

43 de oameni de pe planetă au o grupă rară de sânge

În ultimii 50 de ani, cercetătorii au descoperit 43 de persoane în întreaga lume care au o particularitate a sângelui cu potențial uriaș de a salva vieți; de aceea a fost numit „sânge de aur”. Așa numitul „Sânge de aur” a fost identificat pentru prima dată în 1961, la o femeie din Australia. La vremea respectivă, medicii considerau că un embrion cu acest tip de sânge nu ar fi avut șansa de supraviețuire, cu atât mai puțin șansa de a atinge vârsta adultă. Și totuși, până în 2010, au fost descoperite 43 de persoane, pe tot globul, cu Rh nul. Cercetătorii au încă de deslușit multe mistere ale acestui complex sistem Rh și donatorii sunt foarte căutați. Sângele cu Rh nul este considerat universal compatibil cu toate grupele care au particularități deosebite ale Rh-ului negativ, ceea ce face ca potențialul său de a salva vieți să fie unul uriaș. Totuși, medicii sunt încă rezervați în a efectua transfuzii cu acest sânge și o fac numai în cazuri extreme, când viața pacienților este în pericol, pentru că odată administrat este foarte greu de găsit ulterior. În situația inversă, în care o persoană cu Rh nul are nevoie de o transfuzie, aceasta poate fi făcută doar cu sânge identic, ceea ce o face dependentă de ceilalți 43 de oameni de pe planetă în aceeași situație, aflați în Brazilia, China, Japonia, Statele Unite, Irlanda, iar trimiterea de sânge dintr-o țară în alta este un coșmar, cea mai sigură metodă este donarea periodică pentru propria nevoie.

În 1784, Horea avea în program unirea Transilvaniei cu Țara Românească

În 1784, Europa a fost martoră la ultima mare ridicare a iobagilor, sau mai precis a țărănilor aserviți, la luptă. Cunoscută în istoriografia românească drept răscola lui Horea, Cloșca și Crișan, aceasta a cutremurat Transilvania și i-a făcut pe imperiali să schimbe statutul iobagilor în această regiune. Dar în mijlocul evenimentelor au apărut și idei politice îndrăznețe, consemnate de presa vremii. Horea a fost numit de unii observatori „Regele Daciei”, iar în ziarele vremii se consemnează că planurile lui mergeau mult mai departe de revendicări sociale. Cel puțin două surse spun că Horea visa la unirea românilor. În secolul al XVIII-lea, Transilvania era supusă Imperiului Habsburgic și era provincie imperială. Păturile sociale erau cele caracteristice evului mediu. Stăpâni peste pământuri, păduri, ape și alte bunuri erau în general nobilii, majoritatea de origine maghiară, dar și de alte naționalități după consolidarea stăpânirii habsburgice. Majoritatea populației era formată din țărani iobagi, fără drepturi, mulți fără pământ și exploatați.

CONTINUARE ÎN PAGINA 3

Transilvania, una din cele mai bogate zone salifere din Europa



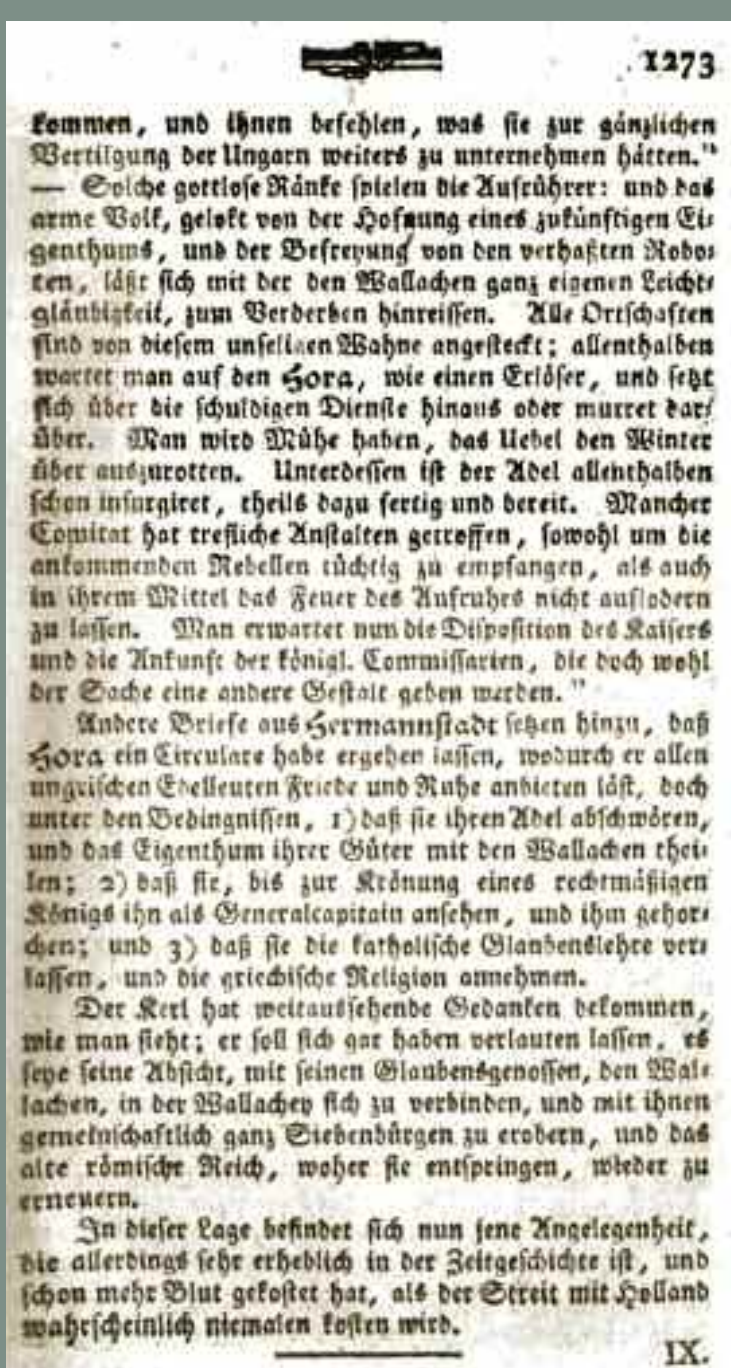
PAGINA 4

Cu zeci de milioane de ani în urmă, o bună parte a continentului european era acoperită de o mare, pe care cercetătorii de astăzi o numesc convențional Paratethys – parte componentă a oceanului Tethys. Treptat, partea centrală a acestei mări s-a izolat și micșorat, dând naștere, la început Mării Panonice, iar apoi Lacului Panonic. Cu aproximativ 13,82 milioane de ani în urmă, pe teritoriile din jurul și în interiorul arcului Carpatic, în urma unor schimbări climatice și procese geologice complexe, a debutat un proces de evaporare a apei marine și de formare de depozite continui de evaporite conștând din săruri, ghips și anhidrite. În Bazinul Transilvaniei, în această perioadă s-au format depunerile de roci acide de origine vulcanică ale Formațiunii de Ocna Dej.

Casa lui Constantin Brâncuși din Hobița s-a prăbușit

Ministrul Culturii spune, referitor la prăbușirea, joi, a casei din Hobița în care s-a născut Constantin Brâncuși, aflată în proprietate privată, că, „din cauza lipsei de fonduri, Ministerul Culturii și Identității Naționale se află în imposibilitatea de a exercita dreptul de preempțiune”.

„Am citit cu durere în suflet despre prăbușirea ultimelor vestigii ale Casei de la Hobița, cea în care s-a născut marele Constantin Brâncuși și, care, din păcate, se afla de foarte mult timp într-o stare avansată de degradare. Construcția în paragină este proprietate privată și, din acest motiv, statul nu a putut interveni. Cu toate acestea, Direcția Județeană pentru Cultură Gorj, din subordinea Ministerului Culturii și Identității Naționale, intenționează să întreprindă o inspecție la fața locului. De asemenea, în aceeași curte, la câțiva metri distanță, autoritățile au construit o copie a casei, aceasta servind drept muzeu”, a explicat ministrul George Ivașcu, într-un comunicat remis Mediafax.



Regulile pe care trebuie să le respecte invitații la nunta prințesei Eugenie

Prințesa Eugenie va întâmpina aproximativ 850 de oaspeți azi, la nunta ei împreună cu Jack Brooksbank, la Capela Sf. Gheorghe. Dar, odată cu invitația vine și o listă strictă cu reguli pe care invitații trebuie să le respecte. Fiecare invitat a primit, așadar, o listă cu ce „pot face” și ce „nu pot face”, iar aceste reguli au fost extrem de comparate cu regulile unei nunți obișnuite. În primul rând, Prințesa Eugenie a interzis folosirea telefoanelor mobile,

a camerelor, iar invitații nu au voie să pozeze nimic de la recepțiile nunții regale. În al doilea rând, nici cadourile nu sunt permise și trebuie trimise, în schimb, tatălui ei, la biroul Prințului Andrew, de la Palatul Buckingham. Pentru a putea participa la nunta sunt necesare două forme de identificare. Invitații au fost, de altfel, informați că există „unități de toaletă limitate” în biserică, care vor fi disponibile numai între orele 8 și 10 a.m.



PAGINA 7

CASA FERENȚIU

Strada Mircea cel Bătrân Nr. 8

EVENIMENTE CULTURALE

MARTI, 16 octombrie 2018, orele 16⁰⁰

LANSARE DE CARTE

„Flăcări”

Tragicomedie în 3 acte
de

Darius Pop

Text stabilit, prefață și note de

Ioan Nistor -

exeget al operii lui Darius Pop

Moderator: Dumitru Păcuraru

Prezență: George Vulturescu
Alexandra Zeria
Anuș Pop
Marta Coșlea
Viorica Clăpucan

Intrarea liberă

ORGANIZATORI

POESIS

Centrul Multicultural Poesis

Informația Zilei



Sănătate e Frumusețe

Preparatele din castane ajută în tratarea afecțiunilor respiratorii însoțite de tuse

PAGINA 6

Cum să-ți decorezi locuința în culorile toamnei

Cauza acestei boli a educației este mentalitatea părinților. Populația încă nu consideră școala ca ceva benefic, ci ca pe o povară, un tribut. Dacă unii din părinți sunt constrânși să-și trimită copilul la școală, ei răspund în felul următor: „De ce să mă grăbesc cu asta, copilul meu nu va fi popă”.

Vopsea contra părului cărunt

Dacă încărungiți, atunci folosiți Hair-Regeneratorul lui Zoltán, care nu este o vopsea de păr, însă este o soluție chimică care redă culoarea originală a părului doar după o scurtă administrare. Preț: 1 forint pe flacon.

Exclusiv la farmacia furnizorului regal Zoltán Béla din Budapesta. (Szamos 22 oct. 1899)

Rujeolă la grădinița din Odoreu

La Odoreu s-a deschis grădinița anul trecut (1898), iar Asociația Széchenyi a numit-o educatoare pe domnișoara Kádas Ida. Din cauza epidemiei de rujeolă, activitatea grădiniței a fost suspendată până la 1 mai anul curent, când numita domnișoară educatoare s-a întors la Odoreu și a continuat educarea celor 83 de copii înscriși. În data de 22 a lunii curente a avut loc examenul de sfârșit de an în prezența președintelui grădiniței Szeőke Kálmán și a preotului reformat Hajdu Albert în calitate de vicepreședinte, cu asistența intelectualității din comună. Sărbătoarea s-a terminat la orele serii și părinții au fost foarte mulțumiți, laudând această instituție.

(Szamos, 26 oct. 1899)

Scrisoare din America

Hell Markus, cetățean american, a trimis primăriei o scrisoare inedită, lucru extrem de rar din partea concetățenilor care au emigrat în America. „Domnule diriginte poștal regal, transmiteți această scrisoare Primăriei orașului Satu Mare, Hungary, Europa. America este o țară liberă. Anul evreiesc 5660, 30 septembrie 1899. Patria mea iubită! Dumnezeul cel viu în cer și pe pământ este martorul meu, că pot aduce la cunoștință vechii mele patrii că sunt pe deplin mulțumit cu condițiile mele de viață de aici. Hell Markus”.

Anunțuri

Dr. Korbay Károly, căpitanul general al orașului, anunță că următoarele anunțuri vor fi expuse din data de 20 octombrie până la termenul de mai jos: chestiunea prelungirii în sud a străzii Bocskay (N. Bălcescu) - 30 de zile, hotărârea consiliului local privind bugetul pe anul 1900 - 15 zile, hotărârea privind iluminatul electric de la gara feroviară - 15 zile, hotărârea privind procurarea de contoare de curent electric - 15 zile. (Szamos, 29 oct. 1899)

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

1899: La școlile de la sate înscrierile durau și trei luni de zile

Învățătorul lucra mult în plus, pentru că trebuia să predea materia și celor întârziți

Începerea școlii

În timp ce elevii se înghesuie la înscrierile la școlile medii, situația este exact pe dos în școlile de la țară. Aici înscrierile se extind chiar și pe trei luni. Și de câte ori vine câte un nou copil, mai ales în clasa I, domnul învățător poate să ia lucrurile de la capăt. În astfel de condiții învățătorul trebuie să lucreze mult în plus, pentru că trebuie să predea materia și celor întârziți. Iar fenomenul acesta ține de ani de zile și se repetă în fiecare an. Este deci clar, că adevăratul proces de predare începe abia la sfârșitul lui noiembrie, începutul lui decembrie. În astfel de condiții, învățătorul nu poate obține rezultatele dorite de autoritățile superioare. Cauza acestei boli a educației este mentalitatea părinților. Populația încă nu consideră școala ca ceva benefic, ci ca pe o povară, un tribut. Dacă unii din părinți sunt constrânși să-și trimită copilul la școală, ei răspund în felul următor: „De ce să mă grăbesc cu asta, copilul meu nu va fi popă”. Autoritățile mai înalte dau dispoziții autorităților locale de la țară să populeze școlile. Însă multe astfel de autorități ignoră această chestiune. Așa că nu ne rămâne altceva nouă, învățătorilor, decât să-i convingem noi pe părinți să-și trimită copiii la școală. Trebuie să ridicăm nivelul școlilor de la țară, ca ele să fie competente cu cele

Marosán János

Premii pentru crescătorii de cai

Excelența sa ministrul imperial și regal al agriculturii a acordat și anul acesta 200 de forinți pentru încurajarea creșterii cabalinelor din comitat. Premiile între 5 și 50 de forinți au fost înmădate în 15 octombrie la târgul mare din Carei. S-au înscris 41 iepe cu mână și 15 iepe tinere de trei ani. Au fost premiați: Schreck Antal din Vállaj (azi în Ungaria), Fischer József din Foieni, Vinkler Károly din Urziceni, Tempfli József din Urziceni, Tempfli Károly din Urziceni, Veres Lajos din Matolcs (azi în Ungaria), Gozner Ferenc din Foieni, Reszler Mihály din Urziceni, Lang János din Ghilvaci, Streck Pál din Foieni, Egeli Mihály din Căpleni, Radványi Antal din Györtelek (azi în Ungaria) și Tempfli István din Urziceni.

Instituție de curățătorie

Am onoarea să atrag atenția onoratului public asupra instituției mele de spălare a lenjeriei de corp și de curățătorie de stofe. Mă angajez la spălarea și călcarea oricărei lenjerii de corp și efectuez curățirea cea mai perfectă a îmbrăcămintei de stofă. Mă angajez de asemenea la curățarea perdelor de orice fel, la fel și la curățarea mânușilor albe. Comenzile de la țară vor fi trimise prin poștă înapoi în cel mai scurt timp. La cerere, aduc și duc înapoi rufe de la domiciliu.

Solicitând și pe mai departe sprijin



Ungaria, eleve de școală elementară de la sfârșitul secolului XIX

nil onoratului public, rămân cu stimă deosebită: Lukács Ferencz, proprietarul instituției de spălare și de curățare. Satu Mare, str. Petőfi nr. 17.

Cetățenii cu cele mai mari impozite din Satu Mare

Primul de pe listă a plătit în anul precedent impozit în valoarea de 2058.38 coroane, ultimul 576.68 coroane, ceilalți situându-se între aceste două sume - n. tr.

Antal Dániel, Uray Géza, dr. Papolczy Gyula, Keresztes András, Klein Vilmos, Halmi János, Antal Kistóf, Bakó Lajos, Hérmán Mihály (primar) Márkus Márton (proprietar de restaurant), Losonczy József, dr. Lengyel Márton, Schwarz Albert, Kereszteszgy Lajos, Lahoczky János, Vaday Károly, dr. Török István, Kovács Ábrám, Daróczy Endre, Fogarasi Sándor, Jankovics János, Lengyel Endre, Beer Simon, Haraszthy Tamás, Göbl Jakab, Herman István junior, Jakó Sándor, Bossin József, Domahidy Ferenc, Kiszely Károly, Török János, Kovács Leó, Korányi János, Kolozsváry Károly, Szűcs Márton, Heinrich Viktor, Kegyes István, dr. Farkas Antal junior, Rozenfeld Miksa.

Promisiuni pentru repararea drumurilor

Adunarea generală semestrială a comitatului Satu Mare a avut loc în zilele de 12 și 13 octombrie. Au fost multe puncte la ordinea de zi, și interesul membrilor a fost mare. Șpanul comitatului care a prezidat ședința, a anunțat spre marea satisfacție a celor prezenți că mizeria de pe drumurile comitatului se va termina în urma finan-

țării promise de guvern. (Szamos, 19 oct. 1899)

Inspecția drumurilor publice

De când lumea, acum se întâmplă de prima dată, că drumurile publice aparținând autorităților locale vor fi verificate și de către organele statului. În acest scop, în data de 24 octombrie, va sosi în orașul nostru Petracsek Ferenc, consilier tehnic regal.

Dovezi fotografice

Fabricantul de mașini Probszt András a intentat un proces împotriva gazdei la care este chirie, de parcă am fi în America. În urma ploilor abundente s-a format un adevărat lac în curtea închiriată de el, iar mașinile depozitate acolo au fost inundate, lucru ce a produs pagube mari pentru Probszt. Păgubașul a fotografiat întreaga curte cu apă, cu mașini și cu ucenicii fabricii care au stat în apă, făcând chiar mai multe poze. În procesul pe rol, Probszt a prezentat și aceste fotografii drept probe. Întrebarea este dacă ele vor fi luate în seamă. (Szamos 22 oct. 1899)

Primele animale asigurate au fost vitele și caii. Au urmat porcii

Asigurarea animalelor

În sfârșit și în comitatul nostru s-a organizat asigurarea animalelor pe baza unei asociații de asigurări. Primele s-au stabilit la cel mai optim nivel, ca asigurarea să fie accesibilă pentru po-

pulație. Credem că gospodarul de la țară nu va considera prea mare suma de 1,5 sau 2 forinți pentru asigurarea unei vaci. Această asigurare se referă deocamdată la cai și la bovine, sperăm că și porcii urmează în curând. Asigurările se referă la mortalitatea în urma epidemiilor, a accidentelor, a bolilor obișnuite sau la sacrificările forțate. Se asigură 80% din prețul pieții la ambele specii. În cazul asigurării mai multor animale, prima se reduce. Sperăm că comunele noastre, care dețin tauri și armăsari foarte valoroși, vor fi primele care vor face asigurări pentru aceștia.

Statistică de târg

La târgul săptămânal ținut la 25 septembrie, au fost aduși 210 de cai, 550 de bovine, 1200 porci și 1100 ovine. Toate au avut trecere la prețuri bune.

Cale ferată cu probleme spre Viile Satu Mare

Publicul călător din vagoanele neîcălzite în frigul instalat a putut observa cu supărare că calea ferată care duce la Viile Satu Mare nu numai că nu este gata, dar și șinele au fost demontate pe unele porțiuni.

Degeba s-a stabilit deschiderea până la începerea recoltării strugurilor, pentru că și pentru deschiderea unei căi ferate mici cum este aceasta este nevoie de o lege.

Așa s-a întâmplat la Vii. Degeba ar dori investitorul deschiderea ei, chestiunea căii ferate la Vii este la ora actuală pe masa consiliului de miniștri și abia după aprobarea de acolo ajunge în fața parlamentului. (Szamos, 26 oct. 1899)

Traducere Veres Istvan
Rubrică realizată de A. Zaharia

Cei care au declanșat pârjolul au fost Horea, Cloșca și Crișan, țărani moți, dar cunoscători ai realităților austriece, mai ales din postura de "cătană imperială". Horea în special, vizitase de mai multe ori Viena, și ca militar, dar și ca trimis al țărănilor cu jalbe la împărat pentru îmbunătățirea stării lor. În numele lui, Crișan cheamă țărani la luptă.

ISTORIE

În 1784 Horea avea în program unirea Transilvaniei cu Țara Românească

Urmare din pagina 1

Iobagii erau deopotrivă români, cei mai numeroși, dar și unguri.

Istoricul militar Mircea Dogaru arăta că răscoala nu a izbucnit brus, ci a fost mai mult un butoi plin cu pulbere, care s-a aprins treptat, odată cu înmulțirea taxelor, impozitelor și obligațiilor. Nu mai puțin de 232 de grofi (n.r. nobili mari) obijduiau țărani de pe domenii cu diferite obligații, umilindu-i drept, fără drept de judecată și fără măcar să se poată căsători fără voia nobilului. O lume care trăia în mizerie, sărăcie și obscurantism la voia nobilimii. Stăpânirea nobilimii maghiare cu obligațiile impuse țărănilor a fost dublată de cea austriacă.

Imperialii implicați în războaiele ruso-austro-turce aveau nevoie în permanență de soldați. S-a răspândit vestea că împăratul Iosif al II-lea a dat ordin să se facă noi înrolări în regimentele grănicerești. Iobagii știau că grănicerii înrolați în aceste unități scăpaseră de servituțile față de nobili și de fisc. Mii de iobagi au luat cu asalt centrele de recrutare, dorind să intre în armata austriacă. Era șansa lor la o viață mai bună. Au fost consemnați țărani din 81 de comune, care au venit să se înroleze. Speriați de faptul că iobagii nu-și mai îndeplineau obligațiile și pe deasupra așteptau și arme, pe care le-ar fi putut folosi inclusiv împotriva profilor care-i exploataseră, nobilii transilvăneni au anulat recrutările, cu acordul tacit al Vienei.

După vestea anulării conscripției, scânteia a fost aprinsă. Cei care au declanșat pârjolul au fost Horea, Cloșca și Crișan, țărani moți, dar cunoscători ai realităților austriece, mai ales din postura de "cătană imperială". Horea în special, vizitase de mai multe ori Viena, și ca militar, dar și ca trimis al țărănilor cu jalbe la împărat pentru îmbunătățirea stării lor. În numele lui, Crișan cheamă țărani la luptă.

Târgul de la Brad și primele lupte

Cu prilejul târgului ținut la Brad, la 28 octombrie 1784, Gheorghe Crișan, din porunca lui Horea, cheamă din fiecare sat 4-5 bărbați pentru ziua de 31 octombrie la Mesteacăn, la câțiva kilometri de Brad. Se adună vreo 500-600 de țărani din Zarand, Hunedoara și munții Abrudului. Crișan le aduce la cunoștință că Horea s-a întors de la Viena cu un ordin din partea împăratului ca țărani să primească arme și să nu mai facă servicii nobilimii. În frunte cu Crișan, țărani adunați pornesc spre Alba Iulia pentru a se înscrie voluntari. Înnoptează în satul Curechiu. Aici autoritățile comitatului Zarand încearcă să-l prindă pe Crișan și să împrăștie țărani. Doi subprefecți și garda militară au fost capturați și dezarmați.

Începută în comitatul Zarandului și al Hunedoarei, răscoala s-a împrăștiat rapid. De multe ori, răscoala lui Horea, Cloșca și Crișan a părut una etnică, îndreptată împotriva stăpânilor maghiari.

Atât specialiștii, dar și documentele arată că de fapt era o revoltă împotriva nobilimii, oricare ar fi fost aceea. „Răscoala a fost în fondul ei socială, fundamentată pe o viziune simplă, radicală, fără echivoc, revoluționară. S-a dorit restructurarea din temelii a raporturilor feudale. Răscoala a ținut la ridicarea întregii iobăgimii, dar a fost făcută mai ales de românii iobagi majoritari. De aici și implicațiile ei adânci naționale, aspect exacerbant de nobilimea maghiară care i-a negat caracterul social proclamând răscoala ca fiind exclusiv națională”, scria Mircea Dogaru.

Un noiembrie sângeros

Țărani au atacat, în ziua de 3 noiembrie 1784, curtea nobiliară Kristyory din Crișcior. Apoi o parte din ei au urcat în amonte, spre Abrud, prin Mihăileni, iar o altă grupă a coborât în aval, cucerind Bradul, Baia de Criș, Ribița, Hălmagiu, Hălماغel, Ociu Aciuta și Pleșcuța, necruțând nici populația civilă. Mișcarea începută în comitatul Zarandului se întinde și în comitatul Hunedoarei.

În ziua de 4 noiembrie 1784, cete de țărani ard castelul baronului Anton Iosika din Brănișca pe valea Mureșului, iar în cele 2 zile următoare țărani distruge și ard toate curțile nobililor din comunele Sulighet, Bretea, Iliia, Sârbi, GuraSada, Tătărești, Leșnic, Dobra, Roșcani, Geoagiu de Jos etc. Țărani veniți din Zarand îi pun în mișcare și pe iobagii de pe Valea Streiului și din Țara Hațegului, unde de asemenea mulțimea țărănilor răsculați devastează și dă foc edificiilor nobililor din aproape toate comunele până la granița cu Țara Românească.

La 5 noiembrie răscoala ajunge la marginea orașului Deva, dar eșuează în încercarea de a cuceri orașul. La 11 noiembrie, Horea adresează nobilimii refugiate în oraș un ultimatum, care rezuma ideile politice și sociale ale răscoalei (deși istoricii au arătat că documentul nu a putut să fie redactat de liderii răscoalei, care nici nu erau în zona respectivă și nici nu știau să scrie; mai mult, documentul este identic cu un act redactat la curtea imperială de la Viena, o propunere a consilierului Borie, trimisă Mariei Tereza:

„Nobilul comitat, împreună cu toți stăpânii de moșii și cu toată seminția lor, să jure pe cruceș nobili să nu mai fie, ci fiecare dacă va putea găsi o slujbă să trăiască din aceea. Nobilii stăpâni pe moșii să părăsească odată pentru totdeauna moșiile nemesești. Și ei să plătească dare ca poporul de rând. Dacă comitele și nobilii stăpâni de moșii se vor învoi la aceasta, țărani le făgăduiesc pace, iar în semnul păcii să ridice pe cetate, pe la marginile orașului, pe prăjini cât mai înalte, steaguri albe”

Programul cerea și eliberarea țărănilor arestați, preconiza eliberarea națională și organizarea, după planurile lui Horea, a unei "republici populare". Răscoala s-a întins, ajungând și în părțile Aradului, Maramureșului și Sibului, la ea participând și țărani sași și maghiari. Pentru a câștiga timp, autoritățile militare și civile au semnat armistiții cu răsculații la Tibru, Valea Bradului și Sălcia. La Brad (27 noiembrie 1784), Lupșa și Râmet (29 noiembrie) au avut loc lupte grele între răsculați și trupele imperiale, succesul favorizându-i pe țărani. Dar, la 7 decembrie, țărani au fost învinși la Mihăileni, iar peste o săptămână Horea a cerut oamenilor să se retragă la casele lor pe timp de iarnă.

Planuri unioniste și dinastice

„Horea începea să se considere un personaj din ce în ce mai important. Având anumite cunoștințe istorice și știind că odinioară Transilvania a fost o provincie a Imperiului Roman, iar românii sunt rămașiștele poporului roman, el a început să viseze la unirea tuturor românilor într-un stat separat, independent, a cărui Casă domnitoare avea să fie întemeiată de el”, scria Mihály Horváth în "Istoria maghiarilor" din 1846.

Ziarul "Politisches Journal" din Hamburg scria chiar în timpul evenimentelor, în 1784: „Răsculații din Transilvania sunt români (Wallachen), urmași ai coloniilor romane din Dacia, care, în majoritate, sunt de religie ortodoxă și formează majoritatea locuitorilor, întrecând cu mult pe ceilalți locuitori ai Principatului (...)

Alte scrisori din Sibiu mai adaugă că Horea a dat o circulară prin care oferă tuturor nobililor unguri pace și liniște, însă cu condițiile: 1. să se lepede de nobilimea lor și să-și împartă moșiile lor cu românii;



Cloșca, Horea și Crișan au fost conducătorii răscoalei din 1784

2. ca până la încoronarea unui rege legitim să-l considere pe el căpitan general și să-i dea ascultare;

3. ca să părăsească învățăturile religiei catolice și să primească religia ortodoxă.

El (Horea) a ajuns la idei mai largi, precum se vedeș ar fi spus chiar că are înțenia să se unească cu tovarășii săi de credință, cu românii din Valahia și, împreună cu ei, să cucerească toată Transilvania și să reinvie vechiul Imperiu roman, din care își trag obârșii. În această situație se află această chestiune, care, în tot cazul, este foarte importantă în istoria contemporană și a costat, în orice caz, mai mult sânge ca, probabil, conflictul cu Olanda.”

Aceeași publicație scrie despre Horea: „Adevăratul conducător al răsculaților este însă românul Horia, al cărui nume este de fapt Horea. Acest om pare născut pentru a domni, și în timpul în care și-a jucat rolul a dovedit cu adevărat că era la înălțime”. Pe numele său adevărat Urs Nicola și la o etate de 54 de ani pe timpul revoluției, el se trăgea din familia Niculeștilor din Albac. Știa să citească și să scrie cu caractere latine. Însă pentru a păstra caracterul secret al corespondenței și a-i descoperi pe spioni a impus folosirea alfabetului chirilic. Intențiile sale declarate de a reface vechea Dacie îi aduc titlul de "Rex Daciae".

Ciclul represaliilor

Răsculații și-au vărsat toată furia adunată în anii și generațiile de iobăgie. Documentele vremii arată că aceștia au devastat conace nobiliare, au ucis cu mare cruzime pe toți nobilii, preoții de rit catolic sau pe cei care-i considerau inamici. De exemplu țărani i-au măcelărit cumplit pe nobilii din familia Kristyori, printre care și un preot reformat. Sunt batjocorite și omorate inclusiv femeile.

La cruzime s-a răspuns cu o nespusă cruzime până la capăt. Înăbușită cu ajutorul armatelor imperiale, dar și cu ajutorul trădării (din păcate trădătorii fiind români), răscoala iobagilor a eșuat. Horea, Cloșca și Crișan au fost prinși și uciși într-un mod groznic. „Cloșca a primit cel puțin douăzeci de lovituri până să-și verse suflul. Pe Horea, până când frângeau cu roata pe Cloșca, îl țineau legat doi ucenici ai călăului, să privească cu ce moarte cumplită trebuie să moară tovarășul său ucigaș. Îsprăvind cu Cloșca și punându-l la o parte, îl culcară în patul său pe Horea și legându-l, printre urlete au început să-i frângă cu roata picioarele, dar după a patra lovitură din porunca domnului Eckhard au început să-i lovească pieptul și așa după opt-nouă lovituri a murit”, preciza un nobil

martor la supliciu. Conte Samuel Teleki descrie și el execuția din Dealul Furcilor, lângă Alba Iulia: „Pe Horea și Cloșca i-au frânt cu roata de vii luni și apoi i-au tăiat în patru și i-au trimis în toate părțile. Capul lui Cloșca l-au adus aici în piață, tocmai când treceam, îl țineau înfipt într-o țepă aproape de carul meu. Și eu m-am uitat bine la el, dar n-am văzut nicidecum și nici nu mi-am închipuit să pot vedea așa ceva fără oroare. Dar mărturisesc, i-am privit tocmai cu sânge rece, ca când n-ar fi fost cap de om”, preciza acesta.

Sute de moți au fost strămutați în Bucovina și Banat, iar alte sute de răsculați omorâți. Deși înfrântă, răscoala a adus schimbări în viața iobagilor transilvăneni, indiferent de etnie. Împăratul austriac a desființat legarea de glie și servituțile personale, a dat drept țărănilor la pășunat, dreptul de a se căsători fără acordul nobilului și, cel mai important, dreptul la învățătură.

"The Times" despre răscoală

Răscoala s-a bucurat de un larg ecou în străinătate. Din Austria până în Portugalia, din Germania până în Italia s-au publicat broșuri, calendare, articole de presă, rapoarte diplomatice, gravuri privind liderii răscoalei. Unii oameni de cultură și filosofi au apărut și explicat acțiunea țărănilor. Lui Horea i s-a atribuit, cu precădere de către presa europeană, gândul de a reface Dacia, fiind chiar numit "Rex Daciae".

În arhiva celebrului cotidian londonez The Times se găsește un articol din 31 ianuarie 1785, care relatează „la cold” despre răscoala lui Horea. Articolul a fost inserat în secțiunea „Știri”, pe prima coloană din a treia pagină (din totalul de patru câte avea la acea vreme ziarul) și încerca să explice cauzele răscoalei, manifestând o clară simpatie față de români. La vremea aceea, Times era un cotidian proaspăt apărut pe piață, primul număr apărând în 1 ianuarie 1785. Nici nu se numea încă The Times, numele sub care au apărut primele 940 de numere, până la 1 ianuarie 1788, fiind The Universal Daily Register.

Ziarul londonez se arăta sceptic că situația în Transilvania va reveni la normal în scurt timp, deși, de fapt, răscoala încetase de peste o lună, Horea fiind capturat în 27 decembrie 1784. Dar, acum 231 de ani, unei știri din Apuseni îi luau multe săptămâni pentru a ajunge la Londra. Iată o traducere a textului, publicat sub titlul „O relatare despre insurgenții din Transilvania”:

„Acești oameni sunt valahi (Wallachians), coborâtori la origine din coloniștii

romani care au fost așezați în Dacia. Cei mai mulți țin de Biserica Grecească, iar populația țării pe care o locuiesc este crezută să fie de 670.000 de suflete. Sunt de constituție puternică, înalți și bine făcuți; deși sunt supuși celui mai împovărat jug al guvernării feudale, ei nu își dezminț originea romană. Reduși la cel mai abject statut de sclavi, nu li se îngăduia să se bucure de niciun fel de drept de proprietate, fiind la mila stăpânilor lor, care nu puteau accepta că acești chinuți vasali ai lor ar putea gândi că ar avea niște drepturi de reven-dicat.

Deposedăți și oprimați de sălbăcii lor stăpâni, ei erau obligați să își pună până și soțiile la muncă în câmp, să cultive pământul, ca să poată fi capabili să satisfacă birurile absurde puse de stăpâni lor. Această stare de servitute nu mai putea fi tolerată, iar ei urmăreau cu consecvență un moment favorabil să se elibereze de ea. De ceva timp era ușor de observat că inimile clocotesc în piepturile acestor oameni după ceva vreme au izbucnit și au refuzat să îndeplinească îndatoririle feudale care le erau ceruteș au transmis o listă cu plângerile lor Împăratului (austriac – n.r.); dar deși doleanțele erau îndreptățite, și susținute de cele mai clare principii ale dreptului natural, acestea au fost nesocotite: nu era în interesul unor persoane puternice ca Împăratul să vadă aceste plângeri în adevărata lor lumină; ei au reușit să se impună în fața domnului lor și nicio reparație nu a fost acordată acestei națiuni oprimate.

Au văzut că nu au nimic la ce să se aștepte de la conducătorii lor; au simțit că trebuie să își ia soarta în mâini; au așteptat așadar doar un moment propice pentru a scutura jugul împovărat al sclaviei. Această oportunitate le-a fost oferită în scurt timp. Perspectivele unui război cu Olanda a făcut necesară recrutarea de armate imperiale; ofițeri cu ordine de recrutare au fost trimiși în Transilvania ca și în alte provincii. Valahii s-au mobilizat în număr mare și s-au înrolat: le-au fost puse bineînțeleș la dispoziție arme și echipament militar din arsenalele imperiale. Procurându-și astfel armele prin propria lor istețime, au intrat imediat în război cu opresorii lor. Au ales un desperado îndrăzneț să le fie căpetenie; se numește Hora sau Horiah, care a fost de mai multe ori condamnat la moarte pentru crime cumplite. Acestea sunt cauzele adevărate ale insurecției, care va fi de aceea mai greu de stins în timp scurt, deoarece insurgenții se tem să se încreadă în promisiunile care li se fac, cu condiția de a preda armele și a se întoarce la îndatoririle lor”.

ARHEOLOGIE

În județul Satu Mare se evidențiază două zone de concentrări ale vechilor locuiri. Aceste concentrații ajung la o intensitate uimitoare, ce arareori poate fi întâlnită pe suprafața României. Sute de sate și cimitire îngrămădite unul în altul, tezaur ascunse sau monede pierdute, morminte princiare și fortificații de pământ se înșiră pe culoarul sătmărean al Someșului, respectiv pe un alt culoar din zona de sud a județului, ce merge de la Supur la Tășnad, ca apoi să străbată Valea Ierului și să tingă frontiera de stat între Domănești și Pișcolt. Expoziția Drumul Sării - Drumul Țării, vernisată pe 16 octombrie ora 13, vine să dezlege această enigmă istorică și să ofere ambianța matricei istorice în care au luat naștere un mare număr din așezările sătmărene de azi.

Transilvania este una dintre cele mai bogate provincii salifere din Europa

Continuare din numărul anterior

Nu sunt puțini oamenii care caută aur, însă nu este om care să nu își dorească să găsească sarea; pe bună dreptate este așa căci nu există fel de bucate care să nu își datoreze savoarea sării. (Cassiodorus, Variae Epistolae, 12.24)

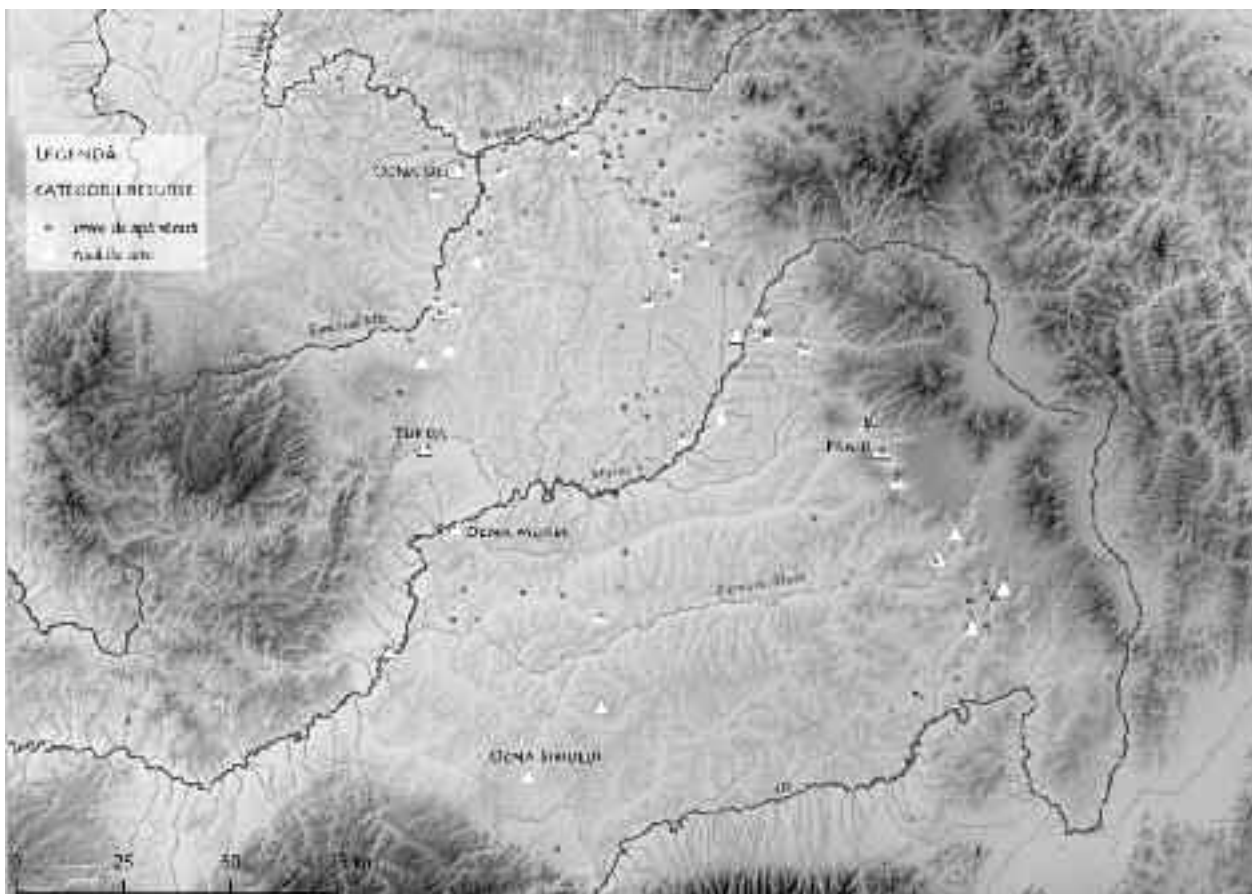
Sarea și importanța ei pentru comunitățile precapitaliste

Sarea, sau clorură de sodiu (NaCl) este o substanță și mineral compus din sodiu (Na) și clor (Cl). Ea participă la cele mai importante procese biochimice din organismele vii. Astfel, sodiul fiind principalul cation (ion metalic pozitiv, Na⁺) extracelular, este unul dintre cei mai importanți electroliți implicați în menținerea echilibrului hidric al organismului. Totodată, sodiul joacă un rol esențial în transmiterea impulsului nervos, de natură bioelectrică, necesar contracției musculare. Sodiul și clorul în mediile lichide ale mamiferelor asigură echilibrul acido-bazic, schimbul de apă-sare și valoarea potențialelor bioelectrice. Ionii pozitivi de sodiu contribuie la formarea unor enzime de importanță vitală, iar ionii negativi ai clorului joacă un rol important în formarea acidului clorhidric. Acesta din urmă asigură digestia și asimilarea proteinelor și participă în formarea hormonilor care stimulează activitatea pancreasului. În plus, acidul clorhidric contribuie la transferul alimentelor din stomac în duoden și la neutralizarea microbilor. Deficitul de sare în organism cauzează o serie de dereglări, printre care spasme musculare, afectarea centrelor sistemului nervos, slăbiciune musculară, oboseală, pierderea poftei de mâncare, creșterea setei etc. În cazuri extreme, deficitul de sare din organism poate duce chiar la deces.

În societățile arhaice sarea a fost și este unul dintre cele mai eficiente mijloace de conservare a produselor

Conform unei opinii foarte larg răspândite, există o normă fiziologică de consum de sare specifică diferitor specii de animale. Se afirmă astfel, de exemplu, că un om adult are nevoie de aproximativ 6 grame de sare pe zi, o bovină - 25-30 grame, un cal - aproximativ 40 de grame, iar oaia și capra - câte 5-15 grame. În realitate însă, aceste valori fluctuează foarte mult, în funcție de consumul de energie al fiecărui individ și de metabolismul acestora. De exemplu, în condițiile temperaturii atmosferice ridicate și activității fizice intense, necesarul zilnic de sare la om adult poate ajunge și la 30 grame. De asemenea, consumul de sare este mult mai ridicat la animalele folosite la munci grele decât la cele care nu sunt supuse efortului fizic. Întrucât sarea joacă un rol important în generarea energiei în organism, atunci când consumul de energie a organismului este ridicat, în mod inevitabil crește și necesarul de consum de sare. Totodată, organismul pierde cantități importante de sare prin transpirația asociată temperaturilor ridicate și efortului fizic. În astfel de cazuri este recomandat consum suplimentar de apă sărată. Pierderi ridicate de sare din organism se produc și în urma suprasolicității glandelor mamare. Respectiv, animalele supuse mulșului au nevoie de un consum de sare mai ridicat.

Sarea prezintă, totodată, o serie de proprietăți distructive. Astfel, dacă este consumată în exces, ea cauzează multe



Harta bazinului intracarpatic cu drumurile sării

boli, dintre care cea mai frecventă este hipertensiunea. Totodată, excesul de sare diminuează drastic fertilitatea solului și are un puternic efect coroziv asupra materiilor de origine anorganică, în special asupra metalelor.

Omul are nevoie de sare nu numai pentru întreținerea propriului organism, dar și în activitatea gospodărească de zi cu zi. În societățile arhaice sarea a fost și este unul dintre cele mai eficiente mijloace de conservare a produselor de origine organică (pește, carne, slănină, telemea, piei, legume, fructe, fân etc). Totodată, sarea a fost indispensabilă în confecționarea brânzeturilor. O sferă importantă de utilizare a sării este creșterea animalelor. Pentru a asigura randamentul economic ridicat al animalelor, oamenii sunt preocupați ca animalele domestice să consume sarea peste ceea ce se găsește în mod natural în hrana lor. Deloc întâmplător, cele mai timpurii dovezi directe și consistente ale exploatării sării datează din neolitic, epoca în care omenirea a început să practice pe larg creșterea animalelor. Totodată, în cadrul economiilor pre-capitaliste, sarea a fost pe larg folosită în meșteșuguri, mai ales în tăbăcirea pieilor, olărit și metalurgia. Sarea a fost și este folosită în medicină: la dezinfectarea rănilor, tratarea reumatismului, bronșitei, inflamației gâtului, durerilor de dinți, dereglărilor și bolilor sistemului digestiv, afecțiunilor ginecologice, răcelii etc.

Prin extrapolarea și extinderea proprietăților fizico-chimice reale ale sării, în societățile arhaice, sării i se atribuie o serie de proprietăți supranaturale și semnificații simbolice. Astfel, valoarea ridicată a sării a făcut din ea un simbol al bogăției; importanța sării pentru viață și sănătate, precum și capacitatea ei de a preveni descompunerea substanțelor organice, au transformat-o în simbolul și garantul eternității, nemuririi, permanenței, puterii și sănătății, iar acțiunea sa dezinfectantă a făcut din ea un simbol al purității. Adesea, sarea a fost considerată drept simbol al prieteniei, prestigiu-

lui și puterii.

În comunitățile arhaice este larg răspândită credința în originea divină a sării. Astfel, papuașii, conform unor cercetări etnografice recente, cred că apa sărată care izvorăște din pământ, de fapt este urina unei divinități subterane, iar în unele zone ale României de astăzi, cărușii care transportă apă sărată prin saute nu primesc bani pentru acest serviciu, deoarece „sarea este de la Dumnezeu”. Sarea adesea este folosită în ritualurile magice, religioase și funerare. Unul dintre cele mai larg răspândite ritualuri este acela de a întâmpina oaspeții.

Răspândirea neuniformă a surselor naturale de sare și cererea ridicată pentru acest mineral, au făcut ca sarea să fie unul dintre cele mai importante articole de schimb. Mai mult, adesea sarea a fost folosită ca un echivalent în tranzacții economice. De exemplu, aborigenii din Papua Noua Guinee în zilele noastre folosesc calupuri de sare drept monedă de schimb. Același rol îl juca sarea și în “regatele” din bazinele Senegalului și Nigerului de Sus și în Etiopia, unde, potrivit unui autor din anul 1620, cuburile mici de sare au servit, în egală măsură, ca bani și condiment.

În jurul sării se creează un sistem complex de relații sociale, economice și politice legate de accesul, posesia și controlul surselor, extracției sării și circulației acestora. Competiția pentru accesul la surse de sare adesea genera conflicte, inclusiv militare.

Implicațiile culturale și socio-economice ale sării devin deosebit de pregnante după ce această resursă se transformă dintr-un simplu bun de consum și uz gospodăresc într-un articol de schimb. Aducător de venituri și beneficii importante, schimbul cu sare genera numeroase mijloace materiale și structuri sociale care afectau întreaga societate. Astfel, pretutindeni sunt amenajate drumurile și vămile sării, prin care, alături de alte bunuri, sarea circula dinspre zonele salifere spre cele sărace sau lipsite de acest mineral. În Roma antică, de exemplu,

drumul care leagă Roma cu Reate, de-a lungul căruia se transportau cantități importante de sare, a fost numit Via Salaria. Drumurile sării au fost amenajate pretutindeni în evul mediu și perioada modernă, inclusiv pe teritoriul României. În amintirea acestora din urmă se mai păstrează denumirile unor străzi și drumuri, cum ar fi Drumul Sării din București, Drumul Sării din Ploiești, sau Drumul Sării între Praid și Gheorgheni.

Sarea în spațiul intracarpatic al României

Cu zeci de milioane de ani în urmă, o bună parte a continentului european era acoperită de o mare, pe care cercetătorii de astăzi o numesc convențional Paratethys - parte componentă a oceanului Tethys. Treptat, partea centrală a acestei mări s-a izolat și micșorat, dând naștere, la început Mării Panonice, iar apoi Lacului Panonic. Cu aproximativ 13,82 milioane de ani în urmă, pe teritoriile din jurul și în interiorul arcului Carpat, în urma unor schimbări climatice și procese geologice complexe, a debutat un proces de evaporare a apei marine și de formare de depozite continue de evaporite constând din săruri, ghips și anhidrite.

În Bazinul Transilvaniei, în această perioadă s-au format depunerile de roci acide de origine vulcanică ale Formațiunii de Ocna Dej.

Sarea din cadrul acestei formațiuni geologice apare la suprafață și la mici adâncimi de-a lungul marginilor de vest, sud și est ale Bazinului Transilvaniei, iar în mijlocul acestuia - la adâncimi de sute de metri. Masele de sare au pătruns spre suprafața pământului, străpungând roci mai dense și formând diapire. Prin împingerea spre suprafață și prin străpungerea straturilor superioare, diapirele au format stâlpi, perne, cupole de sare sau alte structuri.

Cele mai consistente diapire în Transilvania sunt cunoscute la Ocna Dej, Salina Turda, Ocna Mureș și Praid. Toto-

dată, în Transilvania există și alte zăcăminte consistente: la Gherla, Apahida, Cojocna, Valea Florilor, Ocna Sibiului, Sărmășel, Zău de Câmpie, Sângeorgiu de Pădure, Simonești, Sighișoara, Daia - Odorhei, Bunești, Rupea și altele.

Transilvania este una dintre cele mai bogate provincii salifere din Europa

Aceste diapire au suprafețe foarte neuniforme, care prezintă proeminențe și cavități mari, astfel în cât în unele locuri ele ating suprafața terenului, iar în altele se află la adâncimi considerabile. În preajma diapirilor apar izvoare, pâraie, lacuri, nămoluri și soluri sărate bogate în halofite - plante specifice solurilor și apelor sărate.

Transilvania este una dintre cele mai bogate provincii salifere din Europa. Zăcămintele de sare din această provincie cuprind o suprafață de cca. 16.200 km². Cele mai consistente manifestări saline accesibile exploatării pre-industriale se află de-a lungul Carpaților - în estul, nord-estul, nord-vestul, vestul și sud-vestul Transilvaniei: în Subcarpații Transilvaniei, în Bazinul Someșului Mare, în Bazinul Someșului Mic, în Bazinul Arieșului, în Podișul Secașelor și Depresiunea Sibiului.

Surse de sare însemnate, însă mai puțin consistente, se găsesc în Podișul și Câmpia Transilvaniei și Depresiunea Făgărașului.

Totodată, pe teritoriul Transilvaniei există zone, în care manifestările saline sunt foarte sărace: depresiunile Brașov, Ciuc și Giurgeu din sud-estul și estul Transilvaniei; depresiunile Lăpuș și Baia Mare în nordul Transilvaniei, jumătatea vestică a Podișului Someșan, Dealurile și Depresiunea Silvaniei în nord-vestul Transilvaniei.

În vecinătatea nordică, estică și sudică a Transilvaniei, zăcămintele bogate de sare se află în Maramureș și în Subcarpații Moldovei, Munteniei și Olteniei. În schimb, teritoriile din vecinătatea sud-vestică, vestică și nord-vestică a Transilvaniei, cum sunt cele din vestul Olteniei, Banat, Crișana și întreg teritoriu al Ungariei, sunt lipsite de surse semnificative de sare.

În cadrul Bazinului Someșan, sursele de sare deosebit de consistente se găsesc în bazinele Someșului Mare și Someșului Mic. Bazinul Someșului Mic ocupă nord-vestul provinciei saline transilvănene.

Cele mai consistente zăcămintele de sare din acest bazin se află la Pata, Dezmir, Apahida, Gherla, Cojocna, Sic, Dej și Ocna Dej, toate pe teritoriul jud. Cluj. Bazinul Someșului Mare cuprinde manifestările saline aflate în nord-estul și nordul provinciei saline transilvănene. Cele mai consistente manifestări saline din Bazinul Someșului Mare, se află la Băile Figa, Dumbrăvița, Sărmășel, Mintiu, Tăure, Blăjenii de Jos, Caila, Valea Măgherușului, Cepari, Dumitra, Slătinița, Josenii Bărgăului, Bistrița Bărgăului, Livizile, Sărata, Sărățel, Albeștii Bistriței și Pintița Tecii, toate pe teritoriul jud. Bistrița-Năsăud.

Dr. Valerii Kavruk
Muzeul Național
al Carpaților Răsăriteni

Organizația Mondială a Sănătății recomandă un aport de 1-13 mg/zi de bor, cu un minim de 3 mg/zi (≈ 130,5 mg fructoborat de calciu) pentru asigurarea beneficiilor nutriționale optime, carența în acest mineral putând fi asociată cu probleme osteoarticulare precum osteoporoza.

SĂNĂTATE

Remedii simple pentru domolirea palpitațiilor

Există mai multe cauze și mai multe feluri de palpitații, spune medicul de familie Stephen Amiel. În timp ce multe palpitații sunt ușor de explicat și pot fi stăpânite prin folosirea remediilor aflate în casă, există altele, care indică probleme cardiace potențial grave. Unele palpitații însoțesc stări precum hipertiroidia, anxietatea sau depresia, altele pot fi explicate prin fenomene fiziologice cum ar fi modificările hormonale ale pubertății și ale menopauzei și încă multe altele care pot apărea din cauza medicației, ca, de exemplu, inhalantele antiastmatice, efedrina și unele anti-histaminice.

Chiar după atenta întocmire a istoricului bolii și după examinare, medicii pot considera că este dificil să stabilească o cauză a palpitațiilor fără a afecta unele teste suplimentare: analize ale sângelui privind funcționarea tiroidei, anemia și dereglările electrolitice; o electrocardiogramă și uneori monitorizarea inii pe o durată de 24 de ore.

Din aceste motive, spune dr. Amiel, dacă aveți și altceva decât palpitații ocazionale, ușoare și de scurtă durată, care pot fi lesne explicate prin stres, emoție sau urmările băuturii, ar trebui să apelați la medic, mai ales dacă știți că aveți o boală cardiacă sau alte probleme de sănătate. Dacă pe lângă palpitații aveți respirația întrerătată, dureri în piept, stări confuzionale sau leșin ar trebui să vă prezentați urgent la medic.

Luăți cu regularitate mese sănătoase. Dacă săriți mesele și apoi vă umpleți stomacul cu dulciuri și băuturi gazoase, veți obține un surplus de zahăr urmat rapid de o scădere a nivelului de zahăr în sânge. Atunci organismul eliberează adrenalină pentru a mobiliza alt fel de zahăr, glicogenul depozitat în ficat, pentru a corecta nivelurile scăzute ale glicemiei. Această rafală de adrenalină stimulează creșterea subită a ritmului cardiac și duce la instalarea unei senzații de panică.

Persoanele care au un metabolism rapid ar trebui să mănânce mai multe proteine. Acestea au nevoie de mai mult timp pentru a fi digerate și ele ajută la prevenirea coborârii prea accentuate a nivelului glicemiei. Când nivelul glicemiei scade, se declanșează procesul de mai sus.

Medicii au remarcat că există o legătură între palpitații și indivizii perfecționiști, cu tendința de a urca pe scara socială și urmărind cu orice preț succesul. Trebuie să deprindeți relaxarea progresivă sau să vizualizați seninătatea, liniștea, calmul și pacea interioară. La fel de indicate sunt alimentele bogate în magneziu. În celele mușchiului cardiac magneziul ajută la echilibrarea efectelor calciului, care stimulează contracțiile musculare, ajutând enzimele din celulă să pompeze calciul afară și făcând ca inima să se confrunte cu un risc mai mic de a deveni iritabilă. Magneziul se găsește în soia, în nuci, în fasole și țărâțe. Totuși specialiștii ne avertizează să nu luăm suplimente cu magneziu fără acordul medicului, deoarece un exces poate cauza probleme cardiace.

Borul organic de la Hypericum oferă o mai bună funcționare a corpului

Fructoboratul de calciu intră în compoziția multor suplimente alimentare ce se regăsesc pe piața Statelor Unite ale Americii, bucurându-se de o tot mai mare popularitate, dar fiind încă la stadiul de noutate pe piețele din Europa. Recent acesta a fost introdus ca ingredient în suplimentele alimentare din România, Societatea Hypericum Impex fiind prima, și momentan singura firmă producătoare de suplimente naturale care a inclus fructoboratul de calciu (formulă patentată) ca ingredient principal pentru gama sa de top.

Borul organic (Fructoboratul de Calciu) este un complex organic de calciu, fructoză și bor ce se regăsește în mod natural în fructe și legume proaspete, dar și în nuci și ierburi aromatice. Acesta este considerat una dintre cele mai biodisponibile surse de calciu și bor, fiind mai sigur și ușor de asimilat decât alte forme ale borului. De fapt, fructoboratul de calciu este singura formă alimentară a borului considerată sigură, stabilă, non-toxică și deosebit de activă biologic. Deși importanța calciului pentru buna funcționare a organismului uman este cunoscută de majoritatea oamenilor, nu același lucru se poate spune și despre bor. Borul organic este un element nutrițional esențial pentru sănătatea corpului uman, dar acest fapt este prea puțin cunoscut, explicația fiind că, în trecut, borul a fost considerat un element neesențial pentru om și animale, el fiind relevant doar pentru dezvoltarea normală a plantelor. Totuși, studiile recente

au demonstrat importanța deosebită a acestui microelement și, în prezent, sunt descoperite tot mai multe funcții ale acestuia și ale compușilor săi derivați.

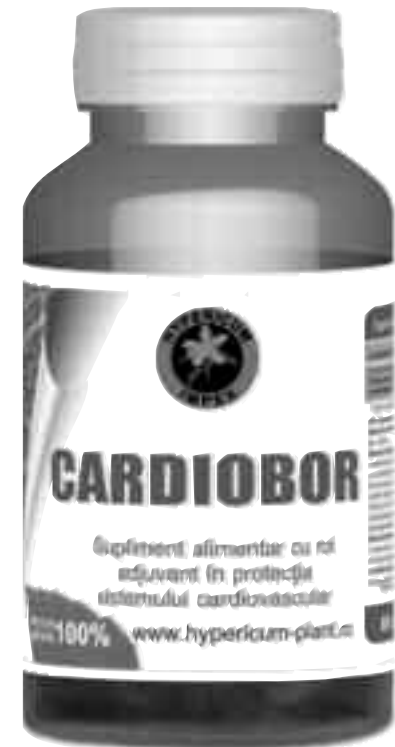
Este o sursă naturală de calciu și bor

Organizația Mondială a Sănătății recomandă un aport de 1-13 mg/zi de bor, cu un minim de 3mg/zi (≈ 130,5 mg fructoborat de calciu) pentru asigurarea beneficiilor nutriționale optime, carența în acest mineral putând fi asociată cu probleme osteoarticulare precum osteoporoza. Deoarece anumiți compuși ai borului pot prezenta o oarecare toxicitate, fructoboratul de calciu este considerat cea mai sigură sursă pentru acest element. Mai mult, studiile științifice au arătat că sub această formă, borul este folosit în corpul uman atât la nivel celular, cât și extracelular cu o eficiență sporită, fructoboratul de calciu absorbându-se într-o formă intactă și stabilă din tractul gastro-intestinal. În concluzie, fructoboratul de calciu este o sursă naturală, sigură și deosebit de biodisponibilă de calciu și bor, două minerale absolut esențiale pentru funcționarea corectă a corpului uman.

Asigură o protecție optimă a sistemului cardiovascular

Un studiu clinic pilot efectuat la Centrul de Cardiologie al Universității din Craiova, condus de dr. Constantin Militaru, a vizat combinația fructoboratului de calciu cu resveratrolul. Cei doi compuși s-au dovedit a avea acțiune sinergică, fapt resimțit asupra stării

clinice și biologice a pacienților cu angină pectorală și alte afecțiuni cardiovasculare. În acest sens, fructoboratul de calciu vine în sprijinul resveratrolului protejându-l. Fructoboratul de calciu devine un stabilizator pentru resveratrol, luptând împotriva degradării acestuia în tractul digestiv. Tot în cadrul studiului, s-a dovedit că sinergismul pozitiv al fructoboratului de calciu cu resveratrolul, duce la îmbunătățirea eficacității biologice ca agenți antioxidanți și antiinflamatori ai acestor doi compuși. În concluzie, calitățile complementare și sinergice ale celor doi compuși asigură o protecție optimă a sistemului cardiovascular.



Cum să vă protejați pancreasul cu suplimentele Momyrtidiab

Laboratoarele Hypericum recomandă Suplimentele Momyrtidiab capsule/sirop pentru menținerea nivelului glicemiei în limite normale. Acest demers este cu atât mai necesar cu cât ritmul vieții noastre devine tot mai alert și stresant, iar alimentația noastră devine tot mai haotică, procesată și plină de toxine, aditivi și carbohidrați rafinați (zahăr alb, fructoză, glucoză, făină albă și derivatele acesteia, sucrici ș.a.).

Totți acești factori de stres afectează organismul, pancreasul fiind greu încercat mai ales din cauza rolului său esențial în secreția insulinei și reglarea glicemiei. Curele cu ceaiuri și suplimente pe bază de compuși bioactivi din plante medicinale cu acțiune de reducere a glicemiei și cu molecule ce se aseamănă cu insulina fiind una dintre soluțiile cele mai naturale în această situație. Pe scurt, produsul de față este adjuvant în: reglarea glicemiei și a lipidelor (grăsimilor) din sânge și are o acțiune: hipoglicemiantă, hipolipemiantă, stomahică (i.e. benefică pentru stomac), tonic-amară, antivirală, antibacteriană, antihelmintică, diuretică și emetică (i.e. ajută la inducerea vomiei).



Mod de folosire

Pentru adulți, doza recomandată este de 6 capsule pe zi, câte 2 capsule, de 3 ori pe zi, după mesele principale. Cura recomandată este de 6 săptămâni cu o pauză de 7 zile, după care aceasta se poate relua.

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

Drumul Careiului, nr. 4-5
Tel: 0261.740 121
Str. Ștefan cel Mare, nr. 5
Tel: 0261.716 450

Producător:
HYPERICUM IMPEX S.R.L.
Sediul: Baia Sprie, str. Gutinului, nr. 3A, Maramureș, România
Tel/fax: 0262.271.338 ; 0262.372.695
Tel comenzi: 0262.263 048
E-mail: office@hypericum-plant.ro sau hypericumimpex@yahoo.com
Pentru mai multe informații cu privire la produsele noastre și pentru oferte, vă rugăm să accesați site-ul: www.hypericum-plant.ro

dr. Cătălin Cismaș

Ziua mondială a sănătății mintale dedicată tinerilor

10 Octombrie este Ziua Mondială a Sănătății Mintale. În acest an atenția este îndreptată asupra tinerilor. Doresc și eu să vă aduc în atenție faptul că și cei mai tineri dintre noi pot să treacă prin suferințe puternice. Problemele vieții nu țin cont de vârstă și nu suntem feriți de ele aproape niciodată.

Tinerii și adolescenții reprezintă o categorie de populație cu importante suferințe cu impact puternic în cadrul familiilor proprii cât și al societății în general. Adolescența și primii ani de viață adultă sunt momentele când pot să apară schimbări majore în cursul vieții, de la schimbarea școlii și a cercului de prieteni, mutatul într-o altă zonă, plecatul din cadrul familiei, începerea facultății și altele. Pentru mulți dintre noi acestea pot să fie momente de entuziasm, de bucurie dar pentru alții dintre noi, acestea pot să reprezinte momente de cotitură, de suferință intensă. Astfel aceste perioade de stres dacă nu sunt observate din timp și dacă nu sunt gestionate corespunzător, pot să ducă la tulburări psihice.

De asemenea utilizarea excesivă a tehnologiilor, proveniența din zone cu dezastru naturale, epidemii, familii cu conflicte frecvente, abuzuri fizice și mintale pot crea dezechilibre psihice.

Conform datelor OMS, aproape jumătate dintre afecțiunile psihice debutează în jurul vârstei de 14 ani dar majoritatea dintre ele trec neobservate, ducând în final la depresie care în rândul adolescenților este pe locul 3 ca frecvență, suicidul ce reprezintă a doua cauză de deces între vârstele de 15-29 de ani. Consumul abuziv de alcool și de droguri sunt întâlnite frecvent și acestea pot să ducă la comportamente de risc cum ar fi raporturile sexuale neprotejate sau conducerea periculoasă a autovehiculelor.

Din fericire, se observă o creștere a recunoașterii importanței ajutorării tinerilor în a le crește capacitatea psihică de a face față provocărilor lumii de azi. Statisticile arată că aceste măsuri au rezultate benefice și îi ajută pe tineri să aibă o bună stare de sănătate.

Se pot face foarte multe lucruri pentru a crește capacitatea psihică a adolescenților și adulților tineri pentru a-i ajuta să depășească, să controleze și să se refacă după o suferință psihică. În acest sens trebuie să fim mai conștienți și să înțelegem primele simptome ce ar putea semnala existența unui stres, a unei suferințe psihice. Părinții și profesorii îi pot ajuta pe copii și pe adolescenți să își dezvolte abilitățile de a face față stresului cotidian, de a se adapta la școală, acasă și în societate. Tinerii de azi sunt adulții de mâine! Haideți să avem grijă de ei, să îi educăm, să îi sprijinim, să le oferim afecțiune. Sănătate multă!

Un copil din 6.000 suferă de amiotrofie spinală

Amiotrofia spinală afectează un copil din 6.000 fiind una din tulburările neuromusculare rare ale cărei management necesită o echipă multidisciplinară. Medicii explică că amiotrofia spinală (AMS) afectează mușchii de pe tot corpul. Printre complicațiile bolii se numără insuficiența respiratorie (principala cauză de deces în AMS), scolioza, probleme gastroenterologice, luxații, etc, fiecare dintre acestea având nevoie de o abordare personalizată.



REȚETE

Preparatele din castane ajută în tratarea afecțiunilor respiratorii însoțite de tuse

Studiile recente arată că un consum moderat, de patru-cinci castane pe zi, aduce numeroase beneficii sănătății: combate anemia, reduce nivelul colesterolului „rău”, tratează neplăcerile digestive și revigorează sistemul nervos.

Plante cu efect dovedit în combaterea cancerului fortifică inima. Specialiștii atrag atenția că atunci când consumi aceste fructe trebuie să elimini din alimentație alte surse bogate în calorii, deoarece castanele au un conținut caloric ridicat (100 g conțin aproape 200 de calorii), care se datorează carbohidraților și nu grăsimilor. În castane găsești multe săruri minerale importante, precum: potasiu, fosfor, magneziu, fier, zinc, alături de vitamine din complexul B (B1, B2, B6), vitamina E și o cantitate modestă de vitamina C. Află în continuare ce beneficii au pentru sănătate cele mai gustoase preparate din castane și în ce cantitate poți să le consumi, fără riscuri. Previn bolile de inimă.

Spre deosebire de alte fructe oleaginoase, castanele comestibile sunt sărace în grăsimi, dar au un conținut mai ridicat de fibre, care favorizează scăderea nivelului de colesterol „rău” din sânge. Fiind lipsite și de colesterol, și de sodiu, castanele sunt o alegere bună pentru cardiaci, care trebuie să le consume coapte în cuptor.

Nutriționiștii spun că un consum de trei castane coapte pe zi reduce cu 20 la sută riscurile de boli cardiovasculare și, în același timp, pe cele de infarct miocardic. Tonice pentru sistemul nervos.

Datorită complexului de vitamine B și magneziului din compoziție, castanele acționează ca un medicament cu efect asemănător antidepressivelor, recomandat adulților și copiilor depresivi. În plus, magneziul combate oboseala, stresul și anxietatea.

Dieta cu un delicios piure de castane revigorează sistemul nervos. Nutriționiștii recomandă câte o porție de șase linguri cu piure de castane pe zi. Cura trebuie urmată timp de patru săptămâni. Piureul se obține din 500 g castane, 300 ml lapte degresat, o lingură de vanilie și din trei linguri de ulei de măsline pur. Se fierb castanele, iar miezul lor se trece prin mașina de măcinat nuci. În pasta obținută se adaugă celelalte ingrediente, amestecându-le bine până când compoziția se omogenizează. Separat, se prepară un sirop de zahăr din 40 g zahăr, 75 ml apă și două lingurițe de rom. Ingredientele se fierb la foc mic până când siropul se îngroașă. Când acesta s-a răcit, se adaugă în pasta de castane și se azonează cu o linguriță de pudră de scorțișoară. Fortifică sistemul imunitar.

Vitaminele și mineralele conținute de castane sunt de ajutor copiilor și persoanelor în vârstă, vulnerabili la viroze respiratorii, dar și celor care sunt în perioada de convalescență, deoarece aceste fructe au rol dovedit în întărirea sistemului imunitar. Dieta care conține ca desert piureul de castane, aseasonat cu miere de tei și cu scorțișoară, are efecte benefice și în tratarea problemelor respiratorii însoțite de tuse. În astfel de situații, se recomandă câte două porții de piure de castane pe zi, după masa de prânz și după cină. O porție conține 100 g piure în care se adaugă două lingurițe de miere de tei și o linguriță de scorțișoară pudră. Dieta trebuie respectată cel puțin o săptămână. De asemenea, castanele coapte pot fi adăugate în supă de pasăre (câte două linguri de castane mărunțite într-un castron cu supă) în cazul în care accesele de tuse persistă seara. Potasiul și magneziul din conținutul castanelor comestibile combat oboseala musculară și, de aceea, aceste fructe sunt recomandate în dieta sportivilor, adăugate în supe sau în aluaturi. Combat anemia. Conținutul de tiamină (vitamina B1) completează rezervele de energie din organism. De aceea, castanele consumate sub formă de făină, câte două lingurițe adăugate într-o cană cu lapte, sunt un meniu hrănitor și revigorant pentru copiii aflați în perioada de creștere.

Supă cremă de conopidă



Ingrediente:

O căpățână de circa 4-500 g de conopidă, 250 g de zarzavaturi (un morcov, un pătrunjel, câte o felie de țelină și de gulie), o ceapă mai mică, 150 g de smântână, sare, piper, bază pentru mâncăruri, iar la servire bacon prăjit, crutoane, sau verdețuri

Mod de preparare:

Zarzavaturile curățate și tăiate în bucăți mai mari se fierb bine în apă ușor sărată și condimentată, apoi se strecoară. Bucățile curățate și spălate de conopidă se fierb în zeama în care

s-au fiert și zarzavaturile, se strecoară, și împreună cu zarzavaturile fierte, se mixează cu blenderul. Se adaugă smântâna, condimente după gust, apoi treptat și zeama în care s-au fiert ingredientele. Se poate servi natur, ornată cu bucăți întregi de conopidă, cu feliuțe de morcovi sau cu crutoane, bacon afumat, tăiat subțire și prăjit, sau cu smântână, cu frunzulițe de pătrunjel, de macriș, sau ceapă verde mărunțită.

Magie cu castane



Ingrediente:

Un pachet de pișcoturi pentru copii (300g), 500 ml lapte, 3 linguri de zahăr cristalin, 2 pliuri zahăr vanilat, 2 pachete de castane congelate, 400 ml frișcă, 2-3 linguri de zahăr pudră, 200 g ciocolată menaj.

Mod de preparare:

Laptele se amestecă cu zahărul cristalin și cu zahărul vanilat, apoi se încălzește. Pișcoturile se bagă una câte una în laptele cald (dar nu se lasă să se înmoaie complet) și se așează, unul lângă altul într-un vas de iena. Peste acest strat se răzuiește primul pachet de castane (decongelate), în strat uni-

form. Ciocolata se topește și se scoate circa o treime într-un vas separat. Restul se amestecă cu câteva linguri de lapte (se poate folosi laptele în care se înmoaie pișcotul), iar jumătatea acestui topping se toarnă peste stratul de castane. Toată operațiunea se mai repetă o dată, formând încă un strat. Frișca cu zahărul pudră se bate spumă tare, se toarnă uniform peste castane, iar ciocolata rămasă se mai încălzește puțin și se toarnă peste stratul de frișcă, ori se presară cu pudră de cacao sau ciocolată răzuată. Înainte de servire e bine să se lase o oră - două la frigider.

Zucchini umplut, la cuptor



Ingrediente:

4 bucăți de zucchini, 6 ouă, 300 g de carne tocată de curcan, o ceapă, 100 g cașcaval, 4 linguri ulei de măsline, o legătură de mărar verde, sau o linguriță de frunze uscate de mărar, o cească de supă de carne sau de legume, sare, piper, boia de ardei, bază pentru mâncăruri.

Mod de preparare:

Ceapa se taie mărunț, se căleşte, apoi se adaugă carnea tocată, se condimentează cu sare, piper, boia și un pic de bază pentru mâncăruri (delicat de casă) și se căleşte. Se ia de pe foc,

apoi, după ce se răcește, se amestecă cu ouăle bătute în prealabil. Zucchini se curăță (dacă sunt fragezi se pot folosi și cu coajă) se taie în jumătăți, pe lungime, se scoate miezul, se spală și se lasă să se scurgă. Se așează într-o tavă, unsă cu uleiul de măsline, apoi se umplu jumătățile cu amestecul de carne și ouă. Se presară cu piper, mărar tocat fin și în cele din urmă cu cașcaval ras. Ca ornament, se poate așeza deasupra câte o feliuță subțire de bacon. Supa de legume se toarnă în tavă și se dă la cuptor timp de 15 - 20 minute. Se servește cu salată de roșii.

Kremzli, sau plăcinte din cartofi



Ingrediente:

1 kg de cartofi (dacă se poate, folosiți cartofi albi, pentru că rămân mai moi), 2-3 ouă, făină în funcție de nevoi, sare, piper, bicarbonat de sodiu alimentar, ulei pentru prăjit, iaurt - la servire (nu în mod obligatoriu).

Mod de preparare:

Cartofii curățați se răzuiesc mărunt și se storc bine de zeamă (cu mâna). Se adaugă ouăle, sare și piper după gust, o jumătate de linguriță de bicarbonat de sodiu și făină, cât se poate încorpora în amestec, până capătă consistența unui aluat mai moale pentru frământ-

tat. Se amestecă bine de tot, se formează bile, care apoi se întind în palmă, la grosime de cel mult 1 cm și se prăjesc în ulei fierbinte, fără ca uleiul să acopere complet "plăcinta". Se poate servi ca aperitiv, felul doi, sau garnitură la carne, ori cu diverse sosuri (kechup, sos tartar, maioneză, sos de usturoi, etc.) Dacă cartofii nu sunt storși prea tare, pot fi preparate și fără ouă (ca mâncare de post). Una dintre cele mai reușite combinații este cu iaurt, sau lapte bătut, eventual cu smântână.

Rubrică realizată de Eva Laczko

Decorul de toamnă nu trebuie să fie întunecat, chiar dacă, în mod natural, camerele vor fi din ce în ce mai puțin luminate. Poți să compensezi lipsa luminii naturale cu lumânări decorative, care vor genera o atmosferă relaxantă și caldă întregului decor.

MODĂ

Cum să-ți decorezi locuința în culorile toamnei



Ideile de decorațiuni de toamnă pentru living

Livingul reprezintă prima impresie pe care o faci asupra oaspeților tăi. Câteva idei de decorațiuni în concordanță cu toamna îți vor transforma tradiționala sufragerie într-un spațiu pe care și cei mai rafinați cunosători ai decoului nu îl vor putea trece cu vederea.

Dacă îți permiți, investește în câteva piese noi pentru livingul tău, care să rezoneze cu anotimpul de afară. Fotoliile confortabile de piele, în stil francez, au un aer retro, pe aceeași lungime de undă cu melancolia frunzelor căzătoare. Obiectul de decor vedetă al unui spațiu de toamnă este însă șemineul. Poate fi o alegere excentrică și costisitoare pentru interiorul tău, dar va fi un creator de momente frumoase, în toată puterea cuvântului.

Nu va fi necesar să achiziționezi mobilier nou pentru a da un suflu de toamnă livingului tău. Ideile de decorațiuni de toamnă DIY (do it yourself) sunt la mare căutare: apucă-te de bricolat, este un hobby relaxant și un exercițiu excepțional de creativitate. Un strop de vopsea în nuanța cuprului, aplicată peste obiectele tale de decor, le va imprima căldură și îți va transforma livingul în simbolul absolut al confortului. Nu te teme dacă opera nu îți va ieși impecabil, dimpotrivă, micile greșeli vor da impresia de patină a timpului.

Completează decorul cu lumânări și fructe și vei realiza cea mai frumoasă odă a toamnei.

Anotimpul ploios ne duce cu gândul la după-amieze scufundate într-un fotoliu, cu o carte în mână și o cană cu cacao cu lapte. Colțul de citit se poate ușor transforma în epicentrul livingu-

lui tău, iar ideile de decorațiuni de toamnă i se potrivesc mânășă. Presară câteva frunze în bibliotecă, adună doveci și strânge mărunțișurile în coșuri de rafie!

Dacă te-ai trezit cu o poftă nebună de shopping, pune-o în slujba ambițiilor tale de decoratoare interioară de top și achiziționează-ți o pernă cu imprimeuri bogate sau perdele în nuanțe delicioase de burgundy sau ciocolată.

Accentele în nuanțe de oranj sau portocaliu vor face minuni pentru spațiul tău interior.

Florile reprezintă o idee de decorațiuni de toamnă necostisitoare și care te va binedispune imediat. Alege flori de toamnă și prelungeste-le viața schimbându-le cât mai des apa și tăind tulpina periodic.

Salvarea interiorului tău din cursa necruțătoare a monotoniei vine însă prin intermediul unor idei de decora-

țiuni de toamnă originale.

Dacă dorești să imprime livingului acea tușă de căldură specifică anotimpului, plasează câteva paturi moi, pe canapea sau chiar pe podea, și vei obține instant un spațiu declinat în numele toamnei. Și pentru că vremea de afară te îndeamnă la povești spuse la un pahar cu vin și la amintiri rupte din cele mai îndepărtate colțuri ale memoriei, un perete acoperit cu pozele celor dragi poate constitui decorul perfect de toamnă!

Ideile de decorațiuni de toamnă pentru bucătărie

A venit toamna, deci timpul petrecut în bucătărie va fi prelungit. Murăturile, diversele conserve și zacuscă sunt un argument imbatabil pentru a da curs celor mai originale idei de de-

corațiuni de toamnă pentru bucătărie.

Atârnă frunze de tavan, deasupra mesei din bucătărie sau creează un corn al abundenței plin cu fructe și legume de sezon și vei fi gazdă pe care toți mușafirii o caută!

Dacă imaginația ta dă semne că poate mai mult și ai la dispoziție un weekend pe care vrei să îl dedici casei, pictează un perete cu motive de toamnă: copaci, ramuri sau orice te îndeamnă la reverie.

Mărunțișurile sunt, în marea majoritate a cazurilor, instrumente neașteptate dar cu efect surprinzător, de punere în practică a ideilor de decorațiuni de toamnă. Acoperă scaunele de la bucătărie cu perne și vei crea spațiul perfect pentru povestit, atunci când afară plouă. Să gătești la lumina lumânărilor, în doi, te poate învăța noi semnificații ale romantismului.

DIETĂ

Dieta cu ouă fierte sună tentant, mai ales că aceste alimente conferă sațietate pe termen lung, au puține calorii și sunt ieftine, dar ține cont că fiecare organism reacționează diferit atunci când se petrece o schimbare în regimul alimentar. Așadar, chiar dacă unei persoane i se potrivește acest regim și reușește să își atingă scopul, asta nu înseamnă că tu vei avea aceleași rezultate.

Dieta cu ouă, vezi dacă ți se potrivește

Dacă vrei să scapi rapid de kilogramele în plus, o dietă cu ouă fierte ar putea fi răspunsul pe care îl cauți. Chiar dacă regimul presupune consumul a doar câteva categorii de alimente, se pare că acesta are un efect benefic asupra metabolismului. Trebuie să reții însă că, odată ce s-a terminat perioada în care ții această dietă, trebuie să te rezumi la alimente sănătoase, fără grăsimi și zahăr în exces, pentru a preveni efectul yo-yo, scrie Brightside.me.

Înainte să îți oferim meniul pentru cele 14 zile de dietă, iată ce trebuie să ții minte: bea cât mai multă apă (8-10 pahare pe zi), fă zilnic măcar 30 de minute de mișcare, elimină fast-foodul, băuturile carbogazoase, alcoolul, redu cantitatea de alimente sărate sau bogate în zahăr. De asemenea, consultă-te cu medicul înainte de a ține această dietă. Chiar dacă ouăle sunt alimente bogate în proteine, vitamine, minerale și grăsimi sănătoase, ele nu trebuie consumate în exces.

Dieta cu ouă fierte sună tentant, mai ales că aceste alimente conferă sațietate pe termen lung, au puține calorii și sunt ieftine, dar ține cont că fiecare organism reacționează diferit atunci când se petrece o schimbare în regimul alimentar. Așadar, chiar dacă unei persoane i se potrivește acest regim și reușește să își atingă scopul, asta nu înseamnă că tu vei avea aceleași rezultate. În plus, trebuie să fii atentă să nu îți dăuneze sănătății, motiv pentru care reamintim importanța discuției cu medicul înainte de a ține această dietă.

Meniul pe două săptămâni

Prima săptămână

Luni: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală (sau orice fruct citric), prânz – 2 cartofi dulci fierți sau copti și 2 mere, cină – un bol cu salată de legume și pui.
Marti: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – un bol cu salată de legume verzi și pui, cină – o salată de legume, o portocală și 2 ouă fierte.
Miercuri: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – o felie de brânză cu conținut redus de grăsime, o roșie și un



cartof dulce fiert sau copt, cină – o salată de legume cu pui.

Joi: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – un fruct la alegere, cină – o salată de legume cu pui făcut la abur.

Vineri: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – o porție de legume la abur și 2 ouă fierte, cină – o salată cu pește la grătar.

Sâmbătă: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – un fruct la alegere, cină – legume și pui făcute la abur.

Duminică: mic dejun – 2 ouă și o portocală, prânz – salată de roșii, legume și pui făcute la abur, cină – legume la abur.

Săptămâna a doua

Luni: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – salată de legume cu pui la grătar sau la abur, cină – o portocală, salată de legume și 2 ouă fierte.

Marti: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – 2 ouă fierte cu legume făcute la abur, cină – salată de legume cu pește la grătar.

Miercuri: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – salată de legume cu pui, cină – o portocală, salată de legume, 2 ouă fierte.

Joi: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – legume la abur, o felie de brânză cu conținut redus de grăsime și 2 ouă fierte, cină – salată de legume cu pui.

Vineri: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – salată de legume cu sardine, cină – salată de legume cu 2 ouă fierte.

Sâmbătă: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – salată de legume cu pui, cină – un fruct la alegere.

Duminică: mic dejun – 2 ouă fierte și o portocală, prânz – legume și pui făcute la abur, cină – legume și pui la abur.

După cum bine vezi, nu prea ai parte de diversitate dacă ții această dietă, iar carbohidrații lipsesc aproape cu desăvârșire, acesta fiind și motivul pentru care calorile sunt arse rapid, iar kilogramele dispar văzând cu ochii, susțin promotorii acestui regim.

primAGYM
AEROBIC CYCLING FITNESS

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

Oferta Speciala

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

Gama de produse Psoriderm Psoriderm Sensitive

Pielea uscată, iritată, dar și cea eczematooasă și atopică, necesită îngrijire specială. Produsele **Psoriderm® SENSITIVE** au fost concepute astfel încât să asigure îngrijire adecvată bebelușului, copiilor și adulților, a pielii uscate, iritate, eczematooase sau atopice, 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 **Psoriderm® 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, germeni 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, parabeni, steroizi, sulfuri și coloranți artificiali, iar parfumul nu conține alergeni. Gama de produse **Psoriderm® 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

Alimentele pe care le putem consuma seara

Este seară și parcă ți-e foame, însă te gândești și la siluetă. Atunci alege o gustare sănătoasă, care îți va potoli foamea, nu te îngrașă și nici nu îți va afecta somnul. Tu știi care sunt acestea?

Iaurtul este o sursă foarte bună de a consuma bacterii sănătoase, numite probiotice. Ele sunt responsabile de sistemul digestiv. Iaurtul conține și calciu, dar și cantități importante de vitamine B6 și B12. Trebuie să alegi un iaurt care să nu aibă zahăr, de preferat simplu. Poți adăuga scorțișoară și miere, care este o variantă delicioasă pentru o gustare seara.

Un bol de **cereale** bogate în fibre cu lapte este o gustare ideală seara,



care te ajută să dormi mult mai bine, dar îți asigură și aportul de fibre necesar. Însă, porția de cereale le care o mânăci nu trebuie să aibă mai mult de cinci grame de zahăr deoarece îți poate crește glicemia și îți poate afecta somnul.

Bananele sunt o sursă excelentă de potasiu, dar pe lângă asta conțin și trei tipuri de zaharuri naturale: sucroză, fructoză și glucoză. Fiind bogate în potasiu, asigură o tensiune arterială sănătoasă, dar te ajută și în reducerea stresului. De asemenea, are un efect calmant și te ajută în ceea ce privește un somn liniștit.

Kefirul este o băutură făcută din lapte fermentat, cu ajutorul unor bacterii, care îi dau calități probiotice.

La rândul lor, probioticele protejează funcționarea sistemului digestiv. Chiar dacă nu are un gust pe placul tuturor, nutriționiștii recomandă să bei seara un pahar de kefir, la care poți adăuga vanilie și un strop de scorțișoară. Este o băutură bogată în proteine și slab calorică deoarece un pahar de kefir are 100 de calorii.

Nu te poți uita la un film fără să mânăci **popcorn**, nu-i așa? Ei bine, se pare că trei căni de popcorn proaspăt ar trebui să-ți asigure un număr optim de calorii, deoarece sunt slab calorice. Popcornul este foarte crocant, iar dacă vrei să adaugi și alte ingrediente peste el, poți adăuga puțină ciocolată neagră și să pui câteva nuci, sau pentru mai multă savoare poți pune câteva ierburi aromatice sau condimente.

Peste 30 de evenimente - spectacole de teatru, teatru-dans, concerte, instalații performative, lansări de carte, workshop-uri și ateliere - au avut loc timp de 10 zile, în cele două săli ale Teatrului de Nord, pe scena Casei de Cultură a Sindicatelor, în Club Poesis, Moose Bar și Grandstand (Cafeneaua Teatrului).

FESTIVAL

Bilanț, cât se poate de pozitiv pentru Tranzit Feszt la ediția 2018

Duminică, 7 octombrie 2018, s-a încheiat la Satu Mare a doua ediție de festival sub titulatura TRANZIT FEST, festival care dorește să crească și să-și creeze o identitate proprie, identitatea, în cel mai larg sens al cuvântului, fiind și tema ediției din acest an.

Organizat de cele două secții ale Teatrului de Nord, Secția Română și Trupa Harag György, cu sprijinul Primăriei, al Consiliului Județean și Consiliului Local Satu Mare, Festivalul Tranzit Feszt și-a propus să ofere, prin invitarea unora dintre cele mai importante și interesante producții ale scenelor românești și maghiare, o largă posibilitate de abordare a acestui subiect extrem de bogat și să creeze un spațiu pentru dialogul dintre artiști, culturi și comunități.

Peste 30 de evenimente - spectacole de teatru, teatru-dans, concerte, instalații performative, lansări de carte, workshop-uri și ateliere - au avut loc timp de 10 zile, în cele două săli ale Teatrului de Nord, pe scena Casei de Cultură a Sindicatelor, în Club Poesis, Moose Bar și Grandstand (Cafeneaua Teatrului).

Specificul ediției

Mare parte din spectacolele programate au abordat două teme pregnante: tema identității etnice și a raporturilor dintre naționalitățile conlocuitoare și perioada comunismului, subiect recurent al prezentului.

S-au putut vedea spectacole "clasice" de teatru, dar și multe spectacole non-verbale, spectacole-happening și



Peste 4.000 de spectatori au văzut spectacolele prezente în festival timp de 10 zile

formule care tind să extindă aria de definire a fenomenului teatral: teatru devised, teatru documentar realizat pe baza unor mărturii personale, realitate virtuală, teatru fizic, improvizare și alte formule inedite.

În timpul festivalului, actorii Teatrului de Nord au participat la câteva ateliere și la workshop-uri cu regizorii Alexandru Ivanovski și Sardar Tagirovsky. O zi din festival a fost dedicată voluntarilor, tinerii din Satu Mare și Târgu Mureș au jucat două spectacole, urmate de discuții cu publicul, și au participat la un atelier devised.

Gazde alternative

La Club Poesis s-a ținut un spectacol de improvizare, Just push play, și concertul cu muzică rusească al cântăreței Tania Popa.

Grandstand (Cafeneaua teatrului) a găzduit conferințele de presă și lansările de carte. Au fost prezenți și au vorbit despre cărțile lor de specialitate (tezele de doctorat publicate) Olivia Grecea ("Teatru Devised. Creația teatrală colectivă"), "Utopie, instrument și teatru politic", Raluca Sas-Marinescu ("Dramaturg & dramaturgie:

metode, tehnici și studii de caz") și Theodor-Cristian Popescu ("Dinăuntru. Un curs masteral de regie a teatrului contemporan și o selecție de articole").

Serile electrizante s-au întâmplat la Moose Bar, cu RAD π, Andrei Raicu, Dimitris Palade și Bogdan Olarson. În jurul aceleiași teme, identitatea, s-a construit și Instalația performativă de la Studio, cu Bogdan Olarson și Andrei Raicu.

Au participat la festival Teatrul Municipal Baia Mare, Teatrul Yorick Târgu Mureș, Teatrul "Tamási Áron"

Sfântu Gheorghe, Teatrul Trap Door Chicago, Teatrul National Csokonai Debrecen - Ungaria, Reactor de creație și experiment Cluj, Figura Stúdió Gheorgheni, Studio Act Oradea, Studio M Sfântu Gheorghe, Teatrul "Csiky Gergely" din Kaposvár - Ungaria, Teatrul "Eugene Ionesco" Chișinău, Compania András Lóránt Târgu Mureș, Teatrul Maghiar de Stat Cluj, Asociația Animact Târgu Mureș, Teatrul "Aureliu Manea" Turda, Waitingroom Project Cluj-Napoca, Teatrul Național din Miskolc - Ungaria, Teatrul Act București și cele două secții ale Teatrului de Nord.

Și la această ediție, ca și anul trecut, ne-am bucurat de prezența VOLUNTARILOR TEATRULUI DE NORD, pe toată durata festivalului. Voluntarii au participat la parada stradală de deschidere, au conceput și realizat video-uri de promovare, interviuri cu regizori și actori, au avut grijă de invitații și de public înainte de spectacole, au împărțit caiete program și fluturași, au fost prezenți la toate spectacolele.

Aproximativ 500 de persoane, gazde și invitați, au contribuit la succesul acestei ediții Tranzit Feszt, iar peste 4.000 de spectatori au văzut spectacolele prezente în festival.

Organizatorii festivalului mulțumesc pentru buna desfășurare a acestei ediții, Consiliului Județean Satu Mare, Consiliului Local Satu Mare, Primăriei Municipiului Satu Mare și Centrului Județean pentru Conservarea și Promovarea Culturii Tradiționale, tuturor sponsorilor, dar și partenerilor Club Poesis, Moose Bar, Grandstand.

A consemnat V.A.

Evenimente speciale în Festivalul Național de Teatru

Festivalul Național de Teatru (19-29 octombrie) prezintă spectacolele "Coriolanus", în viziunea regizorală a lui Alexandru Darie - producție a Teatrului "Lucia Sturdza Bulandra" din București și "Îngeri în America", pus în scenă la Teatrul Maghiar de Stat din Cluj de regizorul Victor Ioan Frunză.

Spectacolul "Coriolanus" - o adaptare scenică după William Shakespeare în viziunea regizorală a lui Alexandru Darie, se înscrie în seria evenimentelor speciale organizate de FNT, fiind o premieră găzduită în Festival.

Este vorba de o amplă producție teatrală care va avea prima întâlnire cu publicul în data de 25 octombrie, de la ora 18.00, la Sala "Toma Caragiu" a Teatrului Bulandra din Capitală.

Într-o orchestrație regizorală deosebită, bucurându-se de prezența pe scenă a 70 de actori, "Coriolanus" pune în prim plan lupta pentru putere a protagonistului, precum și sfârșitul tragic al acestuia, un destin sacrificat pe altarul ambiției și al grandomaniei.

Esența piesei vizează cele două conflicte; unul politic, intern (plebei - patricieni) și un altul extern (romani -



Spectacolul în două episoade "Îngeri în America" va fi văzut în transmisie directă de la Teatrul Maghiar din Cluj

volsci). Atunci când un general învinge în bătăliile date împotriva forțelor ce încearcă să-l doboare, el simte că poate și trebuie să devină activ în politică și chiar să conducă guvernarea.

Reprezentările celor două spectacole ale Teatrului Maghiar de Stat din Cluj - "Îngeri în America I: Sfârșitul

lumii e aproape" și "Îngeri în America II: Perestroika" - de Tony Kushner, în direcția de scenă semnată de Victor Ioan Frunză și scenografia Adrianei Grand, vor putea fi urmărite de publicul bucureștean în cadrul FNT, în zilele de 27 și 28 octombrie, începând cu orele 19.00, în transmisiuni directe (cu

subtitrare în limba română) din Sala Studio a Teatrului Maghiar de Stat din Cluj, la Sala Media a Teatrului Național "I.L.Caragiale" din București.

"Îngeri în America" este un spectacol format din două părți subintitulate "Sfârșitul lumii e aproape" și "Perestroika", ce vor avea reprezentații în

zile consecutive. Acestea sunt legate prin tematică și personaje, dar acțiunile prezentate în cele două seri sunt distincte, de aceea cele două spectacole pot fi vizionate și separat. Spectacolul descrie America anilor '80, sub conducerea președintelui Ronald Reagan, pe vremea izbucnirii epidemiei SIDA. Personajele reprezintă diferite minorități (sociale, etnice, sexuale), accentul fiind pus pe latura lor umană. Piesa vorbește despre acea "mare trecere" pe care o trăiesc aproape toate personajele pentru a-și rezolva problemele de sănătate și de viață.

Un număr de 36 de producții teatrale românești vor fi prezentate în festival, patru dintre acestea fiind regizate de Radu Afrim. În lista regizorilor ale căror spectacole se regăsesc în selecția de anul acesta se numără Victor Ioan Frunză, Andrei Șerban, Silviu Purcărete, Vlad Massaci, dar și Florin Piersic Jr., Mimi Brănescu și Horațiu Mălăele. Trei spectacole din străinătate au fost invitate anul acesta în festival. Pentru două dintre ele, spun organizatorii, a fost găsit un numitor comun - Teatrul Schaubühne din Berlin, "aflat în permanentă căutare a unui limbaj teatral contemporan, extrem de activ pe plan internațional".

V. A.

ISTORIE

Un martor a decedat și alți trei și-au revocat mărturia în procesul părintelui dr. Vasile Lucaciu la Tribunalul regal din Satu Mare în 8 iulie 1889

Urmare din numărul anterior

Ca exemplu cel mai tipic este atitudinea Tribunalului Regal Unguresc din Satu Mare, care cu o răceală strigătoare la cer a refuzat să-l asculte pe părintele dr. Vasile Lucaciu în limba română. Deși trebuie să menționez că avem de a face cu procurori care posedă o înaltă pregătire, ei totuși atunci când sunt pe rol procese ale românilor le tratează cu mult dispreț. Se pune întrebarea: de ce? Ei cunosc foarte bine discriminările la care sunt supuși românii.

Mulți români care sunt magistrați, ei sunt obligați să-și abandoneze limba. Dacă nu se încadrează în tiparele stabilite sunt automat înlocuiți sau dați afară.

Nici din acest punct de vedere acuzația nu cuprinde un fapt oficial, care ar putea fi obiectul unui proces, dar el este un adevăr de necontestat. Vai de românul care-și vinde sufletul altora! El întotdeauna a cunoscut și va cunoaște disprețul Neamului său.

Tot adevărat este și faptul că românii nu pot ocupa funcții în administrația ungurească cu toate că nu sunt cu nimic mai prejos decât ungurii. Cauza principală a acestei discriminări este aceea că s-au născut și sunt români.

Deși românii erau trei milioane ei nu aveau decât un singur Procuror la tribunalul Suprem

Aici un mare rău a adus Legea din 1866-1868 prin care deși românii sunt peste trei milioane ei nu au decât un singur Procuror la tribunalul Suprem Ungar și șapte Procurori Regali. Nu există nici un prefect român, deși există ținuturi în care 65-100% din locuitori sunt români.

De aici se desprinde și concluzia că din cei peste 4.000 de specialiști români în diferite ramuri ale științei, sunt nevoiți să-și fructifice cunoștințele în străinătate cu toate că și Ungaria ar avea mare nevoie de ei. Dar, pentru că sunt români ei trebuie să rămână resemnați.

Este de neîngăduit că există cazuri când fiii Națiunii Române pentru o funcție minoră își uită naționalitatea și slujesc interesele străine românilor.

Onorat Tribunal Regal!
Este de netăgăduit să acceptăm partea de acuzație unde se spune că: "... Ca oricare autoritate la care ne adresăm în Sfânta Noastră Limbă Românească, funcționarii publici unguri nu vor să vorbească românește. De asemenea, nu sunt publicate hotărâri, sentințe, decrete, legi și în limba română pentru a fi înțelese și de către români. În același timp, funcționarii de stat unguri, deși sunt obligați de lege să dea răspuns în limba română pe tenționilor, ei nu fac acest lucru din ură și răutate. Și această parte a acuzației este veridică și pot dovedi cu nenumărate cazuri concrete, care sunt la ordinea zilei la toate tribunalele și la toate administrațiile de stat ungurești.

Asociația ASTRA trebuia să plătească impozit după fiecare eveniment cultural

Reclamația mai vizează și problema înființării la Baia Mare a unui Cerc al Asociației Femeilor Române, dar Statutul ei a fost respins de autoritățile ungurești fără nici un motiv plauzibil.

Tot în această reclamație se mai scria și faptul că, părintele dr. Vasile Lucaciu ar fi protestat împotriva asociațiilor culturale ungurești "EMKE", "SZEZIKENZI", "VESELENI", "BATHANYT". Se arată în acest sens că există poziții dușmănoase din partea românilor. Dar ce programe au aceste asociații culturale un-

gurești? Vă spun eu - ungurizarea românilor. De ce "ASTRA" asociația românească trebuie să plătească impozite la fiscal unguresc după fiecare acțiune culturală pe care o organizează? De ce asociațiile culturale ungurești nu plătesc nimic? De ce este prigonită "ASTRA"?

Cine ar putea tăgădui caracterul național și ungurizant al asociațiilor culturale ungurești enunțate mai sus? După cum se cunoaște și mai ales că vedem zilnic activitatea acestor asociații și din comunicatele acestora rezultă clar că ele au ca scop principal să apere Națiunea Ungară. De ce "ASTRA" este ținută în lanțuri?

Desființarea școlilor românești

Onorat tribunal Regal!
E bine să se rețină și faptul că societățile culturale ungurești se străduiesc prin toate mijloacele să înființeze școli ungurești și să le desființeze pe cele românești. Ba mai mult, societățile culturale ungurești se mai ocupă și de schimbarea denumirii localităților din limba română în limba ungurească.

Părintele dr. Vasile Lucaciu este preot greco-catolic și când aude ce fac asociațiile culturale ungurești, pe bună dreptate, se indignează și mai ales are obligația să se ridice cu vehemență împotriva unor asemenea metode criminale și de purificare etnică.

Cum credeți dumneavoastră Onorat Tribunal Regal că este normal ca părintele dr. Vasile Lucaciu să aibă lacăt la gură și să nu se ridice împotriva acestor nedreptăți strigătoare la cer? Vă rog să-mi dați doar un singur exemplu din lumea civilizată unde se mai fac asemenea practici. Nu veți putea, pentru că în lume nicăieri nu se procedează așa decât în Ungaria.

Este normal Onorat Tribunal Regal ca toate acțiunile "ASTREI" să fie impozitate cu vârf și indesat? Vă rog să-mi răspundeți domnilor, de ce asociațiile ungurești nu plătesc nimic? Aceste exemple se întâlnesc în Ardeal, Crișana, Maramureș și Banat și mai ales în Părțile Ungurene.

Națiunea română, care ține de puritatea sa așa cum ține și națiunea ungară, respinge cu indignare orice atac îndreptat împotriva românilor.

Celelalte capete de acuzare aduse părintelui dr. Vasile Lucaciu nici nu le amintesc, pentru că ele nu sunt relevante, și mai ales aduc atingere OMENIEI și PRESTIGIULUI Domniei Sale.

Cred că prin cele ce am prezentat până acum am reușit să demonstrez incontestabil că, chiar părintele dr. Vasile Lucaciu ar fi zis la Ședința Electorală din cărciuma localității Tăuții de Sus cele afirmate în acuzație nici atunci nu ar fi făcut alceva decât că ar fi înfățișat realitatea dureroasă. Așa este domnilor. Adevărul doare.

Martorul decedat a recunoscut că nu el și-a scris declarația, însă aceasta a fost totuși legalizată

În același timp din acuzațiile aduse, ele nu cad în culpabilitatea cuprinsă în Articolul 172, alineatul doi. Dar să vedem Onorat tribunal Regal depoziția martorilor împotriva părintelui dr. Vasile Lucaciu.

Rog Onoratul Tribunal Regal să aibă în vedere că, dintre cei șapte martori care au semnat acuzația împotriva părintelui dr. Vasile Lucaciu, UNUL A DECEDAT, TREI ȘI-AU REVOCAT MĂRTURIA în cursul dezbaterilor din acest proces.

Mărturia celui decedat a fost legalizată împotriva obiecției sale, el a recu-

Părintele dr. Vasile Lucaciu este preot greco-catolic și când aude ce fac asociațiile culturale ungurești, pe bună dreptate, se indignează și mai ales are obligația să se ridice cu vehemență împotriva unor asemenea metode criminale și de purificare etnică.

Cum credeți dumneavoastră Onorat Tribunal Regal că este normal ca părintele dr. Vasile Lucaciu să aibă lacăt la gură și să nu se ridice împotriva acestor nedreptăți strigătoare la cer? Vă rog să-mi dați doar un singur exemplu din lumea civilizată unde se mai fac asemenea practici. Nu veți putea, pentru că în lume nicăieri nu se procedează așa decât în Ungaria.



Adresa trimisă de Prefectul de Satu Mare direct Ministerului de Interne, îl acuză pe părintele dr. Vasile Lucaciu de instigare împotriva Statului Ungar și de trezire a urii împotriva Românilor din Ardeal

noscut că NU A SCRIS-O, iar cele relate sunt false. Un alt fals grosolan a fost acela că în depoziția decedatului se scrie că este cumnat cu părintele dr. Vasile Lucaciu, ceea ce nu este adevărat. Ei nu au avut niciodată un astfel de grad de rudenie.

De asemenea, împotriva celor patru martori: PAPP ZSIGMUND, LIPTAK IOZEF, BOTH MATHEAYAS, LIPTAJ IOZEF Junior, am depus obiecțiile mele legale. Și cu această ocazie atrag atenția Onoratului Tribunal Regal din Satu Mare, că în legătură cu acele obiecții ele sunt în concordanță cu legea.

Să nu uităm Onorat tribunal regal că este normal să se susțină afirmațiile martorilor, dar să se știe că ele pot fi atacate de Articolul 260 Cod Penal, care pedepsește pe calomniatori și pe cei mincioși.

Pe lângă faptul că PAPP ZSIGMUND, după câte a recunoscut el însuși, înaintea Ședinței Electorale de la Tăuții de Sus, a avut o dispută foarte dură cu părintele dr. Vasile Lucaciu, din care cauză între ei s-a stabilit o relație de dușmănie. Această dușmănie nu s-a stins niciodată din partea lui PAPP ZSIGMUND. El a adunat practic martorii pentru ca să semneze acuzația împotriva părintelui dr. Vasile Lucaciu. Deci PAPP ZSIGMUND este plin de venin, antipatie și răutate. În aceste condiții mărturia lui nu poate constitui o dovadă certă împotriva acuzatului conform Legii 9613/1883.

Martorul LIPTAK IOSZEF senior, în cursul prezentului proces, a recunoscut că în timp ce părintele vorbea, el fiind cărciumar, a intrat și a ieșit din cărciumă fiind solicitat de clienți, pe unii i-a servit cu mâncare iar pe alții cu băutură. Acest fapt exclude posibilitatea ca el să fi auzit tot ceea ce ar fi spus acuzatul. Dacă ne referim la LIPTAK IOZSEF Junior și la ROTH MATHEYAS, ei au recunoscut că nici nu cunosc limba română, decât doar câteva cuvinte. De aici Onorat tribunal Regal putem trage concluzia certă că părintele dr. Vasile Lucaciu a vorbit într-o limbă română literară și este exclus ca martorii să fi înțeles ceva. Să luăm doar pe LIPTAK IOZSEF junior, care în fața dumneavoastră a tradus eronat și greșit doar câteva cuvinte rostite în limba română. Din aceste motive, mărturiile martorilor, după Legea 7319/1883, nu pot constitui dovezi.

Nu li s-a cerut martorilor să reproducă declarațiile inculpatului în limba română

Trebuie să-mi exprim profundul regret asupra faptului că Onoratul Tribunal Regal nu a urmărit insistențele mele, nu a cerut martorilor ca în cursul audierilor să spună expresiile inculpatului în limba română.

Prin acest mod de tratare a procesului Onoratul tribunal Regal a greșit profund. Eu pun foarte sincer întrebarea: de ce nu s-a insistat asupra martorilor ca ei să spună în limba română cuvintele învinuitului?

În interesul adevărului și al Justiției se impune această metodă științifică de a se descoperi adevărul. Eu vă anunț Onorat Tribunal Regal că sunt foarte hotărât să cer recurs pentru a se afla adevărul. Onoratul Tribunal Regal s-a mulțumit să asculte depozițiile martorilor pe care le-a socotit suficiente pentru incriminarea inculpatului, dar nu pentru a afla adevărul.

Onorat Tribunal Regal!

Domnule Acuzator Public!

Domniile Voastre ați urmărit doar privarea de libertate și compromiterea acuzatului. După câte am văzut, mărturiile martorilor au fost false iar părintele dr. Vasile Lucaciu s-a dovedit nevinovat, el a demonstrat că s-a încadrat în limitele Constituției privind dreptul la cuvânt.

Eu în calitate mea de apărător, am obligația să atrag atenția Onoratului Tribunal Regal și Acuzatorului Public asupra faptului că 14 dintre martorii audiați sub stare de jurământ, mulți dintre ei au spus multe minciuni, depunând mărturii false. La fel, Adunarea Electorală de la Tăuții de Sus s-a terminat prin ovații adresate de către românii participanți la adresa Majestății Sale și a patriei, apoi părintele dr. Vasile Lucaciu în discursul său a cerut toleranță și dragoste frățească din partea Popoului Român față de poporul Ungur. Aceste date constituie motivul pentru care domnul Acuzator Public nu a putut justifica legal nici un fapt pentru susținerea acuzației. Este adevărat că opoziția lui a ajutat apărarea, aceasta ar trebui să renunțe la acuzație, așa cum prevede procedura juridică și legile țării.

Procesul de incriminare a avut o puternică tentă politică

Martorii acuzării au fost selecționați parcă din cea mai joasă pleavă a societății. Parcă o mână rea i-ar fi adunat să atace în haită pe acuzat.

Aceste împrejurări îmi dau ocazia să arăt că fondul acestui proces, din care reiese motivele reale de ținere în arest a părintelui dr. Vasile Lucaciu și să dea Bunul

Dumnezeu să mă înșel, dar acestea influențează procedura penală a Onoratului Tribunal Regal și mă neliniștește faptul că nu se respectă independența Judecătorească și Jurământul depus al magistraților, caracterul lor conștiințios și incoruptibil. Miroase de la o poștă că prezentul proces de incriminare are o puternică tentă politică de a înlătura adversarii politici și mai ales pe reprezentanții de frunte ai românilor din Ardeal.

Dr. Vasile Lucaciu, acuzat de instigare împotriva Statului Ungar

În privința acestor chestiuni, conform Adresei 134/1887 din 12 august, a prefectului de Satu Mare, trimisă Procuraturii Tribunalului Regal și care a fost citită în public, doar în urma insistențelor mele repetate. Eu nu voi apela la textul integral, dar voi menționa că din acel document se desprinde cu claritate intervenția puterii politice, a Statului Ungar, care lezează simțul dreptății și al Jurisdicției. (...)

Adresa trimisă de Prefectul de Satu Mare direct Ministerului de Interne, îl acuză pe părintele dr. Vasile Lucaciu de instigare împotriva Statului Ungar și de trezire a urii împotriva Românilor din Ardeal.

Acum să mă refer la această Adresă a Prefectului de Satu Mare în care se arată: "... Acum este ocazia cea mai bună și potrivită ca acest indezirabil să fie condamnat și să fie făcut incapabil în fața românilor, pentru care scop, atrage atenția Procuraturii să acționeze repede și cu multă seriozitate și să se ia toate măsurile posibile ca părintele dr. Vasile Lucaciu să fie vinovat și să primească pedeapsa maximă".

Vorbind despre această problemă, în fața mea apar cu toată claritatea aspecte serioase și triste care trădează dispoziția sufletească a fiilor Națiunii Ungare față de fii națiunii Române, privind egalitatea dintre ei. Se observă că în prezent chiar conducerea Justiției este împotriva ordinii legii și, din păcate, trădează sentimentele de ură a ungarilor față de români.

Ne punem întrebarea firească Onorat tribunal Regal, de ce există această ură? Doar în timpul constituirii noastre milenare nu există nici o pildă, nici un document care ar dovedi că fiii Națiunii Române nu ar fi fost fideli acestui pământ sfânt al patriei iubite comune. Acest pământ a fost sfințit de foarte multe ori de sângele celor două națiuni, vărsat eroic în apărarea lui.

Continuare în numărul următor

Bibliografie

1. Ioan Corneanu, Vasile Moiş - Părintele dr. Vasile Lucaciu, un Apostol al Unirii Neamului Românesc, Edit. Solstițiu, Satu Mare, 1999, p. 55 - 75
2. N. Iorga, Pagini alese, Vol. II, București, ESPLA, 1965, p. 98-99.
3. Religia Culturii, Edit. Episcopia Ortodoxă Română a Ardealului, 1994.
4. Editura Institutului de Literatură Cluj, Cultura Publică, 1898. Fond părintele Petru Bologa, Muzeul Județean, Satu Mare.
5. Ioan Corneanu, Note și Documente, Carei, 1974, p. 5-30, 52-53.
6. Foaie pentru Inimă, Minte și Literatură, 6/11 februarie 1853.
7. Zimbor es videke din 21 noiembrie 1893.
8. Gazeta de Transilvania, p. 321
9. Octavian Goga: Cuvântarea rostită la procesiunea funerară a părintelui dr. Vasile Lucaciu.

Prof. Dr. Ioan Corneanu
și ing. Mircea Pîrlea

Copiii care proveneau din familiile sărace prezentau o rată mai mare a mortalității infantile, fiind dificil pentru familiile sărace să beneficieze de ajutor sau îngrijire medicală. Sugarii sănătoși erau, de obicei, văzuți ca un dar special de la Dumnezeu. Numele sfinților și ale personajelor biblice erau populare în rândul copiilor din Evul Mediu.

Greutățile pe care le întâmpinau copiii în Evul Mediu, când epidemiile și foametea făceau ravagii în Europa

Viața în evul mediu era total diferită față de cea de astăzi, iar cei care aveau cel mai mult de suferit erau copiii. Din cauza alimentației precare și a bolilor, majoritatea copiilor nu ajungeau la vârsta adolescenței. Mulți dintre copii nu știau să se joace și să se bucure de copilărie, fiind nevoiți să lucreze alături de părinți de la vârste fragede.

Unii istorici estimează că până la un sfert din copiii născuți în timpurile medievale au murit chiar înainte de a fi trăit un an întreg. În general, cele mai multe decese infantile se produceau ca urmare a unor accidente casnice sau boli.

Sugarii sănătoși erau, de obicei, văzuți ca un dar special de la Dumnezeu

Copiii care proveneau din familiile sărace prezentau o rată mai mare a mortalității infantile, fiind dificil pentru familiile sărace să beneficieze de ajutor sau îngrijire medicală. Sugarii sănătoși erau, de obicei, văzuți ca un dar special de la Dumnezeu.

Numele sfinților și ale personajelor biblice erau populare în rândul copiilor din Evul Mediu.

Multe fetițe erau abandonate la naștere deoarece erau



Copiii care proveneau din familiile sărace prezentau o rată mai mare a mortalității infantile, fiind dificil pentru familiile sărace să beneficieze de ajutor sau îngrijire medicală

o povară pentru părinții lor

Multe fetițe erau abandonate la

naștere deoarece erau o povară pentru părinții lor.

De multe ori se întâmpla ca fetițele care munceau să fie tratate prost sau

abuzate de stăpânul casei în care munceau. La 12 ani, fata era deja pregătită pentru căsătorie.

Căsătoria era o simplă tranzacție, fata fiind trimisă în casa soțului după un schimb financiar.

Fetele treceau de la ceea ce era de obicei o copilărie lipsită de afecțiune și de joacă la rolul de soție și mamă, deși nu ajunseseră încă nici la adolescență.

Băieții erau considerați apti să intre în rândul bărbaților la 14 ani

Băieții erau considerați apti să intre în rândul bărbaților la 14 ani, ceea ce reprezenta vârsta majoratului și pentru un rege.

Până la Renaștere, școala nu era necunoscută, dar era rezervată în special viitorilor clerici, celor care trebuiau să cunoască limba latină, aceasta fiind limba oficială a Bisericii.

În secolele XVII – XVIII, idealul era de a pregăti pe cineva care să fie folosit Bisericii

După reformă, în societățile protestante, copilul asista la rugăciunea colectivă a familiei, în fiecare zi. În secolele XVII – XVIII, idealul era de a pregăti pe cineva care să fie folosit mai întâi Bisericii și apoi statului. Latina nu era numai limba culturii clasice ci și limba Bisericii catolice.

La ordinul lui Putin, Armata Rusă a testat masiv forțele atomice strategice

Armata Rusiei a efectuat joi, la ordinul președintelui Vladimir Putin, teste masive ale forțelor nucleare strategice, fiind lansate numeroase rachete din Marea Barents și din Marea Ohotsk, informează agențiile de presă Tass și Associated Press. "Exercițiile forțelor nucleare strategice au avut loc joi, 11 octombrie, la ordinul președintelui și comandantului suprem Vladimir Putin", anunță armata rusă. Submarine atomice ruse și bombardiere strategice au lansat rachete din Marea Barents și din Marea Ohotsk. "Rachete balistice au fost lansate din submarine, iar avioanele au testat rachete de croazieră, în zona mărilor Barents și Ohotsk; la exerciții au participat și avioane strategice, care au decolat de la bazele aeriene Engels, Ukrainka și Șaikovka", transmite Ministerul rus al Apărării. Toate rachetele au atins țintele din poligoane. Sistemele ruse pentru detecția armelor atomice au depistat cu succes lansările, precizează armata rusă. Potrivit Ministerului Apărării de la Moscova, exercițiile, care intervin pe fondul tensiunilor cu Occidentul, au avut rolul de a testa organizarea sistemului de comandă militară de la centrul de control spre unitățile militare regionale.

Ce fac albinele în timpul unei eclipse totale de Soare

Pentru noi, oamenii, eclipsele de Soare au devenit un fenomen extrem de spectaculos de privit, cu oportunități pentru turism, însă oare cum trăiesc albinele o eclipsă? De-a lungul anilor, oamenii de știință au investigat, cu fiecare ocazie, comportamentul animalelor în timpul eclipselor solare. Știm că păsările și peștii se ascund, cimpanzeii se adună împreună pentru a privi fenomenul, iar vacile continuă să-și păstreze calmul și să se ocupe de pășunat ca și cum nimic nu s-ar întâmpla.

Dar nu s-au făcut prea mult cercetări cu privire la modul în care trăiesc albinele o eclipsă. Așa că cercetătorii de la Universitatea din Missouri au decis să profite de eclipsa de Soare din 21 august 2017 și să studieze aceste insecte. Peste 400 de oameni de știință s-au implicat în cercetare, reușind să înființeze 16 stații de monitorizare a albinelor în timpul eclipsei în statele Oregon, Idaho și Missouri.

În toate cele 16 locații, în timpul eclipsei nu a fost înregistrat nici măcar un singur zumzet, albinele pur și simplu au făcut liniște, nu au zburat, nu au lucrat, nimic. Un alt lucru bizar: înainte de producerea eclipsei, parcă conștientizând ceea ce urmează să se întâmple, aceste uimitoare insecte s-au aventurat în zbor pe distanțe mai scurte decât în zilele precedente petrecerii fenomenului, dorind, cel mai probabil, să ajungă la stup înainte ca „ziua să se termine brusc”. Această constatare ne sugerează că un al șaselea simț le spune că urează să se producă acest fenomen, ceea ce este o descoperire extraordinară.

Următoarea eclipsă totală de Soare din America de Nord va avea loc pe data de 8 aprilie 2024. Înainte de aceasta, cercetătorii care au lucrat la această observație speră să-și îmbunătățească sistemele de înregistrare și detecție astfel încât să poată distinge mult mai bine zborurile albinelor, pentru a putea determina cu exactitate dacă acestea se grăbesc cu adevărat spre casa înainte de producerea unei eclipse. Cercetarea a fost publicată în Annals of the Entomological Society of America.

Pagină realizată de Mirela F.

Cum cred oamenii de știință că vor arăta urmașii noștri peste 1.000 de ani

Cu aproximativ 10.000 de ani în urmă, oamenii au dezvoltat o toleranță la produsele lactate; în ultimii 150 de ani am adăugat 10 centimetri la înălțimea noastră medie, iar în ultimii 65 de ani am adăugat 20 de ani la durata medie de viață, în principal datorită progreselor în domeniul științei. Omenirea a evoluat atât de mult, într-o perioadă atât de scurtă de timp, încât este inevitabil să ne întrebăm cum vor arăta urmașii noștri peste 1.000 de ani?

Oamenii de știință sunt convinși că în viitor puterea de calcul a computerelor se va apropia de cea a creierului uman și că dispozitivele performante dotate cu inteligență artificială vor putea comunica, interacționa și chiar vor avea capacitatea de a-și aminti.

Să sperăm că aceste dispozitive inteligente ale viitorului vor utiliza informații primite în beneficiul nostru și nu împotriva noastră.

Computer pentru a simula activitatea creierului

În 2014, cercetătorii au folosit computerul K din Japonia, unul dintre cele mai puternice computere din lume, pentru a simula activitatea creierului uman

și a avut nevoie de 705,024 de proesoare, 1,4 milioane GB de RAM și 40 de minute pentru a procesa aceeași sumă a datelor procesate în doar o secundă de creierul nostru.

Se pare că pe măsură ce sistemele de inteligență artificială vor dobândi caracteristici umane, oamenii la rândul lor vor deveni din ce în ce mai bionici. Oamenii de știință prevăd că în viitor vor exista nanoboți, care se vor putea deplasa prin corpul nostru pentru a transporta anumite medicamente și care, de asemenea, vor putea fi utilizați pentru îmbunătățirea abilităților noastre.

Progres tehnologic folosit la îmbunătățirea aptitudinilor mentale și fizice ale oamenilor

Cunoscută sub numele de transumanism, această concepție presupune utilizarea descoperirilor științifice și a progresului tehnologic pentru îmbunătățirea aptitudinilor mentale și fizice ale oamenilor. De asemenea, în următorii 1.000 de ani, numărul limbilor vorbite pe planetă se va diminua în mod semnificativ. În ceea ce privește caracteristicile fizice, omul va fi mai înalt și mai subțire, iar pielea închisă la culoare s-ar putea dovedi un avantaj evolutiv odată cu încălzirea globală și creșterea intensității radiațiilor ultraviolete.

Oamenii de știință au descoperit faptul că în oceane există polenizatori similari cu cei de pe uscat



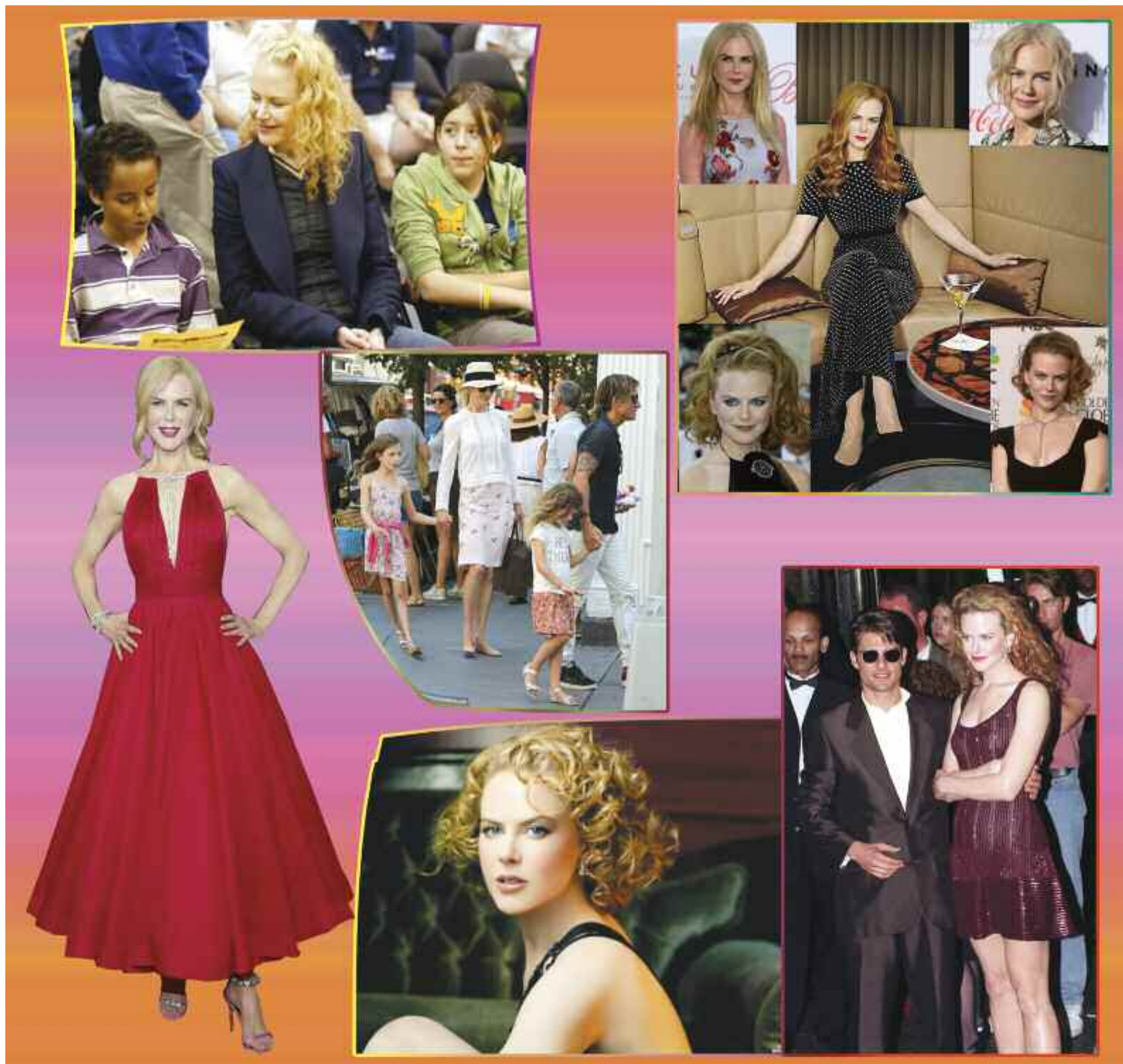
Pentru prima dată în istorie s-au descoperit dovezi care arată faptul că ecosistemele subacvatice au polenizatori care realizează aceeași sarcină ca albinele de pe uscat. La fel ca unele plante terestre, anumite plante de sub apă se răspândesc folosindu-se de nevertebratele marine pentru a le duce polenul. Până în prezent, biologii credeau că plantele marine se bazează doar pe puterea apei pentru a se răspândi, însă descoperirea "albinelor mării" purtătoare de polen a schimbat această percepție.

Din 2009 și până în 2012, cercetătorii de la Universitatea Națională Autonomă din Mexic au filmat cum polenul se prinde de crustacee sau broaște țestoase și

este dus mai departe. Mai mult, s-a constatat faptul că animalele marine sunt atrase de plantele care produc polen mai mult decât de celelalte, la fel ca și în cazul albinelor de pe uscat.

"Am văzut toate aceste viețuitoare cum vin și transportă polenul. Conceptul este atât de nou, încât am inventat un nou termen pentru a descrie ceea ce am observat, și anume: polenizare zoobenthophilous. Deci, ce se întâmplă aici? Este posibil ca animalele să fie atrase de polenul lipicios făcut de flori. Acesta se lipește de corpurile lor, în special al crustaceelor și se transferă la alte flori", a declarat cercetătorul Brigitta van Tussenbroek pentru New Scientist.

Nicole Kidman a rupt total legătura cu Tom Cruise și copiii adoptați împreună



Nicole Kidman (50 de ani) a câștigat, în cadrul galei Globurile de Aur 2018, premiul pentru cea mai bună actriță într-o miniserie („Big Little Lies“). Discursul de mulțumire ținut de actriță a atras atenția tuturor din cauza faptului că „a omis“ să-i menționeze și pe copiii pe care-i are cu fostul soț, actorul Tom Cruise.

În discursul de mulțumire de la gala Globurile de Aur 2018, Nicole Kidman le-a menționat doar pe fiicele sale din căsătoria cu Keith Urban, Sunday Rose și Faith Margaret, în vâr-

stă de 9, respectiv 7 ani, scrie The Washington Post.

„Primul premiu al galei. Asta înseamnă că fiicele mele nu s-au culcat încă. Sunny, Faith, vă iubesc!

O să aduc acest trofeu acasă, pentru voi“, a declarat Nicole Kidman.

Fanii vedetei au remarcat că artista nu i-a menționat și pe ceilalți doi copii ai ei, Isabella Jane și Connor Cruise, în vârstă de 25, respectiv 22 de ani, pe care i-a adoptat în timpul mariajului ei anterior, cu actorul Tom Cruise.

Cuplul a divorțat în 2001, după 11 ani de căsnicie, iar actrița este în prezent căsătorită cu muzicianul

Keith Urban, în vârstă de 50 de ani.

Nu e prima oară când actrița îi „omite“ din discursul de acceptare a unui premiu pe copiii săi cu Tom Cruise.

În septembrie 2017, Nicole Kidman a dedicat premiul Emmy câștigat tot copiilor săi mai mici.

Explicația vine din presa străină care scrie că motivul omiterii celor doi copii adoptați ar avea legătură cu religia fostului soț, Scientologia.

Astfel, după divorț, copiii au ales să locuiască cu Tom Cruise.

Potrivit adepților scientologiei, cei care părăsesc această religie nu mai sunt bine priviți de această comuni-

tate religioasă, rupând, de obicei, legăturile cu persoanele renegate.

Nicole Kidman a fost și ea adepta scientologiei, în timpul căsniciei cu Tom Cruise. De asemenea, actrița americană Leah Remini (47 de ani), care a fost adepta acestei religii, a povestit că la un moment dat, când s-a întâlnit cu Isabella, fiica adoptată de fostul cuplu, a întrebat-o dacă a mai vorbit cu Nicole în ultimul timp, iar ea a răspuns „Nici dacă aş avea de ales“ și a adăugat că mama ei este „SP“. În terminologia scientologică, înseamnă „persoană supresivă“, adică cineva care „caută să-i supere pe ceilalți, să-i discrediteze și să oprească

progresul grupului“.

Mai mult, într-un documentar produs de HBO numit „Going Clear: Scientology and the Prison of Belief“, în care actrița vorbește despre ce înseamnă apartenența la această religie, este speculat și faptul că liderul religios, David Miscavige, „a ajutat“ la ruperea legăturilor dintre Nicole Kidman și copiii adoptați, după divorțul de Tom Cruise.

De-a lungul timpului, nici Nicole Kidman și nici Tom Cruise nu au făcut declarații cu privire la speculațiile apărute în presa internațională despre înstrăinarea actriței față de cei doi copii adoptați în perioada căsniciei lor.