

Sculptura lui Aurel Popp



Volumul apare
cu susținerea
Consiliului
Județean Satu Mare

Artistul
lucrând
la bustul lui
I.G. Duca



IN MEMORIAM

Protopop
Alexandru Tincu



PAG. 4

SATU MARE
#CENTENAR

Regele Ferdinand I



Clara Maniu



Atanasie Demian



PAG. 3



Regele Ferdinand, detaliu din Monumentul Unirii proiectat de Aurel Popp pentru Sibiu

PAGINA 9

Operele lui Constantin Brâncuși, la New York

Mai multe lucrări ale sculptorului Constantin Brâncuși sunt expuse la Muzeul de Artă Modernă (MoMA) din New York, SUA, într-o prezentare care include filmări, desene și fotografii legate de influența artistului născut în România și consacrat la Paris, potrivit site-ului instituției. Expoziția "Constantin Brâncuși Sculpture", deschisă duminică la MoMA, își propune să pună în valoare cele 11 sculpturi semnate de Brâncuși aflate în colecția instituției din New York. Pentru prima dată, lucrările sunt prezentate publicului alături de filmări, desene ale artistului și fotografii care redau relațiile sculptorului cu prietenii și colecționarii celebri. Printre materialele inedite, curatoarele Paulina Pobocho și Mía Matthias amintesc și de colecția de discuri păstrată de Brâncuși.

Printre preferințele lui Brâncuși se numără fragmente din compoziții semnate de Johann Sebastian Bach, Igor Stravinsky, Erik Satie și Pierre Boulez, dar și piese interpretate de Benny Goodman, Cab Calloway și orchestra sa ori de Fletcher Henderson și Sophie Tucker, scrie Mediafax.

Expoziția va fi deschisă până în ianuarie 2019.

A murit cea mai bătrână femeie din lume

Japoneza Chiyo Miyako, cea mai în vârstă persoană din lume, potrivit Guinness World Records, a murit pe 22 iulie, la 117 ani, a confirmat, vineri, prefectura din Kanagawa, unde locuia aceasta, potrivit Associated Press. Miyako, născută pe 2 mai 1901, a devenit cea mai în vârstă persoană din lume după ce deținatoarea anterioară a titlului, Nabi Tajima, din insula Kikai, situată în sudul Japoniei, a murit la vârsta de 117 ani, în aprilie. Familia lui Miyako obișnuia să îi spună "zeița" și își amintesc de aceasta ca fiind vorbăreț, răbdătoare și amabilă cu cei din jur. Îi plăcea caligrafia, pe care a practicat-o până de curând, și consuma cu plăcere sushi și țipar. Noul deținător al titlului de cea mai în vârstă persoană din Japonia este, în schimb, o femeie de 115 ani, Kane Tanaka, din Fukuoka, insula Kyushu.

Eclipsa de lună de vineri prevestește Apocalipsa?

Cea mai lungă eclipsă de lună totală a secolului 21 a avut loc în 27 spre 28 iulie și a fost vizibilă și din România. După răsăritul Lunii, intrarea în umbră a acesteia a început la 21.24. Maxima eclipsei, când Luna se află cel mai aproape de centrul umbrei, s-a produs la ora 23.22. Eclipsa totală a durat 103 minute, fiind cea mai lungă din secolul 21, însă la diferență mică de

eclipsele din 26 iunie 2029 și 7 iulie 2047, care vor avea totalități cu durata de 102 minute. Eclipsa s-a încheiat la ora 02.29, cu ieșirea Lunii din penumbra Pământului. Eclipsa de Lună din 27 iulie 2018 a fost vizibilă pe întregul glob și a avut culorile specifice ale unei „Luni sângerii”. Pastorul american Paul Begley susține că eclipsa anunță apropierea Apocalipsei.



Sănătate
Frumusețe



Gândirea pozitivă
duce la îmbunătățirea
calității vieții

PAGINA 10

Rochii de seară
în vogă
pentru vara 2018

PAGINA 7



Cum trebuie privite impozitele?

Una din cele mai mari probleme ce preocupă în ultimul grad cercurile conducătoare este problema economico - financiară. În ultimii ani, când pe lângă acțiunea partidelor politice a mai contribuit și timpul la ruina stării financiare, țara a trecut printr-o criză nemaipomenită. Seceta din ultimii doi ani a distrus cu desăvârșire semănăturile, lăsând poporul să moară de foame. Bogăția țării noastre, constând din agricultură, nu s-a putut face față nevoilor pe altă cale. Venirea la putere a guvernului Maniu, în cele mai critice timpuri, a fost parcă un noroc peste toată țara căci și bunul Dumnezeu iar și-a întors fața către noi. Semănăturile din anul acesta, par să ne fie singura salvare, dacă alte puteri Dumnezeiești nu ni se va opune în cale. Refacerea economiei statului nu este decât un pas curajos pe care l-a făcut guvernul Maniu, întrebându-și toate mijloacele posibile în acest sens. Minimele impozite directe și indirecte nu trebuie să le privim ca o pacoste pe capul nostru, ci mai mult ca pe un ajutor pe care-l putem aduce și noi la rândul nostru, pentru refacerea statului și totodată și a noastră.

Alarma dată de opoziție în acest sens, nu este decât un mijloc de care uzează și l-a uzat în tot timpul. Noi suntem statul și statul suntem noi, deci când putem contribui la binele statului și deci la al nostru de ce să n-o facem? Fapte trăite îl dovedesc că grije poartă statul de noi. Aproximarea regiunilor înfometate este cel mai eclatant exemplu.

Satu Mare, nr. 30, 28 iulie 1929, pag. 2

Unii funcționari minoritari

Am arătat de atâtea ori că acei ce susțin cu atâta entuziasm funcționarii minoritari, suferă decepții. Un singur caz: ștrandul Jelinek era foarte populat de funcționari și familiile lor. Este un ștrand drăguț și convenabil. În ultimul timp a fost însă preluat de un român Oros, fost ajutor de sub. It. în armata română, acum, mi se pare pensionar. Ce credeți că s-a întâmplat? Deși acest ștrand a fost reorganizat, toți funcționarii minoritari sau aproape toți, au trecut la ștrandul Czegenyi. Ba mai mult: fac propagandă mare ca niciun ungur să nu mai vină la fostul ștrand Jelinek, fiindcă știți vorba: "nu trebuie să-i încurajăm pe valahi". Iată prin urmare cum se achită cei ce mănâncă din pâinea statului român față de cei ce-i susține. Faptul ce-l relevăm o facem spre a dovedi încă o dată că ori cât de bine ne-am purta noi cu funcționarii minoritari și ori câte le-om face ei ne vor răspunde tot cu dușmănie. Doar ca să se știe.

Satu Mare, nr. 30, 28 iulie 1929, pag. 3

Informația Zilei

ISSN 1222-4715

Director general - D. Păcuraru

Director editor: Ilie Sălceanu

Redactor șef

supliment - 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

Din activitatea Camerei Agricole

Una din instițiile cele mai folositoare plugarilor, mai ales după înfăptuirea reformei agrare este Camera Agricolă. Având drept scop îndrumarea agricultorilor pentru o cultură mai rațională a pământului, dând îndrumări, sfaturi, pentru propășirea agricultorilor din județ.

În special în județul nostru chestiunea sprijinirii agriculturii este de o mare însemnătate cu atât mai mult cu cât sub vechea cărmuire, foștii asupritori au neglijat cu intenție pe români, sprijinind însă din larg pe agricultorul maghiar.

Noul Consiliu instalat la conducerea Camerei Agricole a județului nostru a căutat de a avea în vedere acest plan, continuând de a munci pentru binele și folosul agricultorilor din județ.

Neapărat că nu se va putea face totul într-un an, urmând ca rodul muncii sale, să iasă la iveală după o perioadă de 4 - 5 ani când planurile totale vor fi puse în aplicare.

Vom spicui ceva din activitatea Camerei noastre pentru a examina munca ce se depune de conducătorii ei în frunte cu dl. Dr. A. Doboși Prefectul județului și Președintele Camerei Agricole.

În afară de munca depusă de conducătorii Camerei noastre, pentru propășirea agriculturii este nevoie de bani. Bugetul actual al Camerei care ce se ridică la suma de lei 5 milioane este departe de a ajunge de a umple multe goluri pe care le simte agricultura. Urmărindu-se de a se ajuta toate ramurile agriculturii bugetul alcătuit de acest așezământ a fost altfel chibzuit pentru a se lucra în toate direcțiile.

Pentru zootehnie

Județul nostru era cunoscut pentru frumusețea vitelor sale, fiind o fală produsele care erau cerute pe toate piețele. Urmărindu-se un plan de continuarea îmbunătățirii raselor Camera Agricolă a județului nostru a prevăzut în bugetul anului curent o sumă de lei 500.000 pentru procurarea de tauri.

În acest scop s-a și procurat un număr de 10 tauri pentru comunele sărace a Oașului, Camera împărțind



Agricultori din Halmeu din perioada interbelică

acești tauri cu un preț de jumătate, cealaltă jumătate fiind acoperită de Camera. De asemenea Camera a cumpărat de la Expoziția de animale din Budapesta 4 cai frumoși dintre care 2 sunt pentru trebuințele orașului Satu Mare iar ceilalți 2 au fost dați locuitorilor din Boghiș, constituți în sindicat de creșterea vitelor. În afară de aceasta, Camera Agricolă a mai dat ajutoare însemnate la peste 20 comune din județ pentru cumpărarea de tauri contribuind cu o treime din preț la cumpărarea taurilor reproducători de soi.

Pentru a se vedea bogăția în vite a județului nostru Camera va aranja în toamna anului curent o mare expoziție de vite.

Pentru agricultură

De asemenea nu s-a neglijat nici secția agricolă a Camerei întrucât și dorințele actualului Ministru al Agriculturii este de a se da tot sprijinul pentru ca viitoarele însămânțări să se facă cu semințe (selecționate) s-a prevăzut și în anul acesta procurarea de semințe selecționate, Camera contribuind în

acest sens cu o sumă de peste 100.000.

Întrucât semințele produse în special de micii agricultori nu sunt curate, ținând multe impurități, se va procura de către Camera o mașină de curățat semințele numită colector, care costă aproximativ un sfert de milion de lei și cu ea se va curăța semințele agricultorilor, deoarece această mașină poate curăța aproximativ un vagon de semințe pe zi.

Avantajele punerii la dispozițiune a acestei mașini agricultorilor este nu numai aceea că se va da economilor o sâmbanță bună de semănat, dar vor avea o sâmbanță bună care va avea o mai mare valoare comercială.

De asemenea Camera va mai cumpăra tractoare cu care va lucra Ferma sa, și în timpul liber vor fi puse la dispoziția micilor agricultori, pentru a vedea și ei avantajele mașinismului în agricultură.

Pentru deprinderea micilor agricultori de a-și îngrășa ogorul cu îngrășăminte artificiale s-a prevăzut în bugetul Camerei suma de 200.000 urmând ca, Camera să contribuie la cumpărarea de gunoi artificial pe ca-

re-l va împărți micilor agricultori, grațuit ori cu un preț mic și ei văzând avantajele acestei metode, ar urma ca pe viitor ei singuri să și-l procure.

Înființarea de pepiniere

Se cunoaște bogăția județului nostru în fructe. Deoarece se resimt în județ cereri mari de pomi fructiferi, întrucât cei furnizați de pepinierele din alte județe sunt scumpe și necorespunzătoare, Camera a hotărât înființarea de pepiniere.

Am arătat o parte din activitatea Camerei Agricole a județului nostru. Adăugând că în afară de aceasta s-a mai lucrat și pe alte tărâmuri: intervenții la Ministere, împărțiri de semințe de nutreț, darea în arendă a peste 100 de loturi zootehnice comunale pentru susținerea taurilor comunali, reiese din toate acestea că la Camera noastră se muncește mult spre lauda conducătorilor ei și a Domnului Dr. Doboși, Președintele Camerei Agricole.

(Satu Mare, Nr. 30, Duminică, 28 iulie 1929, pag. 2-3)

Rolul școlilor la frontieră

Trăim într-o continuă prefacere. Timpurile de bejenie ce s-au abătut odată peste capul neamului nostru, acum s-au spulberat.

Focarul de lumină care aprindea de dor sufletele tinerilor ieșitei de pe băncile școlii, cari la rândul lor, același dor aveau să-l răspândească în sufletul românilor, încă nu s-a stins. Opațul și-a răspândit scântele dealungul frontierelor.

Pe toată zona de frontieră avem astfel de opaite, deunde pleacă lumina, gonind cu scârbă vălul întunericului lui.

Să facem o comparație între trecut și prezent și vom vedea acest adevăr în toată lămură lui.

Tânărul dascăl plecat depe băncile școlii cu dorul în suflet de a răspândi graiul strămoșesc în cel mai întunecat colțor din sat, nu este altceva decât dorul de muncă inspirat de pe băncile școlii de profesorii lui. Necesitatea școlilor românești și în special a școlilor normale în județele cu populațiune eteroglotă se simte din dublu punct de vedere.

I. Tinerii ieșiți din aceste școli sunt

plasați în toate satele fie românești fie minoritare și sunt instrumentul cel mai eficace pentru promovarea intereselor naționale.

II. Prestigiul nostru național constă în cea mai mare parte și din punct de vedere intelectual, dovedind vecinilor noștri că nu suntem "olahi" incapabili de orice acțiune, ci că putem să fim la înălțimea neamurilor din care facem parte. Școala normală din orașul nostru în frunte cu harnicul ei director Victor Matheiu a fost întotdeauna la înălțime. Elementele ieșite de pe băncile acestei școli, fac numai cinste corpului profesional, care a știut ce trebuie să dea unul tânăr normalist, pentru a se putea numi cu drept cuvânt "luminător al poporului". Știm bine că minoritarii nu văd cu ochi buni dezvoltarea noastră intelectuală, dar cel puțin noi românii să ne solidarizăm în jurul celui mai sfânt ideal, în jurul educației solide a elementului românesc.

Victor
(Satu Mare, anul XI, nr. 30, 28 iulie 1929, pag. 1)

Școlile de arte și meserii

Una din cele mai practice chemări și cu perspective frumoase de viitor, cari se impun ca o strictă necesitate în viața noastră socială, este de bună seamă învățământul practic.

Organele superioare din învățământul nostru au înțeles această problemă și în ultimul timp au dat o mare dezvoltare învățământului practic. Dacă ne aruncăm privirile cu câteva decenii în urmă, vom putea face comparație între felul de viață de acum. Înainte vreme când omul se mulțumia cu puțin, când încă nu se cunoștiau pe deplin bunurile naturii nu se simția necesitatea acestui învățământ.

Dar azi când știința făcut pași giganti, când suntem, putem spune în culmea progresului, când nimic nu a rămas necucerit de știința omenească, învățământul practic se impune prin necesitatea sa.

Să nu luăm exemplu decât dela vecinii noștri Cehoslovaci, cari deși trăiesc într-o țară mai mult muntoasă, au făcut

adevărate minuni din micuța lor țară. La noi în țară s-au înființat o mulțime de școli secundare cari scot anual sute de tineri, dar cari rămân fără posturi din cauză că azi se prețuește mai mult învățământul practic și nu cel teoretic. - Acei cari au învățat la o șc. practică, sau mai bine zis la școala vieții, pot foarte ușor să și găsească un post ori unde și ori când.

Cine n-a rămas surprins de minunatele lucruri făcute de mâna școlărilor dela șc. de arte și meserii din Orașul nostru? Expoziția deschisă cu ocazia sfârșitului de an școlar, a dovedit clar câtă muncă și conștiințiozitate pune harnicul ei director, care a făcut din această școală și din elevii săi, o adevărată instituție de promovare practică a elementului românesc de pe aceste meleaguri să fie un adevărat focar de propagare a intereselor practice ale țării.

(Satu Mare, nr. 30, 28 iulie 1929, pag. 2)

1929 SATU MARE # CENTENAR

IN MEMORIAM: Clara Maniu

La 29 Iulie a. c. a trecut la cele veșnice un suflet aprig de româncă, un suflet bun de mamă: Clara Maniu, mama domnului prim-ministru Iuliu Maniu. Născută în 10 ianuarie 1843 în comuna Bobota din Sălaj, ca fiică a canonicului greco-catolic Demetriu Coroianu. Clara Maniu a primit o educație aleasă, încă în familie i s-a strecurat picătură cu picătură dragostea de tot ce este românesc.

La vârsta de 22 de ani se căsătorește cu dr. Ioan Maniu, judecător de tribunal și mai târziu avocat în Șimleul Silvaniei, un soț bun, iubitor și devotat. Ambii pătrunși de cele mai entuziasmate sentimente românești, au fost și au rămas cei mai curajoși luptători ai cauzei românești.

A luat parte activă la toate mișcările politice și intelectuale din Ardeal

În sânul acestei familii s-au conceput planurile de revendicare a plaiurilor românești, în sânul familiei lor și-au găsit un imbold și și-au întărit forțele sufletești, toți patrioții români inspirați de glasul dulce de îmbărbătare al Clarei Maniu.

Clara Maniu a luat parte activă la toate mișcările politice și intelectuale din Ardeal, susținând cu îndârjire interesele românești. În 1896 a fost lovită sufletește de pierderea iubitului ei soț și de acum viața Clarei Maniu se împletește cu un șir de dureri. Presecuțiunile maghiare se țin lanț și în tot momentul sunt gata să atrofieze și să distrugă tot ce este românesc. Numai energia și cre-



Clara Maniu, fotografia din arhiva familiei Ioan Boilă, nepotul lui Iuliu Mnaiu

dința Clarei Maniu n-au putut să o slăbească.

Clara Maniu a întrupat cel mai înalt sentiment de patriotism și a fost întotdeauna la înălțimea unei adevărate Românce.

Aproape două decenii a stat în fruntea mișcărilor feministe din Ardeal, iar timp de 13 ani de-a rândul a fost prezidenta activă a Reuniunii Femeilor Române din Sălaj. Însuflețirea pe care a dat-o și patriotismul pe care l-a inspirat în sufletul bărbaților, fac ca să i se păstreze amintirea eroismului ca un scump tezaur nu numai în istoria Ardealului dar și în aceea a întregului neam românesc.

A fost mai presus de toate o înțeleaptă. Un izvor de energie călăuzitoare în frumoasa operă social-culturală a doamnelor de pe acest teritoriu.

Durerile pe care le-a întâmpinat ca martiră, a cauzei românești în temnițele ungurești în timpul războiului mondial, asupririle suferite din cauza armatei roșii a lui Bella Khun, care a dus-o în fața curții marțiale din Debrețin și a condamnat-o la moarte, toate au fost acoperite de mariile bucurii din timpurile din urmă când și-a văzut idealul împlinit: unitatea națională a tuturor românilor într-un singur stat, în România-Mare.

În ultimul timp i-a fost dat și fericirea să-și vadă fiul său, pe Iuliu Maniu, la cârma acestei țări unite, pentru care a suferit atâta, Pronia Cerească, dându-i această satisfacție.

Țara îi va păstra o scumpă amintire și o va enumera printre luptătorii ei.

Fie-i țărâna ușoară și memoria binecuvântată.

Ziarul Satu Mare
(Satu Mare, Anul XI, Numărul 31, Duminică, 4 august 1929, p. 1)

Atanasie Demian



În ziua de 1 August s-a stins din viață un distins Român: Atanasie Demian. Moartea nemiloasă l-a răpit din rândurile noastre după boală îndelungată. Organismul rezistent al defunctului părea, că va învinge pleuresia, de care a fost atacat, dar în cele din urmă trebuia să capituleze.

Născut la 16 Februarie 1869 în comuna Negrea, Atanasie Demian și-a consacrat întreaga viață familiei și cauzei românești. A fost o figură măreață de pe aceste plaiuri, care a luat parte activă la orice mișcare națională, aducând de multe ori cele mai mari jertfe materiale și morale scopului urmărit. Era membru în delegația Memorandumului de la Viena documentându-și și prin aceasta poziția de conducător național, ce avea în aceste ținuturi. A fost membru în direcțiunea Băncii Aurora din Baia Mare, conducător în secțiunea Astrei din acest județ, în care calitate de multe ori purta singur responsabilitatea acțiunilor întreprinse pentru reușita cauzei naționale. În ultimul timp s-a stabilit în Tăuții de Jos, cu familia sa. Acolo va avea loc și înmormântarea, sâmbătă la 31 a. c., după masă. Prezentăm condoleanțele noastre celor rămași în doliu, dintre care Dr. Vasile Demian, medic; Dr. Titu Demian avocat; Adrian Demian profesor de liceu și Dr. Victor Demian avocat stagiar aparținând de mult orașului nostru. Iar celui dispărut trimitem un ultim cuvânt de "adio" Odihește în pace!"

Doi ani de la moartea gloriosului Rege Ferdinand I

În ziua de 20 iulie anul curent, s-au împlinit doi ani de la moartea celui mai mare rege al românilor. Toată țara a fost cuprinsă de o jalnică durere când s-a răspândit vestea că Suveranul a încetat din viață. Clopotele bisericuțelor din cele mai depărtate colțuri ale țării, în dangăt de jale, răspândeau durerea în sufletul poporului. Dar soarta destinului a făcut așa fel, că înainte de a trece la cele veșnice, să-și vadă înfăptuit planul măreț de care a fost animat în tot timpul domniei, să-și vadă rezultatul jertfei proprii ce a adus-o pe altarul patriei.

Dragostea cea mare pe care a arătat-o față de popor, durerile și gândurile ce l-au preocupat în timpul războiului când trebuia adusă sublima jertfă, l-a făcut să fie una din cele mai mărețe figuri Regești, ce a putut să aibă neamul românesc.

Când ghiulele de tun și obuzele vărsau noi de foc ca niște balauri din povești, când țara era pusă la cea mai grea încercare, atunci Suveranul nostru alături de scumpa noastră Regină, cutreerău tranșeele înconjurând pe bravi noștri ostași cari au dat cele mai eclatante probe de eroism, scriind cea mai glorioasă pagină din istoria neamului nostru. - În luptele dela Oituz, Mărăști și Mărășești, când se hotăra pentru totdeauna soarta poporului nostru gloriosul rege Ferdinand I a spus ostașilor săi:



"Ori învingem, ori murim."

Azi când timpul de restriște a trecut peste capul nostru, azi când visul lui Mihaiu Viteazul s-a împlinit prin jertfa celor 800.000 de ostași morți pe câmpul de onoare, trebuie să aducem prinosul nostru de recunoștință Gloriosului rege Ferdinand I, care ne-a lăsat cum își lasă păstorul turma, dându-ne ultimul sfat, să muncim din răpuzeri pentru consolidarea nu numai politică ci și sufletească a neamului nostru. - Se împlinesc doi ani decând a încetat din viață Suve-

ranul nostru, au trecut doi ani pe răbojul vremii decând El, cel mai puternic exemplu de virtute și patriotism ridicate până la jertfa de sine, a trecut la cele veșnice.

Azi din nou sună glasul de jale al clopotelor de pe toate planurile țării comemorând cu pietate pe desrobitorul României Mari. - Sufletul său nobil plutește și azi pe deasupra țării sale, imprimând în inima poporului credință și curajul pentru fericirea acestui neam. Parastasul oficiat în ziua de 20 iulie

a.c. ne reîmprospătează mintea și ne face să plutim într-o atmosferă de durere sufletească, când ne aducem aminte de timpurile grele prin care a trecut țara în frunte cu Suveranul ei - Dumnezeu să-l odihnească în pace iar noi să imprimăm adânc în sufletele noastre jertfa cea mare făcută pentru țară, de către Cel Dispărut.

Victor Ciudin
(Satu Mare, Anul XI, Nr. 30, Duminică 28 iulie 1929, pag. 1)

Timpuri trecute

Îmi amintesc și parcă sufletul îmi este săgetat de o adâncă tristețe. Doamne, ce repede trec anii și cât de efemere sunt gândurile omenești. Pe aceste plaiuri, în anii de după război, tinerii și bătrânii, de la intelectualul român de forță și până la sfielnicul cărturar de țară, ce croiește generațiilor tinere modestul drum în întunecimea satelor, străbătea nobilul sentiment al luminării celor mulți. Era atâta entuziasm imediat după război, încât sărbătorile erau adevărate momente de înălțare sufletească (...). Nu-și aducea în discuție omul, titlul de noblete sau cel de studii. Era destul să fii român, om cinstit, ca să-ți afli locul bine ales în cadrul obștei românești (...). Era ceva în sufletul nostru care ne îndemna la aceasta? Era tineretea?... Dar nu sunt și astăzi tineri care să ne ia locul? Iată ispititoare întrebare. În locul atâtor acțiuni frumoase aici în Ardealul de Nord, s-a încuibat ura materialismului. Elementele de odinioară, pionii înaintați ai bunului simț românesc, ori s-au pierdut amestecându-se cu mulțimea ori s-au retras la o parte. Fanfaronii sunt cei căutați (...). Și totuși după vreo 5 ani de criză morală, așteptăm semnalul. Oamenii se vor primumi și la această graniță. Au plecat mulți răi. Au rămas câțiva buni. Este necesar alegerea unui om, care să dea îndemnul. Să vină iar anii de adevărată activitate românească, de idealism dezinteresat. Se va găsi omul și la noi? Iată la ce meditam zilele trecute, când în cele câteva zile de vacanță lăsasem privirea să alunece pe întinsul nemărginitei mări, pe drumul unde frumoasa Medeea, fiica lui Eetes își căuta scăparea de următorii pasionați ai Mangoliei.

(Satu Mare, Nr. 31, 4 august 1929, p. 1)

Rubrică realizată de A. Zaharia

IN MEMORIAM

În calitatea sa de protopop, părintele Tincu a fost atât ca un părinte, cât și ca un frate pentru toți preoții din Protopopiatul Sătmarului, sprijinindu-i ori de câte ori a avut ocazia. În parohia sa, părintele Alexandru a fost prietenul și confidentul tuturor, în egală măsură.

Părintele protopop Alexandru Tincu 1941-2013

Se împlinesc 5 ani de când a fost chemat de Dumnezeu spre a sluji în Biserica triumfătoare a cerului



Azi, 28 iulie 2018, se împlinesc 5 ani de când părintele protopop Alexandru Tincu a fost chemat de Dumnezeu spre a sluji în Biserica triumfătoare a cerului. Amintirea sa a rămas vie în sufletele tuturor celor care l-am cunoscut și ne-am bucurat de prezența sa ne binefăcătoare. Imaginea sa ne va rămâne mereu întipărită în minte, iar glasul său și sfaturile sale înțelepte vor răsună întotdeauna în inimile noastre. Este o onoare și, totodată, o plăcere deosebită să scriu câteva rânduri – din suflet – despre personalitatea complexă a părintelui protopop Alexandru Tincu.

Părintele Tincu Alexandru s-a născut la 25 septembrie 1941, în comuna Odoreu, județul Satu Mare. A urmat școala generală în comuna natală, apoi a frecventat cursurile Liceului „Mihai Eminescu” din Satu Mare și ale Institutului Teologic Universitar din Sibiu. Căsătorit, în toamna anului 1963, cu Mărioara Ardelean, tot din Odoreu, au crescut împreună doi copii: Marian și Alexandrina, bucuria cea mai mare fiindu-le nepoata Ioana.

La 26 ianuarie 1964 a fost numit preot la parohia Iojib

A fost hirotonit întru preot de către episcopul Valerian Zaharia al Oradiei la data de 26 ianuarie 1964, fiind numit preot la parohia Iojib. Începând cu 1 iunie 1970 a fost transferat la parohia Sătmărel, iar din 1 februarie 1977 la parohia ortodoxă Satu Mare V, unde slujește până la data de 23 martie 1990, când este ales protopop al Sătmarului, rămânând în această înaltă demnitate până la mijlocul anului 2005.

Părintele Tincu Alexandru a slujit în biserica ortodoxă cu hramul „Nașterea Maicii Domnului” din Satu Mare între anii 1981-1993 și la Catedrala ortodoxă „Adormirea Maicii Domnului” din Satu Mare între anii 1993-2013, în

calitatea sa de protopop al Sătmarului și ca paroh al parohiei ortodoxe Satu Mare I. A primit distincția „Crucea Patriarhală”. A scris numeroase articole și cărți cu un conținut teologic, broșuri, conținând diferite acatiste, publicate cu binecuvântarea înaltpreasfințitului Justinian Chira al Maramureșului și Sătmarului. De asemenea, tipărește și volumele: „Apa cea vie” (Baia Mare, 1997), „Cu Mântuitorul spre Golgota – meditații la Patimile Mântuitorului” (Satu Mare, 2003), „Predici la sărbători” (Satu Mare, 2003), „Pâinea cerească” (Satu Mare, 2004), „Mergând, învățați toate neamurile – Predici” (Satu Mare, 2009) și „Sfânta Taină a Preoției” (Satu Mare, 2012).

**A pătruns în sufletul
păstoriților săi,
inspirându-le încredere**

A trecut la cele veșnice la data de 28 iulie 2013, într-o zi de duminică, în timp ce în toate bisericile se săvârșea Sfânta Liturghie. Moartea a reprezentat pentru părintele Alexandru trecerea din Biserica luptătoare a pământului în Biserica triumfătoare a Cerului, în care va sluji înaintea tronului Sfintei Treimi, înconjurat de îngeri, rugându-se pentru noi.

Părintele Alexandru a fost întotdeauna inima parohiei, conducându-și păstoriții pe calea mântuirii. Ca duhovnic, între dânsul și credincioși s-a stabilit o relație de o profundă intimitate. A pătruns în sufletul păstoriților săi, inspirându-le încredere. Aceștia au simțit că păstorul lor îi poate tămădui prin sfaturile sale părintești. În acțiunile sale, exemplul personal a avut un mare rol, deoarece toți enoriașii l-au privit ca pe un model de autentică viețuire creștină.

Părintele Alexandru a fost un ghid în parohia sa, o busolă, care a indicat faptele bineplăcute înaintea lui Dumnezeu, o Evanghelie vie, care a transpus cuvântul Domnului în activități rodnice. El a fost cu adevărat omul lui Dumnezeu, comportându-se ca atare,

tratându-și credincioșii în funcție de nevoile fiecăruia, fără să facă diferențe bazate pe starea materială sau socială a acestora, militând pentru îndeplinirea a două obiective esențiale: îndepărtarea de păcat și indemnul spre virtute. Credincioșii l-au ascultat, i-au împlinit povețele, l-au iubit și l-au respectat.

**A luat parte activă
și la învățământul religios
din școlile parohiei sale**

În calitatea sa de protopop, părintele Tincu a fost atât ca un părinte, cât și ca un frate pentru toți preoții din Protopopiatul Sătmarului, sprijinindu-i ori de câte ori a avut ocazia. În parohia sa, părintele Alexandru a fost prietenul și confidentul tuturor, în egală măsură.

A întreprins vizite pastorale în casele enoriașilor, luând contact direct cu problemele lor cele mai stringente, dar și cu bucuriile acestora, venind în maximă apropiere de ei. S-a preocupat și de latura filantropică, caritativă din „grădina” sa, sprijinindu-i pe cei oropsiți, cu concursul oamenilor de bine. A luat parte activă și la învățământul religios din școlile parohiei sale, contribuind la deprinderea copiilor cu cele mai elementare cunoștințe teologice și principii morale.

Părintele Alexandru a binecuvântat viața credincioșilor de la leagăn până la mormânt. S-a bucurat cu cei ce au răs și a plâns cu cei întristați, după exemplul Mântuitorului, Care participă la veselia nunții din Cana Galileii, dar și la tristețea provocată de diferite boli pe care le vindecă, dar mai ales de moartea fiului văduvei din Nain, a fiicei lui Iair sau a prietenului Său Lazăr, aducând bucurie și speranță în sufletele celor necăjiți.

I-a conferit noului născut statutul de membru al Bisericii lui Dumnezeu prin Taina Sfântului Botez, după care l-a pecetluit cu Sfântul Mir, ca darurile Duhului Sfânt să se pogoare asupra lui, dându-i puterea de a crește și de a se

dezvolta sufletește și trupește în noua viață în Hristos. Apoi, l-a împărțit pentru prima dată cu Trupul și Sângele Domnului Iisus Hristos. Părintele Alexandru, asemenea tuturor preoților, a binecuvântat familia, unind prin Taina Cununiei pe cei doi tineri care, cu emoție sfântă, s-au prezentat înaintea Sfântului Altar, pentru a rosti un „da” solemn în fața Domnului și a oamenilor.

A fost prezent în casele păstoriților săi, sfințindu-le rodul muncii prin puterea dată lui de Dumnezeu.

S-a rugat pentru „pacea a toată lumea”, pentru ploi când a fost secetă, pentru împlinirea bunelor dorințe ale credincioșilor, purtându-le rugăciunile de mulțumire spre înaltul Cerului. Și-a plecat genunchii cu umilință în rugăciune pentru cei suferinzi, săvârșind Taina Sfântului Maslu și implorându-l pe „Doctorul sufletelor și al trupurilor” să caute „cu milostivire” asupra durerilor omenești, tămăduindu-le.

A fost de față la căpătâiul celui muribund încercând să-l mângâie și să-l întărească în credință, vorbindu-i despre frumusețea Raiului care îl așteaptă.

L-a pregătit pentru marea întâlnire cu Judecătorul suprem, dându-i dezlegare de păcate prin Taina Spovedaniei și împărțindu-l.

De asemenea, cu durere în suflet, l-a condus pe cel adormit pe ultimul său drum pământesc, rugându-l pe Atotputernicul Tată Ceresc să-i ierte păcatele și să-i primească sufletul în împărăția Sa.

A fost un tată, soț și bunic dedicat familiei, un adevărat om, un veritabil slujitor al lui Dumnezeu și al semenilor. A fost împodobit de Dumnezeu cu darul de a spulbera orice neliniște din sufletele celor care îi cereau sfatul părintesc.

A inițiat și menținut un climat de pace între oameni, indiferent de confesiune, etnie, stare socială, pregătire intelectuală sau mentalitate.

De fapt, a fost un promotor al cordialității interetnice și interconfesionale. A fost și un om de cultură, fiind recu-

noscut pentru scrisul său, dar și pentru emisiunile pe care le realiza, toate contribuind la zidirea duhovnicească a oamenilor.

**Predicile sale pătrundeau
în inima, sufletul,
mintea auditoriului**

Nu avea o voce puternică, dar posedea darul vorbirii, al propovăduirii Cuvântului lui Dumnezeu. Predicile sale pătrundeau în inima, sufletul, mintea auditoriului, mișcând voința spre săvârșirea faptelor bune. Prin cuvânt și prin faptă, părintele Alexandru și-a condus credincioșii pe calea mântuirii, găsind întotdeauna sfatul cel mai potrivit pentru îndreptarea vieții fiecăruia.

Preasfințitul Părinte Iustin, Episcopul Maramureșului și Sătmarului, în predica sa de la înmormântare, a precizat că părintele Alexandru a răspândit mereu lumină în jurul său. De aceea, a fost iubit și prețuit și așa va rămâne pe mai departe.

A fost cu adevărat un mijlocitor între om și Dumnezeu, dar și un “om al cetății”, implicându-se în bunul mers al vieții Bisericii, dar și în toate compartimentele vieții publice și sociale, făcând bine celor din jur, promovând iubirea, egalitatea și frățietatea în societate. Demnitatea de protopop l-a ajutat în acest sens, putând identifica și biciui mai ușor nedreptățile și solicitând cu fermitate eradicarea acestora. Cărțile sale au fost și vor rămâne mereu actuale, bucurându-se de apreciere.

Orice cuvânt ar fi de prisos. Acum, la 5 ani după ce l-am condus în mod solemn pe ulimul său drum, așezându-i trupul în țărână, acum după ce sufletul său și-a luat zborul spre Dumnezeu, nu ne rămâne decât să-i fim recunoscători părintelui Tincu Alexandru pentru tot ceea ce a făcut în folosul Sătmarului, luminându-ne în permanență calea spre Rai. Părinte, vă vom iubi mereu!

Preot dr. Cristian Boloș

Produsul Protonic, prin componența sa probiotică, acționează asupra deconjugării acizilor biliari reducând nivelul colesterolului din sânge și, deci, riscul de apariție a arteriosclerozei și bolilor cardiovasculare. Produsul conține, de asemenea, un raport corect între vitamina B6 și metionină, ceea ce face ca homocisteina inductoare de arterioscleroză să-și reducă toxicitatea.

SĂNĂTATE

Aspirina poate reduce riscul unor boli cardiovasculare

Tot mai multe cercetări arată beneficiile pentru sănătate ale aspirinei. Însă cu toate acestea nu ar trebui să fie luată "după ureche" ci mai degrabă să fie urmat sfatul medicului. Dr. Todd Hurst, medic cardiolog, profesor asociat la Universitatea din Arizona dă sfaturi pacienților săi după ce în prealabil a aflat tot istoricul bolii. În cazul unei persoane în vârstă de 60 de ani care vrea să se protejeze față de atacul de cord, care nu are un istoric familial cu boli cardiace, dar prezintă factori de risc precum hipertensiunea arterială și colesterolul crescut este recomandat să fie atent la starea lui de sănătate. Pentru o persoană care se înscrie în tiparul prezentat mai sus, medicul recomandă trei lucruri: exerciții fizice regulate, alimentație sănătoasă și un control permanent al tensiunii arteriale și al nivelului colesterolului. Cât despre administrarea aspirinei pentru a reduce riscul apariției unor boli cardiace, medicul a dat un răspuns neașteptat. Iată ce spune medicul: "Ce face aspirina? Aspirina este un medicament uimitor cu multe beneficii. Poate fi utilă în reducerea febrei, a durerilor și a inflamațiilor, dar și în prevenirea bolilor cardiovasculare pentru că împiedică plăcile să se depună pe artere. Acest efect antitrombotic al aspirinei scade capacitatea sângelui de a forma cheaguri și o face utilă în prevenția și tratamentul atacurilor de cord și a accidentelor vasculare cerebrale - AVC. Există însă și un dezavantaj: riscul de sângerare mai puternică în cazul unei transfuzii sau a unei intervenții chirurgicale. Poate preveni aspirina, în mod real, bolile cardiovasculare? Răspunsul este, fără doar și poate, da. Aspirina s-a dovedit eficientă nu doar în tratarea atacurilor de cord și a AVC-urilor atunci când ele apar, dar poate reduce și riscul de a dezvolta pe viitor aceste afecțiuni. Întrebarea mai potrivită, dar mai complicată este însă: "beneficiile depășesc riscurile legate de sângerare?" și, pentru a răspunde la această întrebare trebuie să știm mai multe lucruri despre persoana care întreabă. Are deja o boală cardiacă? Dacă nu, care este riscul de boli de inimă în viitor? Care este riscul de sângerare? Și, interesant, care este riscul de cancer de colon - pentru că aspirina a dovedit într-o măsură modestă că poate reduce riscul în acest tip de cancer. Pentru pacienții care au trecut printr-un atac de cord, un AVC, cu stenturi sau intervenții pentru bypass - rezultatele cercetărilor sunt clare: beneficiile depășesc riscurile, în majoritatea cazurilor. Pentru cei care nu au avut incidente cardiace - beneficiile versus riscurile sunt mai puțin certe, potrivit aceluiași surse. Pacienții mei care nu au boli de inimă sunt adesea surprinși când le spun că aspirina nu este potrivită pentru ei. Ideea că aspirina este bună a fost atât de prezentă atâtă vreme încât mulți cred că e un fapt stabilit. Câteva cercetări recente au arătat că beneficiile nu sunt chiar atât de clar definite cum am crezut. Și mai multe cercetări nu sunt de natură să clarifice problema nu pentru că ar lipsi datele, ci pentru că beneficiile și riscurile sunt relativ mici. Pentru pacienții mei care nu au boli de inimă și care iau în calcul aspirina le spun următoarele: dacă o persoană are efecte secundare în urma aspirinei - deranjament stomacal, alergii, sângerare ușoară - nu recomand aspirina. Dacă este la risc de a face boli de inimă sau cancer de colon, atunci cel mai probabil aspirina îi va face mai mult bine decât rău, dacă pacientul are un risc scăzut de boli de inimă sau cancer de colon, aspirina are beneficii limitate. Pentru persoana în vârstă de 60 de ani care este la risc de boli cardiace decizia de a lua o aspirină pe zi este cea corectă. Dacă luați în calcul aspirina și nu aveți istoric de boli cardiace sau de accident vascular-cerebral, cel mai bine este să discutați cu medicul dvs. pentru a vedea dacă aspirina este indicată".

Protonic de la Hypericum dă tonul vindecării în numeroase afecțiuni

Protonic este un produs complex ce conține printre altele fosfolipide, steroli, acizi grași esențiali. Acizii grași esențiali cu catenă lungă (omega 3, omega 6) au un rol metabolic deosebit de important, participând la structurarea fosfolipidelor membranelor celulare, fiind și activatori ai unor enzime ce acționează atât în metabolismul lipidic cât și în procesele inflamatorii, intervenind în modularea expresiei fenotipice a genomului. Aceste componente lipidice au efecte benefice asupra sistemului cardiovascular, sistemului nervos și pielii.

De asemenea, produsul conține și vitamine hidrosolubile din grupa B, vitamina C, dar și vitaminele liposolubile A și E. De remarcat conținutul în vitamina B12 cu activitate biologică extrem de ridicată. Protonic are o activitate antioxidantă naturală ridicată datorită acțiunii sinergice a vitaminelor A, C, E și a microelementelor Seleniu și Zinc. Această activitate îl recomandă în combaterea stresului oxidativ la nivelul celular, stres cauzator al maladiilor grave cardiovasculare, neurodegenerative, inflamatorii, cancerelor și îmbătrânirii precoce.

Observăm, astfel, că produsul conține numeroase macroelemente necesare organismului. Rolul macroelementelor în nutriția umană este binecunoscut, iar microelementele acționează catalitic sau sunt componente ale sistemelor biocatalitice din celulele corpului uman. Carențele acestora determină stări patologice cu manifestări ușoare sau grave. Spre exemplu, Iodul este esențial pentru funcționarea glandei tiroide care la rândul ei gestionează metabolismul energetic cu impact asupra ponderalității (i.e. greutatea corporală). Zincul și Seleniul sunt esențiali în funcționarea normală a prostatei și în protejarea împotriva diferitelor ei afecțiuni (e.g. adenom, cancer de prostată).

Probioticele din Protonic sunt microorganisme vii, care administrate în cantități adecvate exercită o acțiune benefică asupra sănătății. Probioticele conținute sunt reprezentate de bacterii lactice din genurile Lactobacillus și Streptococcus. Datorită lor, suplimentul induce un confort digestiv fiind indicat în



Sindromul colonului iritabil precum și în cazul altor afecțiuni gastrointestinale: constipație, diaree non-patogenă, balonări (meteorism), flatulență, crampe, halenă fetidă (i.e. respirație urât-mirositoare) de origine digestivă, intoleranță la lactoză. Componența probiotică și cea polenică au o acțiune netă în controlul ponderal, produsul fiind util și celor ce doresc să slăbească (e.g. obezi, supraponderali).

Produsul Protonic poate exercita acțiuni benefice și asupra alergiilor: dermatită atopică, alergii la lapte, poliartrită reumatoidă. Prin acțiunea de absorbție a substanțelor mutagene și stimularea sistemului imunitar, produsul exercită o acțiune de inhibiție a producției de carcinogeni ai microflorei intestinale, oferind protecție împotriva apariției tumorilor canceroase. Mai exact, produsul induce un răspuns imunitar prin efecte complexe de excludere competitivă și translocație/efect barieră, împotriva diareei de origine virală (i.e. Rotavirus), a diareei generate de disbacteriemia consecutivă tratamentelor cu antibiotice, a colitelor (C. difficile) și a diareii nosocomiale (i.e. luate din spitale).

Se remarcă și o activitate antipatogenă față de germenul Helicobacter pylori, agent cauzator al gastritelor, ulcerelor și cancerelor gastrice. Tot prin acțiunea sa antipatogenă și de excludere competitivă, produsul exercită și un efect pozitiv asupra vaginozelor și infecțiilor urinare. O explicație pentru această acțiune este dată de efectul imunomodulator (status imunitar, răspuns vaccinal) al produsului, acesta interacționând cu celulele imunitare sau cu receptorii celulari și determinând o creștere a activității de fagocitoză a celulelor albe și o sporire a sintezei de citokine.

Prin componența polenică ce sinergizează puternic cu cea probiotică, produsul Protonic are și efect de detoxifiere, fiind indicat și persoanelor dependente de alcool, diminuând dorința de a consuma băuturi alcoolice, precum și celor care doresc să renunțe la consumul de substanțe stimulative de sinteză. Produsul, prin componentele sale active, are capacitatea de a stimula mecanismele de metabolizare a xenobioticelor (i.e. substanțe pe care organismul nu le recunoaște) din organism. Datorită inhibiției producerii de endotoxine de către microflora intestinală produsul este indicat și în endotoxemia asociată cirozei.

Produsul Protonic, prin componența sa probiotică, acționează asupra deconjugării acizilor biliari reducând nivelul colesterolului din sânge și, deci, riscul de apariție a arteriosclerozei și bolilor cardiovasculare. Produsul conține, de asemenea, un raport corect între vitamina B6 și metionină, ceea ce face ca homocisteina inductoare de arterioscleroză să-și reducă toxicitatea. Anumiți compuși generați de microflora probiotică se comportă ca inhibitori de ACE (Angiotensin Converting Enzyme) având un efect de scădere a tensiunii arteriale, indicând produsul și suferinșilor de hipertensiune arterială.

Reamintim că Protonic conține, în forme organice, microelementele Seleniu și Zinc cu acțiune puternic antioxidantă, sinergizând cu vitaminele A, C, E pentru neutralizarea radicalilor liberi și a stresului oxidativ ce sunt cauza majorității maladiilor cronice. Produsul mai conține și alți antioxidanți naturali precum: cisteină, metionină, glutatation, catalază și flavonoizi, cu acțiune favorabilă în afecțiuni de prostată, cancer, cardiovasculare.

Diferite sortimente de pateuri vegetale sunt pline de E-uri

Specialiștii atrag atenția consumatorilor asupra alimentelor pe care ar fi bine să le evite sau să le consume cu prudență atunci când aleg să postească. Și pentru că se apropie binecuvântatul post al Adormirii Maicii Domnului, cu o durată de două săptămâni iar mulți dintre sătmăreni încearcă să se abțină de la mâncărurile de "dulce" atât cât pot, iată și câteva recomandări.

Nutriționiștii și dieticienii pledează în această perioadă pentru consumul de legume și fructe care se găsesc din belșug, pe care le putem procura fie din grădina proprie, fie de pe tarabele din piață de la micii producători. Cel puțin așa aveți garanția că mâncați un produs sănătos, netratat cu tot felul de pesticide.

"Mănânci de post? Alege produsul de post informat!" este și tema unui studiu comparativ efectuat de InfoCons la pateurile vegetale, margarină sau lapte de soia. Rezultatele studiului arată că 54% dintre produsele de tip margarină din grădina vegetală analizate au în conținut 5 E-uri, iar 30% din pateurile vegetale au în conținut 14 E-uri. În privința băuturii de soia (lapte de soia) 75% din produse au o concentrație scăzută în proteine!

"Pe eticheta oricărui produs alimentar trebuie să existe lista ingredientelor în ordine descrescătoare, după proporția fiecărui ingredient (cu excepția amestecurilor de fructe sau legume), incluzând acele ingrediente care se cunoaște că pot provoca reacții alergice (de exemplu: arahide, lapte, ouă, pește). Trebuie indicată proporția în procente (%) a ingredientelor evidențiate în prezenta produsului, ca de exemplu în numele produsului sau în imaginea de pe ambalaj. Un alt aspect important îl reprezintă păstrarea lanțului frigorific. Dacă acesta nu este respectat, temperaturile ridicate pot altera produsele cu o ușurință mult mai mare în această perioadă. Și nu uitați! Cereți bonul fiscal pentru o reclamație eficientă!" se arată într-un comunicat InfoCons.

Pateuri cu proteină vegetală din soia și nu boabe

Referitor la pateurile vegetale din comerț, studiile arată că majoritatea conțin doar proteină vegetală din soia, adică nu boabe de soia fierte și mixate. Astfel că extractul rezultat este sărăcit de fibre, vitamine și acizi grași, dar nu și de calorii. Din acest motiv, cele mai multe pateuri vegetale au un conținut ridicat de grăsimi sau glucide și sunt sărace în proteine și fibre. Mai mult, ele conțin ulei, gluten sau amidon pentru îngroșare, o altă sursă de calorii, de unde și valoarea energetică de peste 200 de calorii pe 100 game. În unele cazuri, diferența între pateuri este doar de aromă: aromă de ciuperci, măsline sau altele. Ele nu conțin alimente ca atare, care să îmbunătățească produsul din punct de vedere nutritiv. Nici conținutul de sare nu este de neglijat, având în vedere că o conservă de pate vegetal are mai mult de 1/5 din doza zilnică recomandată de Organizația Mondială a Sănătății.

Dacă preferați pateul vegetal, este recomandabil să alegeți unul care să conțină boabe de soia și cât mai puțini aditivi. Opțiunea cea mai sănătoasă ar fi pentru un pateu preparat în casă, din rădăcinoase (morcov, țelină, sfeclă, păstărnac, pătrunjel) și leguminoase (boabe de soia, fasole, mazăre, năut, linte etc.) fierte și mixate la blender, aseasonat cu condimente și arome după gust. Post ușor și binecuvântat!

Articulații sănătoase la orice vârstă numai cu Artroflex HA

Produs sigur, combinație unică de ingrediente, recomandat de studii clinice și specialiști.

Suplimentul alimentar Artro-Flex HA este un produs atent formulat pentru menținerea sănătății și flexibilității articulațiilor. În plus, acesta contribuie și la mineralizarea și fortifierea oaselor. Acest demers este cu atât mai important cu cât ritmul vieții noastre devine tot mai alert și stresant, iar alimentația noastră devine tot mai haotică, procesată și plină de toxine, aditivi, zaharuri rafinate și grăsimi rele (trans, saturate, cu raport omega 6, omega 3 disproporționat) fapt ce crește statusul proinflamator din organism. Toți acești factori de stres, împreună cu un efort fizic neadecvat (e.g. sedentarism, postură incorectă, efort prea mare), o hidratare insuficientă, un somn de slabă calitate și o încălziminte nepotrivită (e.g. tocouri înalte), în timp, pot afecta grav

sănătatea sistemului osteoarticular.

Pentru realizarea suplimentului, au fost folosite ingrediente 100% naturale precum fructoboratul de calciu și acidul hialuronic de fermentație bacteriană. Aceste ingrediente naturale au o matrice informațională apropiată de forma sa naturală. Acest lucru le permite substanțelor active să acționeze sinergic, completându-se și potențându-se reciproc, beneficiind totodată și de o biodisponibilitate foarte mare.

Datorită formulei concentrate, produsul de față asigură o cantitate optimă de principii active, fiind totodată ușor de administrat. Astfel, acest produs deosebit a fost special conceput pentru a avea o acțiune de creștere a mobilității articulare prin stimularea sintezei și creșterea vâscozității lichidului sinovial ce acționează ca un lubrifiant natural la nivelul încheieturilor.

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**

REȚETE

Ceaiul de sunătoare reglează activitatea stomacului

Din cele mai vechi timpuri această plantă medicinală unică a fost renumită pentru acțiunea sa antiinflamatorie, analgezică, astringentă și cicatrizantă. Sunătoarea sau pojarănița este una dintre cele mai utilizate plante, având efecte terapeutice în cel puțin 100 de boli. Pentru utilizare în scopurile medicale se folosește partea superioară a plantei (primii 15-20 cm) care conține acid ascorbic, caroten, uleiuri esențiale, taninuri și substanțe rășinoase, flavonoid.

Sunătoarea se culege la începutul înfloririi sau atunci când mugurii doar încep să apară. Perioada inflorescenței durează din iunie până în august. Se usucă la umbra, sub o streășina sau în pod - pe material textil sau hârtie.

În trecut, oamenii aruncau crenguțe de sunătoare în apa pe care o luau din surse neverificate. Ei spuneau că astfel se previne dizenteria. Pentru a elimina halitoza, se recomandă să mestecați pojarăniță, dar nu mai mult de câteva minute.

Efectele terapeutice ale sunătorii

Pojarănița vindecă durerile de cap și îmbunătățește procesele metabolice. Ceaiul de pojarăniță reglează activitatea stomacului și a intestinelor. Este un instrument ideal pentru consolidarea sistemului nervos, fiind un antidepresiv natural. În situații de criză este util să bei 3-6 cești de ceai de pojarăniță.

Modificările dispoziției condiționate hormonal în timpul menopauzei pot fi tratate cu ceai de sunătoare sau dintr-un amestec în proporții egale de pojarăniță și conuri de hamei.

Copii și adulții care nu se pot concentra li se poate da ceai de sunătoare și melisă. Acest amestec plăcut la gust este perfect pentru micul dejun înainte de școală sau de examen.

6 probleme medicale rezolvate cu ceai de sunătoare

Plata este benefică în gastrite cronice, enterocolite, diaree funcțională,



pielonefrită cronică, glomerulonefrită, cistită și inflamația prostatei, artrită.

Pojarănița este eficientă în tratamentele pentru ulcer gastric și ulcer duodenal, colită ulcerativă, maladii ale ficatului și vezicii biliare (dischinezia vezicii biliare, colelită, litiază biliară, hepatită acută și cronică).

Pojarănița tratează de asemenea boli specifice femeilor precum amenoree, menstruații grele, vaginită.

Rădăcinile plantei sunt utilizate în tratamentul pentru tuberculoza oaselor și dizenterie.

Text selectat și adaptat de Ioan A.

Budincă de brânză cu gem și ciocolată



Ingrediente:

250 g de brânză dulce, cremoasă de vacă, 200 ml de lapte, 1/2 budincă de frișcă, circa 20 g de unt, o lingură de frișcă pentru gătit, gălbenușul unui ou, 3 linguri de zahăr, un plic de zahăr vanilat, un borcan de gem sau compot de căpșuni, zmeură, cireșe, coacăze roșii, eventual cremă de ciocolată, sau fructe proaspete în gelatină.

Mod de preparare:

Se prepară budinca după rețeta de pe ambalaj, doar cantitatea de lapte și de zahăr vor fi cele menționate mai sus, apoi se răcește amestecând. Brânza se sfărâmă, se amestecă cu untul, frișca, gălbenușul și zahărul vanilat, apoi se

adaugă și budinca și se amestecă cu un blender (sau cu mixerul la turație mare), până când se obține o compoziție omogenă, păstoasă, aproape spumoasă. Se așează în cupe sau boluri, fie stratificat cu gemul, compotul, ciocolata, sau fructele proaspete, peste care se toarnă siropul cu gelatină, fie doar ornat cu acestea, după care se ține o oră - două la frigider. La servire se mai poate orna cu spumă de frișcă, frunză de mentă, ciocolată răzuită, sau chiar cu fructe proaspete.

Papricaș de ciuperci



Ingrediente:

500 g de ciuperci, o ceapă, 4-5 linguri de ulei, o jumătate de ardei gras sau o lingură de pastă de ardei, 2 linguri de făină, 200 g de smântână, sare, piper, boia de ardei, bază pentru mâncăruri (delicat de casă), 200 g făină de porumb.

Mod de preparare:

Ceapa tăiată mărunt și jumătatea de ardei, tot la fel, mărunțit se căleşte în ulei. Dacă se folosește pastă de ardei, acesta se adaugă după ce ceapa devine sticloasă, apoi se adaugă ciupercile cu-

rățate, spălate și feliate și se călesc și acestea. Se condimentează după gust, se presară cu făina, se amestecă bine, apoi se stinge cu puțină apă, se amestecă până la omogenizare, iarăși un pic de apă, până când se obține consistența dorită. Smântâna se amestecă, treptat, cu câteva linguri din zeama papricășului, apoi se toarnă în oală și se mai fierbe puțin, amestecând. Între timp se fierbe și mămăliga și se servește caldă, ornată cu frunze de pătrunjel, cu felii de roșii, sau cu puțină smântână.

Sunătoarea se culege la începutul înfloririi sau atunci când mugurii doar încep să apară. Perioada inflorescenței durează din iunie până în august. Se usucă la umbra, sub o streășina sau în pod - pe material textil sau hârtie.

În trecut, oamenii aruncau crenguțe de sunătoare în apa pe care o luau din surse neverificate. Ei spuneau că astfel se previne dizenteria. Pentru a elimina halitoza, se recomandă să mestecați pojarăniță, dar nu mai mult de câteva minute.

Ciorbă de varză cu piept de pui



Ingrediente:

O varză de circa 800 g, un piept de pui dezosat și fără piele, 2 bucăți de ardei gras, o ceapă mai mărișoară, 4-5 bucăți de roșii sau 500 ml de bulion, o legătură de mărar, sare, piper, bază pentru mâncăruri. Se pot adăuga și zarzavaturi, după gust.

Mod de preparare:

Pieptul de pui se feliază, se condimentează cu puțină sare și piper și se prăjește la grătar, apoi se taie cubulețe și se pune la fiert în circa doi litri de apă ușor sărată. Varza se curăță și se taie fâșii înguste, la fel se va proceda și

cu ardeii, precum și cu ceapa. Roșiile se taie cubulețe mărunte. Carnea de pui, după ce apa dă primul clocot, se fierbe circa 7-8 minute, nu mai mult, după care se adaugă mărarul, varza, ardeii și ceapa. Dacă doriți să folosiți și zarzavaturi, acestea se mărunțesc și se pun la fiert odată cu carnea. Se condimentează după gust, iar supa se fierbe, până când toate ingredientele se vor înmuia. Roșiile sau bulionul se adaugă cu 5-10 minute înainte de a se lua de pe foc, când varza este deja aproape fiartă. Se servește cu ardei iute, sau eventual cu smântână.

Salată de mozzarella și ton



Ingrediente:

O salată ice, o conservă de ton în ulei, sau 6-8 bucăți (circa 100 g) de file de ton afumat (după gust), o ceapă roșie mică, 200 g mozzarella, sare, ulei de măsline, circa 100 g de roșii mici, eventual câteva boabe de măsline.

Mod de preparare:

Salata se spală și se rupe cu mâna (nu se taie cu cuțitul!) bucăți mărunte. Ceapa se taie felii subțiri, sau preferabil rondele aspectuoase și se amestecă cu

salata, se pune puțină sare și se stropește cu ulei de măsline. Se pune pe o farfurie, apoi pe acest pat de salată se va așeza mozzarella, peștele și roșiile tăiate, dar dacă doriți, ingredientele se pot și amesteca. Se poate orna cu măsline, ouă fierte, crutoane, sau diverse figurine confecționate din legume. Se servește cu pâine prăjită sau cu chifle cu semințe de dovleac sau de floarea soarelui.

Rubrică realizată de Eva Laczko

Vedeta oricărei petreceri este rochia-furou! Semnele caracteristice sunt bretelele subțiri, decolteul în V, decorul din dantelă și țesăturile ușoare. În acest sezon, se adaugă imprimeuri și chiar străluciri sub formă unor paiete satinatate și holograme. Această rochie sugerează strângerea părului într-un coc elegant sau babette francez și punerea unor cercei lungi care cad pe umeri.

MODĂ

Rochii de seară în vogă pentru vara 2018

Putem vorbi la nesfârșit despre rochiile de seară, dar ce spun tendințele la modă din sezonul primăvară-vară 2018? Primăvara ca întotdeauna este dominată de țesături ușoare precum mătasea, sifonul, plasa și dantela, care te fac să te simți cât mai confortabil și mai lejer.

Compoziții florale

Datorită imprimeurilor vegetale și aplicațiilor voluminoase, rochiile de seară la modă în primăvară-vara anului 2018 se transformă în grădini de flori reale! Ceea ce este destul de natural, pentru că cuvântul ce caracterizează sezonul este lejeritatea. Nicio greutate, doar culori pastelate și țesături translucide. Drept completare pot fi folosite accesoriile precum agrafe cu flori miniaturale în par, bijuterii cu perle și pantofi în nuanțe nude.

Roz

Culoarea de bază a stilului Baby Doll este din nou în tendință! Și nu fără alte elemente caracteristice precum fuste tutu, volănașe mari și bibelouri. Acordați o atenție deosebită celor mai relevante nuanțe ale sezonului – dahlia roz înflorit și lavandă roz. O paletă dulce de nuanțe de șerbet se amestecă cu violet, creând o combinație neobișnuită. Cu ce poate fi completat lookul? Cu strălucire aurie și argintie sau tendința din această primăvară – accesoriile transparente.

Stofe fine

Probabil, prima asociere care apare la gândul unei rochii de seară sunt țesăturile de mătase ușoare. Acum, designerii refuză să ascundă ceva: materialele translucide arată ca un indiciu subtil al prezenței unei rochii. În ceea ce privește accesoriile – alegeți coliere, brățări și curele largi, cu cristale multicolore.

Decolteu adânc

Printre preferatele designerilor încă se mai găsesc decolteurile în V, însă ei nu se limitează doar la ele. Decupajele sub formă de trapez, oval și asimetric ajung la mijlocul taliei – și aceasta nu este limita! Acolo ele sunt întâmpinate de curele largi colorate și draperii contrastante. Stilul clasic va dilua despicătura diagonală de la șold a fustei, iar țesăturile ușoare pot fi înlocuite cu piele și chiar piele.

Stil lenjerie intimă: bretele subțiri

Vedeta oricărei petreceri este rochia-furou! Semnele caracteristice sunt bretelele subțiri, decolteul în V, decorul din dantelă și țesăturile ușoare. În acest sezon, se adaugă imprimeuri și chiar străluciri sub formă unor paiete satinatate și holograme. Imaginile de pe țesătură poate fi abstracte, vegetale (care sunt deosebit de relevante în această primăvară) sau buline clasice. Această rochie sugerează strângerea părului într-un coc elegant sau babette francez și punerea unor cercei lungi care cad pe umeri. Pentru ca rochia-furou să



nu trădeze adevărata destinație, aveți grijă la accesoriile, optând pentru pantofi stiletto cu toc cui și poșetă minaudiere (un element nelipsit al toaletei de seară).

Despicături înalte

De regulă, pentru ieșirile de seară alegem lungimea maxi, totuși, uneori am vrea să ne arătăm picioarele suplă și frumoase, în special când avem ce arată. Dacă dress code-ul impune anumite reguli, atunci există o soluție, despicătură diagonală, care dezgolește în totalitate piciorul din zona coapsei. Astfel de modele se privesc frumos în mișcare, și în plus mai este și un mod minunat de a vă arăta noile sandale.

Insertii de contrast

Una dintre inovațiile din sezonul vara 2018, pe care mulți designeri le-au pus în aplicare, este inserția de contrast, care pare să interfereze cu culoarea principală a rochiei. Poate fi făcut din material diferit după textură, poate

avea un imprimeu aprins (ideea de pe podium este un ornament de batista) sau poate fi chiar în schemă de culoare opusă. Deci, negrul conservator este combinat cu albastrul cerului, piersicul delicat cu galben, iar argintul – cu culoarea valurilor marii.

Geometria decupajelor

Nicio idee generală de parcă cineva a luat o foarfecă și a tăiat în secret o rochie de mătase! Asimetria în sezonul primăvară-vara 2018 este doar binevenită, astfel încât rochiile dobândesc forme foarte ciudate, dezgolind în mod misterios corpul. Despicături și tăieturi, bretele împletite original și inserții de guipure – cu cât sunt mai multe, cu atât mai interesant și original pare chiar și cel mai simplu model.

Rochii transparente

În sezonul primăvară-vara din 2018 modestia în mod evident nu-și are locul! Și această regulă funcționează cu adevărat – țesăturile devin mai

ușoare, textura este mai delicată, iar părțile închise ale corpului devin din ce în ce mai puține. În mod rezonabil, bineînțeles. Aveți un corp de invidiat? Nu ezitați să demonstrați acest lucru, folosind rochiile de sifon translucid și lenjerie în stil vintage – pantaloni scurți și bustieră. Fuste plisate, decor sub formă de lurex, un număr mare de bibelouri și numeroase volănașe sunt tovarășii fideli ai unor astfel de modele!

Fuste voluminoase

Astfel de rochii nu au rămas în secolele trecute ci au reușit să păstreze popularitatea și în noul sezon. La urma urmei, din copilărie visam la cea mai pufoasă rochie, că a prietesei din desene animate celebre și cele mai mari fundițe.

Acum visele pot fi transpuse în realitate! Fuste impresionante de pufoase și trene infinite, corseturi și bra fără bretele formează ținuta ideală pentru o călătorie în poveste.

Model halter

Și din nou ne întorcem la corsetul în stil "halter" de la costumele de baie, cu legături la gât. Forma trapezoidală a corsajului fixat și fusta până la podea sunt practic cel mai răspândit model de rochie de seară. Pentru a dilua monotonia, adăugați imprimeuri interesante și texturi de țesături, inserții din piele și sclipici. Acest stil va fi întotdeauna adecvat, mai ales dacă vă pregătiți pentru o recepție oficială cu un dress code black tie: apoi acționați în favoarea culorilor conservatoare, dar optați pentru cel mai înalt toc!

Bustieră

O altă parte a stilului de lenjerie intimă este corsetul, care arată că o bustieră în combinație cu fustă-tutu în aceeași nuanță (după exemplele din colecția Dior). Această ținută poate fi potrivită nu numai pentru o ieșire de seară, ci pentru orice petrecere cocktail. O astfel de rochie necesită accesoriile cu adevărat feminine: clutch de seară miniatural și cele mai subțiri tocuri cui!

DIETĂ

Pastilele pentru slăbit conțin adesea substanțe precum ceaiul verde, cafeina și guarana care pretind că au proprietăți stimulante "naturale". Cafeina poate provoca temporar arderea calorilor, dar acest lucru nu înseamnă că vei pierde mult în greutate. Efectele sunt mici și temporare, iar toleranța la cafeină tinde să se dezvolte cu folosirea regulată.

Cele mai cunoscute pastile de slăbit

Atunci când mănânci, pancreasul produce enzime care descompun grăsimea din alimente, astfel încât duodenul să poată absorbi substanțele nutritive. Medicamentele pentru slăbit vor împiedica acest proces al descompunerii și, implicit, absorbția substanțelor nutritive, ajutându-te fie să te menții sătul pe parcursul unei perioade mai lungi de timp, fie efectiv să elimini constant alimentele din organism, fără ca acestea să aibă timp să fie digerate.

Află care sunt cele mai cunoscute tipuri de pastile pentru slăbit, cum acționează asupra corpului, ce anume conțin acestea și care pot fi reacțiile adverse!

Pastile de tip orlistat

Cel mai popular medicament de acest tip este numit orlistat, un inhibitor competitiv al lipazelor (enzimele care descompun grăsimea din alimente). Orlistatul împiedică enzimele produse de pancreas să-și facă treaba.

Nu trebuie să reduci cantitatea de alimente pe care o consumi în timp ce administrezi orlistatul, dar cu cât consumi mai puțină grăsime, cu atât mai puține efecte secundare vor apărea. Unul dintre efectele secundare cel mai frecvent raportate este scaunul uleios, care, în esență, reprezintă toată grăsimea pe care corpul tău nu a absorbit-o. Atenție! Corpul va avea probleme în a absorbi nu doar grăsimea, ci și alte substanțe nutritive, cum ar fi vitamina A, vitamina D, vitamina E și vitamina K. Sunt voci care spun că acest tip de pastile poate fi utilizat pe o perioadă lungă de timp, în combinație cu dieta și exercițiile fizice. Pierderea în greutate cu orlistat s-a dovedit a fi cu 50% mai eficientă decât pierderea în greutate sub influența unui medicament placebo.

Laxativele

Alte medicamente pentru slăbit care încearcă să facă un lucru similar sunt laxativele. Acestea încearcă să elibereze scaunul din sistem și să mărească frecvența utilizării toaletei. Ideea de bază a laxativelor se învârtă în jurul faptului că timpul de absorbție a alimentelor ingerate va fi mult mai mic. Cu toate acestea, ele nu vizează în mod specific grăsimea din alimente. Greutatea pe care o vei pierde este în mare parte apă - și efectele secundare pot fi foarte dureroase. Abuzul de laxative, în cazul în care ele sunt utilizate frecvent în încercarea de a pierde în greutate, poate duce la deteriorarea permanentă a colonului și deshidratare severă, care poate fi, în cele din urmă, fatală.

Pastile de slăbit care oferă sațietate

Atunci când suntem sătui, intestinele vor trimite mesaje către creier, astfel încât să știm să nu mai mâncăm. Această stare, cunoscută sub numele de sațietate, este complexă, implicând hormoni și alți factori fiziologici. De exemplu, când mâncăm suficient, intestinele eliberează un hormon numit leptină, care semnalează creierului că putem să nu mai mâncăm pentru moment. Acești hormoni, însă, pot fi ate-



nuai de alți factori fiziologici, psihologici și de mediu. Drept urmare, au fost create și o serie de pilule pentru slăbit care au rol de menținere a senzației de sațietate pentru o durată mult mai lungă de timp. De cele mai multe ori, aceste pastile sunt făcute dintr-un extract de alge marine. Substanțele din această compoziție își măresc volumul atunci când ajung în stomac, ajutându-te să te simți sătul.

Pastile de slăbit care acționează la nivelul creierului

Alte pastile pentru slăbit lucrează direct la nivelul creierului, mai degrabă decât la nivelul intestinelor. Sibutramina este un medicament care a fost inițial dezvoltat ca un antidepresiv. El crește concentrația de serotonină și noradrenalină în creier prin faptul că nu le permite să fie reabsorbite de către neuronii care le-au eliberat. Un efect secundar al acestui lucru este apetitul suprimat. Acest medicament a fost retras în 2010 din cauza unei incidențe ridicate a atacului de cord și a accidentului vascular cerebral.

Pastile de slăbit cu substanțe stimulante

Pastilele pentru slăbit conțin adesea substanțe precum ceaiul verde, cafeina și guarana care pretind că au proprie-

tăți stimulante "naturale". Cafeina poate provoca temporar arderea calorilor, dar acest lucru nu înseamnă că vei pierde mult în greutate. Efectele sunt mici și temporare, iar toleranța la cafeină tinde să se dezvolte cu folosirea regulată.

Pastile de slăbit cu fibre

Produsele care conțin extracte din alimente cu fibre cum ar fi broccoli, spanac, afine, usturoi, germeți, roșii și soia au fost utilizate de unele companii pentru a ajuta la procesul de pierdere în greutate. Papaya și ananasul sunt uneori incluse de asemenea, ca urmare a enzimelor digestive, deși acestea nu au nimic de-a face cu pierderea în greutate propriu-zisă. Extractele din alimentele enumerate anterior sunt utilizate ca urmare a bogăției în fibre a acestora. Fibrele sunt cunoscute pentru rolul lor în pierderea în greutate, fiind considerate carbohidrați pe care corpul uman nu îi poate digera, eliminându-i ulterior. Conform site-ului csid.ro, fibrele au de asemenea rolul de hrănire a florei intestinale - ceea ce ajută corpul în mai multe moduri (de la controlul greutății până la echilibrarea zahărului din sânge, controlul imunității și funcționarea corespunzătoare a creierului).

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®
LABORATORIES LTD

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 725 101, Mobil: 0720 047 485
Webshop: www.atomedicalvest.ro
E-mail: webshop@atomedicalvest.ro
Comenzi telefonice:
+40-0731-353-207, +40-259-236-385

Sculptura lui Aurel Popp

Volumul apare
cu susținerea
Consiliului
Județean Satu Mare



După restituirea operei picturale, prin apariția unui cuprinzător album de artă, apărut anul trecut la prestigioasa editură RAO, anul acesta apare un nou volum cuprinzând lucrările de sculptură, ceramică, arhitectură, arte aplicate.

Cunoscut ca pictor, Aurel Popp a fost unul dintre cei mai prestigioși sculptori din perioada interbelică. A realizat două mari proiecte pentru Monumentul Unirii, unul pentru Sibiu, altul pentru București. A realizat un monument închinat ostașilor căzuți în primul război mondial, amplasat la Lipova. În Timișoara a transpus în bronz două mari figuri istorice, I.G. Duca și Armand Călinescu.

Aurel Popp a realizat și proiecte arhitecturale

Sculptura de gen este bine reprezentată și în cadrul expoziției permanente de la Muzeul de artă Satu Mare.

Reprezentant de seamă al sculpturii monumentale, Aurel Popp a realizat și proiecte arhitecturale. Lui i se datorează proiectul de mobilier de la Catedrala Greco-Catolică Sfinții Arhangheli Mihail și Gavril, dar și de la capela familiei de pe strada Botizului. A făcut un proiect pentru parcul din centrul vechi al Sătmăruului, proiect de care ar fi trebuit să se țină seama la refacerea acestui parc.

A fost unul dintre primii ceramiști din România, lucrând împreună cu prietenul său, pictorul Nicolae Tonitza precum și cu alți colegi de breaslă.

Prodigioasa activitate a unui artist polivalent este scoasă în evidență de noul volum cuprinzând reproduceri ale monumentelor, sculpturilor, schițelor, diverselor proiecte care întregesc opera unui mare creator.

Realizând proiectul unui fabulos Monument al Unirii, volumul doi al operei lui Aurel Popp este dedicat Centenarului. Volumul apare cu susținerea Consiliului Județean Satu Mare.



Schiță pentru Monumentul Unirii de la Sibiu



Revista Taberei Naționale de Matematică, Satu Mare 2018

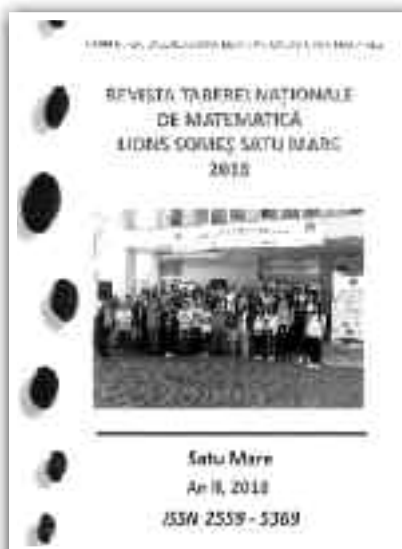
Informația Zilei

COMUNICAT al Club Lions „Someș” privind conținutul

Revistei Taberei Naționale de Matematică SATU MARE ed. II – a 2018

Dragi sătmăreni, sponsori și simpatizanți, trecuți prezenți și viitori ai Programelor/activităților Clubului Lions „SOMEȘ” Satu Mare desfășurate în folosul comunității, ne simțim datori să vă prezentăm date noi asupra evenimentului de vacanță desfășurat în Municipiul Satu Mare la Liceul Teoretic German „Johan Ettinger”: Tabăra națională de Matematică ed. a II-a 2018 și să facem adăugirile ce se cuvin față de cele apărute deja în presă.

Ne vine în ajutor informal „Revista taberei naționale de matematică Lions



„Someș” Satu Mare 2018” apărută cu efortul colectivului alcătuit din prof. Călin Dura coordonator de revistă, prof. dr. Valerica Doina Muntean – redactor șef, prof. dr. Ovidiu T. Pop – consilier științific și prof. Maria Reiz – redactor, director al Liceului gazdă (și vicepreședinte I Lions) și putem să tragem câteva noi concluzii legate de succesul deosebit al programului.

1. Față de profesorii enumerați în informațiile anterioare și anume: Marciuc Daly, Cziprok Andrei, Manea Cosmina, Tămiiian Traian, șteț Anca, Pop Virgil, Koczinger Eva, Cuibuș Nicoleta, Matyas Beata, Lupou Agota, Popescu Manuela, Braica Petru, Popescu Călin, Guț Cristina, Bud Adrian și Nicoleta Cherecheș au mai contribuit și alți profesori alăturați pe parcurs: prof. dr. Muntean Valerica-Doina, prof. dr. Ovi-

diu T. Pop, prof. Cosma Gerogeta, prof. Onciu Camelia, prof. Amati Rozalia, prof. Sirbu Holzli Iulia, prof. Butean Marius, prof. Jurge Raluca, prof. Botez Eva, prof. Matyas Luminița, prof. Kuki Zsolt și prof. Graur Maria.

2. Au mai contribuit la cele necesare ca însoțitori, 4 elevi ai Colegiului Național „Ioan Slavici: Fazecaș Dariana cls. a X-F, Bulgăre Andrea cls. a X-F, Madas Alexandra cl. a XI-G și Pribilean Mădălina cls. a XIG.

3. Vom adăuga și contribuția unui număr de 20 de participanți în echipa de organizare a Inspectoratului Școlar Județean Satu Mare în frunte cu prof. Durla Călin Inspector școlar General.

Drept urmare, cei 40 de elevi din 12 județe ale țării s-au bucurat la Satu Mare de supraveghere, îndrumare, pre-

zentare de expuneri (28 de teme) concursul final individual și activități de recreere timp de o săptămână, pe cheltuiela Clubului nostru, din partea a 30 de profesori, 6 însoțitori și 20 de membri ai echipei de organizare a I.S.J. Satu Mare, (adică, 56 la 40, mai mult decât 1 cadru la un elev).

Le mulțumim tuturor participanților, activiști și beneficiari, deopotrivă și le aducem informația de mare valoare privind preocuparea noastră de a da acestei tabere, în cursul anului viitor, caracter INTERNAȚIONAL. Sperăm că vom găsi înțelegerea și acceptul Districtului dar și sugestiile celor care au câștigat experiență din cele petrecute.

Purtător de cuvânt și responsabil media
Horia-Adrian Ungur

DEZVOLTARE PERSONALĂ

Atitudinea, sita prin care cernem tot ce se petrece în jur

Se spune că atitudinea este totul. Practic, atitudinea este sita prin care noi percepem tot ceea ce se petrece în jur. Cu alte cuvinte, sunt oameni optimiști care văd partea plină a paharului și pesimiști care văd partea goală a paharului.

Pesimiștii sau negativiștii rămân oarecum blocați în a vedea problemele în sine, fără ca măcar să caute o rezolvare. Optimiștii sunt opusul lor, adică sunt oamenii pozitivi care nu stăruie asupra problemei, oricât ar fi ea de grea, ci se concentrează pe găsirea unei soluții. Un negativist se va lovi mereu de limite, pe când un om pozitiv va vedea tot timpul posibilitățile care sunt. Dacă pesimistul e concentrat pe ceea ce îi lipsește optimistul e împăcat cu ceea ce are.

Asta înseamnă atitudinea. Un om cu atitudine are succesul aproape garantat. Asta nu înseamnă că nu va munci pentru a-l obține. O va face, dar concentrându-se pe soluții și fiind împăcat și recunoscător pentru calitățile ce le are. Nu degeaba spun specialiștii

că noi, oamenii, devenim ceea ce credem că vom deveni. Și totul începe din copilărie. La un moment dat, totul prinde contur. Depinde de gândurile ce ne poartă.

O atitudine pozitivă în viață ne va ajuta mult mai mult decât una negativă. Atitudinea pozitivă înseamnă capacitatea de a munci pentru a depăși orice obstacol, acțiunea în sine.

O atitudine negativă e chiar contrariul. Negativistul nu vrea nici măcar să înceapă bătălia, cu ghilimelele de rigoare. Stă cuminte în banca lui, resemnat că nu va reuși să o câștige. În timp se înmulțesc frustrările și gândurile negative îl acaparează.

Și, în încheiere, e bine să reținem faptul că nu trebuie să ne plângem din cauza problemelor noastre. Nu! Să găsim soluții pentru a le rezolva, da! Să ne plângem, nu.

Ce se întâmplă când spunem tuturor necazurile? Le hrănim și creștem atitudinea negativă în fața lor. Nu există probleme fără rezolvare, totul depinde de atitudinea noastră.

Gândirea pozitivă duce la îmbunătățirea calității vieții

Oamenilor le face o mai mare plăcere să discute despre lucruri pozitive decât despre lucruri negative. De ce se întâmplă asta? Pentru că gândurile pozitive atrag ca magnetul atitudinii pozitive. Gândurile au o mare putere, iar când o aplicăm pe cea a gândurilor pozitive putem avea parte de surprize pe măsură.

Nu e de mirare și știm deja în clipa de față cu toții că un gând este o formă de energie care produce rezultate. Mintea noastră este foarte puternică și ne poate ajuta tot timpul să ne îmbunătățim calitatea vieții.

Schimbarea stă în puterea noastră

Mahtama Ghandi spunea că omul e produsul gândurilor lui. Asta ar trebui să ne dea de gândit. E nevoie doar să devenim conștienți de puterea pe care o au gândurile noastre și emoțiile noastre în același timp. Gândurile noastre reprezintă fără doar și poate o forță, o forță care ne poate aduce fericire sau, dimpotrivă, neceaz. În momentul în care ne dăm seama de asta putem trece la următorul pas, și anume la amplificarea gândirii pozitive, indiferent ce anume ne dorim. Ținta este aceeași: să ducem o viață mai bună, mai frumoasă, iar schimbarea stă tocmai în puterea noastră.

Cum ne pierdem energia cu gânduri mărunte și emoții negative

Specialiștii au ajuns la concluzia că din păcate foarte mulți oameni își pierd



energia cu gândurile mărunte și emoțiile negative. La toate acestea se adaugă energia de fond, mentalul colectiv, energie dată de oameni cărora le place să se plângă. La polul opus sunt cei pozitivi, cei care văd partea pozitivă în orice obstacol. Când ne propunem să facem o schimbare în viață, gândurile au puterea să ne ajute. Desigur, vom întâmpina blocaje, dar nu ne vom lăsa pradă lor, ci vom amplifica energia gândurilor pe care ni le dorim cu adevărat. Indiferent de ce ne dorim, totul pornește din mintea noastră. Ne com focaliza asupra gândului dorință și îi vom atașa emoții pozitive intense pentru a-i crește puterea energetică.

Oamenii se gândesc în majoritatea timpului la datorii, plata facturilor și alte probleme

Nu e simplu să facem asta pentru

că în majoritatea timpului petrecut gândindu-ne la ceva, ne gândim la problemele ce le avem, la știri fel de fel, la datorii, facturi și în foarte puțin timp ne gândim la obiectivul ce ne-am propus să îl atingem. Aici apar problemele, mai ales că nu am prea fost educați de mici să ne concentrăm pe ceea ce ne dorim, ci doar pe ceea ce "trebuie". În mod normal, când ne dorim ceva cu adevărat, trebuie să fim conștienți că suntem capabili să obținem. Asta indiferent ce ne spun cei din jur, pentru că de descurajat un om este foarte ușor să o facem. Astfel că, indicat ar fi să nu spunem tuturor celor ce îi întâlnim ce obiective avem. Mergem aici zicala "tace și face". E cea mai sigură cale spre atingerea obiectivelor. Amplificarea puterii gândurilor pozitive ține numai de noi. Cu aceste gânduri adormim, cu ele ne și trezim. Și rezultatele nu vor întârzia să apară.

A sosit momentul să ne facem puțină ordine în viață!



Ați auzit de o mie de ori probabil că a sosit momentul să vă faceți ordine în viață. Nu putem folosi nici aspiratorul, nici mătura, nici cârpa de șters praf. Ce înseamnă să îți faci ordine în viață? De unde începi?

În ultimii ani, de când cu rețelele de socializare, ați avut ocazia să vedeți că unii prieteni din listă postează că se apucă de curățenie în propria lor listă de prieteni. Probabil asta și încercă, să își mai facă puțină ordine în viață.

Analiza mai mult sau mai puțin profundă a aspectelor vieții ce o trăim

Decizia de a face ordine în viață vine numai în anumite momente și mai mult ca sigur după o analiză mai mult sau mai puțin profundă a aspectelor din viața noastră. Nu e ușor de luat tocmai pentru că presupune multă analiză, ori poate e plăcut să ne vedem calitățile, dar tare neplăcut e să stăm față în față cu defectele, cu regretele, cu dorințele pe care simțim că nu le putem îndeplini. Și atunci ce facem? Ne punem puțină ordine în gânduri, le aranjăm pe categorii, gânduri mai vechi, mai noi, dorințe împlinite, neimplinite, vise, speranțe năruite și așa mai departe.

Și pe gânduri se așează praful...

Făcând ordine în viață, sortăm de fapt aceste gânduri în primul și primul rând. E clar că de șters nu vom putea șterge mai nimic, dar cel puțin avem o ordine și știm că dintotdeauna ordinea a însemnat echilibru. Pasul următor este să ne aplecăm mai mult asupra a tot ceea ce înseamnă pentru noi familie și îndatoriri casnice. Petrecerea a cât mai mult

timp în natură ajută mult. Ieșirile se pot face cu toți membrii familiei. Pot fi chiar amuzante. Pentru asta, telefoanele și tabletele trebuie excluse din peisaj.

Să facem cadouri, să ieșim cu prietenii, să ne reorganizăm

Putem face ordine în viață devenind optimiști. În acest sens, specialiștii ne recomandă să facem cât mai multe surprize, inclusiv cadouri, fie ele cât de ne semnificative financiar. Dăruind ne simțim și noi mai bine. Recomandată este și distracția, ieșirile cu prietenii în cluburi. O noapte de dans face minuni. Când ne facem ordine în viață, facem chiar ordine. Am putea încerca să ne reorganizăm timpul în așa fel încât să ne ajungă pentru tot ceea ce ne dorim. Ne place munca mult de tot? Foarte bine, ne ajung în mod normal 10 ore de lucru pe zi, dacă opt sunt prea puține. Și tot ne mai rămâne timp pentru noi.

Putem citi o carte în parc, nu acasă în dormitor, putem ieși la alergat, putem merge prin magazine. Sunt multe metode de a ne relaxa, în funcție de temperamentul pe care îl avem fiecare.

Ieșire din zona de confort spre schimbarea dorită

Ideea principală este că trebuie să ne simțim mult mai deschiși la tot ceea ce e în jur, să ieșim din zona noastră de confort și să ne concentrăm pe această ordine pe care o facem în viața noastră pentru că din momentul în care am luat această decizie suntem de fapt pregătiți de schimbare. Vrem să facem ordine în viață din anumite motive, cel mai probabil din unele care ne supără.

De-a lungul anilor, standardele de frumusețe s-au tot modificat. La un moment dat era la modă femeia plinuță, apoi femeia slăbuță. Abia acum vorbim de o oarecare normalitate, în condițiile în care sunt la modă femeile normale ca dimensiuni, nici prea grase, dar nici prea slabe.

Se spune că ochii reflectă frumusețea sufletului nostru și în rândurile de mai jos ne vom opri chiar asupra acestui aspect legat de frumusețea interioară. Ce este ea și cum ne dăm seama că vorbim cu un om frumos pe interior.

Când ne acceptăm așa cum suntem, putem spune că ne bucurăm de frumusețea noastră interioară

Fiecare om este unic, iar frumusețea lui vine tocmai din această unicitate. Este normal să avem o reprezentare mentală a corpului nostru. Când aceasta e distorsionată apare dorința noastră de a arăta în alt mod, mai grași, mai slabi etc. Ei bine, dacă trupul îl putem oarecum modela, prin diete, cosmetică și așa mai departe, interiorul e

Totul despre frumusețea interioară



ceea ce reflectă de fapt corpul prin gesturi, atitudine. Când ne acceptăm așa cum suntem putem spune că ne bucurăm de frumusețea noastră interioară și avem o atitudine încrezătoare.

Listă cu toate calitățile ce le avem, întocmită de cei dragi

Sunt foarte mulți oameni care nu sunt exagerat de frumoși la corp, au defectele lor și nici măcar nu încearcă să le ascundă, dar care ne fac să îi iubim, să îi ascultăm cu gura deschisă. Acele persoane parcă ar deține secretul fericirii. Fiecare om are o mulțime de calități. Trebuie să le punem pe primul

plan. Evident că avem și defecte, dar dacă am încerca măcar pentru o zi să nu ne gândim la ele, cum ar fi? Cel mai simplu mod de a afla calitățile ce le avem este să îi întrebăm pe cei dragi despre ele. Dacă ne facem o listă cu aceste calități, observate de cei din jur, am putea rămâne plăcut impresionați. Nu vom căuta contraargumente pentru a contesta ceea ce ne spun alții. Trebuie doar să acceptăm că asta suntem!

Calități care ne fac oameni frumoși în adevăratul sens al cuvântului

O persoană despre care spunem că are frumusețea interioară este una plină de viață și cu zâmbetul la purtător. Persoanele frumoase pe interior sunt persoane frumoase automat și la exterior pentru că prin ochi se vede tot ceea ce au mai frumos de oferit. Să nu uităm că din inimă vine bunătatea, generozitatea, empatia, calități care ne fac oameni frumoși în adevăratul sens al cuvântului. Și, mai mult decât atât, frumusețea interioară nu se ofilește niciodată, în ciuda trecerii anilor. Oamenii care au frumusețea interioară sunt oameni care și-au găsit pacea interioară, simt împlinirea sufletească.

Pagină realizată de Andrei G.

La fel ca și în Delta Dunării, în stufărișul de la Sic își găsesc adăpost o sumedenie de păsări, printre care barza, cufundarul polar (*Gavia arctica*), șorecarul comun (*Buteo buteo*), stârcul cenușiu, presura, buhaiul de baltă, lișița, nagățul, pițigoiiul moțat (*Aegithalos caudatus*), câneparul, lăcarul mare, eretele de stuf, corcodelul mic (*Tachybaptus ruficollis*).

“Delta Clujului”, cea de-a doua mare suprafață acoperită cu stuf de pe teritoriul României

Pe locul întâi se află, evident, Delta Dunării

Stufărișurile de la Sic se află la circa 40 de kilometri de Cluj Napoca și constituie, ca suprafață, cea de-a doua mare zonă acoperită cu stuf din țara noastră. Pe locul întâi se află, evident, Delta Dunării.

La fel ca și în Delta Dunării, în stufărișul de la Sic își găsesc adăpost o sumedenie de păsări, printre care barza, cufundarul polar (*Gavia arctica*), șorecarul comun (*Buteo buteo*), stârcul cenușiu, presura, buhaiul de baltă, lișița, nagățul, pițigoiiul moțat (*Aegithalos caudatus*), câneparul, lăcarul mare, eretele de stuf, corcodelul mic (*Tachybaptus ruficollis*).

Turn construit din lemn, de la înălțimea căruia poate fi admirată această împărăție a stufului

Deși i se spune “Delta Clujului”, la fel ca și în cazul “Deltei Bucureștilor” nu este vorba despre o deltă în toată puterea cuvântului (adică “o formă de relief rezultată din depunerea de măr și de nisip la vărsarea unei ape curgătoare într-un lac sau în mare”, conform definiției de dicționar), ci despre o zonă umedă a luncii râului



Stufărișurile de la Sic fac parte dintre ariile protejate de interes național și constituie o rezervație națională de tip acva-faunistic

Fizeș (unul dintre afluenții Someșului Mic).

Stufărișul de la Sic constituie o zonă constituită atât din mlaștini, cât și

din iazuri, în care se dezvoltă, ca specii vegetale predominante, stuful și papura.

În prezent, vizitatorii au posibilitatea de a cerceta pe îndelete o parte din uriașa întindere de stuf, străbătând puntea lungă de sute de metri. Pe acest traseu, există un turn construit din lemn, de la înălțimea căruia poate fi admirată și mai ușor această împărăție a stufului, cu frumusețile sale.

La ambele capete ale pontonului străjuiește câte un foisor.

Comuna Sic (unde a existat un oraș medieval), de la al cărei nume provine și cel al stufărișului este, la rândul-i, o zonă în care vechile datini încă mai sunt respectate. În această zonă pot fi vizitate o serie de vechi lăcașe de cult, dintre care unele sunt monumente istorice: biserica de lemn “Sf. Arhangheli Mihail și Gavriil”, biserica de lemn „Sf. Ioan Gură de Aur” (construită la 1707), biserica reformată-calvină (ridicată ca biserică catolică, în secolul 13) și biserica mănăstirii franciscane (construită între 1758 și 1795).

Uriașa întindere de stuf de la Sic ocupă zeci de hectare. Stufărișurile de la Sic fac parte dintre ariile protejate de interes național și constituie o rezervație națională de tip acva-faunistic.

Cercetătorii susțin că petele de pe Giugliu din Torino nu au fost lăsate de o persoană răstignită

Giugliu din Torino este una dintre cele mai cunoscute și controversate relicve din lumea creștină. În acesta se consideră că ar fi fost învelit Iisus după răstignire,



mai ales că pe pânză sunt multe pete de sânge considerate a fi ale Mântuitorului, în urma crucificării. Acesta are lungimea de 4,36 m, lățimea de 1,10 m și este alcătuit din fire de in tors manual, iar urzeala este executată tot manual. Pe țesătură apar două amprente: partea din față și cea din spate a unui bărbat neimbrăcat, biciuit și probabil crucificat. Corpul a fost așezat pe spate, pe jumătatea inferioară a giugliului, cealaltă jumătate învăluindu-l pe deasupra.



Materialul prezintă numeroase găuri, în prezent peticite, locuri care se presupune a fi ars la incendiul din 1532, și mai multe pete de apă de la stingerea flăcărilor.

Acum, cercetătorii de la Universitatea din Pavia, Italia, au folosit tehnici moderne de analiză a sângelui de pe giugliu, la fel cum criminaliștii abordează sângele descoperit la locul unei crime. Echipa a simulat fluxul de sânge cu ajutorul unui manechin și al unui voluntar viu, care nu a fost rănit în acest proces. Cercetătorii au efectuat șapte teste de sânge, folosind sânge real și sintetic, dorind să vadă, în funcție de unghiul în care sângele s-ar prelinge de pe un corp uman, dacă acel om ar fi fost răstignit sau nu.

“Acesta este genul de activitate criminalistică făcută tot timpul în investigațiile poliției. Chiar și o persoană răstignită ar trebui să lase pe cârpă un model distinct de sânge, ceea ce ar fi o informație fascinantă pentru noi.

Însă ceea ce am descoperit nu ne face să credem acest lucru. Petele de sânge de pe giugliu, sau mai bine zis locurile unde acestea sunt poziționate nu par a fi făcute de o persoană răstignită. Unghiul de gravitație care ar fi necesar pentru a face modelele petelor de pe giugliu au variat în funcție de partea corpului.

De exemplu, semnele de sânge de pe mână ar sugera că acestea au fost ținute la un unghi de 45 de grade, în timp ce cele de pe antebrațe ar sugera că acestea au fost ținute la un unghi de 90 de grade”, a declarat pentru BuzzFeed News Liverpool, medicul Matteo Borrini.

Dacă oamenii de știință au dreptate, rămâne de văzut...

Pagină realizată de M. Filimon

O companie japoneză dorește să creeze, în 2019, prima ploaie artificială de meteoriți deasupra Terrei

Pentru a vedea o ploaie de meteoriți, trebuie să ne trezim în mijlocul nopții, să mergem în locuri departe de luminile orașului și să ne rugăm să avem parte de un cer senin. În curând, nu o să avem nevoie decât de bani pentru a vedea acest spectacol oferit de Univers. O firmă japoneză, numită Astro Live Experiences (ALE), susține că va lansa primul său satelit în 2019, care va crea ploi de meteoriți artificiali la cerere, pentru evenimente mari sau pentru capriciile celor mai bogați oameni de pe planetă.

Deși ALE nu a stabilit un preț specific pentru fiecare eveniment, BuzzFeed News sugerează că fiecare ploaie de meteoriți va costa câteva milioane de dolari.

Potrivit CNN, “meteoriții” vor fi de fapt niște mici bile metalice care vor arde pe măsură ce vor intra în atmosfera terestră. Bilele, care vor avea un diametru de 2 cm, vor dezvolta, la arderea în atmosferă, culorile portocalii, albastru sau verde.

Riscul pentru apariția unor incidente nedorite este destul de mare

Totuși, experții avertizează faptul



Ploile false de meteoriți ar putea afecta sateliții de spionaj, a căror poziție nu se cunoaște pe orbita terestră

că o astfel de ploaie falsă de meteoriți ar putea amenința ceilalți sateliți aflați pe orbita terestră.

“Îi salut pentru inteligența și expertiza lor tehnică, dar dintr-un punct de vedere tehnic, nu este o idee grozavă să realizezi spectacole false de meteoriți. Unele lucruri trebuie lăsate așa cum sunt.

Ploile false de meteoriți ar putea afecta

sateliții de spionaj, a căror poziție nu se cunoaște pe orbita terestră. Orbita Pământului este foarte aglomerată și va fi și mai aglomerată în viitor.

SpaceX intenționează să trimită un număr mare de sateliți pentru a oferi servicii de internet pe întreg globul. Există, de asemenea, rachetele de mare viteză și avioanele spațiale pe care companiile intenționează să le umple cu

turiști și sateliții forțelor militare care sunt folosiți pentru acțiuni de spionaj.

Dacă ne gândim că mii de bile de metal trebuie să mai treacă printre cele 500.000 de bucăți de gunoaie spațiale care orbitează deja planeta noastră, riscul pentru apariția unor incidente nedorite este destul de mare”, a declarat astronomul Universității din Michigan, Patrick Seitzer, pentru BuzzFeed.

Peste 200.000 de oameni au petrecut cinci zile de neuitat la Electric Castle Festival



Electric Castle este primul festival din România care a mutat muzica electronică și suntele live ale concertelor pe scenele indoor sau în aer liber ale unui castel. Încă de la prima ediție, din 2013, festivalul a fost nominalizat în fiecare an în finala European Festival Awards la categoria "Cel mai bun festival de mărime medie", alături de nume cu tradiție în Europa.

Peste 300 de artiști și 210.000 de petrecăreți au umplut, timp de cinci zile, domeniile castelului Banffy din Bonțida, cu prilejul ediției din acest an a festivalului Electric Castle. Vremea a ținut cu iubitorii de muzică. Deși aceștia se așteptau la precipitații considerabile pe toată perioada Festivalului și s-au echipat cu cizme și pelerine, iată că ploaia și-a făcut loc doar pe parcursul primei seri.

Probabil cel mai emoționant moment al festivalului s-a petrecut în ultima seară când superstarul Jessie J și-a cedat locul pe scenă, timp de câteva minute, pentru Adalia, o fetiță de 10 ani din Cluj Napoca. Aceasta se afla în

primul rând când artista a invitat-o pe scenă și i-a permis să aleagă orice piesă din repertoriul ei, pe care să o cânte împreună. "Masterpiece" a fost alegera micuței fane, iar piesa a fost interpretată în uralele a peste 30.000 de oameni.

Rând pe rând, muzica de pe cele 9 scene s-a oprit până dimineață, sutele de oameni rămași aici fiind hotărâți să trăiască festivalul până în ultima clipă, înainte de o pauză de un an până la ediția viitoare.

Ultimele beat-uri s-au auzit luni la ora 10.00, participanții grăbindu-se să prindă autobuzele ce îi așteptau pe cei mai fideli fani ai festivalului. Ultimii petrecăreți au plecat spre case, cu promisiunea că se vor întoarce anul viitor.

Programul artistic

- Miercuri, 18 iulie - Delinquent Habits, Damian Marley, Class, Vunk "Best of Vunk", Danny Howard, Jaminshoes, Gopo, Barna, Ahe, Baco 45, Jaheyo, Grim Ex, Beatjunkz, Slimrocka, Volt, Smoothnoise, Missile, Alex Metric, IV-IN, Mihigh, KD Chriss, Paul K, Aldaris, Chocolate, Corvin
- Joi, 19 iulie - The Last Internationale,

JP Cooper, Wolf Alice, Icona Pop, Netsky, Digitalove At Elrow, Tini Gessler At Elrow, Groove Armada At Elrow, George Privatti At Elrow, Nastia At Elrow, Baby Elvis, White Walls, Agent Fresco, ST Germain, Yonaka, Digitalism, Alison Wonderland, DWLS, Băiatu' de la Parter, Socol, Dex, Karak, Nopame, Buscemi, Random Brandon, Cristu, Kashlinski, Technimatic, Spectrasoul, Eyescream, Sauce & K-Lu, Vlad Dobrescu, Zo, Ninjabreakz, Kris Kross Amsterdam, Adam Dolph, Manki, Vincent Iulian, Dan Andrei, Petre Ispirescu, Forma, DNU, Andy H, Displace

- Vineri, 20 iulie - Omul cu Șobolani, Bury Tomorrow, Dub Pistols, Son Lux, Mura Masa, Bully, ARPXP, FD, LSB, Mark System, Nastia - Liquid DNB Exclusive Set, Quidbop, Heion, Blanilla, Chris Lorenzo, Shiba San, Ugly Astronaut, Akos, B2B Danniilov, Kozo, Lizz, Suci, KD Chriss, Cap, Sepp, Aemini, Detour, Mircea Grecescu, Pierre D'Vara

- Sâmbătă, 21 iulie - Vița de Vie, The Kabatronics, Subcarpați, The Bloody Beetroots, Bakermat, Derek, Fabio Florido, Richie Hawtin, Otherside, Fran Palermo, Kensington, Mum, Fakear, Nuș Tone, High Contrast, London Elektric, Makoto, Sabinki, Un Guru, Electroclown, That Couch Funk Collective, Klaus EB, Dubase, Romare, Danaga, Indjstione, Nevolla, Little Boots, Yaghee, Abasc, Alex Chronic, Marka, Zed Bias, Sam Divine, Artrax, Sepp, Ciubuc, G76, Tulbure, Raresh, Herodot, Dirty Culture, STF, Alex one, George Allan

- Duminică, 22 iulie - hungarian Opera of Cluj-Napoca, Dubioza Kolektiv, Jessie J, Nothing But Thieves, Tchami, Chaim, Space Dimension Controller, Giorgia Angiuli, Reinier Zonnenveld, Henry Saiz & Band, The Glimpse, The Kryptonite Sparks, Satellites, Idles, Cancer Bats, Little Big, San Holo, Valentino Khan, Madliquid, Daniel Deplin, Sauce, WRK, Soulheads, Infargandhi, Quantic, Filiera Fonica, Electroclown, Dubgrade, Oros, Rahaan, Gemini Brothers, DJ Wicked, Charlie Rabbit King, Brody & DR, Panda, Hayden James, Pillowtalk, Nihill, Herodot, Dubtill, Mihigh, Charlie, Gescu, Priku,

Arapu, Waren, Buff, Vekt, Junker

Pe lângă muzică, cei prezenți s-au bucurat și de alte atracții

Electric Castle 2018 a însemnat un spațiu de 300.000 de metri pătrați, 9 scene, 500.000 de MW putere a sistemului de sonorizare doar la scena principală, peste 1.000 de oameni în echipa de organizare și un infinit de amintiri ce vor fi depănate pentru următoarele 12 luni.

Pe lângă muzică, cei prezenți s-au bucurat și de alte atracții precum roata panoramică în care participanții s-au putut urca. De asemenea, tinerii au putut să aleagă dintr-o gamă largă de preparate delicioase și să se odihnească după orele de dans în locurile special amenajate.

Cei care nu au avut cazare în Cluj sau în împrejurimi au putut să petreacă zilele de festival în zona de camping de lângă castel.

Pentru că majoritatea au făcut naveta spre festival, acestora le-au fost puse la dispoziție autobuze.