

Cluburile și asociațiile artiștilor și ziaristilor de altădată

Fiul unei familii de preoți români, Aurel Popp a jucat un rol primordial în viața culturală și socială din acest colț de țară. Putea alege să trăiască la Paris, notează el, dar a ales să rămână la Satu Mare.

Un loc despre care tot el spunea: "În Satu Mare se poate bea și mânca, dar nu se poate face artă." În semn de respect, ca un omagiu adus de ziua lui, nesărbătorită și nemarcată, publicăm un document din arhiva picturii Aurel Popp, păstrat la Direcția Județeană a Arhivelor Satu Mare.



PAGINA 4

In memoriam: pictorul Aurel Popp

O navă spațială a pornit spre Soare

Atingerea unei stele nu este un lucru ușor. Soarele este uriaș, fiind compus din plasmă ce generează un câmp magnetic care are o activitate haotică.

Acesta este lucrul pe care NASA vrea să îl facă cu sonda Parker Solar Probe, lansată duminică la bordul rachetei Delta IV Heavy. Scopul misiunii de 1,4 miliarde de dolari este să ajungă la 6,4 milioane de kilometri de Soare, distanță suficient de redusă pentru analizarea atmosferei misterioase, a vânturilor solare și a altor proprietăți.

Science Alert scrie că informațiile obținute de Parker vor ajuta la prezicerea vremii spațiale, a momentului în care apar exploziile solare violente ce pot duce la distrugerea rețelei electrice de pe Pământ sau a sateliților.

Pământul orbitează în jurul Soarelui cu o viteză de 170.000 de kilometri pe oră, cu aceeași viteză fiind lansate orice rachete de pe planetă. Pentru a ajunge la Soare, sonda va trebui să încetinească la 85.000 de kilometri pe oră. Sonda a fost proiectată pentru a rezista la condiții extreme și la fluctuații mari de temperatură. Are un scut proiectat special și un sistem autonom care va ajuta la protejarea emisiei intense de lumină.

Cerbul de Aur la 50 de ani de existență



PAGINA 12

600 de ani de la moartea lui Mircea cel Bătrân

În Anul Centenarului Marii Uniri, comemorăm 600 de ani de la moartea marelui voievod Mircea cel Bătrân, unificator, om politic, diplomat, organizator al statului, comandant militar și strateg, sprijinitor al culturii și ctitor de așezăminte.



Mircea cel Bătrân a fost fiul lui Radu I Basarab (1377-1383), nepotul lui Nicolae Alexandru și strănepotul lui Basarab Înțeleptul. Înainte de el a domnit fratele său mai mare Dan I (1383-1386), care a căzut pe câmpul de luptă în războiul împotriva țarului de la Târnovo, Șişman. Mama lui Mircea a fost Calinichia doamna, după pomelnicul de la Câmpulung. Totuși, pomelnicul de la Câmpulung o menționează ca soție a lui Radu I pe Ana. În acest caz, fie a avut două soții, fie pe Calinichia o chema și Ana.

Opera lui Mircea cel Bătrân este multilaterală și bogată în conținut. Mai întâi este o realitate faptul că în timpul lui Mircea hotarele Țării Românești au cunoscut cea mai mare întindere. El a știut, în complexitatea raporturilor politice ale timpului, să aducă în hotarele țării pământuri străvechi românești, fiind, după expresia lui P.P. Panaitescu, "adunător de pământuri românești".

PAGINA 11

SATU MARE #CENTENAR

În anul 1932 județul avea 60% analfabeți

Sincer, dar dureros. În sensul analfabetismului, suntem în plin record, ducem primul loc din toată Europa. Suntem în stare mai înăpoiată decât Albania sau alte țări care abia în cursul războiului mondial și-au câștigat independența lor ca stat.

Problema învățământului elementar (primar) constituie, fără îndoială, tot așa o problemă națională, mai ales în materie de conservare, ca și cea a Armatei sau de siguranță internă și externă.

Întrebarea firească care se pune este în funcție de cercetarea cauzelor care au provocat acest impas colosal de înspăimântător, pe care vi-l înfățișază proporția cifrelor. Din ce cauze oare am rămas noi ca în țară românească să fie cei mai mulți neștiutori de carte, încât din 100 de oameni 60 să nu știe scrie și citi! Cine poartă vina! Se va răspunde desigur ca în toate cazurile similare că sistemul, metodele și mai știm noi ce noțiuni impersonale și abstracte.

PAGINILE 2, 3

Sănătate e Frumusețe

"Poezie în mișcare, cu Ulli Mangold"

PAGINA 5

Coafuri de mirese pentru orice lungime de păr

PAGINA 7



SATU MARE # CENTENAR 1930-'31

SITUAȚIA AGRICOLĂ

La Careii Mari, s-a constituit o Cooperativă Agricolă de producție și valorizare

În actuala criză și lipsă de orice inițiativă evenimentul din 30 August anul curent petrecut la Careii Mari vine ca o rază de lumină care să deschidă ochii celor nevoiași și oropsiți spre o nouă orientare pentru vindecarea necazurilor lor.

O mână de oameni inimoși au luat în mână lor energică frânelor destinelor spre a diriguia viața economică înspre mai bine și cu mai mult succes decât o face azi oficialitatea. Ei au pornit cvasi dela lozinca: Ajută-te și atunci și Dumnezeu te va ajuta!

Inițiativa lor, deși târzie puțin, este binevenită și din parte-ne ni se pare a fi singurul leac ce mai poate ajuta în actuala situație economică disperată și care se numește ajutorarea prin cooperare.

Este o organizație a economilor plugari pentru a-și apăra ei prin ei înșile interesele lor.

Ea tinde la excluderea intermediarului din viața economico-comercială și desfacerea și valorizarea produselor direct, prin intermediul acestei cooperative.

Cerealele strânse de către cooperatori și desfăcute pe piețele din țară sau din străinătate tot de către ei direct prin intermediul cooperativei ar produce desigur urcarea prețurilor la toate produsele țărănești și un folos însemnat ce ar intra în buzunarul plugarului și nu al speculantului.

Secretul acestei mișcări, pe scurt exprimat, este: "Plugarul produce, el să și vândă!" Atunci și folosul provenit din vânzare, din punerea în comerț a produselor sale, va fi al lui.

Iată pe scurt ținta pe care o urmărește această cooperativă nou înființată.

Noi îndemnăm pe țăranii plugari să se intereseze mai pe de aproape de această chestiune și să nu pregete nici un moment de a fi membru și a da tot concursul său moral și material.

Pentru informațiuni mai ample a se adresa la Cooperativa agricolă de producție și valorizare "Ceres" la Careii - Mari.

(Satu Mare, Anul XIII, nr. 31, Duminică 6 septembrie 1931, pag. 1)

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

Țara Oașului economică

Toată lumea călătoare, dar mai ales cometele politice, mureau de dragul acestui ținut pitoresc și mai ales de dragul fericirii populațiunii. Fiecare vroia să-i dobândească dragostea într-un fel sau altul.

Fiecare mare "factor" însă a aplicat vechea rețetă pentru a fi agreat de oșan: "Prin stomac la inimă!". Și a început să o hrănească cu mălai, bineînțeles pe spelele statului, și-a hrănit-o din an în an. Fiecare furnizor, fiecare samsar, pretindea dragostea oșanului, pentru sine, care nu a cheltuit niciun ban, căci mălaiul mergea pe punga oșanului - asta mai rar - dar mai des pe punga statului. Încolo, factorul, politicianul respectiv nimic nu risca decât vorbe goale de demagogie ieftină.

Această metodă s-a practicat apoi ani de-a rândul. Oșanul era bucuros de acest fel de a fi îndrăgostit, căci nu trebuia să muncească prea prea și totuși avea ce mânca. Deși, el vroia să muncească. În timpul din urmă se observase o suprasaturație de "mălai oficial" și a început să pretindă tot mai multă ocazie de muncă. El înțelegea că situația este trecătoare și că numai cu hrana statului el nu-și poate consolida o situație în țara lui.

Grație trezirii acestui sentiment de consolidare, de sine, grație și conducătorilor lor firești de prin toate satele, iată că astăzi neindemnați de ni-



meni, ci conduși exclusiv de bunul lor simț și instinctul de organizare, în ziua de 24 august, se ține o mare adunare a celor "O mie de oșeni" - cum anunță convocatorul - care vroiesc să pună bazele unei organizațiuni solide, Cooperative.

Iată marea minune, la care nimeni nu s-a gândit dintre cei ce trebuiau să ia pe primul loc inițiativa, săvârșită prin mintea sănătoasă și naturală a

oșanului: organizarea.

El care a rămas întotdeauna refractar la orice organizații, astăzi, înțelegând vocațiunea timpurilor, e primul din tot județul care vrea să pună bazele unei solidarități indestructibile a Cooperativei agricole și a Băncilor populare.

Fericită este această regiune că a avut curajul de a iniția această mare faptă, dar și mai fericită o să fie după

ce ideea va lua ființă reală și își va produce și roadele binefăcătoare.

Cu Dumnezeu înainte și noi le urăm succes desăvârșit!

Dorim însă, ca pilda oșenilor în curând să fie imitată de toate celelalte regiuni și sate din județ.

Dr. Lucian Bretan, avocat

(Satu Mare, Anul XII, Nr. 34, Duminică, 24 august 1930, pag. 1-2)

Între vorbă și faptă

Nu știm cărui fapt sau fapte i se datorează Domnului ministru al finanțelor C. Argetoianu faima singurului mântuitor al finanțelor și crizei economice ale țării. Faptele sale din trecut, afacerea cu bonurile de tezaur, aceeași neschimbată linie de conduită pe care a avut-o în vreo 3-4 ministere în ultimii 11 ani nu-l îndreptățeau deloc a i se țese un asemenea nimb - care l-a apucat dintr-odată la constituirea guvernului de tehnicieni.

Noi știm prea bine că Dl. C. Argetoianu în materie financiară nu este altceva decât un simplu imitator. El niciodată n-a clădit ceva nou, decât a făcut același lucru ce l-au făcut antecesorii săi, copiindu-i cu fidelitate.

Iar acolo unde a avut ceva idee nouă, unde a vrut să facă ceva original în materie financiară sau economică, numai a stricat. A stricat mai mult decât toți antecesorii săi la un loc. Așa este când Dl. Argetoianu se apucă să "facă" ceva. Dânsul până atunci e numai teribil, până ce nu să apucă de fapte. Când face însă, atunci o execută cu vârf și îndesat.

Astfel este și în situația sa actuală de Ministru al finanțelor. La început se șoptea în taină despre "teribilele idei și reforme financiare și economice pe care le-ar avea Dl. C. Argetoianu". Noi am așteptat ca să urmeze seria faptelor spre a ne putea convinge despre puterea de creație a dictatorului nostru financiar.

Dl. C. Argetoianu apoi s-a și dovedit de fapt că nu este sărac în fapte. În reforme, da, însă în fapte, nu. Depinde numai ca să-i știm selecționa și grupa faptele.



Constantin Argetoianu (3/15 martie 1871 - 6 februarie 1955) a ocupat în perioada interbelică următoarele funcții: prim ministru: 28 septembrie 1939 - 23 noiembrie 1939; ministru al finanțelor publice: 18 aprilie 1931 - 5 iunie 1932; ministru al agriculturii: 4 iunie 1927 - 9 noiembrie 1928

Să începem cu una, cea mai răsunătoare, a societății petrolifere "Steaua Română".

Dăm deci mai jos istoricul acestei "afaceri" ca cea mai strașnică ispravă a "tehnicianului" de la finanțe.

Se știe că "Steaua Română" era o societate cu capital german și că după războiu, spre a scăpa de lichidare, această societate s-a camuflat în chip scandalos, trecând acțiunile în Elveția, spre a dobândi o coloratură neutră, iar așa zișii elvețieni au făcut apoi cu anumite Bănci Liberale de la noi o operație de camuflare, spre a păgubi Statul.

Comptând pe o ridicare a leului, Consorțiul Liberal a cumpărat acțiunile "Steaua Română" cu 800 de franci elvețieni bucata, rămânând datoare su-



Constantin Argetoianu, deținut politic în celula 12, închisoarea Sighet. Fotografia este adesea confundată cu cea a lui Iuliu Maniu. C. Argetoianu s-a stins din viață la 6 februarie 1955 și își doarme somnul de veci în cimitirul săracilor din Sighet, la fel ca fostul premier Iuliu Maniu

mele până azi.

Leul în loc să se urce scăzând, rezultă că s-a cumpărat atunci fiecare acțiune de la elvețieni cu circa 32.000 lei pe cursul de atunci - ceea ce e enorm - mai ales azi când acțiunea valorează 210-220 de lei.

Ca să scape de acest dezastru, pentru care se căuta soluția, s-a crezut nimerit ca la împărțirea terenurilor petrolifere ale Statului să se acorde mari compensații financiarilor din Apus, creditorii ai "Stelei Române", pentru a obține dela ei reducerea de 800 franci elvețieni.

În acest scop s-au perindat la Londra d-nii Vintilă Brătianu, Barbu Știrbey, Tancred Constantinescu, Mrazek, N. P. Ștefănescu, directorul general al Băncii Românești. Ani de zile nu s-a putut face nimic, deși s-au dat apoi în repetate

rânduri - chiar și sub guvernul Maniu - asalturi în acest scop.

De astă dată, președintele consiliului de administrație, d. I. Boambă, parlamentar guvernamental, s-a însărcinat cu conducerea operațiunii și ea a fost realizată prin faimoasa scrisoare de garanție pentru un miliard a d-lui Argetoianu ministru de finanțe.

Auzi, înhoalță-te și citește cetățene: UN MILIARD DE LEI trebuie să plătească statul nemților PENTRU CĂ LIBERALII AU FĂCUT O AFACERE ATĂT DE PROASTĂ încât nu-și mai vâd capul de datorii.

Un miliard de lei plătește Dl. C. Argetoianu din casa țării unei societăți liberale la care sunt membrii în consiliul de administrație toți CORIFEEI LIBERALI de ieri și de astăzi. Același C. Argetoianu care a promis economii, care a promis pedepsirea tuturor acolora care administrează cu reacredință bunul țării.

Pentru CREDITUL AGRICOL, al țăranului român care pleznește de sărăcie și se află pe pragul disperării, naționali-țărăniștii au afectat 750 milioane lei. Suma aceasta nici azi nu se găsește nicăieri, fondul nu a fost refăcut.

Funcționarii de tot felul nici azi nu și-au primit leafa de lunile depline - Motivul, nu sunt bani!

Pentru credit agricol, pentru plata funcționarilor nu sunt bani.

Dar pentru "Steaua Română", "Liberală" se găsește imediat un miliard de lei - Le-a dat-o Dl. Argetoianu!

Iată enorma distanță ce există între VORBELE și FAPTELE D-lui. C. Argetoianu.

Iată de ce liberalii tac și merg împreună cu Dl. C. Argetoianu!

(Satu Mare, Anul XIII, nr. 31, Duminică 6 septembrie 1931, pag. 1)

1932 SATU MARE # CENTENAR

În anul 1932 județul avea 60% analfabeți

Dacă până în anul 1926 învățământul primar din județ a făcut progrese remarcabile, situația s-a schimbat apoi în rău.

60%

- Fac apel la Dumneavoastră și vă întreb dacă după străduințe de decenii e admisibil să mai avem 60% analfabeți și să creem anual alți mulți analfabeți ocupând în acest sens rușinosul prim loc în Europa.

Fraza de mai sus nu conține atât de mult o întrebare în fond, decât una dintre cele mai dureroase constatări pe care le face - cu inimă sângerândă desigur - Dl. D. Gusti, ministrul școlilor, primul dascăl între dascălii din România. Nu este o întrebare, nici ca formă, nici ca fond, ci un adevărat "strigăt" de alarmă, făcut în plin Congres la Chișinău Basarabean, unde se adunaseră să discute chestiuni de bransă toți învățătorii din întreaga țară.

Sincer, dar dureros. În sensul analfabetismului, suntem în plin record, ducem primul loc din toată Europa. Suntem în stare mai înapoată decât Albania sau alte țări care abia în cursul războiului mondial și-au câștigat independența lor ca stat.

Problema învățământului elementar (primar) constituie, fără îndoială, tot așa o problemă națională, mai ales în materie de conservare, ca și cea a Armatei sau de siguranță internă și externă.

Cine poartă vina!

Întrebarea firească care se pune este în funcție de cercetarea cauzelor care au provocat acest impas colosal de înspăimântător, pe care vi-l înfățișază proporția cifrelor. Din ce cauze oare am rămas noi ca în țară românească să fie cei mai mulți neștiutori de carte, încât din 100 de oameni 60 să nu știe scrie și citi! Cine poartă vina!

Se va răspunde desigur ca în toate cazurile similare că sistemul, metodele și mai știm noi ce noțiuni impersonale și abstracte. Vor fi ele de vină, găsim totuși că în primul rând oamenii sunt aceia care poartă această vină. Acei oameni care reprezintă sistemul, care au datoria să dea îndrumări sistemului învățământului primar, reprezentanți prin miniștri, inspectori școlari, revizori, directori.

O spunem aceasta în convingerea că totdeauna oamenii creează sistemul și metodele și nu invers, prin urmare, cum sunt oamenii reprezentativi, așa



Biserica greco-catolică și Școala din Bicsad în perioada interbelică

este și rezultatul îndrumării lor.

Și acum - pentru ca să nu se creadă că vrem să invinim un corp întreg fără a aduce argumente suficiente - să luăm câteva exemple chiar din județul nostru.

În anul 1926 solidaritatea proverbială a dascălilor s-a destrămat cu totul

Iată care a fost situația învățământului primar în acest județ.

Până în anul 1926 învățământul primar a progresat de minune. Muncă stăruitoare s-a depus întru românizarea școlilor primare, în special. Până la această dată corpul învățătoresc era un corp strâns unit în jurul unui șef care era și iubit și respectat de toți. Dar și șeful era solidar cu cei de sub grija lui.

Poate mai solidar decât trebuia: aceasta în ce privește învățământul de la orașe. Căci în cazul ultim, dacă nu

ar fi fost așa, nu am avea de exemplu numai de la Satu Mare atâtea dascălițe și dascăli minoritari ce nu știu bolborosi două cuvinte românești cumsecade, iar dintre românii mutați în orașe unii nu ar corespunde nici la sate.

În anul 1926 însă solidaritatea aceasta proverbială a dascălilor s-a destrămat cu totul.

Pentru sfânta dreptate trebuie să precizăm că nu din vina dascălilor de la sate, ci din vina șefilor care au trădat și că ei au destrămat solidaritatea, vrând să-i târască într-un anumit partid pentru a-i înhăma pe vecie la dârloaga... politicienșmului.

Se ivise în județul nostru cea mai hidoasă figură de politician, distructiv, ambițios și egoist

Ori, dascălimea s-a arătat la început refractară acestei orientări noi, deoa-

rece ea vroia să facă CULTURA, adevărat apostolat pe tărâmul naționalismului integral și nici decât politică. Greșala aceasta a șefilor a avut o dezastruoasă urmare nu numai asupra întregului corp de dascăli, ci asupra progresului cultural însăși, încât acestor cauze datorăm noi azi cele 60% de analfabetism, cel puțin în ce privește proporția ce cade pe județul nostru.

Căci alături de șeful iubit se ivise în județul nostru cea mai hidoasă figură de politician, distructiv, ambițios și egoist, care îi săpa metodic groapa șefului și totodată și a solidarității corpului din care și dânsul făcea parte. Acesta a mers până acolo cu îndrăzneala și inconștiența încât s-a pus să monopolizeze totul în favoarea sa personală. A monopolizat chiar și examenele de definitivat și nici un tânăr învățător n-a trecut examenul dacă în prealabil nu fusese înscris în partidul președintelui comisiei.

Tot de dânsul depindeau și numi-

riile și nu de șeful, care alături de încrederea colegilor săi, ce o pierdea tot mai mult, își pierduse într-un timp și postul, cu ajutorul acestui politician infect. În această hărțuială care de multe ori a ajuns să fie țigănească (să ne gândim la unele articole de ziare) trecând părțile litigante și pe la Parchet, dascălimea de la sate scârbită își pierduse cu totul busola.

Și a început și ea să reacționeze. Să reacționeze, dar cum! Se înregimentează și ea, care încotro, în totul felul de partide politice, sau stătea impasibilă fără puțința de a pune la punct pe cei ce-i știrbiseră prestigiul și îi stricaseră solidaritatea. Ne-am văzut altfel, că avurăm într-un timp într-o singură lună 4 șefi revizori (Darius Pop, Șuta Dumitru, Pop Ștefan și Atanasie Bălănescu) iar la unele alegeri erau liste unde toți candidații de deputați au fost învățători, iar pe alte 3-4 liste găseai simultan cel puțin 3-4 învățători. Să nu mai vorbim de subrevizori, aleși pe sprânceană dintre favoriții dictatorului-dascăl, între care mai găseai și câte unul ce suferise condamnățiune.

Ne trebuie deci omul care să refacă vechea solidaritate dascălească, din intervalul de la 1918-1929

Între aceste împrejurări cel puțin în județul nostru un progres desăvârșit era exclus de la 1926 încoace. Era exclus pe lângă tot refluxul de școli din sistemul Dr. Angheliescu și al învățătorilor ieșiți din sumedenia de Școli Normale, mai multe la număr în România celor 18 milioane de locuitori decât în Germania a celor 65 de milioane de oameni.

Metode, sisteme...! Vor fi și ele de vină. Însă să nu uităm: metodele și sistemul le creează numai OMUL! Omul sfințește locul.

Ne trebuie deci omul care să refacă vechea solidaritate dascălească, din intervalul de la 1918-1929, în jurul căruia să ne strângem rândurile și să ne depunem toate silințele, să dăm toate eforturile ca să avem un maximum de procent al știutorilor de carte, dar mai ales de carte românească. Să lovim apoi "nula" de la cifra de 60%.

Un învățător

(Satu Mare, Anul XIV, Nr. 38, Duminică, 4 septembrie 1932, p. 1)

Pagina Agricolă. Grâul de sămânță

Camera de Agricultură în ziua de 3 Septembrie a.c. a ținut o ședință în care s-a discutat posibilitățile de aprovizionare cu grâu de sămânță a regiunilor unde nu a reușit recolta de grâu. Rezultatele și măsurile de urmat se vor publica pe cale oficială imediat după ce acțiunea va fi complexă.

Atragem atențiunea agricultorilor asupra faptului că cu toate că și grâul calitate mai slabă germinează adecă încolțește totuși nu este bun de sămânță întrucât din germeul slab va ieși o plantă slabă care nu rezistă la ger,

la boli și în fine dă o recoltă tot inferioară. Astfel sfătuim agricultorii care n-au sămânță bună să-și procure pe orice cale grâu sănătos bubat și în cât se poate dela agricultorii cari au obținut recoltă bună și în anul curent.

Consiliul de miniștri a luat măsura ca să nu se mai facă nici o comandă în străinătate privitor la Ministerul Armatei, Sănătății, Agriculturii și Centralei de Export și import, decât numai pe baza de compenzație de produse agricole românești. Ceiace înseamnă că nici o comandă nu se va face în străinătate pentru articolele necesare ministerelor mai sus amintite, decât numai dacă străinătatea comandă în

schimb cereale pentru aceiași sumă din România. E una dintre cele mai cumințe măsuri, căci în felul acesta numai se va putea ajunge la un echilibru drept, ca nu numai noi să cumpărăm din străinătate și să îi ghiftuim pe ei cu bani, ci și străinătatea să cumpere dela noi, ce avem de vândut și să primim și noi recompensa înapoi.

S-a depus proiectul de lege privitor la reducerea impozitului agricol, pe care guvernul dorește să-l pună în aplicare începând cu data de 1 Octombrie de-aia.

(Satu Mare, Anul XIV, Nr. 38, Duminică, 4 septembrie 1932, p. 3)

În ce țară cade comuna Odoreu?

Această întrebare ni-a făcut-o nouă mai zilele din urmă un român trecător prin acea comună. El a rămas foarte sceptic la răspunsul dat de noi, că Odoreu cade în România Mare și nu în Ungaria cum susținea Domnia Sa.

În dovedirea afirmației sale ne-a predat trecătorul, că el a auzit pe servitorul Primăriei comunei Odoreu făcând anunțurile oficiale prin baterie de tobă numai pe unguște, când legal și natural ar fi ca într-o comună în mare majoritate românească să se facă strigările "numai" în limba românească.

Această situație pe care am verificat-o pe deplin este cu atât mai tristă,

fiindcă are caracterul de a se permanentiza și din grația primăriei și a notarului comunal nu se prezintă nici un semn sau vre-o măsură serioasă de îndreptățirea acestei anomalii.

De aceea suntem destul de îndrăzneți a cere autorităților superioare competente, în speță Preturii sau Prefecturii, de a se formaliza și a lua măsurile de rigoare imediate, ca să înceteze această anomalie și ca să se poată orienta atât străinii, cât mai ales românii din Odoreu, că suntem în România.

(Satu Mare, Anul XIV, Nr. 38, Duminică, 4 septembrie 1932, p. 3)

Rubrică realizată de A. Zaharia

IN MEMORIAM: PICTORUL AUREL POPP

Cluburile și asociațiile artiștilor și ziariștilor de altădată



Știre despre înființarea "Clubului Ziariștilor" din Satu Mare publicată pe prima pagină a ziarului "Săptămânala", din data de 3 martie 1929

În data de 30 august 1879 se naște cel mai mare pictor pe care l-a dat Satu Mare. Fiul unei familii de preoți români, Aurel Popp a jucat un rol primordial în viața culturală și socială din acest colț de țară. Putea alege să trăiască la Paris, putează el, dar a ales să rămână la Satu Mare. Un loc despre care tot el spunea: "În Satu Mare se poate bea și mânca, dar nu se poate face artă."

I-am da dreptate, dacă nu ar fi el însuși un exemplu de om trăitor în Satu Mare care a făcut artă.

De fapt, dorea să spună că artiștii nu sunt susținuți de autoritățile locale la nivelul la care se făcea în alte locuri, cel mai apropiat exemplu fiind Baia Mare. Artiștii care fac și azi gloria băimărenilor erau susținuți de autoritățile din Baia Mare, oferindu-le ateliere gratuite, cumpărându-le lucrările, oferindu-le ocazii să-și fructifice talentul pentru înfrumusețarea localității.

Cu toate acestea artiștii din Satu Mare, scriitorii și ziariștii, și-au făcut meseria și datorită față de orașul lor. Aveau organizații profesionale, încercau mereu să atragă atenția autorităților asupra lor, asupra rolului lor în viața cetății.

În semn de respect, ca un omagiu adus de ziua lui, nesărbătorită și nemarcată, publicăm un document din arhiva pictorului Aurel Popp, păstrat

la Direcția Județeană a Arhivelor Satu Mare.

Este un memoriu adresat primarului din 1936. În timpul celor zece ani când primar era Augustin Ferențiu, primul mare primar de după Unire, artiștii se bucurau de susținerea acestuia și a consilierilor. În timpul mandatelor sale au venit în Satu Mare o serie de scriitori și ziariști care au contribuit la introducerea limbii române în școli și în instituții.

Ca să dăm doar două exemple, în perioada respectivă Satu Mare era căutat și de un mare pictor ca Nicolae Tonitza, de scriitorii recunoscuți precum George Mihail Zamfirescu.

După retragerea primarului Ferențiu, lucrurile pentru artiști nu mai mergeau chiar atât de bine. Așa se face că în anul 1936 artiștii sătmăreni se adresează primarului cu cererea de a fi susținuți financiar.

Artiștii, bele-artiștii, cum erau numiți în perioada respectivă, cereau două lucruri:

1. să li se acorde un ajutor de 50.000 lei pentru organizarea a două expoziții anuale;

2. să li se acorde 200.000 lei din bugetul orașului pentru realizarea unor suveniruri artistice dedicate orașului. Redăm mai jos documentul.

"Domnule Primar,

Noi subsemnații bele-artiști din orașul Satu Mare de comun acord am hotărât că vom forma "Societatea Be-

le-artiștilor și protectorilor de arte din Satu Mare", pe de-o parte că prin intrarea într-o societate a bele-artiștilor care până în prezent lucrau independenți cu sprijinirea reciprocă să realizăm scopul dorit, pe de altă parte prin punerea mai intensivă a vieții artistice din orașul nostru să ridicăm nivelul artei la gradul ce merită în urma producției artistice a bele-artiștilor. Suntem convingeți că pe bele-artiștii de aici îi putem pune pe același nivel cu artiștii din oricare oraș din Ardeal, adică România Mare, în urma calificăției cât și în urma producției, ba sunt și care trec acest nivel din punctul de vedere al valorizării producției artistice. Pentru care putem spera că hotărârea amintită mai sus va primi sprijinul meritat din partea conducătorilor orașului.

Clubul se deschide și va fi drumul împăcării și buneînțelegeri între noi și minoritari. La timp vom reveni.



Memoriul artiștilor sătmăreni trimis în 1936 primarului orașului Satu Mare



Invitația trimisă pictorului Aurel Popp de a deveni membru al "Clubului Ziariștilor". Invitația este semnată de președintele Darius Pop, scriitor, și de secretarul A. Davidescu, directorul ziarului "Satu Mare"

le-artiștilor și protectorilor de arte din Satu Mare", pe de-o parte că prin intrarea într-o societate a bele-artiștilor care până în prezent lucrau independenți cu sprijinirea reciprocă să realizăm scopul dorit, pe de altă parte prin punerea mai intensivă a vieții artistice din orașul nostru să ridicăm nivelul artei la gradul ce merită în urma producției artistice a bele-artiștilor. Suntem convingeți că pe bele-artiștii de aici îi putem pune pe același nivel cu artiștii din oricare oraș din Ardeal, adică România Mare, în urma calificăției cât și în urma producției, ba sunt și care trec acest nivel din punctul de vedere al valorizării producției artistice. Pentru care putem spera că hotărârea amintită mai sus va primi sprijinul meritat din partea conducătorilor orașului.

membrii bele-artiști ai societății, să binevoiiți a interveni la Consiliul orașului pentru a acorda un ajutor anual de 50.000 lei.

2) Binevoiiți a stăruii ca în bugetul anului viitor pentru fondul bele-artiștilor să fie luat circa 200.000 lei care să fie folosiți pentru sprijinirea acestor bele-artiști, astfel ca suma aceasta să fie pentru acoperirea cheltuielilor, pentru aranjarea bele-artelor în oraș și așa suveniruri artistice a căror spese până acuma s-au putut acoperi printr-o dispoziție extraordinară.

Suntem convingeți că și Domnul Primar cu bunăvoința cunoscută va proteja cererea noastră prezentă și în speranța aceasta suntem cu toată stima:

Litteczy Andrei
Toth Iuliu
Sztankoczy Stefan
Kaizler Carol
Zolnai Geza
Fridan Artur
Muhi Alexandru
Pirk Ioan
Borgida Paul
L. Krausz Ilonka
Sarkadi Alexandru
Popp Aurel
Dr. Csengeri Stefan
Konțiu Ioan"

Putem face o comparație cu ceea ce se întâmplă acum în Satu Mare?

Bine organizați erau și ziariștii din Satu Mare, în cluburi și asociații profesionale care depășeau granița strictă a profesiei. Astfel din Clubul Ziariștilor, care funcționa într-un sediu propriu situat în strada Petru Rareș, nr. 1, făceau parte o serie de intelectuali, artiști, iubitori de cultură. În data de 12 februarie 1929, ziariștii Anton Davidescu, directorul ziarului "Satu Mare", și scriitorul Darius Pop îi trimit pictorului Aurel Popp invitația de a se înscrie în CLUBUL ZIARIȘTILOR din Satu Mare. Am prezentat doar două exemple, dar în perioada interbelică existau mai multe cluburi și organizații profesionale ale ziariștilor, scriitorilor, artiștilor plastici din Satu Mare, de a căror activitate a beneficiat orașul. Artiștii au fost chemați să-și dea concursul la modernizarea locului ce va deveni parcul din Centrul Vechi. Aurel Popp are un proiect propriu. Același lucru s-a întâmplat chiar și în timpul orânduielii comuniste, când artiștii au fost chemați să contribuie la proiectele urbanistice ale orașului. Mai există azi astfel de organizații profesionale la Satu Mare? Se mai ajută între ele aceste categorii sociale defavorizate? De exemplu în aceste zile se pune la cale distrugerea unei lucrări făcute de un foarte talentat sculptor, Lehel Domokos. Sar colegii de breaslă în ajutorul lui? Nu, pentru că nu sunt organizați într-o asociație pe criterii locale, cu obiective concrete legate de viața comunității. Fiecare artist, ziariștii, scriitorii, în nume propriu, face parte din câte o organizație la nivel național, care îl reprezintă doar la nivel general.

Acest antrenament ce relaxează s-a construit pe conceptul de yin-yang, adică pe opoziția inspirație-expirație, mai precis forță-relaxare. Exercițiile și pozițiile pot fi combinate ca într-un puzzle, dar pot fi executate și de sine stătătoare. Acesta este unul din cele mai importante principii ale conceptului bodyART.

SĂNĂTATE

“Poezie în mișcare”, cu Ulli Mangold

Master trainerul internațional a fost prezentă la Satu Mare și a ținut câteva cursuri

Sfârșitul verii nu este neapărat un motiv de bucurie pentru noi. Așa cum v-am anunțat în edițiile anterioare ale cotidianului nostru, echipa Primagym a compensat acest lucru cu un eveniment deosebit desfășurat chiar în ultima zi din august. Vineri, 31 august, de la ora 18:30, Primagym a fost gazda unui masterclass de bodyART susținut de Ulli Mangold. Cei care au participat la acest eveniment au simțit într-adevăr că mișcarea s-a transformat în poezie.

Ulli Mangold este master trainer și educator internațional, cu o pasiune deosebită pentru dans, bodyART și yoga, pe care le predă de peste 25 de ani, cu devotament și dăruire. Prin tot ceea ce face transmite măiestrie și profesionalism și ne-a împărtășit prin mișcare experiența bodyART-ului.

Ulli Mangold a ținut la Satu Mare și un curs de bodyART Kids

În acest weekend, Ulli Mangold a ținut la Satu Mare și un curs de bodyART Kids. Acesta s-a adresat învățătorilor, profesorilor de educație fizică, terapeuților, psihoterapeuților, instructorilor de aerobic și tuturor celor care lucrează sau vor să lucreze cu copiii. Cei care ați ratat șansa anul acesta veți avea ocazia să faceți cursul anul viitor. Programul bodyART Kids poate ajuta copiii să-și dezvolte un echilibru sănătos și natural al corpului și al minții. Utilizarea și integrarea unor tehnici de respirație și jocuri active, exerciții dinamice și statice fac ca aceștia să învețe pozițiile bodyART, să-și conștientizeze corpul, stările emoționale mai bine și să trăiască o viață mai bogată în sentimente pozitive.

BodyART, armonie perfectă între trup, minte și suflet

Dacă ești dispus să accepți o provocare ce te va ajuta să te reinventezi, să îți reinventezi, ai găsit forma de mișcare perfectă pentru tine. BodyART este trup, minte și suflet, într-o armonie perfectă! Această nouă formă de mișcare recomandată tuturor e bazată pe tehnici de yoga și pe mișcări din gimnastica medicală, folosind tehnici de respirație care relaxează, iar exercițiile conferă forță, stabilitate, mobilitate și elimină stresul. Tot mai mare este dorința oamenilor care își conștientizează trăirile și corpul și vor ca în timpul liber să elimine stresul acumulat, încordarea și să-și găsească



liniștea.

Pe mulți de aceea îi vom găsi în sălile de sport, pentru că doresc să aibă o condiție fizică bună, o rezistență fizică mai bună sau să scape de nervozitatea și tensiunea acumulată la locul de muncă. Bineînțeles că pe mulți îi interesează și aspectul fizic. Însă pentru o ținută corectă și frumoasă nu numai corpul trebuie întreținut, ci și sufletul și starea psihică.

Conceptul de bodyART a fost creat de Robert Steinbacher și Alexa Lé

Un astfel de antrenament care se adresează nu doar fizicului, și nu se concentrează doar asupra mușchilor, ci și asupra psihicului, fiindcă omul este format din trei elemente: trup, minte și suflet, este bodyART. Conceptul a fost creat de Robert Steinbacher și Alexa Lé. Combinațiile de exerciții statice și dinamice de forță sunt condimentate cu elemente de întindere și relaxare, ce acționează benefic asupra scurțării sau slăbirii musculaturii, întăresc întregul sistem muscular, protejând articulațiile. Fiecare exercițiu necesită control și conștientizare și este executat cu ajutorul unor tehnici speciale de respirație. Cu ajutorul antrenamentului de bodyART se dez-

voltă mobilitatea, puterea și nu în ultimul rând condiția fizică, rezistența, echilibrul, stabilitatea, răbdarea, conștientizarea, anumite însușiri care sunt necesare pentru o mișcare armonioasă, un trai conștientizat.

Sătmărencele Simona Niste și Iлона Ilyes au adus conceptul de bodyART în România

Dacă ți-ar plăcea să înveți în toată splendoarea lui acest concept și să-ți însușești pe de-a-ntregul, nu ai altceva de făcut decât să încerci acest tip de antrenament. În România, succesul conceptului bodyART este asigurat de Simona Niste și Iлона Ilyes de la Primagym Satu Mare, care au primit dreptul de a organiza funcționarea acestei școli.

Omul este privit ca un întreg

În antrenamentul bodyART omul este privit ca un întreg cu o funcționalitate complexă. Pozițiile multiple din bodyART împreună cu tehnicile de respirație în combinație cu antrenamentul fizic și cu relaxarea mentală vor realiza o armonie perfectă. Scopul de bază al antrenamentului bodyART este de a asigura corpului o func-

ționalitate perfectă cu ajutorul elementelor statice și dinamice din timpul antrenamentului. Pozițiile și mișcările folosite au fost îndelung gândite și alese, ca prin executarea acestora corpul să-și recapete postura corectă și să lase la o parte mișcări și poziții statice nepotrivite. Fiecare exercițiu trebuie executat încet și conștientizat, cu o respirație și concentrare adecvată, pentru ca trupul să aibă timp și spațiu să scape de încordarea negativă sau de mișcările bruște și necontrolate. Antrenamentul pune baza pe antrenarea întregului corp și nu pe grupe de mușchi, cum se întâmplă în antrenamentul de forță clasic. Exercițiile și pozițiile pun în mișcare tot corpul. Multe poziții din bodyART pun accent pe echilibru, de aceea atenția va fi îndreptată spre centrul corpului.

Antrenamentele se construiesc pe conceptul de yin-yang

Echilibrul de aceea va fi important, fiindcă persoana care va executa exercițiul va trebui să se concentreze mereu doar asupra sa, fără a se lăsa distrasă de ceea ce se întâmplă în jurul său. Asigură o respirație corectă, deci îmbunătățește oxigenarea creierului și a mușchilor. Concentrarea maximă și conștientizarea tehnicilor de respirație din timpul antrenamentului duc

la relaxarea organismului. Acest antrenament ce relaxează s-a construit pe conceptul de yin-yang, adică pe opoziția inspirație-expirație, mai precis forță-relaxare. Exercițiile și pozițiile pot fi combinate ca într-un puzzle, dar pot fi executate și de sine stătătoare. Acesta este unul din cele mai importante principii ale conceptului bodyART. Construcția pozițiilor din timpul unui antrenament pornește întotdeauna dintr-un anumit punct, ca la final să ajungem întotdeauna în același punct.

Pe parcursul antrenamentului de bodyART cele două emisfere ale creierului vor începe să concluzeze mai bine. Corpul și spiritul vor fi un tot unitar, încordările fizice și psihice vor scădea pe parcursul antrenamentului. Un antrenament bodyART perseverent duce la întărirea structurii ce asigură mișcarea corpului. Trupul va uita mișcări și poziții incorecte, se dezvoltă conștientizarea întregului corp. Participantul la antrenament va avea mai multă energie, putere de concentrare mai mare, ajungând să-și depășească limitele fizice și psihice.

Indiferent dacă rândurile de mai sus te-au convins sau nu, merită să treci pragul Primagym Satu Mare din Piața Eroii Revoluției, nr. 5. Găsești aici o sală de fitness modernă și alte tipuri de antrenamente, pentru toate gusturile.

“Trăiește fericit în propriul corp!”

Ești într-o condiție fizică bună sau totuși mai vrei să schimbi ceva în forma și energia corpului tău. Indiferent dacă știi deja cum să-ți ascuți corpul sau dacă mai ai de învățat cum trebuie să menții un echilibru între nutriție, sport și relaxare, Primagym Satu Mare te invită, luni, 3 septembrie, de la ora 19:30 la o întâlnire cu specialistă Oana-Miruna Stîngă. La seminarul “Trăiește fericit în propriul corp”, vei afla cum cooperează mintea, emoțiile și corpul. Înscrierile se fac la recepția Primagym din Piața Eroii Revoluției, nr. 5. Pentru a trăi fericit în propriul corp, specialistă Oana-Miruna Stîngă ne dezvăluie câteva secrete din propria experiență.

Dacă te hotărăști să fii fericit și

intenția este foarte puternică, ai șanse reale ca la un moment dat lucrurile să-ți iasă. Secretul stă în dorința ta puternică de a face lucrurile posibile și de a nu mai aștepta să vină cineva din exterior care să te facă să te simți bine și eventual, de ce nu, să-ți rezolve și toate problemele. Ia decizia, fii hotărât și mintea, emoțiile și acțiunile se aliniază. Teoretic pare simplu, în practică lucrurile sunt un pic mai anevoioase. Tu decizi cum vrei să arate viața ta și dacă vrei să faci o schimbare mare. Schimbarea este declanșată de o intenție puternică, de dorința de a trăi un viitor diferit, de a recunoaște onest că “așa nu mai merge”.

Cele 4 piese de puzzle

1. **FIZIC** - vreau să trec la nivelul următor - zilnic o oră de yoga dimineața și ceva alergare seara, terapii de relaxare săptămânale, cosmetice bio, mâncare cât mai sănătoasă cu putință.

2. **EMOȚIONAL** - vreau să experimentez fericirea și starea de bine în noi forme. Prin urmare, aleg cu atenție persoanele cu care îmi petrec zilele, orele, minutele și secunde. Am puterea de a alege.

3. **MENTAL** - pot declara deschis “pot să fac absolut tot ceea ce îmi propun”. Visez, vizualizez și acționez altfel decât până acum. Creativitatea și încrederea sunt la cote înalte.

4. **SPIRITUAL** - vreau să-mi continui

“Călătoria inimii”. Am citit cartea scrisă de John Wellwood și ulterior am înțeles ce înseamnă călătoria inimii la concertul Mirabai Ceiba. Muzica lor divină mă relaxează și fascinează totodată...

Dacă este important pentru tine vei găsi o cale. Dacă nu... vei găsi o listă întreagă de scuze, ca de exemplu:

Scuza 1: mâncarea dietetică nu este prea gustoasă;

Scuza 2: îmi plac foarte mult dulciurile;

Scuza 3: nu pot renunța la fast food. Lipsa unei motivații reale se asociază perfect cu scuzele. Dacă ar exista o motivație puternică - fie ea plăcută (un eveniment special, dorința de a purta haine ce

te fac să te simți atrăgător/atrăgătoare) sau una neplăcută (un diagnostic medical), plăcerea sau frica vă vor determina să săriți din pat și să acționați. Frica de durere și goana după plăcere sunt factorii care ne fac să acționăm.

Depinde de fiecare ce alegem.

Dacă este important pentru tine vei găsi în tine toate resursele ca să pui lucrurile în mișcare. Dacă nu, scuzele îți vor conduce viața. Dacă vrei ca scuzele să devină micimi și să se dizolve cu timpul, e timpul să vorbim despre ce înseamnă să trăiești fericit în propriul corp. Te așteptăm luni, 3 septembrie, de la ora 19:30, la seminarul organizat de Primagym Satu Mare.

REȚETE

Consumul de pepene galben reduce riscul atacului de cord

Cu un conținut de 90% apă, albumine, fibre alimentare, potasiu, fier, vitaminele A, B, C, magneziu, fosfor, calciu din belșug, pepenele galben este unul dintre cele mai bune antioxidante, îmbunătățește sistemul imunitar și reduce riscul atacului cardiac, are acțiune reglatoare asupra apetitului, precum și efecte vitalizante puternice. Se consumă în general în stare naturală, dar este la fel de savuros și sub formă de salate, înghețată sau dulceață.

În caz de constipație se mănâncă dimineața, pe stomacul gol, unul, două kilograme de pepene galben.

Două felii consumate înainte de masă reglează apetitul, pepenele galben având calitatea de a potoli senzația de foame puternică.

Specialiștii recomandă ca în cazul alergiilor, dermatozelor infecțioase, însoțite de usturime și de mâncărimi, să se țină o cură de pepene galben de 10-12 zile, timp în care sunt scoase din alimentație carnea, grăsimile și alimentele conservate.

Pepenele galben conține o cincime din necesarul zilnic de fibre și ajută la realizarea unei serii de procese legate de inimă: scade nivelul colesterolului, scade tensiunea arterială, ajută la pomparea sângelui mai bine și elimină toxinele din sânge. Pepenele galben este, de asemenea, plin de potasiu și vitamina C, ambele ajutând la reglarea tensiunii arteriale și la îmbunătățirea fluxului de sânge către și dinspre inimă.

Afecțiunile prezentate mai sus nu sunt singurele care pot fi îndepărtate grație pepenele galben. Specialiștii susțin că un consum regulat al acestui fruct combate cu succes stresul zilnic. Cercetătorii de la Institutul Național Francez pentru Cercetări Agricole susțin că antioxidanții enzimatici, SOD, conținuți de pepenele galben scad nivelul proteinelor de stres care se acumulează în intestine.

Chiar dacă este dulce, pepenele galben are componente benefice ca potasiul, calciul, vitaminele A, B, C care sunt necesare în menținerea echilibrului metabolic al diabeticilor.

Potrivit unor studii ale cercetătorilor francezi, pulpa fructului de pepene galben conține principii active cu structură asemănătoare tirozinei, care pot modifica activ secreția tiroidei. Mai exact, aceste substanțe influențează direct iodarea tirozinei, procesul care ajută la fabricarea hormonilor tiroidei în țesutul glandei.

În cazul în care există un deficit de secreție tiroidiană, adică hipotiroidie, principiile active din pepenele galben se fixează pe suprafața celulelor secretoare și le obligă să fabrice hormoni. În cazul în care secreția și eliberarea de hormoni tiroidieni sunt mai intense, adică hipertiroidie, aceleași principii blochează mecanismul celular de eliberare a tiroxinei.

O felie potrivită de pepene galben are numai 56 de calorii, dar îți asigură 103,2% din necesarul de vitamina A. Atât vitamina A cât și beta-carotenul sunt importanți nutrienți pentru vedere. Astfel, potrivit studiilor, femeile care au o dietă bogată în vitamina A prezintă un risc redus de a dezvolta cataractă. Studiile arată că riscul poate fi redus cu 39% până la 50%.

Pepenele galben este extrem de benefic în tratarea arsurilor solare. Se poate utiliza și în scop de vitalizare generală, aplicând felii subțiri pe ten.

Din cele mai vechi timpuri, pepenele galben este folosit și în bolile de stomac. Mai mult, specialiștii sunt de acord că bulgărele auriu are capacitatea de a îmbunătăți dispoziția psihică a persoanelor care suferă de depresii.

Semințele de pepene galben fierte în lapte sunt recomandate împotriva pietrelor la vezica biliară. Dacă bolnavul nu primește recomandări speciale, suc de pepene galben se consumă de trei ori pe zi, înainte de fiecare masă, adăugând într-un pahar cu suc o lingură cu miere.

Text selectat și adaptat de Ioan A.

Ciorbă de perișoare cu ciuperci



Ingrediente:

500 g zarzavaturi (pătrunjel, morcovi, gulie, țelină), o ceapă, 3-400 g ciuperci pleurotus (se poate și altfel de ciuperci, dar în acest caz perișoarele vor avea o culoare maronie), un pahar de orez cu boabe rotunde, 3 ouă, circa 30-40 ml ulei, sare, piper, boia de ardei, bază pentru mâncăruri (dacă se poate, delicat de casă).

Mod de preparare:

Ceapa mărunțită sau răzuită se călește în ulei, se adaugă zarzavaturile feliate și se călesc puțin și acestea. Când toate s-au călit se adaugă o linguriță mică de boia de ardei, apoi se stinge cu

circa 2,5 - 3 l de apă. Ciupercile tocate se amestecă cu orezul și cu ouăle, se condimentează cu sare și piper alb măcinat, apoi se formează ghemulețe. La modelarea acestora trebuie să se țină cont de faptul că perișoarele aproape că își vor dubla volumul. Când supă dă bine în clocot se adaugă perișoarele, se condimentează și zeama și se fierbe circa 15-20 minute, până când toate ingredientele se vor înmuia. Se servește caldă, presărată cu pătrunjel verde, cu ardei iute proaspăt sau murat, eventual cu adaos de smântână, sau dacă vreți să fie de post cu smântână vegetală.

Cocktail de iaurt



Ingrediente:

O banană bine coaptă, o pară (eventual, dacă nu este, se poate înlocui cu compot de pere sau un măr cu textură mai moale), câteva picături de zeamă de lămâie, 200 ml de suc natural de mere, 200 ml de iaurt, un pliculeț de zahăr vanilat, 1-2 linguri de miere.

Mod de preparare:

Banana se decojește, para se curăță de coajă și de sămburi (dacă se folosește fruct proaspăt), se taie cubulețe și se stropesc cu câteva picături de zeamă de lămâie pentru a nu-și schimba cu-

loarea. Se amestecă apoi cu restul ingredientelor cu ajutorul unui blender și se bat până când se omogenizează complet. Dacă este cazul se mai poate îndulci puțin, după gust, apoi se lasă cel puțin o oră la frigider. Cocktailul astfel obținut este foarte sănătos și nutritiv, putând substitui chiar o masă. Se servește în pahare răcite în prealabil și se decorează cu funze de mentă, rondele de banane (stropite în prealabil cu zeamă de lămâie) sau cu fructe roșii cu boabe mărunte ori tăiate cubulețe mici.

Papricaș de curcan cu smântână și găluște



Ingrediente:

Pentru papricaș: 1 kg de carne de curcan pulpă sau piept fără os, eventual 4 aripioare (tăiate în două), o ceapă (circa 100-120 g), un ardei gras, ulei, o linguriță de boia de ardei, 2 linguri de făină, circa 150 g de smântână, sare, piper, puțin ulei. Pentru găluște: 300 g făină albă, 2 ouă, sare.

Mod de preparare:

Ceapa și ardeii se mărunțesc și se călesc în ulei. Se adaugă carnea, se călește până când apa scade și carnea se prăjește ușor și capătă o crustă albă, se adaugă boiaua și condimentele și se stinge cu apă. Se fierbe astfel, până când carnea se înmoaie și apa scade de tot. În uleiul de sub carne se presară făina, se amestecă și se adaugă smântâna di-

zolvată cu 2-3 linguri de apă caldă. După ce începe din nou să fiarbă se mai adaugă puțină apă, până când sosul va căpăta consistența dorită, și se mai lasă câteva minute la fiert. Pentru găluște se pun circa 3 l de apă cu sare la fiert, într-un vas de cel puțin 4 l. Se amestecă făina cu ouă, un vârf de cuțit de sare și puțină apă rece. Se bate bine, până devine o pastă omogenă. Cu ajutorul unei linguri se mărunțește în apa clocotită, iar după 8-10 minute de fierbere se strecoară. La servire, papricașul cu găluște se poate oferi cu adaos de smântână sau cu salată de crudități.

Murături olteneste



Ingrediente:

10 - 12 kg pepeni miciți pentru murat (fie se găuresc în mai multe locuri, fie se feliază), 18-20 kg de gogonele, de preferință rozalii, 3-4 kg de țelină și morcovi, 2 kg de conopidă, 10 kg de castraveți, frunze de țelină, usturoi, cimbru, ardei iuți, hrean și sare, toate acestea după preferință.

Mod de preparare:

Toate ingredientele se spală bine, în apă rece, din mai multe ape, și se limpezesc sub jet de apă curgătoare. Cele care trebuie: pepenii mai mari,

țelina, morcovii, conopida și hreanul se feliază, sau se taie bucăți, după caz. Murăturile trebuie așezate în butoi cu grijă, în straturi, în așa fel încât spațiul disponibil să fie cât mai bine umplut, iar la final, după ce recipientul este plin, trebuie mutat în beci sau în cămară, abia după aceea se va turna saramura. Aceasta trebuie fiartă, în compoziție de o lingură plină de sare neiodată la un litru de apă, apoi răcită. Murăturile astfel preparate, după rețetă tradițională, trebuie lăsate să stea minim o lună, abia după 4-5 săptămâni își vor căpăta gustul acru dorit.

Rubrică realizată de Eva Laczko

Buchetele din trandafiri albi sunt foarte apreciate în anul 2018 și, de asemenea, cele din trandafiri în nuanțe deschise, care să inspire puritate și naturalețe. Așadar, dacă îți dorești să păstrezi o notă clasică, dar să fii în același timp elegantă și senzuală, alege un buchet cu trandafiri.

MODĂ

Ideii de coafuri de mirese pentru orice lungime de păr

Fiecare femeie a visat încă de când era o copilă la acest moment deosebit de important precum e cel al căsătoriei. Majoritatea își doresc să facă acest pas o singură dată în viață, de aceea pregătirea nunții trebuie făcută pas cu pas, de la cele mai mici detalii.

Pentru a se simți bine în pielea sa atunci când se căsătorește, viitoarea soție trebuie să analizeze bine fiecare pas, mai ales când vine vorba de aspectul său.

Naturalețe și simplitate

Pentru a fi cât mai simplă e nevoie doar de un păr ușor ondulat de care să fie atașat voalul. Dacă aveți trăsături frumoase și credeți că v-ați simți bine în pielea dumneavoastră așa, atunci puteți opta pentru naturalețe.

Părul ondulat precum cel din anii '40

Stilul vintage a devenit din ce în ce mai abordat în zilele noastre de către viitoarele soții. Aceste coafuri creează o imagine unică și plină de farmec. Se folosesc de obicei câteva agrafe strălucitoare prinse în părți sau în jurul capului pentru a crea o notă glamorous.

Nodurile și cosițele boeme

Dacă stilul tău este boho-chic,



atunci poți apela în continuare la acest stil. Acum numeroase coafuri sunt compuse doar din cosițe simple și noduri boeme, tot pentru simplitatea de care dau dovadă.

Flori în accesorii

Ce poate fi mai frumos decât alegerea unei coafuri pe care să o acceso-

rizeze cu flori naturale?! Bujorii, orhideele și levănțica sunt cele mai folosite. Florile naturale pot fi folosite ca bentițe sau diademe. Le poți folosi atunci când părul îți este ondulat și lăsat liber pe spate (acest model ar avea un impact mai mare) sau poți folosi florile în formarea cocurilor sau a altor modele. Coronile de flori dau o notă de delicatețe și prospețime. Aceste flori

pot fi asortate cu buchetul miresei.

Cosițele franțuzești

Acestea fac parte tot din categoria coafurilor clasice, perfecte pentru miresele romantice. Pe lângă cosițe mai puteți folosi și accesorii precum diademe sau cele care sunt compuse din flori.

Cocul voluminos

Această coafură este tipul anilor 1900. Pentru a îl face voluminos e nevoie să pară a fi unul neglijent. Decorarea cu o diademă e ideală pentru a fi cât mai rafinată.

Cocul neted

Pentru o notă clasică și elegantă, plină de rafinament și feminitate, vă indicăm să optați pentru cocul neted. Acesta este perfect pentru miresele care au părul lung și nu doresc să îi acorde prea multă atenție în acea zi, nu e necesară observarea buclilor dacă încă se mai pot observa sau dacă bentița de flori a început să se usuce deja.

Coadă lejeră

Acest tip este tot unul în genul boem, în care firele de păr subțiri sunt lăsate să cadă ușor sau sunt trase la spate și fixate în vârful capului. Aceasta este ideală pentru rochiile de mireasă clasice.

Diademele în jurul capului

Acestea sunt perfecte pentru miresele ce vor să fie în centrul atenției și să înădrăznețe.

Cele care prezintă ștrasuri sunt de domeniul trecutului, există multe alte modele nou apărute care vă vor face să fiți cea mai frumoasă în acea zi specială!

Buchete de mireasă

Descoperă ce buchete de mireasă sunt la modă în 2018 și accesorizează-ți ținuta cu un model original. Chiar dacă, în general, buchetul rămâne pe ultimul loc, acum ai ocazia să afli cum trebuie să îți alegi buchetul pentru a fi o mireasă perfectă.

Vezi ce buchete de mireasă au căpatat tendințele anului 2018 și fii la înălțime! Citește următoarele rânduri și optează pentru unul dintre modelele propuse. Cu siguranță nu vei trece neobservată!

Alegerea potrivită

Dacă ți-ai propus să afli ce buchete de mireasă se află în preferințele miresele anului 2018, atunci, cel mai probabil, nici ziua cea mare nu este foarte departe. Chiar dacă până acum ai pus accentul pe rochie, pantofi și accesorii, este momentul să acorzi importanță și buchetului tău.

De asemenea, acesta este un simbol minunat al căsătoriei și, în plus, după cum spune tradiția, odată cu aruncarea lui o altă domnișoară va urma să se căsătorească.

De aceea, este important ca buchetul tău să fie deosebit.

În alegerea buchetului de mireasă



poți ține cont de culoarea rochiei, a accesoriilor, precum și de anotimpul în care are loc evenimentul, pentru alegerea florilor.

De asemenea, poți opta pentru buchete cu diferite accesorii, în funcție de preferință, dar și de ținuta aleasă.

Buchete clasice

Între buchetele de mireasă în trend în 2018 se remarcă, bineînțeles, și cele clasice, care sunt potrivite oricărei mirese și îi conferă un plus de feminitate. Așadar, după cum vezi, buchetul este aproape la fel de important ca orice alt accesoriu și, de aceea, nu trebuie să te preocupe mai puțin. Pentru mai mult rafinament, îl poți accesoriza

cu diferite bijuterii create special.

Buchetele din trandafiri albi sunt foarte apreciate în anul 2018 și, de asemenea, cele din trandafiri în nuanțe deschise, care să inspire puritate și naturalețe. Așadar, dacă îți dorești să păstrezi o notă clasică, dar să fii în același timp elegantă și senzuală, alege un buchet cu trandafiri.

Buchete vesele

În tendințele anului 2018, în ceea ce privește buchetele de mireasă, se remarcă mai ales cele din frezii. Acest tip de buchet este perfect pentru orice mireasă și se va asorta cu orice rochie. În plus, îți va conferi un aer diafan, iar florile vor răspândi o mireasmă dulce, minunată. Buchetele din orhidee sunt, de asemenea, o alternativă foarte bună, atunci când îți dorești ceva simplu, dar totodată sofisticat. De asemenea, poți încerca să combini orhideele sau freziile cu trandafirii, pentru un rezultat spectaculos. Lalelele sunt printre preferințele multor femei atunci când vine vorba de alegerea buchetului perfect. În plus, acestea se găsesc în multe culori, începând cu cele albe până la cele negre.

Buchete în culori vii

Buchetele din iriși se numără și ele printre buchetele de mireasă preferate în 2018, iar dacă îți plac nuanțele îndrăznețe și îți dorești să creezi un contrast cu rochia pe care o vei purta sunt perfecte,

Hortensiile sunt, negreșit, o alegere potrivită în cazul în care îți dorești să adaugi o pată de culoare ținutei tale; gerberile, de asemenea.

DIETĂ

Dacă observi o creștere în greutate care nu se justifică prin schimbarea stilului de viață, aruncă un ochi la prospectele medicamentelor pe care le iei și este posibil să observi că aceasta este cauza. Dacă este vorba despre un tratament de durată, discută cu medicul tău pentru a vedea ce alternative terapeutice ai.

Nu doar proasta alimentație ne îngrașă

Frustrarea de a vedea kilogramele în plus pe cântar sau pe șolduri, atunci când nu mai încapi în perechea de blugi preferată, este de înțeles, dar ai știut că nu doar o alimentație haotică și lipsa sportului pot avea aceste efecte?

Orice de la un dezechilibru hormonal la o deficiență de vitamine sau la un tratament medicamentos poate duce la o creștere în greutate. Iată patru dintre motivele pentru care este posibil să te îngrași chiar dacă duci o viață sănătoasă, cu o dietă echilibrată și sport.

Suferi de depresie

Multe medicamente antidepressivă cauzează creștere în greutate - deci, dacă ai fost diagnosticat cu depresie și iei tratament pentru această afecțiune, așteaptă-te la o creștere graduală în greutate, pe parcursul lunilor. Dacă nu iei pastile, există numeroase studii care demonstrează că există o legătură între depresie și creșterea în greutate. Un studiu din 2010 publicat în Jurnalul American de Sănătate Publică a constatat că persoanele care se simt triste și singure câștigă în greutate mai repede decât cele care raportează mai puține simptome legate de depresie, pentru că sunt tentate să mănânce mai multe alimente bogate în grăsimi și calorii, alimente care sporesc de cele mai multe ori confortul psihic.

Iei anumite medicamente

Există o listă lungă de medicamente care pot provoca creșterea în greutate: anticoncepționale, medicamente pentru terapie hormonală, steroizi, beta-blocanți pentru bolile de inimă și tensiunea arterială, medicamente anti-convulsii, medicamente pentru cancerul de sân, unele tratamente pentru poliartrita reumatoidă și chiar unele medicamente pentru migrenă și arsuri la stomac. Dacă observi o creștere în



greutate care nu se justifică prin schimbarea stilului de viață, aruncă un ochi la prospectele medicamentelor pe care le iei și este posibil să observi că aceasta este cauza. Dacă este vorba despre un tratament de durată, discută cu medicul tău pentru a vedea ce alternative terapeutice ai.

Îți lipsesc anumiți nutrienți

Deficiența de magneziu, fier sau vitamina D poate compromite sistemul imunitar, scădea nivelul de energie sau modifica metabolismul în feluri care să îngreuneze respectarea unui stil de viață sănătos. De aceea, de cele mai multe ori vei încerca să compensezi crescând consumul de cafeină, dulciuri și carbohidrați simpli. Mergi la medic și la recomandarea acestuia fă un set complet de analize, pentru a identifica

orice tip de deficit, pe care încearcă apoi să îl compensezi fie printr-o dietă adecvată, fie cu ajutorul suplimentelor alimentare recomandate de specialist.

Suferi de o boală care afectează sistemul osos și articular

Multe probleme ale sistemului osos, muscular și articular, precum fasciita plantară, osteoartrita, durerile de genunchi și de șold, pot duce la creștere în greutate pe care să o scapi lejer de sub control. Mai ales fasciita plantară te poate face să renunți rapid la orice formă de exercițiu fizic, ceea ce te va face să crești în greutate. În acest caz, ce ai de făcut este să schimbi tipul de mișcare pe care îl faci, spre exemplu joggingul cu înotul, și să apelezi la un fizioterapeut care să te ajute cu această problemă.

primagym
AEROBIC CYCLING FITNESS

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

Oferta Speciala

15%

LA ORICARE PRODUS CUMPĂRAT
DIN GAMA PSORIODERM PRIMIȚI
GRATUIT
1 CREMĂ
PSORIODERM SENSITIV 100 ml

Gama de produse Psorioderm Psorioderm Sensitive

Pielea uscată, iritată, dar și cea eczematoasă și atopică necesită îngrijire specială. Produsele **Psorioderm® SENSITIVE** au fost concepute astfel încât să asigure îngrijire adecvată bebelușului, copiilor și adulților, a pielii uscate, iritate, eczematoasă sau atopică, dar și a pielii psoriatică și seboreice în cazul persoanelor care nu tolerează acidul salicilic. Produsele liniștesc pielea, calmează placa psoriatică și seboreică.

Gama de produse **Psorioderm® SENSITIVE** hrănește, hidratează, revitalizează, calmează și îngrijește pielea deshidratată. Fiecare produs al acestei game a fost îmbogățit cu unt de cocos, ulei de măsline, nucă de cocos, germen de grâu, avocado, levănțică, borago, black currant, calendula, aloe vera, vitamina A cu supliment de miere, extract de ulei de jojoba, vitamina E și unt de shea pentru o îngrijire mai blândă. Produsele au fost testate dermatologic. Produsele nu conțin acid salicilic, parabenii, steroizi, sulfuri și coloranți artificiali iar parfumul nu conține alergeni. Gama de produse Psorioderm® SENSITIVE a obținut Premiul de Calitate în Ungaria 2013!

Aceste produse le găsiți la **ATOMEDICAL VEST**,
în Satu Mare, pe str. Gheorghe Lazăr, nr 1, ap 28, lângă Poliție,
între farmacie și Policlinica Veche.
Program de lucru: de Luni până Vineri între orele 8:00 - 16:00
Informații la 0261.726101

Berea, sursă de minerale necesare organismului

Mineralele sunt esențiale în realizarea funcțiilor metabolice și au un rol cheie în buna funcționare a organismului. Berea, băutura obținută din ingrediente 100% naturale (cereale, hamei și apă), conține minerale și poate fi integrată într-un stil de viață sănătos în condițiile unui consum moderat. 75% din mineralele pe care le conține provin din malț (orz sau alte cereale supuse unui proces de prăjire), iar restul de 25% din apă.

Pentru a ajuta organismul să își completeze doza zilnică recomandată de minerale, dieta alimentară trebuie să fie una echilibrată, iar un pahar de bere, încadrat în cantitățile unui consum moderat așa cum este definit de către Organizația Mondială a Sănătății, adică 330 ml/zi pentru femei și 660 ml/zi pentru bărbați, poate avea o contribuție la menținerea stării de bine a organismului.

„Prin conținutul de fibre, vitamine și minerale, berea poate avea un aport important la dieta noastră alimentară. Fiecare tip de mineral are rolul său în menținerea sănătății, însă este extrem de important ca acesta să fie asimilat în pre-

zența altor minerale cu funcții asemănătoare. Acesta este marele avantaj pe care îl oferă berea - datorită ingredientelor sale naturale, în bere se regăsesc majoritatea mineralelor esențiale. Bineînțeles, trebuie să avem întotdeauna în vedere ca în varianta cu alcool berea să fie consumată cu moderație”, spune dr. Corina Zugravu, președintele Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție.

Minerale pe care le regăsim în bere

Calciul, magneziul, sodiul, fierul sau potasiul aduc fiecare câte un beneficiu specific. Printr-o dietă variată și echilibrată, ne putem asigura că organismul asimilează necesarul de minerale.

Malțul, ingredient care intră în procesul de fabricare a berii, este bogat în vitamine (A, B și C) și minerale, în principal sodiu și magneziu - două dintre elementele indispensabile pentru rehidratarea organismului după efort fizic. Astfel, berea fără alcool poate oferi or-

ganismului uman beneficiul rehidratării, deoarece compensează pierderile de sodiu și magneziu din organism.

Calciul este cel mai abundent mineral din organismul uman, iar dintre toate mineralele conținute de bere aduce cele mai multe beneficii: ajută la sănătatea mușchilor inimii, alături de potasiu, la menținerea în stare bună a structurii osoase și a dentiției, alături de fosfor, dar și la prevenirea riscului de apariție a osteoporozei.

Potrivit site-ului beresanatatenutritie.ro, potasiul stabilizează tensiunea arterială, îmbunătățește funcțiile cerebrale, reglează nivelul de aciditate din corp și stimulează detoxifierea organismului. Asimilarea potasiului în organism este mai eficientă în prezența magneziului, iar în interacțiunea cu sodiul din bere raportul este unul benefic pentru menținerea tensiunii arteriale în limite normale.

Fierul, un alt mineral care se regăsește și în bere, în mod special în berea brună, are rol în transportul oxigenului de la plămâni către celule.

Alimente de evitat la cină

Dacă vrem să câștigăm bătălia cu kilogramele, masa de seară trebuie să devină o amintire. Masa de seară poate fi opțională într-o dietă echilibrată, asta dacă am reușit să acoperim cel puțin două mese principale (mic dejun și prânz) și una-două gustări de-a lungul zilei respective. De cele mai multe ori se întâmplă însă să fie singura și cea mai consistentă masă a zilei. În acest mod, îngrășarea nu va întârzia să apară. Pentru a evita acest lucru, iată ce alimente ar trebui să evităm seara.

- Pâine integrală/cu semințe
- Cereale tip muesli, boabe de grâu, orz, ovăz
- Mămăligă preparată cu mălai, griș
- Paste făinoase din făină integrală
- Orez brun, nedecorticat
- Legume și leguminoase cu amidon (cartofi, mazăre, fasole boabe, linte, năut)
- Hrișcă, cuș-cuș, mei, quinoa
- Zahăr și derivate cu zahăr - prăjituri, bomboane, foietaje, creme, ciocolată, sucuri carbogazoase sau necarbogazoase

- Fructe și sucuri naturale
- Unt, smântână, brânzeturi grase (oaie, bivoliță, brânzeturi franțuzești, cașcaval)
- Mezeluri cu carne tocată (crenvurști, parizer, tobă, salam, cârnați, cabanos, pateu)
- Tocături cu grăsimi (mici, chiftele, hamburgeri)
- Oleaginoase (migdale, nuci, alune, fistic, caju, macadamia)
- Alcool, cu moderație.

Ce putem mânca?

- Carne albă slabă, pește și derivate
- Ouă, cu moderație, ocazional
- Lactate și brânzeturi cu aport mediu de grăsime (maxim 16-18% grăsime)
- De evitat carnea roșie, bogată în grăsimi sau procesată
- Legume multe, crude, nepregătite termic, la grătar, sau doar ușor prelucrate, stil wok.

Merită subliniat rolul lui Petru Groza în luarea câtorva decizii importante de politică externă: deschiderea către Republica Populară Chineză; retragerea trupelor sovietice din România cu mai mult de 30 de ani mai repede decât din celelalte țări socialiste; rechemarea unor mari personalități românești din străinătate; reconsiderarea lui Tito și relațiile cu ungurii.

PERSONALITĂȚI

Petru Groza (1884-1958), baronul roșu

Urmare din numărul precedent

Este în afara oricărui dubiu că unirea Transilvaniei de Nord nu se putea realiza fără acordul expres al lui Stalin, în condițiile în care România avea regim de țară învinsă și ocupată de Armata Roșie.

Ca un paradox al istoriei, Stalin a preferat să ignore propunerile Comisiei Litvinov, din care făcea parte și generalul Valter Roman, de a se crea o Transilvanie independentă, cu peste 100 de mii kmp și 5 milioane de locuitori, în afara oricărui uniuni sau federații, preferând să încurajeze și să sprijine P.C.R. prin anularea Diktatului de la Viena și recunoașterea apartenenței Ardealului la România. În timp ce anglo-americanii încercau să sprijine Comisia Litvinov pentru înființarea unei Transilvanii autonome sau independente, Stalin a preferat retrocedarea Transilvaniei de Nord către România și a refuzat propunerea Comisiei sale de a înființa un experiment separatist în Ardeal.

Decizia lui Stalin de a încuviința revenirea Transilvaniei de Nord la România a fost determinată și de instaurarea la București a unui guvern pro-sovietic, condus de Dr. Petru Groza. Aceasta a fost o condiție esențială, fără de care Transilvania ar fi fost pierdută de România pe vecie. Realizarea acestui moment crucial în istoria neamului românesc ne facem să subliniem rolul extraordinar de important pe care l-a avut Dr. Petru Groza, care și-a luat asupra lui conducerea unui guvern în vremea căruia i-a fost restituit României Ardealul de Nord.

În 18 august 1945, Roy Melbourne a prezentat ministrului de externe Gheorghe Tătărăscu o notă verbală prin care se arată că guvernul american dorește în România un regim reprezentativ, constituit din reprezentanții tuturor partidelor democratice. În consecință, S.U.A. nu vor semna tratatul final de pace decât cu un guvern democratic. Atât Petru Groza, cât și Tătărăscu au respins nota S.U.A., declarând-o nulă și neavenită. De reținut că și Anglia a trimis o asemenea notă, de care guvernul nu a ținut cont.

În fața refuzului lui Petru Groza de a demisiona, Regele Mihai, la 21 august 1945, a declarat greva regală și nu a mai acceptat să mai contrasemneze actele guvernului. Totuși s-a decis ca în guvern să intre câte un reprezentant al P.N.L. și P.N.Ț., după care să se organizeze alegeri libere și să se asigure libertatea presei, a cuvântului și a religiei. La insistențele Moscovei, S.U.A. și Anglia pe 5 februarie 1946 au recunoscut guvernul Petru Groza. După eșuarea grevei regale, Regele Mihai a adoptat o poziție mai prudentă cu guvernul Petru Groza. Pe 17 mai 1946, forțele politice guvernamentale s-au constituit în Blocul Partidelor Democratice, pentru a depune liste comune la alegeri. B.P.D. era format din P.C.R., P.S.D., P.N.L.-Tătărăscu, P.N.Ț.-Alexandrescu și Frontul Plugarilor. P.N.L. și P.N.Ț. au eșuat în a face un front comun. Guvernul a modificat Legea electorală, pentru prima dată puteau vota și femeile.

Alegerile din 1946: "Nu contează cine cu cine votează, contează cine numără voturile"

Deși Washington și Londra i-au dat garanții lui Iuliu Maniu că alegerile care se vor organiza vor fi libere, guvernul condus de Petru Groza nu a ezitat să folosească în procesul electoral dictionul lui Stalin: "Nu contează cine cu cine votează, contează cine numără voturile".

Alegerile au avut loc pe 19 noiembrie 1946. Prezența la vot a fost masivă. Rezultatele au fost următoarele: B.P.D. - 69,81%, P.N.Ț. - 12,88%, Uniunea Populară Maghiară - 8,32%, P.N.L. - 3,78%.

După alegerile parlamentare, obiectivul politic esențial al P.C.R. era acapararea întregii puteri în stat și lichidarea opoziției. Planul a fost elaborat de Teohari Georgescu și Panteli Bodnarenko, ofițeri de informații sovietici (Mihai Pațepa, "Moștenirea Kremlinului", București, Editura Venus, 1993, p. 55 -56).

Înscenarea de la Tămădău a fost etichetată drept act de trădare națională

Încă de la începutul anului 1947, autoritățile comuniste au operat numeroase arestări din rândul adversarilor politici, prin comiterea unor abuzuri. Pe 14 iulie 1947, autoritățile ministerului de Interne au reușit să întindă o capcană principalilor fruntași țărâniști, care se pregăteau să plece în Anglia, pentru a informa diplomații occidentali despre situația reală din România. Înscenarea de la Tămădău a fost etichetată drept act de trădare națională și transformată într-un caz politic major (Georgeta Smeu, "Dicționar de istorie a românilor", București, Editura Trei, 1997, p. 364 -365).

Pentru a permite implicarea P.N.Ț. și a lui Iuliu Maniu, autoritățile comuniste au extins acuzațiile cu caracter politic. La 30 iulie 1947, printr-un jurnal al Consiliului de Miniștri, s-a decis dizolvarea P.N.Ț. În aceeași zi a fost convocată Adunarea Deputaților, în cadrul căreia, pe baza unui raport întocmit de Teohari Georgescu, s-a aprobat dizolvarea cu 294 de voturi pentru și 1 împotriva. În acel jurnal se stabilea: "P.N.Ț. sub președinția domnului Iuliu Maniu este și rămâne dizolvat pe data publicării în Monitorul Oficial. Această decizie de dizolvare cuprinde și toate organizațiile județene, de plasă și comunale ale sus-menționatului partid, organizațiile de tineret, de femei și orice alte organizații sau asociații conduse de acest partid".

Pe 1 noiembrie, P.N.L. a decis să își înceteze activitatea. Cinci zile mai târziu, Adunarea Deputaților a adoptat o moțiune de neîncredere în Gheorghe Tătărăscu, ministru de Externe și vicepreședinte al Consiliului de Miniștri. În ziua următoare, reprezentanții P.N.L.-Tătărăscu au demisionat din guvern. Procesul intentat liderilor P.N.Ț. s-a desfășurat între 29 octombrie și 4 noiembrie 1947. (Președintele Completului de judecată a fost Alexandra Sidorovici, soția lui Silviu Brucan).

Ca și în cazul procesului intentat Mareșalului Ion Antonescu, în urmă cu un an și jumătate, sentința era dinainte stabilită, pe baza unor acuzații fără acoperire materială, având la bază indicații politice venite de la Moscova și prezente în haină juridică la București. Iuliu Maniu și Ion Mihalache au fost singurii condamnați la temniță grea pe viață.

Pe 18 decembrie 1947, Regele Mihai a venit cu trenul de la Lausanne și a sosit la București, trei zile mai târziu (Arthur Lee, Op. cit., p. 235-247).

După o întrevedere cu Petru Groza, unde nu s-a ajuns la vreo concluzie, Regele Mihai și mama sa au plecat la Sinaia pentru sărbătorile de iarnă. În ajunul Crăciunului, a fost investit în funcția de ministru al Apărării Naționale Emil Bodnăraș, care potrivit unor informații abia ajunsese de la Moscova, unde primise din partea lui Stalin indicațiile privind organizarea abdicării Regelui Mihai.

Pe la orele 20:30 în seara zilei de 29 decembrie, Regele Mihai a fost informat

despre cererea formală a lui Petru Groza de a-i acorda o audiență a doua zi, la ora 10. Inițial, Regele Mihai a presupus că este vorba de căsătoria lui. În dimineața zilei de 30 decembrie 1947, Regele Mihai împreună cu Regina Mamă Elena și câteva persoane de la Curtea Regală s-au deplasat spre București, iar în jurul orei 12 au ajuns la Palatul din șoseaua Kiseleff. În 15 minute au sosit Petru Groza și Gheorghe Gheorghiu-Dej. Petru Groza a precizat că guvernul va aranja problemele materiale, astfel încât familia regală să ducă o viață confortabilă. De asemenea, Gheorghe Gheorghiu-Dej a făcut aluzie la un posibil proces, ce ar putea fi intentat Majestății Sale. În acel moment, Regele Mihai a declarat că propunerea ridică grave probleme constituționale. Petru Groza a scos o coală din pergament alb din dosarul pe care-l ținuse în mână de când începuse audiența: "Trebuie să citiți acum. Nu părăsim această încăpere până când hârtia nu va fi semnată, chiar dacă va trebui să stăm aici până diseară. Poporul nostru așteaptă știrea abdicării dumneavoastră. Dacă nu vom avea semnătura dumneavoastră se vor ivi mari neplăceri" (Arthur Lee, Op. cit., p. 235-247).

La orele 15:30 s-a întrunit Consiliul de Miniștri. Petru Groza a adus la cunoștință actul abdicării și a fost emisă o Proclamație a Guvernului către Țară: "Astfel, poporul român a dobândit libertatea de a-și clădi o nouă formă de stat - Republica Populară". La orele 19:10, sub președinția lui Mihail Sadoveanu, s-a deschis Ședința extraordinară a Adunării Deputaților (Nicolette Franck, Op. cit., p. 233-236). În unanimitate au fost aprobate două proiecte de lege. Primul a luat act de abdicarea regelui pentru sine și urmașii lui. Constituția României a fost abrogată, iar noua denumire oficială a statului devenea Republica Populară Română. De asemenea, se preciza că puterea executivă va fi exercitată de Adunarea Deputaților, până la dizolvarea ei și întrunirea unei Adunări Naționale Constituante, care se va face la o dată fixată de Adunarea Deputaților. Aceasta va adopta noua Constituție a Republicii Populare Române. Prin al doilea proiect s-au numit membrii Prezidiului Provizoriu al Republicii Populare Române: Constantin Ion Parhon - președinte, Mihail Sadoveanu, Ștefan Voitec, Gheorghe Stere și Ion Niculi - vicepreședinți.

În 24 februarie 1948 a fost dizolvată Adunarea Deputaților. Trei zile mai târziu s-a constituit Frontul Democrației Populare, o alianță electorală formată din Partidul Muncitoresc Român (noua denumire adoptată în urma fuziunii Partidului Comunist Român cu Partidul Social-Democrat), Frontul Plugarilor, P.N.L. - Bejan și Uniunea Populară Maghiară.

Petru Groza și-a păstrat mandatul de Prim-Ministru până pe 2 iunie 1952

Pe 28 martie 1948 au avut loc alegerile pentru Marea Adunare Națională, forul legislativ unicameral al Republicii Populare Române. Primul obiectiv al Marii Adunări Naționale a fost acela de a redacta noua lege fundamentală. Constituția Republicii Populare Române, care a fost promulgată pe 13 aprilie 1948.

Petru Groza și-a păstrat mandatul de Prim-Ministru până pe 2 iunie 1952, iar zece zile mai târziu l-a înlocuit pe Constantin Ion Parhon în funcția de Președinte al Prezidiului Marii Adunări Naționale, instituția care asigura în mod simbolic șefia Republicii Populare Române. Petru Groza a rămas în această



În anul 1946 Dr. Petru Groza a fost prezent la Carei, Satu Mare și Negrești-Oaș, pentru a înmâna titlurile de proprietate țăranilor în urma reformei agrare din 1945

funcție până la sfârșitul vieții.

Începând din 1948, autoritățile comuniste au început să impună modelul stalinist de organizare și conducere a societății. Pe plan internațional, România a fost membru fondator al C.A.E.R. în 1949 și al Tratatului de la Varșovia în 1955.

Bătrân și bolnav, Petru Groza a fost silit să accepte, la 7 februarie, dizolvarea Frontului Plugarilor, un concurent serios și un ghimpe în ochii comuniștilor. Deși a fost numit de politicienii vremii "Baronul roșu", Petru Groza nu s-a înscris în rândul membrilor Partidului Muncitoresc Român, astfel că a reușit performanța politică de a se situa în poziții de frunte în cadrul regimului comunist fără a fi vreodată membru de partid. O explicație poate fi abilitatea cu care a reușit să-și atragă sprijinul și încrederea lui Stalin, rememorată într-una din notele sale politice: "M-am apropiat de Stalin. Acesta stătea pe un soi de continentă, ceva mai înaltă ca podeaua. M-am aruncat în genunchi și i-am spus: în sfârșit mi-am atins idealul de mic copil. Ziua asta va fi cea mai frumoasă din viața mea. Stalin, vădit impresionat, m-a luat de braț, m-a ridicat, m-a îmbrățișat. Gestul meu îi făcuse o impresie deosebită, cercul meu la fel și pe urmă l-am câștigat. Eram un teatralist fără pereche. Stalin mă considera simpaticul burghez român Petru Groza." (Ibidem).

După 1945, Dr. Petru Groza a fost socotit ca tovarăș de drum. El a intervenit de mai multe ori și pentru prietenii săi, cât și pentru necunoscuții care i se adresau. Cu o zi înainte de a trece la cele veșnice, a semnat un Decret de Grațiere în calitatea de Președinte al Prezidiului Marii Adunări Naționale. Pentru acest ultim act de clemență l-a șantajat pe Gheorghe Gheorghiu-Dej.

Gheorghe Gheorghiu-Dej a aprobat eliberarea istoricului Constantin C. Giurăscu, care avea domiciliul forțat într-un sat din Bărăgan - Măzăreni, și a colegului său de detenție, profesorul Gheorghe Strat. De asemenea, Petru Groza a intervenit în cursul vizitelor în Ungaria, pe lângă înalte oficialități maghiare, pentru eliberarea unor foști colegi de la Colegiul din Orăștie, precum și a lui Nagy Vilmos, fost șef de stat major al armatei maghiare, a lui Horvath Bela, secretar de stat la Interne, precum și a lui Tökes Ernő, protopop reformat. În România a intervenit pentru prietenul și colegul său de clasă Nicolae Brânzeu, canonic prepozit, și pentru Otto Roth.

Petru Groza l-a sfătuit pe Gheorghe Gheorghiu-Dej să nu-l mai critice pe Tito, căci ar putea să regrete mai târziu. Cu Bodnăraș Petru Groza s-a înțeles cel mai bine, fiindcă cunoștea foarte bine situația din Rusia. Merită subliniat rolul lui Petru Groza în luarea câtorva decizii importante de politică externă: deschiderea către Republica Populară Chineză; retragerea trupelor sovietice din România cu mai mult de 30 de ani mai repede

decât din celelalte țări socialiste; rechemarea unor mari personalități românești din străinătate; reconsiderarea lui Tito și relațiile cu ungurii.

Vizita lui Petru Groza în China în 1954, care a durat două luni, efectuată la invitația lui Mao Tze Dong, a deschis un întreg capitol în politica externă a anilor 1950-1960. Așa cum aprecia Nikita Hrușciov, ea a marcat o nouă politică românească, care să adăpostească sub umbrela chinezească impulsurile naționale și izolaționiste față de Moscova. Gheorghe Gheorghiu-Dej va merge la Beijing în 1956 la cel de-al VIII-lea Congres al P.C. Chinez, în calitate de Prim-Secretar al P.M.R., iar Chivu Stoica, ca Președinte al Consiliului de Miniștri, va conduce delegația oficială la Beijing în 1958. Desprinderea de Moscova și apropierea de China va fi consimțită de Gheorghe Gheorghiu-Dej în 1962.

După 1990 au fost doborâte toate statuile care-l reprezentau pe Petru Groza

Dr. Petru Groza a decedat pe 7 ianuarie 1958, la vârsta de 74 de ani, răpus de cancer. Din anumite surse, se presupune că decesul lui Petru Groza a fost provocat de iradiere, la fel ca și în cazul lui Gheorghe Gheorghiu-Dej. A fost înhumat inițial la Cimitirul Ghencea Militar, iar ulterior a fost depus în Mausoleul din fața Pieței Libertății din București. Urna cu rămășițele pământești se află acum în cavoul familiei din cimitirul din Băcia, locul unde s-a născut și a copilărit.

După 1990, pe nedrept au fost doborâte toate statuile care-l reprezentau pe Petru Groza (statuia din București, opera lui Romulus Ladea din 1971, și statuia din 1962, opera lui Constantin Baraschi). Cea din urmă a fost repusă pe soclu în 2007, în localitatea natală, Băcia. Autorii consideră că distrugerea de statui pe considerente politice și ideologice reprezintă o formă de vandalism. Statuile exprimă idei și sentimente, precum și emoții ale celor care le creează. Nu Petru Groza a adus Armata Roșie în România, doar istoria îl poate judeca. În memoriam, Casa Memorială din Deva este vizitată de mii de români din țară și din străinătate. Petru Groza va rămâne în Istoria Națională a României, o ilustrare a personalității politice, un mare patriot, care într-o conjunctură defavorabilă României, ocupată de Armata Roșie și considerată pe nedrept înfrânt în cel de-Al Doilea Război Mondial, prin abilitatea sa politică, prin compromisuri făcute cu comuniștii români și cu U.R.S.S., a reușit să readucă în granițele firești ale României Transilvania de Nord.

Autorii acestui material s-au bazat și pe cartea autobiografică a lui Petru Groza: "Adio lumii vechi - Memorii", București, Editura Compania, 2003.

DEZVOLTARE PERSONALĂ



Astenia de toamnă, simptome și modalități de prevenție

Pentru foarte mulți oameni, luna septembrie e asociată cu sosirea bruscă a toamnei. Chiar dacă e încă vreme frumoasă și în mulți ani s-a putut sta mult și bine la soare, septembrie e prima lună de toamnă și da naștere unor stări ne-



plăcute în organism. Evident, psihologii ne recomandă să privim partea frumoasă a acestei luni și să ne bucurăm mai ales de coloritul naturii.

Cum socoteala de acasă nu se potrivește mereu cu cea din târg, e bine de știut că studiile arată că una din zece persoane se confruntă cu astenia de toamnă. Ce este această astenie, de unde vine ea și cum putem scăpa de ea, mai ales, aflăm în rândurile de mai jos.

Tristețea și slăbiciunea organismului, semnale de alarmă

Astenia de toamnă e cauzată de regulă de dificultatea corpului nostru de a se adapta la diferențele de temperatură dintre zi și noapte. La acest disconfort se adaugă dietele necorespunzătoare și expunerea redusă la soare. Dacă ne odihnim insuficient și nu facem nici mișcare, putem să ajungem să ne confruntăm cu neplăcuta astenie de toamnă. Toamna zilele sunt și ele mai scurte, chiar mai răcoroase și, fără mult soare, par neprietenoase. Asta s-ar putea să ne facă să simțim o tristețe. Ea trebuie să fie doar o stare de spirit trecătoare. Dacă persistă e un semnal de alarmă ce anunță prezența asteniei. În situația în care zilele la rând simțim o slăbiciune a organismului și o stare de tristețe ne confruntăm cu astenia de toamnă.

Cel mai des întâlnite manifestări ale asteniei

Specialiștii sunt de părere că manifestările cel mai frecvent întâlnite ale asteniei de toamnă sunt apatia, tristețea - depresia, incapacitatea de a face față situațiilor stresante - anxietatea, trecerea bruscă de la o stare la alta, tulburările de somn, dorința de a dormi ziua, oboseala, incapacitatea de a desfășura activitățile de la serviciu ca în lunile anterioare, dorința de a sta izolat, fără prieteni.

Ieșiri în natură, dietă echilibrată și sport

Înainte de a ajunge să tratăm o problemă, trebuie să știm că sunt metode de a preveni instalarea asteniei de toamnă. Și nu e deloc dificil. Este recomandat să petrecem cât mai mult timp în aer liber. Chiar dacă soarele nu se arată, plimbările sunt făcătoare de minuni. În această perioadă trebuie mai mult ca oricând să asigurăm necesarul zilnic de vitamine și minerale corpului nostru, evident printr-o dietă echilibrată.

Să nu uităm să facem sport, să socializăm, să nu ne stresăm din orice cauză. Când timpul nu ne permite ieșirea și expunerea la lumina naturală, putem citi o carte, ceva ce ne face plăcere.

În situația în care simțim că nimic nu ne ajută în lupta împotriva asteniei, e indicat să ne adresăm unui specialist, psiholog, psihoterapeut.

Page realizată de Andrei G.

Începerea noului an școlar, eveniment cu puternică încărcătură emoțională pentru copii și părinți

De cum se încheie luna august încep pregătirile pentru noul an școlar ce bate la ușă. E un eveniment cu o puternică încărcătură emoțională nu doar pentru copiii ce urmează să meargă la școală sau la grădiniță, ci și pentru părinți și, de ce nu, pentru bunici.

Vacanța de vară se termină și se revine la programul specific cu trezirea de dimineață, mersul la școală, revenitul acasă, teme și culcarea mult mai devreme ca în serile de vară.

Goana după rechizite, așteptările părinților, stresul cotidian

În multe familii, începerea noului an școlar poate să se transforme într-un eveniment destul de stresant. Asta nu doar datorită faptului că urmează zile cu stat la coadă după cumpărarea rechizitelor și a celor necesare în ghiozdan, ci și pentru că de obicei părinții încep să se gândească la notele ce le va lua copilul, așteptările fiind mari, pe când copilul la rândul său se poate gândi că are unele lacune la diverse materii, îi este teamă să le spună, iar de aici un stres continuu.

Părintele trebuie să îi arate copilului că are încredere în el, iar așteptările de la noul an școlar se discută în familie

Tocmai pornind de la această idee, e indicat în această perioadă ca părinții să discute cu copilul, să ia fiecare materie în parte și să afle ce îl îngrijorează pe copilul său.

Fricile nu dispar de la sine, cel mic trebuie învățat să le înfrunte. Gândurile



În multe familii, începerea noului an școlar poate să se transforme într-un eveniment destul de stresant

care îl frământă trebuie discutate în familie, fără a încerca să minimizăm îngrijorările copilului.

Trebuie discutate și așteptările ce există de ambele părți.

La fel ca în cazul părintelui care are anumite obiective la locul de muncă și în cazul copilului, care își fixează și el unele ținte pentru noul an școlar.

Părintele trebuie să îi arate copilului faptul că are încredere în el.

Schimbările ce intervin în viața de școlar

Să nu uităm nici că începerea noului an școlar nu înseamnă doar cursuri și teme. Copilul se va simți mult mai bine dacă va vedea că are timpul său liber și posibilitatea de a-l petrece într-un mod cât mai plăcut.

Să nu uităm de nevoile emoționale ale celui mic. Schimbările îl afectează

și pe el la fel de mult ca pe noi, pe adulți. Îl putem în schimb ajuta să învețe cum să le gestioneze.

În acest sens, vom lucra împreună cu copilul la tot ceea ce ține de program în așa fel încât să nu i se pară o adevărată corvoadă viața de școlar.

Îl ajutăm astfel să ne comunice mult mai ușor ce a făcut la școală, fără a-i adresa mai apoi stesanta întrebare: Ce notă ai luat azi?

Curajul, o capacitate mentală. Oamenii știu, dar nu îndrăznesc

Încă din cele mai vechi timpuri, oamenii au admirat curajul. Trăsătură a celor puternici ce îndrăznesc parcă să mute chiar și munții din loc, curajul e o calitate ce ne ajută mult în atingerea obiectivelor.

Un om curajos e un om care știe ce să pună în balanță pentru a avea echilibrul necesar, e un om care are încredere în propriile sale forțe și își asumă, fără supărare, eșecurile.

Un om curajos își cunoaște valorile și se acceptă așa cum e

Dacă e să aruncăm privirea în trecut putem observa că persoanele curajoase au fost acelea care au făcut ceva ce a rămas în istorie. Curajul nu înseamnă a sări în cușca leului, a te arunca de pe o stâncă în mare, a practica un sport extrem. Curajul e în fiecare dintre noi, spun specialiștii, doar că unii profită din plin de această calitate, alții nu. Un om curajos își cunoaște valorile, puterile, se acceptă așa cum e și nu încearcă să se schimbe doar pentru a fi ca și ceilalți sau doar de dragul lor.



Curajul nu înseamnă a sări în cușca leului

Omul curajos are încredere în sine și în capacitățile sale.

Să vorbim deschis despre frică

Curajul crește pe măsură ce îndrăznim să facem ceva. Majoritatea oamenilor știu cum pot obține curajul, însă nu îndrăznesc să treacă la fapte. E ca în cazul succesului. Totul se învață. Un om curajos nu e neapărat un om care nu a avut eșecuri, ci dimpotrivă, e omul care a greșit, a avut eșecuri, dar a învățat din ele, s-a înarmat cu ambiție multă și voință. Totul ține de exercițiu în condițiile în care curajul e o capacitate mentală.

Să nu uităm că și oamenii timizi sunt curajoși. Și, mai mult decât atât, cu toții avem anumite frici. Important este să le identificăm și să le confruntăm, să vorbim deschis despre fricile noastre. E ca în cazul adevărului. E mai greu să spui adevărul, ai nevoie și pentru aceasta de curaj în multe situații, dar e mult mai sănătos decât să spui o minciună.

Fără ambiție nu putem să ne atingem obiectivele

În rândurile de mai sus menționam faptul că pentru a face ceva, a duce ceva la bun sfârșit, e nevoie de ambiție. Fără ambiție, voință, nu putem face nimic. Și aceasta denotă faptul că avem curaj.

Schimbările din viața noastră vin tot ca urmare a unor fapte de curaj. Ne asumăm riscuri, valorificăm circumstanțe în care ne aflăm. Astfel, chiar și în momentul în care luăm anumite decizii putem spune că facem ceva curajos: investim într-o afacere, ne reorientăm profesional, intrăm într-o nouă relație.

Cu alte cuvinte, putem afirma că pentru absolut orice acțiune e nevoie de o doză de curaj. Pe măsură ce facem ceva ne dozăm practic curajul. În funcție de activitatea întreprinsă, cunoaștem măsura de dozaj și învățăm să gestionăm fiecare situație.

Iată câteva citate celebre despre curaj:

“Sinceritatea este forma cea mai îndrăznească a curajului.” - William Somerset Maugham

“Într-o situație disperată, numai curajul și inteligența te mai pot ajuta.” - Jean Piaget

“Norocul orb ajută îndrăzneala oarbă.” - La Fontaine

“Nimic nu îi dă mai mult curaj unui om fricos decât frica altuia.” - Umberto Eco

“Optimismul este fundația curajului.” - Nicholas Butler

Opera lui Mircea cel Bătrân este multilaterală și bogată în conținut. Mai întâi este o realitate faptul că în timpul lui Mircea hotarele Țării Românești au cunoscut cea mai mare întindere. El a știut, în complexitatea raporturilor politice ale timpului, să aducă în hotarele țării pământuri străvechi românești, fiind, după expresia lui P.P. Panaitescu, "adunător de pământuri românești".

600 de ani de la moartea lui Mircea cel Bătrân, Domn al Țării Românești între anii 1386 și 1418

În Anul Centenarului Marii Uniri, comemorăm 600 de ani de la moartea marelui voievod Mircea cel Bătrân, unificator, om politic, diplomat, organizator al statului, comandant militar și strateg, sprijinitor al culturii și ctitor de așezăminte.

Mircea cel Bătrân a fost fiul lui Radu I Basarab (1377 - 1383), nepotul lui Nicolae Alexandru și strănepotul lui Basarab întemeietorul. Înainte de el a domnit fratele său mai mare Dan I (1383 - 1386), care a căzut pe câmpul de luptă în războiul împotriva țarului de la Târnovo, Șişman. Mama lui Mircea a fost Calinichia doamna, după pomelnicul de la Câmpulung. Totuși, pomelnicul de la Câmpulung o menționează ca soție a lui Radu I pe Ana. În acest caz, fie a avut două soții, fie pe Calinichia o chema și Ana. Știrile sunt puține. Hașdeu ne informează despre Calinichia că era de neam împărătesc din sângele Paleologilor, sora sau vara împăratului bizantin Ion Paleologul. Mircea era oricum Basarab autentic, iar părintele său, care a fost un mare domnitor și ctitor, a fost socotit prin confuzia cronicilor din secolul al XVII-lea faimosul descălecător din Făgăraș, Negru Vodă, numit Radu Negru și socotit întemeietorul Țării Românești.

Tratate încheiate

Începându-și domnia în anul 1386, Mircea cel Bătrân a pornit la organizarea multilaterală a Țării Românești pentru a face față expansiunii otomane ce ajunseser în Balcani. În vederea apărării și pentru a fi în bune relații cu vecinii, Mircea încheie tratat pe bază de egalitate, mai întâi cu regele Ungariei, Sigismund de Luxemburg (cărui îi recunoaște suzeranitatea), la 7 martie 1395, la Brașov. Mai înainte, încheiasse cu regele polon Vladislav al II-lea Iagellom un tratat de alianță în localitatea Radom din Polonia, la 10 decembrie 1389.

Aflat în ofensivă, Imperiul Otoman cucerește țările bulgărești pe care le transformă în pašalâci și atacă Serbia. În urma bătăliei de la Kossovopolje (Câmpia Mierlei, 1389), cneazul Lazăr cade în luptă și Serbia este transformată și ea în pašalâc. Deși unele documente pomenesc despre ajutorul armat acordat de către Mircea Serbiei, faptul nu este unanim recunoscut. În continuare, otomanii pătrund în Țara Românească și Mircea cel Bătrân conduce oștile române în marea confruntare de la Rovine, localitate situată de majoritatea izvoarelor pe Argeș. Bătălia de la Rovine (10 octombrie 1394 sau, după cercetări recente, 17 mai 1395) împotriva oștilor otomane conduse de Baiazid Ilderim (Fulgerul) se încheie cu o strălucită victorie a domnului român.

Neputând fructifica victoria, trădat de o parte din boierii care îl susțin la tron pe Vlad Uzurpatorul, Mircea e nevoit să se retragă la Brașov, unde încheie cu Sigismund tratatul amintit. Tratatul era o alianță antiotomană și în el Mircea este recunoscut ca domn al țării. Mircea controlează partea răsăriteană a țării și se instalează de fapt, o dualitate a puterii: Mircea-Vlad.

Întărindu-și pozițiile, Mircea cel Bătrân participă la marea cruciadă de la Nicopole, din vara lui 1396. Întrucât ducele Burgundiei nu-i permite lui Mircea să deschidă lupta, urmăriți sunt dezastruoase pentru cruciați.

Mircea, având sprijinul țării și cu ajutorul voievodului Transilvaniei, Stibor,



Mircea cel Bătrân rămâne și un simbol al luptei pentru independență, așa cum a lăsat țara la moartea sa

il alungă pe Vlad și își reia domnia, revenind singur stăpânitor. Timp de câțiva ani el reușește să apere hotarul țării de otomani, dar în bătălia de la Ankara din anul 1402 Baiazid este luat în captivitate de hanul mongol Timur Lenk și se stinge. Lupta pentru tron din Imperiul Otoman între fiii lui Baiazid îi prilejuiește lui Mircea amestecul în susținerea unui pretendent asupra altuia. Din nefericire, triumfă Mahomed asupra lui Musa și acesta înscăunat în anul 1413 înseamnă o lovitură pentru politica lui Mircea. Părăsit de aliații săi, regii Ungariei și Poloniei, care începuseră tratative cu Poarta, Mircea cel Bătrân consimte la plata tributului anual ca răscumpărare a păcii. Mircea moare la 31 ianuarie 1418 și este înmormântat la Mănăstirea Cozia.

"Adunător de pământuri românești"

Opera lui Mircea cel Bătrân este multilaterală și bogată în conținut. Mai întâi este o realitate faptul că în timpul lui Mircea hotarele Țării Românești au cunoscut cea mai mare întindere. El a știut, în complexitatea raporturilor politice ale timpului, să aducă în hotarele țării pământuri străvechi românești, fiind, după expresia lui P.P. Panaitescu, "adunător de pământuri românești". Spre deosebire de înaintași, care stăpâniseră peste teritoriul Ungrovlahiei (Vlahia de lângă Ungaria, pentru a putea fi deosebită de Vlahiile sud-dunărene), Mircea a adăugat (uneori cu sabia) pământuri românești.

Întinderea hotarelor țării reiese din titulatura așezată la începutul hrisoavelor (actelor de domnie): "Eu cel în Hristos Dumnezeu, binecredinciosul și binecinstitorul și de Hristos iubitorul și singur stăpânitorul, Io Mircea, mare voievod și domn, din mila lui Dumnezeu și cu darul lui Dumnezeu, stăpânind și domnind peste toată țara Ungrovlahiei și al părților de peste munți, încă și către părțile tătarești și Amlaşului și Făgăraşului, Herteg și domn al Banatului Severinului și pe amândouă părțile pe toată Podunavia, încă și până la Marea cea Mare și stăpânitor al cetății Dârstorului". Această ac-

țiune îi conferă lui Mircea cel Bătrân calitatea de unificator și un precursor al actului de la 1600, întreprins de Mihai Viteazul.

Pornind de aici, opera lui Mircea cel Bătrân poate fi urmărită pe planul viziunii și calității lui de om politic și organizator al țării. Organizarea acesteia a decurs dintr-o necesitate istorică. Întinderea teritorială trebuia să conducă la conferirea unui plus de prestigiu și putere. În titulatura lui Mircea apare formularea "mare voievod și domn". Pentru ca un asemenea titlu să se introducă într-o cancelarie, îi trebuia să corespundă unei realități, care depășea tradiția, deoarece numai tradiția nu constituia o justificare a actului de recunoaștere a autorității domnitorului de către marile puteri. Mircea cel Bătrân izbutește să aducă Țara Românească la maxima ei întindere, îi conferă acea realitate teritorială care să dea dreptul purtării titlului peste un teritoriu întins. Titlul de "mare voievod" a aparținut real numai domniei lui Mircea cel Bătrân.

Organizarea statului se desăvârșește acum. În privința sfatului domnesc, majoritatea dregătorilor sunt atestate documentar în domnia sa. Prima nouă dregătorie datează din 1389. Înseamnă că la trei ani de la urcarea pe tron Mircea pune la structura aparatului de stat. Dacă ne gândim că ultima dregătorie datează din 1415, putem afirma că domnul crea dregătorii, în funcție de necesitățile care se iveau. Mircea apare ca organizator al vieții politico-administrative. Teritoriul cel mai mare al țării era organizat în sate, târguri și județe. În toate aceste subdiviziuni teritoriale dregătorii de toate rangurile și atribuțiile asigurau prezența puterii centrale, autoritatea voievodului. Astfel, domnul își putea exercita prerogativele în cele mai bune condiții.

Organizarea armatei

În vremea lui Mircea cel Bătrân opera poate fi privită și pe planul organizării armatei. Dacă Basarab întemeietorul ridicase la lupta de apărare tot potențialul uman, termenul de "oastea cea mare" apare în documentele Țării Românești în secolul al XV-lea, în vremea domniei lui Mircea cel Bătrân. Este dovada că forma generală de cuprindere a poporului în lupta de apărare a țării se structurase, devenise o instituție, o regulă, ceea ce în termen modern se numește serviciul militar permanent. Mircea cheamă la luptă și țărănimea aservită, deci largeste participarea la oastea cea mare. La capacitatea lui de conducător se adaugă cea de strateg. Cele patru elemente tactice (retragerea, pustiirea, hărțuiala și alegerea locului luptei) sunt folosite din plin și cu mari rezultate în luptele conduse de Mircea cel Bătrân.

Întreg ansamblul de măsuri politice luate de Mircea cel Bătrân se completează cu diplomația domnitorului. Spirit de diplomat, activitatea sa poate fi privită pe momentele tactice în întreaga domnie, în încheierea tratatelor de alianță cu monarhii Ungariei și Poloniei, în relațiile de alianță cu domnul Moldovei, Petru Mușat, și de sprijin al lui Alexandru cel Bun în preluarea domniei, în anul 1400. La fel, amestecul în lupta pentru tron din Imperiul Otoman a avut tot o substanță diplomatică.

Nu trebuie neglijată activitatea de bun gospodar a lui Mircea cel Bătrân, concretizată într-o economie înfloritoare asigurată epocii sale.

Opera lui Mircea cel Bătrân poate fi judecată și în lumina tradițiilor pe care el nu numai că nu le-a nesocotit, dar a considerat că este moștenitorul tuturor acestora. În acest sens, opera sa, clădită pe tradiții, a însemnat sinteza acestora și totodată apogeul lor. Spiritualitatea epocii lui Mircea cel Bătrân aduce în lumină o epocă de cultură, de sens renescentist, chiar dacă nu se poate vorbi de începutul Renașterii la noi în această epocă.

Mircea a fost un sprijinitor al culturii, un ctitor de așezăminte: Schitul Brădet, Mănăstirea Snagov, Mitropolia din Târgoviște (refăcută în timpul lui Neagoe Basarab), Mănăstirea Dealul (rezidită apoi de Radu cel Mare), Mănăstirea Glavacioc, Mănăstirea Vișina (pe malul Jiului), Vodița II. Mircea înzestrează lăcașuri ctitorite de înaintași, ca Tisman și Cotmeana, și face danii la mănăstirile athonite, în special la Cutlumuz, "marea lavră a Țării Românești".

Principalul monument arhitectonic este însă Cozia. Începută de Radu I, Cozia este încheiată de Mircea cel Bătrân, care îi dă maxima strălucire. Cozia nu va rămâne numai a epocii lui Mircea. Ea creează un stil aparte, rămâne prototipul de construcție muntenă, un element de continuitate artistică, ce leagă trecutul de viitorul său.

Mircea cel Bătrân rămâne și un simbol al luptei pentru independență, așa cum a lăsat țara la moartea sa. Încă din epoca lui Mircea, românii își afirmă condiția și nobila misiune de apărători ai apusului. Bătălia de la Rovine n-a constituit o simplă biruință, ci ea a avut semnificație, valoare și răsunet european. Nu în zadar fronicarul turcilor Leunculius îl numea pe Mircea cel Bătrân drept "Principe între creștini, cel mai viteaz și cel mai ager".

Mircea Pirlea
Biblioteca Județeană Satu Mare

Bibliografie:

- Popescu, Petru Demetru - "Dicționar de personalități istorice. Voievozi, principii, domnitori, regi", Editura Niculescu, București, 2001
- "Enciclopedia marilor personalități din istoria, știința și cultura românească. Volumul al II-lea. G - O", Editura Geneze, București, 2000

Diktatul de la Viena a fost aprobat în Consiliul de Coroană

În 30 august 1940 s-au semnat, la Viena, documentele "arbitrajului" germano-italian (Dictatul de la Viena), prin care partea de nord a Transilvaniei (43.492 kmp și 2.667.000 de locuitori, în majoritate români) era luată României și predată Ungariei horthyste.

Cedările teritoriale românești au fost facilitate de starea de derută determinată de presiunile externe și incapacitatea guvernului condus de Ion Gigurtu și a cerurilor conducătoare românești de a angaja acțiuni politice ferme, de a organiza măsuri de apărare națională. Lipsa de curaj a regelui Carol al II-lea, faptul că a evitat un contact direct cu Hitler, deși se impunea o expunere personală, au întărit convingerea cancelarului nazist că regele României nu va întreprinde măsuri de împotrividare hotărâte, ci va consimți treptat la toate pretențiile revizioniste formulate.

Germania era însă interesată să păstreze pacea în regiune, deoarece avea nevoie de exporturile acestor țări pentru necesitățile de război. Miniștrii de externe ai României (Mihail Manoilescu) și Ungariei au fost convocați la 29 august la Viena, unde ministrul de externe german Ribbentrop a impus părților preacseptarea necondiționată a arbitrajului germano-italian, care avea să devină cel de-al doilea arbitraj (Dictat) de la Viena. În dimineața zilei de 30 august 1940 Consiliul de Coroană convocat de regele Carol al II-lea a admis arbitrajul cu majoritate de voturi (19 pentru, 10 contra, 1 abținere), în schimbul garantării de către Germania și Italia a noilor granițe.

Trasarea noii frontiere a fost supervizată personal de Hitler, interesat de regiunea petroliferă a Prahovei, astfel că noua graniță ajungea la doar câțiva zeci de kilometri de ea.

Crucea de pe Caraiman a fost sfințită în 14 septembrie 1928

Unul dintre simbolurile Bucegilor, Crucea de pe Caraiman, are 90 de ani și de când a fost inaugurată nu a fost niciodată reabilitată. Deși mulți o văd de pe Valea Prahovei, iar alții au urcat pe munte să o vadă de aproape, puțini știu cât de greu a fost să fie ridicată, din ordinul lui Ferdinand I.

Drumul până la Crucea comemorativă a eroilor români din Primul Război Mondial, situată pe Vârful Caraiman din Munții Bucegi, cunoscută sub denumirea "Crucea de pe Caraiman" sau "Crucea Eroilor", este unul care încântă privirea și care poate fi parcurs de oricine, neavând un grad mare de dificultate.

Turiștii pornesc din zona Babele, urmărind traseul marcat cu o cruce roșie. Traseul, spun salvamontistii, a fost remarcat de ei în această vară. Cât văd cu ochii, turiștii au parte numai de peisaje care taie respirația, spectacolul naturii fiind unul deosebit.

Realizată dintr-o structură metalică confecționată din oțelul fabricat de vestitele Uzine și Domenii Reșița, crucea a fost inaugurată și sfințită pe 14 septembrie 1928, de Sărbătoarea Înălțării Sfintei Cruci.

Are înălțimea totală de 39,3 metri și o deschidere a brațelor orizontale de circa 15 metri, fiind amplasată la o altitudine de 2.291 de metri, ceea ce a făcut ca monumentul, devenit simbol național, să atragă mii de vizitatori, din țară sau din străinătate.

Vlad M.

Cerbul de Aur a marcat 50 de ani de existență într-o gală grandioasă



Ediția cu numărul 18 a Festivalului Cerbul de Aur a debutat miercuri seara, la Brașov, la 50 de ani de la primul spectacol al evenimentului, cu Gala dedicată laureaților Cerbului.

Urișe ecrane amplasate pe o scenă impresionantă au redat, într-un moment emoționant din debut, primele acorduri ale imnului Cerbului de Aur din 1968, când Orchestra de Estradă a Radioteleviziunii, condusă de Sile Dinicu, a acompaniat primii artiști care participau la festival. De altfel, spectacolul de deschidere din Centrul Istoric al Brașovului a adus publicului trecut de vârsta adolescenței bucuria revederii cu artiști care au marcat scena Cerbului de Aur și emoția evocării celor care au intrat în istoria Festivalului.

Evenimentul a fost deschis de prezentatorii Aurelian Temișan și Ilinca Avram, care au invitat publicul să asiste la un "super-festival ca-n vest".

Artista italiană Gigliola Cinquetti, câștigătoare a marelui Trofeu Eurovision

Song Contest 1964 și invitată la a doua ediție a Cerbului de Aur, în anul 1969, a deschis seria recitalurilor din prima seară a Festivalului.

Spectatorii s-au reîntâlnit apoi cu artiști români care au scris istorie la Cerbul de Aur - Luminița Dobrescu (primul artist român care a câștigat Marele Trofeu al Cerbului de Aur), Paula Seling, Monica Anghel, Corina Chiriac, Silvia Dumitrescu, Laurențiu Cazan, Nico, Doru Tuș, Proconsul, Ovi, Luminița Anghel, Narcisa Suci sau Răzvan Krivach.

Artiștii au oferit publicului din Piața Sfatului piese rămase în memoria Festivalului, organizatorii pregătind un potpourri cu melodiile care le-au adus artiștilor premii la Festival: "Say something", "Dau viața mea pentru o iubire", "Cerul", "Of, inimioară", "Spune-mi", "Inimă, nu fi de piatră", "Je t'aime", "Noapte caldă" ș.a.m.d.

Unul dintre momentele speciale ale spectacolului a fost oferit de artistul portughez Paulo Baganca, care a oferit publicului un moment de neuitat prin interpretarea unor piese din repertoriul Mariei Tănase în registrul unic al muzicii fado.

În seara inaugurală, reprezentanții României la cea mai recentă ediție Eurovision, trupa The Humans, au cântat, în premieră, două piese proaspăt înregistrate în studio, dar și câteva melodii care au rămas în memoria edițiilor anterioare ale Cerbului de Aur, iar Andra a susținut un recital extraordinar.

Datele ediției 2018

Festivalul are în acest un format special, cu o Gală Aniversară, două zile de concurs, o Gală a Festivalului, spectacolul România Centenar și evenimente adiacente.

Vor susține recitaluri James Blunt, Amy Macdonald, Andra, Delia, Horia Brenciu & HB Orchestra, Loredana, The Motans, Carla's Dreams, Flavius and Linda Teodosiu Show Band, Eleni Foureira, Edwin Marton și vedeta Galei, Nicole Scherzinger.

Sub bagheta dirijorilor Ionel Tudor și Andrei Tudor, Orchestra Radio România și Orchestra Operei Brașov, care a urcat pe scenă la ediția aniversară, îi vor acom-

pania pe cei 18 concurenți din 15 țări care vor încerca să obțină Marele Trofeu al Festivalului Cerbul de Aur sau unul dintre celelalte premii.

Scena ediției aniversare este o premieră pentru Brașov. Artiștii vor urca pe aceeași scenă pe care au cântat și Metallica, Iron Maiden, Dua Lipa, Maluma, Prodigy, Martin Garrix, Depeche Mode, Nick Cave sau Kings of Leon. Prin cifrele sale, structura este absolut impresionantă: are o suprafață de 800 de metri, iar cele 50 de mii de componente au fost aduse în 12 tiruri de câte 20 de tone.

Scena are aproximativ 250 de tone fără echipamente și 18 metri înălțime, depășind un bloc cu patru etaje, iar tavanul poate susține 60 de tone, de trei ori mai mult decât pe o scenă obișnuită de aluminiu. Un ecran LED curbat, acționat de 12 motoare, maschează orchestra festivalului în funcție de momentul scenic, iar instalația de sunet are un power handling de 100.000 de watt.

Festivalul se desfășoară într-un perimetru de 9.000 m², în decorul istoric al Pieței Sfatului din Brașov.

Festivalul Internațional Cerbul de Aur a debutat în anul 1968 și a avut 17 ediții, ultima dintre acestea fiind organizată în anul 2009. Evenimentul a devenit cel mai mare festival internațional de muzică organizat în România și, în mod tradițional, la Brașov. De-a lungul anilor, acest prestigios festival a găzduit apariții sau recitaluri ale unor vedete precum Diana Ross, Amalia Rodrigues, Julio Iglesias, Dalida, Sheryl Crow, Tom Jones, Juliette Greco, Vaya con Dios, Coolio, Christina Aguilera, Cliff Richard, Kenny Rogers, Ricky Martin, Kelly Family, Patricia Kaas, Gilbert Beaud, Josephine Baker, Toto Cutugno, Enrico Macias, Boy George, James Brown, Kenny Rogers, Ray Charles, UB 40, Scorpions, Pink, Sheryl Crow și mulți alții. Prin calitatea actelor artistice prezentate, "Cerbul de Aur" este nu doar un brand de prestigiu al TVR, ci și unul național, spectacolele organizate în cadrul festivalului adunând de un număr impresionant de spectatori și telespectatori din întreaga țară, susțin organizatorii.