

Monaco, un ținut de vizitat pe Riviera franceză



PAGINA 5

Petiție neobișnuită inițiată împotriva lui Jeff Bezos



Peste 85.000 de oameni au semnat o petiție pe platforma Change.org în care cer ca miliardarul Jeff Bezos, care în iunie va călători în spațiu, să nu se mai întoarcă pe Pământ.

„Nu-i permiteți lui Jeff Bezos să revină pe Pământ” - este titlul petiției inițiate cu două săptămâni în urmă de Ric G., care-și propune să strângă 150.000 de semnături și să o plaseze printre cele mai populare petiții de pe Change.org.

Unii dintre semnatori, printre ei și foști angajați ai companiei Amazon, au postat comentarii nu tocmai favorabile miliardarului fondator al acestei societăți de comerț online cu amănuntul. Potrivit revistei Forbes, avera lui Bezos depășește 200 de miliarde de dolari, cea mai mare din lume.

„Miliardarii nu ar trebui să existe nici pe Pământ și nici în spațiu. Cei care optează pentru a doua variantă, ar trebui să rămână acolo”, scrie un semnatar al petiției. „Dacă poate fi trimis un miliardar pe Marte, de ce nu pleacă toți acolo?”. „Pământul va fi un loc mai bun fără ei” sau „Te rog, rachetă, să nu funcționezi bine”, se regăsesc printre alte comentariile citate de Agerpres.

Jeff Bezos a anunțat la începutul acestei luni că pe 20 iulie va participa la primul zbor de turism spațial al societății sale de explorare Blue Origin.



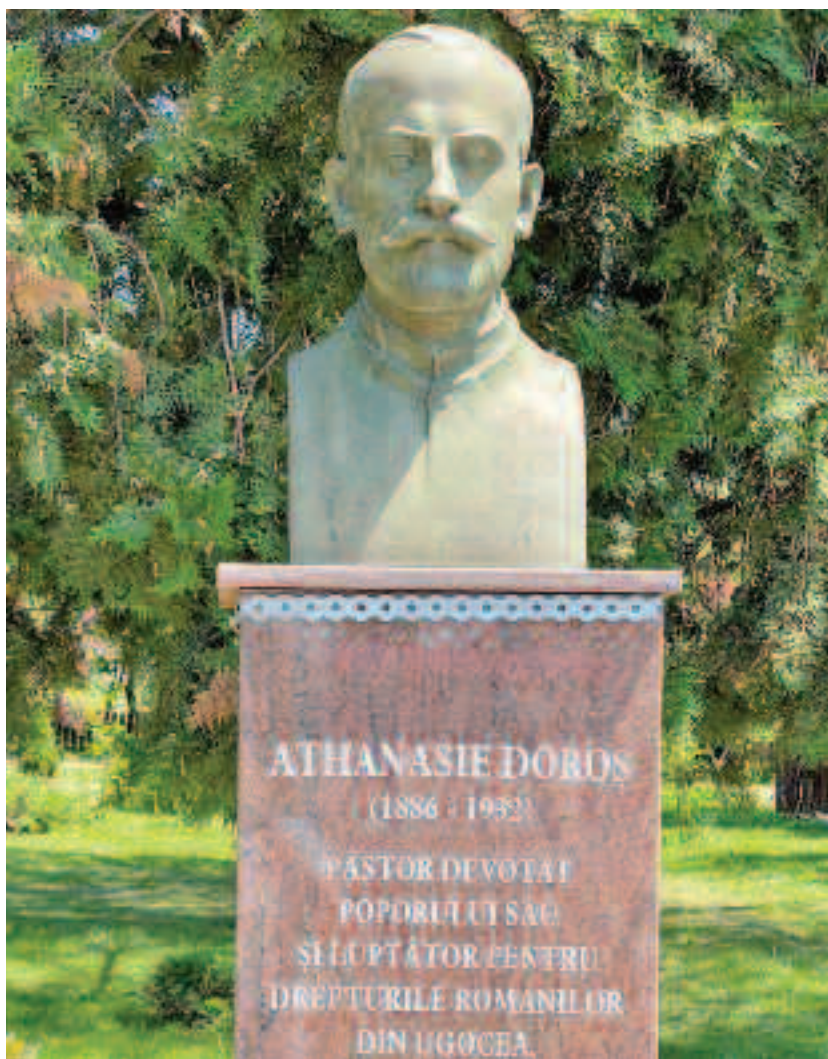
În 30 iunie Tarna Mare sărbătorește Centenarul

După Marea Unire din 1918 Tarna Mare a fost în stăpânirea Cehoslovaciei conform tratatelor de pace din acea perioadă

Alături de Tarna Mare în stăpânirea străină au fost 5 sate – Valea Seacă, Bocicâu, Șirlău și Văgaș acestea au fost stăpânite de Cehoslovacia timp de doi ani jumate adică până în 1921 la 30 iunie când în urma cererilor oșenilor din Tarna și satele aparținătoare s-a acceptat revenirea lor la România.

După momentul 30 iunie 1921 preotul Athanasie Doroș s-a implicat în organizarea noii administrații românești a comunei, astfel a organizat învățământul în limba română, a înființat Banca populară Albina, a organizat composesoratul și s-a implicat în trasarea noii frontiere.

În acest an aniversar pentru sat, Tarna Mare se poate mândri cu multe realizări, are școli și grădinițe modernizate cu un învățământ în limba română așa cum și-a dorit preotul Athanasie Doroș.



PAGINA 3 Bustul lui Athanasie Doroș din centrul comunei

150 de ani de cale ferată Valea lui Mihai - Carei

Segmentul de cale ferată dintre frontieră (Dealul Bran) - Valea lui Mihai - Carei în lungime de 37 km a fost inaugurat în data de 25 iunie 1871.



Coliță expusă în expoziția aniversară de la Carei PAGINA 6

Carbohidrații rafinați și retenția de apă din organism

PAGINA 4

Dakota Johnson, într-un nou film: Persuasion

PAGINA 8

Camelia Maria Nistor și-a lansat volumul „Cheia către infinit”



PAGINA 2

Spiderman a apărut la audiențele Papei Francisc



Un participant mai special și-a făcut apariția la audiența generală a Papei Francisc din miercuri aceasta de la Vatican: un bărbat îmbrăcat într-un costum complet de Spiderman a putut fi văzut în secțiunea VIP destinată publicului din curtea San Damaso.

Participantul neobișnuit stătea liniștit lângă un preot îmbrăcat în negru care părea netulburat de personajul colorat cu ochi mari și albi, aflat pe scaunul de lângă el. Persoana din spatele costumului era Mattia Villardita, de 27 de ani, din nordul Italiei.

Villardita a primit un loc la secțiunea VIP în urma muncii sale cu copiii bolnavi din spitale, pe care i-a vizitat îmbrăcat în supererou.

La sfârșitul audienței, tânărul a fost prezentat papei Francisc și i-a înmănat pontifului o mască Spider-Man.

Anul trecut, președintele italian Sergio Mattarella i-a oferit lui Villardita un premiu pentru munca sa cu copiii bolnavi.



EVENTIMENT

„În volumul *Cheia către infinit* Camelia Nistor parcurge etapele firești ale devenirii unui poet, abordând o tematică vastă, am putea spune universală, fără a ne crea mari surprize în alegerea arealului prezentat. Abordează cu predilecție aspecte legate de divinitate, biserică, părinți, prieteni, copilărie, adolescență, tinerețe, lumea satului ș.a.”

O frumoasă carte de poezii, „Cheia către infinit”, semnată de adolescența Camelia Maria Nistor

În ciuda vremurilor pe care le trăim, în care locul Cărții este luat din ce în ce mai mult de computer, laptop sau de telefon, există și tineri care rezonază cu Cuvântul scris și știu că prin poezie se pot simți împliniți cu adevărat.

Chiar dacă semnatarea volumului de versuri proaspăt lansat în localitatea Valea Vinului, Camelia Maria Nistor este la început de drum, absolventă a clasei a VIII-a, ea știe că prin versurile sale poate găsi o cale spre nemurire și un rost în viață: „Doar un poet/ Vede nemurirea” scrie ea și „Arta este lumea mea/ A nemuririi mele” intuind perenitatea cărților și vrând să lase în urmă „o dulce poezie”.

Am asistat vineri, 18 iunie 2021, la lansarea volumului de debut editorial *Cheia către infinit*, semnat de Camelia Maria Nistor, aceasta fiind și primul volum care poartă pe copertă denumirea localității Valea Vinului.

Camelia Nistor a debutat publicistic în anul 2018 în revista băimăreană, „Fascinația lecturii” editată de Biblioteca Județeană „Petre Dulfu” din Baia Mare, publicând apoi versuri, în 2019, și în revista „Mărturie culturale” condusă de regretatul Aurel Pop. Se pare că prima sa poezie a scris-o la vârsta de 7 ani și a dedicat-o surorii sale.

În volumul *Cheia către infinit* Camelia Nistor parcurge etapele firești ale devenirii unui poet, abordând o tematică vastă, am putea spune universală, fără a ne crea mari surprize în alegerea arealului prezentat.

Abordează cu predilecție aspecte legate de divinitate, biserică, părinți, prieteni, copilărie, adolescență, tinerețe, lumea satului ș.a.

Ceea ce o face unică este felul în care impregnează versurile cu o notă personală, exprimând prin intermediul poeziei o lume numai a ei, adăugând „Acel ceva/ Ce-l găsești în lumea mea/ Acel strop ce dă culoare/ Unor foi fără valoare/ Un lufăr și o stea/ Și un strop din lumina mea”.

Descoperim, citind poezia Cameliei Nistor, izvoarele pe care și-a clădit ea versurile, îndreptându-ne să fim convingeți că înainte de a se așeza la masa de scris, ea a săvârșit lecturi temeinice.

Dovadă în acest sens stau parafrazele constructive și parafrazele creative pe baza versurilor lui Mihai Eminescu, Nichita Stănescu, Luican Blaga, Radu Gyr etc., cărora le imprimă o amprentă proprie, specifică



Lansarea volumului a avut loc vineri 18 iunie în Valea Vinului

vârstei și personalității proprii.

„Magia poeziei” este o parafrază la poezia „Criticilor mei”: „Poți tu scrie zeci de versuri/ De nu ești înzestrat cu darul, / Căci prin ale strofei mersuri/ E amarul”.

Și tot eminesciană este și poezia „O stea”: „În lumina nopții reci/ O stea dulce se arată, / Tu de lângă mine pleci/ Lăsând în urmă artă!// Amurgul crapă zorii/ Și steaua se arată, / Și mă trec fiorii/ Ca de altă dată!// În ochii mei te reflectezi/ Și te privesc nedumerită,/ Viața-mi luminezi/ Steaua mea iubită”.

De asemenea, poezia „Maică precurată” și „Perfecțiunea” ne duc, indubitabil, cu gândul la versurile Lucafărului poeziei noastre: „A fost odată-n răsărit, cu mile depărtare,/ O strălucire de rubin peste lumini și mare,/ A fost o stea sau o minune,/ A fost o patimă pe lume!// Când dimineața m-am trezit, cu ochi senini și goi,/ Văzut-am peste mărăcini o parte dintre noi!// Să fie vis, delir sau fapte,/ Să fie zi, să fie noapte?”.

Poetului nepereche îi dedică o

poezie intitulată „Idolul neamului românesc (Mihai Eminescu)”; „A fost odată-n Ipotești, / Într-o familie vestită,/ Printre case românești,/ O stea mai diferită!// Un idol pe care toți îl știm,/ Ce se ascunde-n ceruri/ Și astăzi îl sărbătorim/ În ale iernii geruri”.

Exemplele care rezonază cu poezia eminesciană ar putea continua, căci, se pare, că tânără poetă este fascinată de poetul nostru național, pe care dovedește, iată!, că l-a citit din scoară în scoară.

Poezia care deschide volumul „Arta care-mi curge printre rânduri” pare să fie o ars poetica a tinerei: „E greu să fii poet, e greu să scrii o foaie,/ Căci dacă nu o coși, cu frează, se îndoaie,/ E greu ca versul însuși să nască fericiri,/ Atunci când tu, «născându-l», îl faci șoptind trăiri!”

O poezie este dedicată și Cărții care este denumită Oglinda omenirii: „În carte găsești viață,/ O lume de scântei,/ Fără de povață/ Trebuie să vrei!// Poți să fii oricine,/ Oricând și ce dorești,/ Când cartea te susține/ Și tu o dăruiești”.

de poezii special dedicate. „România, trezește-te!” este un sunet de alarmă, un apel spre normalitate, dar și o declarație de dragoste către patrie: „România, trezește-te din vise ce se sting/ România, azi eu vreau doar să înving/ Să fac o țară să-nțelegă, ce înseamnă pentru unii,/ Când țara noastră nu-i condusă, că-i legată doar cu funii./ E legată de la bază, de la oameni ce ne varsă,/ Sângele și fericirea, și apoi pe noi ne lasă,/ Ne corup și ne înving, ne lasă muritorii/ Să se stingă în veci, să rămână numai norii!”.

Toate versurile din acest volum de debut stau mărturie asupra faptului că tânără poetă Camelia Maria Nistor a găsit o formulă artistică a personalității sale, care, în timp, va găsi noi forme de manifestare, căci, la evenimentul lansării, ea ne-a dezvăluit că are în lucru și o carte în proză.

Alături de ea, au fost prezenți la lansare profesori și îndrumători, care au și luat cuvântul, împărtășind cu numerosul auditoriu amintiri și clipe dragi petrecute alături de autoare. S-au referit la personalitatea Cameliei Nistor, cât și la versurile ei: Radu Cristea, primar, fosta directoare a Bibliotecii Județene Satu Mare, Angela Câmpian, istoricul Viorel Câmpian și Marta Cordea, bibliotecari, precum și profesorii: Adriana Petcaș (profesoară de română), Simina Ștef (fosta dirigintă), Mircea Iederan (profesor de geografie), Maria Budai (profesoară de română), Maria Chira (profesoară de religie), Raluca Raț (profesoară de engleză) precum și pr. ortodox, Ioan Bonea.

Cel care a moderat evenimentul a fost profesorul de istorie Alin Pop, cunoscut și ca publicist, căruia îi revine și meritul de a fi îndrumat pe tânără poetă în publicarea volumului, el fiind și cel care semnează prefața volumului de versuri.

Încheiem această succintă prezentare a cărții cu câteva cuvinte din această prefață: „Și ne gândim că această Cheie către infinit, este primul pas și primul reper, solid și incontestabil, pentru un drum lung și rodnic, într-ale scrisului. Dar viitorul își are tainele sale, imposibil de pătruns de mîntea omenească. Iar trecutul s-a dus pentru totdeauna.”

Așa că ne rămâne doar clipa prezentă, în care ne bucurăm imens că ținem și noi în mâini, un volum frumos, o Cheie către infinit, dăruită nouă, cu înfinită gingășie, dar și cu gânduri mature, de autoare”.

dr. Marta Cordea



Versurile din acest volum de debut stau mărturie asupra faptului că tânără poetă Camelia Maria Nistor a găsit o formulă artistică a personalității sale

Toate lucrurile și oamenii cu care a rezonat sufletul ei, părinții, prietenii, chiar și localitatea natală, beneficiază

Informația Zilei

ISSN 1222-4715

Director general - D. Păcuraru

Director editor: Ilie Sălceanu

Redactor șef

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

Redacția Satu Mare:

str. Mircea cel Bătrân nr. 15
Satu Mare, cod 440012
Telefon: 0261-767300

e-mail: redactiasm@informatia-zilei.ro

www.informatia-zilei.ro

447 de ani de la moartea pictorului Giorgio Vasari

Giorgio Vasari se naște la 30 iulie 1511 în Arezzo (Toscana), fiu al lui Antonio Vasari și al Maddalenei Tacci. Își începe ucenicia artistică pe lângă pictorul francez Guillaume Marcillat, autorul compozițiilor pentru vitraliile Domului din Arezzo.

În 1524 pleacă la Florența, unde lucrează în atelierul lui Andrea del Sarto și în academia de desen a lui Baccio Bandinelli.

Începând cu anul 1529, frecventează împreună cu Francesco Salviati atelierul lui Raffaello da Brescia și ia lecții de orefericere de la Vittore Ghiberti.

Între anii 1536 și 1539 călătorește



prin diverse orașe ale Italiei (Roma, Arezzo, Florența, Veneția), realizând o serie de picturi, printre care portretul ducelui Alessandro de' Medici, o compoziție cu Nașterea Domnului pentru schitul din Camaldoli, alegoria pe tema Concepției Imaculate pentru biserica "St. Apostoli" din Florența.

În anul 1554 se stabilește la Florența, invitat de ducele Cosimo I de' Medici, care îl angajează pentru lucrări urbanistice și de arhitectură. Începe cu restructurarea vechiului palat ("Palazzo Vecchio"), continuă apoi cu construcția clădirii administrative "Palazzo degli Uffizi",

care va fi terminată abia în 1580, după moartea sa, și care va deveni mai târziu faimoasa galerie de arte.

În anul 1570 a fost chemat la Roma de papa Pius al V-lea, unde a pictat trei capele din palatul Vaticanului Ș Capella di San Michele, San Pietro Martire și Santo Stefano.

În 1573, prepară desenele pentru decorarea cupolei Domului din Florența, realizată de arhitectul Filippo Brunelleschi.

În vârstă de 63 de ani, Giorgio Vasari moare în ziua de 27 iunie 1574 în Florența. Casa sa din Arezzo este astăzi un muzeu dedicat vieții și operei sale.

Situată pe valea pârâului Tarna, la poalele vestice ale Munților Oaşului, la întâlnirea dintre terasele acestora și malul stâng al Tisei, cuprinde astăzi satele Târna Mare, Valea Seacă, Bocicău și cătunul Văgaș actualmente depopulat. Având o suprafață de 5200 ha, și o populație de 3960 locuitori, Târna Mare se încadrează în categoria comunelor mijlocii ale țării.

CENTENAR

Târna Mare la 100 de ani

Târna Mare este o localitate nord-vestică așezată geografic pe frontiera cu Ucraina și face parte din Țara Oaşului Județul Satu Mare. Zona aceasta a Tarnei Mari și a satelor din jur este numită Ugocea pentru că a făcut parte în trecut din comitatul Ugocea.

Localitatea este atestată documentar din anul 1430 iar toponimul de TARNĂ înseamnă loc cu spini. Mai veche cu ceva ani decât Târna este satul aparținător Valea Seacă care este atestat documentar din anul 1378 iar toponimul se referă la un loc sec fără apă.

Comuna Târna Mare are în componență satele Valea Seacă și Bocicău iar până aproximativ în anul 1980 i-a aparținut și cătunul Văgaș care astăzi este depopulat, locuitorii de origine ucraineană s-au mutat în alte zone.

Târna Mare sărbătorește în acest an adică în 2021 revenirea la patria mamă, România.

După Marea Unire din 1918 Târna Mare a fost în stăpânirea Cehoslovaciei conform tratatelor de pace din acea perioadă.

Alături de Târna Mare în stăpânirea străină au fost 5 sate – Valea Seacă, Bocicău, Șirlău și Văgaș acestea au fost stăpânite de Cehoslovacia timp de doi ani jumate adică până în 1921 la 30 iunie când în urma cererilor oșenilor din Târna și satele aparținătoare s-a acceptat revenirea lor la România.

Perioada celor doi ani jumate de la stăpânire străină a fost foarte grea pentru oșenii locului, în apărarea drepturilor locuitorilor s-a ridicat preotul greco catolic Athanasie Doroș care a devenit paroh în anul 1918 în august în urma morții socrului său protopopul Antoniu Covaci.

Sătenii erau nemulțumiți deoarece delegația ugoceană la marea unire de la Alba Iulia a semnat documentele pentru unire, dar după puțin timp de la revenirea acasă au aflat cu durere că satele lor nu mai aparțin României.

Perioada stăpânirii străine a însemnat pentru târneni impunerea unor restricții aspre, ei nu puteau ieși din sat fără un pașaport în care trebuiau să semneze jandarmii atât la plecarea cât și la întoarcerea acasă, preotul Athanasie Doroș a fost pedepsit pentru actele sale de curaj în apărarea sătenilor, a fost bătut, a fost închis în temnițele străine, a fost arestat la domiciliu iar familia i-a fost supravegheată în permanență de jandarmi.

Grei și răi au fost anii aceia dar totuși preotul a reușit să adune semnăturile sătenilor pe cererile de revenire la România, cereri pe care le-a trimis în secret la autoritățile vremii.

După doi ani speranța oșenilor din Târna și satele din jur a devenit realitate la 30 iunie 1921 când s-a produs unirea cu România.

În 4 mai 1921 s-a încheiat PROTOCOLUL de la Praga prin care Târna și cele cinci sate reveneau României. Solemnitatea de la Târna Mare din 30 iunie a avut loc în piața din fața casei parohiale.

Bucurie mare a fost în sat iar în locul numit Dâmburi părintele Athanasie Doroș a făcut împreună cu sătenii un arc de triumf din cetină de brad pe care a afișat o pancartă cu



Nuntă din Târna Mare, anul 1930. Fotografie apărută pe coperta volumului „Târna Mare - istorie, legendă, adevăr”



Manifestările dedicate celor 100 de ani ai Tarnei Mari se vor desfășura în aer liber în 4 iulie 2021 la bustul eroului satului și vor continua și în alte locații cu specific cultural

textul „BINE AI REVENIT ROMÂNIA MARE”.

Documentele retrocedării Tarnei s-au încheiat în prezența oficialităților române și cehoslovace.

După momentul 30 iunie 1921 preotul Athanasie Doroș s-a implicat în organizarea noii administrații românești a comunei, astfel a organizat învățământul în limba română, a înființat Banca populară Albina, a organizat composesoratul și s-a implicat în trasarea noii frontiere.

Timp de 14 ani Athanasie Doroș a fost preot în Târna Mare, au fost ani

grei dar și ani cu realizări deosebite. Acțiunile părintelui TÂNĂSĂIE au fost sprijinite de cel mai longeviv primar al Tarnei Mari care din anul 1904 umbla cu ștampila primăriei la curea – acesta, MOLNAR VASILE a fost primar până în preajma celui de-al doilea război mondial. În memoria preotului erou, în parcul central din Târna se găsește bustul acestuia la care an de an tinerii satului depun coroane de flori la 30 iunie iar biblioteca satului a primit denumirea de Athanasie Doroș.

În acest an aniversar pentru sat,

Târna Mare se poate mândri cu multe realizări, are școli și grădinițe modernizate cu un învățământ în limba română așa cum și-a dorit preotul Athanasie Doroș. Și realizările continuă cu un centru nou de sănătate, cu cămine culturale moderne cu rețea de canalizare și drumuri asfaltate, cu blocuri, cu o sală de sport și o bază sportivă nouă.

Pe plan cultural într-o clădire seculară de piatră s-a amenajat „CENTRUL CULTURAL RĂDĂCINI TĂRNĂRENE” care cuprinde biblioteca comunală, muzeul

etnografic și un muzeu de istorie locală.

Aici în centrul cultural își pregătesc spectacolele două grupuri folclorice și anume „FLORILE TĂRNII” ȘI „MUGURAȘII” care caută să valorifice tradițiile și obiceiurile danțului oșenesc dar și să conserve portul tradițional oșenesc.

„Se cunoaște că-s oșan
După clop, după suman
Se cunoaște că-s oșancă
După chischineu cu crancă”

Târna Mare are un potențial imens pentru a deveni stațiune turistică. În anul 1924 într-un ANUAR STATISTIC satul era numit „stațiune balneară” datorită băilor Tarnei și apelor numite borcuturi. Băile Tarnei au fost căutate de turiști locali dar și de turiști străini veniți din Praga și Viena pentru tratamente reumatismale.

Este renumit locul „Fântâna Doamnei” cu apa rece ca gheața sau borcutul de la Șoian. Băile îți încântă ochii cu verdețea copacilor, cu clipocitul apei din vale care te duce până la cascada RUNC, apoi cobori la vale prin renumita alee cu tei seculari.

Toate aceste locuri încărcate de frumusețe sunt pline de legende. Legenda pietrelor cântătoare, legenda bisericii Sfânta Ana, legenda văii șerpilor și multe altele care sunt cuprinse în volumul „POVESTIRI ȘI LEGENDE TOPONIMICE – Doina Molnar – Ed. Citadela – 2014 Satu Mare.

Preotul Athanasie Doroș a făcut istorie în acest sat prin actul de la 30 iunie 1921 și cred că jertfa lui și a târnenilor a meritat deoarece locurile sunt de o frumusețe legendară.

Turiștii care străbat drumurile Oaşului au în Târna la dispoziție pensiuni și o tabără ecologică unde se pot caza iar la băi au loc de popas și de campare a rulotelor turistice.

Târna Mare nu este singură, ea are relații internaționale cu Austria, Ungaria și Ucraina și periodic este vizitată și admirată de cei ce-i trec pragul.

„Casele bătrânești adevărate muzee atât din Valea Seacă, Bocicău cât și din Târna sunt vizitate și admirate de străini. La ceas aniversar îi doresc Tarnei Mari să redevină zonă turistică și balneară așa ca altădată.

Istoria Tarnei este descrisă pe larg în monografia istorică TARNĂ MARE – un sat din ținutul Tisei Superioare – Dacian Molnar Editura Citadela 2018 Satu Mare și continuă cu o monografie a obiceiurilor, tradițiilor, locurilor și oamenilor oglinzită și în volumul HOSTINA oșenească – Doina Molnar – Editura Citadela 2017. Preotului Athanasie Doroș și eforturilor sale în cei 14 ani petrecuți în Târna Mare i-am adus un omagiu în cartea ATHANASIE DOROȘ - preot greco catolic eroul unirii de la Târna Mare – Doina Molnar, Editura Citadela – 2016 Satu Mare.

Manifestările dedicate celor 100 de ani ai Tarnei Mari se vor desfășura în aer liber în 4 iulie 2021 la bustul eroului satului și vor continua și în alte locații cu specific cultural.

Doina Molnar

REȚETE

Carbhidrații rafinați, una din principalele cauze ale retenției de apă

Retenția de fluide, afecțiune cunoscută și sub denumirea de "edem", poate avea ca și principală cauză consumul de carbhidrați rafinați. Desigur că nu acesta este singurul motiv pentru care apare un exces de fluide în corp, ci poate fi și din cauza perioadei premenstruale, perioadelor lungi de sedentarism, afecțiuni ale rinichilor sau cele cardiovasculare.



Dacă această afecțiune este cauzată doar de consumul excesiv de sare, de sedentarism sau de perioada premenstruală, sunt câteva lucruri pe care le puteți face pentru a scăpa de simptomele supărătoare precum picioare grele, umflarea mâinilor și a gleznelor.

Unul dintre factorii care contribuie la agravarea afecțiunii este consumul de carbhidrați rafinați. Aceștia cresc indicele glicemic și producția de insulină în corp, ceea ce determină reținerea unei cantități mai mari de sodiu, prin creșterea ratei de reabsorbție a sodiului în rinichi. În consecință, crește și nivelul de retenție de apă. Două exemple de carbhidrați rafinați pe care e indicat să îi evitați sunt zahărul alb și făina albă, care se regăsesc cel mai des în alimentele procesate.

Reducerea consumului de sare este vital

Consumul excesiv de sare reprezintă cauza majoră a retenției de apă, la persoanele fără afecțiuni preexistente, deoarece captează și prinde apa de țesuturi pentru reglarea nivelului de fluide intracelular și extracelular. Dacă obișnuiești să îți așezi mesele cu mai multă sare sau consumi multe alimente procesate, care vin, deja, cu un aport crescut de sare, organismul tău va reține mai multă apă decât are nevoie.

Așadar, o cale sigură de a elimina retenția de apă este să mănânci mai puțin sărat și să optezi mai rar pentru alimente procesate. Pentru a te obișnui cu acest regim poți, la început, adăuga și alte condimente care oferă savoare mâncărurilor, precum piper, boia sau fulgi de chili. Ai grijă, însă, să echilibrezi cantitățile de condimente adăugate, pentru că și acestea, în exces, pot duce la apariția unor disconforturi sau chiar afecțiuni.

Ceaiul de pădărie luptă și el eficient cu retenția de apă, printr-un consum regulat

Consumul optim de magneziu din surse naturale

Magneziul este un mineral deosebit de important pentru sănătate, fiind activ în peste 300 de reacții enzimatice care susțin funcționarea optimă a organismului. În plus, magneziul este un aliat de nădejde împotriva retenției de apă. Potrivit unui studiu, un consum de 200 mg de magneziu pe zi poate diminua retenția de apă la femei în perioada premenstruală – probabil cea mai dificilă în acest sens.

Poți să apelezi fie la suplimente sau să consumi surse bogate în magneziu. Orientează-te după nuci, cereale integrale, ciocolată neagră și cât mai multe legume verzi. Desigur că este important să avem în corp și cantități optime de vitamina B6, respectiv potasiu, tot din surse naturale.

Pagină realizată de Mirela Filimon

Dacă această afecțiune este cauzată doar de consumul excesiv de sare, de sedentarism sau de perioada premenstruală, sunt câteva lucruri pe care le puteți face pentru a scăpa de simptomele supărătoare precum picioare grele, umflarea mâinilor și a gleznelor. Unul dintre factorii care contribuie la agravarea afecțiunii este consumul de carbhidrați rafinați. Aceștia cresc indicele glicemic și producția de insulină în corp, ceea ce determină reținerea unei cantități mai mari de sodiu, prin creșterea ratei de reabsorbție a sodiului în rinichi. În consecință, crește și nivelul de retenție de apă. Două exemple de carbhidrați rafinați pe care e indicat să îi evitați sunt zahărul alb și făina albă, care se regăsesc cel mai des în alimentele procesate.

Supă cremă de porumb cu șuncă afumată



Ingrediente:

4 știuleți de porumb
50 g unt
2 cepe verzi
sare
piper
feliuțe de ardei iute
1,5 litri de supă de legume
200 ml smântână pentru gătit
100 g șuncă uscată
boabe de porumb fierte și rumenite
câteva fire de ceapsoară

Mod de preparare:

Se dau jos boabele de porumb cu un cuțit, dar trebuie păstrați știuleții pentru că dau un plus de gust supei.

Cepele verzi se așează într-o oală mare, împreună cu untul. Se călesc până devin translucide. Se pun boabele de porumb

peste ceapa călită și se amestecă bine.

Se scot din congelator cuburile de supă concentrată și se pun în oală. Se adaugă 1,5 litri de apă caldă, în care se pun și cocii de porumb. Se pun sarea și piperul, precum și fulgii de chilli. Se aduce la fierbere și se reduce focul, apoi se mai ține la fiert o jumătate de oră, iar apoi se scot cocii din ea. Între timp se feliază șunca și se rade cașcavalul pentru servire. De asemenea, se coc în tigaie câteva boabe de porumb gata fiert și pentru un plus de aspect și pentru a da textură supei și se dau de-o parte. Se ia oala de pe foc și se dă la blender, după ce s-a adăugat smântâna pentru gătit. Se pune din nou la foc mic, peț de 5 minute, apoi este gata.

Mămăligă ciobănească



Ingrediente:

Sare
unt
smântână
lapte acru
făină de mălai

Mod de preparare:

Mămăliga tradițională făcută la stână, de către unul dintre ciobani este un adevărat deliciu. Se prepară afară, la ceain, dar se poate face și în bucătăriile moderne.

Se pune la topit untul, în primă fază, la foc mic, apoi se adaugă smântâna și sarea și se amestecă bine. După ce acestea s-au încălzit, se adaugă treptat mălaiul și se amestecă până iese la suprafață untul. Se lasă la foc iute până când deasupra se prinde o crustă. După unele rețete, pe această mămăligă tradițională se pune din belșug slănină prăjită, dar și grăsimea încinsă care a rezultat în urma prăjirii. Se servește cu lapte acru!

Poftă bună!

Tocăniță de oaie la ceaun



Ingrediente:

o pulpă de oaie
2 cepe mari
2 ardei gogoșari
300 ml bulion
sare
ulei
cimbru
piper
2-3 frunze de dafin

Mod de preparare:

De preferat ar fi ca să cumpărăm carnea gata tranșată în felii mai groșute, deoarece este destul de dificil de tăiat osul.

Se pune în apă rece la fiert, și când clocotește se lasă 5-7 minute la fiert, apoi se aruncă prima apă. Se pune apă din nou în oală, dar de data aceasta cât să acopere carnea. Se lasă la foc mic, și se completează constant, atunci când vedem că a scăzut apa. Se pun câteva boabe de piper, precum și frunzele de dafin.

Se verifică carnea și dacă este aproape fiartă se lasă apa să scadă de tot și se adaugă uleiul. Se lasă la rumenit și se adaugă ceapa și ardeiul tăiate fideluță.

Se amestecă ușor timp de câteva minute, până se călesc și legumele. Cine doarește, poate să adauge și cartofi curățați și tăiați cubulețe mari. În acest caz, se completează cu bulion, pe pune puțin cimbru și sare și se lasă la fiert, la foc mic, până când se fac cartofii. Dacă preferați mămăliguța ca garnitură, procesul de gătit a cărnii de oaie va fi mai scurt. În acest caz, se poate pune servi cu murături.

Prăjitură pufoasă de sezon cu fructe



Ingrediente (tavă de 28x36 de centimetri):

4 ouă
200 g margarină
1 linguriță bicarbonat
2 cești cu zahăr
2 plicuri zahăr vanilat
4 cești cu făină
1 ceașcă și jumătate de lapte
1/2 sticlă esență butter-vanilie
1 kg fructe de sezon

Mod de preparare:

Pentru ingredientele care au ca unitate de măsură ceașca, trebuie folosită o ceașcă de la cafea, indiferent la care aliment ne referim.

Pentru început, se separă gălbenușurile de albușuri. Gălbenușurile se mixează bine cu zahărul, esența și vanilia. Se adaugă

și margarina care este bine să fi fost lăsată la temperatura camerei. Se pune treptat și laptele, bicarbonatul stins cu oțet, iar la final făina. Se amestecă bine.

Din albușuri se face o spumă tare, împreună cu praful de sare. Spuma de albușuri se răstoarnă peste compoziția de albușuri, și se amestecă ușor, cu o spatulă, prin răsturnare. Compoziția se toarnă peste hârtia de copt așezată în tavă, iar deasupra se pun fructele alese, după preferințe. Dacă vă place ca fructele să fie deasupra blatului, se presară peste feliile de fructe o lingură cu făină, și se amestecă ușor. Abia după aceea se așează deasupra blatului. Prăjitura se va coace la 180 de grade, până trece testul scobitorii. Când este complet rece, se taie și se presară zahăr pudră.

“Poveștile cu zâne sunt imaginare. Eu sunt o persoană reală. Eu exist. Dacă povestea vieții mele, ca femeie, va fi spusă într-o zi, cel puțin oamenii vor descoperi o persoană reală, așa cum sunt.” - Grace Kelly, prințesă de Monaco

Monaco, un impresionant ținut de pe Riviera franceză

Se învecinează cu Franța pe trei laturi, în timp ce cealaltă parte are ieșire la Marea Mediterană. Monaco are o suprafață de 2,02 km² și o populație de aproximativ 37800 de locuitori; este a doua cea mai mică și cea mai dens populată țară din lume.

Monaco are o frontieră terestră de 4,4 km, o coastă de 4,1 km, și o lățime care variază între 1.700-349 m. Cel mai înalt punct din țară este pe o cărare îngustă numită Chemin des Révoires pe pantele Mont Agel, în districtul Les Révoires, la 161 m deasupra nivelului mării. Cel mai populat cartier din Monaco este Monte Carlo și cel mai populat district este Larvotto/ Bas Moulins. Prin îmbunătățiri funciare, masa de uscat monegască s-a extins cu douăzeci la sută. Deși mic, Monaco este foarte vechi și destul de bine cunoscut, mai ales datorită statutului său ca teren de joacă pentru cei bogați și celebri. În 2014, s-a constatat că aproximativ 30% din populație era alcătuită din milionari, la fel ca orașele Zürich sau Geneva.

Cazinoul din Monte Carlo

Acest paradis mignon, în care marea se împletește cu zona deluroasă, iar clădirile vechi cu cele contemporane, este a doua cea mai mică și mai dens populată țară din lume și are zece districte. Cel mai cunoscut este cel al Cazinourilor, unde veți putea vizita Cazinoul Monte Carlo, un complex de jocuri de noroc și divertisment, ridicat la inițiativa Prințesei Carolina, soția printului Florestan I și care a reprezentat ani la rând sursa principală de venit a principatului Monaco. Pe lângă faptul că sălile de joc sunt decorate cu vitralii și sculpturi deosebite, atriumul este realizat din marmură și acoperit cu aur.

Creat de Charles Garnier care a proiectat și Opera din Paris, clădirea cazinoului este un edificiu magnific prin simpla sa arhitectură. Holul cazinoului Monte Carlo conține un atrium de marmură cu 28 coloane ionice cu finisaje de bronz și argint. Sălile de joc sunt superb decorate cu coloane de marmură, țesături aurite de culoarea mahonului și candelabre cu cristal de Bohemia.

Pentru jucătorii de cazino sunt puse la dispoziție 45 de mese de joc. Sălile private nu lipsesc, însă necesită o ținută adecvată codului de îmbrăcăminte. Este situat în Monte Carlo, deși locuitorilor din Monaco le este interzis să pătrundă în sălile de joc. Totodată, aici se organizează finalele Turneului European de Poker.

Reședința oficială a prințului de Monaco

Palatul princiar din Monaco este reședința oficială a prințului de Monaco. Construit în 1191 ca o fortăreață genoveză, palatul a fost bombardat și asediat de numeroase puteri străine, în timpul lungii și adesea dramaticei sale istorii.

De la sfârșitul secolului XIII, a fost fortăreață și casă pentru familia Grimaldi, prima care l-a cucerit în 1297. Cei din familia Grimaldi au condus la început regiunea ca lorzi feudali, apoi din secolul XVII ca prinți suverani, dar puterea lor a rezultat adesea din înțelegeri fragile cu vecinii lor mai mari și mai puternici.



Există 7 săli de jocuri în Casino de Monte Carlo. Pe vremuri, cel mai popular joc aici a fost Ruleta, dar acum puteți găsi jocuri de masă și sloturi. Sala Europe este dedicată jocurilor de masă. Sala Renaissance are 50 de aparate cu sloturi. Sala des Ameriques este rezervată și pentru sloturi



Unii dintre pereții Catedralei Sfântul Nicolae din Monaco sunt decorați cu marmură Carrara prețioasă, încărcate de picturi, majoritatea fiind rare și extrem de costisitoare

Astfel, în timp ce alți suverani europeni construiau palate luxoase, moderne, renaștentiste sau în stil baroc, politica și bunul simț au cerut ca palatul conducătorilor din Monaco să fie fortificat.

Această cerință unică, într-un stadiu târziu al istoriei, a făcut din palatul de Monaco unul dintre cele mai neobișnuite din Europa. În mod ironic, când fortificațiile lui au fost în sfârșit destinate, la sfârșitul secolului al XVIII-lea, a fost cucerit de către francezi și lăsat fără bogățiile sale, și a căzut în declin, în timp ce familia Grimaldi a fost exilată pentru o perioadă de peste 20 de ani.

Felul în care familia Grimaldi a ocupat acest palat a fost de asemenea ceva neobișnuit. Spre deosebire de celelalte familii suverane din Europa, absența altor palate și domenii, i-a determinat pe cei din familia Grimaldi să folosească aceeași reședință pentru mai mult de șapte secole. Astfel, averile și politica lor sunt reflectate direct de evoluția palatului. Cei din familii precum Romanov, Bourbon și Habsburg au putut și chiar au construit palate complet noi. În acest timp, tot ce au putut realiza cei din familia Grimaldi, atunci când s-au bucurat de noroc sau au dorit o schimbare, a fost să construiască un turn sau o aripă, sau, așa cum s-a întâmplat mai des, să reconstruiască o parte a palatului.

Palatul Princiar reflectă istoria, nu doar a Monaco-ului, dar și a familiei care în 1997 a celebrat 700 de ani de domnie în același palat.

În timpul secolului XIX și începutul secolului XX, palatul și proprietarii lui au devenit simboluri ale strălucirii și decadenței puțin riscante care erau asociate cu Monte Carlo și cu Riviera Franceză. Eleganța și teatralitatea au devenit realitate când starul de film american Grace Kelly a ajuns castelană a palatului în 1956. Din secolul XXI, palatul a rămas reședința actualului Prinț de Monaco.

Prințul Rainier al III-lea a fost responsabil nu doar pentru îmbunătățirea averii a reputației Monaco-ului, dar pentru supervizarea restaurărilor palatului. După ascensiunea lui 1949, prințul Rainier al III-lea a început imediat programul de renovare. Multe din frescele externe din curte au fost restaurate în timp ce aripa de sud, distrusă în timpul revoluției franceze, a fost reconstruită. Aceasta este partea palatului unde familia conducătoare își are apartamentele private. Aripa este și căminul Muzeului Napoleon și a arhivelor. Frescele ce decorează arcada deschisă cunoscută ca și Galeria lui Hercules au fost modificate de Rainier al III-lea, care a importat lucrări făcute de Pier Francesco Mazzucchelli, ilustrând eroi mitologici și legendari. În ziua de azi, palatul este casa pentru fiul și succesorul prințului Rainier, prințul Albert al II-lea.



Palatul este un amestec de stiluri arhitecturale, cu origini străvechi, indicate de lipsa simetriei. Înainte de a evalua arhitectura, aripile și blocurile trebuie observate separat. Fațada principală apare ca o terasă în stilul Palatelor renaștentiste, datând din perioade diferite ale Renaștentismului



În Parcul Fontvieille, Princess Grace Rose Garden cuprinde aproape patru hectare, inclusiv un mic lac mărginit de palmieri și o pădure de măslini. Grădina înflorește cu 8000 de tufișuri din trandafiri în 300 de varietăți

Camerele îi sunt deschise publicului în timpul verii și din 1960 curtea palatului a fost folosită pentru concerte în aer liber date de către Orchestra Filarmonică Monte-Carlo (cunoscută și ca Orchestra Operei Naționale). Deși palatul este mai mult atracție turistică și muzeu, rămâne că și loc de muncă și cartier general al conducătorului monegasc, fapt întărit de prezența santinelor în permanent serviciu de garda la intrare.

Catedrala maiestuoasă și mai frumoasă din Monaco

În Monaco, Catedrala Sf. Nicolae a fost ridicată în 1875 în același loc în care biserica veche a fost odată, distrusă în secolul al XIII-lea. Pentru construcția de clădiri a folosit o piatră albă specială - calcar, importată în țară din Franța, situată alături. Acest calcar are proprietăți speciale: de obicei, blocurile au o culoare cenușie, dar albă sub influența umidității.

Tradiția localnicilor care vin să se roage când plouă este legată de această calitate neobișnuită. Pereții catedralei devin în acest moment alb-zăpadă, iar enoriașii cred că apa care se încadrează din ceruri, își spală păcatele de la sufețele lor și spală pereții templului. Viața pare să înceapă de la zero.

În 1960, au fost plasate 3 clopote în Catedrala Sf. Nicolae, fiecare dintre ele

primind un nume: ele sunt numite Nicole, Devota și Immaculate Virgin Mary. Clopotele binecuvântate episcopului Gilles Barth. În 1997, încă un clopot a fost adăugat la partea de sus a clădirii, care a primit și un nume - Benedict.

Grădina dedicată unei prințese

Princess Grace Rose Garden, o grădină deosebită a fost creată de Prințul Rainier III ca un tribut adus soției sale Prințesa Grace și a fost deschisă la 18 iunie 1984. În Parcul Fontvieille, Princess Grace Rose Garden cuprinde aproape patru hectare, inclusiv un mic lac mărginit de palmieri și o pădure de măslini. Grădina înflorește cu 8000 de tufișuri din trandafiri în 300 de varietăți. Fiecare trandafir are un cod QR identificabil (util pentru grădinari).

Trandafirii speciali sunt numiți după prinții și prințesele familiei regale Grimaldi. Alegeți o floare preferată și admirați sculpturile contemporane printre flori. Petreceți-vă puțin timp relaxându-vă pe băncile de parc sau plimbându-vă în jurul terenului. Poteci plăcute permit vizitatorilor să exploreze acest loc fermecător la petrecere a timpului liber. Grădina Rose este menținută folosind practici ecologice și a primit premiul "Ecological Garden".

Raluca D.

În prezent, calea ferată de pe Valea Vaserului este folosită atât în scop turistic, cât și în scop forestier pentru transportul lemnului. Dubla utilizare face ca această linie să fie ultima cale ferată forestieră activă și funcțională din Europa. Astfel, Mocănița de pe Valea Vaserului se bucură de un număr tot mai mare de vizitatori, devenind principalul obiectiv turistic din Maramureș și una dintre cele mai mari atracții din țară.

150 de ani de la inaugurarea liniei de cale ferată Valea lui Mihai - Carei

Istoria căilor ferate începe cu prima linie de cale ferată din lume care fost construită în Anglia, între Stokton și Darlington în lungime de 53 km și a fost inaugurată pe data de 27 septembrie 1825. Primul tren de călători a circulat între Liverpool - Manchester pe data de 16 noiembrie 1830.

În a doua jumătate a secolului XIX și în Europa centrală s-a trecut la construirea de linii ferate într-un ritm alert. Apăruse în viața oamenilor cel mai ieftin și cel mai rapid mijloc de transport care ducea la dezvoltare economică, socială, culturală... spre progres. Transportul pe căile ferate a materiilor prime, a mărfurilor, a produselor agricole și industriale într-un timp mai rapid, în volum mai mare și în siguranță a însemnat dezvoltarea rapidă a zonelor unde a pătruns „drumul de fier”

Pe teritoriul țării, în Transilvania a pătruns calea ferată, pe două direcții:

- pe valea Crișului - linia Oradea - Cluj - inaugurată pe data de 6 septembrie 1870, ulterior prelungită până la Brașov.

- pe valea Mureșului - linia Arad - Alba Iulia - inaugurată pe data de 22 decembrie 1868.

Prima localitate din Ardeal conectată la rețeaua de cale ferată spre vest, a fost orașul Oradea la data de 22 aprilie 1858 prin inaugurarea liniei



Actuala clădire a gării Carei a fost inaugurată pe data de 24 decembrie 1912

Pűspokladány - Oradea.

Toate acestea trebuiesc citite și înțelese în contextul realităților istorice și configurația granițelor din acele vremuri, de acum 150 de ani.

În anul 1869 se înființează căile ferate ale statului maghiar, MÁV-ul, care printre primele proiecte, a avut și construcția liniei magistrale Debrecen - Valea lui Mihai - Carei - Satu Mare - Halmeu - Sighetu Marmăției, în lungime de 220 km. Această linie a

contribuit la dezvoltarea economică a zonelor din nord-vestul Carpaților Orientali, dar a avut și un pronunțat caracter strategic ajungând aproape de granițele imperiului rus, adversar potențial, politic - militar al Austro - Ungariei.

Existența acestei căi ferate dădea posibilitatea exploatarei intensive și gratuite a lemnului din munții din zonă și a sării din minele din jurul Sighetului, de la Ocna Șugatag și Coștiui, ambele

fiind produse de mare căutare la Viena și Budapesta.

Segmentul de cale ferată dintre frontieră (Dealul Bran) - Valea lui Mihai - Carei în lungime de 37 km a fost inaugurat în data de 25 iunie 1871.

Linia a fost exploatată de MÁV până în anul 1920 când în urma tratatului de la Trianon, trece în administrație CFR.

A mai fost exploatată de MÁV în perioada august 1940 și septembrie 1944.

Linia pornește din Debrecen, trece frontiera de stat la Dealul Bran, ajunge în gara Valea lui Mihai (a = 120 m), străbate o zonă legumicolă și viticolă nisipoasă de câmpie, ajungând în gara Carei (a = 123) cu un traseu ușor de șes cu declinată maximă de 4% și raze minime de curbă de 1000 metri între stațiile Sanislău și Carei.

Linia a fost construită inițial cu șină și ramificații tip 22,3, refacționată înainte de primul război mondial cu șină tip 34,5, iar între 1940 - 1944, cu șină tip 42,8, ceea ce corespundea la o sarcină de 16,6 tone / osie și o viteză de 60 km / h. Între anii 1965 - 1966 șina din cale a fost înlocuită cu șină tip 45.

Dezvoltarea economică a zonei în perioada următoare a dus la creșterea traficului de călători și marfă, ceea ce a necesitat o nouă refacție a liniei în anul 1973 cu șină tip 49 și în anul 1987 cu șină tip 60. În anul următor linia a fost sudată, realizând cale fără joante.

Actuala clădire a gării Carei a fost inaugurată pe data de 24 decembrie 1912

(ziarul *Satmár és Vidéke*), fiind construită după proiectele lui Pfaff Ferenc, renumit proiectant și constructor al MÁV ului. După proiectele lui au fost construite o serie de alte clădiri ale gărilor din Cluj, Satu Mare, Arad, Teius, Ghimes, Debrecen, Miskolc, Rijeka (Fiume). La inaugurarea liniei Valea lui Mihai - Carei, exista o altă clădire a gării mai modestă care a deservit publicul călător din anul 1871 și anii următori până la consacrarea actualiei clădirii a gării Carei. Imediat după inaugurarea liniei a luat ființă Depoul de Locomotive din Satu Mare, ulterior cel din Carei.

Remorcarea trenurilor, în perioada 1871 - 1969 se făcea cu locomotive cu abur seriile: 238, 335, 221, 375, 324, 50 și 230. În 1969 au apărut și la Depou din Satu Mare, locomotivele diesel DA 060, iar după 1974 și locomotivele DHC 1200. Momentan circulă și automotoarele DESIRO și DUEWAG.

La inaugurarea liniei, gările erau înzestrate cu clădiri de călători, birou de mișcare, cabine de acari, magazie de mărfuri, rampe de încărcare - descărcare, chei de vite. Semnale Banovici montate la construcția liniei au fost înlocuite cu semnale mecanice, ulterior cu semnale luninoase și instalații de siguranță CED (Valea lui Mihai - 1982, Carei - 1984).

Conducerea circulației trenurilor se face prin Regulatorul de Mișcare din Oradea.

ing. LŐRINCZ TIBERIU
- membru AFFR

Mocănița, trenul de legendă al Vișeuului de Sus

Numită adesea „Mocănița de pe Valea Vaserului”, Calea Ferată Forestieră din Vișeu de Sus, situată chiar în nordul României, la granița cu Ucraina, reprezintă o bogăție atât din punct de vedere tehnic, cât și cultural. Pe o distanță de aproape 60 kilometri circulă până astăzi - pe lângă locomotive Diesel - locomotive cu abur, alimentate cu lemn”.

Una dintre cele mai importante valori culturale și tehnice ale țării, Mocănița de la Vișeu de Sus este ultima cale ferată forestieră cu abur din Europa care încă mai este folosită pentru transportul lemnului. Construită ca și soluție tehnică mai facilă pentru transportul materialului lemnos decât cel pe apă, calea ferată forestieră funcționează și astăzi, atât pentru rolul inițial, cât și pentru transportul turiștilor.

Mocănița pe Valea Vaserului

Lucrările la linia ferată au început în anul 1932 și s-au realizat după modelul austro-ungar, cu ecartament îngust, de 760 mm, iar de atunci CFF (Căile Ferate Forestiere) Vișeu de Sus funcționează aproape fără întrerupere. Căile ferate forestiere s-au răspândit în acea vreme în toată Europa, dar au fost înlocuite cel târziu după anul 1945, cu drumuri forestiere.

Astfel, CFF Vișeu de Sus este singura din Europa care încă mai este



Mocănița de la Vișeu de Sus este ultima cale ferată forestieră cu abur din Europa care încă mai este folosită pentru transportul lemnului

folosită pentru transportul lemnului, cunoscută în întreaga lume ca fiind ultima cale ferată forestieră cu ecartament îngust, care funcționează cu locomotive cu abur, alimentate cu lemn și cărbuni.

În timpul Primului Război Mondial, granița actuală de nord a României reprezenta în acea vreme linia frontului. Combatanții erau trupele germane formate din patru batalioane de vânători de munte conduse de generalul Richard von Conta pe de-o parte, iar armata rusă aflată sub comanda mareșalului Aleksei Brusilov de cealaltă parte.

Frământările politice apărute în

Rusia la începutul anului 1917, culminate cu revoluția bolșevică și implicit cu retragerea rușilor din război, au dus la încetarea focului dintre combatanți.

Dovada că cele două armate au dat lupte pe Valea Vaserului este dată de însăși existența cimitirului de la Miraj, în care au fost îngropate victimele ambelor tabere, lucru extrem de rar întâlnit într-un război atât de disputat.

Calea ferată forestieră a fost refăcută de C.A.P.S. între 1946 - 1948 și plasată sub conducerea Întreprinderii Forestiere din Vișeu de Sus. După ce lucrările de reparație au fost finalizate, calea ferată forestieră a

fost extinsă între 1950-1954 cu alte ramificații pe văi secundare, contribuind astfel și mai mult la exploatarea forestieră pe Valea Vaserului.

Perioada post-decembristă și-a pus amprenta asupra Mocăniței

Schimbările economice ce au urmat după Revoluția din decembrie 1989 au avut un impact devastator asupra căilor ferate forestiere cu ecartament îngust din România, deținute în trecut de statul român: în doar câțiva ani aceste căi ferate au fost închise și desființate. Calea ferată forestieră de pe Valea Vaserului nu a fost exclusă din acest proces. Însă datorită faptului că industria lemnului a continuat în Vișeu de Sus într-o formă mai restrânsă și pentru că nu a existat o altă cale de acces pentru transportul lemnului, calea ferată a reușit să supraviețuiască acestor schimbări.

Începând cu anul 2000, calea ferată forestieră a primit sprijin din străinătate. A fost creată o organizație elvețiană având ca scop salvarea căii ferate de pe Valea Vaserului. Cu ajutorul elvețian și din alte părți din Europa, mai multe locomotive cu abur scoase din uz au fost reparate și puse din nou în funcțiune, noi vagoane de călători au fost achiziționate iar depoul de locomotive și stația istorică a gării au fost renovate.

Începând cu anul 2007, Valea Vaserului a devenit parte a Parcului Natural Munții Maramureșului, sub protecție europeană.

Principalele motive ale desemnării au fost: peisajul specific cu munți acoperiți de pădure și pajști montane într-o alternanță încântătoare, prezența florei și faunei emblematică pentru Carpați în cadrul unor ecosisteme încă stabile, existența habitatelor naturale pe întinderi mari și de asemenea, un mod de viață tradițional, direct dependent de resursele naturale.

Bazinul Văii Vaserului, eșantion emblematic al valorilor naturale și culturale ale Parcului Natural Munții Maramureșului, se întinde pe 36.000 ha.

Râul Vaser, străbatute această vale spectaculoasă în care peisajul alternează între păduri dese, stânci prăpăstioase și poieni cu izvoare minerale, iar începând cu anul 1933 se întovărășește pe o lungime de 46 km cu calea ferată forestieră cu ecartament îngust, singura din Europa care încă mai funcționează în scopul pentru care a fost construită. Împreună cu trenurile grele cu bușteni, locomotivele cu aburi pufoase sub poavara vagoanelor cu turiști dornici să asculte poveștile și să admire frumusețile locului. Astfel trenul cu aburi a devenit simbol al zonei și motiv de mândrie pentru locuitorii zonei și nu numai.

Raluca D.

Așteptându-se astfel la un atac apropiat din partea Porții, Ion Vodă pregătește țara pentru apărare și trimite soli la regele Poloniei și la cazaci în vederea unui ajutor armat din partea acestora. Va primi însă numai de la cazaci un detașament de călăreți condus de hatmanul Sviercevski.

DOMNITORI

447 de ani de la moartea de martir a Domnului Moldovei, Ion Vodă cel Cumplit

Din drama lui Hașdeu, Ioan Vodă cel Cumplit, domnitorul apare sub acest epitet care izvorăște probabil din modul cum îl socoteau acei boieri lesne schimbători și aplecați spre trădare, dar el mai apare și cu alt epitet, acela de „cel viteaz” întâlnit și la alți voievozi români ca Radu de la Afumați sau Dan al II-lea. Și pe drept, dacă ne gândim că deși a luat domnia cu ajutorul turcilor, cea mai frumoasă pagină din domnia sa este legată de lupta antiotomană, pentru independența țării.

Fiind fiu natural al lui Ștefăniță, cu o armeană, apare în cronică țării și sub numele de „Armeanul”. Constantin Giurescu îi creionează în puține cuvinte un portret admirabil: „De o statură și forță impunătoare – în bătălia de la iezerul Cahul a tras singur un tun după el – cu darul vorbirii, a fost iubit de soldați, care-i admirau vitejia, curajul și deopotrivă de poporul de rând, care vedea în el un apărător”. (C. C. Giurescu și D.C. Giurescu, Istoria Românilor). Pentru a întregi acest portret, redăm și aspectul selectiv al domniei, înscrisă în intervalul a numai doi ani (februarie 1572 – iunie 1574) și seizată de Ștefan S. Gorovei în cuvintele: „Nu i-a lipsit, în scurtul răstimp cât a luminat orizonturi din ce în ce mai înnegurate, nici una din calitățile caracteristice ale principalilor săi înaintași: a avut ceva din spiritul gospodăresc a lui Alexandru cel Bun, din înțelepciunea eroică a lui Ștefan cel Mare, din vitejia năvalnică a lui Ștefănițăș și ceva din dramatismul domniei lui Petru Rareș, confruntat și el, într-un moment de cumpănă (1538), cu opoziția sfetnicilor săi”.

Antecedentele luării domniei pot fi redată în liniile lor generale. Astfel, se pare că se născuse în 1525 și, deci, la luarea domniei era mult prea matur, trecut de floarea vârstei – 47 de ani, dar el mai încercase să ia domnia în 1551 sub Ștefan Rareș. Suferind un eșec, pleacă în marele principat al Moscovei, la curtea țarului Ivan al IV-lea cel Groaznic. Deși a fost primit foarte bine și se va și căsători, curând îl aflăm în Polonia (1561) sub protecția unui nobil influent la curte. Doi ani mai târziu ajunge la hanul tătarilor din Crimeea unde se împrietenește cu moștenitorul tronului, Mehmed Calga.

Pe timpul celei de-a doua domnii a lui Alexandru Lăpușeanu și celei a lui Bogdan Lăpușeanu, el se află în exil, în insula Rhodos, locul de exil al atâtor domni, fii de domni sau boieri români. Aici, se ocupă de negoțul de pietre prețioase de pe urma căruia strânge o mare avere. A folosit mulți bani pentru a obține mazilirea lui Bogdan Lăpușeanu și numirea sa.

E investit de sultanul Selim al II-lea, în ianuarie 1572 și începe efectiv să domnească în februarie al aceluși an, impus de o oaste turcească și un detașament din Țara Românească și bine primit de unii din foștii dregători ai lui Bogdan Lăpușeanu.

În politica internă, Ion Vodă cel Viteaz a dovedit pricepere deosebită în multiplele probleme de organizare a statului, o maturitate a cărmuirii, un simț de orientare în raport cu straturile societății peste care era numit a conduce.

Hotărât în luarea deciziilor, scump la vorbă și necruțător la faptă, numai așa putea pătrunde și birui. A început astfel



Pe plan intern, persecutată și chinuită cumplit pe boieri și clerici, de unde și supranumele de „cel Cumplit”

a domni în chip chibzuit, socotind că primul lucru ce-l putea face era să-și întocmească un sfat nou (la domn nou, sfat nou), în care să nu găsească elemente gata să trădeze, ci oameni de nădejde care să meargă împreună cu el, la bine și la greu.

Dregătorii lui Ioan Vodă erau oameni noi. În sfat nu intrau, nici cei care îl primiseră bine în februarie 1572, precum logofătul Gavriil, postelnicul Dinga sau vornicul Crăciun. Tot pe linia consolidării sale în domnie, în acele vremuri turbulente de situații conflictuale la tot pasul, atât pe plan intern cât și extern, Ion Vodă s-a îngrijit îndeaproape de organizarea oștirii care, reprezenta măsura puterii de rezistență a românilor în fața ofensivei străinilor.

În acest domeniu, se orientează ca și glorioșii săi înaintași, Iancu de Hunedoara, Vlad Țepeș și Ștefan cel Mare, asupra boierimii mici și mijlocii, răzeșimii și, în parte, târgoveților. S-a verificat în practica luptelor pe care le-a purtat că pe aceștia s-a putut baza în momentele de grea cumpănă pentru Moldova și că ei i-au rămas credincioși până la sfârșit.

Erau astfel de măsuri în concordanță cu realitatea istorică ?

Firește că da ! Răspunsul îl aflăm privind situația de după luarea domniei și alcătuirea sfatului domnesc cu elemente noi.

În lunile martie – aprilie 1572, boierii vechi, înrâiți în comploturi, sprijină încercarea lui Bogdan Lăpușeanu de a-și relua domnia. Dar aceasta a suferit un eșec. În ziua de Paște (6 aprilie 1572) este executat Ionașco Sbierea și alți capi ai complotului. Aceste execuții se repetă pe măsură ce opoziția continuă să uneltească. La scurt timp după aceea pier și Iosif Veveriță – fost pârcaș, Cozma, egumenul mănăstirii

moment, în existența unui domn autoritar, care să stăvilească abuzurile nobiliare, să realizeze o domnie puternică și centralizată și să asigure apărarea hotarelor țării, împiedicând jefuirea ei de către Poartă, iar la baza politicii externe a pus ideea organizării luptei împotriva Imperiului Otoman, singurul care prezenta, în conjunctura politică a vremii, un pericol real, deosebit de grav”.

Se poate face aici o oarecare apropiere cu politica lui Ștefan cel Mare, care a amânat lupta cu Imperiul Otoman până ce a izbutit să asigure consolidarea, pe plan intern și extern, a acestei mari încercări a Moldovei – confruntarea cu forțele Imperiului Otoman.

Numai că Ștefan cel Mare a avut 17 ani la dispoziție din cei 47 câți a domnit în Moldova, în timp ce pentru a pregăti rezistența în fața ofensivului Imperiu Otoman, Ion Vodă a dispus doar de un an și jumătate. Firește, acest fapt nu micșorează cu nimic meritele excepționale ale lui Ștefan cel Mare, dar subliniază mai bine contribuția adusă de acest vajnic domnitor pe linia capacității lui de organizare și conducere a Moldovei.

La 21 februarie 1574 a venit în Moldova un sol turc cerând sporirea tributului. În cazul refuzului, Sultantul Selim II îl amenința pe Ion Vodă cu înlocuirea lui. Cel vizat a deveni domn era Petru Șchiopul. Ion Vodă înțelege și mașinațiunile Porții, dar și primejdia reală ce plana asupra Moldovei. El convocă de grabă Marea Adunare a țării, care era compusă din conducătorii oștilor, ca și din reprezentanții boierimii, clerului și orașenilor.

Domnitorul le prezintă situația și le cere să-i înfrunte pe turci cu armele, în chip demn, ca și strămoșii lor. „Așa – spune cronicarul Grigore Ureche – Ion Vodă umplând pre toți cu nădejde, cu glas mare strigând că lângă dânsul vor pieri” (adică ori vor învinge, ori vor pieri până la unul).

Se pare că Adunarea țării a fost atunci la un glas cu Ion Vodă cel Viteaz. Așa se explică de ce domnitorul a dat răspuns solului turc că refuză a dubla tributul. Aceasta însemna implicit o declarație de război.

Așteptându-se astfel la un atac apropiat din partea Porții, Ion Vodă pregătește țara pentru apărare și trimite soli la regele Poloniei și la cazaci în vederea unui ajutor armat din partea acestora. Va primi însă numai de la cazaci un detașament de călăreți condus de hatmanul Sviercevski.

Între timp sultanul Selim II, primind refuzul, hotărăște înlocuirea lui cu Petru Șchiopul, frate cu domnul muntean Alexandru Mircea. Sultantul îi pune la dispoziție lui Petru Șchiopul 30000 de luptători, la care se adăugau forțele puse la dispoziție de fratele său. Astfel, se va desfășura lupta de la Jilștea, din 14 aprilie 1574, în condiții de superioritate numerică pentru adversar.

Totuși Ion Vodă cel Viteaz a obținut o victorie însemnată, fapt care spulberă planurile sultanului cu privire la Moldova. Dar prezența Țării Românești în alianța otomană îl determină pe Ion Vodă ca după victorie, să încerce, ca și Ștefan cel Mare, odinioară, să aducă Moldova și Țara Românească în același front românesc. El reușește să instaleze pe Vintilă Vodă, fiul lui Pătrașcu cel Bun pe tronul Țării Românești.

Dar acesta nu se poate menține decât patru zile.

Totuși expediția este binevenită, întrucât partea de răsărit a Țării Românești (poziție strategică necesară) rămâne sub controlul lui Ion Vodă cel Viteaz, care angajează lupte și pentru cetățile Brăila, Tighina, Cetatea Albă.

Văzând atâta dărzenie și bravură în luptă, sultanul Selim II se teme de pierderea Țării Române de sub autoritatea sa.

De aceea, trimite asupra Moldovei o armată de aproximativ 60000 de oameni. Ion Vodă se hătărăște să susțină bătălia în zona iezerului Cahul, la locul numit Roșcani. Dispunea de efective armate mult mai reduse, însă era hotărât să învingă.

În noaptea din ajunul bătăliei însă, trei mari boieri cu oștile lor l-au trădat. Ei au trecut în tabăra dușmană cu toate efectivele. Trădarea cea mare s-a produs în timpul bătăliei și ea purta numele conducătorului cavaleriei moldovene, pârcașul Eremia Galu. Cum turcii trecuseră Dunărea prin vadul de la Oblucița și înaintau nestingheriți, Ion Vodă îl trimisese pe omul lui de credință Eremia Galu (Golia) să-i întâmpine pe turci, dar acesta este cumpărat de turci cu 30000 de galbeni. Eremia Galu trădează în două chipuri: mai întâi îl informează pe Ion Vodă că turcii sunt puțini și pot fi lesne înfrânți. Apoi, în ziua de 10 iunie 1574 când începe lupta propriu-zis, atunci când domnitorul avea nevoie mai mult de forțele de apărare a țării, același Eremia capitulează fără luptă. Aceasta a fost lovitură de grație dată lui Ion Vodă.

Puterea de luptă a românilor a scăzut considerabil. O ploaie neașteptată compromise pulberea artileriei moldovenești. Și totuși în primele trei zile, cu forțele puține de care dispunea (răzeșii, boiernașii, târgoveții și corpul de cazaci al lui Sviercevski), Ion Vodă luptă din răsputeri, înscind la Roșcani ultima mare bătălie antiotomană din istoria Moldovei medievale.

În ziua a patra însă, copleșit de numărul dușmanilor și de mila oștenilor credincioși ce rămăseseră în picioare, pentru a-i salva de la pieire, el se predă în mâna turcilor.

Deși juraseră pe Coran că cel ce se predă de bună voie nu va fi ucis, turcii îi pregătesc viteazului domnitor o groaznică moarte: este legat de cozile unor cămile, care îi despică în două corpul puternic și falnic.

Ion Vodă cel Viteaz va rămâne în istoria Românilor drept chipul tragic, dar și senin al demnității ostășești, al celui care cu prețul vieții a apărât libertatea pământului străbun. Un domnitor martir al neamului românesc !

Bibliografie:

1. Atanasie, Victor (Colonel) – Bătălia de la Jilștea, Editura Militară, București, 1974
2. Giurescu, Constantin C., Giurescu, Dinu C. – Istoria Românilor din cele mai vechi timpuri până astăzi, Editura Albatros, București, 1971
3. Giurescu, Dinu C. – Ioan Vodă cel Viteaz, Editura Militară, București, 1974
4. Hașdeu, Bogdan Petriceicu – Ioan Vodă cel Cumplit, București, 1865
5. * * * * * - Enciclopedia marilor personalități din istoria, știința și cultura românească de-a lungul timpului, Volumul II G – O, Editura Geneze, București, 2000

Mircea Pîrlea
Lacrima Teocan Istrăuan
Prof. Dr. Ioan Corneanu

Noul serial cu Tom Hiddleston, bucurie pentru admiratorii Universului Marvel

Serialul semnat de către Kevin Feige și de studiourile Marvel va duce lucrurile la nivel cosmic pe măsură ce Zeul Neascultării - Loki (Tom Hiddleston) - intră în centrul acțiunii.

Studiourile Marvel și Disney+ își tratează publicul cu ceva frumos anul acesta, pe măsură ce ultimul serial live-action plasat în Marvel Cinematic Universe se apropie tot mai repede - e vorba de Loki. Studiourile au dat publicității un trailer extins.

Deocamdată, am avut parte de un serial „plin de delir” (looper.com), WandaVision, cu Scarlet Witch (Elizabeth Olsen) care ne împărtășește furia legată de moartea lui Vision, în timp ce The Falcon and the Winter Soldier l-a pus pe Sam Wilson (Anthony Mackie) în mantaua lui Captain America. Totuși, următorul serial de aventuri semnat de către Kevin Feige și de studiourile Marvel va duce lucrurile la nivel cosmic pe măsură ce Zeul Neascultării - Loki (Tom Hiddleston) intră în centrul acțiunii în serialul Loki.

Cu premiera în iulie, serialul Loki urmărește personajul asgardian eponim după ce evadează din capcana timpului cu ajutorul Tesseractului în timpul evenimentelor din Avengers: Endgame (și de asemenea, scapă și de Avengeri), dar ajunge să fie prins de către Time

Variance Authority. Treaba lor este să controleze salturile în timp, și pentru că Loki a ieșit afară din universul său, va trebui să lucreze cu ei pentru a combate un pericol și mai mare. Un synopsis dat recent publicității anunță ce se va întâmpla dacă Loki nu ar colabora și miza e mare. Deși mai este un număr de săptămâni până ce serialul va fi difuzat pe Disney+, acest nou spot video pentru Loki promite acea călătorie cosmică pe care o așteaptă fanii Marvel.

Noul spot TV cu Loki prezintă relația dificilă între personajul lui Tom Hiddleston și Mobius M. Mobius (Owen Wilson). Relatările figurilor autoritate ale lui Wilson și ale lui Ravonna (Gugu Mbatha-Raw) explică despre Loki că este „nesupus, încăpățânat și impredictibil”.

O replică a lui Mobius pare să sugereze că Loki va produce, fără să vrea, distrugerea mai multor lumi de-a lungul serialului, explicând că oriunde acesta merge este urmat de „un război al lumilor în sensul propriu”, fie din cauza lui însuși fie din cauza altcuiva.

Desigur, Mobius s-ar putea să se refere la un altfel de Loki, și ar putea să fie vorba de o editare îndemănată din partea studiourilor Marvel care ar vrea să arunce o lumină negativă asupra lui Loki. Spotul TV arată un număr de scene distructive din Cosmos, în timp ce Tom Hiddleston repetă o replică devenită clasică din The Avengers în care explică cum „are povara unui obiectiv glorios”



Dakota Johnson, protagonistă în filmul Persuasion

Dakota Johnson, actrița din Bad Times at the El Royale și din 50 de umbre ale lui Grey a semnat pentru rolul principal din producția Persuasiune a Netflix și MRC Film.

Varianta contemporană a lui Persuasion spune povestea lui Anne Elliot (Johnson), o femeie nonconformistă și modernă, care trăiește cu familia ei snoabă dar aflată în pragul falimentului. Atunci când Frederick Wentworth - pe care ea însăși l-a gonit cândva - se întoarce brusc înapoi în viața ei, Anne trebuie să aleagă între trecut sau a-și asculta inima atunci când vine vorba de a

doua șansă.

Adaptarea va avea regia semnată de Carrie Cracknell, cea care debutează în lungmetraj după ce și-a format o reputație formidabilă pe Broadway cu Sea Wall/A Life cu Jake Gyllenhaal, dar și cu rolul defunctei Helen McCrory din producția The Deep Blue Sea care a rulat la National Theatre din Londra.

Va lucra după un scenariu semnat de către Ron Bass și Alice Victoria Winslow. Adaptată deja în numeroase rânduri, cel mai nou în 2007 cu Sally Hawkins, Persuasion primește acum prima adaptare plasată în lumea contemporană.

Dakota Johnson s-a născut la 4 octombrie 1989 în Austin (Texas), în

familia actorilor Don Johnson și Melanie Griffith. Bunicii săi pe linia maternă sunt Peter Griffith și actrița câștigătoare a Globului de Aur Tippi Hedren.

Dakota Johnson și-a făcut debutul actoresc în anul 1999, în filmul Crazy Alabama, unde ea și sora ei vitregă, Stella Banderas, au interpretat rolurile fiicelor mamei lor din viața reală, Melanie Griffith. Filmul a fost regizat de tatăl vitreg de atunci, Antonio Banderas.

Ea a învățat la Aspen Community School.

Prima dată a fost interesată de cariera de modeling la doar 12 ani, când a participat la ședința foto cu alți copii a celebriților pentru Teen Vog.

Kevin Spacey se întoarce la actorie

Controversatul actor Kevin Spacey, acuzat în mai multe rânduri de hărțuire sexuală în ultimii patru ani, se va întoarce pe platourile de filmare cu un rol mic într-un film italian, relatează The Guardian.

Spacey, în vârstă de 61 de ani, va juca rolul unui polițist care investighează cazul unui bărbat acuzat pe nedrept de pedofilie. Franco Nero, regizorul filmului care va juca și rolul principal, se declară „fericit” că Spacey a acceptat rolul.

„Sunt foarte fericit. Kevin a fost de acord să participe în filmul meu. Îl consider un mare actor și abia aștept să începem filmările”, a spus Nero la ABC News.

Spacey a intrat într-un con de umbră din 2017, când mai mult de 20 de bărbați l-au acuzat de hărțuire sexuală și abuz pe vremea când lucra la teatrul Old Vic din Londra, între 1995 și 2013. Spacey a negat constant acuzațiile.

În urma acuzațiilor, Spacey a fost concediat din Serialul House of Cards, al cărui protagonist fusese timp de cinci sezoane, interpretându-l pe Frank Underwood, un politician

american lipsit de scrupule care la punctul culminant al serialului devine președintele Statelor Unite ale Americii.

În octombrie 2019, procurorii din Los Angeles au respins un dosar, în care Spacey era acuzat de agresiune sexuală, pentru că acuzatorul murise. În iulie 2020, procurorii din Massachusetts au respins și ei un dosar în care Spacey fusese acuzat de hărțuire sexuală - acuzatorul său a refuzat să se prezinte în fața instanței.

După ce a căzut în dizgrația publicului și industriei de film, Spacey a început să publice clipuri video scurte bizare pe rețelele sociale. Într-un astfel de clip, publicat de Crăciun, în 2019, Spacey care pare să-și interpreteze personajul din House of Cards - „Data viitoare când cineva face ceva ce nu vă place, puteți să-l atacați”, spune vedeta, „dar puteți și să opriți focul și să faceți ceva neașteptat. Poți să-i omori cu bunătate”, se încheie înregistrarea care durează un minut. Ultimele secvențe îl arată pe Spacey răscolind focul în cămin pe fondul câtorva acorduri muzicale dramatice.

