



Revista Menora Focsani

*APARIȚIE
LUNA*



NR. 3
Martie
2014

MINIREVISTA COMUNITATII
EVREIESTI DIN FOCSANI

M
E
N
O
R
A



MINIREVISTA COMUNITATII EVREILOR FOCSANI

CUPRINS

1.Stiri din Israel	pag.3
2.Stiri din Vrancea	pag.4
3.Stiri din lume	pag.5
4.Povesti cu talc	pag.6
5.Modificari fiziologice legate de imbatranire	pag.7
6.Sfatul medicului	pag.8-9
7. Mozaic	pag.10
8.Planeta Umor	pag.11
9.Plante medicinale	pag.12-13
10.Idei practice si utile pentru gospodarie	pag.14
11.Stiati ca :	pag.15-16
12.Pagina de istorie	pag.17
13.Cei mai faimosi spioni din istorie	pag.18
14.Calendarul lunii ianuarie	pag.19-20
15.Info Juridic	pag.21
16.In Memoriam	pag.22
17.Necunoscute orase ale lumii	pag.23-24
18.Stiri mondene	pag.25
19.Info Club	pag.26
20.Din placheta de „Tepigrame”	pag.27

SCRISORI LA REDACTIE

21.Mari savanti si inventatori ai lumii	pag.28
22.Amintiri razlete II	pag.29
23.Ada-Kaleh, insula scufundata...	pag.30

COLECTIVUL REDACTIONAL:

Mircea Rond – Presedintele C.E. Focsani (Vrancea).

Harieta Rond – Responsabil varsta de mijloc.

ADRESA REDACTIEI:

STR. OITUZ NR. 4, FOCSANI, VRANCEA.

TEL: 0237/623959

MOBIL: 0745171287

E-MAIL:

r_mircea67@yahoo.com

SITE: www.focsani.jewish.ro

E-Mail : revistamenora@gmail.com

**Raftul cu stiri - Israel**

**** Marina israeliană a interceptat în Marea Roșie, o navă** care transporta „o încărcătură iraniană de arme sofisticate” destinată unor grupări armate palestiniene din Fâșia Gaza, au anunțat armata și ministrul israelian al Apărării . „Se pare că Iranul continuă să fie cel mai mare exportator de terorism în lume”, a declarat Moshe Yaalon, citat într-un comunicat. Echipajul navei, Klos-C, care naviga sub pavilion panamez, nu a opus rezistență. Descărcarea și inspectarea containerelor au fost efectuate în portul Eilat (sud) de către forțe de intervenție alcătuite din militari din cadrul Marinei, genști și militari din cadrul serviciului pentru armament. S-au găsit la bord: 40 de rachete (de tip M-302) cu o rază de acțiune de până la 160 de kilometri, 181 de obuze de mortier de 122 mm, aproximativ 400.000 de gloanțe de calibrul 7,62.” **Fiecare dintre aceste rachete este o amenințare la adresa securității cetățenilor din Israel. Fiecare glonț, fiecare rachetă care au fost descoperite avea o adresă israeliană”, a dat asigurări șeful Statului Major al armatei israeliene, generalul Benny Gantz, citat în comunicat.**

**** Bărbatul care a purtat explozibilul în atentatul anti-israelian din Burgas,** în estul Bulgariei, soldat cu șase morți în iulie 2012, a fost identificat, a anunțat cotidianul bulgar Pressa. „Teroristul este libanez”, scrie cotidianul, referindu-se la surse din cadrul serviciilor de informații care au anunțat că omologii lor americani din cadrul CIA și israelieni din cadrul Mossad au fost informați. Ministerul bulgar de Interne a dezvăluit în iulie 2013 identitatea a doi presupuși complici de origine libaneză: australianul Meliad Ferah, cunoscut și sub numele de Hussein Hussein, și canadianul Hassan el Hajj Hassan, care ar avea legături cu aripa armată a Hezbollah, mișcare șită libaneză. Hassan este cel care ar fi detonat de la distanță bomba aflată într-un rucsac pe care tânărul nou identificat l-a depus în compartimentul de bagaje al autocarului cu turiști israelieni. Celălalt complice, Meliad Ferah, ar fi asamblat bomba care a provocat moartea a cinci turiști israelieni și a șoferului bulgar al autocarului și rănirea altor 35 de persoane.

**** Peste 50 de rachete au fost lansate din Fâșia Gaza spre sudul Israelului,** atacurile fiind revendicate de Brigăzile Al-Qods, aripa militară a organizației radicale palestiniene Jihadul Islamic. Premierul Israelului, Benjamin Netanyahu, a promis o ripostă „foarte puternică” și „Continuăm să îi lovim pe cei care ne fac rău, vom acționa foarte puternic .după atacurile cu rachete, în timp ce ministrul de Externe, Avigdor Lieberman, a amenințat cu ocuparea Fâșiei Gaza

**** Armata israeliană a atacat, obiective ale mișcării șite Hezbollah,** în sudul Libanului, după o explozie care a vizat o patrulă israeliană. „Ca reacție la dispozitivul exploziv care a vizat militari israelieni, armata israeliană a atacat obiective teroriste ale Hezbollah în sudul Libanului”, se arată într-un comunicat militar israelian. Un dispozitiv a explodat, în apropierea unui grup de militari israelieni care patrulau la frontiera dintre Israel și Liban. Niciun militar nu a fost rănit, iar incidentul a fost atribuit mișcării șite libaneze Hezbollah, activă în sudul Libanului.

**** În sudul Israelului, într-o zonă deșertică,** se află un râu care curge o dată la câțiva ani. Zeci de oameni au avut șansa să vadă această minune cu proprii ochi. Râul Zin izvorăște dintr-un crater meteoritic străvechi care se umple cu apă doar când pânza freatică trece de un anumit nivel, acesta fiind și motivul pentru care în cea mai mare parte a timpului este secăt. Mai multe persoane aflate în apropierea albiei, au reușit să filmeze primul val de apă care aduce cu sine viața în deșert. Spectacolul rar al primului val de apă în albia până atunci uscată a fost înregistrat, fiind prima oară când acest fenomen care seamănă cu o minune este postat pe internet pentru a fi văzut de toată lumea. Inedit este faptul că râul respectiv, care se varsă în Marea Moartă, este menționat și în Biblie. **”S-a întâmplat chiar sub ochii noștri. Am văzut cum începe să curgă apa și am început să filmăm”,** au declarat cei prezenți.

**** Mai mulți militari israelieni au fost răniți marți într-o explozie,** aproape de frontiera cu Siria. Explozia a avut loc în apropiere de Majdal Shams, în apropiere de linia de demarcație cu partea Platoului Golan aflată sub controlul Siriei. Cel puțin șase persoane au fost ucise și alte 20 rănite, luni, într-un atentat cu mașină capcană comis la Homs, în centrul Siriei, într-un cartier locuit în cea mai mare parte de alawiți, confesiunea președintelui sirian Bashar al-Assad.

**** Televiziunile și radiourile publice din Israel vor fi închise și reunificate într-o nouă structură.** Informația a fost făcută publică de ministrul israelian al Comunicatiilor, Gilad Erdan, și de ministrul Finantelor, Yair Lapid, Astfel, The Israel Broadcasting Authority (IBA), rețeaua publică de televiziune și radio din Israel, și Educational Television, o televiziune deținută tot de statul israelian, vor fi închise și înlocuite cu o nouă structură. Sub noua structură, serviciul public de media israelian va cuprinde trei televiziuni, una în ebraică, una în arabă și una pentru copii.

- Mediafax.ro-



Raftul cu suri -Vrancea



Oo Biblioteca Municipală Adjud invită iubitorii de frumos să viziteze expoziția de desene, măștișoare și felicitări organizată la sediul instituției. Aici pot fi admirate lucrările realizate de preșcolari de la Grădinița nr. 4, precum și de prichindeii de la Grădinițele nr. 1, nr. 2 și nr.3. Au expus, de asemenea, elevii Școlii „Mihail Armencea”, cei de la Școala „Principele Radu” și elevii Școlii Ruginești. Nu în ultimul rând, s-au întrecut în a aduce în fața iubitorilor bibliotecii și nu numai, exponatele lor specifice Sărbătorii Măștișorului, copiii ce frecventează atelierul de creație „Fanteziile copilăriei” de la Școala Ploscuțeni, coordonați de Maria Caloian și Camelia Păncescu, elevii de la clubul de pictură al bibliotecii, precum și copiii și tinerii de la Centrul CARTHA Adjud.

Oo În prima jumătate a acestui an se va inaugura noul supermarket Billa în spațiul în care a funcționat magazinul Romarta din centrul Focșaniului. Compania a lansat deja campania de angajări pentru noul magazin și caută director adjunct, casieri, lucrători comerciali, bucătar și personal curățenie.

Oo Autoritățile locale de la Panciu au anunțat că orașul va intra în Competiția pentru Capitala Earth Hour România - întrecere aflată la ediția a III-a și care se desfășoară între orașele din țară, în contextul campaniei „Earth Hour 2014”, ca semn al conștientizării problemei schimbărilor climatice.

Oo Filiala Vrancea a Asociației Naționale Cultul Eroilor a inaugurat ieri o expoziție cu fotografii ale monumentelor închinat eroilor neamului, cu denumirea “Eroi au fost, eroi sunt încă”. Fotografiile care arată monumente din toate localitățile județului sunt expuse la Casa Armatei din Focșani până la 30 martie, după care expoziția va face turul orașelor din județ, în fiecare dintre ele urmand să rămână cate o săptămână. “Filiala Vrancei a Asociației Cultul Eroilor a luat ființă în anul 1991, pe 26 februarie.

Oo Tinerii chiriși din locuințele ANL din municipiul Focșani sunt invitați la o dezbatere publică despre proiectul de hotărâre inițiat de primarul Decebal Bacinschi privind aprobarea Regulamentului de vânzare a locuințelor de tip ANL. Dezbateră va avea loc în Sala de consiliu de la Primăria Focșani. La sfârșitul lunii ianuarie 2014, reprezentanții Primăriei municipiului Focșani i-a anunțat pe tinerii care stau în chirie în locuințe ANL că le pot cumpăra. În acest sens, municipalitatea a publicat un proiect de hotărâre, care urmează să fie aprobat în cadrul Consiliului Local. Doritorii își pot cumpăra locuințele ANL la prețul de 326 euro/mp. Potrivit Regulamentului, locuințele ANL se pot vinde titularilor contractelor de închiriere la solicitarea acestora, după minimum un an de închiriere neîntreruptă.

Oo Vrâncenii care închiriază locuințe pentru turiști vor plăti un impozit de 16% calculat la o normă de venit anuală de 10.200 lei pentru fiecare cameră din locuință. Norma de venit pentru acest an a fost aprobată prin decizia directorului general al Direcției Generale Regionale a Finanțelor Publice Galați. Această impozitare se aplică persoanelor din Vrancea care obțin venituri din închirierea în scop turistic a camerelor situate în locuințe proprietate personală

Oo Clădirile monument istoric din Vrancea vor intra într-un program de supraveghere, instituit de instituțiile statului, astfel încât să nu fie distruse din cauza indiferenței actualilor proprietari. Este prima decizie, din ultimii ani, luată de reprezentanții Guvernului față de metodele parșive prin care unii proprietari ai acestor locuințe vor să distrugă urmele de istorie locală care au supraviețuit comunismului.

Oo Filiala Vrancea a Asociației Naționale Cultul Eroilor a inaugurat o expoziție cu fotografii ale monumentelor închinat eroilor neamului, cu denumirea “Eroi au fost, eroi sunt încă”. Fotografiile care arată monumente din toate localitățile județului sunt expuse la Casa Armatei din Focșani până la 30 martie, după care expoziția va face turul orașelor din județ, în fiecare dintre ele urmand să rămână cate o săptămână. “Filiala Vrancei a Asociației Cultul Eroilor a luat ființă în anul 1991, pe 26 februarie.

Oo Copiii aflați în evidența Casei Județene de Pensii (CJP) Vrancea ca beneficiari de pensie de urmaș, au dreptul la bilete de tratament balnear, ca orice asigurat al sistemului public de pensii. Potrivit criteriilor de acordare reglementate de legislația în vigoare, acordarea unor astfel de bilete copiilor se face numai dacă aceștia: sunt însoțiți de părinte sau, după caz, de persoana care a fost numită tutore sau căreia i-a fost încredințat sau dat în plasament; dovedesc că urmează cursurile de zi ale unei instituții de învățământ preuniversitar; au vârsta cuprinsă între 6 și 18 ani, la data începerii sejurului.

Oo Primăria Gugești și Filiala de Cruce Roșie Vrancea au inaugurat, o nouă locuință protejată pentru persoane vârstnice, amenajată la cele mai înalte standarde, într-o școală dezafectată din satul Poiana, comuna Gugești.



Raftul cu stiri din lume



- Statul african Guineea a fost lovit de o epidemie de febră hemoragică virală cauzată de virusul Ebola, numai în ultima lună aceasta fiind cauza a 59 de decese, potrivit unui bilanț provizoriu prezentat de șeful departamentului de prevenție din cadrul Ministerului Sănătății.
- Singurul aparat de fotografiat folosit în cadrul misiunilor spațiale Apollo de pe Lună care a fost readus de NASA pe Terra a fost vândut la licitație, la Viena, cu suma de 550.000 de euro.
- Fostul ministru austriac de interne și europarlamentar conservator Ernst Strasser a fost condamnat joi la trei ani și jumătate de închisoare cu executare de către un tribunal din Viena, care l-a găsit vinovat că ar fi încercat să prezinte contra cost amendamente la legile europene.
- Un italian și un austriac, ale căror nume figurau pe lista de pasageri a avionului Boeing al Malaysia Airlines, dispărut cu 239 de persoane la bord deasupra Mării Chinei, nu se aflau de fapt în avion, eroarea venind din faptul că pașapoartele lor au fost furate, au anunțat autoritățile și presa.
- Experții legiști bosniaci au descoperit o groapă comună în care s-ar putea afla rămășițele a peste 100 de victime ale războiului intercomunitar din anii 1992-1995. "Potrivit indicațiilor pe care le avem, în această groapă comună s-ar putea găsi rămășițele de la 100-147 de victime. Credem că este vorba despre civili musulmani care au fost uciși la începutul conflictului în regiunea Prijedor, în 1992", a declarat o purtătoare de cuvânt a Institutului bosniac pentru persoane dispărute.
- Un bărbat care dezvoltă simptomele unei febre hemoragice, precum cea provocată de virusul Ebola, a fost spitalizat în Canada imediat după ce s-a întors din Liberia, au anunțat serviciile de sănătate. Bărbatul, care a efectuat o călătorie în interes de serviciu, "revenea din Liberia", a precizat ulterior Denise Werker, adjuncta directorului Direcției pentru Sănătate de la nivelul provinciei, evocând simptome ale febrei Ebola.
- Turisții care au vizitat Muzeul Luvru din Paris au avut ocazia de a vedea pe holurile cu podea lustruită ale clădirii de sticlă zeci de oi mâunate de păstori, aflați în mijlocul unui protest mai puțin obișnuit. Cele câteva zeci de protestatari, membri ai Confederației Țărănești din Franța, au organizat marșul inedit pentru a-și exprima nemulțumirea față de propunerea de reducere a subvențiilor acordate micilor fermieri. Această măsură ar urma să favorizeze marile afaceri agricole în detrimentul micilor ferme, argumentează protestarii, subliniind că acestea din urmă sunt o componentă esențială a tradiției, culturii și renumelui Franței.
- Fostul premier norvegian Jens Stoltenberg a fost ales secretar general al Alianței Nord-Atlantice, informează NATO, într-un comunicat oficial, conform Mediafax. Citeste si: Rusia neaga mobilizarea de militari la frontiera Ucrainei Jens Stoltenberg, în vârstă de 55 de ani, îi va succeda lui Anders Fogh Rasmussen, care a detinut această funcție începând din august 2009. Decizia a fost luată în cursul reuniunii ambasadurilor statelor membre NATO.
- Aproximativ 20.000 de venezueleni au manifestat la Caracas la apelul studenților care protestează de mai multe săptămâni, cu sprijinul opoziției, față de regimul condus de președintele Nicolas Maduro. Manifestanții, care au ieșit în stradă pentru a protesta față de lipsa de securitate, costul vieții și penuria care afectează viața zilnică a numeroși venezueleni, au lansat un apel la "dialog sincer" cu președintele Nicolas Maduro. Ei doresc să discute despre încetarea protestelor violente care s-au soldat cu 18 morți și peste 260 de răniți în urma primelor manifestații ce au avut loc începând din 4 februarie în provincie.
- România va deschide în China, începând cu luna septembrie, o expoziție intitulată "Comorile românești", pentru a prezenta obiecte de patrimoniu românesc a căror valoare este inestimabilă. Guvernul intenționează să mențină deschisă expoziția în China pe parcursul unui an pentru că este interesat ca un număr cât mai mare de cetățeni chinezi să vadă și să cunoască România cât mai bine, în special tinerii.
- Aproximativ 3.000 de manuscrise din Biblioteca Vaticanului vor fi digitalizate de compania niponă NTT DATA într-un interval de patru ani, în virtutea unui acord fără precedent care a fost semnat. Într-o conferință de presă, arhivarul și bibliotecarul de la Vatican, francezul Jean-Louis Brugues, prefectul Bibliotecii Vaticanului, italianul Cesare Pasini, și directorul general al NTT DATA Corporation, Toshio Iwamoto, au expus liniile generale ale acestui acord în valoare de 18 milioane euro, care va fi valabil până în 2018 și care va reprezenta "doar prima fază dintr-o colaborare". Cesare Pasini a explicat faptul că uriașul proiect de digitalizare a tuturor cărților din Biblioteca Vaticanului a început în urmă cu câțiva ani și că acest contract cu NTT DATA va permite să se ajungă în 2018 la un total de 15.000 manuscrise digitalizate.

– Ziare.com -

A pleca spre nord pentru a ajunge în sud

Între secolele V și III. î.H. în istoria Chinei a fost Epoca Statelor Combatante. Pe atunci, existau pe teritoriul Chinei numeroase principate și războaiele se țineau lanț. În acea epocă s-au afirmat un mare număr de oameni înțelepți, care-i sfătuiau pe regi și împărați. Unul dintre ei era ministrul Ji Liang care-l sfătuia pe regele statului Wei. Regele era ambițios și se pregătea să lanseze un atac pentru a cucerii mai întâi statul Zhao. În acel moment, ministrul Ji Liang se afla în misiune în alte țări și auzind această veste, era deosebit de îngrijorat. S-a grăbit să se întoarcă în țară și fără a avea timp nici măcar să-și schimbe hainele, a și intrat în palat. Regele statului Wei, care pregătea atacul, s-a mirat când l-a văzut pe ministrul Ji Liang în așa hal.

-Ce treburi urgente ai, de nici n-ai avut timp să-ți schimbi hainele? l-a întrebat el.

-Am văzut adineauri pe drum un lucru ciudat”, a răspuns domnul Ji Liang.

-Ce lucru ciudat?, împăratul era nerăbdător să afle.

- Am văzut o căruță care mergea către nord. L-am întrebat pe omul care mîna calul: “Unde te duci?” mi-a răspuns că pleacă spre statul Chu. M-am mirat și l-am întrebat iarăși: “Statul Chu se află în sud, de ce te duci spre nord?”. Omul a spus că are un cal foarte bun, de rasă și va ajunge mai devreme sau mai târziu în statul Chu. I-am spus că degeaba are un cal de rasă, pentru că direcția este greșită și nu va ajunge în statul Chu. “Nici o grijă, am în buzunar mulți bani pentru drum.” a răspuns omul din căruță. I-am spus că nu contează cît de mulți bani are, tot nu se îndreaptă spre statul Chu. El a rîs în hohote, spunând: “Ce contează! Sunt foarte îndemînat la condusul căruței!”. Majestatea voastră, el nu mi-a ascultat sfaturile și și-a continuat drumul spre nord. Ascultînd povestea, regele statului Wei nu și-a putut stăpîni rîsul, spunînd:

-Există oare asemenea proști în lume?

Domnul Ji Liang i-a spus în continuare:

-Majestatea voastră, n-ați spus că doriți să fiți conducătorul tuturor statelor? Pentru asta, trebuie înainte de toate să căpătați încrederea tuturor oamenilor din lume. Dar acum, pentru că statul nostru e mai mare și armata mai puternică decât a statului Zhao, intenționați să îl cuceriti. Acționînd în felul acesta, vă veți îndepărta tot mai mult de obiectivul propus, la fel ca și omul acela cu căruța, care dorea să plece spre statul Chu, care se află în sud, dar, în schimb, se îndrepta spre nord. Cu cît merge mai departe, cu atît se îndepărtează mai mult de statul Chu.

Abia atunci a înțeles regele statului Wei că Ji Liang are dreptate și în cele din urmă a renunțat la planul de a ataca statul Zhao.

Tot așa facem și noi de multe ori în viața noastră. Când mintea nu ne este limpede luăm decizii pripite care au un efect contrar scopului propus. De aceea a apărut acest proverb chinez “a se îndrepta spre nord pentru a ajunge în sud” pentru a indica această contradicție provocată de confuzia minții.

Dobîndirea înțelepciunii

Într-o zi un tânăr veni la un înțelept și-l întrebă: “Părinte, ce trebuie să fac ca să dobîndesc înțelepciunea?”. Înțeleptul nu binevoi să răspundă. Repetînd de mai multe ori întrebarea cu același rezultat, tânărul sfârși prin a se retrage, dar reveni a doua zi, cu aceeași întrebare pe buze. Din nou fără răspuns. Atunci el reveni a treia zi, întrebînd iarăși: “Ce trebuie să fac, părinte, pentru a dobîndi înțelepciunea?”

În cele din urmă, înțeleptul se îndreptă către un râu din apropiere și, intrînd în apă, îi făcu semn tânărului să-l urmeze. Ajuns la o adîncime suficientă, îl prinse de umeri și-l ținu sub apă, în ciuda eforturilor făcute de tânăr pentru a scăpa. După cîteva clipe îl lăsă liber și când acesta își redobîndi cu mare greutate suflul, înțeleptul întrebă: “Fiule, când erai sub apă, ce-ți doreai cel mai mult?”

Fără să ezite tânărul răspunse: “Aer, aer!”

- N-ai fi preferat bogăția, faima, plăcerile sau dragostea, fiul meu?

- Nu, părinte, n-aveam nevoie decît de aer și nu mă gîndeam decît la asta, răspunse iute tânărul.

- Ei bine, reluă înțeleptul, pentru a dobîndi înțelepciunea, trebuie s-o dorești tot așa de mult precum adineauri îți doreai aerul.

Să faci orice efort pentru a o dobîndi, uitînd de orice altă ambiție din viață. Să fie singura și unica ta aspirație, zi și noapte.

Dacă vei căuta înțelepciunea cu o astfel de înfocare, cu siguranță, fiul meu, vei deveni liber.



MODIFICARI FIZIOLOGICE LEGATE DE IMBATRANIRE

- 4 -

Taie din carbohidrati

Intotdeauna este bine sa fii atent la cantitatea de zahar ingerata, dar aceasta regula se intareste odata cu varsta. Painea alba este saraca in vitamine si bogata in substante nocive. Opteaza pentru carbohidrati luati din fructe.

REDUCEREA GLUCOZEI DIN ALIMENTATIE INCETINESTE IMBATRANIREA SI PROTEJEAZA IMPOTRIVA CANCERULUI

Reducerea aportului caloric, în special sub forma glucozei, ajută la extinderea vieții în celulele umane și la accelerarea morții celulelor care pot deveni canceroase, conform unui nou studiu preluat de agenția de presă ANI.

Descoperirea, făcută de oameni de știință de la Universitatea din Alabama, ar putea duce la dezvoltarea unor medicamente și tratamente care să încetinească procesul de îmbătrânire și prevenirea cancerului. Pentru a ajunge la această concluzie, cercetătorii au folosit celule normale prelevate din plămâni și celule precanceroase, aflate la primul stadiu de formare a cancerului. Ambele seturi de celule au fost crescute în laborator și au primit nivele diferite (normal și redus) de glucoză (zahăr). A reieșit că celulele normale trăiesc mai mult și că multe dintre cele precanceroase au murit, după ce au primit un nivel scăzut de glucoză.

Facultatile de percepție sunt în regresie la batrani (auzul, vederea, dar și gustul, mirosul). Senzațiile dureroase și termice diminuează. Adesea, la batrani apar infarcte miocardice, ulcere perforante sau chiar fracturi, fără durere. Patologia batranului este diferită de cea adultului. Claudicația intermitentă, (durerea în molet, la arteritici în mișcare), angorul sau dispneea, pot fi mascate de restrângerea activității. Polipatologia este regula, iar tablourile atipice sunt foarte frecvente. Modificările psihice ca: apatia, depresia, teama de spitalizare, confuzia, sunt obișnuite. Ele pot masca o suferință somatică, organică. Incontința urinară sau de materii fecale poate însoți unele boli acute sau iatrogene (medicamentoase).

Cele mai frecvente boli care apar la batrani sunt: cardiopatii aterosclerotice ischemice, hipertensiunea arterială, tulburările de ritm și conducere, arterita cu celule gigante, anemia pernicioasă, leucemia limfatică cronică, diverticuloza digestivă, hernia hiatală, ischemiile digestive, diabetul zaharat, mixedemul, tireotoxicoza, ateroscleroza cerebrală, boala Parkinson, demențele, depresiile, starile confuzionale, glaucomul, cataracta, osteoporoza, poliartrorzele, guta, fractura capului femural, cancerul cutanat, pruritul etc.

Alimente care ne fac bine.

Soia. Previne: cancerul, bolile cardio-vasculare, îmbătrânirea

Interferând cu hormonii sexuali, izoflavonele continuate în soia reduc riscul cancerului de sân (dar favorizează recidiva în caz că acesta a fost prezent deja). De asemenea, soia are rol și în diminuarea colesterolului "rau" (LDL-colesterol).

Bonus: este bogată în vitaminele B și E, e benefic pentru piele, par și ochi și atenuează problemele legate de menopauză.

Sfat: 50 grame pe zi de soia nemodificată genetic, este de preferat varianta bio. Atentie: germenii de soia nu sunt soia.

Alge. Previne: cancerul, bolile cardio-vasculare, îmbătrânirea, diabetul zaharat.

Bogate în fucoïdan, fucoxantin care provoacă moartea tumorilor de sân și inhibă tumorile de prostată. Unele dintre alge cum ar fi nori, contin proteine, minerale și vitamina B12 indispensabilă în formarea globulelor roșii. Contin și acizi grași omega 3 benefici pentru creier și scad riscul de boli cardiace. Alte alge cum ar fi kombu, jumătate sărate, jumătate dulci, încetinesc îmbătrânirea grație antioxidanților.

Sfat: bogate în proteine și fier, alga douse cu gust de alune poate înlocui cu succes carnea iar algele wakame pot înlocui laptele deoarece contin de 13 ori mai mult calciu.

Peste gras (sardine, macrou, ton, somon)

Previne: cancer, boli cardio-vasculare, diabet zaharat, Alzheimer, îmbătrânirea

Este bogat în acizi grași omega 3 – care sunt grasimi "înteligente" care joacă un rol crucial în funcționarea creierului și a reținei. Omega 3 duce la scăderea nivelului sanguin de colesterol "rau:" (LDL-colesterol), reglând ritmul cardiac și nivelul de glucoză, posedând virtuți antiinflamatorii care permit reducerea cu până la 50% a riscului de dezvoltare a cancerului (de sân, colon, prostată, ovare). Somonul și tonul sunt bogati și în vitamina D- care este vitală organismului și ameliorează rata de supraviețuire a persoanelor atinse de cancer de sân, scăzând la jumătate riscul recidivei.

Un consum regulat va diminua cu 35 % riscul de boala Alzheimer, iar seleniul și vitamina B12 pe care le contin acești pești frânează îmbătrânirea pielii.

Sfat: de 2 sau 3 ori pe săptămână.

- Articol primit de la - Boer Egon (Israel)



Tulburările de auz



Majoritatea tulburărilor de auz presupun pierderea auzului ori scăderea bruscă sau treptată a auzului. În funcție de cauză, aceasta poate fi ușoară sau severă, temporară sau permanentă. Atunci când o persoană își pierde auzul posibil să nu fie conștientă de acest lucru, mai ales dacă pierderea auzului nu s-a produs brusc ci treptat, de-a lungul timpului. Totuși membrii familiei sau prietenii vor putea observa că întâmpinați probleme în a înțelege ce spun persoanele din jurul dvs.

Auzul este unul din cele cinci simțuri pe care le posedă o persoană. Capacitatea de a auzi este esențială pentru a înțelege lumea din jurul nostru. Urechea umană este o parte din corpul nostru pe deplin dezvoltată încă de la naștere. De aceea, nou-născuții aud atât sunetele puternice dar și pe cele slabe. De fapt, copiii pot răspunde la sunete chiar înainte de naștere. Urechea este împărțită în urechea externă, urechea medie și urechea internă. Urechea externă este compusă din canalul urechii și timpan. Sunetul călătorește prin canalul urechii și lovește timpanul provocând mișcarea sau vibrația acestuia. Urechea medie este spațiul din spatele timpanului care conține trei oase mici. Acest lanț de oase este conectat la un capăt de timpan iar la celălalt de o deschidere a urechii interne. Vibrațiile care pleacă de la timpan cauzează vibrația acestor oscioare fapt ce determină mișcarea lichidului din urechea internă. Mișcarea lichidului provoacă o serie de modificări la nivelul unor structuri de mici dimensiuni numite celule parvoase. Acestea vor trimite semnalele electrice de la urechea internă la nervul auditiv la creier. Apoi creierul interpretează ca sunete aceste semnale electrice.

Principalele cauze ale tulburărilor de auz

Cea mai frecvent întâlnită tulburare de auz este hipoacuzia sau scăderea auzului. În funcție de segmentul auditiv care este deteriorat există trei tipuri principale de hipoacuzii: hipoacuzie de transmisie (este afectată urechea medie sau externă), hipoacuzie de percepție (este afectată urechea internă) sau hipoacuzie mixtă. Anumite condiții inclusiv vârsta, unele boli, traumatisme, anumite tipuri de medicamente, sursele continue de zgomot dar și moștenirea genetică pot sta la baza pierderii de auz.

- Vârsta înaintată este cea mai frecventă cauză de pierdere a auzului. Cercetătorii nu înțeleg în totalitate de ce auzul scade o dată cu înaintarea în vârstă. Se bănuiește că principala cauză ar putea fi încetinirea funcției urechii.
- Zgomotul puternic și continuu poate afecta în mod semnificativ urechea.
- Există peste 200 de substanțe medicamentoase care pot contribui la afectarea auzului și a echilibrului, faza de capacitatea lor de a lupta împotriva bolilor. Acestea fac parte mai ales din compoziția antibioticelor dar și amedamentelor utilizate pentru tratarea chimioterapiei, aspirinei, diureticilor de ansă, tratamentelor pentru malarie și pentru disfuncția erectilă.
- Printre bolile vinovate de afectarea auzului se numără: afecțiunile cardiovasculare, hipertensiunea arterială, diabetul zaharat, otoscleroza, boala Meniere, meningita, labirintita, infecțiile virale, unele afecțiuni neurologice sau accidentul vascular cerebral, tumora de nerv auditiv, diabetul, artritele reumatoide, hipotiroidismul etc.
- Traumatismele mai ales cele care implică o fractură de craniu sau perforarea timpanului pot reprezenta factori serioși de risc pentru pierderea auzului.
- Infecțiile urechii sau ceara din urechi pot contribui la blocarea canalelor urechii și la reducerea auzului.

În cazul în care pierderea de auz este bruscă aceasta poate fi rezultatul unui traumatism sau a unei probleme de circulație a sangelui.

Dacă bolnavul suferă de probleme neurologice (tinitus, vertij) pot fi afectați nervii urechii sau poate fi prezentă o problemă a creierului. Atunci când pierderea auzului este unilaterală sunt implicate cel mai des cauze conductive, traume și neuromul acustic.

Simptome

O persoană va ști că auzul său este scăzut atunci când:

- nu aude prea bine sunetele ascuțite;
- nu reușește să descifreze întotdeauna cuvintele care conțin sunetele "S" și "F";
- are dificultăți în a înțelege conversațiile telefonice;

- intampina probleme de auz atunci cand vorbesc mai multe persoane;
- solicita de mai multe ori interlocutorului sa repete cuvintele pe care i le-a adresat;
- asculta radioul la un volum mai ridicat decat in trecut;
- sufera de tinitus.(simptom al unor tulburari ale urechii si poate fi o problema pe termen scurt sau una care dureaza ani de zile. Tratamentul implica, în general, determinarea cauzei si rezolvarea problemei, desi motivul uneori poate fi dificil de determinat.)

Afectarea auzului apare adesea in asociatie si cu alte simptome, in functie de cauza care sta la baza acesteia:

- ameteli
- vertij
- dureri de urechi
- probleme de echilibru
- durere de cap
- depresia
- febra.

Diagnostic

O persoana cu probleme auditive trebuie sa faca o serie de teste audiometrice care sa verifice gradul de pierdere al auzului. Fiecare ureche va fi testata separat si se va evalua gradul in care bolnavul aude sunetul provenit de la un diapazon. Canalul urechii si timpanul vor fi inspectate cu un otoscop, iar nasul, nazofaringele si tractul respirator superior vor fi examinate cu atentie. Se va face si un examen neurologic general care include testarea nervilor care controleaza miscarea, senzatia si reflexele. Cand este suspicionata o infectie, problema vasculara sau o interactiune medicamentoasa se vor face analize de sange. Poate fi indicata timpanometria in cazul in care se considera ca ar putea fi implicata o problema a membranei timpanice in tulburarea de auz.

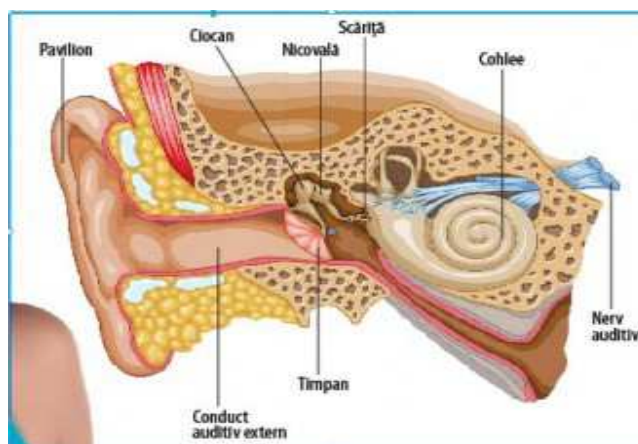
Tratament

Tratamentul tulburarilor de auz variaza in functie de conditia, situatia sau sursa care ar fi putut cauza pierderea auzului. Planul de tratament ar putea include abordarea cauzei principale si poate presupune necesitatea utilizarii aparatelor si dispozitivelor auditive in cazul in care auzul este afectat semnificativ.

Daca banuiti ca afectarea auzului este rezultatul utilizarii medicamentelor discutati cu medicul despre alte optiuni alternative de tratament. Tratamentul medical prompt pentru pierderea brusca de auz creste probabilitatile de recuperare.

Chirurgia poate trata adeseori auzul deteriorat de **otoscleroza** (o boala genetica (transmisa din generatie in generatie) si consta in aparitia unor excrescente osoase la nivelul urechii interne ce determina imobilizarea scaritei. Scarita, alaturi de ciocan si nicovala, formeaza un lant de oscioare localizate in interiorul urechii medii, ce au rol in transmiterea sunetelor (regleaza in special intensitatea undelor sonore). Daca acest os este fixat de celelalte (prin puncti osoase neflexibile), sunetul nu mai este transmis spre segmentele urechii interne, si astfel auzul persoanei va avea de suferit) , tesut cicatricial sau infectii, in timp ce boala Meniere poate fi, uneori, tratata cu medicamente si modificarea dietei. Infectiile urechii medii necesita tratament medicamentos iar cele ale canalului auditiv pot fi tratate cu picaturi. Daca in canalul auditiv este blocat un corp strain, medicul va incerca sa-l scoata prin spalare, aspiratie sau folosirea unor instrumente speciale.

Structura aparatului auditiv



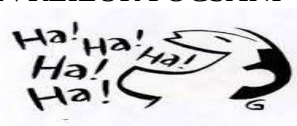
--- AFORISME AMUZANTE ---

- ☺ Tinerii cred că bătrânii sunt nebuni, bătrânii știu că tinerii sunt nebuni
- ☺ Privind retrospectiv greșelile mele din tinerețe, ceea ce mă deranjează cel mai mult nu e faptul că le-am făcut, ci faptul că nu le mai pot face.
- ☺ O dietă echilibrată înseamnă câte o prăjitură în fiecare mână.
- ☺ Nu lua niciodată un somnifer și un laxativ în aceeași seară.
- ☺ Este mai ușor să obții iertarea, decât permisiunea.
- ☺ Conștiința este aceea care suferă, atunci când restul părților ființei tale se simt atât de bine. ☺ Greutatea normală: nu trebuie să cântărești mai mult decât frigiderul tău.
- ☺ Dacă trebuie să alegi între două rele – alege-l pe cel pe care nu l-ai mai încercat până atunci.
- ☺ Nu testa niciodată adâncimea apei cu ambele picioare.
- ☺ A avea conștiința curată înseamnă a avea memorie proastă.
- ☺ Cei cinstiți sunt inadaptatii societății.
- ☺ Nimeni nu este complet inutil! Cel puțin servește de exemplu negativ pentru alții.
- ☺ A greși este omenește. A da vina pe altul este și mai omenește.
- ☺ Este bine să lași băutura. Mai rău este să uiți unde ai lăsat-o.
- ☺ Banii nu fac fericirea, o cumpără gata făcută.
- ☺ Fugi de tentații, dar încet, ca să te poată ajunge.
- ☺ Există o lume mai bună, dar este foarte scumpă.
- ☺ Dacă o pasărică ți-a șoptit ceva, înseamnă că ai înnebunit, pentru că pasărelele nu vorbesc.
- ☺ Alcoolul omoară încet-încet. Nu contează. Ce, te grăbești?
- ☺ Se spune că înotul face bine la siluetă... Spun cei care n-au văzut încă balena.
- ☺ Orice bărbat are nevoie de o femeie, fiindcă sunt o grămadă de lucruri pentru care nu poți să faci guvernul vinovat.
- ☺ Să cucerești o femeie și să nu povestești la prieteni, e ca și cum ai trece Pacificul înot în secret.
- ☺ Prieteni sunt acele persoane care te iubesc cu toate că te cunosc bine.
- ☺ Psihiatrii zic că una dintre patru persoane are o deficiență mintală. Dacă ești cu încă trei amici și nu ai observat nimic ciudat, atunci nu te gândești la chestia asta!
- ☺ Dacă încă n-ai găsit persoana ideală, distrează-te cu cea care o ai la îndemână!
- ☺ Nevasta e persoana ce-i mereu lângă noi să ne ajute în rezolvarea marilor probleme, pe care nu le-am fi avut, dacă n-ar fi fost lângă noi.
- ☺ Poartă-te frumos cu copiii tăi. Ei îți vor alege azilul.
- ☺ Prietenii vin și pleacă. Dușmanii se acumulează.
- ☺ Și-a făcut un test de inteligență și rezultatele au fost negative.
- ☺ Învață din greșelile părinților: folosește prezervativul!
- ☺ Multitasking înseamnă să faci mai multe lucruri prost în același timp!
- ☺ Unii beau din fântâna cunoașterii. Alții fac gargară.
- ☺ Cel mai scurt drum dintre două puncte este mereu în construcție.
- ☺ Dumnezeu sigur iubește proștii. Altfel nu ar fi creat atât de mulți.
- ☺ Un bărbat îndrăgostit nu este complet până nu se însoară. După aia e terminat.
- ☺ Economisește apa. Fă duș împreună cu prietena.
- ☺ Fiecare bărbat ar trebui să se însoare. La urma urmei, în viață nu trebuie să alergi numai după fericire
- ☺ E plăcut să ajungi la o vârstă înaintată, dar să nu o arăți.

- Selectie de Harieta R. -



-- Planeta Umor--



☒ Vecinul meu mi-a bătut la ușă disperat:

- Vecine, pot să folosesc telefonul tău? Un deputat a fost călcat de o mașină pe trecerea de pietoni și sângerează abundant!
- Păi de ce nu folosești, mă, telefonul tău? l-am întrebat.
- Al meu n-are cameră foto!

☒ Ați priceput vreodată de ce ăștia de la bănci își țin pixurile de la ghișee legate? Dacă eu am încredere să-mi risc banii cu ei și ei ar trebui să aibă încredere să-și riște pixul cu mine!

☒ De câte ori n-ați auzit femeile spunând: "*Exteriorul nu contează atât de mult, mai important este ce se află în interior!*"

Tot timpul încerc să îmi dau seama dacă s-au mai gândit și la altceva în afară de portofel.

☒ Doi indivizi dormeau pe o banca în parc. Se apropie politistul comunitar:

- Ce faceti aici?
- Pai eu nu am casa, nu am serviciu, asa ca dorm aici!
- Si tu!?
- La el în gazda!

☒ - Pe nevastă-mea a apucat-o, de la un timp, altă pandalie: în fiecare noapte visează că s-a măritat cu un milionar!

- Asta nu-i nimic, a mea visează ziua.

☒ Culcându-și copilul, mama îi spune:

- Puișor, dacă vei avea nevoie de ceva în timpul nopții, strig-o pe mămica și, imediat, tăticu' va fi lângă tine.

☒ O echipă de arheologi a descoperit de ce Moise a rătăcit 40 de ani în deșert, împreună cu poporul lui Israel : pentru că era bărbat și bărbații nu întreabă niciodată care-i drumul.

☒ - Nu-i așa, mamă, că tata arată foarte distins, destul de tânăr încă, chiar și cu părul cărunț?

- Da, așa e. Și asta datorită mie.

☒ Un gangster celebru îi oferă proaspetei logodnice un superb colier de perle. Încântată, tânăra întreabă:

- Sunt fantastice! Știu că nu se face, dar sunt foarte curioasă. Cât poate să coste așa ceva.

- Păi, cu aproximație, între cinci și zece ani.

☒ - În fine, am reușit să mă las de fumat. Imaginează-ți, în ultima vreme, cum aprindeam țigara, cum începea să-mi curgă sânge din nas!

- Nu e nevoie să-mi imaginez. Să știi că și nevastă-mea e o femeie extrem de dură.

☒ - Ia ascultă, nevastă. Când vecinul nostru și-a luat frigider nou, ai insistat să ne luăm și noi unul la fel. Tot așa, când și-a luat telefon mobil. Dacă și-a schimbat tapetul, a trebuit să-l schimb și eu. Acum, că s-a recăsătorit, eu cum procedez?

☒ Educatoarea o întreba pe Mariuca, la gradinita:

- De la cine ai tu, Mariuco, parul asta asa de bogat si frumos? De la tatal tau sau de la mamica?
- Cred ca de la tata, ca el nu mai are deloc!

☒ La facultatea de drept. Profesorul catre student:

- Da-mi un exemplu de inselaciune.
- Daca voi pica acest examen, voi deveni victima unei inselaciuni.
- Ha! Interesant... Elaboreaza, te rog.
- Conform unei definitii, gasita de mine in Codul Penal, folosirea lipsei de cunoastere sau a ignorantei unei persoane, cu scopul de a-i cauza acesteia daune morale sau materiale, se numeste inselaciune...

☒ - Doctore, nu i-ați putea administra soțului meu un medicament pentru a visa noaptea pește?

- De ce? E cumva pescar?
- Nu, dar de vreo două luni visează noapte de noapte vrăbii.
- Și ce vă deranjează, pești sau vrăbii, nu e totuna?
- Nu, că dacă ar visa pești, nu ar mai ciripi.

- primite prin email -

Plantele Medicinale



Orzul (Hordeum vulgare)



Mărturiile istorice cele mai vechi despre orz datează din anii 10 500 î.e.n. Din anii 8.000 î.Hr. în Egiptul Antic orzul apare ca orz sălbatic (*Hordeum vulgare*), iar de prin anii 7.000 î.e.n. se face o cultivare selectivă a orzului în același Egipt antic. De prin anii 5.000 (î.e.n.) se cultivă orzul și în Europa centrală. În Antichitate atleții greci și romani își puneau forța și energia pe seama dietei lor ce conținea orz din belșug. De asemenea, era un ingredient de bază în prepararea pâinii pe care vechii greci o consumau în mod regulat. Gladiatorii erau numiți *hordearii* adică „mâncători de orz”, deoarece această cereală prețioasă era nelipsită din dieta lor. Orzul era foarte apreciat și de vechii chinezi, ca simbol al virilității datorită caracteristicilor sale – spicul este greu și conține multe semințe.

Orzul este o sursă excelentă de fibre solubile și insolubile, într-o măsură mai mare ca ovăzul sau orezul sălbatic. Studii recente au arătat că una dintre componentele orzului – beta-glucanul, este o fibră solubilă despre care se consideră că are efecte benefice asupra nivelului de colesterol din sânge. De asemenea, orzul mai conține cantități importante de cupru, mangan și fosfor.

Orzul – impuls pentru tranzitul intestinal

În loc să folosiți laxative, vă recomandăm să dați intestinelor un impuls cu ajutorul orzului. Orzul reduce timpul de tranzit intestinal, **scazând astfel riscul de cancer de colon și de hemoroizi**. După cum știm, există bacterii bune, prietenoase și bacterii rele în organism. Alături de iaurt, orzul (prin conținutul său bogat de fibre) reprezintă hrana pentru bacteriile prietenoase din intestinul gros. Aceste bacterii fac și ca sistemul nostru imunitar să fie puternic. Atunci când bacteriile utile fermentează fibrele insolubile de orz, produc un acid gras cu catena scurtă numit acid butiric, care servește drept combustibil primar pentru celulele intestinului gros și ajută la menținerea unui colon sanatos. Bacteriile în discuție creează, de asemenea, alte două lanțuri scurte de acizi grași, acidul propionic și acetic, care sunt utilizate drept combustibil de către celulele din ficat și mușchi.

Orzul ajută la reducerea colesterolului

În plus, fibrele din orz sunt bogate în glucan beta, care ajută la scăderea colesterolului prin legarea de acizii biliari și eliminarea lor din organism prin materiile fecale. Acizii biliari sunt compusi utilizați pentru a digera grăsimi care sunt fabricate de ficat din colesterol. Atunci când acestea sunt excretate împreună cu fibrele din orz, ficatul trebuie să producă noi acizi biliari și folosește mai mult colesterol, reducând astfel cantitatea de colesterol în circulație.

Fibrele solubile pot reduce, de asemenea, cantitatea de colesterol fabricat de ficat.

Fibrele scad riscul apariției bolilor cardiovasculare

Un studiu publicat în *Archives of Internal Medicine* confirmă faptul că **prin consumul de alimente bogate în fibre, cum ar fi orzul, prevenim bolile de inimă**. Aproape 10.000 de adulți americani au participat la acest studiu care s-a derulat pe o perioadă de 19 de ani. Participanții la studiu care au mâncat alimente bogate în fibre (21 de grame pe zi), au avut o incidență mai mică cu 12% la boli de inimă coronariene (BC) și cu 11% mai puține boli cardiovasculare (BCV), comparativ cu cei care mâncau alimente rafinate, cu puține fibre (mai puțin de 5 grame de fibre pe zi).

Fibrele din orz ajută glicemia să rămână constantă și de aceea sunt recomandate și diabeticilor sau persoanelor care doresc să slăbească.

Orzul conține **vitamină B3, niacină**. Aceasta ajută și ea în sine la scăderea colesterolului și oferă protecție împotriva factorilor de risc cardiovascular.

Fibrele din orz ne ajută să nu facem calculi biliari



Consumul de alimente bogate in fibre insolubile, cum ar fi orzul, poate ajuta femeile sa evite calculi biliari, arata un studiu publicat in Jurnalul American de Gastroenterologie. Studiind aportul de fibre general si tipurile de fibre consumate pe o perioada de 16 ani pe aproape 70.000 de femei din *Nurses Health Study*, cercetatorii au descoperit ca persoanele care consuma multe fibre de ansamblu (atât solubile si insolubile) au un risc mai mic de 13% de a face calculi biliari fata de cele care consuma alimente sarace in fibre.

Cercetatorii ne comunica faptul ca fibrele insolubile reduc secretia de acizi biliari (cantitatile excesive contribuie la formarea calculilor biliari), cresc sensibilitatea la insulina si scad trigliceridele (grasimile din sange). Orzul este abundent în fibre insolubile, alaturi de nuci, de pielea comestibila a fructelor si legumelor, inclusiv rosii, castraveti, dovleceii, mere, fructe de padure si pere.

Remedii naturiste

Multe tratamente naturiste se bazeaza pe prepararea unei bauturi din boabele de orz fierte in apa timp de o ora. In cazul dereglarilor la stomac sau pentru a ameliora ulcerul, lichidul se bea simplu. Pentru diaree se amesteca cu suc de lamaie. O alta varianta este prepararea unei paste din orz, curcuma si iaurt, in cantitati egale. Aceasta pasta poate fi intinsa pe partile arse de soare. Aceeasi pasta, amestecata cu o jumatate de pahar de lapte sau lapte batut si cu sucul de la o jumatate de lamaie verde poate reduce simptomele infectiei vezicii urinare sau a rinichilor. De asemenea, orzul mai conține cantități importante de cupru, mangan și fosfor.

- 1 lingură de orz nedecorticat se va pune la 250 ml apă de seara și dimineața se consumă această apă mai multe zile la rând. Este foarte util în toate afecțiunile renale, gastro-intestinale, hiperazotemie

- pudră de orz se aplică extern simplu se pune în mână și se masează fața cu această pudră, apoi se spală cu apă caldă, sau sub formă de mască cu alte preparate, ouă, miere, etc. În afecțiunile pielii. Se folosește foarte mult în cosmetică la diferite măști pentru tratamentele diferitelor defecte ale pielii.

- făină de orz se amestecă cu făină de soia în proporție de 1/1 și se amestecă cu apă obținându-se o pastă care se aplică pe față, fiind indicată în special la tenurile obosite.

- făină de orz, amestecată cu ulei în proporții diferite formând o pastă se aplică pe tenurile iritate. Se ține 2-3 ore apoi se vor spăla cu apă caldă

- Cura cu suc de orz se poate tine, cu succes, in orice anotimp si are efecte de detoxifiere a organismului, inclusiv a sangelui, de stimulare imunitara, de cicatrizare si regenerare. Totodata, regleaza tensiunea arteriala, elimina surplusul de greutate, hidrateaza tegumentele si creste potentia. Doza cotidiana este de cate un pahar de suc diluat, baut de doua-trei ori pe zi, pe stomacul gol, cu jumatate de ora inainte de masa. Pentru o cura de intretinere sunt suficiente doua saptamani de tratament, in timp ce pentru tratarea unor boli cronice este necesar ca o cura sa dureze minimum o luna. Un caz aparte il constituie bolile tumorale, benigne si maligne, in care aceasta cura are efecte maxime, daca este tinuta trei luni.

Sucul de orz se poate obtine prin trei metode:

1. Prin tocare: o mana de fire verzi de orz se dau prin masina de tocat carne, dupa care se stoarce pasta vegetala obtinuta in tifon, strangandu-se sucul intr-un pahar.

2. Cu storcatorul de fructe: este metoda cea mai comoda. Se pun in storcator manunchiuri compacte de fire de orz, care vor lasa rapid un suc limpede, de culoare verde, ce va fi adunat intr-un pahar de sticla.

3. Prin mixare: intr-un mixer electric se pun o mana de tulpini verzi, tocate putin, si apa cat sa poata fi maruntite de elice. Se mixeaza astfel, incat sa devina o pasta, dupa care se filtreaza printr-o strecuratoare sau prin tifon. Sucul trebuie consumat la cateva minute dupa ce a fost preparat. Cel obtinut prin tocare si stoarcere se consuma diluat: la o treime de pahar de suc de orz se adauga doua treimi de apa sau de suc proaspat de legume. Sucul obtinut prin mixare nu se mai dilueaza, intrucat a fost deja adaugata apa in procesul obtinerii sale

Reteta cu orz

Strudel cu orz

Ingrediente :

2 dl (cana) de orz, Zahar, Lapte, Coaja de la lamaie/portocala razuita, Scortisoara, Zahar vanilat, Stafide, Zahar pudra.

Mod de preparare : Fierbem orzul in lapte cu zahar pana devine moale, adaugam coaja rasa de la lamaie/portocala, zaharul vanilat, scortisoara, decoram cu stafide, asteptam pana absoarbe lichidul si se raceste. Turnam crema in foile de strudel si il coacem. Lasam la odihnit. Presaram cu zahar pudra. (Se poate prepara si cu gris in lapte sau orez).

Selectie de Harieta R.



Ideii practice și utile pentru gospodărie

< Episodul 2 >



- cafeaua prajita, de calitate buna, are culoarea tutunului – galben-ruginiu. Bobul este mat, aspru la pipait, tare, daca il aruncam pe masa, sare. Cand cafeaua este prea lucioasa, e semn ca a fost unsa cu grasime, ca sa i se mareasca greutatea.
- capata un gust mai bun daca dupa ce a fiert ii adaugam un praf de sare;
- cafeaua (pachete) inceputa isi pastreaza mai bine aroma daca este pastrata intr-o cutie de plastic, la frigider.

CARNEA DE PASARE

- puii se rumenesc bine daca inainte de a-i scoate de la cuptor ii stopim cu putina bere;
- inainte de a baga pasarile la fript, ungeti-le cu un strat subtire de zahar praf, friptura se va rumeni frumos si va deveni crocanta, gustul de zahar dispare la fript;
- daca vreti ca gaina pe care o puneti in supa sa fiarba mai repede, frecati-o bine pe piele cu zahar, se inmoaie imediat;
- friptura de pasare (gaina, rata, curcan) facuta la cuptor devine foarte crocanta daca in timpul friptului se unge mereu cu bere.

CARTOFII

- cartofi pusi la fiert nu mai dau afara din oala daca in apa se adauga o lingura de lapte;
- cartofi fierti se curata mult mai repede daca imediat dupa ce sunt scosi din apa fierbinte, se clatesc repede in apa rece;
- cartofi noi se curata foarte usor daca-i tinem inainte in apa rece, amestecata cu o mana de sare gronjoasa, dupa cca 1/2 ora, ii frecam cu un servetel aspru;
- daca v-au ramas cartofi prajiti de la masa, nu-i aruncati, pusi a doua zi intr-o ciorba, ii vor da un gust deosebit;
- cartofi din camara nu incoltesc daca se pun langa ei si cateva mere;
- dupa ce curatam cartofii de coaja, e bine sa-i trecem printr-un jet de apa rece, vor fierbe mai usor si nu se vor farama;
- ati curatat cartofii si pana sa-i fierbeti s-au inegrit Puneti cateva picaturi de otet in apa in care fierb, cartofi devin albi, iar gustul otetului nu se simte.

CASTRAVETII

- raman mai multa vreme proaspeti daca ii varati cu codita in apa, cam un sfert din castravete trebuie sa fie acoperit, apa trebuie schimbata zilnic;
- castravetii pentru salata sunt mai buni si gustosi daca dupa curatirea de coaja sunt inmuati repede in apa care clocoteste;
- amareala castravetilor poate fi inlaturata daca dupa ce sunt taiati felii, se introduc 10 minute in lapte putin sarat.

CASCAVALUL

- nu se usuca daca-l inveliti intr-o panza umeda, inmuata in apa si otet;
- puneti-l astfel intr-o cutie inchisa, la frigider.

CAPSUNILE

- nu se spala niciodata dupa ce li se rupe codita;
- astfel, sucul si vitaminele se pierd in apa din vas sau din ghiuveta.

CARNATII

- carnatii proaspeti nu crapa la prajit daca ii cufundati mai inainte in apa clocotita si ii tavaliti prin faina.

CEAIUL

- va avea o aroma mai puternica daca punem o bucatica de zahar in ceainic, inainte de a turna apa clocotita;
- nu aruncati niciodata ceaiul sau cafeaua din ceasca, ci varati-le in forma pentru cuburi de gheata din congelator;
- cand veti dori sa beti ceai sau cafea de la gheata, puneti un cub in bautura proaspat preparata;
- pentru ca ceaiul sa aiba un gust cat mai bun, respectati urmatoarele principii practicate de japonezi:
- alegeti un vas de lut sau ceramica smaltuit, care sa fie folosit exclusiv pentru ceai;
- turnati in el apa clocotita, agitati ca sa se incalzeasca bine interiorul, asteptati un minut si varati continutul;
- puneti doza de ceai dupa numarul cestilor: o lingurita de ceai la o ceasca, plus una pentru "tea-pot" (cum spun englezii);

- **Selectie de Harieta R. –**



Știați că...



- * ⌚ Care e cauza febrei musculare? Atunci când mușchii funcționează, ei produc acid lactic, pe care organismul îl elimină cu ajutorul ficatului. În cazul unui efort susținut, acidul lactic nu mai poate fi eliminat în totalitate, astfel el se acumulează și determină dureri musculare: aceasta este febra musculară.
- * ⌚ Care sunt cei mai înalți și cei mai scunzi oameni de pe planetă? Cei mai înalți sunt cei ce aparțin populației tutsi care trăiește în Ruwanda și Burundi, țări africane. În medie, bărbații au o înălțime de 1,95 m, iar femeile de 1,78m . Cei mai scunzi sunt mbuti, pigmei ce trăiesc în Africa Centrală. În medie bărbații măsoară 1,37m, iar femeile 1,35m.
- * ⌚ Că virusul gripei provoacă epidemii extinse în lumea întreaga? Virusul gripei poate fi redutabil. În 1918, a provocat o epidemie care a ucis în jur de 20 de milioane de persoane din lumea întreagă, un număr de victime categoric mai mare decât cel produs în de primul război mondial . În prezent, gripa poate fi în general bine tratată, dar rămâne încă o boală foarte răspândită. Există un vaccin împotriva gripei recomandat persoanelor în vârstă și celor ce suferă de anumite boli, dar trebuie repetat în fiecare an deoarece virușii se modifică în permanență.
- * ⌚ Autostrada Eisenhower din S.U.A. cere ca din fiecare cinci mile una sa fie dreapta. Aceste secțiuni drepte folosesc pe timp de razboi sau alte urgente.
- * ⌚ Podul Universitatii din Boston (pe Commonwealth Avenue, Boston, Massachusetts) este singurul loc din lume unde un vapor poate trece pe sub un tren care trece pe sub o masina care trece pe sub un avion.
- * ⌚ Pisicile au peste o suta de corzi vocale, pe cand cainii au doar in jur de zece.
- * ⌚ Ochii nostri au intotdeauna aceeasi marime de la nastere, dar nasul si urechile noastre nu se opresc niciodata din crestere.
- * ⌚ David Prowse este actiul din costumul lui Darth Vader din “Razboiul stelelor”. El a spus toate replicile lui Vader si nu a stiut ca urma sa fie dublat de vocea lui James Earl Jones pana cand a vazut filmul la cinema.
- * ⌚ Multi hamsteri clipesc doar cu un ochi pe rand.
- * ⌚ In fiecare episod din “Seinfeld” apare un Superman pe undeva.
- * ⌚ Dimensiunile lui Barbie daca ar fi fost vie: 39-23-33.
- * ⌚ Februarie 1865 este singura luna inregistrata in istorie care sa nu fi avut o luna plina.
- * ⌚ Montpelier, Vermont este singura capitala de stat american fara vreun McDonald’s.
- * ⌚ Pentagonul din Arlington, Virginia are un numar de toalete dublu decat necesar. Cand a fost construit in anii 1940, statul Virginia inca mai avea legi de segregatie care cereau toalete separate pentru albi si negri.
- * ⌚ Nici un cuvânt din limba engleza nu rimeaza cu “month” (luna)
- * ⌚ Croazierul Regina Elizabeta a II-a se misca cu doar sase inci (2,5 cm) pentru fiecare galon (4,5 l) de diesel ars.
- * ⌚ Exista cate doua carti de credit pentru fiecare persoana din Statele Unite.
- * ⌚ Isaac Asimov este singurul autor care sa aiba cate o carte in fiecare categorie decimale Dewey.
- * ⌚ Universitatea Columbia este cel mai mare proprietar din New York dupa Biserica Catolica.
- * ⌚ Urina pisicii straluceste la lumina neagra.
- * ⌚ In a doua jumatate a anilor 1980 un calculator IBM nu era considerat suta la suta compatibil decat daca putea rula Simulatorul de Zbor al lui Microsoft.
- * ⌚ Primele masini Ford aveau motoare Dodge.
- * ⌚ Leonardo Da Vinci a inventat foarfeca.
- * ⌚ Sunt necesari circa 2,3 litri de apa pentru a gati macaroane si cam dublul acestei cantitati pentru a curata cratita. * In ultimii 4000 de ani nici un animal nou nu a fost domesticit.
- * ⌚ Bebelusii se nasc fara oasele genunchilor care apar abia la varsta de 2-6 ani.
- * ⌚ Cel mai inalt punct din Pennsylvania este mai jos decat cel mai jos punct din Colorado.
- * ⌚ Nucsoara este extrem de otravitoare cand este injectata intravenos.
- * ⌚ Trei monede de 25 de centi, patru de zece si patru penny inseamna 1,19 \$. Dar deasemenea inseamna si cea mai mare cantitate de bani in monede fara a putea da restul la un dolar.
- * ⌚ Cel mai comun nume din lume este Mohamed.



MINIREVISTA COMUNITATII EVREILOR FOCSANI

- * ⌚ Michael Jordan castiga mai multi bani anual de la Nike decat toti angajatii Nike din Malaysia la un loc.
- * ⌚ Nici o echipa din Liga Nationala de Fotbal American care joaca pe teren propriu pe un stadion acoperit nu a castigat vreun Superbowl.
- * ⌚ Prima toaleta vazuta la televizor a fost in serialul "Leave It to the Beaver".
- * ⌚ In marele incendiu din anul 1666, jumatate din Londra a fost arsa, insa doar sase oameni au fost raniti.
- * ⌚ Lincoln Logs au fost inventati de fiul lui Frank Lloyd Wright.
- * ⌚ Unul din motivele pentru care marijuana este astazi ilegala este ca in anii 1930 cultivatorii de bumbac au protestat impotriva fermierilor de canepa, ei considerand acest lucru competitie. Din punct de vedere chimic nu creeaza aceeasi dependenta ca nicotina, alcoolul sau cafeina.
- * ⌚ Singurele doua zile din an in S.U.A. in care nu au loc meciuri profesioniste de fotbal american, baseball, baschet sau hochei sunt cele dinaintea si dupa All-Star Gameul Ligii de Baseball.
- * ⌚ O singura persoana din doua miliarde traieste 116 ani sau mai mult.
- * ⌚ Numele Wendy a fost facut special pentru cartea "Peter Pan".
- * ⌚ In Kentucky, 50 la suta din persoanele care se casatoresc pentru prima data sunt adolescenti.
- * ⌚ Servetelele nazale au fost initial facute ca bandaje in Primul Razboi Mondial.
- * ⌚ Einstein nu a putut vorbi fluent pana la varsta de noua ani. Parintii lui credeau ca ar putea fi retardat.
- * ⌚ In Los Angeles exista mai putine persoane decat automobile.
- * ⌚ Circa o treime din americani trag apa la toaleta cat timp sunt inca asezati.
- * ⌚ Este mai posibil sa fii intepat de o albina pe o vreme cu vant decat pe orice alta vreme.
- * ⌚ O persoana rade in medie de circa 15 ori pe zi.
- * ⌚ Cercetarile indica faptul ca tantarii sunt mai mult atrasi de persoanele care tocmai au mancat banane.
- * ⌚ Pinguinii pot sari la o inaltime de pana la 1,8 metri.
- * ⌚ O persoana obisnuita este cu circa 6mm mai inalta pe timp de noapte.
- * ⌚ Un stranut iese din gura cu o viteza de peste 965 km/h.
- * ⌚ Prezervativul, confectionat initial din in, a fost inventat la inceputul anilor 1500.
- * ⌚ Prima masura cunoscuta de contraceptie au fost excrementele de crocodil, folosit de egipteni in anul 2000 i.Hr.
- * ⌚ O femeie din Arabia Saudita poate obtine un divort daca sotul ei nu ii ofera cafea.
- * ⌚ Creierul omului de Neanderthal era mai mare decat al nostru.
- * ⌚ Benzile desenate cu Donald Duck au fost interzise in Finlanda pentru ca personajul nu purta pantaloni.
- * ⌚ Un bancher pierde in medie circa 250 \$ anual.
- * ⌚ In 1980 exista o singura tara in lume fara telefoane: Bhutan (Asia, m-tii Himalaya).
- * ⌚ Fiecare persoana are cate o amprenta unica a limbii.
- * ⌚ Plamanul drept primeste mai mult aer decat cel stang.
- * ⌚ Inima femeii bate mai repede decat cea a barbatului.
- * ⌚ Statisticile arata ca 40% dintre proprietarii de caini sau pisici au imagini cu animalele lor in portmonee.
- * ⌚ Guma de mestecat contine cauciuc.
- * ⌚ Omul poate mirosi cam 5% la fel de bine ca si cainii.
- * ⌚ Doar 55% dintre americani stiu ca soarele este o stea.
- * ⌚ Sunetul pasilor lui E.T. a fost facut de cineva care isi freca mainile in jeleu.
- * ⌚ Un gandac de bucatarie poate trai cateva saptamani decapitat.
- * ⌚ Majoritatea masinilor americane claxoneaza in nota la.
- * ⌚ Populatia mondiala de gaini este aproape egala cu cea a oamenilor.
- * ⌚ De fiecare data cand Beethoven se aseza sa compuna muzica, isi turna apa cu gheata peste cap.
- * ⌚ In 75% din familiile americane, femeile administreaza banii si platesc taxe.
- * ⌚ O maimuta a fost odata judecata si condamnata pentru ca fumase o tigara in South Bend, Indiana.
- * ⌚ Cam 70% dintre americani merg la colegiu doar ca sa faca mai multi bani.
- * ⌚ In statul american Kansas este ilegal sa prinzi un peste cu mainile goale.
- * ⌚ Unele paste de dinti contin antigel.
- * ⌚ Sigmund Freud

- Selectie Mariana A. -

Evreii din Panciu

- 11 -

Bogdan Constantin Dogaru Mihai Liviu Adafini

Alte incidente nu s-au întâmplat nici în oraș nici la festival. Studentul Traian Cotigă a declarat că va înființa în acest oraș „Garda de Fier”. Numitul fiind și în prezent în localitate s-a luat de noi măsuri și să se țină îndeaproape supraveghere¹. Societatea Macabi și – a încetat activitatea temporar în 1931 pentru ca să o reia la 15 februarie 1933 într – o formă reorganizată. În octombrie 1933, societatea apare în evidențele Siguranței cu un număr de 45 de membri, având ca președinte pe Noe Rozemberg². Se pare că organizația a avut de – a lungul timpului o evoluție incertă.

Într – un tabel întocmit de Poliția din Panciu la 5 februarie 1935, Societatea Macabi figurează doar cu 15 membri: Natan Caner (24 ani, dentist), Calman Bercovici (25 ani, comerciant), Mendel Sechter (26 ani, podgorean), Sami Rozemberg (22 ani, contabil), Leibus Pascal (21 ani, comerciant), Jan Reidler (28 ani, croitor), Meier Catz (20 ani, covrigar), Haim Rozemberg (29 ani, funcționar comercial), David Heinic (20 ani, tinichigiu), Gustav Caner (19 ani, ceasornicar), Samoilovici Leibus (21 ani, funcționar comercial), Samoilovici Natan (19 ani, funcționar comercial), Bernard Solomon (20 ani, funcționar comercial), Rabinovici Enric (19 ani, comerciant), Grosman Haim (19 ani, funcționar comercial)³.

O modalitate prin care Societatea Macabi își completa veniturile era organizarea de festivaluri artistice și culturale. Un astfel de eveniment a avut loc în data de 22 aprilie 1934 în saloanele hotelului Gâță din localitate. Suma totală rezultată a fost de 4127 lei din care s – au scăzut cheltuielile de 3840 lei rezultând un câștig net de 287 lei. Ca președinte al Societății figura, la acea dată, Sami Rozemberg⁴.

Asociația Fraterna (Aavas – Ahim): Avem informații istorice certe că o societatea fraternală evreiască activa la Panciu sub forma juridică a unei asociații de meseriași. Documentele din arhiva Tribunalului Putna⁵ ne oferă informații interesante despre membrii, statutul și scopurile respectivei organizații. Asociația **Fraterna**, sau **Aavas – Ahim** în ebraică, a fost constituită în data de 17 septembrie 1924 de un grup de 21 de meseriași evrei din Panciu: Marcu Ciobotaru, Manole Zisu, Rafail Rainstein, Ițic Goldenberg, Iosef Oraviț (Horaviț), David Stenberg, Solomon Talic, Lupu Mihel, Moise Nadler, Iosef Kohn, Șaie Sigler, David Maișă, Mihel Vantraub, Ițic Calmanovici, Natan Herșcovici, Moise Segal, Bercu Zilberman, Șmil Eșeanu, Marcu Kohn, Moritz Israilovici și Marcu Solomon. Ulterior li s – au adăugat și: Avram Iur, Avram Honig, Boium Vasman, **David Leibovici**, Froim Zilberman, David Naișa, Solomon Leibovici, Smil C., Ițic Raidler, Ițic Ilgot, Morit Iancovici și Herman Milerman. Numiții Marcu Ciobotaru, Manole Zisu, Rafail Rainstein și Ițic Goldenberg apar menționați ca **membri inițiatori**. Restul apar menționați, împreună cu ei, ca **membri fondatori**.

Primul comitet de conducere al asociației a fost alcătuit din: Rafail Rainstein – președinte, Lupu Mihel – vicepreședinte, Manole Zisu – casier, Iosef Horaviț – secretar, Marcu Ciobotaru – controlor, Ițic Calmanovici – controlor, Moise Segal, Bercu Zilberman, Solomon Talic (sanitar), Șmil Eșeanu și Ițic Goldenberg – membri. Scopurile asociației constau în: exercitarea respectului moral și înfrățirea între membrii săi, privegherea, pe rând, în caz de boală pentru a sta în ajutorul bolnavului până la însănătoșirea completă, consolarea familiei decedatului în săptămâna de doliu.

Conform **Statutului** membrii erau împărțiți în 2 categorii: activi și onorifici. Pentru a deveni membru activ al asociației trebuiau îndeplinite mai multe condiții: să fie meseriaș, ori fost meseriaș, să se bucure de o bună reputație în societate, să nu fi comis vreun abuz de încredere, să aibă vârsta de cel puțin 16 ani dar nu mai mult de 60 de ani. Cererea candidatului trebuia adresată președintelui și trebuia să fie susținută de 3 membri activi care urmau să declare, pe propria lor răspundere, că petiționarul întrunește toate condițiile cerute de Statut. Un membru al asociației putea primi ajutor de la ceilalți frați doar dacă avea o vechime de peste 6 luni. Adunarea Generală era convocată odată la 4 săptămâni. În cazul în care membrii prezenți nu păstrau ordinea în Adunare și nu dădeau dovadă de modestie puteau fi pedepsiți cu o amendă de maxim 20 de lei. Dacă un membru al Comitetului lipsea nemotivat de la Adunarea Generală putea fi amendat cu maxim 10 lei iar, dacă lipsea de la înmormântarea unui frate decedat, amenda putea ajunge până la 30 de lei.

¹ Arhivele Naționale Vrancea, fond *Prefectura Județului Putna*, ds. 29/1930, f. 41.

² *Idem*, fond *Poliția Orașului Focșani*, ds. 3/1933, f. 538.

³ *Ibidem*, ds. 7/1935, f. 73.

⁴ Arhivele Naționale Vrancea, fond *Prefectura Județului Putna*, ds. 78/1934, f. 91.

⁵ *Idem*, fond *Tribunalul Putna – Secția I*, dosarul cu acte autentice nr. 47/1924.

**Donald Duart Maclean (2)**

Viata sa dubla il obosea pe Maclean. Incepuse sa bea, sa faca scandaluri, batai, sa se autoironizeze, si sa vorbeasca despre viata sa de spion. Se saturasera sa mearga in fiecare zi, in elegantul sau costum negru, cu diplomatul si palaria neagra, si se simtea in Londra, pierdut in multime, dupa susele lui, ca "o oaie printr-o turma intreaga". In ciuda acestor lucruri, cariera lui nu a avut de suferit, de pe urma caderilor sale, desi spiritul lui a ramas nelinistit. Rolul lui Maclean a fost descoperit, dupa aflarea numelui sau de cod (sub care lucra), si anume - Gomer, rusescul Homer. La scurt timp dupa asta, Kim Philby, care era om de legatura intre CIA-FBI-NSA a recunoscut ca era adevarat, ceea ce a fost confirmat si de KGB.

Philby a plasat informatia sovieticilor, care s-au ingrijorat ca Maclean va ceda imediat sub interogare, si vroiau sa-l scoata din tara urgent. El insa era foarte nehotarit, temindu-se sa stea, si in egala masura sa plece, pina cind i-a dezvaluit Melindei nelinistea sa. Ea a fost de acord cu plecarea lui, sfatuindu-l sa nu mai piarda nici un moment, deoarece, Maclean fiind acum expus si privit cu suspiciune, era foarte posibil sa fie urmarit si ascultat atit la birou, cit si acasa, asa ca varianta cea mai buna era fuga in Rusia.

Ziua in care Maclean si-a pregatit plecarea, a coincis cu aniversare sa. Pe 25 mai 1951 implinea 38 de ani. Dupa masa servita in familie, si pregatita special pentru acest moment de catre sotia sa, si-a luat ramas-bun de la Melinda si de copii, si a plecat, fuga sa stirnind o adevarata furoare in media si in spionaj. S-au facut pregatiri pentru sosire sa in Moscova, si cel mai probabil, i s-a dat un pasaport fals. Numele sau sovietic era Mark Petrovich. Desi era extrem de nervos si reticent in a locui acolo singur, Maclean s-a integrat bine in Uniunea Sovietica si a devenit un cetatean respectat, invatind limba rusa si servind ca specialist in politica economica a vestului, si in afaceri externe. Dupa o scurta perioada in care a predat limba engleza intr-o scoala de provincie, Maclean s-a alaturat stafului din Afaceri Internationale si alucrat si pentru Ministerul Sovietic de Externe si Institutul Economiei Mondiale si Relatii Internationale. Pentru activitate sa, a fost rasplatit cu Ordinul Steagul Rosu al Muncii, si Ordinul de Lupta.

La momentul plecarii lui, Melinda era insarcinata, si la numai 3 saptamini dupa, a dat nastere celui de-al treilea copil, o fetita. La despartire, Maclean a rupt o vedere in doua, dindu-i Melindei o jumătate din ea, si spunindu-i sa aiba incredere numai in cineva care i-ar putea arata cealalta jumătate, ceea ce s-a si intimplat un an mai tirziu, cind Yuri Modin, omul care l-a ajutat cel mai mult pe Maclean in Moscova, a intilnit-o pe Melinda si i-a adus vesti de la sotul ei, astfel ca Melinda si copiii i s-au alaturat lui Maclean acolo.

Era si ea constienta de riscul de a fi privita ca si colaborator al sotului ei (caci numai cu 2 luni mai devreme, o alta familie era pusa pe scaunul electric, pentru spionaj), dar Melinda ca de obicei, facea fata situatiei si isi ascundea gindurile sub o privire lipsita de expresie, spunind pe un ton indignat ca nu ar putea admite ca sotul si tatal copiilor ei "ar putea fi un tradator pentru aceasta tara". Pe cind traiau in Moscova, Melinda nu putea accepta saracia de acolo. Ea si copiii din pachetele cu haine trimise de catre familia ei, in timp ce Maclean ajuta cu bani familiile celor care erau inchisi.

Din pacate, Kim Philby, colaborator si prieten al lui Maclean, a dovedit mai tirziu o adevarata lipsa de loialitate fata de el, si in timpul unei vacante la ski in 1964, el si sotia lui Maclean, Melinda, au inceput o aventura. Au devenit iubiti, in timp ce sotia lui Philby, Eleanor, facea o vizita prelungita in US. Maclean a aflat si a rupt legatura cu Philby. Eleanor a descoperit si ea, la intoarcerea ei, si a parasit Moscova pentru totdeauna. Melinda s-a mutat cu Philby in 1966, dar in numai 2 ani s-a saturat de el si l-a parasit. S-a reintors la sotul ei si au ramas impreuna, pina la plecarea ei din Moscova, in 1979, cind s-a reintors in vest, pentru a fi alaturi de mama si surorile ei. Copiii sai au urmat-o la scurt timp. Ea a murit in New York, in 2010. Maclean s-a casatorit cu Melinda Marling, de origine americana, in 1940. Ei au avut 3 copii - Fergus, nascut in 1944, Donald nascut in 1946 si Melinda nascuta 1951. Fiul lui Maclean, Donald Jr, s-a casatorit cu Lucy Hanna, si au avut un fiu, singurul nepot al lui Maclean, care traieste in UK. In 1970 a fost publicata cartea lui Maclean "British Foreign Policy since Suez", pe care a scris-o pentru cititorii britanici. Despre carte, Maclean le-a spus jurnalistilor ca a fost focusat sa analizeze subiectul, mai degraba decit sa il atace, dar, a criticat suportul diplomatic britanic pentru US in razboiul din Vietnam. El chiar si-a manifestat dorinta de a dona drepturile de autor catre Comitetul Britanic pentru Ajutor Medical in Vietnam. Intervievat de catre un reporter BBC Radio, care a sesizat o usoara nostalgie pentru UK in cartea lui, Maclean a refuzat sa comenteze daca s-ar intoarce in Londra cu scopul de a se documenta pentru urmatoarea sa carte.

Maclean a fost diagnosticat ca fiind grav bolnav de pneumonie, dar a murit de atac de cord in 1983, la virsta de 69 de ani. El a fost incinerat, iar o parte din cenusa sa a fost imprastiata peste mormintul parintilor sai, din cimitirul bisericii Holy Trinity Church, din Penn-Buckinghamshire, UK.

Articol trimis de Andreea Panait (Odobesti)



Itzhak Rabin (n. 1 martie 1922 - d. 4 noiembrie 1995) a fost comandantul Statului Major al armatei israeliene în Războiul de șase zile (1964-1968), ambasadorul Israelului în Statele Unite, ministrul muncii, conducător al Partidului Muncii, ministrul apărării și de două ori prim-ministru israelian în perioadele 3 iunie 1974 - 20 iunie 1977 și 13 iulie 1992 - 4 noiembrie 1995. A fost asasinat de către un extremist evreu.



Șalom Alehem sau **Șolom Aleihem** (n. 2 martie 1859 la Periaslav, Ucraina – d. 13 mai 1916 la New York, SUA) a fost pseudonimul scriitorului, dramaturgului și publicistului evreu rus de limbă idiș Șolom Nahumovici Rabinovici, autor de romane, nuvele, piese de teatru și cel dintâi care a scris literatură pentru copii. A zugrăvit cu realism, ironie fină și compasiune viața „oamenilor mici”, lumea evreilor din orașele și târgușoarele din răsăritul Europei la sfârșitul secolului al XIX-lea și în primii ani ai secolului al XX-lea. El a fost unul din ctitorii și clasicii literaturii moderne, mentor al scriitorilor în limba idiș din vremea lui alături de Mendele Moher Sfarim și I. L. Pereț. Șalom Alehem se stinge la 57 de ani, dimineața, pe 13 mai 1916, în timp ce lucra la nuvela „Băiatul Motl”.



Albert Bruce Sabin (Białystok , 26 august 1906 - Washington – d.3 martie 1993) a fost un cercetător medical , fiind cel mai bine cunoscut pentru că a dezvoltat vaccinul oral (celebrul " picăturii ") pentru poliomielita . A publicat mai mult de 350 de studii , inclusiv studii privind pneumonie , encefalită , dengue și cancer ; a fost primul care a izolat virusul dengue : de tip I în zona mediteraneană în timpul al doilea război mondial , și de tip II în regiunea Pacificului . Albert Sabin a murit de un atac de cord , în vârstă de 86 , la casa sa din Washington în 1993.



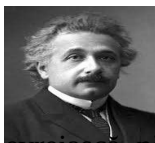
Sammy Gronemann (n.21 martie 1875 în Strasburg, Prusia de Vest – d. 06 martie 1952 în Tel Aviv) a fost un scriitor evreu, jurnalist și avocat, care este unul dintre cei mai umoriști și satirici în iudaism înainte de Holocaust. A scris mai multe piese de teatru , cum ar fi Procesul de a face umbra de măgar și regele Solomon și cizmarul .



Michael Eisner Dammann (născut la 07 martie 1942) este un om de afaceri american. Timp de patru decenii, Eisner a fost un lider în industria de divertisment american. Michael Eisner a fost Chief Executive Officer al Walt Disney Company, un post pe care a avut loc la 23 septembrie 1984 până în septembrie 2005.



Robert (Bobby) James Fischer (n. 9 martie 1943, Chicago, Illinois, SUA - d. 17 ianuarie 2008, Reykjavík Islanda) a fost un jucător de șah american, al unsprezecelea campion mondial (1972-1975). La 6 ani învață să joace șah, mai târziu înscriindu-se la „Clubul de șah” din Manhattan. În 1958, la vârsta de 15 ani, la interzonalul de la Portorož, se clasează pe locurile 5-6 și devine cel mai tânăr mare maestru. La 19 ani câștigă Interzonalele de la Stockholm, dar se clasează doar al patrulea la turneul candidaților. La 24 de ani (1967), la Interzonalele de la Sousse, câștigă 8,5 puncte în primele 10 jocuri, dar apoi se retrage, ieșind astfel din competiția pentru titlul mondial, deși se credea că va ajunge cel mai tânăr campion mondial din istoria șahului. Meciul său cu Spasski a fost supranumit "Meciul secolului". În perioada 3-24 aprilie 1975, FIDE a organizat meciul de Campionat Mondial, Bobby Fischer avându-l drept challenger pe Anatoli Karpov. Nu s-a prezentat la meci și a fost declarat învins. Fischer a declarat, după victoria în meciul cu Spasski, că va păstra titlul de campion mondial până la sfârșitul vieții sale. Fischer suferea de o boală de rinichi degenerativă, care s-a agravat în octombrie 2007. La mijlocul lunii ianuarie 2008 condiția lui s-a deteriorat brusc, în ziua de 17 murind în apartamentul său din Reykjavík.



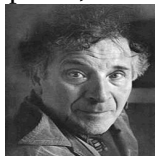
Albert Einstein (n. 14 martie 1879, Ulm - d. 18 aprilie 1955, Princeton) a fost un fizician teoretician de etnie evreiască, născut în Germania, apatrid din 1896, elvețian din 1899, emigrat în 1933 în SUA, naturalizat american în 1940, profesor universitar la Berlin și Princeton. A fost autorul teoriei relativității și unul dintre cei mai străluciți oameni de știință ai omenirii. În 1921 i s-a decernat Premiul Nobel pentru Fizică. Einstein a publicat peste 300 de lucrări științifice și peste 150 în alte domenii.



Nathan Rosen (22 martie 1909, New York – 18 decembrie 1995) a fost un fizician israelian. S-a născut într-o familie de evrei americani în Brooklyn. Din 1935 până în 1945 a fost asistentul lui Albert Einstein la Institutul pentru Studii Avansate din Princeton, New Jersey. A fost încurajat apoi de către Einstein să își continue cariera de fizician în Israel. În 1935 a fost co-autor (împreună cu Albert Einstein și Boris Podolski) al unei faimoase publicații de fizică intitulată "Poate fi Descrierea Mecanicii Cuantice a Fizicii reale Considerată Completă?" despre paradoxul EPR al mecanicii cuantice. A fost de asemenea co-descoperitorul Podului Einstein-Rosen despre teorema Generalizată a Relativității. Rosen a fost fondatorul Institutului de Fizică de la Tehnion în Haifa, Israel. a fost președintele Universității Ben-Gurion din Negev în anii 70. A încurajat fondarea instituțiilor de învățământ superior în Israel.



Harry Houdini (născut Ehrich Weisz; 24 martie 1874; d. 31 octombrie 1926) a fost un magician american de origine evreo-ungară, actor și producător de film. Houdini va ramane în istorie ca fiind unul dintre cei mai mari iluzionisti ai tuturor timpurilor. El a experimentat tot ce este posibil în viața unui om: a emigrat în America, a trebuit să muncească de la vârsta de opt ani, la 12 ani a fugit de acasă, iar la scurt timp a devenit unicul sustinator al familiei sale.



Marc Chagall (n. 7 iulie 1887, Vitebsk, Belarus - d. 28 martie 1985, Saint-Paul-de-Vence, Franța) a fost un pictor modern. Stilul său de pictură este considerat ca deosebit de original și poetic, sub influența fanteziei și al melancoliei, și strâns legat de cultura ebraică. Ea reprezintă o temă care revine permanent în creația sa, la fel ca și orașul provincial bielorus Vitebsk, în care artistul și-a petrecut copilăria.



Moise Maimonide (n. 30 martie 1135, Córdoba - d. 13 decembrie 1204, Fustat, azi Cairo) a fost un filosof, medic și teolog evreu din Evul Mediu, născut în Spania (Andaluzia) și stabilit în Egipt. El este cunoscut și sub numele ebraic de Rabbi Moshe ben Maimon (sau acronimul: RaMBaM), iar în limba arabă ca Abu Imran Musa ibn 'Ubayd Allah Maimun al Qurtubi al Israili. Maimonide este considerat cel mai important înțelept al Iudaismului din perioada medievală a istoriei. Opera sa principală, *Călăuza șovăielnicilor*, publicată în limba arabă (cca. 1190), în care propune o formulă alegorică de interpretare a textelor sfinte, pentru anularea contradicțiilor dintre învățătura lui Dumnezeu relevată în *Tora*,

– Lucian L.



- 5 -

Documente necesare pentru scăderea de la impunere a mijloacelor de transport care nu sunt supuse înmatriculării, scoase din uz ca urmare a casării: PERSOANE FIZICE ȘI JURIDICE

Proces verbal de casare

Factura de valorificare a pieselor către unitățile autorizate

Factura de vânzare a pieselor de schimb rezultate din dezmembrare

Dovada de la Serviciul circulație din cadrul Inspectoratului Județean de Poliție că mijlocul de transport nu a fost înmatriculat

Documente necesare pentru stabilirea taxei de firmă, reclamă și publicitate: PERSOANE FIZICE ȘI JURIDICE

Declarație de impunere (formular tipizat pus la dispoziție gratuit)

Plan de situație

Autorizație de construire

Ultima chitanță cu care a achitat taxa

Documente necesare pentru eliberarea certificatului fiscal: PERSOANE FIZICE ȘI JURIDICE

Condiții:

să figureze în evidența fiscală a serviciului impozite și taxe locale

să aibă toate impozitele și taxele locale achitate la zi

să nu înregistreze datorii către furnizorii de utilități publice SC Enet SA, CUP RA sau Asociații de proprietari/locatari

să prezinte un timbru fiscal de 2000 lei

Acte necesare:

Cerere tip, formular pus la dispoziție gratuit

Dovada achitării la zi a debitelor către SC Enet SA, CUP RA sau Asociații de proprietari/locatari

Termen de eliberare:

maxim 30 de zile de la solicitare ;

la urgență, în termen de 48 de ore, în condițiile achitării unei taxe de urgență de 50.000 lei la casele Serviciului impozite și taxe locale

Documente necesare pentru luarea în evidență a persoanelor juridice: a) SOCIETĂȚI COMERCIALE :

Certificat de înregistrare la Camera de Comerț și Industrie în original și copie

Statutul societății comerciale în original și copie

Hotărârea judecătorească

Ultimul bilanț contabil

b) ASOCIAȚII FAMILIALE / PERSOANE FIZICE AUTORIZATE :

Cod numeric personal

Certificat înmatriculare de la Registrul Comerțului în original și copie

Certificat de înregistrare fiscală de la Administrația financiară

Autorizația de liberă practică

Documente necesare pentru achitarea amenzilor: PERSOANE FIZICE ȘI JURIDICE

Proces verbal de constatare a contravenției

Plata se face în termen de 48 de ore sau după această perioadă la casele Serviciului impozite și taxe locale.

Documente necesare pentru acordarea scutirii de la plată a impozitelor și taxelor locale: PERSOANE FIZICE

Veterani de război, văduve de război și văduvele nerescăturate ale veteranilor de război

Eroii revoluționari și urmașii celor decedați în Revoluția din decembrie 1989

Fostii deținuți politici, persecutați politic și persecutați din motive etnice și deportați

Cerere de solicitare a scutirii însoțită de acte doveditoare privind îndeplinirea condițiilor de aprobare a înlesnirii la plata impozitelor și taxelor locale conform prevederilor legale specifice și a OG nr.36/2002

Copie buletin identitate din care să rezulte adresa de domiciliu

Actul privind calitatea persoanei beneficiare a înlesnirii

(InfoAZ)

Iehuda Hanasi

Iehuda Hanasi, numit adeseori si Rabi, redactorul Misnei s-a nascut cam prin 135 si a murit , dupa anul 200. În conformitate cu Midrash , a venit pe lume în aceeasi zi în care Rabinul Akiva a murit ca un martir. Talmudul sugerează că acest lucru a fost un rezultat al Providentei Divine: Dumnezeu le-a acordat poporului evreu un alt lider de mare statură. El s-a născut la 65 ani de la distrugerea celui de al Doilea Templu, în timpul rebeliunii Bar Kochba, esecul a ceea ce a dus la exilul evreilor din Palestina de către romani. De fapt, familia lui Iuda a trăit în exil de-a lungul persecutiile evreilor de către împăratul Hadrian. Când evreii le-a fost în cele din urmă permis să se întoarcă în Iudeea, familia lui Iuda stabilit în noul centru de învățare, Usha, în Galileea de Vest. El a fost fiul si succesorul patriarhului Simenon Ben Gamaliel II si a fost adeseori numit Rabenu Hakados (sfantul nostru rabi) pentru puritatea vietii sale. La inceput a urmat cursurile lui Iacob Korsai si pe urma a devenit invatatorul propriului sau parinte. El a urmat academiile lui Iehuda ben Illai de la Usha, a lui Simenon ben Iohai de la Tekoa si a lui Eleazer ben Samua. Pe langa instructiunea iudaica a primit si o temeinica pregatire de cultura generala. Dupa moartea tatalui sau (in anul 170) Iehuda i-a urmat ca sef spiritual (Nasi). Ca Nasi, el a devenit foarte bogat, comparabil cu domnitori romani. Dar el a dat o mare parte din averea sa pentru sprijinul celor săraci. El si-a indeplinit indatoririle cu o extrema desinteresatie si blandete, dar cu o hotarata insistenta pentru respectul pe care i se datora. Autoritatea sa era mare, pentru ca în acea epoca Iehuda personifica puterea Sanhedrinului. El aplana toate problemele controversate si nimeni nu ar fi indraznit sa-l contrazica. Dupa cum relateaza Talmudul, Iehuda Hanasi conducea academiile a trei orase – Tiberiada, Beth Searim si Seforis. Cei mai de seama dintre numerosii sai discipoli au fost Rabbi Chiya ("Mare"), Abba Aricha (cunoscut sub numele de "Rav"), bar Raba Chana si Shmuel Yarchinai, un student care, de asemenea, a servit ca medicul său personal. El este creditat ca a spus "Am învățat multe de la profesorii mei, mai mult decât că am învățat de la colegii mei, dar mai ales de la elevii mei!" .

Iehuda Hanasi atribuia o deosebita educatie copiilor, pentru ca „ întreaga lume se sprijina pe respiratia copiilor de scoala”. In ce priveste problemele religioase, el era tolerant în interpretare Halachei. Astfel, a incercat sa atenueze într-o anumita masura legile riguroase ale anului sabatic. Bazandu-se pe marea sa autoritate, Iehuda Hanasi si-a asumat raspunderea de a numi dintre discipolii sai în functii de judecatori si conducatori de scoli, fara a mai consulta Sanhedrinul; Despre el s-a spus pe drept cuvânt ca de la Moise incoace nu a fost cineva în care cunostinta Legii si autoritatea sa fie atat de desavarsit imbinate. Opera de capetenie a lui Iehuda Hanasi e organizarea Misnei, care a fost desavarsita cam prin anul 200. Marea sa perspicacitate precum si neobisnuita sa memoria l-au ajutat sa trieze imensul material de invataturi religioase ce se adunase în decurs de patru secole, de a alege acele legi sau pareri care erau esentiale si a redacta într-o serie de tratate , în sase diviziuni.

- Unul. Zeraim - practicile, legile si obiceiurile agricole ale poporului evreu în Țara lui Israel.
- Două. Moed - legile referitoare la sărbătorile poporului evreu în timpul Templului si după aceea.
- Trei. Nashim - Legile privind viata de familie ale poporului lui Israel.
- Patru. Nezikin - Legile privind relatiile persoană-la-persoană a poporului evreu în zonele de afaceri, daune, etc
- Cinci. Kodshim - Legile privind sacrificii si practicile alimentare si interdictiile practicate de poporul evreu.
- Sase. Taharot - Legile de "puritate de familie", a poporului evreu pastrate de generatii

În aceasta actiune Iehuda Hanasi s-a servit de creatia unor inaintasi, contributi pe care el însa le-a amplificat, imbunatatit si modernizat. Rezultatul a fost tezaurul de invatatura ce ameninta sa devina atat de mare incat nu mai poate fi stapanit, a fost redus la un cuprins acceptabil, cu o lege de baza bine determinata, care poate fi consultata în mod usor. Asternuta pe hartie, Misna a devenit baza muncii noilor generatii de invatatori, amoramii.

Exista doua opinii cu privire la locatia de înmormântare a Rabinului Iuda Hanasi, fie în Tzipori sau în Bet Shearim, ambele provenind din pasaje contradictorii ale Talmudului. Este probabil ca un mormânt a fost initial creat pentru Rabi în Bet Shearim, dar din moment ce el a murit într-o vineri, el a fost îngropat în locul Tzipori, unde a fost localizat la timp.

Mormantul lui Rabbi Yehuda Hanasi în Tzipori

Mormantul lui Rabbi Yehuda Hanasi în Bet Shearim



Nemrut Dagı, muntele dacilor nemuritori din Turcia

Muntele Nemrut Dagı gazduieste unul dintre cele mai misterioase sanctuare din toate timpurile. A fost descoperit în 1881, de către arheologii germani, care au scos la iveală mai multe elemente ce ne aduc aminte de istoria dacilor. Chiar și după numele muntelui, Nemrut Dagı – care înseamnă în turcă *nemurirea dacilor* sau *dacii nemuritori* – realizăm că istoria strămoșilor noștri este mai complexă decât ne puteam imagina. Orașul megalitic se află la o altitudine de peste 2000 de metri, pe unul dintre platourile din Munții Anti Taurus, Turcia. În urma săpăturilor efectuate, arheologii nu au ajuns la o concluzie clară, dar atribuie construcțiile și statuile descoperite, civilizației commagenilor. Aceștia l-au avut ca rege pe Antioch I, care, din motive necunoscute, a declarat independența micului regat, în anul 80 î.C. Antioch a fost fiul regelui Mitridate I Calinic și al reginei Laodice VII –lea de Commagene, fiind astfel pe jumătate armean, membru îndepărtat al dinastiei Orontid și jumătate grec.



Nemrut Dagı 2

Chiar dacă era vorba despre un popor cu puțini locuitori, care trăia pe un petec de pământ aflat la confluența a două civilizații imense – cea greacă, la apus și cea persană la răsărit – commagenii au lăsat o moștenire culturală incredibilă. Complexul, acoperit cu pietricele albe, cuprinde o piramidă conică, două temple și multe statui sculptate în piatră. Mormintele sub formă de tumuli, aflate pe marginile complexului, au fost pradate încă din antichitate, de către legiunile romane, care au decapitat și colosalele statui, de 8-10 metri. Mormintele-tumuli au fost ridicate în est, vest și nord, din roca muntelui, având o *curte interioară*. Cel mai impunător, aflat în estul sanctuarului, are o terasă largă, în care au fost amplasate cinci statui colosale, un altar piramidal pentru focul vesnic închinat zeului Mitra și temple din care au rămas ramă și zid. Zeii care tronează în fața tumulului sunt Apollo – Mithra, zeul Soarelui, Nana – zeita fertilității, Jupiter – Oromasdes, Ares – Herakles – Artagnes, zeul războiului. Una dintre inscripțiile sculptate lângă o statuie, folosind litere grecești se adresează personal cititorilor și spune:

”Precum vezi, am ridicat aceste imagini divine ale lui Zeus, Oromasdes, Apollo, Mitras, Helios, Atagnes, Hermes... și a casei mele hrănitoare, Comagene iar dintr-una și aceeași mină de piatră, înțonați la fel ca zeitățile care ne aud rugăciunile, am consacrat trăsăturile propriei forme”.

Regele Antioch I le-a inoculat oamenilor săi ideea de nemurire. Astfel, fiecare individ care trăia pe muntele sfânt se considera egal cu orice zeu. Această idee a fost infatisată și prin sculpturile din piatră, rămase moștenire peste ani. Antioch I se afla în diferite ipostaze de prietenie cu numeroși zei, ceea ce i-a pus pe gânduri pe istorici și arheologi. Antioch a lăsat multe inscripții grecești în care dezvăluie multe aspecte ale religiei sale. Într-o inscripție, Antioch a motivat ridicarea mormântului său într-un loc înalt și sfânt pentru că acesta să fie la distanță de oameni și aproape de zei, pentru a fi într-un rang cu ei. Antioch a vrut trupul său să fie păstrat pentru eternitate.



Nemrut Dagı 3

Un alt fapt interesant este că această civilizație nu a fost asimilată de niciun mare imperiu. Acest fapt denotă că commagenii aveau rădăcini culturale și credințe extrem de puternice, la care se mai adăuga și ideea de egalitate cu zeii.

De remarcat mai este și faptul că infatisarea acestor oameni misterioși aduce izbitor de bine cu cea a strămoșilor noștri, dacii. Probabil că a existat o legătură strânsă între cele două popoare, pentru că altfel nu se pot explica aceste similitudini. Misterul încă persistă. Muntele Nemrut Dagı rămâne cel mai misterios loc din Turcia. Numeroasele inscripții descoperite în situl arheologic nu i-au putut ajuta pe experți să determine, cu exactitate, istoria acestui popor misterios. De exemplu, un text antic descoperit pe muntele sacru, susține că la doar câțiva ani după moartea regelui Antioch I, o stea uriasă a apărut pe cer. Din acest loc ar fi plecat magii spre Bethleem, urmărind indicațiile precise ale luminii de pe cer.



Aceste descoperiri nu doar ca au ridicat foarte multe intrebari despre Muntele Nemurirea Dacilor, dar a si adancit misterul cu privire la un popor parca rupt din randul dacilor. Situl se afla la 2150 de metri in Muntii Anti Taurus, in centrul Turciei. Suntem indrumati fonetic sa citim „dahi” in loc de dagi. Muntele „Nemrut Dagı” de fapt reprezintă un sanctuar-mormânt al „commagenilor” închinat regelui Antioh. Istoria spune că regatul Commagene era situat la granița Imperiului Seleucid, care a urmat imperiului extins de Alexandru Macedon până în Anatolia, și la granița Imperiul Part, al dahilor.



„Commagenii” erau neamuri bune cu dahii, dar și cu grecii, cu care se înrudiseră prin căsătorii dynast ice. De la aceștia din urmă au moștenit arta construcțiilor grandioase. În anul 80 î.Hr., guvernatorul de Commagene a declarat independență micului regat și nu mult după aceea dahul Mitradata I (adică cel „dat de Mitra”, zeul solar al dahilor din Cappadocia, Partia, Armenia) s-a încoronat rege.



Capitala regatului era Arsameia. Mitradata a murit în 64 î.Hr, fiind urmat la tron de fiul său, Antioh, care a domnit 26 de ani, căruia și i s-a închinat sanctuarul din „Nemrut Dagı”. In general, romanii au încercat sa domine regatul si au si reusit pe alocuri, cand nu se impuneau dahii parti, ca sa-si apere neamurile. Antioch a inaltat acest sanctuar zeilor „nemuritorilor daci”, muntele avand insemnatatea unui Kogaion. Oricum, prezența unor daci, respectiv traci, în Anatolia nu ar fi o mare surpriză, ținând cont de faptul că în antichitate malurile strîmtorii care face legătura între Marea Mediterană și Marea Neagră era locuită de neamul tracic al Dardanilor, de unde numele Strîmtoarea Dardanele, iar în zona Munților Caucaz, și mai departe, până aproape de China, sînt menționate de Strabon neamuri de "Dahi" și Massageți

STIRI MONDENE

Kim Kardashian, cunoscuta vedeta de peste Ocean, se afla in mijlocul unui scandal imens dupa ce presa a scris ca Kim a mers la traditionalul bal din Viena, insa nu neaparat pentru dragostea sa fata de eveniment, ci ca escorta platita. Un miliardar austriac de 81 de ani, pe nume Richard Lugner, a platit 500.000 de dolari pentru a aparea la brat cu Kim Kardashian. Lugner a fost neplacut impresionat de vedeta americana, din cauza ca aceasta nu si-a respectat angajamentul. Multi au criticat atitudinea si gestul lui Kim Kardashian care a acceptat o asemenea postura, desi este femeie maritata si are un copil acasa.

Nancy Pfister, in varsta de 57 de ani si despre care se spune ca a fost logodnica lui Michael Douglas pe vremea cand erau impreuna - acum multi ani- a fost gasita moarta in locuinta sa din Aspen, Colorado. Femeia a fost gasita moarta acum cateva zile si se pare ca a fost ucisa de chiriasii sai. Principalul motiv ar fi faptul ca Nancy Pfister le-ar fi spus acestora ca vrea sa incheie contractul cu ei, insa fiica sa, Juliana, crede ca adevarul este altul. Nancy inchiriasa casa suspectilor in timp ce ea se afla intr-o excursie mai lunga in Australia. S-a intors in Aspen din cauza unei dispute cu ei. cei doi sotii nu isi plateau utilitatile si nici chiria.

Harper Collins, una dintre cele mai mari edituri din lume, i-a oferit actritei americane Lindsay Lohan un milion de dolari pentru a-i publica jurnalul pe care aceasta l-a tinut in timp ce se afla la dezintoxicare, in 2013. Daca nu se va ajunge la o intelegere pentru publicarea jurnalului, scriitorul american Bret Easton Ellis ar putea scrie varianta sa a acestui episod din viata lui Lindsay Lohan

Steven Tyler, solistul trupei Aerosmith, ajuns la 65 de ani, s-ar afla la inceputul unei relatii cu o tanara de 20 de ani, asistenta sa personala, Aimee. "Nu ies la intalniri, dar nici nu este o relatie strict profesionala, e in primele stadii. Ea lucreaza cu el de cativa ani", Aimee a fost casatorita cu un agent, Scott Schachter, si a lucrat in trecut pentru Donald Trump. Cat despre Steven Tyler, despre care se stie ca iubeste femeile tinere, acesta s-a logodit in 2011 cu Erin Brady, care este doar cu patru ani mai varstnica decat Liv Tyler, una dintre fiicele rockerului. In 1978, s-a casatorit cu Cyrinda Foxe, nascandu-se Mia Tyler. Al doilea mariaj a venit in 1988, mireasa fiind designerul Teresa Barrick. Au rezultat doi copii: Chelsea si Taj.

Miley Cyrus a fost din nou protagonista unei intamplari neplacute. Un tanar indragostit de ea a reusit sa ajunga in camera in care Miley Cyrus se schimba, in spatele scenei, dar nu a gasit-o acolo. Tucker Salvesen a obtinut permisul de acces in zona VIP de la un sofer de camion care probabil colaborase cu organizatorii concertului. Agentii de paza au observat ca el intrase intr-un loc nepermis, dar nu au reusit sa il prinda, in prima faza. Curajosul admirator a decis sa lase acolo un bilet. Salvesen i-a marturisit in scris lui Miley Cyrus ca trebuie sa o intalneasca deoarece muzica ei l-a ajutat mult in viata, in special cand a avut inima franta, oferindu-i raspunsurile de care avea nevoie. Ulterior, acesta a fost prins in preajma locului in care urma sa aiba loc concertul, cei responsabili cu paza predandu-l politiei.

Actrita Celmira Luzardo, cunoscuta pentru rolurile din numeroase telenovele, printre care si "Betty cea Urata", a murit la varsta de 61 de ani. Familia actritei a anuntat ca aceasta a incetat din viata, in urma unor probleme respiratorii. Ea a mai putut fi admirata in telenovele precum "Los cuervos", "Francisco el matematico", "La mujer del presidente", "La potra zaina" si "La tregua".

Jean Claude Van Damme si-ar putea deschide o afacere in Romania, incantat fiind de viata de noapte a Capitalei. Prezent in Romania pentru filmari la o reclama, starul in varsta de 53 de ani s-a intalnit cu un om de afaceri libanez stabilit in Romania. Actorul de origine belgiana i-a luat prin surprindere pe turistii aflati la Balea lac. Imbracat lejer si foarte jovial, a stat de vorba cu admiratorii sai, dupa ce a terminat filmarile pentru o reclama la bere.

Actrita Kate Winslet a oferit explicatii in legatura cu numele ciudat pe care i l-a dat fiului ei, Bear Blaze, ea spunand ca a luat aceasta decizie inainte de a-l naste. Vedeta este casatorita cu Ned Rocknroll, cei doi alegand numele datorita unor circumstante speciale. In legatura cu Blaze, care inseamna flacara, explicatia oferita de ea este si mai ciudata. In august 2011, Kate Winslet a fost pe insula Necker, care ii apartinea lui Richard Branson. Acolo l-a cunoscut pe viitorul sot, acesta fiind nepotul miliardarului. Din nefericire, in timpul sederii lor pe insula, casa in care erau gazduiti a luat foc, actrita scapand nevatamata din acel incident.

Cunoscutul cantaret de opera Andrea Bocelli s-a casatorit cu iubita sa Veronica Berti. Schimbul de juraminte a avut loc intr-o ceremonie romantica in portul Livorno, Toscana, in prezenta a catorva rude si prieteni apropiati. Dupa ceremonie, cuplul a plecat intr-o masina de epoca spre vila lui Bocelli din Forte dei Marmi, langa Pisa, unde a avut loc petrecerea. Nunta a avut loc exact in ziua in care fiica lor a implinit un an.



MINIREVISTA COMUNITATII EVREILOR FOCSANI

INFO CLUB



Comunitatea Evreilor din Focsani pune la dispozitia celor interesati o bogata bibliografie despre cultura, istoria si traditia poporului evreu. La cublul comunitatii pot fi imprumutate carti, reviste, ziare, pot fi vizionate filme sau se poate asculta muzica pentru toate gusturile.

- 📖 Ziua de 1 Martie a fost sărbătorită la Comunitatea Ev. Din Focsani. Au participat membrii comunitatii, afiliati. În deschiderea evenimentului presedintele comunitatii a felicitat și a urat femeilor prezente cele mai calde felicitări ;
- 📖 Remember - YITHAK RABIN si MENAHEM BEGIN – eminenti oameni politici, prim ministri ai Israelului, distinsi cu Premiul Nobel pentru Pace. Activitati pregatite de elevi din Focsani;
- 📖 Invitatie la Biblioteca Județeană „Duiliu Zamfirescu” Vrancea ce organizează vernisajul colecției de tablouri care au fost donate instituției de autori de-a lungul timpului si formează în prezent o expoziție permanentă la sediul central. Galeria de tablouri conține lucrări semnate de artiști de generații diferite, printre care Mihail Gavrilov, Dumitru Popa, Ion Popa Popas, Marga Doina Zaiț, Virginia Hossu, Elena Pascu Bârhală și Ovidiu Octavian Opaț;
- 📖 Membrii comunitatii sunt invitați alaturi de publicul focșănean la un spectacol special, care va reconstitui atmosfera anilor trecuți, prin muzică autentic românească și divertisment. Spectacolul, intitulat ”Ce mult te-am iubit”, va reuni pe aceeași scenă nume renumite ale muzicii ușoare românești;
- 📖 De Ziua Internațională a Poeziei și a Francofoniei Biblioteca Județeană „Duiliu Zamfirescu” din Focșani, invita Comunitatea Evreilor la un eveniment literar, respectiv o dublă lansare de carte, organizată în colaborare cu Liga Scriitorilor din România, filiala Vrancea. Este vorba despre volumul de poezie „Cafeneaua Rondelurilor”, al autorului Gheorghe Suchoverschi și volumul colectiv Dodekathion: Antologia LSR – Filiala Vrancea, în care semnează 12 scriitori membrii ai filialei. Volumul este coordonat de Mariana Vicky Vârtosu;
- 📖 Celebrarea Purimului la Comunitate Evreilor din Focsani (Sinagoga din Rm. Sarat, Buzau, Sinagoga din Focsani)
- 📖 Comunitatea Evreilor din Focsani a primit vizita elevilor din Liceul Pedagogic Spiru Haret Focsani;
- 📖 Spectacol de teatru si dans –spectacol realizat de trupa de elevi de la colegiul national „ Alexandru Vlahuta” din Rm. Sarat;
- 📖 155 de ani de la nasterea (2 Martie 1859) lui Salom Alehem, unul din ctitorii si clasicii literaturii idis moderne;

Luna martie este luna in care nu trebuie sa iti dispara zambetul de pe fata, in care sa radiezi frumuseti si sa impartii acest sentiment de bine cu toata lumea din viata ta!

IN ATENTIA CITITORILOR !!!!!!! PE ADRESA DE MAIL :

r_mircea67@yahoo.com , ce_focsani@yahoo.com

Asteptam sa ne contactati in vederea unor sugestii, articole, fotografii si alte documentatii ce fac rostul a fi publicate pentru cei ce vor sa fie informati sa citeasca.

Multumim anticipat !

Parte din informatii sunt preluate din diverse surse

– reviste, website-uri sau alte mijloace media

Epigrame

de Gheorghe Suchoveschi

Epigrame de prin crame :

Gusturi

O romantica atmosfera
Cu aventuri sub clar de luna
Barbatul roman prefera
Vinul vechi si „ poama “ juna.

Bachus si Afrodita

Din sticla surd galgaie vinul
Iar poamele –ntregesc tainul.
M-as tine tot de gatul lor,
„Poamelor” si sticlelor !

La crama-n sat

M-am dus odata, insetat,
La o crama,intr-un sat.
Avea un vin sanctificat,
Fiind mult prea botezat.

Unui voiajor bahic

Vajnic voiajor mai esti !
Cotesti,Panciu,Odobesti
Si,sa nu se curme zarva
Te cintesti si-n deal la Sarba

Unui pilangiu

Carciumarilor dand binete
Tragi tot timpul la masea
Sa te vad la batranete...
Una nu ti-ar ramanea !

Dilema

Un coleg se desconsira !
Cum ca vinul il inspira.
De-o intrebare tot nu-l las
Cum ,pe gura sau pe nas ????

In vino veritas

Eu un pahar la toti inchin !
Chiar daca beau din an in paste !
Stiu ca-adevarul crud din vin,
A doua zi el se cunoaste !

Numai una

Atatea fete azi te –ndeamna
Cu sarmul lor ,sa le iubesti !
Numai tu astepti la toamna,
Galbena de Odobesti !

Unui poet voluminos

Creat-ai mii de poezii
Din pantagruelice betii !
Ca prea bogat ai fii acum
In volume..... nu-n volum !

Maturitate

De cand casul de la gura
L-a topit in bautura,
Gasind in vin mult adevar,
Emana damf...dar nu de zar .

Unui adept al lui Bachus

Iti merge vestea la o adica
Esti bautor (ca orisicare) !
Din parte-mi bea cu-ocaua mare,
Dar sa nu-mi umbli cu cea mica !

Vinul ca stimulent

La chefuri vorbele-i absorb,
Gaseste-n vin un stimulent.
La poezie cu mult sorb,
Iar la betie cu talent.

El si Ea :**Perechea ideala**

Se inteleg perfect .
Certati sa-i vad n-apuc
Ea e subprefect
El e...sub papuc.

In semn de impacare

I-a dat,gresind in fata ei,
Sa scape de sudalamale,
El o pereche de cercei,
Ea o pereche palme.

El fumator de pipa

Savurand al pipei fum
El visa o narghilea,
Dar iesindu-i ea in drum,
S-a indragostit..... lulea.

Ceasul rau

Amanta i-a dat intalnire
Pe-a doua zi la CESUL RAU
Cand avea sa-i dea de stire
Ca-i poarta-n trup copilul sau.

Obiectul discordiei

Cu al ibovnicii batic
L-a privit,scandalizata.
El a copt un siretic
Si-a iesit basma curata.

Boul si nepot-su

Ieri il mulgea cate oleaca
Astazi iar,maine din nou,
Crezand ca unchi-su e bou
Dar de fapt mulgea o vaca.
Faptul Divers :

Jaful secolului

Afland de-al marelui jaf rost,
Politia l-a prins pe Nica.
Banii au azuns la adapost
Iar Petru a ramas cu n”ica.

Unei nimfomane

Normal,dorinta-i s-ar ivi
De doua sau trei ori pe zi.
Dar cu meteahna ei majora,
De doua sau trei ori ...pe ora.

Unui fripturist

La pomeni si aniversari
Jubilee sau lansari,
La bucate permanent,
Nu te-n duri sa fii....absent.

- Din scrisorile primite la redactie !!!!!

Mari Savanți și Inventatori ai lumii

- 4 -

Articol primit de la prof. Vasile Buruiana

Antoine Henri Becquerel (n. 15 decembrie 1852, Paris — d. 25 august 1908, Le Croisic, Tatăl său, Alexandre-Edmond Becquerel, și bunicul său, Antoine Cesar Becquerel, erau fizicieni, profesori la *Muséum national d'histoire naturelle de Paris*. Henri Becquerel și-a făcut studiile la *Liceul Louis-le-Grand* din Paris, unde l-a avut, între alți profesori pe matematicianul Jean Gaston Darboux. În 1872, a intrat la *Școala Politehnică*, apoi, în 1874 pregătirea sa se îndreaptă spre *Poduri și Șosele*. În anul 1874, s-a căsătorit cu *Lucie Jamin*, fiica lui *Jules Jamin*. În anul 1891 preia funcția de profesor de fizică la *Muzeul Național de Istorie Naturală*. În jurul anului 1896, Becquerel, ocupându-se cu studiul acțiunii luminii asupra unor substanțe, precum și fosforescența sărurilor de uraniu, a împachetat un fragment de rocă ce conținea uraniu (o sare de uraniu), într-o hârtie neagră și a închis-o într-un dulap în care se aflau și câteva plăci fotografice. După un timp, dezvoltând plăcile, a observat că pe acestea se imprimase foarte exact conturul pietrei respective. După mai multe experimente, a tras concluzia că este vorba de un fenomen nou, care a primit numele de radioactivitate naturală și care constă în proprietatea unor substanțe, ca uraniu, radium, poloniu, de a emite, fără vreo cauză exterioară, radiații. Proprietăți asemănătoare, s-au observat și la razele Röntgen și razele catodice descoperite cu puțin timp înainte. În anul 1900 demonstrează cu ajutorul experiențelor că razele β pot devia într-un câmp magnetic. În anul 1903, Becquerel primește premiul Nobel în domeniul fizicii împreună cu fizicienii francezi Pierre Curie și Marie Curie pentru munca de cercetare depusă în domeniul radioactivității. În afară de Premiul Nobel pentru Fizică, Antoine Henri Becquerel este cinstit și prin alte modalități. După numele fizicianului francez va fi denumită unitatea de măsură pentru radioactivitate: *Becquerel*, prescurtat: *Bq*. Numele lui este gravat pe o placă comemorativă împreună cu alte 72 de nume ilustre pe Turnul Eiffel. Un crater de pe Lună, precum și un crater de pe Marte au primit numele său.

Wallace Hume Carothers (27 aprilie 1896 - 29 aprilie 1937). A absolvit Colegiul Terkin în 1920, și a obținut titlul de doctor în 1924 de la Universitatea din Illinois. Pentru o perioadă scurtă de timp Carothers a predat la Universitatea din Illinois și de la Universitatea Harvard. Carothers a început să lucreze la DuPont Station Experimental, în februarie 1928. Obiectivul său principal a fost de a sintetiza un polimer cu greutate moleculară mai mare de 4200, care este deosebit de obținută prin Emil Fischer. El a condus unele chimii cu doctorat și doi consultanți. În ianuarie 1930, supraveghetorul imediat Carothers, Dr. Elmer K. Bolton, a cerut să examineze chimia un polimer de acetilenă pentru a crea un cauciuc sintetic. În aprilie 1930, un chimist în laboratorul de Carothers, Dr. Arnold M. Collins, cloropren izolat, lichid care polimerizează, pentru a forma un material solid care arăta ca de cauciuc. Acest produs este primul cauciuc sintetic numit neopren azi. De asemenea, în 1930, un alt membru al echipei Carothers, Dr. Julian Hill, cort formând poliesteri de glicoli (sau dioli) și acid dicarboxilic, tot cu scopul de a obține o masă molară mai mare 4.000. Eforturile sale au fost de succes, atunci când el devine o greutate moleculară polimer sintetic la 12.000. Acest polimer cu greutate moleculară pot fi trase în topitură pentru a forma o fibră, ceea ce este considerat un mătase sintetică "superpoliester" așa - numita. Poliesteri și poliamide de formare sunt exemple de policondensare sau polimerizare etape. Carothers dezvoltat teoria etapelor de polimerizare și a demonstrat ecuația Carothers leagă gradul mediu de polimerizare la rata de conversie (sau randamentul chimic) de monomer în polimer. Această ecuație indică faptul că pentru a obține o greutate moleculară ridicată necesită o rată de conversie foarte ridicată (în cazul doar etapele de polimerizare). Hill produce, de asemenea, o fibră sintetică, care este mai elastic și puternic prin combinarea reactanților la presiune scăzută într-un aparat de distilare. Din păcate, acest lucru de fibre nu pot fi comercializate pentru că apa caldă în oraș lipicios. Această dezamăgire duce Carothers să abandoneze cercetarea de polimeri de mai mulți ani. În 1934, Carothers și echipa sa repoziționează atenția lor în fibre și înlocuirea glicoli de diamine. Reacția de diamine și acizi dicarboxilici produs un nou tip de polimer spus poliamidă, mult mai stabil decât poliesteri. Poliamide pot forma domeniile cristaline folosind legături de hidrogen. Domeniile cristaline îmbunătățesc rezistența mecanică a poliamide au fost luate în considerare și producerea unui mătase sintetică practic pentru aplicații de zi cu zi. Această cercetare a dus la formarea unor poliamide noi. Lucrarea experimentală a fost efectuată de Dr. Peterson WR și Dr. Coffman, și apoi de Dr. Gerard Berchet. 28 februarie 1935, produs Berchet 15 g poliamidă 6-6, numit mai târziu polimerul nylon. Este dificil de manevrat din cauza temperaturii sale ridicate de topire (265 ° C), dar rezistența mecanică ridicată conduce Bolton să aleagă pentru dezvoltarea comercială. Din păcate, Carothers nu a trait pentru a vedea impactul global al descoperirilor sale, sa sinucis în 1937 într-o cameră de hotel în Philadelphia.



.... Cumnații săi îi spun, poate cu bună dreptate, că un Zilberman nu poate avea un trai bun în URSS și propun să-i schimbe numele după cel al familiei lor și anume Kreslo.

Deși Willy se recăsătorește cu o fată splendidă (Lina), are în continuare grijă de Iren. Acesta, și cu sprijinul unchilor săi, studiază și el medicina (parcă la Simferopol).

Willy se stabilește la Moscova, unde l-am vizitat în anul 1970. Avea un nivel de trai foarte ridicat, dar cu prețul unor mari eforturi. Ca medic stomatolog deservea, printre alții, și membri ai corpului diplomatic acreditați în capitala sovietică. În week-end, lucra la cabinetul său, într-o localitate foarte departe de Moscova.

S-a îmbolnăvit grav. Cu concursul unuia dintre pacienții săi reușește să plece pentru un timp în SUA și se întoarce acasă urmând să revină ulterior în America.

Pleacă definitiv cu familia (între timp i s-a născut al doilea fiu, Nathan, numit astfel în memoria tatălui său), sosind pe data de 7 mai 1981. Din câte știu, de la aeroport s-a dus direct la spital, unde a mai trăit până la data de 27 noiembrie 1982. S-a stins din viață la doar 46 de ani.

Iren Kreslo s-a născut în anul 1958. În anul 1995, Germania a acceptat să primească un număr de evrei din Rusia. Cu această ocazie, a plecat și el cu familia, iar în 2001 a obținut cetățenie germană.

Este la Dortmund, lucrează ca medic anestezișt la Essen.

Un moment remarcabil, de care ne amintim cu plăcere, a avut loc în anul 1971 când, fiind în România cu Willy și Lina, și-a sărbătorit ceremonia de Bar Mitzva (majoratul religios) la Sinagoga "Ceprezarilor" din Iași (una din cele 112 de sinagogi câte erau la un moment dat în Iași). Pentru el momentul era cu atât mai emoționant cu cât el nu-și sărbătorea niciodată până atunci aniversarea zilei de naștere care, din nefericire, coincidea cu data morții mamei sale.

Amintiri din activitatea de proiectare

12. "Colaborare" cu Atelierul de Proiectare al Ministerului de Interne.

Trustul de Construcții Iași a executat, din câte îmi amintesc, 3 lucrări proiectate de Atelierul de Proiectare al Ministerului de Interne.

1) Clădirea Arhivelor Statului din IAȘI. Construcția are stâlpi cu distanța între ei, în ambele direcții, de 6,00 m. Fundațiile stâlpilor erau prevăzute a se executa cu dimensiunile în plan de 3,00/3,00 m și înălțimea de 6,00 m. La partea superioară erau prevăzuți cuzineți armați; restul era beton simplu. Fiecare fundație avea 54,00 mc de beton simplu!

Le-am propus o variantă mult modificată, și anume: să se execute fundații armate la cota de fundare cu prelungirea corespunzătoare în jos a stâlpilor (care erau prevăzuți să se execute de la nivelul pardoselii parterului).

Propunerea mea a fost acceptată de proiectant, rezultând o economie considerabilă de ciment, pietriș și nisip. Chiar cu un oarecare spor al consumului de armătură din oțel beton, economia totală a fost foarte mare; s-au economisit câteva trenuri încărcate cu ciment și agregate minerale (pietriș și nisip).

2) Clădirea Procuraturii din Pașcani. Este o construcție obișnuită, fără deschideri mari, executată din zidărie și fundații continui din beton simplu, cu centuri din beton armat.

Partea nostimă (eufemistic vorbind) constă în faptul că la fiecare intersecție a fundațiilor era prevăzut să se execute... un pilot din beton armat. Piloții din beton armat sunt de 2 tipuri: turnați (ca de exemplu la clădirea Frigoriferului din Iași - primul șantier unde am lucrat în anul 1954) și prefabricați, introduși prin batere (ca la Hotelul "Unirea" din Iași).

Piloții se utilizează grupați, la sarcini mari. Se utilizează frecvent la poduri. În nici un caz la clădiri banale, ca la construcția care face obiectul acestui aliniat.

Am propus și s-a acceptat să se renunțe la piloții absolut inutili la aceasta clădire.

3) Penitenciarul din Iași

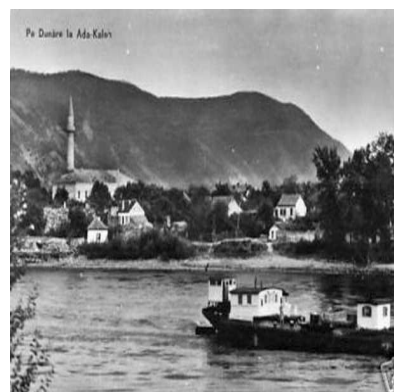
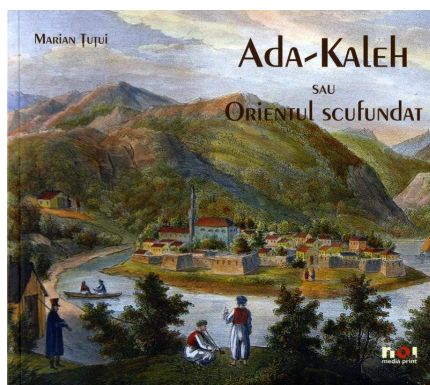
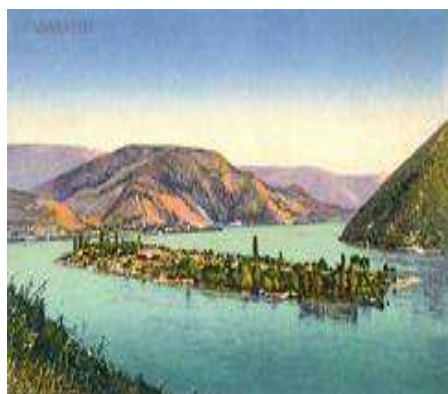
Era un corp nou care s-a executat cu forțe proprii (nu de Trust). Am fost rugat să verific armarea planșeului peste parter. Proiectul era de nedescris, din punct de vedere tehnic!

Am propus unele măsuri de remediere. Partea foarte neplăcută a fost aceea că am întâlnit, printre deținuții care lucrau, două persoane cunoscute, un fost normator cu care colaborasem și un profesor de la Facultatea de Construcții.

Nu am mai fost pe acolo (lucrarea s-a executat în anii '60).

-Norbert Zilberman (Iasi) -

Ada-Kaleh, insula scufundată (1)



Dunarea ascunde sub apele sale o insula care odinioara era considerata o perla a Europei. O enclava turcească într-o mare de latinitate, un punct turistic unic prin specificul său, Ada Kaleh. Foarte puțini cunosc astăzi istoria insulei Ada Kaleh, chiar dacă pe Insula Șimian se găsesc astăzi unele vestigii strămutate aici până a nu fi înghițită de apele lacului de acumulare de la Hidrocentrala Porțile de Fier I. Ada Kaleh este numele turcesc al insulei aflată pe Dunăre, la 4 km mai sus de Porțile de Fier, în zona cataractelor între Gura Văii și Vechea Orșovă. Văzută de pe muntele Alion, insula seamăna cu un uriaș coș de flori pe luciul argintiu al apelor". Datorită climatului mediteranean, insula lăsa impresia unei alte lumi, mai ales pentru vegetația și pitorescul oriental al populației, lăsată ca moștenire de trecerea turcilor prin această parte a Europei. Tot ca despre o moștenire, de această dată a marelui și trecătorului Imperiu Habsburgic, vorbește astăzi fortificația stelară strămutată de pe Ada Kaleh pe insula Șimian. Pentru prima dată s-a vorbit despre insula Ada Kaleh ca despre o țință îndepărtată a eroismului, în poezia orifică a argonauților. Tot din mitologie aflăm că aici ar fi poposit Hercule care venise să cucerească țara uriașului Geryon și a fraților săi. După ce îl învinge pe Geryon, Hercule pune stăpânire pe acest teritoriu și pe faimoasele cirezi de boi. De pe un basoreliev descoperit în Cipru, pe care este zugrăvită legenda lui Geryon, marele erou de la Dunăre al epopeii pelasge, această insulă se numea pe atunci Erythia. Acest episod este invocat și de Pindar, marele poet al antichității care vorbește despre venirea lui Hercule aici, în ținuturile hyperboreenilor pentru a culege măslinul sacru și să-l transporte în Olimpia, în templul lui Zeus, împodobind cu frunzele lui altarele zeilor și frunțile învingătorilor olimpici. Prezența măslinului aici a făcut ca această insulă să fie numită de greci "Continusa", adică insula olivilor sălbatici, după cum o spun poezii ca Arien și istorici ca Pliniu și Priscion. Această insulă, apare și la Herodot, părintele istoriei, sub numele de Cyraunis, fiind lungă și îngustă, plină de olivi și viță sălbatică. Ca o completare, insula se va menține așa până în pragul dispariției. Corbeliu Nepos spunea despre Ada Kaleh că nu avea un înconjur mai mare de 2000 de pași, așadar 2953 m, atât cât avea cu aproximație și la momentul dispariției. Este posibil ca insula să fi fost utilizată și în timpul războaielor daco-romane și totodată să fi fost cel mai important centru spiritual al geto-dacilor, sub care se afla marele altar al religiei dace" afirma și publicistul G. Lungulescu. În limba turcă, Ada Kaleh înseamnă Insula Cetate sau Cetatea Insulei, denumire ce s-a generalizat și a devenit oficială începând cu 1373 și până la dispariție. Într-o hartă austriacă datând din anul 1716, insula apare sub denumirea de insula Caronina, iar într-o scrisoare din 10 iunie 1713 adresată lui Eugenie de Savoia, este denumită Porizza. O cronică turcească de la începutul secolului XVIII amintește de localitatea Atak (Adak) care este probabil o formă prescurtată din Ada K(ale). Cea mai frecventă denumire în documentele turcești este însă - Ada-I- Kebir - (Ostrovul Mare). Fortificațiile din insulă se prezentau ca o incintă ce formează un careu prevăzut din toate colțurile cu tunuri de veghe și o a doua incintă stelară, care o înconjoară pe prima având în colțurile stelei bastioane de artilerie. Incintele erau prevăzute cu șanțuri pentru apă și cu poduri suspendate.....

