine, să o facă, să-și facă mendrele, vorba aia, dar nu credem că practic, ca să se joace de-a alegerile pe contul cetățenilor, întinzând coarda răbdării lor până la infinit. E o provocare, e o mânășă aruncată, care poate să aibă urmări fetele, nu discutăm în care privință, că e bine știută de toți. Pe noi ne-a impresionat - mărturisim că ne-a impresionat - naivitatea celor care au cerut desființarea consiliilor, care au lucrat cinstit și poate prea bine voitor față de regimul actual politic. Și naivitatea dusă la extrem înseamnă pe românește... prostie!  
(Satu Mare, 9 martie 1928, pag. 2)

## Informația Zilei

ISSN 1222-4715

Director general - **D. Păcuraru**

Director editor: **Ilie Sălceanu**

Redactor șef

suplimente - **Adriana Zaharia**  
(Informația Zilei de Duminică și Sănătate și Frumusețe, Informația TV)

Redacția Satu Mare:

str. Mircea cel Bătrân nr. 15

Satu Mare, cod 440012

Telefon: 0261-767300

e-mail: redactiasm@informatia-zilei.ro

www.informatia-zilei.ro

# Înalți Regenți, împăcați Ardealul!

**Soldatul de la Maraton, care alergase într-un suflet să anunțe izbânda, cădea mort strigând: victorie! Cu care vin din Transilvania, mă grăbesc să strig tuturor: dezastru! Căci în Ardeal eu am văzut cum se macină Unirea noastră. Dacă armata Română a dărâmat Carpații, politica noastră, în locul munților pământului nostru, a săpat prăpastia sufletelor noastre. Îmi este frică să nu trebuiască să strigăm în curând: Vai de popoarele cu puteri prea slabe, care se văd copleșite de o moștenire prea grea și vai de națiunile cu mintea prea mică, ce se văd chinuite de un noroc prea mare.**

Pentru că ar fi dureros să vedem cum epigonii vremurilor noastre, se trudesesc și se căznesc să mai reducă din norocul lor. Numai după zece ani de la unire, țara noastră a ajuns România hotarelor mai mari și a românilor mai mici. Fiecare pas pe care îl facem este un pas în prăpastie, și îngrozit de cele ce am văzut, vreau să descarc sufletul meu de îngrijorările mele.

În aceste timpuri grele pentru națiunea noastră, Înalta Regență are singură răspunderea destinului nostru. Vreau să spun Înălților Regenți, tot adevărul înroșit până la alb, pentru că până astăzi, eu țara morală de prea mult adevăr n-am văzut, dar de minciună prea multă multe țări au pierit.

Politica sălbatică de partid, a înjosit atât de mult politica noastră națională, încât oamenii noștri de stat, în loc de o politică de unire, au făcut o dușmănoasă politică de învrăjbiere. Idealul statului român de după unire, trebuia să fie mai cu seamă, mulțumirea fraților noștri, ardeleni veniți în România Mare, cu avântul eroilor și cu setea martirilor. Noi aveam ca supremă datorie, să facem trecutul lor sub unguri, un trecut din ce în ce mai urât, printr-o fraternitate caldă și printr-o libertate largă.

Dar românii din Transilvania, veniți



Demetru Ion Dobrescu (1869-1948), jurist român, a fost primarul Bucureștiului în perioada februarie 1929 - ianuarie 1934

în România la București au găsit tot unguri. Au văzut pe micul guraliv din Regat, luând limba lor trudită și furișată printre prigoniri, ca o lipsă de inteligență, au văzut pe micul șovinist din Regat, luând obiectivitatea lor, față de minoritari, ca o trădare de neam, pentru că să-i trimită de Budapesta, de unde ei plecaseră cântând, „Deșteaptă-te române”, au auzit jurist din țară constatând că transilvănenii sunt atât de mărginiți, încât ei nu știu să facă decât niște crime banale. Politica de învrăjbiere își ajunsese tot scopul ei. Politicienii noștri orbiți de patimă, au crezut că pot să spargă blocul Ardealului. Ei n-au înțeles că poporul ardelean venea în România Mare, cu vechea lui falangă de lupte milenare și că orice idee de a sparge falanga ardeleană, era o nebunie. Lovind mereu în blocul ardelean, politicienii noștri n-au putut să spargă blocul Ardealului, dar au reușit să spargă blocul națiunii. Au persecutat și calomniat pe conducătorii luptelor naționale, pentru că ei n-au înțeles că acești conducători erau idoli unei religii. Întocmai după cum era pus în fiare Cristof Columb, care aducea țării sale toți conducătorii ardeleni, care aduceau în România

Mare o țară, bogată scăpată de ei din urgia streinilor.

Poporul ardelean mândru, conștient și erou național, a rămas adânc rănit în sentimentele sale, de o administrație nedemă și de o politică brutală și jefuitoare. Din contrastul dintre ideal și realitate, ieșea distrugerea lui sufletească, din care urma revolta lui firească. Oricare ar fi cauza dezastrului său sufletească, poporul totdeauna simplist, judecă aspirațiile sale numai după rezultatele lor. Pentru mintea oricărui popor din lume, rezultatele rele pot să distrugă un ideal bun. Ajunși în România Mare, eroii luptelor naționale și ungurii, s-au văzut, furați de administrație, și-au văzut idoli lor înlăturați de la guvernare, au văzut pe luptători jigniți de trădători, s-au văzut sărăciți de biruri și s-au văzut atinși de calomnii.

Suferințele îndurate de la frați, li s-au părut cu mult mai mari decât chinurile îndurate de la vrăjmași. Românii transilvăneni, spun astăzi cu desăvârșire în suflet, că atunci când era rău, tot era mai bine. Văpaia unui ideal prăbușit, arde pe idealistul dezamăgit, mai mult decât toate celelalte dureri ale trupului lui și ale sufletului.

Cu calomnii și cu vicisuguri bizantine, politica Regatului a înlăturat pe intelectualii transilvăneni, de la orice conlucrare politică și socială. Oamenii lor politici au fost înlăturați de la guvernare ca incapabilii, când dezastrul general al țării arăta falimentul politicii regătene, juriștii lor au fost înlăturați de la unificarea judiciară și în Consiliul legislativ, din cinsprezece membri, noile provincii n-au decât un basarabean, ei se plâng că tinerii transilvăneni nu sunt numiți în magistratură, că li se extind legi vechi și proaste din Regat, fără consultarea lor, pe motivul antiștiințific, că numai aceste legi ar răspunde spiritului latin.

Astăzi în Transilvania, este revolta Ardealului contra Regatului. Ceea ce au suferit iobagii din Regat, nu pot suferi luptătorii din Ardeal. Am găsit revoltă pretutindeni, am găsit-o printr-o meseriași, printre comercianți, printre intelectuali.

În România oamenii nu mai plătesc

birul. Ei lasă pe perceptor să sechestreze lucrurile lor, pentru că știu că nimeni nu va cumpăra lucruri sechestrate pentru contribuții. Este o solidaritate generală între toți birnicii. Un cărciumar din Bihor a cumpărat din aceste lucruri sechestrate, și opinia publică s-a manifestat în chip foarte păgubitor pentru el.

În Bistrița administrația financiară a dus lucrurile sechestrate, să fie vândute la târguri și cetățenii au venit după ele cu pancarte sechestrate pentru bir. N-a cumpărat nimeni. Până unde pot să meargă această vrabie și această revoltă?

Înălta Regență, să împacăm Ardealul, pentru că Ardealul nu este o provincie, ci o catedrală! El este catedrala neamului nostru românesc. În catedrala de la Alba Iulia, sunt astăzi în fierbere toți eroii, toți martirii, toți descăleătorii de țară, toți cărturarii neamului nostru, care cer și așteaptă de la Înălții Regenți să dea dreptate oropsitului Ardeal. În mausoleul Sfintei Sofii, plâng astăzi toți sfinții creștinismului pentru sacrilegiul lui Mohamed cel mare, care a înfipt copita calului său în credința lui Isus. În catedrala de la Alba Iulia, plâng astăzi toți marii cititori ai neamului nostru, pentru că jandarmul și politica sacrilegă, au necinstit mândria eroicului Ardeal. Acolo așteaptă judecata Înălții Regențe, răzbuătorul Horia, ținând în mână oasele sale sparte, strânse de pe roata pe care a fost frânt, acolo așteaptă vijeliosul Avram Iancu, cu capul său în mână, pierdut odată cu năzuințele neamului lor. Șaguna, Barițiu, toți eroii Ardealului, în mână cu dovezile lor au venit să protesteze cu hotărâre, că la descălecarile Ardealului pentru Regat noi am răspuns cu încălcarea Regatului asupra Ardealului.

Înălta Regență, împăcați în grabă nezarurile viteazului Ardeal, pentru că suflarea românească de pretutindeni, după marile descăleări naționale și după marile descăleări culturale venite din Ardeal, tot de la Ardeal așteaptă marea sa descălecare politică.

**DEM. I. DOBRESCU**  
Președintele Uniunii  
Generale a Avocaților

(Satu Mare, Anul X, Numărul 3,  
Duminică 15 Ianuarie 1928, p. 1)

## La Geneva, România a pierdut procesul cu optanții unguri

**Am pierdut procesul pe care ni l-au intentat optanții unguri. Ministrul nostru de externe dl. N. Titulescu totuși a ieșit biruitor moral, plecând cu o vervă și dibăcie admirabilă care a pus în uimire lumea întreagă și pentru care domnia sa personal merită lauda întregului popor românesc.**

Domnul Titulescu însă pleda într-un proces pierdut de mult. Hotărârea Consiliului Ligii Națiunilor, era formulată înainte chiar de a se dezbate această sesiune procesul pe care îl purtam.

Astfel se explică pentru ce s-a întâmplat astfel și în ciuda tuturor argumentelor și în contra dreptății am pierdut cauza. Cu toate acestea nimeni nu are să se îngrijoreze de hotărârea Consiliului Legii Națiunilor pentru că această hotărâre este facultativă, adică numai atunci devine obligatorie, când am primit-o și noi. Dacă privim din această latură lucrurile vor lua



Nicolae Titulescu semnând în 1933 "Mica înțelegere"

întorsături noi în judecata tuturor.

Avem dreptate, indiscutabil și cu toate acestea pierdem procesul. Cauza deci, nu este nici domnul Titulescu și nici țara noastră ci adevărata cauză tre-

buie căutată numai în guvernul actual, care ne duce țara de răpă, care în loc să caute pe fereastră și să vadă ce se întâmplă în lume, se mulțumește să stea închis în casă și să se ocupe numai de

chestiuni de intrigă și de nimic.

Guvernul în loc să se gândească ce ar trebui să facă pentru țară, pe care o reprezintă și a cărei soartă este în mâinile lui, n-are altceva de făcut, așa vede el, decât să-și asigure puterea cu orice preț și risc chiar dacă ar plăti-o această nesocotită și neglihibie țara însăși.

Hotărârea Ligii Națiunilor dată prin Consiliul ei, n-a fost altceva decât un vot de blam ce ni s-a administrat pentru politica nefastă și nenorocită ce o duce țara noastră prin guvernul domnului Vintilă Brătianu și prin dl.

Duca. Înălta Regență a trebuit să sesizeze votul Consiliului Ligii Națiunilor și să înlătoreze cât mai în grabă de la conducerea destinului țării noastre un astfel de guvern, care n-a rodit nimic decât nemulțumiri, atât înlăuntrul țării cât și în afară. Iată de ce, felicitând pe domnul Titulescu, pentru strălucita sa pleoarie în favorul dreptății, în aceeași vreme cerem înlăturarea guvernului care ne-a compromis țara. (Satu Mare, numărul 12, 18 martie 1928, pag. 1)

Acum, la 100 de ani de la Marea Unire, când suntem trăitorii unui veac înveșmântat în veșmintele globalizării și ale culturii "de consum", în care valorile autentice se disipează într-un amalgam de reprezentări identitare, aflate într-o permanentă transformare și mobilitate, se cuvine să ne amintim că păstrarea și reconstruirea identității etnice, mai ales a identității culturale și naționale, trebuie să-și găsească izvorul în valorile tradiționale și în originalitatea ce evidențiază unicitatea.

# CENTENAR

## Centenarul în ipostaze identitare. Catalog și expoziție foto documentară

Urmare din pagina 1

Centenarul Marii Uniri ne oferă oportunitatea de a aduce în fața Europei cel mai mare eveniment din istoria României, aspectele pozitive ale culturii, civilizației și spiritualității românești, diversitatea etno-culturală, și de a ne promova valorile identitare care, cu certitudine, ne fac cinstite. Popularizarea lor la nivel european (prin colaborarea Muzeului Județean Satu Mare cu Institutul Cultural Român de la Viena, Consulatul General al României de la Gyula și Consulatul General al României de la Cernăuți) se pliază perfect pe Decizia Parlamentului și Consiliului European, prin care anul 2018 a fost desemnat Anul European al Patrimoniului Cultural.

Proiectul Centenarul în ipostaze identitare a fost inclus și în programul manifestărilor dedicate "Zilei Universale a Iei Românești", ce vor avea loc la Viena, într-o zonă de maxim impact cultural-turistic, Michaelerplatz, lângă Palatul Imperial Hofburg. Workshop-uri, prezentări power-point, demonstrații practice, vor oferi publicului cosmopolit informații despre un simbol identitar și național, IA - cămașa tradițională românească, cu focusare pe originala cămașă specifică Țării Oașului, un cod inconfundabil al identității locale.

Proiectul a fost organizat cu sprijinul: Consiliului Județean Satu Mare, Ministerului Culturii și Identității Naționale - Direcția Județeană pentru Cultură Satu Mare, Asociației Mihai Eminescu din Viena, Institutului Cultural Român de la Viena, Forumului Democrat German Satu Mare, Asociației Civice "Tempora" Satu Mare, Asociației Fotoclub "Vasile Venig Laszlo", Carei.

### Tematica catalogului și a expoziției de fotografii

Muzeul Județean Satu Mare deține două mari colecții de fotografii cu valoare patrimonială, unice la nivel național, colecțiile Iuliu Pop și Ioniță G. Andron, un total de peste 140.000 de fotografii, clișee și diapozitive realizate de cei doi mari artiști fotografi (avocați de profesie), după Marea Unire. O parte din ele, precum cele create de Ioniță G. Andron, au fost publicate chiar în cărți de istorie a României (printre care și celebra fotografie Sfetnicii lui Decebal, în Istoria românilor din cele mai vechi timpuri și până astăzi, autori Constantin C. Giurescu și Dinu Giurescu), preponderente fiind cărțile cu tematică etnografică și cele de artă populară (Tancred Bănățeanu, Portul popular din regiunea Maramureș - zonele Oaș, Maramureș, Lăpuș T. Bănățeanu, Portul popular din Țara Oașului T. Bănățeanu, Gheorghe Focea, Emilia Ionescu, Arta populară în Republica Populară Română. Port, Țesături, Cusături).

Lor li se adaugă fotografii - document create de prof. Iosif Schneider, tot în perioada interbelică, cel care a contribuit alături de marele artist sătmărean Aurel Popp, la organizarea primei expoziții de etnografie din Satu Mare, după Marea Unire, imagini ce au fost utilizate de celebrul cercetător și etnograf Ion Mușlea, în Anuarul Arhivei de Folklor sau în Atlasul Linguistic).

Catalogul și expoziția includ și câteva fotografii realizate de Kurt Hielscher, faimos prin albumele sale dedicate României, publicate după Primul Război Mondial, în care a surprins specificul nord-vestului românesc, inclusiv mirajul arhaic al Țării Oașului.

Imaginile selectate, în ergonomia catalogului și în expunerea muzeografică, reprezintă valori ale identității românești,

caracteristice începutului de sec. XX și perioadei interbelice (obiceiuri religioase și laice, tradiții, costume populare, viață religioasă, monumente, arhitectură rurală, viața și munca țăranului etc.), un patrimoniu cultural care, în epoca Marii Uniri, a contribuit esențial la consolidarea unității spirituale și a identității naționale. Cei 4 artiști fotografi au lăsat moștenire o fabuloasă zestre documentară - artistică, mărturie ale identității locale și regionale, reprezentate prin portul tradițional (Țara Oașului, Maramureș, zona Codru), obiceiuri de peste an (sâmbra oilor), obiceiuri și sărbători calendaristice (Paști, Sfânta Maria, Crăciun), obiceiuri de familie și ciclul vieții (nașterea, căsătoria, moartea), tipologii arhitecturale, fizionomii și sentimente întipărite pe chipurile celor ce au creat istoria.

Tematica catalogului și a expoziției se axează pe prezentarea creației tradiționale, a valorilor spirituale românești, propunându-și o promovare firească a identității etnice și diversității etnoculturale caracteristice nord-vestului României. Deoarece județul Satu Mare este un județ multiethnic, periplul fotografic reflectă inclusiv specificul multicultural, înfățișând aspectele identitare caracteristice comunităților maghiare, șvabești și ucrainene, oglindind implicit o realitate specifică României - o mică Europă, în care conviețuiesc etnii din întreaga Europă, peste 20 de minorități.

Cei doi artiști au înveșnicit pe peliculă "o frescă umană", timpul a fost "oprit" în fotografiile lor, din multitudinea cărora apreciem ca remarcabile cele ce surprind "demnitatea omului simplu" (așa cum afirma Iuliu Pop), omul ce și-a păstrat solemnitatea, deși era istovit de trudă, de încercările vieții, de vicisitudinile istoriei. Bătrâni sau copii, femei sau bărbați, la muncă sau la sărbătoare, chipurile tuturor captează atenția prin imaginea ochilor, ferestre deschise spre suflet, suflul neamului românesc. Așadar, oamenii au fost personajele principale ale celor doi fotografi, originile ancestrale, dar și existența lor cotidiană.

Muzeul Județean Satu Mare deține în patrimoniul său peste 40.000 de fotografii, filme, clișee și diapozitive ce formează colecția Iuliu Pop, "unică prin informația vizuală pe care o oferă, prin memoria unei realități multivalente surprinsă fotografic și dispărută în realitate". O mică parte din această bogată colecție a fost valorificată și promovată muzeistic prin organizarea expoziției de fotografii Lumea credinței. Spiritualitate românească. Dialog identitar, și publicarea catalogului cu același titlu, un proiect ce a fost câștigat și finanțat prin programul "Anul European al Dialogului Intercultural". Expoziția a fost itinerată în anul 2008 la Institutul Român de Cultură și Cercetare Umanistică din Veneția și la Institutul Cultural Român din Praga, unde s-a bucurat de un succes deosebit.

De asemenea, în anul 2015, a fost publicat volumul colectiv Centenar Iuliu Andrei Pop, organizându-se un colocviu ce a readus în atenția publică personalitatea și creația artistului, prin mărturiile celor prezenți și familie, prieteni, cercetători. Reușita manifestării a fost consemnată în mass-media locală și națională. În volumul omagial Centenar Iuliu Andrei Pop este publicată și lucrarea unui alt mare iubitor al Oașului, profesorul și etnograful Ștefan Haiduc, ce a avut șansa de a-i cunoaște personal pe Iuliu Pop și pe I.G. Andron, despre creația lor monumentală conchizând: "Amândoi și-au asumat menirea de a depune mărturie în fața istoriei, cu responsabilitate și dăruire, scriind cu lumină cronică vremurilor în care le-a fost dat să trăiască".

Dintre cei doi artiști - fotografi, cel



Ioniță G. Andron, stegar. Fotografie aflată în colecția Muzeului Județean Satu Mare

care a intrat și a rămas în cărțile de istorie ale României este IONIȚĂ GEORGE ANDRON, datorită fotografiilor publicate de reputații istorici Constantin C. Giurescu și Dinu Giurescu în Istoria românilor din cele mai vechi timpuri și până astăzi (1971) - 4 fotografii, și 6 fotografii în C.C. Giurescu, Formarea poporului român (1973). Considerăm că fotografia sa preferată a fost chiar Sfetnicii lui Decebal (probabil cea mai cunoscută și mediatizată), exprimându-ne opinia că Sfetnicii lui Decebal e fotografia - document de care I.G. Andron era cel mai mândru, ținând cont de faptul că apare expusă aproape în toate expozițiile sale, vorbește despre ea frecvent în interviuri, cu evidentă mândrie, cuvinte din care transpar clar puternicele sale sentimente patriotice, iubirea de neam și credința fermă că oșenii sunt urmașii dacilor liberi. Încă de pe vremea când era elev de liceu, privind dacia de pe colunna lui Traian, a avut revelația că aceștia sunt oșenii săi, oamenii din satul său, și că are datoria de a-i face cunoscuți, de a aduce în fața lumii "adevărul pe care l-am descoperit aici, în acest colț de Țară, adevăr aflat în oameni, adevăr venit din colbul istoriei și care va dăinui până când va dăinui istoria, adevărul permanenței, continuității unității noastre".

### Costumul tradițional al Țării Oașului, o marcă identitară inconfundabilă

Numeroase sunt legăturile pe care Andron le face între istoria neamului și chipurile fotografiate în diferite ipostaze. Amintim aici, în contextul omagierii Centenarului Marii Uniri, o fotografie mai puțin cunoscută, numită de I.G. Andron "Toader, cu trâmbița" (consăteanul său din Rața), care a fost pe front în Primul Război Mondial, luptând până în îndepărtatul Tirol, unde a căzut prizonier. "În lagărul prizonierilor români din imperiul habsburgic a venit marele patriot și luptător

pentru unire, părintele Dr. Vasile Lucaciu (s.n.) care le-a vorbit îndemnându-i să se înroleze în brigăzi de voluntari, așa cum se înrolau frații lor luați prizonieri pe frontul din Galiția de către ruși și să lupte alături de armata română pentru dezrobirea Transilvaniei și unirea ei cu Patria Mamă (s.n.).

Costumul tradițional al Țării Oașului, o marcă identitară inconfundabilă, îl pasionează în egală măsură pe I.G. Andron, fotografiile sale fiind publicate în cărți renumite precum: Portul popular din Țara Oașului (1955), Portul popular din regiunea Maramureș - zonele Oaș, Maramureș, Lăpuș (1966) autor Tancred Bănățeanuș Arta populară în Republica Populară Română. Port, Țesături, Cusături, T. Bănățeanu, Gheorghe Focea, Emilia Ionescu (1955).

Ioniță G. Andron - "bardul Oașului", "cronicarul în imagini", "cronicarul care scrie cu lumină Cartea Țării Oașului", "cel mai mare fotograf român" - dovedește prin comoara fotografică creată că a înțeles pe deplin valoarea profundă, de vatră identitară a Țării Oașului, descriind metaforic simbolurile identității locale: „Meșteri mari ai lemnului odinioară, astăzi oșenii formează un unicat în păstrarea unor tradiții păstorești, de datini la nunți, iar cusăturile de pe costumele populare lucrate cu pricepere și migală de mâinile de aur ale oșencilor sunt adevărate simfonii ale culorilor”.

Iubirea față de locul natal (a venit pe lume într-un sat oșenesc, Rața, în anul 1917, a plecat în "cealaltă lume" tot din satul său oșenesc, în 1989) și-a pus evident amprenta asupra întregii sale creații, prin care "a transformat fotografia în pagină de istorie", în mărturie foto - documentară a dimensiunii etnoculturale pe care o incumbă valorile spirituale și identitare.

Cea mai mare parte din fabuloasa sa zestre - cca. 100.000 de fotografii, clișee, diapozitive, documente de familie, corespondență, manuscrisele cărților dedicate Oașului și nord-vestului românesc - a fost

achiziționată de Muzeul Județean Satu Mare, în anul 2015. Dacă volumul muncii lui Ioniță G. Andron impresionează, nu mai puțin semnificativă a fost și munca sa de repertoriare și clasificarea minuțioasă a întregii colecții, o catalogare întocmită metodic, la nivel de specialist. Această preocupare acordată grupării tematice a fotografiilor o întâlnim și la Iuliu Pop (I.G. Andron realizând chiar cataloage tematice, numerotând și notând numele fiecărui clișeu, diapozitiv sau fotografie), amândoi structurându-și cu rigoare fototeca, pregătind-o și în acest mod pentru a fi transmisă posterității, înlesnind astfel, foarte mult, munca cercetătorilor. Incontestabil, colosala zestre lăsată de cei doi artiști - fotografi este o adevărată mină de aur, care mai poate fi exploatată de foarte mulți cercetători.

Din impresionanta arhivă a amintirilor, prin paginile catalogului Centenarul în ipostaze identitare (și a expoziției de fotografii), dorim să ne aducem contribuția la promovarea fotografiilor păstrate în colecțiile Muzeului Județean Satu Mare, realizate de Iosif Schneider, Iuliu Pop și I.G. Andron, dar și a celor mai puțin cunoscute publicate de Kurt Hielscher, în ergonomia expunerii propunându-ne realizarea unei priviri comparative, ce face mai lesne de înțeles, de percept similitudinea lor tematică, sau cât de asemănătoare sunt fotografiile celor 4 artiști, inspirați de aceeași vatră identitară - Țara Oașului, o epopee a neamului românesc.

Acum, la 100 de ani de la Marea Unire, când suntem trăitorii unui veac înveșmântat în veșmintele globalizării și ale culturii "de consum", în care valorile autentice se disipează într-un amalgam de reprezentări identitare, aflate într-o permanentă transformare și mobilitate, se cuvine să ne amintim că păstrarea și reconstruirea identității etnice, mai ales a identității culturale și naționale, trebuie să-și găsească izvorul în valorile tradiționale și în originalitatea ce evidențiază unicitatea. Convingerea noastră este aceea că, atât Ioniță G. Andron cât și Iuliu Pop, au lăsat moștenire valori autentice ale identității românești, fotografiile lor cumulând însemnătatea documentelor artistice - etnografice - istorice - antropologice.

Un vechi proverb spune că "o imagine valorează cât o mie de cuvinte", veridicitatea acestei afirmații fiind în deplină concordanță cu importanța moștenirii culturale lăsată de cei doi artiști - fotografi, o imensă avuție ce străbate granița timpului și capătă puterea faptelor rămase în istoria neamului.

Într-o scrisoare trimisă de Ioniță G. Andron lui Iuliu Pop, însoțită de o fotografie realizată la Cluj în primul lor an de studenție, 1935, Andron scrie întrebându-l retoric: "...numai noi doi ne-am aplecat spre hârburile zărilor, dar ne-am respectat angajamentul și cu pasiune și perseverență am adunat câte ceva din lumea care a dispărut și nu mai revine niciodată. Acum se pune întrebarea, ce facem cu ele, cui le lăsam?"

Un răspuns la această întrebare este catalogul Centenarul în ipostaze identitare, alături de expoziția foto - documentară, realizate cu prilejul sărbătoririi Centenarului Marii Uniri, ambele purtând într-un periplu european valorile spirituale, ipostazele identitare, multiculturalitatea ținutei sătmărean, într-un demers ce se dovedește a fi o dovadă de respect și bună conviețuire într-o Românie pe care o visăm mai bună, mai bogată, mai implinită...

La mulți ani, țară frumoasă! La mulți ani, ROMÂNIA!

Dr. Daniela Bălu, Director Muzeul Județean Satu Mare

Asociația Județeană Satu Mare a refugiaților, expulzaților și a deportaților în urma Diktatului de la Viena din 30 august 1940, împreună cu filiala municipală din Carei, cu sprijinul Asociației Cultural - Patriotice "Avram Iancu", a Comunității evreilor sătmăreni, a Asociației Holocaustului din Ardealul de Nord-Vest 1940 - 1945 și a trustului de presă "Informația Zilei", vă invită să participați la dezvelirea Monumentului, care este amplasat în curtea Bisericii Greco - Catolice "Sfântul Andrei", de pe strada Ignișului din municipiul Carei. Evenimentul va avea loc în 17 iunie 2018, de la ora 12:30, sub genericul "A uita înseamnă a repeta".

# Duminică, 17 iunie, se inaugurează cel mai modern monument din Carei

Careiul este cunoscut pe plan național și internațional pentru două obiective: castelul Karolyi și lucrarea monumentală a lui Vida Geza, Monumentul Ostașului Român.

Din punct de vedere artistic, ambele obiective întrunesc toate condițiile pentru a fi considerate capodopere ale genului. Desigur, orașul mai are și alte lu-

curări artistice, însă ele nu se ridică din punct de vedere estetic la un nivel artistic care să le permită să fie considerate opere de artă în adevăratul sens al cuvântului. Sunt lucrări clasice, corecte, fie că sunt busturi, statui sau grupuri statuare.

Lucrarea lui Vida Geza este de modernitate incontestabilă, putând sta alături de monumente executate de mari sculptori din țară și străinătate.

Până acum, niciun artist contemporan nu a avut șansa să instaleze la Carei,

cel mai vizitat loc din județ, o sculptură stradală îndrăznească, modernă, în ton cu arta contemporană.

Iată însă că sculptorul Gyori Csaba a rupt tradiția provincială din oraș și a realizat o lucrare îndrăznească, extrem de modernă, pe o temă clasică. Lucrare cu o temă comandată, artistul a interpretat, a creat o metaforă în oțel a Exodului.

O asociație care s-a înființat cu scopul declarat de a cinstea memoria

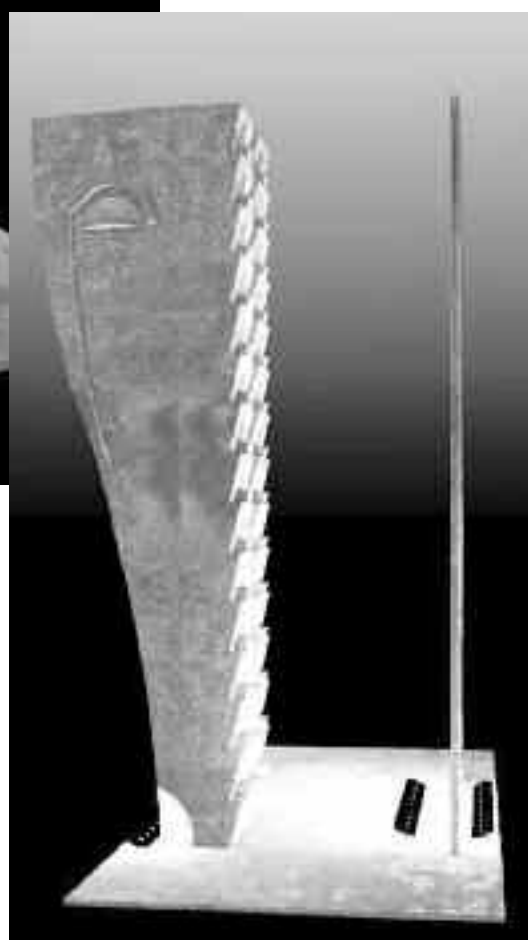
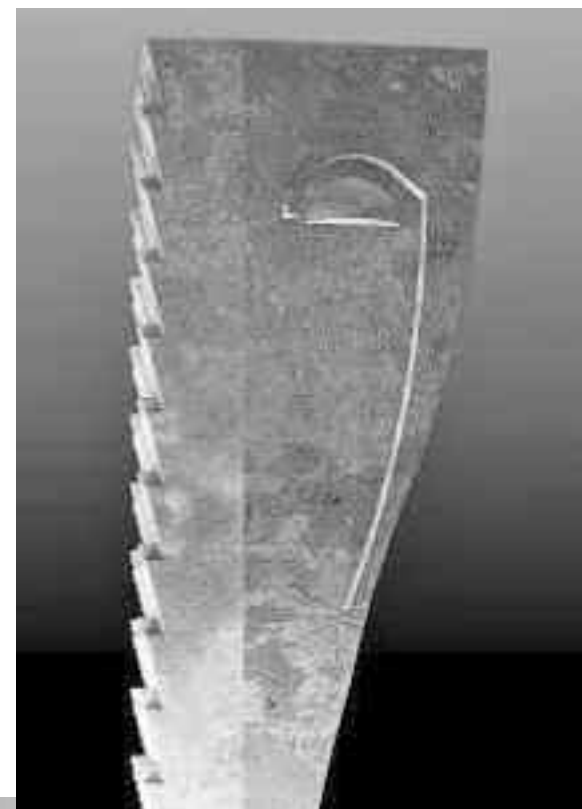
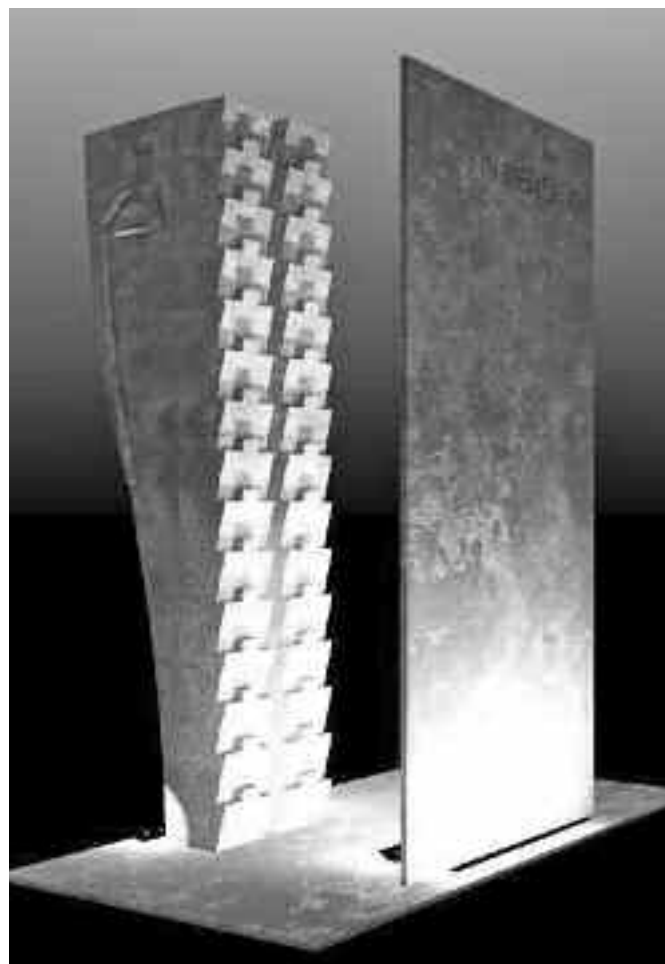
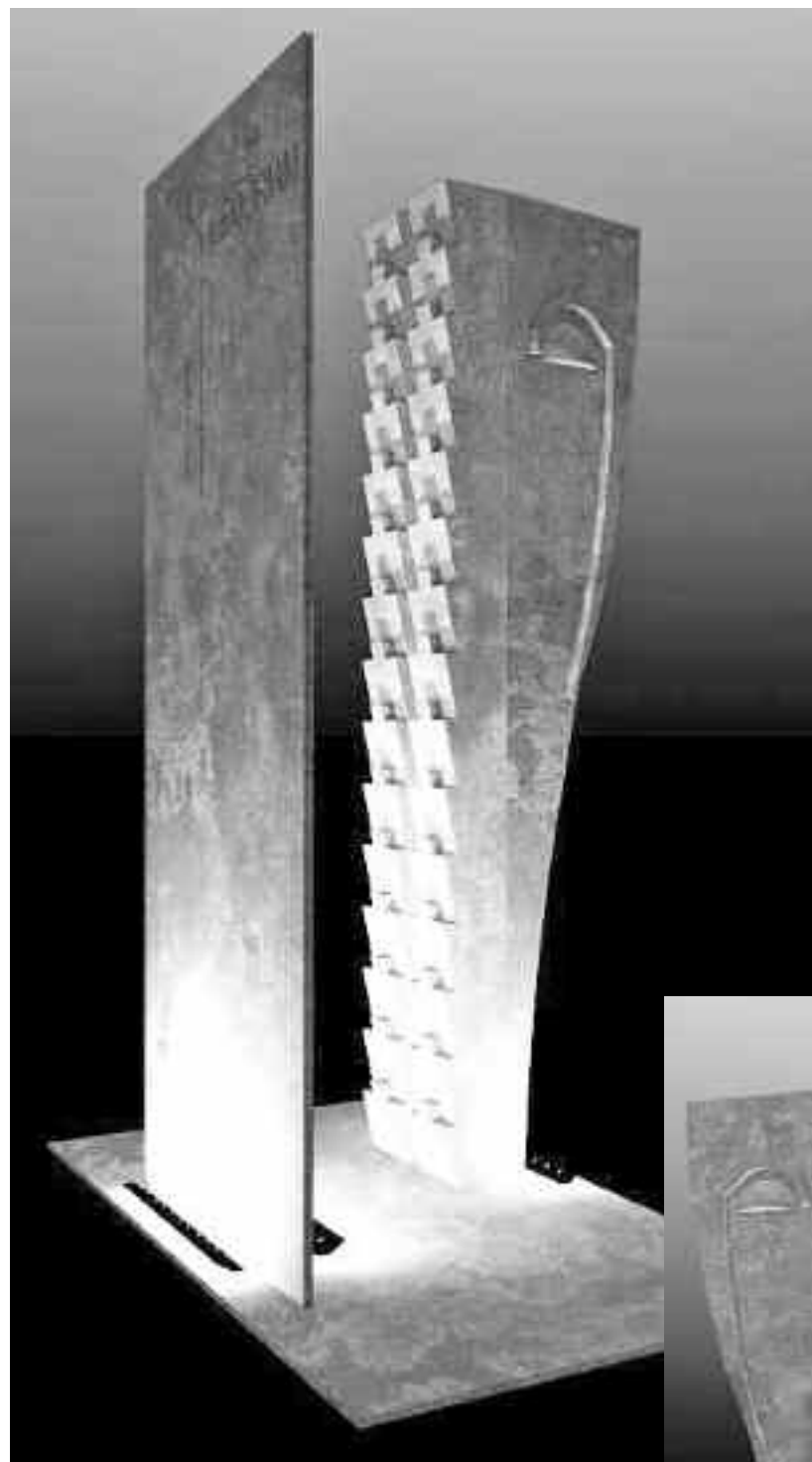
refugiaților, a deportaților i-a comandat artistului o lucrare care să eternizeze memoria victimelor vitregiilor istoriei.

Materialul ales, oțelul, care este și materialul armelor ucigașe, reprezintă cel mai fidel concepția artistului despre confruntarea dură la care recurge omenirea în mod repetitiv, concepția artistului despre victimele colaterale, care, nevinovate, cad pradă unor patimi politice.

Gyori Csaba a reușit să ridice la gra-

dul de concept un episod trist din viața unor oameni a căror vină a fost doar că au fost contemporani cu cea mai mare nebulie a secolului 20, cel de-al doilea război mondial.

Lucrarea lui Gyori Csaba surprinde un moment istoric, fracțiunea de secundă în care rațiunea a adormit facilitând apariția monștrilor. Se spune că somnul rațiunii naște monștri. De data aceasta artistul a reușit să creeze artă din suferință.



Iluminatul propus pentru monumentul refugiaților va fi realizat cu ajutorul unor lămpi de tip bară cu leduri, având culoarea alb-cald.

S-a ales acest tip de iluminat pentru a realiza o imagine cât mai obscură, care să confere doar un contur siluetei fără a o evidenția foarte mult.

Astfel un iluminat cald, cu o orientare de jos în sus are ca scop accentuarea unor mici detalii, trăsături ale celor două entități statuare care creează ansamblul.

Placa comemorativă va fi și ea iluminată pentru a fi în permanență vizibilă.

Prin modul în care a fost conceput, Hyper Detox de la Hypericum are proprietatea de a facilita protejarea celulelor și a țesuturilor față de acțiunea radicalilor liberi. Susține procesul de hematopoieză (producerea de noi celule roșii). Ajută la drenarea și protejarea ficatului. Contribuie la menținerea tonusului, nervos, cardiac și muscular. Poate contribui la încetinirea procesului de îmbătrânire celulară.

# SĂNĂTATE

## Un consum constant de fructe reduce riscul de accident cardiac și cerebral

O alimentație bogată în fructe și legume proaspete are un efect protector împotriva infarctului de miocard și al accidentului vascular cerebral (AVC) -



este concluzia unei noi demonstrații a avantajelor unei alimentații în care sunt incluse din abundență fructele și legumele. Acestea constituie surse majore de substanțe benefice, cu proprietăți antioxidante.

Studiul a cuprins circa 500.000 de persoane cu vârste între 30 și 79 de ani și a fost coordonat de o echipă de cercetători britanici și chinezi. Specialiștii au încercat să stabilească legătura între consumul obișnuit de fructe și riscul de accident cardiac și cerebral, luând în considerare parametri precum vârsta, fumatul sau consumul de alcool.

Rezultatul a fost destul de spectaculos, dovedindu-se că aportul zilnic de fructe, față de un consum slab sau inexistent, reduce cu circa 30% riscul de infarct de miocard (criză cardiacă) și cu aproape același procent pe cel de AVC, îndeosebi AVC hemoragic (ruperea unui vas, cu hemoragie cerebrală). În plus, amatorii de fructe proaspete prezintă o presiune arterială și o glicemie mai bune. Cercetătorii nu exclud ca și alte elemente să intervină, care și de un mod de viață global în general mai sănătos în rândul marilor consumatori de fructe, însă apreciază totuși că fructele duc la scăderea "semnificativă" a riscului de eveniment cardiovascular și cerebral major.

I.M.

## Calitatea vieții este influențată de numărul de ore dormite zilnic

Persoanele care dorm zilnic între 6 și 9 ore prezintă o calitate a vieții mai bună și au șanse mai mici de a fi afectate de depresie, arată un nou studiu efectuat de cercetătorii de la Academia Americană de Medicină a Somnului.

Rezultatele cercetării arată că persoanele care dorm între 6 și 9 ore pe noapte prezintă rezultate mai bune atât în ceea ce privește calitatea vieții, cât și în ceea ce privește depresia în comparație cu persoanele care dorm mai puțin de 6 ore sau mai mult de 9.

Oamenii de știință au ajuns la concluzia că deși nevoile individuale de somn diferă, majoritatea adulților necesită șapte sau opt ore de somn în fiecare noapte pentru a fi bine odihniți a doua zi, dar și pentru a fi mai energici.

Ei sunt de părere că somnul insuficient poate bloca anumite procese genetice ce au loc la nivel celular și care formează sistemul imunitar, responsabil de lupta cu infecțiile și bolile

I.M.

# Ulei esențial de Cimbru (Satureja hortensis)

Este calmant al tusei, acționând direct asupra centrului nervos care coordonează tusea. Are proprietăți antibiotice cu spectru larg asupra virusurilor, bacteriilor și ciupercilor patogene. Stimulează sistemul imunitar. Este un tonic și revigorant al sistemului nervos. Reglează pofta de mâncare și combate infecțiile digestive. Combate și elimină viermii intestinali. Alungă insectele din încăperi.

Uleiul esențial de cimbru se recomandă în: calmarea tusei, virozelor, gripei, otitei, astmului bronșic, afecțiuni pulmonare, infecții urinare, cistită,

uretrită, ureterită, întărirea imunității, în afecțiuni ale sistemului nervos, astenie, anxietate, oboseală, infecții digestive (colite, enterite, colici abdominale), combaterea parazitozelor intestinale (giardioză, ascaridioză, oxioză), inflamații osteo-articulare, revigorarea tenului gras, acneic, echilibrarea glandelor sebacee.

**Mod de folosire:** Extern: 3-5 picături ulei esențial de Cimbru în amestec cu 30 ml de apă, pentru aromaterapie, odorizarea ambientului. Are un efect liniștitor și plăcut. Pentru masaj 3-5 picături dizolvate în ulei vegetal. Pentru inhalatii în boli respiratorii se folosesc 2-3 picături dizolvate în apă fierbinte. Ca ingredient se folosește în creme de față, loțiuni pentru păr și corp.

**Intern:** se utilizează numai sub supravegherea atentă a fitoterapeutului sau farmacistului.

**Atenționări:** Nu se folosește de femeile însărcinate și care alăptează. Nu se folosește de către copiii sub 2 ani.



## Hyper Detox de la Hypericum Plant este un supliment alimentar cu rol detoxifiant și regenerant

Produsul se prezintă sub formă de extract uscat atomizat ce are în componență următoarele plante: Lucernă (Medicago Sativa) - 30%, Urzică-verde (Urtica dioica) - 30%, Orz-verde (Hordeum vulgare) - 30%, Spirulină (Arthrospira platensis) - 10%.



Prin modul în care a fost conceput, Hyper Detox de la Hypericum are proprietatea de a facilita protejarea celulelor și a țesuturilor față de acțiunea radicalilor liberi. Susține procesul de hematopoieză (producerea de noi celule roșii). Ajută la drenarea și protejarea ficatului. Contribuie la menținerea tonusului, nervos, cardiac și muscular. Poate contribui la încetinirea procesului de îmbătrânire celulară. Are acțiune detoxifiantă, vitaminizantă, mineralizantă, antioxidantă, antiinflamatorie, imunostimulatoare, antihemoragică, antiinflamatoare, energizantă și regenerantă.

**Proprietăți:** Stimulează procesele naturale de detoxifiere ale organis-

mului. Limitează procesele inflamatorii din organism. Adjuvant în menținerea sănătății sistemului digestiv.

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

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

**Mod de folosire:**  
Pentru adulți doza recomandată este de 1-2 lingurițe (5 grame) de 2 ori pe zi în cure de câte 3 luni. După o pauză de 1 lună, cura se poate relua.

## Semnele care indică o complicație a diabetului

Printre complicațiile diabetului se numără mai multe afecțiuni diferite la nivelul piciorului. Potrivit Federației Internaționale a Diabetului (IDF), în lume, la fiecare 6 secunde un om moare din cauza diabetului, iar jumătate dintre adulții bolnavi trăiesc nedignificați, neștiind că au această boală. Mulți pacienți ajung la diagnostic și tratament când deja complicațiile cauzate de diabet se fac simțite.

Sintagma "picior diabetic" definește un spectru variat de afecțiuni ale picioarelor la persoanele cu diabet zaharat (care implică practic toate structurile anatomice și biomecanica piciorului), care pot duce la distrucții tisulare, culminând cu necesitatea efectuării de amputații ale membrilor inferioare, explică specialiștii.

### Există doi factori de risc

Neuropatia diabetică periferică - implică trei căi de conducere: senzorială, motorie și autonomă.

Senzorială - pacientul nu mai simte căldura locală și nici presiunea, putând să meargă o zi întreagă cu o piatră în pantof fără să fie deranjat. Mulți pacienți acuză doar senzația de arsură locală.

Autonomă - duce la apariția edemului venos cronic (piciorul umflat), cu deformări ale oaselor piciorului și ale degetelor care, asociate cu lipsa de sensibilitate, conduc la plăgi ce se vor infecta rapid, iată de ce, pacienții trebuie să consulte în acest moment și un specialist ortoped, pentru a li se recomanda încălțăminte specială terapeutică, în loc să forțeze picioarele și degetele deformate în încălțăminte normală.

Motorie - conduce la slăbiciunea musculară, mergând până la atrofierea mușchilor mâinilor și picioarelor, evoluând tot spre deformări tip "degete în gheară" sau "degete în ciocan". Din cauza tumefierii date de edemul venos cronic, această "umflătură" duce în timp la ulcerare și infecție, pielea este uscată, crapă, se descuamează (jupoai), permițând intrarea bacteriilor; unghiile se deformează sau cresc anormal, determinând, în vecinătatea lor, porți de intrare a bacteriilor. Din acest motiv, după baie, este necesară aplicarea de cremă hidratantă pe piele.

### Boala vasculară diabetică

Ischemia sau lipsa de sânge în periferia organismului, implicit la nivelul piciorului, este al doilea factor de risc pentru ulcerările diabetice și infecții. Este o boală determinată de modificări ce apar la nivelul constituției pereților arteriali, aceștia îngroșându-se și devenind rigizi.

### Simptomele piciorului diabetic

Sensibilitate crescută (hiperestezia), scăzută (hipoestezia) sau amorțeli, furnicături (parestezia), uscăciunea pielii (anhidroza). Bătătură dezvoltată pe zonele cu presiune crescută de sub picior - au rezistență scăzută, putând să devină friabile, să se rupă la presiuni mici și să se transforme în ulceratii. Este interzis pacientului să încerce să taie bătăturile singur sau să le ardă cu soluții chimice! Poate fi folosită o piatră ponce la fiecare baie, după ce pielea s-a înmuiat, apoi se va aplica o cremă emolientă.

Ulcercele piciorului apar în special la nivelul călcâiului, capetelor plantare ale oaselor metatarsiene, pe pulpele degetelor - în special la nivelul degetului mare, pe proeminențele degetelor "în ciocan", fiind acompaniate de unghii sfărâmițoase, fisuri ale pielii, formarea de vezicule și pierdere a epitelului, apar în principal din cauza încălțăminte nepotrivite. (sursa: www.scoalapacientilor.ro)

# REȚETE

În cosmetică, florile de tei sunt folosite în combinație cu florile de albastrele pentru comprese împotriva cearcănelor și ca remediu pentru ochii oboșiți și umflați. În plus, florile de tei măcinate amestecate cu lapte și ovăz constituie o excelentă mască de față cu proprietăți de revigorare și hidratare a tenului tern, palid, lipsit de strălucire. Ceaiul de tei este indicat și în curele de slăbire deoarece are efect diuretic și ajută la eliminarea retenției de apă din organism, crește ușor temperatura corpului și ne ajută să transpirăm mai mult, scăpându-ne în acest mod de toxinele din corp.

## Ceaiul de tei elimină retenția de apă din organism

În această perioadă puteți aduna flori de tei atât de folositoare în ameliorarea unor afecțiuni, dar și pentru menținerea unui tonus ridicat. Din vechime sunt recunoscute calitățile terapeutice ale florilor de tei. Ceaiul de tei este eficient în tratarea incontinenței urinare și previne formarea pietrelor la rinichi.

În timpurile medievale, îndrăgostiții își jurau iubire eternă la umbra unui tei înflorit.

Florile de tei și ceaiul obținut din acestea au numeroase virtuți terapeutice care pot ajuta la ameliorarea a numeroase probleme de sănătate.

Ceaiul de tei ajută la ameliorarea migrenelor și promovează o digestie sănătoasă, atunci când este asociat cu ceaiul de mușețel sau de mentă, tratează constipația și diareea și previne deteriorarea celulară, grație flavonoidelor cu rol de protecție împotriva radicalilor liberi, care sunt principalii factori în apariția bolilor grave.

Datorită substanțelor active din plantă, ceaiul de tei este folosit ca sedativ ușor și este recomandat să fie băut cu 30 de minute înainte de culcare, în special în cazul persoanelor care se confruntă cu tulburări de somn și stări de nervozitate și anxietate.

Ceaiul de tei amestecat cu bicarbonat de sodiu este folosit și la gargară, pentru tratamentul inflamațiilor amigdalelor și în caz de tuse convulsivă.

În cosmetică, florile de tei sunt folosite în combinație cu florile de albastrele pentru comprese împotriva cearcănelor și ca remediu pentru ochii oboșiți și umflați. În plus, florile de tei măcinate amestecate cu lapte și ovăz constituie o excelentă mască de față cu proprietăți de revigorare și hidratare a tenului tern, palid, lipsit de strălucire.

Ceaiul de tei este indicat și în curele de slăbire deoarece are efect diuretic și ajută la eliminarea retenției de apă din organism, crește ușor temperatura corpului și ne ajută să transpirăm mai mult, scăpându-ne în acest mod de toxinele din corp.

Pentru persoanele care se confruntă cu afecțiuni renale, ceaiul de tei este de asemenea indicat pentru că are proprietatea de a trata incontinența și previne formarea pietrelor la rinichi.



Din nectarul florilor de tei se poate obține mierea, a cărei culoare poate varia de la galben deschis la portocaliu închis și care are un miros dulce lemnos, ușor de recunoscut. Acest tip de miere este considerată una dintre cele mai bune deoarece este foarte bogată în vitamina B, aminoacizi și antioxidanți.

Printre proprietățile curative ale mierii de tei se numără cele antiseptice și antiinflamatorii, care fac din acest aliment un tratament naturist eficient în caz de răceală, gripă, tuse și crampe abdominale.

Deși teiul prezintă atât de multe beneficii, această plantă destinată relaxării nu este recomandată tuturor persoanelor, mai ales celor care urmează un tratament medicamentos.

Text selectat și adaptat de Ioan A.

## Ciorbiță cu varză de Bruxelles



### Aveți nevoie:

2 morcovi, o ceapă mijlocie, 500 g varză de Bruxelles, 150 g șuncă afumată (se poate și fără), 2 litri de supă de carne sau de legume, 1/2 litru lapte, 2-3 linguri de ulei de floarea soarelui, 2 linguri de făină, o legătură de mărar verde tocat mărunt, smântână, iaurt sau lapte acru (după preferință), sare, piper, pătrunjel verde și usturoi, după gust.

### Mod de preparare:

Varza de Bruxelles se curăță, dar nu e nevoie să se îndepărteze mai mult decât cele două frunzulițe superioare, apoi se spală. Într-o oală de circa 3-4 litri, șunca tăiată bucățele mici se prăjește în ulei, se adaugă ceapa tocată mă-

runt, se călește puțin, apoi se adaugă și morcovii tăiați felii subțiri și se călesc și aceștia, apoi se adaugă supa și laptele. Când începe să clocotească se adaugă varza și se fierbe până când toate ingredientele sunt aproape moi. Făina se amestecă treptat cu smântâna sau iaurtul, cu grijă să nu formeze noduri, se toarnă în supă, se adaugă mărarul, se condimentează și se mai fierbe câteva minute, până când zeama se îngroașă. După ce se ia de pe foc, se adaugă usturoiul pisat. Se poate servi cu ardei iute sau adaos de smântână.

## Piept de pui cu conopidă și cașcaval



### Aveți nevoie:

1 kg piept de pui, 500 g conopidă, 200 g cașcaval afumat, 3 căței de usturoi, 300 ml smântână, ulei, sare, piper.

### Mod de preparare:

Pieptul de pui se feliază, și se condimentează după gust. Smântâna se amestecă cu usturoiul pisat, un pic de sare și piper. Conopida se fierbe în apă ușor sărată și se desface pe inflorescențe. Într-o tavă termorezistentă se pune puțin ulei, se așează feliile de

piept de pui, se presară cu cașcaval afumat răzuit, apoi se așează peste ele și bucățile de conopidă strecurate în prealabil. Se toarnă deasupra smântâna cu usturoi, apoi se presară cu restul de cașcaval răzuit. Se pune în cuptorul preîncălzit și se coace la foc potrivit, la început acoperit timp de 20 minute, apoi descoperit, până când capătă o culoare plăcută, roșiatică. Se servește cu pilaf de orez, sau garnitură asortată.

## Smoothie de caise și mandarine



### Aveți nevoie:

3 caise, o mandarină, 2-3 linguri de zeamă de lămâie sau lime (lămâie verde), 3 linguri de frișcă lichidă, 2 linguri de zahăr brun sau preferabil miere, 5-6 cuburi de gheață (vara).

### Mod de preparare:

Este o rețetă gustoasă și răcoroasă, pentru cei care țin la siluetă. Puteți înlocui micul dejun sau o gustare cu această băutură energizantă. Copiii sunt și ei încântați de această băutură care se poate servi la mesele festive sau la petreceri. Curățați caisele de coajă și de sâmburi, tăiați-le bucăți și puneți-le în blender. Radeți jumătate din coaja

de mandarină și păstrați jumătatea pentru decor. Stropiți bucățile de caise cu zeama de lămâie sau lime, adăugați zahărul brun (sau mierea) și coaja rasă de mandarine. Mixați ingredientele la putere maximă, apoi turnați frișca foarte rece în fir subțire și amestecați ușor. Frișca va face băutura cremoasă și catifelată. Turnați băutura în pahare înalte, adăugați gheața, decorați cu fâșii de coajă de mandarină și serviți-o imediat. Folosiți gheață spartă cu blenderul și nu cuburi.

## Maffin cu frăguțe sau căpșuni



### Aveți nevoie:

150 g de făină, 2 ouă, 150 g de unt, 150 g de zahăr, 3 linguri gem de căpșuni, un pachet de praf de copt, 2 pliculețe de zahăr vanilat, 100-150 g de frăguțe sau căpșuni, cât se poate de dulci.

### Mod de preparare:

Se amestecă ingredientele, mai puțin fructele, până când se obține o pastă perfect omogenă, apoi se mai bate cu mixerul, până se face spumoasă, pufoasă. Fructele spălate în prealabil se lasă să se scurgă, apoi se întind pe un

șervețel, sau pe un prosop de bucătărie și se sugativează, fin, pentru a nu se zdrobi. Dacă se vor folosi căpșuni, acestea se taie în bucățele, de mărimea unor frăguțe mai mari. Se adaugă la aluat și se amestecă fin. Se împarte în 12 coșulețe și se pun în cuptorul preîncălzit. Se coace la 170 grade C, circa 20 minute. Prăjiturele se servesc ornate cu zahăr pudră, frișcă, ciocolată topită, sau fructe proapete.

Rubrică realizată de Eva Laczko

**E-Lase ELOS este unul dintre cele mai bune aparate din lume și este chiar la tine în oraș! În Satu Mare îl găsești pe Strada Andrei Mureșanu Nr. 23. Un lucru este sigur, un tratament cu un aparat care poate ajunge și la 100 000 de euro (cum sunt dispozitivele premium) va fi mai eficient decât unul care este realizat cu un dispozitiv care are prețul de 10 000 de euro (de exemplu, unele aparate de epilare IPL considerate super-performante). Tehnologia de ultimă generație are prețul foarte mare, iar acest lucru spune mult și despre calitatea și eficiența rezultatelor obținute.**

## FRUMUȘETE

# Epilare definitivă cu laser de la A la Z, la Pearl Beauty Center

**Află totul despre epilare definitivă cu laser și IPL, avantaje și dezavantaje dar și răspunsuri la cele mai populare întrebări adresate de clienții salonului Pearl Beauty Center Satu Mare. Orice femeie modernă dorește să scape definitiv și fără efort în special de părul de pe zona feței, picioare, brațe, axile și zonele intime. În acest scop se folosesc cele mai diverse aparate de epilare laser sau IPL.**

Majoritatea dintre ele sunt atestate clinic și dovedite științific de cercetătorii și specialiștii esteticieni din țară și din străinătate. Spunem majoritatea pentru că există pe piață multe copii ale aparatelor profesionale sau pur și simplu producători care încearcă să copieze marile firme consacrate în domeniu. Nu vă lăsați păcăliți, chiar dacă oferă un preț mai accesibil atrage după sine riscuri destul de mari.

Din fericire, în timpurile noastre, astfel de vise nu sunt imposibile, ba din contra, ele pot fi realizate cu ușurință în realitate. Tot ce trebuie să faci este să ai foarte mare grijă când îți alegi salonul. Vă recomandăm să vă interesați mereu de marca și modelul aparatului folosit pentru a vă documenta despre aparat.

În România, din ce în ce mai mult a câștigat popularitate epilarea definitivă cu laser în detrimentul IPL-urilor, care au reprezentat vârful de lance până acum 10-15 ani. Noile tehnologii reușesc să fie mult mai eficiente și să reducă la minim riscurile și posibilele reacții adverse.

### Este epilarea definitivă chiar definitivă?

Răspunsul este DA. Epilarea cu laser ce folosește tehnologia de ultimă generație este definitivă pentru firele existente, în faza activă de creștere, pe parcursul tratamentului. Dacă apar dereglări hormonale pot să apară alte fire de păr noi, de aceea acest tratament nu se aplică la persoanele care au astfel de probleme de sănătate. Se recomandă efectuarea unui consult endocrinologic pentru a elimina din start o astfel de problemă. Dacă este cazul, după ce este rezolvată problema hormonală la un medic specialist, puteți să efectuați tratamentul de epilare definitivă pentru că va da rezultate.

Epilarea definitivă nu elimină firele de păr noi sau despre care se spune că nu sunt în faza de creștere activă în timpul terapiei. Pentru a fi eliminate și acestea este nevoie să treacă o perioadă de timp, pentru ca ele să ajungă în faza activă de creștere, și astfel să se poată acționa prin energia laser și asupra lor.

Prin mai multe ședințe de tratament se obțin rezultatele dorite, se elimină 95% din firele de păr la femei. Prin tratamentele de întreținere care se fac la câteva luni, epilarea este definitivă.

Aparatul eLase LHR MOTIF are tehnologia ELOS care combină energia luminoasă cu energia electrică și care astfel garantează tratamente rapide, sigure, eficiente și fără durere. Acesta este cel mai performant aparat de epilare definitivă din oferta BeautyOne din țara noastră. BeautyOne este distribuitor al companiei Syneron Candela, lider mondial în aparatură de estetică medicală. Acest aparat se găsește la salonul de înfrumusețare Pearl Beauty Center din Satu Mare. Cu eLase LHR epilarea este definitivă! În acest moment, la Pearl Beauty Center este singurul aparat din România! De ce? Prețul de achiziție a unui astfel de aparat este foarte mare în comparație cu restul aparatelor din ofer-



Prezintă acest articol la salonul PEARL BEAUTY CENTER și primești reducere 50% la prima ședință. Ofertă valabilă 10 zile de la publicarea suplimentului

! Din acest motiv serviciile oferite la Pearl Beauty Center, sunt cu adevărat premium! Prețurile sunt cât se poate de accesibile.

### Metode de epilare definitivă

De mai bine de 15 ani au apărut tehnologii diferite din care fac parte:

#### Dispozitivele IPL

Probabil te întrebi ce este un dispozitiv IPL. Specialiștii esteticieni l-au comparat cu tehnologia Laser și astfel au ajuns la concluzia că dacă este utilizat neadecvat poate produce anumite complicații pe piele. Medicii de asemenea au evaluat tehnologia IPL și au spus faptul că:

- Lumina este dispersată și poate ajunge nu doar la foliculii firelor de păr, ci și la țesutul înconjurător. În acest caz, riscul pentru efecte secundare poate exista. Acest lucru nu are loc în cazul tehnologiei laser, unde se folosește o singură lungime de undă, care are efect direct doar asupra foliculilor firelor de păr.
- Folosește lungimi de undă cuprinse între 400-1200 nm.
- Puterea, durata și numărul de impulsuri sunt ajustate de terapeut.
- Eficiența pe termen lung este incertă.
- Sunt necesare mai multe tratamente ca în cazul terapiei laser.

**Laser diodă**

În prezent, s-a ajuns la această tehnologie laser diodă avansată, care poate reduce complet durerea și elimina efectele secundare ce apar la alte dispozitive de epilare. Cel mai performant aparat de epilare cu laser diodă este eLase LHR care are un sistem de reducere a durerii și care combină două tehnologii de ultimă generație prin care se elimină definitiv firele de păr aflate în faza activă, de creștere, pe zona de tratament.

Este laserul universal care oferă rezultate incredibile pe toate tipurile de piele și păr. **Syneron Candela** are în spate 2 dintre cei mai buni medici din lume: Dr. Shimon

Eckhouse cel care a inventat practic IPL-ul (este unul dintre fondatorii companiei Syneron Candela, în acest moment este unul dintre liderii mondiali în aparatură medicală de estetică) și Dr. Michael Kreindel care a creat tehnologia ELOS. Acum înțelegi de ce aparatul de la Pearl Beauty Center, eLase ELOS cu modul MOTIF, este unul dintre cele mai performante aparate de epilare definitivă din lume?

#### Laser Alexandrite

Dacă vrei să scapi de firele de păr blonde de pe picioare, alege acest tip de laser. Acesta oferă rezultate mai bune în eliminarea firelor de păr subțiri și deschise la culoare. Dezavantajul este că are rezultate mai slabe în ceea ce privește firele de păr care au rădăcinile mai adânci în piele din cauza faptului că lungimea de undă este mai mică, de 755 nm. În cazul laserului diodă lungimea de undă este mare, de 800-810 nm, de aceea pot fi eliminate toate firele de păr.

#### Laser Nd:YAG

Acesta este mai mult un dispozitiv medical care acționează doar asupra firelor de păr, indiferent că acestea sunt deschise sau închise la culoare. Laserul Nd:YAG nu acționează asupra foliculilor firelor de păr cum se face în cazul tehnologiei cu laser diodă, dar poate fi setat astfel încât să acționeze prin lumina de intensitate dirijată pe o anumită zonă, în profunzimea bine determinată a țesutului. Nu este recomandat pe suprafețe prea mari ale corpului.

#### Laserul cu rubin

Probabil ai auzit deja că este un laser eficient. Îl poți folosi, dar să nu te miri dacă apar și anumite efecte secundare, despre care nici nu poate fi vorba la tehnologia laser diodă sau alexandrite. Această tehnologie laser rubin se utilizează rar. A fost unul dintre primele lasere pentru epilare și afecta grav melanina din piele.

### De ce există diferențe de preț între metodele

### de epilare definitivă

Ce crezi că este mai bine pentru tine? Să alegi un tratament complet ineficient care prezintă riscuri mari de efecte secundare dar care să coste mai puțin, sau să alegi un tratament mai scump și care să-l faci cu un aparat premium, care oferă rezultate sigure și de durată?

E-Lase ELOS este unul dintre cele mai bune aparate din lume și este chiar la tine în oraș! În Satu Mare îl găsești pe Strada Andrei Mureșanu Nr. 23.

Un lucru este sigur, un tratament cu un aparat care poate ajunge și la 100 000 de euro (cum sunt dispozitivele premium) va fi mai eficient decât unul care este realizat cu un dispozitiv care are prețul de 10 000 de euro (de exemplu, unele aparate de epilare IPL considerate super-performante). Tehnologia de ultimă generație are prețul foarte mare, iar acest lucru spune mult și despre calitatea și eficiența rezultatelor obținute. Chiar dacă este în medie de până la 10 ori mai scump, prețul final al tratamentului față de un aparat accesibil ca și preț, este unul de maxim 3 ori mai mare. Consultă diferite site-uri și pagini de prețuri dar nu uita să te documentezi cu privire la aparatul folosit.

Sunt persoane care s-au declarat mulțumite și cu aparate și prețuri accesibile. Depinde de tine dacă îți dorești cele mai bune soluții din domeniu la un preț accesibil sau prețul primează în fața calității.

### Despre epilare definitivă vara

Ți-e frică să faci tratamentul de epilare vara, că te arzi sau vei putea avea pete pigmentare? Dacă se face corect nu apar aceste efecte secundare, cel puțin în cazul unui aparat ce folosește o tehnologie de ultimă generație. Alege întotdeauna un aparat performant și respectă cu strictețe indicațiile primite. Dacă se respectă anumite reguli, poți face epilarea cu laser ușor în orice

anotimp, deci și în lunile de vară:

- după îndepărtarea părului cu laser pielea devine mai sensibilă, de aceea nu trebuie să se stea la soare. În primele zile este chiar recomandat să se evite soarele. Pentru a evita și apariția petelor pigmentare este bine să se evite soarele 2-3 săptămâni după tratamentul de epilare.

- pe zonele mai expuse la soare (față, picioare, brațe) se aplică o cremă cu factor de protecție solară SPF ridicat. Crema se dă de mai multe ori pe zi, protecția trebuie refăcută.

- epilarea cu laser pe pielea bronzată nu oferă aceeași eficiență ca pe o piele nebronzată, de aceea fă tratamentul înainte de a merge la plajă.

### Întrebări comune despre epilarea definitivă

#### - Cât de mult contează aparatul de epilare definitivă?

Când vine vorba de alegerea unui tratament de epilare definitivă ține cont de calitatea și eficiența dispozitivului folosit. S-a explicat mai devreme că deși aparatele cele mai bune costă de până la 10 ori mai mult decât cele clasice de cele mai multe ori prețul este doar de 2-3 ori mai mare și primești o valoare mult mai mare pentru prețul plătit.

Pentru a fi sigură de reușită alege un dispozitiv de TOP, cum ar fi aparatul eLase ELOS cu MOTIF. Acesta este disponibil la salonul de înfrumusețare Pearl Beauty Center din Satu Mare. Este produs de Syneron Candela - lider mondial în producerea de aparatură medicală de estetică și este la ora actuală singurul din România!

#### - Epilarea definitivă produce durere?

În ceea ce privește durerea, pacienții spun că se simt confortabil în timpul acestor terapii dacă aparatul este unul cu tehnologie nouă care permite acest lucru. S-au raportat totuși aparate care provoacă un disconfort destul de mare. În orice caz, un lucru este sigur, nu suntem toți egali în fața durerii, sunt persoane mai mult sau mai puțin sensibile. Din ceea ce puteți citi în recenzii se poate observa că sunt clienți care nu au simțit nimic. Acest lucru poate fi încurajator pentru cei cu frică de durere.

Unele dispozitive laser produc durere și au și efecte secundare pentru că nu sunt atât de eficiente și nici performante. În cazul eLase ELOS, acesta are modul MOTIF care elimină complet durerea.

#### - Câte ședințe de tratament se fac pentru obținerea rezultatelor dorite?

Dacă te aștepti să vezi rezultatele imediat, trebuie să știi că acestea sunt vizibile abia după 10-14 zile de la primul tratament, firele de păr vor dispărea în procent de 30-60%. În funcție de caracteristicile pielii și ale firelor de păr se va stabili numărul de ședințe de tratament;

Veți face 3 ședințe de tratament cu o pauză de 4-6 săptămâni dacă epilarea este pe o zonă mică de tratament. Pentru zonele mari pauza este de 8-10 săptămâni. După se face când se observă o creștere a firului de păr. În total se recomandă 4-8 ședințe de tratament pentru zonele corpului. Pentru față și zona inghinală (care este afectată de hormoni) se fac 6-10 ședințe de tratament.

#### - Scap definitiv de păr prin epilare cu laser?

Cu siguranță vor fi eliminate toate firele de păr aflate în faza activă, de creștere. Având în vedere puterea de regenerare a organismului, vor fi unele fire de păr care vor crește dar după o perioadă de 1-2 ani dacă se face epilarea cu aparatul eLase. În cazul altor dispozitive laser părul poate crește după câteva luni de la tratament. Depinde foarte mult de eficiența acestuia.

# DIETĂ

## Vișinele, indicate în curele de slăbire

Vara este sezonul fructelor proaspete, aromate și zemoase. Vișinele sunt însă vedetele, iar asta datorită gustului răcoritor, dulce-acrișor. Pe lângă aroma intensă, vișinele au o mulțime de alte beneficii pentru sănătate.

Vișinele stimulează imunitatea și ne protejează de infecțiile bacteriene, virale și fungice, în special cele ale colonului, tractului urinar, intestinelor și sistemului excretor, dar și de tuse și răceli. De asemenea, sunt eficiente când ai febră.

Una dintre substanțele întâlnite în suc de cireșe este melatonina, hormonul pe care pe care corpul îl folosește pentru a-și regla ritmurile circadiene și pentru a induce somnul. Persoanele care se luptă cu insomnia ar trebui să consume constant o ceașcă de suc înainte de culcare. Efectele vor fi uimitoare. Sucul de cireșe este bogat în vitamine, dar și în calorii.

Vișinele conțin o cantitate mare de potasiu ce contribuie la sănătatea pielii, dar și la arderea calorilor. E de preferat să fie consumate în această perioadă, asta pentru a putea beneficia de toate calitățile lor nutriționale, precizează nutriționiștii.

### Alte beneficii

Vișinele conțin de 19 ori mai mult betacaroten decât afinele. Betacarotenul este un precursor al vitaminei A, care protejează vederea și menține elasticitatea pielii, împiedicând formarea ridurilor.

De asemenea, vișinele conțin foarte mulți antioxidanți care protejează împotriva radicalilor liberi ce pot afecta celulele organismului și duc la îmbătrânirea prematură a acestora, favorizând instalarea diferitelor tipuri de cancer.

Ajută la refacerea țesutului muscular, fiind de mare folos celor care suferă de febră musculară în urma ședințelor intense la sală.

Ameliorează durerile prin prisma proprietăților antiinflamatoare pe care le au antociani, pigmentii care dau culoarea roșie fructului.

Pot participa la prevenția afecțiunilor cardiace și a accidentului vascular cerebral, iar asta datorită conținutului de pectină, o fibră solubilă care ajută la reducerea colesterolului din sânge, principala

cauză de risc în apariția bolilor cronice.

Antocianii din vișine ajută la reducerea nivelului de acid uric, care, în cantități mari, formează cristale în articulații și în țesuturile care le înconjoară, ducând la apariția artritei gutoase.

Diminuează nivelul de zahăr din sânge, deoarece antocianinele pe care le conțin vișinele au capacitatea de a crește producția de insulină în celulele pancreatice cu 50%. Totodată, acești antioxidanți (antocianinele) pot bloca unele procese ce duc la complicații ale diabetului.

Vișinele au foarte puține calorii (doar 50 de calorii la 100 de g) de aceea pot fi consumate în curele de slăbire, dar doar la micul dejun sau la gustarea de dimineață.

Fructe minune, vișinele conțin mai multe tipuri de antioxidanți, precum flavonoizii sau acidul fenolic.

Au rol antiinflamator datorită conținutului mare de quercetină, unul dintre cei mai puternici antioxidanți cunoscuți. Astfel, vișinele pot lupta împotriva inflamației și a deteriorării oxidative cauzate de radicalii liberi.



## Cum să alergăm corect pe căldură

Chiar și cei mai experimentați alergători trag din greu atunci când trebuie să alerge pe căldură. Perspectiva de a participa la o cursă într-o zi fierbinte de vară poate fi descurajantă, mai ales pentru începători.

Cu toate acestea, există mai mulți pași pe care îi poți urma pentru a te asigura că ai grijă așa cum trebuie de starea ta de sănătate. Hidratarea este esențială, dar e bine să te asiguri și că porți hainele potrivite, care îți mențin corpul răcoros sub privirea neîncetată a soarelui. Iată care sunt pașii pe care îi poți urma!



### Obișnuiește-te cu căldura!

Dacă te îndrepti spre o alergare sub soarele dogoritor, dar nu i-ai acordat corpului suficient timp să se obișnuiască cu temperatura, ai toate șansele să ajungi în stare de șoc. Specialiștii recomandă ca înainte de o alergare, să petreci un timp în căldură. Astfel, corpul tău se va adapta la condițiile mai dure. Poți chiar să faci o baie fierbinte. În acest mod, organismul se va obișnui treptat cu fierbințeala.

### Hidratează-te!

Hidratarea zilnică este esențială. Ba mai mult, vitală atunci când urmează să îți exerciți antrenamentul în căldură. De aceea, e indicat să bei foarte multă apă

în zilele care precede alergarea. Cu toate acestea, dacă vei face acest lucru în dimineața unei curse care se desfășoară pe o distanță lungă, ar putea să nu fie așa de confortabil. Fluidele care conțin electroliți și carbohidrați sunt esențiale pentru a-ți crește nivelul de energie.

### Alege o îmbrăcăminte adecvată!

Nu este nimic mai rău decât să mergi la o cursă ce are loc în căldura fierbinte, dar să te simți înăbușit de hainele groase și grele. Va conta foarte mult dacă vei opta pentru o îmbrăcăminte realizată din tipul potrivit de material. Când alergi pe căldură, trebuie să te asiguri că straturile de îmbrăcăminte care se află cel mai

aproape de piele sunt făcute dintr-o țesătură care permite trecerea umidității, astfel va fi eliberată sudoarea de la nivelul corpului corp, spun specialiștii.

### Revaluează-ți opțiunile!

Mulți oameni care alergă regulat tind să își împingă organismul până la limita absolută. Cu toate acestea, atunci când tragi din greu pe căldură trebuie să te gândești că sănătatea ta este mult mai importantă decât să bați câteva minute din timpul final. Dacă vremea nu ține cu tine, este posibil să fii puțin mai lent. Dacă e foarte cald, nu te gândi să îți bați propriul record dar îmbrățișează provocarea de a finaliza un maraton într-o zi fierbinte.

### Odihnă și recuperare

După ce finalizezi o cursă în căldură, următorul pas este să te asiguri că te recuperezi corect. Corpul tău trebuie să se odihnească cel mult o zi, asta înainte de a trece la oricare alt exercițiu. În plus, există un număr de elemente nutritive pe care le poți include în dieta ta. Magneziul ajută la reducerea crampelor musculare, în timp ce zincul îți întărește musculatura.

Magneziul se găsește în alimente precum avocado, nuci și somon, în timp ce zincul se află în diferite tipuri de semințe, dovleac, susan, dar și în pepene verde, usturoi și năut.

Vișinele au foarte puține calorii (doar 50 de calorii la 100 de g) de aceea pot fi consumate în curele de slăbire, dar doar la micul dejun sau la gustarea de dimineață. Fructe minune, vișinele conțin mai multe tipuri de antioxidanți, precum flavonoizii sau acidul fenolic.

**primAGYM**  
AEROBIC CYCLING FITNESS

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



- ✓ Concepută pentru îngrijirea pielii cu psoriazis, seboree și eczemă.
- ✓ Conține 20 de tipuri de extracte din plante, vitamine, minerale, săruri din Marea Moartă care hrănesc pielea și oferă senzație de confort în foarte scurt timp.
- ✓ Nu conține steroizi, coloranți artificiali și parfumuri sintetice.



Gama Psorioderm® Cremă • Balsam de corp • Șampon • Gel de duș

**Psorioderm** ZILNIC DIN CAP PÂNĂ ÎN PICIOARE

TALON REDUCERE Produse Psorioderm® și Psorioderm® SENSITIVE

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



Concertul a fost dirijat de Radu Popa, dirijorul permanent al Filarmonicii "Banatul" din Timișoara, și a avut-o ca solistă pe pianista Dana Borșan, pe care sătmărenii o cunosc bine atât din desele sale apariții alături de orchestra locală, cât și din transmisiunile Radio România

# Filarmonica a dedicat muzicii ruse ultimul concert important al verii

Ultimul concert important al stagiunii la Filarmonica "Dinu Lipatti" a fost dedicat joi seară muzicii Rusiei imperiale, cu un celebru concert romantic pentru pian și muzica unui balet din perioada în care arta muzicală făcea trecerea spre modernism. Din fericire, deși s-au adunat mai greu, sătmărenii au venit în sala Filarmonicii în număr destul de mare și cei care au fost prezenți n-au niciun motiv să regretre.

Concertul a fost dirijat de Radu Popa, dirijorul permanent al Filarmonicii "Banatul" din Timișoara, și a avut-o ca solistă pe pianista Dana Borșan, pe care sătmărenii o cunosc bine atât din desele sale apariții alături de orchestra locală, cât și din transmisiunile Radio România, căci avem de-a face cu solista Orchestrelor Naționale Radio, care susține cel puțin cinci concerte sau recitaluri radiodifuzate într-o stagiune și a realizat înregistrări importante, printre care și Integrala concertelor pentru pian de Mozart. Seara muzicală se anunța așadar cel puțin interesantă.

## Călătorie prin spiritul rus

Ceikovski a avut o experiență neplăcută când i-a prezentat Concertul nr. 1 pentru pian, abia scris, reputatului pianist Nikolai Rubinstein, căruia spera să-i încredințeze premiera absolută. Acesta pur și simplu a desființat parti-



Concertul a fost dirijat de Radu Popa, dirijorul permanent al Filarmonicii "Banatul" din Timișoara

tura, considerând-o absurdă, imposibil de cântat, rostind cuvinte grele la adresa acestei muzici dense și îndrăznețe. Șocat, compozitorul a refuzat să schimbe fie și o notă și s-a îndreptat spre Hans von Bulow, pianist și dirijor de mare renume în Europa, care avea legături de familie cu Liszt. Acesta s-a îndrăgostit pe loc de noua lucrare. Așa se face că premiera mondială a avut loc nu în Rusia, ci în Statele Unite, la Boston. Succesul uriaș de acolo i-a îm-

bunat pe muzicienii ruși, inclusiv pe Rubinstein, care a devenit unul din interpreții de referință ai Concertului.

Cunoscut mai ales pentru acordurile semețe ale temei inițiale (care de altfel nu se mai regăsește în partitură după enunțarea ei), Concertul lui Ceikovski trăiește din permanenta tensiune între un material melodic rafinat și dezvoltările lui curajoase, dialogul strâns, simfonic, între pianul solist și orchestră, pendularea între folclorul

rus și stilul galant occidental, patosul atât de specific compozitorului, care se revarsă într-un episod final năvalnic, bazat pe un cântec popular: "Hai, Ivane, hai!". Într-o interpretare doar corectă multe din acestea se pierd într-o mare de sunete. Din fericire, Dana Borșan are experiența și inteligența să pătrundă în profunzimile partiturii, așa că am asistat la o călătorie fascinantă prin spiritul rus, aplaudată entuziast de public. Colaborarea cu orchestra a

fost impecabilă.

## "Anotimpurile" la cumpăna veacurilor

Aleksandr Glazunov e cunoscut în România mai ales prin concertul său pentru vioară. Dar a scris, de pildă, opt simfonii, multă muzică de cameră și, firește, s-a ocupat și de muzica de balet. "Anotimpurile", scris pentru Ballets Russes ale lui Diaghilev, a fost prezentat în anul 1900 de baletul Teatrului Imperial din Petersburg. Pe un libret care povestește, în stilul basmelor rusești, evoluția naturii în cele patru anotimpuri (muzica începând cu câteva acorduri aspre, cum și este celebra iarnă a stepei), compozitorul a luat tradiția națională și a împins-o vizibil spre ceea ce va deveni, nu peste mult timp, marca Stravinski, mai ales în ce privește ritmul. De fapt, Glazunov marchează trecerea dintre postromantism și modernism în Rusia: a fost elevul lui Rimski-Korsakov și profesorul lui Șostakovi.

Radu Popa, atent, alert și un pic histrionic, a facilitat publicului și orchestrei o binevenită întâlnire cu această partitură, să zicem, premodernă, cu sincopele ritmice și pasajele de bravură suprapuse, cu poezia părților lente și surprizele care așteaptă în fiecare pagină. O aventură utilă pentru muzicieni, o ieșire așteptată din rutină pentru auditori. Orchestra își va lua rămas bun de la public vineri, 22 iunie, în Piața 25 Octombrie, dirijor fiind atunci Franz Lamprecht.

Vasile A.

# "Foxtrot", dansul vieții și al morții în Israelul militarizat

În aceste zile sătmărenii au putut vedea un film care a stârnit controverse la el acasă și a cucerit premii importante (chiar și la el acasă), un melanj de dramă, umor negru, poezie vizuală și manifest social: "Foxtrot", realizat de regizorul israelian Samuel Maoz.

Filmul a primit Leul de Argint la Veneția și a deschis ediția 2018 a festivalului TIFF de la Cluj-Napoca, dar nu a ajuns pe lista Oscarurilor, fiind atacat tocmai de Ministerul Culturii din Israel, unul din finanțatorii proiectului susținut și cu fonduri ale unor producători europeni de prestigiu.

Și nu e de mirare că guvernul israelian s-a simțit jenat de realizarea lui Maoz. După ce filmul său de debut, "Liban", arăta fără perdea trăirile unui echipaj de tanchiști pe frontul războiului din 1982 (în care regizorul însuși a luptat), evocarea atmosferei paranoice din zona de veșnic conflict între Israel și palestinieni capătă valențe noi și o amplitudine mai largă în noua producție. Mai mult, ca să înfurie și mai multă lume, filmul evocă și diviziunea socială dintre evreii religioși și cei secularizați, la modul aproape grotesc, pentru că în poveste o Biblie ebraică ce aparține unei supraviețuitoare de la Auschwitz ajunge să fie înstrăinată în schimbul unei reviste americane



Punctul de control la frontieră unde sunt consemnați patru tineri soldați, printre care și Jonathan

pentru adulți. Banalizarea morții în IDF (Israeli Defense Force) e atinsă și ea prin portretele ofițerilor care anunță familiei Feldman moartea fiului lor, Jonathan, și mai ales prin figura seacă, împietrită de rutină, a rabinului militar, incapabil de un minimum de empatie.

Filmul este structurat în trei tablouri. Primul studiază cu un ochi expert și în imagini compuse cu grijă felul în care familia Feldman reacționează

la șocul veștii tragice, iar aici actorul Lior Askhenazi, în rolul tatălui, pur și simplu te cutremură prin expresivitatea durerii care-l macină psihic și chiar fizic, răbufnind la aflarea veștii că de fapt fusese o confuzie și fiul lor era bine - așa că sună pe cine trebuie ca să îl aducă acasă, să se convingă personal că totul e în regulă.

Partea a doua ne poartă într-un post de frontieră uitat de lume și de

IDF (căci de Dumnezeu nici nu mai începe vorba), unde cei patru soldați din plutonul lui Jonathan își omoară timpul cum pot, visând la fete frumoase, dansând cu arma la piept, mâncând pe indelete conserve cazone, măsurând îngrijorați ritmul în care baraca lor se scufundă în noroi și, la răstimpuri, ridicând bariera pentru o cămilă rătăcită. Sunt aproape copii, speriați și jucăuși, și se descarcă cum pot, prelungind

șederea trecătorilor (alt pretext de a crește tensiunea), până când o cutie de suc confundată cu o grenadă trimite patru suflete în mormânt, cu mașina lor cu tot, sub gloanțele panicate ale tinerilor militari. La război ca la război!

Partea a treia este a mamei, frumoasă întruchipată de Sarah Adler. Aici se descarcă itele, se dau tainele pe față, aflăm dureri ascunse (inclusiv cea a câinelui Max, figură memorabilă) și ni se dezvăluie misterul titlului: ca într-un foxtrot, toți pașii întreprinși în toate direcțiile duc până la urmă în același loc și ce rămâne de făcut este doar acceptarea și asumarea greșelilor proprii și a destinului național care creează tragedii absurde. Aflăm că Jonathan chiar a murit, dar într-un mod tragicomic, aproape de proverbiale "justiție poetică", și asistăm la dansul împăcării celor doi soți cu sine, cu dragostea lor și cu viața și moartea care bat pasul în toate direcțiile pentru a reveni, în cele din urmă, mereu în același loc.

Filmul excelează prin imagine (camera Giorei Bejach oferă adâncime dramei, iar animațiile dezleagă și misterul complexului care macină familia) și printr-o anumită duioșie, în mai multe momente, chiar și cele mai tragice sau absurde. Este cu siguranță o experiență cinematografică memorabilă și o lecție deschisă de construcție a discursului scenaristic și vizual.

V. A.

*Petrecând o vreme alături de Vasile Vari, conștientizezi că este mai mult decât un sculptor – este exemplul viu, pentru noi toți, că putem să ne descoperim menirea indiferent de vârstă, că pasiunile apar în cele mai neașteptate momente și mai ales, că lipsa timpului nu poate fi niciodată invocată drept scuză pentru a face lucrurile care ne plac cu adevărat.*

# Vasile și Iulia Vari, artiști din pasiune și dragoste pentru frumos

*În doar doi ani, Vasile Vari a sculptat peste 80 de lucrări, ajutat fiind de fiica sa*

Vasile Vari, de meserie sculer matrițer, este de doi ani sculptor și membru al Asociației Artiștilor Plastici din Satu Mare și a expus de curând 14 lucrări în cadrul unei expoziții deschise la Consiliul Județean din oraș. Artistul a mai expus la Satu Mare, dar și la Cluj și Carei.

Dacă ajungeți vreodată în locuința artistului, o să observați că este înțesată de rezultatul muncii sale. Sculpturile au loc de cinste și sunt așezate pe mese, dulapuri, rezemate de mobilă sau agățate de pereți.

Explicația o aflăm de la el, care ne spune că cea mai mare parte a lucrărilor sunt depozitate în casă, restul aflându-se în atelierul în care aceste minunății iau naștere.

Și-a descoperit talentul și pasiunea pentru sculptură târziu, admirând lucrările altor meșteri în lemn: "Prima dată când am văzut sculpturi a fost la domnul Iosif Foriș. Mi-au plăcut foarte mult lucrările dânsului și de acolo a pornit voința de a sculpta". Iosif Foriș este cel care l-a făcut să înțeleagă arta sculpturii în lemn, tehnica, l-a îndrumat cu idei și l-a ajutat cu uneltele necesare unui începător în domeniu.

## Inspirație din mitologia mayașă, vikingă, dar și din cultura spaniolă

În realizarea sculpturilor artistul se inspiră din mitologia mayașă, vikingă, dar și din cultura spaniolă pe care le studiază încă dinainte de a se apuca de sculptat: "Civilizațiile mayașă și vikingă sunt un mister, nu se știu multe lucruri despre ele. În ceea ce privește cultura spaniolă mă atrage foarte mult ținuta soldaților". Vorbește cu drag despre sculptură, fără a o numi în niciun mo-



*Această pasiune este destul de costisitoare pentru Vasile Vari, însă plăcerea și rezultatele care le-a obținut până acum îl îndeamnă să meargă mai departe. Lucrările sale și-au găsit clienți în România, în orașe precum Timișoara și Brașov, dar și în Germania*

ment muncă. Este pasiune, relaxare, dragoste pentru frumos și pentru ceea ce poate ieși dintr-o simplă bucată de lemn atunci când crezi în ceea ce faci. Este autodidact, lucrează în timpul liber, după cele opt ore de muncă și, din 2016 până acum a reușit să realizeze nu mai puțin de 80 lucrări realizate cu migală care au luat naștere într-un atelier special amenajat.

Fiecare lucrare are la bază un desen care trebuie atent studiat înainte de realizarea sculpturii. După terminarea desenului un alt pas important este alegerea lemnului, teiul și arțarul fiind preferatele lui. Sculptarea propriu zisă

presupune etape precum degroșarea, finisarea, bălțuirea, șlefuirea și tratamentul lemnului cu lac. Realizarea unei lucrări poate să dureze de la două săptămâni la câteva luni, în funcție de mărime și complexitate.

Această pasiune este destul de costisitoare pentru Vasile Vari, însă plăcerea și rezultatele care le-a obținut până acum îl îndeamnă să meargă mai departe. Lucrările sale și-au găsit clienți în România, în orașe precum Timișoara și Brașov, dar și în Germania. Sumele obținute astfel le-a investit aproape integral în achiziționarea lemnului, lacului, dar și a altor lucruri necesare în

realizarea unor noi sculpturi, ceea ce înseamnă că momentan este practic imposibil ca această pasiune să devină singura lui sursă de venit.

Îi sunt dragi toate sculpturile pe care le-a realizat, însă cea mai apropiată de sufletul său reprezintă un zodiac inspirat din mitologia mayașă, pentru realizarea căreia a investit cel mai mult timp: „Trebuie să te ocupi de o sculptură ca de un copil mic și după ce am lucrat două luni la ea, m-am atașat”, spune Vasile Vari.

Partea de desen este sarcina Iuliei Vari, fiica sculptorului. Iulia are 15 ani, este proaspăt absolventă a clasei a VI-

II-a de la Școala Gimnazială "Mircea Eliade". Pentru studiile liceale se îndreaptă către Licelul de Arte „Aurel Popp” la profilul de arhitectură și desen tehnic, arte plastice și design. Desenează încă din primii ani de școală ca urmare a unei teme de primite de întrea-gă clasă de la profesoara de desen.

## Susținere din partea fiicei

A susținut încă de la început pasiunea tatălui pentru sculptură, și tot de atunci colaborează cu acesta în realizarea lucrărilor: "Când am aflat că el chiar vrea să se apuce de sculptat m-am mirat, dar eram fericită pentru că a hotărât să înceapă. În colaborarea noastră el vine cu ideile. Se uită la imagini care îl inspiră și pe care simte că dorește să le transforme în sculpturi. Eu, fiind desenatoare, îmi creez singură desenele și încerc să îmi imaginez ce își dorește el, pentru că în ochii lui se vede ceva, iar în ai mei altceva". Bineînțeles, au existat și momente în care viziunea celor doi nu a coincis, dar, după cum spune Iulia, s-a potrivit în cele mai multe cazuri. Referitor la viitor, Iulia speră că va colabora pe termen lung cu tatăl său „Tatăl meu este un sculptor foarte bun pe care îl apreciez, iar eu știu că pot desena și cred în mine. Chiar și cu vise mici poți deveni un om mare.” De asemenea, tânăra desenatoare se gândește serios să urmeze o facultate de desen în Timișoara sau în Brașov.

Petrecând o vreme alături de Vasile Vari, conștientizezi că este mai mult decât un sculptor – este exemplul viu, pentru noi toți, că putem să ne descoperim menirea indiferent de vârstă, că pasiunile apar în cele mai neașteptate momente și mai ales, că lipsa timpului nu poate fi niciodată invocată drept scuză pentru a face lucrurile care ne plac cu adevărat.

Vera Pop

## Manifestare cultural-artistică la Căminul Cultural din satul Decebal

*După intonarea Imnului de stat, Maricica Uglean, coordonatoarea unității de învățământ, a organizat activitățile elevilor și ale preșcolărilor, constând în recitări de poezii și interpretări de cântece cu teme patriotice*

Zilele trecute, la Căminul Cultural din satul Decebal a avut loc o manifestare culturală, dedicată Centenarului Marii Uniri. Manifestarea a fost organizată de Școala Primară din localitate în parteneriat cu Cenaclul literar Afirmarea.

Din partea autorităților locale au participat: Iuliu Ilyes, primarul comunei Vetiș, Ionel Daniel Codrea, viceprimar, Gyongyi Hudacsko, directoarea Școlii Gimnaziale Vetiș, cadrele didactice și elevii din Școala Primară, preșcolari de la Grădinița din localitate, părinți și localnici, iar ca parteneri, membri ai Cenaclului literar Afirmarea.

După intonarea Imnului de stat, Maricica Uglean, coordonatoarea unității de învățământ, a organizat activitățile elevilor și ale preșcolărilor, constând în recitări de poezii și interpretări



*Au recitat poezii patriotice Ioan Tipu Sălăjanu, Gheorghe Cormoș, Ioan Anițaș, Dana Criste. Interpretarea de cântece populare i-a revenit Angelei Muntean. Punctul forte al programului a constat în interpretarea unor cântece patriotice, de Geta Govor, între care Imnul aromânilor, Părintească dimândare, pe versuri de Constantin Belimace*

de cântece cu teme patriotice. A fost prezentată și o sumară monografie a satului.

Partea a doua a programului a fost susținută de membrii Cenaclului Afirmarea. În acest cadru, au prezentat evocări istorice privind împlinirea a 100 de ani de la evenimentul politic major al anului 1918: desăvârșirea statului național român, Ioan Anițaș, șeful cenaclului, Claudiu Govor și Cornel Burcea. Au recitat poezii patriotice din creația proprie Ioan Tipu Sălăjanu, Gheorghe Cormoș, Ioan Anițaș, Dana Criste. Interpretarea de cântece populare i-a revenit Angelei Muntean. Punctul forte al programului a constat în interpretarea unor cântece patriotice, de Geta Govor, între care Imnul aromânilor, Părintească dimândare, pe versuri de Constantin Belimace.

În încheiere, elevii, cadrele didactice și membrii cenaclului s-au prins în horă.

V. Nechita

Deși în 2015, majoritatea românilor aveau pe Facebook mesajul "Je suis Charlie Hebdo", după atacul sângeros când au murit 12 persoane, acum se dezic de revistă. De această dată, românii ar trebui să fie și "Je suis Simona Halep" pentru a le arăta francezilor că au greșit.

# Revista Charlie Hebdo, atacată dur pentru caricatura xenofobă la adresa Simonei Halep și a românilor

Românii s-au mobilizat exemplar și au lovit în pagina de Facebook a revistei, astfel că internauții au acordat o singură stea la recenzii, scăzându-i ratingul la 1,4 stele din 5

După caricatura cu Simona Halep, armata română din online a dat lovitură revistei Charlie Hebdo. Oamenii au taxat dur imaginea pe care jurnaliștii francezi au postat-o vizavi de campioana noastră. În cometariile ultimelor articole postate pe pagina de Facebook a săptămânalului apar sute de comentarii, atât în limba română, franceză și engleză, în care publicația este blamată pentru mesajul antisemit pe care îl transmite prin intermediul caricaturii de prost gust.

Deși în 2015, majoritatea românilor aveau pe Facebook mesajul "Je suis Charlie Hebdo", după atacul sângeros când au murit 12 persoane, acum se dezic de revistă. De această dată, românii ar trebui să fie și "Je suis Simona Halep" pentru a le arăta francezilor că au greșit.

Românii s-au mobilizat exemplar și au lovit în pagina de Facebook a revistei, astfel că internauții au acordat o singură stea la recenzii, scăzându-i ratingul la 1,4 stele din 5. Mai mult decât atât, românii au publicat mesaje în care își arată furia vizavi de caricaturii de la Charlie Hebdo. Așadar, armata română din online este foarte puternică, lucru pe care l-au aflat zilele trecute și francezii după gestul revoltător făcut vizavi de sportiva noastră.

Celebra revistă franceză Charlie Hebdo o ironizează pe Simona Halep după câștigarea Roland Garros. Într-o caricatură, semnată de Felix, campioana noastră este prezentată cu trofeul în mâini strigând "Fier vechi, fier vechi".

## Atac sângeros

Charlie Hebdo este o revistă satirică franceză, cu apariție săptămânală, care publică în mare parte ilustrații (caricaturi și desene), dar și reportaje, articole controversate și glume. Având



"Având în vedere ce se află lângă aceste cuvinte în "caricatura" publicată de foaia Charlie Hebdo, traducerea în românește ar fi: O româncă câștigă Roland Garos. Căci făptura desenată acolo nu numai că nu are nici cea mai mică asemănare cu Simona Halep, dar este o corcitură de om cu un cioroi dințos care zbiară: "Ferraille! Ferraille!", a declarat Cristian Tudor Popescu

puternice vederi de stânga și anti-religioase, revista este caracterizată de poziția ei critică față de de islamism, catolicism, iudaism și extremismul de dreapta.

Revista a fost fondată în 1969, apărând până în 1981. După o întrerupere de peste zece ani, publicarea a fost reluată în 1992. Conducătorii ei au fost François Cavanna (1969-1981), Philippe Val (1992-2009) și Stéphane Charbonnier (2009-2014).

Amenințată în mod repetat de fundamentalismul islamiști, revista a răsunat la provocări menținându-și tonul satiric și punându-l pe Allah în ipostaze de nedescris. Sediul vechi a fost incendiat la 2 noiembrie 2011. La 7 ianuarie 2015, în timpul unei ședințe de redacție, a fost atacat și noul sediu din Paris al săptămânalului satiric. Atentatul împotriva revistei Charlie Hebdo s-a soldat cu 12 morți și 11 răniți, atacatorii fiind uciși după două zile de către forțele speciale ale poliției.

## Cristian Tudor Popescu a avut o reacție tranșantă după caricatura din Charlie Hebdo cu Simona Halep

Jurnalismul a fost nemilos cu ziaristiștii de la publicația franceză de satiră: "Hebdoșii ăștia nu au decât să continue să-și producă liber abominațiile, dar și eu am dreptul să nu fi vărsat și să nu vărs vreodată o lacrimă pentru ei".

Cristian Tudor Popescu s-a referit la atentatul împotriva revistei Charlie Hebdo care a avut loc la Paris, în 7 ianuarie 2015. Atunci, 12 oameni au fost uciși (10 jurnaliști și 2 polițiști) și 11 răniți în atacul asupra sediului săptămânalului satiric. Doi atacatori mascați și înarmați au luat cu asalt birourile editoriale și au început să tragă cu arme automate.

"Având în vedere ce se află lângă aceste cuvinte în "caricatura" publicată de foaia Charlie Hebdo, traducerea în românește ar fi: O româncă câștigă Ro-

land Garos.

Căci făptura desenată acolo nu numai că nu are nici cea mai mică asemănare cu Simona Halep, dar este o corcitură de om cu un cioroi dințos care zbiară: "Ferraille! Ferraille!" (Fieroteni, fier vechi).

Înțelesul acestei creațiuni, care cică este umor pentru șarlistii fini, apare limpede: o româncă, fie ea și campioană, în Franța nu poate fi decât o țigancă semiumană, încântată să vândă Cupa Suzanne Lenglen ca fier vechi, ocupație atribuită țiganilor care fură metal de pe unde pot.

## Trei sunt concluziile care se desprind

- 1) Țiganii sunt ciori.
- 2) Românii sunt țigani.
- 3) Românii-țigani sunt cu toții niște hoți cretinizi, a comentat Cristian Tudor Popescu pe republica.ro.

De asemenea, și Daciana Sârbu a reacționat dur după caricatura publicației Charlie Hebdo care jignește atât românii cât și pe Simona Halep deoptrivă.

Daciana Sârbu spune că orice formă de umor trebuie să țină cont de bunul simț, iar ce a făcut "Charlie Hebdo" reprezintă un gest brutal.

"O publicație de satiră își fixează ca limite doar marginile libertății de expresie. E dreptul său.

Dar atunci când Charlie Hebdo face "umor" jignind o sportivă uriașă a României și a Europei, care a înobilat recent cu talentul ei o competiție franceză, niște limite sunt clar depășite. Chiar și umorul trebuie să țină cont de bun-simț, de respect pentru o campioană adevărată, de respect pentru o națiune parteneră.

Știu că această demonstrație de "umor" nu va avea succes printre cititorii publicației. Sau cel puțin așa sper. Ar fi cea mai bună reacție față de un gest atât de brutal, nemeritat și ofensator," a scris Daciana Sârbu pe contul său de socializare.

## Norman, primul tip de inteligență artificială psihopată

Cercetătorii din cadrul MIT l-au creat pe „Norman”, primul tip de inteligență artificială psihopată. Nu este vorba despre un film de groază, ci despre Norman, primul tip de inteligență artificială cu tulburări de comportament prezentat de către cercetătorii americani.

AFP informează că principalul scop al creației este de a explica în termeni laici cum sunt creați algoritmi, dar și pentru a trage un semnal de alarmă privind potențialele pericole ale dezvoltării AI.

Norman reprezintă "un studiu de caz privind pericolele unei inteligențe artificiale atunci când anumite date părtinitoare sunt utilizate în algoritmi de învățare", conform unor specialiști ai Institutului de Tehnologie Massachusetts. Pinar Yanardag, Manuel Cebrian și Iyrad Rahwan, ce fac parte din echipa MIT, au adăugat că „fiecare



Norman reprezintă "un studiu de caz privind pericolele unei inteligențe artificiale atunci când anumite date părtinitoare sunt utilizate în algoritmi de învățare", conform unor specialiști ai Institutului de Tehnologie Massachusetts

mașinărie de învățare are o idee centrală, datele pe care le utilizezi în acest proces pot influența semnificativ comportamentul inteligenței artificiale".

Norman a fost denumit după ucișorul psihopat Norman Bates, din filmul "Psycho", realizat de Alfred Hitchcock în 1960. Norman a fost „hrănit” doar cu imagini în care erau „persoane moarte”. În cadrul testelor, cercetătorii au prezentat mașinării imagini cu pete de cerneală asemănătoare cu cele din testul psihologic Rorschach, pentru a determina ce vedea Norman în imagini. Rezultatele au fost comparate cu cele ale altor inteligențe artificiale din grupul de control.

Rezultatele sunt înfricoșătoare, în cazul unei imagini în care inteligența artificială vedea „două persoane care stau una lângă cealaltă”, Norman vedea „un bărbat care se pregătește să sară pe fereastră”. Aici pot fi observate 10 exemple de desene și răspunsul pe care l-a oferit Norman, cât și inteligența artificială obișnuită.

## Până în iulie 2019, toate mașinile din UE trebuie să facă zgomot



Mașinile obișnuite fac zgomot, unul atât de universal încât este ușor de identificat de oricine, oriunde în lume. Datorită acestui zgomot, pietonii și bicicliștii au informații din mediul înconjurător și știu când se apropie o mașină. În schimb, mașinile electrice sunt silențioase, ceea ce le face aproape imposibil de detectat cu ajutorul auzului. Problema este una majoră, așa cum arată întâmplările și statisticele. Spre exemplu, un japonez orb și câinele său au fost loviți fatal de o mașină electrică ce dădea cu spatele, conform pu-

blicației The Guardian. Conform Guide Dogs for the Blind Association, există un risc cu 40% mai mare de a fi lovit de o mașină electrică decât de una tradițională. De asemenea, conform unui studiu efectuat de cercetătorii de la Universitatea California, Riverside, pentru a auzi venirea unei mașini electrice este necesară o distanță cu 74% mai mică decât distanța în cazul unei mașini pe combustibil fosil, scrie Futurism. De aceea, Uniunea Europeană dorește ca, până în iulie 2019, toate mașinile electrice existente să emită un sunet, chiar și atunci când merg la viteze reduse. Intervine însă o problemă, întrucât sunetul ar trebui să fie universal. Este imposibil de ținut minte o varietate de sunete, în funcție de modelul și marca mașinii care să fie diferențiate de sunetele ambiante.

Acest lucru se aplică mai ales în cazul persoanelor oarbe. Se ridică și o altă întrebare: cum vor reuși, prin noile sunete, să reducă poluarea fonică?

Pageină realizată de Mirela F.

# Ariana Grande și Pete Davidson s-au logodit după o relație de câteva săptămâni

**Cântăreața pop americană Ariana Grande și starul emisiunii "Saturday Night Live" Pete Davidson s-au logodit după o relație de mai puțin de o lună. Pete Davidson i-ar fi cerut mâna artistei sâmbăta trecută cu prilejul sărbătoririi zilei de naștere a actorului Robert Pattinson la Los Angeles.**

Deocamdată niciunul dintre reprezentanții celor doi tineri nu a confirmat fericitul eveniment. Relația celor doi artiști, în vârstă de 24 de ani, a început de puțin timp, dar cei doi și-au făcut deja tatuaje simbolice. Aceștia au publicat mesaje despre ei pe conturile lor de pe rețelele de social media unde Pete și-a prezentat tatuajele făcute în onoarea iubitei sale, un iepuraș stilizat, care amintește de coperta albumului cântăreței "Dangerous Woman", și inițialele AG imprimate pe degetul mare. Prietenii celor doi spun că Grande și Davidson "se potrivesc perfect".

"Nu se grăbesc să se căsătorească. Prietenii lor sunt încântați și îi sprijină", a declarat o sursă pentru o publicație străină

## Ariana s-a despărțit de scurt timp de Mac Miller

Grande a început relația cu Davidson la scurt timp după ce s-a despărțit de rapperul Mac Miller cu care a avut o relație de doi ani. Vestea a venit ca un șoc pentru toată lumea, mai ales că în perioada înainte de despărțire Ariana Grande și Mac Miller păreau a fi foarte îndrăgostiți.

Ariana Grande și Mac Miller au început să se întâlnească în 2016, însă cei doi erau prieteni încă din anul 2012. În 2013, artista a lansat melodia "The Way" în colaborare cu Mac, iar de aici a început totul. Relația lor a fost făcută publică în august 2016, iar mai apoi fanii au devenit interesați de acest cuplu. Interesant era faptul că Ariana Grande și Mac Miller ar fi avut planuri să se căsătorească. "Ei au discutat despre locații, lista cu invitați și destinații pentru luna de miere. Mac voia să se căsătorească în Hawaii, în timp ce Ariana spunea că i-ar plăcea să se căsătorească în Florida, acolo de unde e ea, iar luna de miere să fie în Hawaii", a declarat o sursă apropiată celor doi.

## Cântăreața este de origine italiană

Ariana Grande-Butera s-a născut și crescut în Boca Raton, Florida. Ea este fiica lui Joan Grande, CEO la Hose-McCann Communications, și a lui Edward Butera, un designer grafic. Fratele său mai mare, Frankie, este actor și dansator. Ariana este de origine italiană, "pe jumătate siciliană, pe jumătate abruzeză". Cântăreața și actrița, Ariana Grande-Butera și-a început cariera în 2008, în spectacole pe Broadway, și a jucat și în seriale marca Nickelodeon. Cu o voce comparabilă cu cea a lui Mariah Carey, Grande, nominalizată de patru ori la Grammy, a lansat trei albume de studio până în prezent și a fost premiată, printre altele, cu trei American Music Awards, trei MTV Europe Music Awards și un MTV Video Music Award.

## Debutul muzical a fost un succes

În martie 2013, Grande a atins un succes de mainstreams când piesa "The Way" de pe albumul său de debut Yours Truly (2013) a devenit un hit de top 10 în Billboard Hot 100 și a fost certificată cu dublă-platină de RIAA. Albumul a fost bine primit și a debutat pe numărul #1 în Billboard 200. Astfel Grande a devenit prima artistă feminină a cărei înregistrare de debut s-a clasat pe prima



poziție, după Animal de Kesha în ianuarie 2010, și a 15-a artistă la general. În 2014 Ariana Grande a primit premiul Music Business Association în categoria "Breakthrough Artist of the Year", în semn de recunoaștere a performanței artistei pe durata anului 2013.ă

Al doilea album de studio al Arianei, My Everything (2014), a debutat pe locul 1 în SUA, fiind bine certificat în multe alte țări. Cu single-urile "Problem", "Break Free", "Bang Bang" și "Love Me

Harder" albumul a fost timp de 34 de săptămâni consecutive în top 10 al Billboard Hot 100, fiind artistul din 2014 cu cele mai multe single-uri în top. În 2015, își promovează albumul cu primul ei turneu mondial, The Honeymoon Tour. În 2016 lansează cel de-al treilea album de studio, Dangerous Woman. Piesa de titlu albumului a debutat pe locul 10 în Billboard Hot 100. Albumul a debutat pe locul 2 în Billboard 200.

Pe 22 mai 2017, în timpul unui concert

pe care îl susținea în orașul britanic Manchester, un britanic de cetățenie libiană a detonat un dispozitiv explozibil improvizat. În urma atentatului au murit 22 de oameni, iar alți 59 au fost spitalizați. Statul Islamic a revendicat incidentul. Ariana Grande a mărturisit că nu crede că va putea vorbi vreodată despre atentatul de la Manchester Arena fără să plângă: "Este greu să vorbești despre asta pentru că atât de mulți oameni au suferit o pierdere atât de grea (...). Simt

că nici nu ar trebui să vorbesc despre propria mea experiență - că nici nu ar trebui să spun ceva. Nu cred că voi ști cum să vorbesc vreodată despre asta fără să plâng". Aceasta a mai dezvăluit publicului că și-a făcut un tatuaj în memoria victimelor atacului terorist - reprezentând o albină (o emblemă a orașului Manchester, simbolizând trecutul său industrial), alături de cuvântul "forever" ("pentru totdeauna") - în spațele urechii stângi.