



Revista Menora Focsani

*APARIȚIE  
LUNA*



*NR. 11  
NOIEMBRIE  
2014*

MINIREVISTA COMUNITATII  
EVREIESTI DIN FOCSANI

M  
E  
N  
O  
R  
A



# 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. Antidoturi pentru metalele grele ...	pag.7
6. Sfatul medicului .... ..	pag.8-9
7. Planeta Umor ....	pag.10
8. Plante medicinale ....	pag.11-12
9. Idei practice si utile pentru gospodarie	pag.13
10. Stiati ca : ....	pag. 14-15
11. Pagina de istorie ....	pag.16
12. Spioni din lume .....	pag.17
13. Calendarul lunii noiembrie ....	pag.18-19
14. Info Juridic ....	pag.20
15. In Memoriam ....	pag.21
16. Orase pierdute ale lumii antice .....	pag.22
17. M o z a i c ....	pag.23
18. Stiri mondene ....	pag.24
19. Info Club ....	pag.25
20. Pagina cu maxime ....	pag.26

## SCRISORI LA REDACTIE

21. Mari savanti si inventatori ai lumii ....	pag.27
22. Plante care dau energie .... ..	pag.28
23. La pas prin tara .... ..	pag.29
24. Din interviul d/nei Livia Diaconescu ..	pag.30
25. Din viata comunitatilor .....	pag.31-32
27. Amintiri .... ..	pag.34

## 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](mailto:r_mircea67@yahoo.com)**

**SITE: [www.focsani.jewish.ro](http://www.focsani.jewish.ro)**

**E-Mail : [revistamenora@gmail.com](mailto:revistamenora@gmail.com)**



\*\* Un proeminent activist israelian de dreapta, Yehuda Glick , a fost împușcat și rănit grav în timp ce pleca dintr-o sală de conferințe din Ierusalim, a informat poliția locală. Un bărbat s-a apropiat de Glick și a vorbit cu el, cu un puternic accent arab, înainte să îl împuște. Victima a fost transportată imediat la spital, unde urmează să fie operat pentru răni în zona pieptului și a abdomenului. Starea pacinetului este critică, medicii fiind rezervați în emiterea unui prognostic. Atacatorul este Muataz Hejazi, un palestinian în vârstă de 33 de ani. El a fost ucis de forțele de ordine în momentul în care a încercat să se sustragă reținerii.

\*\* Confruntări au izbucnit pe Esplanada Moscheilor, al treilea loc sfânt al islamului, în Ierusalimul de Est, iar forțe de ordine israeliene au intervenit pentru a dispersa manifestații mascați, a anunțat poliția.

\*\* O rachetă lansată din Fâșia Gaza a căzut în sectorul Eshzol ,sudul Israelului, însă nu a provocat victime sau pagube. Este vorba de primul tir de rachetă spre teritoriul israelian din 16 septembrie.

\*\* La conferința Euronaval de la Paris, Rafael, contractorul israelian de apărare, a prezentat „C-Dome“, care va ajuta navele să contracareze orice amenințare aeriană, inclusiv rachete, elicoptere și drone, care pot deveni instrumente de luptă și de recunoaștere pe mare cum au făcut-o și pe pământ în ultimii ani. „C-Dome oferă ceva ce încă nu este pe piață... O mică amprentă și capabilitatea de a se angaja în ținte și amenințări multiple. C-Dome se bazează pe singurul sistem din lume care are peste 1.000 de interceptori. Putem proteja nava din orice direcție în același timp. Majoritatea sistemelor nu pot face asta“, prezintă sistemul directorul programului Ari Sacher.

\*\* Autoritățile israeliene au redeschis obiectivele de la Erez și Kerem Shalom, două puncte de trecere a frontierei cu Fâșia Gaza, anunță un reprezentant al armatei, citat de agenția TASS. Închiderea acestora și a postului de la Rafah, de la granița cu Egiptul, a survenit după ce palestinienii au lansat o rachetă în teritoriul evreu.

\*\* Ministrul israelian al Mediului Amir Peretz, unul dintre cei mai moderați membri ai Guvernului condus de către Benjamin Netanyahu, și-a anunțat demisia. Amir Peretz a fost secretarul general al puternicei centrale sindicale Histadrut și deputat laburist, după care a devenit ministru al Apărării în timpul războiului purtat de Israel în 2006 împotriva Hezbollah în Liban. Ulterior el a părăsit Partidul Laburist și a trecut la HaTnuha (centru), o formațiune condusă de către ministrul Justiției Tzipi Livni, însărcinată cu negocierile cu palestinienii.

\*\* Patru israelieni au fost uciși într-un atac armat la o sinagogă din Ierusalim de către doi palestinieni care au fost uciși prin împușcare de către polițiști; Cele patru victime ale atentatului sinucigaș comis la o sinagogă din Ierusalimul de Vest sunt israelieni, din care trei aveau de asemenea cetățenie americană, iar cea de-a patra avea cetățenie britanică, a anunțat poliția israeliană

\*\* Israelul a identificat, patru lansări de rachetă din centrul Fâșiei Gaza în apele Mării Mediterane. Publicația Jerusalem Post .notează că cele patru lansări din teritoriul de coastă sugerează o intensificare a activității teroriste în zonă. "Teroriștii din Gaza fac testări ale rachetelor pentru a lărgi raza de acțiune a acestora", spune purtătorul de cuvânt al Forțelor Defensive Israeliene.

\*\* Serviciile speciale israeliene au arestat trei membri ai mișcării Hamas, care pregăteau un atentat împotriva ministrului de Externe, Avigdor Lieberman. Serviciul israelian de securitate internă, Shin Bet, a anunțat că suspecții strângeau informații și detalii precise referitoare la deplasările ministrului. Potrivit serviciului special de informații, teroriștii urmăreau deplasările pe care ministrul le efectua în Cisiordania în direcția localității Tekoa, acolo unde locuiește. Suspecții intenționau să achiziționeze un lansator de grenade pentru a trage asupra automobilului șefului MAE.

\*\* Un israelian este în stare gravă după ce a fost înjunghiat de doi palestinieni, în centrul vechi al orașului Ierusalim, anunță autoritățile israeliene. Tânărul, student la o școală talmudică (yeshiva), a declarat că a fost atacat de mai mulți palestinieni. Un alt student al școlii iudaice a fost rănit ușor în incident.

\*\* Ministrul transporturilor ,Israel Katz a semnat recent un contract pentru achiziționarea a cinci autobuze cu etaj, care vor circula la Tel Aviv ( pe cele mai aglomerate trasee ale liniilor „ Dan”).

\*\* Comisia legislativa a Knesetului a aprobat un proiect de lege care prevede reducerea sumelor pretinse de intermediarii care alimentează piața de legume și fructe. Legea a fost prezentată de președintele fracțiunii agricultorilor din Kneset, deputatul Zvulun Kalfa în colaborare cu Consiliul israelian al consumatorilor și cu Federația agricultorilor și ea urmează să economisească anual fiecărei familii o sumă de 300- 600 de sekeli. - **Mediafax.ro** –



## Raftul cu suri -Vrancea



- **In perioada 7 – 10 noiembrie, cirul Las Vegas** a poposit in parcare centrului comercial Promenada Focsani. Spectatorii au urmarit spectacole de dresură de elefanti, animale exotice, cai, ponei si lame, numere de acrobație, magie si alte surprize. De asemenea, au admirat salturi acrobatice spectaculoase, demonstrații de mobilitate și echilibristică.
- **Ateneul Popular „Mr. Gh. Pastia”**, sub egida Consiliului Local Focșani și a Primăriei Focșani, în parteneriat cu Centrul Cultural Vrancea, cu sprijinul Uniunii Compozitorilor și Muzicologilor din România, au organizat cea de-a XXXIX -a ediție a Festivalului de Muzică Ușoară Românească FLORENTIN DELMAR, în zilele de 5, 6 și 7 noiembrie 2014.
- **Colecționari și pasionați de artă veche** din toată țara au fost prezenti la târgul de artă și antichități de la Promenada Focșani, în perioada 14 – 16 noiembrie. Aceștia au expus obiecte adunate de-a lungul zecilor de ani.
- **Primăria Orașului Panciu** a primit computerul tomograf, de ultimă generație, achiziționat cu fonduri europene, datorită proiectului „Realizarea spațiilor necesare funcționării laboratorului de imagistică medicală compartiment tomograf și dotarea cu tomograf a ambulatoriului integrat al Spitalului Panciu, județul Vrancea”, cofinanțat de Uniunea Europeană prin Fondul European pentru Dezvoltare Regională.
- **Scriitorul Cornel Constantin Ciomâzgă** și-a lansat , în sala mare a Teatrului Maior Gh. Pastia din Focșani, cea mai recentă carte a sa: ”Se întorc morții acasă”. Un titlu ce ne poate duce cu gândul la un „un posibil scenariu hollywoodian” după cum spunea directorul Teatrului Municipal, Sorin Francu.
- **Peste 500 de invitați au participat la Balul de Caritate ”Lumina inimilor”**, organizat de Clubul Rotary la Restaurantul Laguna Resort din Focșani. Horia Brenciu și HB Orchestra, Fuego, Irina Loghin, Orchestra de Cameră Unirea din Focșani, soprana Nicole Mancaș și tenorul Ștefan Ignat au oferit momente de neuitat celor prezenți. În cadrul evenimentului au avut loc mai multe licitații. Pictura „Dansatoarea”, opera lui Paul Vincent Alberola, tricoul cu autograf al Simonei Halep, o rochie Doina Levintza, o poșetă din piele de pește pictată manual, marca Dan Coma, dar și un tricou al naționalei române de fotbal au fost printre cele mai licitate
- **În perioada 28 noiembrie – 1 decembrie** la Promenada Focsani s-au redescoperiti mestesugurile romanesti si gustul produselor traditionale. Timp de 4 zile producatori din Bucovina, Marginimea Sibiului si Vrancea au oferit preparate din carne, branzeturi, dulciuri de casa, turta dulce, produse apicole, obiecte de artizanat, ceramica, icoane pictate pe sticla, podoabe si accesorii create manual, dulcețurile gustoase, siropurile naturale din diferite fructe, turta dulce, ulei preparat la rece făcut din floarea soarelui, dovleac sau nucă, mierea de albine, sau săpunurile făcute in casă.
- **Recitalul cameral “George Enescu și muzica românească”**, eveniment muzical de excepție a avut loc la Sala mare a Ateneului Popular/Recitalul a fost susținut de Corina RĂDUCANU și Eugen DUMITRESCU – pian la patru mâini. Au fost interpretate partituri celebre din creația lui George Enescu, Constantin Silvestri, Bela Bartok, Sabin Pautza, Felicia Donceanu și alții.
- **Cu ocazia împlinirii a 96 de ani de la Marea Unire din 1918**, Casa de Cultura a Sindicatelor “Leopoldina Balanuta” Focsani a organizeaza t expozitia documentara “Romania. Documentele Unirii din 1918”. Expozitia cuprinde documente ale vremii, ecouri din presa interna si internationala, portrete ale oamenilor politici care au avut un aport insemnat in realizarea Unirii;
- **Paco Supermarket** a inaugurat al șaptelea mazin al rețelei de supermarekături, continuând astfel expansiunea în municipiul Focșani. Paco Unirii, deschis în spațiul în care a funcționat fosta Farmacie 24, continuă politica firmei de a deschide supermarketuri de proximitate.
- **Compania Green Group** a inaugurat în parcare Carrefour Focșani prima stație SIGUREC din oraș, sistemul inteligent de preluare a deșeurilor direct de la consumatori și eliberează vouchere de cumpărături.
- **Trofeul IMM pentru cea mai profitabila firma din Vrancea** a fost acordat societatii de confectii Pandora Prod. Cele mai bune firme vrancene au fost premiate, ieri, in cadrul unui eveniment festiv organizat la Ateneul Popular "Maior Gh. Pastia" din Focsani. Clasamentul a fost realizat de Patronatul Intreprinderilor Mici si Mijlocii Vrancea in baza bilantului contabil depus la Ministerul de Finante, respectiv a profitului brut.
- **Biblioteca Județeană „Duiiu Zamfirescu”** organizează a IX-a ediție a Târgului de Carte . Editurile participante la această ediție sunt Herald, Curtea Veche, Corint, Vivaldi, Grupul Editorial Saeculum, dar și editurile vrâncene, care vor pune la dispoziția publicului noutățile editoriale ale acestui an.

- Ziare.com -





## Raftul cu stiri din lume

- Serviciile de informații norvegiene au afirmat că se așteaptă la un proiect de atentat pe teritoriul național în decurs de un an, ca urmare a intensificării amenințării jihadiste, reprezentată de gruparea Stat Islamic.
- Traficul feroviar era perturbat puternic în Germania de o grevă fără precedent a conductorilor de la Deutsche Bahn. Transporturile regionale și de periferie erau cele mai perturbate, în timp ce numeroși germani se îndreptau către locurile de muncă.
- Ciocniri între poliție și mii de manifestați anticapitaliști care îndemneau la "revoluție" au izbucni în centrul Londrei și în apropiere de Buckingham Palace, după un marș spre Parlament. Manifestanții faceau parte din "Marșul celor un milion de Măști", organizat în mai multe orașe de grupul de activiști Anonymous. Ei au aruncat cu semne stradale și sticle asupra poliției și au distrus baricade metalice.
- Garda Civilă spaniolă a arestat zece persoane din diverse regiuni ale țării pentru "apologia actelor de terorism" și invocarea ETA pe rețele de socializare, după aproximativ 20 de arestări la sfârșitul lui aprilie, a anunțat Ministerul de Interne al Spaniei. Unele postări îndemneau la atacuri țintite vizând anumite persoane. La fel ca în cazul primului val de arestări, persoanele suspectate provin din regiunea Navarra, Madrid și Castilia-La Mancha.
- Protestatari furioși au atacat cu ouă vehiculul oficial al premierului Italiei, Matteo Renzi, în cursul unei vizite a acestuia la uzina Alcatel-Lucent din Monza, în apropiere de Milano.
- Mișcarea islamistă Hamas a anunțat crearea unei "armate populare" în Fâșia Gaza, devastată de trei ofensive israeliene, afirmând că se "pregătește" să riposteze unei noi posibile confruntări cu Israelul.
- Epidemia de febră hemoragică Ebola a provocat moartea a cel puțin 5.177 de persoane, din totalul de 14.413 de cazuri de îmbolnăvire înregistrate în opt țări, anunță Organizația Mondială a Sănătății (OMS).
- Aproximativ 7.000 de baloane luminoase, s-au ridicat spre cerul Berlinului, pe fundalul Odeii Bucuriei lui Beethoven, în uralele a sute de mii de persoane care au marcat 25 de ani de la demolarea Zidului Berlinului.
- Alex Younger, un fost militar care a intrat în spionaj la începutul anilor '90, a fost instalat la conducerea MI6, puternicul serviciu de informații externe al Marii Britanii, în locul lui John Sawers, un fost diplomat.
- Rusia a anunțat lansarea unui nou serviciu multimedia internațional, finanțat de stat, care are drept obiectiv să lupte împotriva "propagandei agresive" a Occidentului și să ofere o "interpretare alternativă" evenimentelor din lume.
- Circa 50 de persoane aparținând mișcării anarhiste grecești au pătruns cu forța în sediul AFP din Atena pentru a cere agenției să publice un text despre moartea lui Rémi Fraisse, un tânăr militant ecologist ucis în timpul unor incidente violente produse în timpul unui protest din Franța.
- Manifestanți au incendiat sediul din Guerrero, în sudul Mexicului, al partidului de guvernământ PRI, în cursul unui nou protest violent survenit după ce membri ai cartelului Guerreros Unidos au recunoscut masacrarea celor 43 de studenți dispăruți la sfârșitul lui septembrie.
- Persoane aflate la bordul mai multor ambarcațiuni au atacat în Marea Mediterană, o navă aparținând Marinei Egiptului, obligând armata egipteană să trimită întăriri aeriene. Armata egipteană a anunțat că nava a fost ținta unui atac "terorist" și că opt militari sunt dați dispăruți.
- Mii de agenți de poliție au manifestat la Paris, denunțând condițiile grele de lucru din domeniu. Mitingul, desfășurat în centrul Parisului, intervine cu trei săptămâni înaintea alegerilor pentru conducerea poliției.
- O poloneză în vârstă de 91 de ani al cărei deces fusese constatat la domiciliu de către un medic și fusese transportată la morgă s-a trezit după 11 ore.
- Președintele turc Recep Tayyip Erdogan intenționează să extindă deja controversatul și fastuosul palat din capitală, comparat de opoziție cu palatul lui Ceaușescu, adăugându-i o reședință cu 250 de camere, afirmă Camera Arhitecților din Ankara.
- Zeci de mii de persoane și-au manifestat "indignarea" pe străzile Budapestei, față de politica premierului Viktor Orban. Această "Zi a indignării" a fost ultima dintr-o serie de manifestații care au început luna trecută contra unui proiect de lege privind taxarea utilizatorilor de Internet în Ungaria.



Un copil si tatal sau calatoreau cu trenul. Calatoria trebuia sa dureze circa o ora. Tatal se aseza comod si se puse sa citeasca o revista pentru a se distra. La un moment dat copilul il intrerupse, intrebându-l: "Tata ce este cladirea aceea?" Tatal se uita sa vada ceea ce i-a aratat copilul si raspunde: "Este o fabrica". Incepu din nou sa citeasca când copilul il intreba din nou: "Tata când sosim?" Tatal i-a spus ca mai au inca de mers. A inceput din nou sa citeasca, dar o alta intrebare a copilului il intrerupse urmate apoi de alte si alte intrebari. Tatal, disperat, cauta un mod pentru a-l face pe copil sa se distreze. Vazu in revista pe care o citea multe chipuri de oameni, o rupse in mai multe bucati si o dadu copilului invitându-l sa reconstruiasca aceste chipuri intocmai ca la un joc de puzzle, dupa care se aseza multumit pe scaunul sau convins ca copilul va fi ocupat pentru tot restul calatoriei. Nu apucase sa treaca multa vreme caci copilul exclama: "Am terminat!"

"Imposibil!" raspunde tatal. "Nu pot sa cred! Cum ai putut reconstrui imaginea atat de repede?" Imaginea era reconstruita perfect. Copilul raspunde: "Nu m-am fixat asupra lumii (a oamenilor celor multi) caci pe cealalta parte a foii era figura unui (singur) om; AM RECONSTRUIT OMUL SI LUMEA S-A ARANJAT SINGURA!!!"

**Lumea va fi aranjata numai când oamenii vor fi ei aranjati, vor fi loiali si onesti. Lumea va fi aranjata atunci când fiecare om va fi capabil sa se revizuiasca in interiorul sau!**

### **Magarul, mai destept decat primul ministru**

De cum sosi in capitala, Afanti se apuca sa spuna fiecarui om pe care-l intalnea: „Mai, omule, sa stii ca magarusul meu este mai destept decat primul ministru!“ Tot graind el asa, vorbele sale purtate din gura in gura au ajuns in cele din urma si la urechile primului ministru. Acesta, suparat nevoie mare, a cerut degraba audienta la rege ca sa-l parasca pe Afanti. Cand si-a incheiat relatarea a pretins drept rasplata ca Afanti sa fie pedepsit, iar lui sa i se faca dreptate. Regele, negru de suparare, l-a chemat pe Afanti si, cu voce grava, l-a intreat: „Cum indraznesti sa spui ca magarul tau este mai destept ca Primul meu Ministru? Ai tu vreo proba, vreun argument in acest sens?“ Si ca sa fie foarte clar ca nu-i de gluma cu vorbe atat de grave, a adaugat: „Daca nu, sunt nevoit sa-ti tai capul.“

„Bine-nteles ca am argumente si inca fapte adevarate“, s-a aparat Afanti. „Permiteti-mi sa vi le aduc la cunostinta. O data, cand am trecut puntea calare pe magarul meu, acesta a alunecat si un picior i-a intrat in crapatura dintre doua scanduri. Cu greu am reusit sa-i scot copita din spartura. Dupa un timp, am trecut din nou pe acolo impreuna cu magarul meu. De data aceasta, magarul meu a calcat cu atentie si a ocolit golul. Dar primul ministru, stie si Maria Ta, nu face asa. Desi a furat bani din tezaur nu o data, ci de mai multe ori, iar oamenii v-au prezentat nenumarate plangeri, el tot nu s-a lecutit. Ganditi-va, asadar, Maria Voastra: puteti spune, oare, ca magarul meu este mai putin destept decat Primul vostru Ministru?!“ (“Afanti este un personaj celebru in folclorul din regiunea autonoma Xinjiang-Uigura, dar si in intreaga China. Asemenea lui Nastratin Hogeia, Afanti este mereu plin de umor si intelepciune. In dialectul uigur, Afanti inseamna „intelept“, „maestru“, „invatator“. Pentru ca intotdeauna este insotit de magarul sau, multe dintre istorioarele sale au drept personaj magarul sau calul. )

### **Spicul de grâu și pleava**

*Motto: „Cel ce vede paiul din ochiul altuia, nu vede bârna din ochiul lui“.*

Odată, într-un lan de grâu, mai multe spice fără rod s-au pornit să se laude. Motivul: ele puteau ține „capul“ sus, pe când celelalte, îngreunate de boabe, se curbaseră spre pământ. Tocmai cele cu pleavă s-au găsit să se laude, crezându-se superioare celorlalte.

Degeaba spicul cel mai încărcat și mai plecat le-a atras atenția, că nu au de ce să se fălească. Ele tot se credeau merituoase, chiar și fără motiv. Nu peste multă vreme au venit secerătorii, care au tăiat toate spicele: și pe cele cu rod, și pe cele fără. Toate au fost puse în grămezi, culcate. Spicele fără boabe nu se mai puteau mândri pentru statura lor, dar erau încrezătoare că oamenii le vor alege pentru ceva special. A venit și vremea treierii. Spicele cu boabe au lăsat rodul lor, iar cele fără s-au sfărâmat în zadar. Nici ca hrană pentru animale nu au fost date, ci doar împinse cu piciorul. Abia acum s-a văzut că nu au avut de ce să se laude acele spice cu pleavă.

Uneori așa se întâmplă și în lumea oamenilor, că unii se laudă în zadar, fără să-și vadă lungul nasului, până când o pățesc!

(sursa internet)

## Despre tratamentul cu argila



(1)

Argila este, in realitate, un remediu natural foarte puternic, cunoscut din timpuri imemorabile. Marii medici ai tuturor timpurilor ii ridica in slavi calitatile terapeutice. Astfel, Dioscoride ii atribuia puteri extraordinare, Pliniu cel Batran, Galen sau Avicenna o lauda in toate scrierile lor. Ludovic al XIV lea, supranumit Regele Soare, consuma argila, singurul remediu capabil sa inlature neplacerile provocate de hemoroizii durerosi si de fisurile anale de care suferea, poate si din cauza unei pofta de mancare nemasurate.

Dar si mai aproape de vremurile noastre au existat specialisti care au sustinut si au oferit probe ca argila este un remediu terapeutic de exceptie. Profesorul Strumpf, de la Universitatea din Berlin, prescria, in 1903, bolnavilor de holera asiatica, argila. In timpul Primului Razboi Mondial, in mustarul destinat unor regimente franceze s-a adaugat si putina argila. Rezultatul? Spre deosebire de celelalte unitati, soldatii acestor regimente nu s-au imbolnavit de dizenterie. Si trupele rusesti luau cu regularitate argila pe cale orala. In Africa, in America de Sud, in India sau Romania exista unele sate in care argila este un remediu la ordinea zilei.

Cura naturista Kneipp utilizeaza in mod curent un amestec de argila si de otet de vin pentru cataplasme si impachetari. Laureatul Premiului Nobel pentru Medicina si Fiziologie, vestitul medic Alexis Carrel, vorbea adeseori despre inteligenta naturii. Ei bine, nu radeti, pentru ca argila este, in mod sigur, dotata cu aceasta calitate, dar se pare ca acest tip de inteligenta nu poate fi explicat si cuantificat cu ajutorul conceptelor medicale actuale.

Astazi stim ca argila contine minerale si oligoelemente in cantitati apreciabile.

De pilda, un buletin de analiza chimica a argilei verzi evidentiaza:

siliciu, 49,10% .alumina; 14,61% ,sescvioxid de fier, 5,65 % ,magneziu (oxid de magneziu), 4,24% ,acizi alcalini, 3,08% ,anhidrida titanica, 0,75% ,apa, 7,40%

Analizele efectuate, inca din 1928, de P. Laborde, profesor la Facultatea de Farmacie din Strassbourg, au stabilit categoric ca argila utilizata in tratamente este sterila, cu alte cuvinte nu contine germeni microbieni. Argila este radioactiva (de la caz la caz, ea are intre 0,3 si 1,25 unitati Mache).

Ea este, de asemenea, si un absorbant remarcabil, caci decoloreaza cu usurinta cerneala ori albastrul de metilen si absoarbe chiar mirosurile urate, fiind deosebit de eficienta in baie, la WC-uri, in bucatarii, la ghelele de gunoi. Astfel, 5 g de argila sunt suficiente ca sa decoloreze 10 cm<sup>3</sup> de solutie de albastru de metilen de 0,1%. Puterea ei absorbanta este, se pare, cea care poate explica si metoda extrem-orientala de conservare a oualelor. Unii dintre dumneavoastra au auzit, cu siguranta, despre ouale clocite, una dintre vestitele specialitati culinare chineze. Ei bine, nu este, in realitate, vorba despre oua clocite, ci, pur si simplu, despre oua conservate in pamant argilos. Din aceeasi putere absorbanta isi trage seva si o alta calitate a argilei, aceea de antitoxic. Experientele de laborator pe animale au dovedit-o din plin. Daca se da o cantitate infima de stricnina unor soareci, acestia mor aproape instantaneu. Dar daca li se da aceeaasi doza de otrava amestecata cu argila, soarecii suporta otrava fara nici o problema, ca si cum ar fi mancat... o delicatesa!

Argila este un decolorant si un inalbitor de marca. In spatiul european, spalatoarele obisnuiau sa clateasca albiturile in apa argiloasa. Asemenea calitati recomanda argila, cel putin ca adjuvant, in tratamentul aterosclerozei, al tuberculozei, al imbatranirii, al starilor degenerative multiple, al asteniei, al demineralizarii, al starilor canceroase si al anemiilor, printre altele...

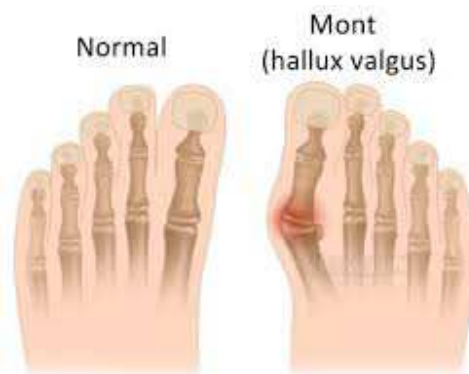
Ea este un regenerant fizic deosebit, actioneaza ca un puternic remineralizant asupra corpului uman, are capacitatea de a reechilibra metabolismul si functiile organismului, in general, este un agent antitoxic de exceptie. Argila este un foarte bun bactericid, fapt pus in evidenta in tratamentul a numeroase stari infectioase: enterite, colite, colibaciloza, afectiuni pulmonare, parazitoze intestinale. Spre exemplu, o rana cu puroi, tratata cu argila, se vindeca vazand cu ochii, cu o viteza de-a dreptul uimitoare, puroiul fiind eliminat, iar tesutul fiind refacut.

Cum poate fi utilizata argila in tratamentul extern :

**Sub forma de pasta** Prepararea pastei de argila este foarte usoara.....



## Monturile (hallux valgus)



**Monturile (hallux valgus)** sunt devieri laterale ale degetului mare de la picior. Montul apare arunci când degetul mare se îndoaie către următorul deget sau se suprapune peste acesta producând deformarea piciorului. Baza degetului mare iese în afară profilului normal al piciorului, producând o umflătură numită mont. Montul este deseori supus frecării constante, ducând astfel la îngroșarea pielii. Femeile sunt de 7 ori mai predispuse să aibă această afecțiune în comparație cu bărbații.

Adevăratele cauze nu sunt cunoscute, dar există factori favorizanți:

- anumite morfotipuri ale piciorului (tipuri constitutionale), prin raporturile de marime particulare a oaselor, favorizeaza tulburarile de statica;
- preponderenta feminina a acestei deformatii (95%) se poate explica prin laxitatea ligamentara tipica, conditionata hormonal (deci exacerbata la pubertate si menopauza); ligamentele antepiciorului cedeaza, favorizand deplasarea si proeminenta primului metatarsian.
- bolile inflamatorii de tip poliartrita reumatoida destabilizeaza intreg piciorul si produc printre altele un hallux-valgus rapid evolutiv;
- traumatisme din antecedente, ce au au fragilizat structurile osteo-ligamentare ale piciorului si au modificat raporturile dintre ele;
- lipsa prin amputatie a degetului al doilea (traumatica si mai ales iatrogena) este un factor foarte cunoscut (motiv pentru care amputatia degetului al doilea trebuie evitata).
- incaltamintea „eleganta” si incomoda, stramta si cu tocuri, indelung diabolizata, nu genereaza hallux-valgus-ul ci doar il agraveaza pe cel preexistent;
- istoricul familial isi spune cuvantul, fiicele „mostenind” piciorul mamei in peste 50% dintre cazuri;
- piciorul plat (pes planus) poate favoriza intr-o oarecare masura aparitia deformatiei, prin alungirea mecanica relativa a razei 1.
- obezitatea sau scaderea ponderala rapida, prin propriile mecanisme de actiune, pot favoriza aparitia deformatiei.

### Medici recomandati pentru tratament

- Singurul medic cu adevarat recomandabil este chirurgul ortoped, de preferinta cel specializat in chirurgia („labei”) piciorului si cu o mare experienta specifica.
- Medicul reumatolog si cel balneo-fizio-terapeut pot aplica proceduri paleative, in scopul reducerii durerii si cresterii perimetrului de mers. Atentie, infiltratiile cortizonice sunt cu desavarsire interzise la nivelul antepiciorului!
- Medicul de familie poate prescrie un tratament simptomatic, antialgic si antiinflamator in asteptarea consultatiei medicului specializat.

### Tratamentul monturilor

- Nu încercați leacuri „băbești”: tinctura de iod, de tătăneasă, de rostopască, pește crud aplicat, varză etc. Nu au niciun efect.





Montul este o deviație a unui os și nu un neg sau o băătăură

- Tratamentul nonchirurgical al monturilor este folosit pentru scăderea durerii și a presiunii de la nivel local.
- Trebuie să purtați încălțăminte confortabilă, care să ofere destul loc pentru degetele de la picioare și să permită un mers cât mai aproape de normal;
- Trebuie să evitați încălțăminte strâmtă, care intră în conflict mecanic cu proeminența montului;
- Puteți utiliza susținătoare plantare, în scopul ameliorării confortului piciorului. Susținătoarele nu tratează monturile.
- Puteți folosi orteze specializate cu inserții siliconice pentru a proteja montul de frecarea cu pantofii
- Puteți folosi antiinflamatoare care nu au nevoie de prescripție medicală, pentru a reduce durerea și inflamația
- Dacă suferiți de diabet zaharat, arteriopatie periferică sau probleme gastrointestinale cum ar gastrită sau boală de reflux gastro-esofagian, e necesară consultarea unui specialist în legătură cu găsirea celui mai potrivit antiinflamator
- Pentru a reduce durerea și a reduce inflamația puteți aplica gheață pe articulație 10-15 minute, o dată sau de două ori pe oră
- Ridicați piciorul astfel încât degetul mare de la picior să fie deasupra planului patului.
- Căutați pantoful comod pentru a merge confortabil; dacă nu îl găsiți, adaptați unul la cizmărie.
- Tratamentul chirurgical este singurul în măsură să înlăture deformația, dar el nu este niciodată urgent;
- Indicația chirurgicală este determinată de durere, jenă locală, dificultatea la încălțat și nu de mărimea deformației sau de considerente estetice;
- Intervențiile chirurgicale ale monturilor implică o spitalizare de circa 1-2 zile (pentru controlul durerii)
- Intervenția implică readucerea capului metatarsianului deplasat deasupra sesamoidelor; aceasta se realizează prin secțiuni osoase, ligamentare, tendinoase;
- Contraindicații ale intervenției chirurgicale: maladii generale ce împiedică realizarea unor operații ample, existența diabetului, a arteritei sau a unor inflamații/infecții locale.

#### **Sfaturi pentru alegerea pantofilor**

- Pantofii trebuie să aibă branșurile interschimbabile, pentru a le putea înlocui în timp cu altele noi, mai confortabile
- Puteți folosi orteze de tip siliconic în jurul sau deasupra zonelor de presiune, pentru a proteja montul de frecarea cu pantofii
- Trebuie să evitați încălțăminte strâmtă, care exercită presiune asupra articulației degetului mare de la picior
- Nu cumpărați pantofi dimineața, ci seara. Statul mult în picioare scade drenajul limfatic, fapt ce duce la "umflarea" picioarelor.
- Botul încălțăminte trebuie să aibă suficient spațiu, atât pe lățime, cât și pe înălțime, pentru a permite degetelor să se miște. Vârful nu trebuie să fie prea înghesuit.
- Picioarele trebuie să "respire"! Pantofii din piele naturală permit o foarte bună ventilație și țin piciorul aerisit.
- Încălțăminte din piele sintetică favorizează transpirația excesivă, fără a permite umezelii să se evapore, creând condiții favorabile pentru apariția infecțiilor locale și apariția mirosurilor neplăcute.

Dacă tratamentul nechirurgical nu da rezultate, va trebui să luați în considerare o intervenție chirurgicală. Studiile arată că 85-90% din pacienții care au făcut operație pentru monturi sunt satisfăcuți cu rezultatele postoperatorii.

#### **Cand trebuie luata in considerare interventia chirurgicala:**

Durerea va limita activitățile zilnice, inclusiv mersul chiar și atunci când purtați încălțăminte lejera. Va fi greu să mergeți chiar și câteva sute de metri fără apariția durerii.

Inflamația (umflatura) cronică a degetului mare, care nu cedează la medicamente și repaus.

Deviația spre exterior a degetului mare, către degetele mici.

Rigiditatea degetului mare – imposibilitatea flexiei (îndoirii) și extensiei (îndreptării) degetului.

Eșecul tratamentului nechirurgical prin schimbarea încălțăminte și administrarea medicamentelor antiinflamatorii.

Scopurile intervenției chirurgicale sunt – **eliminarea durerii și corectia pe cât posibil a diformității. Chirurgia monturilor nu are un scop cosmetic.**

#### **Exercițiu indicat**

Așezați-vă pe un scaun și sprijiniți un picior pe genunchiul celuilalt. Cu una din mâini prindeți ferm încheietura de la baza degetului mare, iar cu cealaltă degetul și rotiți-l lent: de cinci ori în sensul acelor de ceasornic, de cinci ori invers. Cu cât veți efectua mai des acest exercițiu, cu atât articulația va deveni mai mobilă.

( sursa : internet )



## -- Planeta Umor--

☐ **Un tip ajunge** la portile Raiului, in fata lui Sf. Petru. Acesta il intreaba:

- Ai facut ceva deosebit in viata ta care sa merite sa intri in Rai ?
  - Da, ma pot gandi la un singur lucru. Odata, cand faceam un drum in Black Hill in Dakota, am dat peste un grup de motociclisti duri si mari si rai care maltratau o tanara. M-am dus direct la ei si le-am cerut sa o lase in pace dar ei nu m-au ascultat. Asa ca m-am dus la cel mai mare, cel mai tatuat si i-am tras una in cap, i-am rasturnat motocicleta, i-am smuls cercelul din nas si l-am aruncat la pamant. Apoi am tipat :
  - Acum, inapoi baieteilor sau veti avea de-a face cu mine!
- Sf. Petru a fost impresionat
- Cand s-a intamplat asta?
  - Acum cateva minute.

☐ **O femeie face 60 ani. Soțul îi aduce drept cadou un boboc de trandafir, o pâine caldă, o sticlă cu șampanie și una cu lapte.**

- **Mulțumesc, dragul meu! spune femeia. Dar care este semnificația lor?**
- **La 18 ani erai ca un boboc de trandafir, la 24 ca pâinea caldă, la 40 ca șampania, iar la 60 de ani ești ca o vacă.**
- **Mulțumesc, scumpul meu, dar semnificația este cu totul alta.**

**La 18 ani eram ca un boboc de trandafir, dar nu m-ai rupt tu. La 24 eram ca pâinea caldă, dar tu mâncai coaja, pe când alții miezul. La 40 eram ca șampania, dar tu numai mă agitai și alții beau conținutul. Iar acum la 60 de ani poate sunt ca o vacă, dar tot mai am un tăuraș care mă întreabă ce-ți mai face boul ăla de-acasă?**

☐ **Patronul unei companii discută cu un tânăr care căuta de lucru:**

- **În primul rând, firma noastră este obsedată de curățenie, zice patronul. V-ați șters picioarele pe covoraș înainte de a intra aici?**
- **O, da! Bineînțeles...**
- **În al 2-lea rând, continuă patronul, cerem colaboratorilor noștri sinceritate. Nu există niciun covoraș la intrare...**

☐ **– A veti mila, sunt orb si am 15 copii!**

**O doamna care era in trecere, s-a oprit si l-a intrebat:**

- **Baiat sarman, cum de ai 15 copii?!**
- **Pai, asa se intampla cand nu vezi ce faci...**

☐ **O domnișoară deșirată, blondă, cu o fustă mini-mini urcă în autobuz. În spatele ei un grup de smecheri își dau coate și arată către fundul tipei. La un moment dat unul se duce la ea și îi oferă o hârtie de 5 lei:**

- **Pentru că ne-ai arătat ce ne-ai arătat, spune tipul cu ironie.**
- **Aaa... păi în cazul asta ia 2 lei rest, spune blonda foarte serioasă.**
- **De ce? întrebă contrariat tipul.**
- **Pentru handicapați fac reducere...**

☐ **Un scoțian își dezlipea tapetul din sufragerie când primește vizita unui prieten.**

- **Ce s-a întâmplat, vrei să tapetezi pereții cu un model nou?**
- **Nu, ne mutăm...**

☐ **- Ce ai pățit la ochi?**

- **Era să mi-l scoată ginerele meu cu o andrea.**
- **În timp ce tricotai?**
- **Nu, în timp ce mă uitam prin gaura cheii.**

☐ **Un polițist oprește o șoferiță blondă și îi zice:**

- **Doamnă, ați întrecut orice măsură. În săptămâna asta ați călcat deja cinci pietoni.**
- **Și câți am voie?**

( Bancuri primite pe Email )

## Plantele Medicinale



### Merisorul (*vaccinium vitis idaea*)

( 2 )

#### Tratamente externe:

-Placa bacteriană bucală - în fiecare seară, se fac vreme de cinci4 minute clătiri succesive ale gurii, cu o cană de infuzie combinată de merișor. Principiile active din componența frunzelor acestei plante distrug bacteriile care creează pelicula („placa”) ce se formează pe dinți și pe gingii și care favorizează îmbolnăvirea acestora. Tratatamentul cu merișor se face după spălătutul pe dinti și este o alternativă naturală la apele de gură.

-Gingivite, stomatite - acțiune antibiotică contra unor microorganisme4 ca: Streptococcus oralis, Porphyromonas gingivalis sau Prevotella intermedia, recomandă infuzia de frunze de merișor de 3-4 ori pe zi sub forma de clătiri ale gurii, ținând cât mai mult timp lichidul în gură. Merișorul nu doar că ajută la eliminarea infecțiilor la nivelul mucoasei bucale, dar are și efect antiinflamator și cicatrizant.

#### Beneficiile merisorului

-unul dintre cele mai cunoscute efecte benefice ale merisorului este prevenirea și tratarea infecțiilor tractului urinar (merisorul are proprietati anti-bacteriene)

-este un ajutor digestiv în sensul că ajută la eliminarea grăsimii din sistemul limfatic

-sucul de merisor acționează asupra bacteriilor E.coli micșorând rezistența acestora la antibiotice. Posibilitatea declansării unei infecții devine astfel mai redusă. Un studiu desfășurat în cadrul Universității Harvard și Rutgers a descoperit că efectul sucului poate fi obținut și prin consumul unei de merisoare uscate.Sucul de merisor sau merisoarele uscate consumate zilnic ajută la mentinerea sănătății și flexibilității vaselor de sange (Au existat studii care au folosit porci cu predispoziție genetică la ateroscleroza care în timp poate duce la infarct și accident vascular cerebral).

-împiedică placa bacteriană să atace gingiile și dantura. Există cercetări recente care studiază efectul merisorului asupra bolilor gingivale.

-are proprietati anti-inflamatoare

-Există numeroase studii care vizează efectul preventiv al merisorului asupra cancerului de prostată. S-a constatat că anumite extracte de merisor inhibă chiar dezvoltarea mai multor tipuri de cancer (cancer la sân, cancer de colon, plămâni). Nu se știe exact care este exact componenta merisorului care conferă merisorului proprietățile vindecătoare. Există un ansamblu de elemente care împreună funcționează ca un super-medicament.

#### Precauții, efecte adverse, contraindicații

Administrarea îndelungată poate duce la iritația mucoasei gastrice. Uneori pot să apară reacții alergice. Pentru prevenirea efectelor adverse la nivelul tractului digestiv, se poate asocia cu mentă, în părți egale. Nu se administrează la femeile însărcinate. Pentru a nu diminua acțiunea dezinfectantă la nivelul căilor urinare, preparatele din merisor nu se vor administra concomitent cu medicamente care acidifică urina. Persoanele care suferă de adenom de prostată sau de obstrucții ale tractului urinar trebuie să ceară sfatul unui medic înainte de a utiliza un preparat pe bază de merișor

**Suc de merisoare** Ingrediente: 2 kg merisoare, 3 cani zahar, apa.

Mod de preparare: Merisoarele se pun la fiert în 2 litri de apă, amestecând continuu și fără a le lăsa să clocotească. Se pun la scurs într-un tifon, fără a le strânge. Când s-au scurs cât de mult posibil, se pun merisoarele înapoi la fiert într-un litru de apă. Se pun iar la scurs. Sucul obținut în urma scurgerilor se amestecă cu zahărul și 250 ml apă și se pune la fiert fără a da în clocot. Se toarnă suc în sticle sterilizate care se capsează și se fierb 15 minute.

**Sucul de merisoare se obține din merisoare bine coapte**, dar pentru că are un gust amar îi sunt adăugați îndulcitori și arome artificiale. Unii producători combină suc de merisoare cu alte sucuri de fructe (mere sau struguri)



pentru a crea o combinatie de multifrukte, aroma dominanta fiind cea de merisoare. Daca vrei sa cumperi suc de merisoare, cea mai buna alegere este acela care contine suc natural de merisoare, neindulcit, deoarece iti furnizeaza cele mai multe vitamine si minerale, dar are si mai putine calorii. Cel mai bine este sa te orientezi catre un magazin bio daca vrei sa incerci sucul de merisoare. Inca o recomandare: cauta acele sucuri indulcite cu nectar de agave si care nu contin substante artificiale.

Sucul de merisoare merita incercat nu numai pentru gustul racoritor si revigorant, ci pentru ca este o combinatie sanatoasa de nutrienti: vitamina C, vitamina A si betacaroten, fibre, calciu, potasiu, fosfor, mangan si sodiu. In general, sucul de merisoare este recunoscut pentru ca ajuta in cazul infectiilor urinare, deoarece contine un acid care impiedica bacteriile sa se fixeze de peretii vezicii urinare. Doar un pahar de suc de merisoare zilnic ajuta la reducerea riscului de infectii urinare si cistite.

### **Ca sa-ti rezolvi problemele cu greutatea, un pahar de suc de merisoare pe zi poate fi Solutia**

Un alt acid pe care il contine sucul de merisoare este foarte benefic pentru persoanele care au probleme cu greutatea. Se pare ca acizii organici din merisoare "dizolva" depozitele de grasime din corp. Alte proprietati ale sucului de merisoare: previne ulcerul, deoarece ajuta la distrugerea bacteriei helicobacter pylori, intaresta oasele si dintii, previne formarea pietrelor la rinichi si ajuta la vindecarea racelilor deoarece lupta impotriva infectiilor din organism.

In ultimii ani, s-a descoperit ca sucul de merisoare este un aliat de nadejde impotriva bolilor de inima. Puterea acestei bauturi sta in antioxidantii pe care ii contine si care mentin inima sanatoasa, ferind-o de actiunea negativa a radicalilor liberi, reduc inflamatiile si scad nivelul colesterolului rau. Iata, in detaliu, cum mentine sucul de merisoare inima puternica si sanatoasa.

#### **1. Ajuta la controlul radicalilor liberi.**

Sucul de merisoare contine antioxidanti puternici, printre care si compusi fenolici, ce impiedica degradarea celulara cauzata de radicalii liberi. Acesti radicali liberi sunt responsabili de aparitia unor boli de inima, dar si de diabet si de cancer. Specialistii recomanda consumul a 200 de ml de suc de merisoare pe zi.

**2. Are proprietati antiinflamatorii.** Fenolii care se regasesc in sucul de merisoare duc la miscorarea inflamatiilor, localizate in peretii arterelor si raspunzatoare de aparitia unor boli de inima, infarct. Inflamatia se manifesta prin umflarea zonei afectate, colorarea in rosu si, uneori, pierderea functiilor de baza.

**3. Miscoreaza colesterolul rau din sange, datorita antioxidantilor.** Cand in sange exista prea mult colesterol, se depune pe peretii arterelor, cauzand ateroscleroza, o boala de inima. Antioxidantii ajuta si la "relaxarea" vaselor de sange, ceea ce duce la o mai buna circulatie si la reducerea riscului aparitie bolilor de inima, potrivit cercetatorilor de la Universitatea Maryland (Baltimore).

**Ulei de samburi de merisor**, un ulei fabulos si rar. Datorita conditiilor climatice extreme, merisorul canadian (*Vaccinium macrocarpon*) spre deosebire de merisorul din Europa (*Vaccinium vitis idaea*), a dezvoltat proprietati extraordinare de adaptare, rezistenta, regenerare si protectie. Nu exista nici un alt ulei cu o concentratie si o compozitie atat de echilibrate in acizi grasi esentiali mono si polinesaturati omega 3, omega 6 si omega 9, care fac din uleiul din samburi de merisor canadian un veritabil elixir pentru piele. Dincolo de concentratia in acizi grasi de tip Omega, uleiul are o bogatie exceptionala in antioxidanti, fitosteroli, vitamina A, si E (inclusiv tocotrienoli, forma naturala cea mai activa a vitaminei E), fosfolipide, fiind prin excelenta un ulei anti-age major cu proprietati antirid, restructurante, antioxidante, reparatoare, regenerante, tonifiante, antiinflamatoare si hidratante de exceptie. Uleiul de samburi de merisor este o excelenta modalitate de valorificare a acestei parti a minunatului fruct de merisor, fiind intens utilizat ca ulei cosmetic, alimentar si terapeutic. Gratie formulei sale speciale, uleiul de merisor fiind uleiul cel mai nesaturat, este foarte bine absorbit de piele, patrunde in profunzime asigurand nutrientii si acizi grasi indispensabili bunei functionari, regenerarii si hidratarii optime ale celulelor epidermei. Hranitor si hidratant reda supletea si elasticitatea pielii, antiinflamator calmeaza iritatiile si inflamatiile, reparator, restructurant cu efect de lifting tonifica si redensifica reseaua de sustinere cutanata redand pielii fermitatea si tonusul. Anti-age si antioxidant, diminueaza ridurile, previne si stopeaza imbatranirea pielii, protejeaza contra radicalilor liberi si agresiunilor externe in special de frig. Bogat in tanini si oligoelemente indispensabile pentru sanatatea si buna functionare a pielii, echilibreaza, purifica, uniformizeaza si ilumineaza tenul. Proportia intre acizii grasi Omega ii confera proprietati protectoare ale sistemului cardio-vascular, iar acizii grasi omega 3 in combinatie cu fitosterolii diminueaza absorbtia colesterolului in organism.

Selectie de Harieta R. ( sursa internet )





## Ideii practice și utile pentru gospodărie



**Frigiderul nu are miros** dacă va faceți o obișnuință din a ascunde undeva perin el un recipient mic, o farfurioară cu bicarbonat de sodiu alimentar. Cam la 3-4 săptămâni aruncați bicarbonatul și puneți altul. Merită deranjul ca să scapi de orice miros.

**Garniturile frigiderului** după ce a fost dezghețat, se ung cu puțină vaselină neutră fără miros. Așa se mențin suple și ermetizează, așa fel ca să dezghețați mai rar frigiderul. Eu ung și congelatorul cu puțin ulei alimentar pus pe o hârtie igienică, astfel se desprind ușor pachetele puse înăuntru. Nu rincezește, nu miroase dar să nu ungi cu mult ulei.

**Cuptorul se curată** ușor dacă înainte de curățare pui în el un vas cu apă. Ca să se curețe ușor, peretele cuptorului trebuie să fie cald și ușor aburit. Valabil pentru ambele cuptoare, cu gaz și microunde.

**Mobila făcută din lemn de stejar** se curată cu bere blondă, ușor încălzită. Imbibăți o cârpă moale și ștergeți apoi folosiți o cârpă uscată, frecând mobila până reapare luciul natural.

**Parul de câine sau de pisică** de pe covor se înlătură cel mai ușor cu un burețel umed!

**Pământul de flori** nu mai mușcă dacă puneți deasupra puțin nisip!

**Petele de apă de pe mobile** se scot frecându-le cu o cârpă curată și moale imbibată într-un amestec în părți egale de ulei de parafină și ulei de măsline!

**Petele de vopsele** de pe podea se scot prin frecare cu apă cu oțet!

**Pielea (genți, pantofi)** se îmbogățește dacă e ștersă cu lapte crud, apoi cu o cârpă moale!

**Pielea lacuită (pantofi, genți, curele)** tin mai mult dacă o dată pe lună este unsă cu albus crud!

**Mochetele** pentru a le înviora culorile, se aspiră, se acoperă cu cartofi rasi peste care se toarnă în prealabil puțină apă caldă și se lasă la infuzat vreo 2 ore. Apoi se adună cartofii și se șterge locul bine cu o cârpă!

**Florile** rămân proaspete cu ajutorul unui cartof gaurit. Se fac câteva orificii în care se infing cozile florilor, iar cartoful se așează în fundul gâstrei. Amidonul cartofului este absorbit de plante și le prelungește vitalitatea. Binenteles, nu uitați să puneți apă în vas!

**Parchetul** - dacă scârtaie presărați puțină pudră de talc între tablile de parchet!

**Uleiul de cedru** elimină definitiv moliile. Dacă-l găsiți în farmacie, ungeți din când în când peretele dulapului cu el. Miroase divin și moliile dispar definitiv!

**Umbrela** va rămâne ca nouă dacă o ștergeți din când în când cu o cârpă și cu puțin spirt. Apoi lăsați-o.

**Petele albe de pe mobile** se pot scoate cu scrum de țigară amestecat cu ulei de gătit. Se face o pastă, se imbibă un tampon din vată în această pastă și se freacă locul până dispare peta, după care se șterge cu o cârpă moale. Deschisă la uscat!

**Moliile** au învățat să reziste la naftalina. Folosiți împotriva lor următoarele mijloace: 1) tutun scos din țigări și rasfărat printre hainele din dulap ori chiar țigări rupte și varate în buzunarele hainelor; 2) ulei de ienupăr (se găsește la plafar) - imbibăți tamponane mici de vată și așezați-le prin colturile dulapului fără a pune în contact cu hainele; 3) puneți prin dulapuri mici saculeți cu coji uscate de lamaie ori portocale întepate cu câteva cuișoare aromatice!

**Mirosurile** de diferite feluri se pot elimina după cum urmează:

Mirosul persistent de varză sau prăjeală din bucătărie se poate elimina cu ajutorul aromei de zahăr caramelizat: o lingură de zahăr cu puțin suc de lamaie se caramelizează într-o tigaie.

Mirosul din baie va fi mereu proaspăt dacă pe mobilă aflată acolo puneți un buchet de plante medicinale: mentă.

**Împotriva aburirii ochelarilor.** Se freacă lentilele cu puțin săpun sau cu o picătură de glicerină. Curățarea ochelarilor se face cu un ștergător moale, nu cu piele.

**Inelele de cauciuc ale borcanelor de conserve** care s-au întărit devin din nou moi și elastice, dacă se pun în apă cu amoniac (la 2 părți apă, o parte amoniac). După 5-10 minute sunt ca noi.

**Obiectele de nichel** rămân cu luciul permanent, dacă se freacă zilnic cu o cârpă uscată.

Curățarea placilor de marmură - praf foarte fin de cretă se amestecă cu apă ca să formeze o pastă groasă, se adaugă puțin Borax și se aplică cu o cârpă cu care se freacă puternic. Se clătește cu apă rece. Dacă au mai rămas locuri întunecate, atunci se freacă din nou cu grijă și se lasă pasta să stea câteva ore pe aceste pete. După spălare, se dă lustrul cu o cârpă moale.

**Selectie de Harieta R.**



Știați că...



- Conform tradiției, primul inginer din Antichitate care a construit un pod peste Tibru a primit numele de "Pontifex", cuvântul însemnând "constructor de poduri". Pontifexul era văzut a o persoană care creează legături între oameni, de aceea Marii Preoți romani au adoptat mai târziu și titlul de Pontifex Maximus. În timpul Imperiului, toți împărații aveau acest titlu. Ulterior, el a fost transferat către conducătorul Bisericii Catolice. Papa are și astăzi titlul de Pontifex Maximus.
- În Evul Mediu, cavalerii care purtau armură trebuiau să-și ridice vizorul atunci când treceau pe lângă rege pentru a fi recunoscuți. Acest obicei stă la baza salutului militar modern.
- La momentul apogeului său, în jurul anului 400 î.Hr., Sparta avea 25.000 de cetățeni (femeile nefiind incluse) și 500.000 de sclavi, deci 20 de sclavi pentru fiecare cetățean.
- Numele original al familiei regale britanice era Saxa-Coburg Gotha, preluat după ce Regina Victoria s-a căsătorit cu Albert, prințul de Saxa-Coburg Gotha. Numele a fost schimbat în 1917, în timpul războiului, când sentimentele anti-germane erau foarte puternice în sânul societății britanice.
- În timpul primei sale călătorii în Pacificul de Sud, din 1768, faimosul căpitan James Cook a pierdut 41 de membri din echipajul de 98 de oameni deoarece aceștia au murit de scorbut (boală cauzată de deficiența de vitamina C). Până în 1795 importanța citricelor fusese recunoscută de medici, iar sucul de lămâie a devenit în scurtă vreme prezent pe toate navele britanice.
- Împăratul roman Traian, care a domnit între anii 98 și 117, a fost considerat cel mai mare dintre toți împărații Romei. În timpul său, imperiul roman a cunoscut cea mai mare întindere teritorială. După moartea sa, noii împărați erau onorați de Senatul Romei cu urarea "felicios Augusto, melior Traiano", care înseamnă "să fie mai norocos decât Augustus și mai bun decât Traian". În Divina Comedie a lui Dante, Traian este singurul împărat căruia i se permite accesul în rai.
- În 1965, Congresul american a mandat Serviciile Secrete să ofere protecție foștilor președinți și soțiilor lor pe viață. În 1997, Congresul a limitat durata acestor servicii de protecție la 10 ani după părăsirea funcției, pentru președinții aleși după data de 1 ianuarie 1997. Bill Clinton, ales în 1996, este ultimul președinte care beneficiază de protecție pe viață.
- Cei mai ambițioși conducători și împărați ai Romei îl admirau foarte mult pe Alexandru cel Mare. Când Iulius Caesar avea 33 de ani și era general în Hispania, se spune că ar fi început să plângă la vederea unei statui a lui Alexandru Macedon, spunând că el nu realizase nimic, în timp ce Macedoneanul, la aceeași vârstă, cucerise întreaga lume.
- Singurii doi oameni care au semnat Declarația de Independență pe 4 iulie au fost John Hancock și Charles Thomson. Restul au semnat pe 2 august, iar ultima semnătură a fost adăugată abia cinci ani mai târziu.
- Mai multe monede romane au fost găsite în America, sugerând că nici vikingii, nici Columb n-au fost primii europeni care au ajuns în Lumea Nouă. Monezile au fost găsite în statele Texas și Maine, dar și în Venezuela. Un grup de monezi a fost găsit într-o movilă din Texas ce datează din anul 800 d.Hr. În Oklahoma a fost descoperit o monedă din bronz, un tetradrahm, cu profilul împăratului Nero, iar cercetările au arătat că moneda a fost făcută la Antiohia în anul 63.
- Cea mai lungă domnie a unui monarh a aparținut lui Pepi al II-lea, care a condus Egiptul timp de 94 de ani, între 2278 și 2184 î.Hr. Următorul pe lista cu cele mai lungi domnii este Ludovic al XIV-lea al Franței, cu 72 de ani petrecuți pe tron.
- Cel mai scurt război înregistrat vrodată s-a purtat între Marea Britanie și Zanzibar, în 1896: el a durat... 38 de minute! La extrema cealaltă, cel mai lung conflict a fost Războiul de 100 de ani (sau, mai bine zis, 116 ani), purtat între Anglia și Franța între 1337 și 1453 (tratatul a fost însă semnat în 1475).
- Se pare că prima bombă aruncată de Aliți asupra Berlinului în Al Doilea Război Mondial a omorât singurul elefant aflat în Grădina Zoologică a orașului.
- În timp ce Titanicul se scufunda, iar oamenii alergau în toate partile pentru a prinde una din putinele barci de salvare, trupa de muzicanti a vasului, condusa de Wallace Hartley a continuat să cânte până în ultimul moment. Ultimul cântec interpretat de aceștia a fost, potrivit martorilor, "Nearer, My God, to Thee" (Mai aproape, Doamne, de Tine).
- Un studiu efectuat de cercetătorii austrieci, Fabian Kanz și Karl Grossschmidt, a revelat că majoritatea gladiatorilor romani erau vegetarieni, scrie revista Female First. Relicvele a 70 de gladiatori, găsite în Turcia, au fost supuse analizelor de



laborator si nivelul ridicat de strontiu inregistrat a fost considerat o proba incontestabila a faptului ca gladiatorii mancau o mare cantitate de legume. Dovada ca regimul vegetarian, pe langa faptul ca mentine un bun tonus muscular, are o vechime de mii de ani si nu este doar o inventie a epocii moderne. Pentru a face fata antrenamentelor zilnice si pentru a-si invinge adversarii in lupte pe viata si pe moarte, vitejii romani consumau boabe de orz si elixire speciale, pe baza de esenta de frasin si otet, care avea rolul de a cicatriza rapid ranile capatate in arene.

- Numele fluviului Amazon, din America de Sud, vine de la tribul Amazoanelor, femeile luptatoare care se spune ca au trait in bazinul Marii Negre. Atunci cand cuceritorul statului Peru, Francisco Pizarro, a trimis o expeditie de explorare a marelui fluviu, membrii acestei expeditii au intalnit pe cursul fluviului triburi de femei luptatoare, musculoase si foarte aprige in lupta, care manuiau foarte bine arcul cu sageti si care i-au inspaimantat si i-au obligat sa se intoarca din drum.
- Biblioteca din Alexandria a fost cea mai mare și cu siguranță cea mai faimoasă bibliotecă din antichitate, ce conținea sute de mii de pergamente valoroase strânse din întreaga lume.
- Tezaurul descoperit la Pietroasele îi este atribuit populației germanice care în anul 493 A.C. cucerește Italia - ostrogoții.
- Cea mai mare inundație a Bucureștiului a avut loc în martie 1865, când apele revărsate au ajuns și la nivelul de trei metri. Ambele maluri ale Dâmboviței, de la intrarea în București și până la ieșire, și în special cartierul Grozăvești, au fost atunci acoperite de ape care atingeau și 3 metri. După acest eveniment se votează legea prin care morile și zăgazarile care blocau firul apelor să fie desființate, pentru a nu se mai repeta catastrofa, însă fără mare succes. În 1892, Dâmbovița se revărsă din nou, de această dată Grozăvești, Cărămidari și Cotroceni fiind acoperite de apă; Grădina Botanică a fost atunci distrusă în totalitate, mai puțin zona mai înaltă, cea dinspre Palatul Cotroceni
- Cea mai veche încercare dramaturgică cunoscută până astăzi scrisă în limba română este *Occisio Gregorii in Moldavia Vodae tragice expressa* (Uciderea lui Grigore Voda în Moldova exprimată sub forma de tragedie). Piesa are ca personaj central pe Grigore al III-lea Ghica, domn al Moldovei și al Tarii Românești.
- E greu de crezut ca o regina a fost condamnată la moarte de o lege cu care chiar ea era de acord, însă lucrurile așa s-au petrecut în secolul XIX, în Sian. În acea regiune, oamenii de rând nu aveau voie să o atingă pe regina, altminteri fiind condamnați la moarte. Tocmai de aceea, atunci când barca în care se afla regina s-a rasturnat, nimeni nu a avut curajul să o salveze, deși acest lucru nu ar fi fost deloc dificil. Regina, în vârsta de 19 ani, a murit împreună cu fiica sa.
- În timpul revoluției din 1830, regele Frantei Carol al X-lea a fost nevoit să abdice în favoarea fiului său, Ludovic-Antoine, care a devenit astfel Ludovic al XIX-lea, dar care a abdicat și el imediat, în favoarea nepotului Henric, conte de Chamborde. Astfel, domnia lui Ludovic al XIX-lea a durat exact 20 de minute.
- Pentru alimentarea cu apă a populației Romei Antice, s-au construit apeducte a caror lungime atingea 428 km? În vechea cetate Histria s-a descoperit o apeductă construită de romani în lungime de 25 km. Aceasta, împreună cu altele două, duceau în oras un volum de apă egal cu 2.500.000 litri pe zi.
- Tunelul cel mai vechi din lume a fost construit de babilonieni pe sub fluviul Eufrat. El lega cele două palate ale reginei Semiramida, avea o lungime de 1 km și o lățime de 4 metri. Peretii lui depășeau o grosime de 3 metri.
- "Panica" este un cuvânt despre care se crede că provine de la un fenomen natural întâmplat în anul 479 î.Hr., când, în cursul unei batalii între atenieni și persi, s-a auzit deodată un tipat care i-a îngrozit pe soldați, atenienii fiind convinși că acel sunet a fost scos de zeul Pan? În realitate, zgomotul ar fi fost provocat de caderea unui meteorit.
- În secolul al XVIII-lea, femeile bogate din Anglia purtau peruci care măsurau uneori chiar și 1 m înălțime? Acestea erau pudrate cu făina și ornate cu pasari, cosulete cu fructe, decorații de grădina sau machete de corabii. Pentru a le face impermeabile, perucile erau impregnate cu un strat de grăsime. Aceste imense accesorii reprezentau însă adevărate cuiburi de insecte și chiar de... soareci!
- În timpul celui de-al Doilea Război Mondial, hrana pilotilor britanici cuprindea și o anumită cantitate de dulceata de afine? Pilotii susțineau că vederea pe timp de noapte era mult îmbunătățită dacă mincau astfel de dulceata înainte de zbor. Faptul a fost demonstrat însă și științific: într-adevăr, afinele conțin o substanță cu influențe benefice asupra ochilor.
- La sfârșitul celui de-al Doilea Război Mondial, orășul Ottawa, capitala Canadei, a primit din partea printesei Juliana a Olandei 100.000 de bulbi de lalele? Printesa voia să le mulțumească astfel canadienilor pentru protecția acordată familiei regale olandeze în timpul războiului și să aducă totodată un omagiu soldaților canadieni care contribuiseră la eliberarea țării sale.

## PAGINA DE ISTORIE

### Evreii din Panciu - 19-

Bogdan Constantin Dogaru Mihai Liviu Adafini

*G-ral I. Antonescu: Dar de 50 de ani scriu istorie în el jidanii. Să-l refacem, dar pentru români. Nici un jidan nu se va mai instala acolo.*

La 7 decembrie 1940 Uniunea Comunităților Evreiești din Vechiul Regat a adresat un memoriu Ministrului Afacerilor Interne în care prezenta situația grea a sinistraților din Panciu, făcând propuneri concrete pentru soluționarea problemelor acestora:

*Avem onoarea a vă aduce la cunoștință că de pe urma cutremurului de pământ ce a distrus orașul Panciu, o bună parte a populației sinistrate s- a refugiat pe unde a putut în județ, și în special în Focșani. Autoritățile locale, neîngăduind așezarea acestora decât pentru 15 – 30 de zile, dacă nu sunt născuți în județ, avem onoarea a vă ruga să binevoiți a aprecia situația lor, dispunând ca:*

*a) Toți cei care în momentul cutremurului aveau domiciliul în Panciu să rămână oriunde în județ, indiferent de locul de naștere.*

*b) Cei care au avut un comerț de orice fel să-l poată continua în județ.*

*c) Să se îngăduie celor ce vor și pot, să – și reconstruiască locuințele distruse de cutremur. (...)*

*Cu multă greutate s-a izbutit ca toți sinistrații să fie plasați și toți au astăzi un adăpost.*

*Cei ce au putut au adus cu dâșii bruma de mărfuri salvată dintre dărâmături, pe care vânzând-o pot să aibă o existență.*

*Unii dintre dâșii ar putea ca din agoniseala anilor de muncă să – și facă căminurile, contribuind astfel la reclădirea unui oraș de două ori distrus în cursul a două decenii.*

*Este firesc, este omenesc, este legal să se aprobe aceste cereri ale unei populații care este astăzi cea mai lovită din țară.*

*De aceea vă rugăm să binevoiți a dispune cele de cuviință autorităților administrative din Focșani și Panciu, intervenind în același timp la Ministerul Coordonării pentru ca, prin Camera de Comerț și Industrie Putna, să se îngăduie comercianților refugiați în Focșani, să continue acolo comerțul lor.*

Nu numai numai că nu li s-a permis, de Către Camera de Comerț și Industrie Focșani, să – și continue activitatea comercială dar se cerea Ministerului Economiei Naționale să dispună predarea mărfurilor, pe care le dețineau comercianții sinistrați din Panciu, comercianților români solvabili din Focșani spre a fi împărțite populației. În cele din urmă Ministerul a hotărât ca mărfurile respective să fie blocate și puse la dispoziția Institutului Național al Cooperăției care urma a le distribui populației cu un minim de beneficiu. La 21 martie 1941, Uniunea Comunităților îl implora din nou pe ministrul de Interne să permită evreilor din Panciu să întoarcă în oraș:

*Avem onoarea să binevoiți a autoriza pe cei 600 locuitori evrei ai orașului Panciu să se reîntoarcă în orașul nașterii lor, oraș în care locuiesc de 4 – 5 generații. (...)*

*Din cei 48 de eroi pe care i-a dat orașul Panciu, 22 sunt evrei, ale căror nume se găsește săpat pe mormântul eroilor.*

*Dintre cei 61 de capi de familie evrei, 13 sunt ostași, veterani de război, o văduvă de război, unul decorat, 3 care au participat la războiul balcanic.*

*Situația acestora este cu atât mai tragică cu cât, în 20 (de) ani, și-au văzut distrus avutul lor pentru a doua oară căci gospodăriile lor au fost distruse de bombardamentul inamic, orașul aflându – se în zona de război.*

Datorită petiției și ca urmare a audienței Dr. Filderman din 14 aprilie 1941, ministrul de Interne a aprobat întoarcerea evreilor în Panciu. Rezoluția de pe document era următoarea: *S – a aprobat a se întoarce și a se stabili acei cari pot face reparațiuni la clădiri sau cari vor să construiască adăposturi din lemn. Reconstrucția orașului nu se poate aproba întrucât geologii opinează că, fiind situat pe craterul unui vulcan, este periculoasă o nouă așezare orășenească.*

Cu toate acestea, la 19 mai 1941, într-o nouă petiție adresată M.A.I., se arată că Prefectul de Putna a refuzat să permită evreilor să revină în Panciu sub pretextul că *nu s-a primit nici un ordin în acest sens.* Ei se vor reîntoarce abia din toamna lui 1944. Era o atitudine nedreaptă față de un popor care era practic „responsabil” de dezvoltarea Panciului și de afirmarea sa ca principal centru comercial pe Valea Șușiței, la intersecția drumului ce duce spre Soveja cu drumul dinspre Haret. În fapt esența capitalismului din această urbe cosmopolită, constând în cămătari, negustori, arendași, zarafi și reprezentanți ai profesiunilor liberale (avocați, medici), era reprezentată de populația mozaică care, la apogeul dezvoltării sale demografice, număra 1490 de suflete dintr – un total de 2785, adică 55% din populația târgului la 1900.




**Gevork Vartanian ( 2 )**


....Atenți să nu fie descoperiți, subordonații lui Vartanian i-au urmărit pe germani până în capitala Iranului, unde au avut inspirația să-i lase pe aceștia să contacteze celulele spionajului german care mențineau legătura cu Berlinul. În acele momente, oamenii lui Vartanian au început o supraveghere ca la manual. Toate comunicațiile agenților germani cu Berlinul au fost monitorizate, decodificate și înregistrate, fiind remise imediat Moscovei. Astfel, sovieticii au descoperit că nemții plănuiau de fapt trimiterea unui nou grup de acțiune condus personal tot de Skorzeny, pentru a duce la bun sfârșit asasinatelor. De fapt, Skorzeny vizitase deja sub acoperire Teheranul și identificase terenul și punctele importante ale acestuia. Ce nu știa temerarul german, era că fusese imediat identificat și urmărit de oamenii armeanului. Odată ce sovieticii și britanicii au aflat toate coordonatele asasinatului, grupul de radiotelegrafiști germani a fost arestat. Pe baza memoriilor lui Vartanian aceștia au acceptat să colaboreze cu sovieticii și să trimită Berlinului informații false.

Totuși, încă loial, unul dintre operatorii germani a introdus în mesajul trimis Berlinului un cod secret de urgență care semnifică faptul că fusese capturat și dezinforma sub controlul sovieticilor. Descoperiți de sovietici, germanii au hotărât anularea operațiunii. Skorzeny simțise ceva în neregulă, imediat ce a observat inadvertențele între informațiile primite din Teheran și situația de la fața locului pe care o evaluase în prealabil, dar nimeni nu-l luase atunci în seamă.

Gevork Vartanian și-a continuat activitatea în cadrul serviciilor sovietice de informații, cu specificarea că în afară de operațiunea "Salt Lung", nu se cunosc detalii importante despre cariera și restul activității sale. Acestea sunt încă clasate în arhivele Moscovei. Se știe bunăoară despre el doar că a absolvit în anul 1955 Institutul de Limbi Străine din Erevan, devenind un veritabil poliglot care vorbea fluent un număr de opt limbi străine, iar agenția ITAR-Tass a subliniat că după încheierea celui de-al doilea Război Mondial, Vartanian a îndeplinit misiuni sub acoperire în Iran, Franța, Grecia, Italia și multe alte țări.

Pe lângă multe alte ordine și decorații primite pentru serviciile sale, Vartanian a primit în anul 1948 faimoasa Stea de Aur a Eroului Uniunii Sovietice pentru activitatea sa de ofițer din al doilea Război Mondial și perioada Războiului Rece. A decedat relativ recent, pe data de 10 ianuarie 2012, luând după sine în mormânt multe secrete. Imediat după deces, președintele armean în funcțiune, Serxh Sarkisian a trimis o scrisoare de condoleanțe soției, familiei și apropiaților lui Vartanian, scrisoare în care elogiază profund serviciile și eforturile întreprinse de către cel numit cu respect nelimitat "prețiosul fiu al națiunii armenice". Vartanian s-a retras din FSB, succesorul KGB, de abia din anul 1992, dar cum dintr-un asemenea serviciu secret nu te retragi niciodată, venerabilul armean a continuat să predea tinerilor agenți până aproape de momentul morții sale. Identitatea sa a fost dezvăluită de abia în anul 2000. Gevork Andreievici Vartanian, a decedat la vârsta de 87 de ani.



( Sursa : Internet )



📖 **Leopold Perutz**, cunoscut sub numele de Leo Perutz ( Praga , 02 noiembrie de 1882 - Bad Ischl , Austria , 25 august de 1957 ) a fost un scriitor și matematician austriac de origine evreu . Statistician de meserie, se angajează la o firmă de asigurări, fiind coleg cu Kafka, de care îl desparte o diferență de vârstă de un an. Începe să scrie în primii ani ai secolului XX, bucurându-se de un succes imens în spațiul de limbă germană, până la interzicerea cărților sale de către nazisti. În 1938, după anexarea Austriei la cel de-al Treilea Reich, Perutz este nevoit să fugă în Palestina. Prozator și matematician, Perutz ar fi putut rămâne în posteritate doar pentru ecuațiile care îi poartă numele, dacă Borges nu l-ar fi redescoperit, aducând în atenția publicului cele unsprezece romane ale sale, printre care *Der Marques de Bolibar* (1920), *Der swedische Reiter* (Calaretul suedez – 1936), *Nachts unter der steinernen Brücke* (1953), *Der Judas des Leonardo* (1957). Perutz moare în 1957 în timpul unei vizite în Austria, la Bad Ischl. Cărțile lui, elogiata de nume mari precum Italo Calvino, Graham Greene, Theodor W. Adorno sau Jorge Luis Borges, construiesc o paradoxală logică a fantasticului, inexplicabilului sau visului. Perutz a fost foarte admirat de Jorge Luis Borges . Scriitorul austriac Robert Musil atribuie crearea unui nou gen literar, pe care el a numit "ficțiune jurnalistică". Criticul Friedrich Torberg definit romanele sale ca "posibil rezultat de o uniune de Franz Kafka cu Agatha Christie ".

📖 **Moți Spakov** (1905 - 1981) a fost un boxer român, campionul al României la box la categoria grea între anii 1923 - 1940. Moți Spakov a fost un evreu din București, a urmat școala de meserii Ciocanul din Dudești și se antrena ca boxer. Primul meci oficial a fost în 1922 și în continuare a participat la meciuri în România și în străinătate. În 1923 devine campionul țării la categoria grea și rămâne campion până în 1940, când regimul legionar îi interzice participarea la campionat deoarece era evreu. În 1947 a plecat spre Palestina și mai târziu a emigrat spre Australia.

📖 **Imre Kertész** (n. 9 noiembrie 1929, Budapesta) este un scriitor, romancier, jurnalist, traducător maghiar de religie iudaică, laureat al Premiului Nobel pentru Literatură pe anul 2002. În prezent trăiește la Berlin și la Budapesta.

📖 **Jerome Kern** ( 27 ianuarie din 1885 - 11 noiembrie de 1945 ) a fost un popular compozitor american . El a scris mai mult de 700 de melodii și mai mult de 100 de rezultate complete pentru programe și filme într-o carieră care a durat din 1902 până la moartea sa. Cariera sa la Hollywood a fost destul de succes. Pentru *Timp Swing* (încearcă Ginger Rogers și Fred Astaire ), el a compus " cum te uiți va conduce "(versuri de: Dorothy Fields ), cu care a câștigat un premiu Oscar în 1936 pentru cel mai bun cântec. În 1941 , el și Hammerstein scris " Ultima oară când am văzut Parisul ", un tribut adus orașul francez ocupat recent de către germani. Piesa a fost prezentat în filmul *Lady Be Good* și a câștigat un alt Oscar pentru cel mai bun cântec.

📖 **Adolphe ( Avner) Stern** ( 14 noiembrie 1848, la București - 18 octombrie 1931 ) a obținut doctoratul în drept la Leipzig, a fost primul avocat evreu din România. În 1871 a înființat, împreună cu fratele său, Leopold și cu consulul SUA la București, Benjamin Franklin Peijoto, unul din fondatorii lojei Bnei Brith din România, publicația *Rumanische Post*. A fost președinte al Uniunii Evreilor Pământeni, prima organizație laică , reprezentativă, a evreilor din România. Deputat în Parlamentul țării, a fost un consecvent apărător al drepturilor evreilor, totodată ocupându-se cu jurnalismul, traduceri din operele unor clasici germani, dar ceea ce a lăsat mai de seamă a fost jurnalul „ Din viața unui evreu român”. Stern participă la fondarea unor organizații și publicații sioniste, „ Zionul”„„Înfrățirea Zion”, a lojii Bnei Brith.

📖 **Georg Hermann**, de fapt Georg Hermann Borchardt ( 7 octombrie 1871 în Berlin , - 19 noiembrie 1943 în lagărul de concentrare de la Auschwitz-Birkenau ) romancier german, eseist, istoric de artă și; Fratele lui Ludwig Borchardt . Născut în Berlin, Hermann a locuit acolo până 1933. Când a emigrat în Olanda. După invazia nazistă a Țărilor de Jos, care a deportat în primul rând în lagărul de concentrare Westerbork și mai târziu la Auschwitz, unde a murit. Georg Hermann a fost un autor la nivel internațional bine-cunoscut și popular. Ironie lui blând și semn distinctiv amar-dulce de descrierile sale atmosferice au rămas unic distinctiv. Atât în romanele sale și în scrierile sale politice și estetice, el documentează schimbarea artistică și intelectuală lentă, care a avut loc în prima jumătate a secolului al 20-lea.

📖 **Nadine Gordimer** (n. 20 noiembrie 1923, Springs, provincia Gauteng – d. 13 iulie 2014, Johannesburg) a fost una din cele mai cunoscute scriitoare din Africa de Sud. Nadine Gordimer s-a născut într-o familie de emigranți evrei săraci. Ea a început să scrie foarte devreme și prima ei carte s-a publicat când avea 14 ani. În 1974, Nadine Gordimer primește premiul Booker Prize, iar în 1991 este laureată a Premiului Nobel pentru Literatură. Una dintre cele mai cunoscute maxime ale sale



este: "Adevărul nu e întotdeauna frumos însă căutarea sa, este." Crezul scriitoarei Nadine Gordimer, distinsă cu Nobel: „Adevărul nu e întotdeauna frumos, însă căutarea sa este”. Printre numeroasele romane publicate de autoarea sud-africană Nadine Gordimer se numără "Zile mincinoase"), acesta fiind și romanul ei de debut, "O lume de străini", "Un oaspete de onoare", "Ecologistul"), volum distins cu premiul Booker, "Fiica lui Burger", "Oamenii lui Julie", "My Son's Story" ("Povestea fiului meu"), "None to Accompany Me" ("Nimeni alături de mine"), și "The House Gun" ("Arma din casă").

📖 **Harry Kemelman** (24 Noiembrie, 1908 — 15 Decembrie 1996) a fost scriitor de mistere american și un profesor de limba engleză. După ce a primit o diplomă în literatura engleză și un masterat în filologie engleză la Harvard, a predat într-un număr școlilor înainte de al doilea război mondial. În timpul războiului, a lucrat ca administrator Kemelman salariat pentru transport Corpul Armatei SUA în Boston și apoi Administrației Active război. După război, el a fost un scriitor independent și antreprenor privat. Kemelman a câștigat Premiul pentru cel mai bun roman.

📖 **Daniel Barenboim** (n. 15 noiembrie 1942, Buenos Aires) este unul dintre cei mai mari pianiști și dirijori din lume, de naționalitate argentiniană și israeliană. În anul 2002 a primit cetățenia spaniolă iar din ianuarie 2008 deține și pașaport palestinian. A înregistrat un număr impresionant de discuri atât ca pianist cât și ca dirijor de orchestră.

📖 **Efim Petrovici Geller** ( 8 Martie.1925 -17 Noiembrie.1998) a fost un jucător de șah și de clasă mondială maestru sovietic la vârf său. A câștigat Campionatul sovietic de două ori (în 1955 și 1979) și a fost un candidat pentru Campionatul Mondial de șase ori (1953, 1956, 1962, 1965, 1968, și 1971). El a câștigat patru titluri campionatul Ucrainei (în 1950, 1957, 1958, și 1959) și împărțit pentru prima dată în Campionatul Mondial 1991 Seniorilor ", castigand titlul direct în 1992. El a acționat în calitate de al doilea (asistent) la campionul mondial Boris Spassky în meciul Campionatul Mondial din 1972 împotriva Bobby Fischer, iar mai târziu detașat campion mondial Anatoli Karpov, precum și pe tot parcursul vieții lui prieten apropiat Tigran Petrosian. Cărțile sale au inclus o autobiografie, tradusă de Bernard Cafferty ca Maestru Geller la tablă de șah (1969). Acest lucru a fost mai târziu actualizată și republicat în 1983 sub titlul aplicarea Șah Teorie, și conține 100 de jocuri bine adnotate. Fostul campion Botvinnik a declarat că, în opinia sa, Geller a fost cel mai bun jucător din lume la sfârșitul anilor 1960. Geller a părut să fie mai puternică în jocul de turneu decât în partide.

📖 **Arnold Zweig** (n. 10 noiembrie 1887, Glogau, Silezia, azi în Polonia, d. 26 noiembrie 1968, Berlinul de Est) a fost un scriitor și militant pacifist german de origine evreiască. A făcut studii de istorie și filozofie la universitățile din Breslau (azi Wrocław), München, Berlin, Göttingen, Rostock și Tübingen. La început a fost puternic influențat de opera lui Friedrich Nietzsche, ecoul căreia se resimte în primele sale lucrări de succes Claudia ("Novellen um Claudia" 1913) și tragedia Omor ritual în Ungaria ("Ritualmord in Ungarn", 1914). După începerea primului război mondial se înrolează ca voluntar în armata germană. Experiența războiului îi schimbă radical convingerile și punctul de vedere asupra vieții, transformându-se dintr-un aprig naționalist german într-un adept fervent al pacifismului. Noile sale convingeri sînt oglindite în romanul Cazul sergentului Grișă (1927), care-i aduce o faimă internațională. După venirea naziștilor la putere emigrează în Cehoslovacia, iar mai apoi în Elveția. Lucrările sale au fost incluse de naziști în Lista cărților arse în 1933, între 10 mai și 21 iunie 1933, deoarece, după părerea lor, propagau idei nesănătoase, comuniste, ce aveau o influență nefastă asupra spiritului german. În 1948 revine în Germania, stabilindu-se în zona sovietică de ocupație. Între 1950 și 1953 a fost președinte al Academiei de Arte din RDG.

📖 **Daniel Katz** (născut 1938 la Helsinki) este un scriitor evreu-finlandez. El este un absolvent de la Universitatea din Helsinki în umaniste. A lucrat ca profesor de istorie evreiască la Școala evreiască din Helsinki, și în Haifa Israel ca un sondor pe construcție de metrou. El scrie în Finlandeză, mai degrabă decât ebraică sau idiș. [1] Primul său roman de succes comercial, Kun isoisä Suomeen hiihti (Când bunicul schiat la Finlanda), este o descriere plină de umor a istoriei familiei lui Katz și intrarea Finlandei în al doilea război mondial. [1] ca un scriitor minoritate etnică, Katz a scris ca un outsider cu privire la viață în Finlanda. El a fost distins și a fost un finalist pentru Erkkko Premiul JH (roman de debut), Premiul Runeberg și altele.

📖 Alice Herz-Sommer, de asemenea, cunoscut sub numele Alice Sommer (26 November 1903 – 23 February 2014) a fost un pianista britanica, profesor de muzică, și supercentenariana din Boemia, și un supraviețuitor al lagărului de concentrare Theresienstadt, unde a fost trimisa de către naziști în campania lor de propagandă și genocid împotriva persoanelor de origine evreiască. Ea a trăit în Belsize Park din Londra din 1986 până la moartea ei, iar la vârsta de 110 a fost cel mai vechi supraviețuitor al Holocaustului cunoscut din lume. Un film despre viața 2013 Herz-Sommer, Lady in numar de 6, a câștigat Premiul Oscar pentru cel mai bun documentar scurt.

**Lucian L**



**SITUAȚIA PENSIONARILOR CU DOMICILIU ÎN STRĂINĂȚATE:  
ANTERIOR ȘI DUPĂ DATA INTRĂRII ÎN VIGOARE A LEGII 19/2000 ( 2 )**

- în cazul statelor semnatare ale Convenției de la Haga , procura este valabilă numai dacă este însoțită de apostila eliberată de către autoritatea competentă potrivit legislației naționale a statului de la care emană documentul;

- în cazul statelor cu care România are încheiate tratate sau convenții de asistență juridică bilaterală în acest domeniu, procura este valabilă fără nici o altă formalitate;

§ procura specială poate fi eliberată pe teritoriul statului de domiciliu și de către misiunile diplomatice sau oficiile consulare ale României, în acest caz emiterea procurii fiind scutită de taxa consulară.

§ procura specială poate fi emisă și de către notarii publici de pe teritoriul României.

**Procura specială trebuie să conțină următoarele elemente:**

Ø numele, prenumele, cetățenia, data și locul nașterii, domiciliul și actul de identitate ale titularului dreptului la pensie (valabil la data eliberării procurii);

Ø numele, prenumele, datele de identificare (actul de identitate, domiciliul, data și locul nașterii) ale mandatarului;

Ø obiectul mandatului (ridicarea carnetului de muncă, întocmirea dosarului de pensie, deschiderea contului curent personal, încasarea pensiei pentru plăți curente și restante, semnarea extrasului de cont);

Ø precizarea că mandatarul are obligațiile ce revin titularului, inclusiv pe cea de a anunța în termen casei teritoriale de pensii orice schimbare intervenită în situația titularului de natură să modifice sau să înceteze dreptul la pensie.

Procura specială care nu este emisă în limba română, precum și apostila (când este cazul), vor fi traduse legalizat. Procura specială este valabilă 18 luni.

Titularul sau mandatarul, după caz, deschide un cont curent personal la filiala S.C. BANC POST S.A. de domiciliu, singura instituție bancară cu care CNPAS are încheiată convenție în acest sens.

Titularul dreptului de pensie sau mandatarul desemnat depune la casa teritorială de pensii (de la ultimul domiciliu al titularului sau de la domiciliul mandatarului), o cerere însoțită de documentele necesare stabilirii pensiei (dosarul administrativ de pensionare).

Dosarul administrativ de pensionare trebuie să conțină următoarele documente:

- cerere pentru înscriere la pensie ;
- carnetul de muncă (original și copie);
- alte acte prevăzute de lege pentru vechimea în muncă;
- livret militar (original și copie);
- diplomă de studii superioare (original și copie) sau adeverință din care să rezulte durata normală și perioada studiilor, precum și certificarea absolvirii acestora;
- adeverință privind sporurile și adaosurile reglementate prin lege sau contractul de muncă;
- adeverință privind condițiile de muncă speciale și/sau deosebite;
- adeverință din care să rezulte data încetării calității de asigurat;
- procură specială pentru mandatar;
- confirmare de la S.C .BANC POST S.A. privind deschiderea contului curent personal la filiala de la domiciliul mandatarului etc.

Facem precizarea că dintre documentele menționate sunt obligatorii doar cele care fac dovada vechimii în muncă (carnet de muncă și adeverințe privind vechimea în muncă), precum și procura specială în cazul în care drepturile de pensie sunt încasate prin mandatar.

În cazul în care titularul domiciliat în străinătate și-a stabilit o reședință în România, casa teritorială de pensii competentă este cea din raza sa de reședință.

( InfoAZ )



## Meyr Moritz Beck

Meyr Moritz Beck (n. 13/24 decembrie/ 1845, Ungaria - d. 27 februarie 1923, București) a fost un teolog iudaic român, originar din Ungaria, istoric al comunității evreiești din România.

Rabinul Dr. Meyr (Moritz) Beck s-a născut la data de 13/25 decembrie 1845, în a doua zi de Hanuka, în orașul Pápa, în



regiunea Veszprém din Ungaria.

Părinții săi erau foarte săraci, mama a murit de holeră, când Meyr avea 10 ani (în seara de Kol Nidre). A învățat cu Leopold Löw (viitor rabin la Seghedin) și cu Rabinul Malbim.

La vârsta de 13 ani a intrat pentru trei ani la un gimnaziu catolic-benedictin, unde disciplina și studiul erau reguli stricte. A terminat studiile secundare la un colegiu creștin protestant, fiind remarcat și acordându-i-se bursă. La rândul său, a meditat copii pentru învățământ. În anul 1863, se află la Budapesta, iar în anul 1865 își începe studiile la Breslau (celebrul Seminar Rabinic, Universitatea - Facultatea de Filosofie, de Orientalistică ș.a.).

A fost îndrumat și ajutat material de profesorii Z. Fraenkel și H. Graetz (cunoscutul istoric). După absolvire, a trăit scurte perioade la Cernăuți și Iași, dând meditații. A trecut prin experiența "vieții la țară", pe moșia unui evreu, Mayerhoffer.

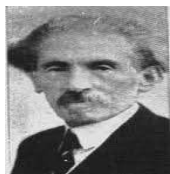
Relațiile încordate cu arendașul și împilarea țăranilor l-au determinat să plece la București pentru a propovădui morala și omenia. Aici a cunoscut o serie de intelectuali evrei, printre care și pe dr. Adolphe Stern.

La 14 octombrie 1873, dr. M. Beck este prezentat ca director al Școlii primare "Iacob și Carolina Löebel", fiind de față ministrul Cultelor și Instrucțiunii Publice, gen. Christian Tell, fostul pașoptist. Marele Rabin Dr. M. Beck a fost numit apoi ca rabin și predicator la Templul Coral din București, unde a profesat timp de jumătate de veac. De asemenea, a oficiat și la Templul "Fraterna" din București.

Erudit, extrem de modest, el nu și-a scris, din păcate, memoriile, dar "știa să-și povestească până la ultimul amănunt toate peripețiile vieții sale", avea umor, o minte ascuțită, era generos. În urma sa au rămas un lexicon ebraic-român, un dicționar neoebraic, o arhivă bogată în scrisori, documente, mii de predici scrise, discursuri, conferințe, mărturii ale relațiilor sale întinse cu comunități, loji "B'nai B'rith" din țară și din străinătate. S-a ocupat de personalități ale istoriei și culturii iudaice, ca Ben Zakai, Ezra, Uriel Acosta, Baruch Spinoza, de literatură, Psalmi, a întocmit un "Sidur" (i.e. carte de rugăciuni) etc. A colaborat la "Revista israelită", la publicații românești, a participat la polemici pe teme iudaice, a susținut acțiuni filantropice.

Cu prilejul aniversării a 40 de ani de funcționare ca predicator și rabin la Templul Coral, dr. M. Beck a scris o autobiografie pe care a încredințat-o președintelui Comunității Evreilor din București, dr. Ely Berkowitz. El a contribuit la înființarea Școlii de meserii "Ciocanul" (București). A fost redactor al periodicului "Revista Israelită". S-a opus menținerii Jurământului "More iudaico". A publicat primul "Manual de religie mozaică". În anul 1905, a fost distins cu Ordinul "Coroana României".

Marele Rabin Dr. Meyr Beck a trecut la cele veșnice în anul 1923. La înmormântarea acestui erudit dascăl a vorbit, printre alții, și Gala Galaction, care l-a comparat cu Hillel. I-au adus elogii Șef Rabinul dr. Iacob Itzhak Niemirower, dr. Wilhelm Filderman ș.a. În anul 1925, apăsarea de sub teascurile tipografiei "Curierul judiciar" de pe lângă Palatul de Justiție o carte broșată, "Cuvânt de omagiu", adus celui ce a fost dr. M. Beck. "Un mormânt îngust poate să cuprindă trupul plâpând, ce a adăpostit un suflet mare", se spune în "Cuvântul de introducere".



Dr. Adolph Stern



Rabinul Meyr Moritz Beck



Iacob Itzhak Niemirower



Dr. Wilhelm Filderman



Leopold Löw

**ORASE PIERDUTE**
**Ani, capital medievala a Regatului Armean ( I )**


Cronicarii armeni Yeghishe și Ghazar Parpetsi au fost primii care au localizat temporal capitala Ani în secolul al V-lea înainte de Christos, dar se pare că originile orașului ("Citadela") sunt chiar mai vechi (S.VII a.Chr.) Ei au descris-o ca o puternică fortăreață construită pe vârful unui deal, sub domnia dinastiei armenice Kamsarakan. Orașul Ani și-a moștenit denumirea de la orașul-cetate și centrul rustic "Ani-Kamakh" din regiunea Daranaghi a Armeniei Superioare. Se prea poate ca Ani să fi fost cunoscută inițial sub numele de "Khnamk", deși istoricii nu sunt toți de aceeași părere. Filologul și lingvistul german Heinrich Hübschmann care a studiat limba armeană, a susținut că denumirea "Ani" ar putea proveni din cuvântul armenesc "khnameł", un infinitiv care s-ar putea traduce prin expresia "a avea grijă de...".

În prima jumătate a secolului al XIX-lea, Ani a fost redescoperită pentru lumea din afară, de călătorii europeni, care și-au publicat descrierile și reportajele lor în jurnalele academice și revistele de călătorii. În anul 1878, regiunea Kars și ceea ce a mai rămas din Ani, a fost incorporată în teritoriul Imperiului Rus. În anul 1892 au fost demarate la Ani primele excavații arheologice, sponsorizate de "Sankt Petersburg Academy of Sciences" și conduse de arheologul și orientalistul rus Nikolai Marr (1864-1934). Excavațiile lui Marr la Ani au fost reluate în anul 1904 și au continuat, anual, până în 1917. Au fost excavate sectoare largi ale orașului, descoperindu-se numeroase construcții și vestigii istorice, culturale și religioase. Numeroase studii asupra acestor descoperiri au început să fie publicate în jurnalele academice și în ghidurile de monumente ale muzeelor. În cazul construcțiilor și clădirilor în pericol iminent de prăbușire, au fost inițiate și întreprinse urgent, reparații. S-a construit un muzeu care să adăpostească zecile de mii de artefacte descoperite în timpul excavațiilor. În anul 1918, în ultimele zile ale primului război mondial, armatele Imperiului Otoman au pornit ofensiva împotriva noii declarate Republici Armenia, cucerind în aprilie 1918 regiunea Kars. În scopul protejării artefactelor de la Ani s-a dispus evacuarea a peste 6000 de exponate. La ordinul lui Hovsep Orbeli, obiectele salvate au fost adăpostite într-un Muzeu al Colecțiilor, care este parte a Muzeului de Stat de Istorie Armeană din Yerevan. Toate obiectele rămase în calea trupelor turcești au fost prădute sau pierdute. Capitulara Turciei de la sfârșitul primului război mondial ar fi trebuit să determine restaurarea capitalei Ani sub control armean dar, reluarea ofensivei împotriva Republicii Armenia, din 1920, a condus la recapturarea de către turci, a localității. În anul 1921, semnarea tratatului Kars-ului, a formalizat incorporarea teritoriului în care se afla Ani, în limitele Republicii Turcia. În felul acesta s-a dorit să se dea satisfacție Turciei care pierduse "Mesopotamia", devenită Irak. În luna mai a anului 1921, Adunarea Națională a Turciei a transmis comandantului frontului de est, Kazim Karabekir Pasha, ordinul de "a șterge de pe fața pământului monumentele de la Ani". Karabekir relatează în memoriile sale, că a evitat să îndeplinească acest ordin, dar distrugerea pe teren a tuturor urmelor excavațiilor lui Marr și a reparațiilor întreprinse de el cu acel prilej sugerează, că ordinul a fost dus la îndeplinire, cel puțin parțial.

**MONUMENTELE DE LA ANI** Toate structurile monumentelor de la Ani au fost construite folosind bazaltul vulcanic local, o varietate de tuf vulcanic de o mare varietate de culori, de la galben deschis la roz, roșu și negru. Cele mai importante monumente care au supraviețuit sunt următoarele:

**CATEDRALA**

Numită Surp Asdvadzadzin (Sfânta Fecioară), construcția ei a început în anul 989, sub regele Smbat al II-lea și s-a încheiat după moartea lui, în anul 1001 (sau 1010 după alte surse). Proiectul catedralei a fost opera lui Trdat, celebrul arhitect al Armeniei medievale. Catedrala este o biserică cu dom (care s-a prăbușit în anul 1319). Interiorul ei conține elemente arhitecturale, care îi conferă un stil apropiat celui gotic.

**BISERICA SFÂNTULUI GRIGORE LUMINĂTORUL** A fost finalizată în anul 1215 și este monumentul cel mai bine conservat al capitalei Ani. A fost construită sub domnia Zakarizilor prin grija, supravegherea și finanțarea cunoscutului negustor armean Tigran Honents. Interiorul bisericii conține o serie importantă și unică de fresce, axate pe două teme. În treimea estică a bisericii este reprezentată viața Sfântului Grigore Luminătorul, iar în treimea de mijloc sunt redată ....



## . 15 lucruri interesante pe care nu le stiai despre serialul Seinfeld

**Seinfeld** a ramas in memoria colectiva ca cel mai bun sitcom al anilor '90. Noi suntem si acum mari fani si mai vizionam cate-un episod ori de cate ori vrem sa ne gandim la altceva decat la problemele zilnice.

**Let's face it**, Seinfeld era amuzant fara sa aiba vreun subiect anume. Se tot laudau ei ca reusesc sa scoata ceva bun dintr-un show "despre nimic" si... sa fim seriosi, putem sa-i contrazicem? :)

1. Seinfeld incepe, trece prin mai bine de 8 ani de filmari si se termina cam la fel. Prima conversatie din primul episod, dintre George si Jerry, este despre un buton. In ultimul episod, cand stau in inchisoare, ultimul dialog al serialului este despre acelasi buton.
2. In apartamentul lui Jerry din serial, acesta are pe un perete un tablou care infatiseaza un Porsche 911 de culoare neagra. Jerry Seinfeld este si in viata reala un impatimit al masinilor Porsche.
3. Jerry Seinfeld a refuzat oferta NBC de a face un al zecelea sezon al serialului, cu toate ca televiziunea i-a promis ca-l imbogateste cu 110 milioane de dolari.
4. Putini stiu insa motivul pentru care Jerry Seinfeld a decis ca 9 sezoane sunt suficiente: a fost inspirat de trupa The Beatles, care s-a despartit dupa 9 ani de activitate.
5. Seinfeld este unul dintre primele sitcomuri care are mare succes in ciuda scenelor filmate afara - care, fie vorba-ntr-unu, nu sunt putine si nici scurte.
6. Personajul lui George Constanza este bazat pe unul dintre prietenii din viata reala ai lui Jerry Seinfeld, Mike Constanza. Acesta l-a dat insa in judecata pentru defaimare si calomnie din cauza ca i-a fost folosit numele. Spera sa obtina peste 100 de milioane de dolari in urma procesului. Din fericire insa pentru noi toti, cazul a fost respins in instanta.
7. De-a lungul serialului, Kramer nu spune aproape niciodata 'Yes'. Singurele sale incuviintari sunt variatii: 'Yup', 'Yeah', 'Giddyup' si asa mai departe. In 8 ani, exista doar doua episoade in care Kramer raspunde afirmativ cu 'Yes': The Puffy Shirt si The English Patient.
8. Renumitul regizor Steven Spielberg a spus candva ca, in timpul filmarilor pentru Schindler's List, a ajuns intr-o stare atat de avansata de depresie incat a fost nevoit sa se uite la episoade de Seinfeld pentru a se mentine pe linia de plutire din punct de vedere psihic.
9. Inainte de difuzarea primului episod din serial, Jerry Seinfeld l-a intrebat pe bunul sau prieten, Jason Alexander, ce crede despre sansele de reusita ale sitcomului. Acesta a spus ca show-ul tv nu are nicio sansa, pentru ca publicul care s-ar uita la asa ceva este format din el insusi, iar el nici macar nu se uita la televizor.
10. De-a lungul serialului, s-au incetatenit in limba engleza mai multe expresii: 'Yada yada yada', 'No soup for you' si 'Not that there's anything wrong with that'. Tot datorita sitcomului, in slang-ul american circula acum cuvinte precum 'festivus', 'spongeworthy' sau 're-gifter'. De fapt, intregul lexicon construit in Seinfeld este un subiect abordat de Jerry Seinfeld in cartea sa, *Seinlanguage*.
11. Dintre cele patru personaje principale, Kramer este singurul care nu are niciodata un monolog interior. E singurul personaj ale carui ganduri nu sunt niciodata dezvaluite.
12. Seinfeld este unul dintre cele trei seriale americane care au inregistrat maxima audienta cu episoadele din finalul tuturor sezonelor, clasandu-se pe locul intai in topul rating-urilor. Pentru ca stim ca sunteti curiosi, celelalte doua show-uri tv sunt **I love Lucy** si **The Andy Griffith Show**.
13. Julia Louis-Dreyfus, actrita care o interpreteaza pe Elaine, nici macar nu a stiut ca serialul are un episod-pilot pana cand acesta nu a aparut pe un DVD din boxset-ul din 2004. Evident, nu a stiut pentru ca nici nu aparea in el.
14. Personajul lui Kramer a devenit atat de popular, incat aplauzele de la intrarile sale in decor au devenit prea lungi... sau cel putin asa se plangeau restul actorilor. Regizorii au cerut in mod specific publicului prezent la filmari sa nu mai aplaude atat de mult cand Kramer apare in peisaj.
15. In timpul difuzarii finalului serialului, MTV a rulat numai desene animate special facute sa incapa in limita timpului reclamelor din timpul Seinfeld, pentru ca publicul sa poata urmari ambele canale fara teama ca ar putea pierde ceva - un gest frumos din partea concurentei.

( sursa internet )

## STIRI MONDENE

☎ Actorul David Prowse, cel care se ascundea sub masca ui Darth Vader în celebra serie Star Wars, va trebui să pună capăt carierei sale cinematografice, din cauza unei boli crunte care îl împiedică să mai joace. Chiar dacă urmează un tratament, actorul (în vârstă de 79 de ani ) a declarat că medicamentele funcționează, iar starea sa nu se îmbunătățește deloc.

☎ Beyoncé (33 de ani), una dintre cele mai îndrăgite dive ale lumii, nu este prea simpatică în viața de zi cu zi. Artistei îi cam place băutura, iar atunci când o ia pe ulei, își altoiește soțul. Presa de peste Ocean pune ieșirile divei pe seama vieții agitate pe care aceasta o duce, dezvăluind că artista este în pragul unei depresii crunte, mai ales că mariajul ei cu rapperul american este pe butuci.

☎ Actrița americană Anglina Jolie, în vârstă de 39 de ani, a suferit un accident în timp ce se întorcea de la premiera filmului "Unbroken", de la Writers Guild Theatre din Beverly Hills. Din cauza vitezei și a carosabilului umed, mașina în care se afla vedeta hollywoodiană a derapat într-o curbă. Două cauciucuri ale automobilului au explodat. După accident, Angelina Jolie a fost dusă acasă cu o a doua mașină

☎ Vedeta de la Bollywood Veena Malik a fost condamnată la 26 de ani de închisoare de un tribunal din Pakistan după ce a apărut, alături de soțul ei, la un matinal TV, în luna mai, unde au reconstituit nunta lor, fiind înconjurați de câțiva muzicieni care cântau o piesă religioasă despre cununia fiicei profetului Mohammed. Pe lângă închisoare, pedeapsă la care au fost condamnați și soțul actriței și directorul postului de televiziune, diva de la Bollywood mai trebuie să plătească și o amendă de 19.000 de dolari, judecătorul amenințând că îi va scoate proprietățile la vânzare pentru a o achita.

☎ Madonna s-a reîntors în Malawi însoțită de cei doi copii ai ei adoptați din această țară și de un staff de alte nouă persoane, unde a vizitat un orfelinat. Mai mult, cântăreața este decisă să o adopte pe Maria, o fetiță cu care a postat mai multe fotografii pe Instagram.

☎ Actorul în vârstă de 27 de ani Mohammed Abdi, care a jucat alături de Tom Hanks în filmul "Căpitanul Phillips", în rolul unui pirat somalez, a fost condamnat la doi ani și jumătate de închisoare pentru o agresiune extrem de gravă comisă asupra unui bărbat, care a suferit vătămări cerebrale. Bărbatul a fost imobilizat, legat și aruncat apoi într-un autovehicul de către agresor, cu ajutorul a doi complici. Complicii lui, Mohammed Omar Ali, în vârstă de 33 de ani, și Hamid Hassan, în vârstă de 27 de ani, și-au recunoscut vinovăția și au fost condamnați la câte doi ani de închisoare.

☎ Maria Jose Alvarado, Miss Honduras, care zilele trecute fusese dată dispărută, a fost găsită moartă împreună cu sora ei. Acestea erau îngropate în nisip la malul unui râu, nu departe de casa lor. Principalul suspect este iubitul surorii sale, care a fost deja arestat. Șeful poliției, Ramón Sabillón, a declarat în cadrul unei conferințe de presă că ar fi vorba de o crimă din gelozie. Plutarco Ruiz și-a împușcat iubita după ce s-au certat pentru că aceasta a dansat cu un alt bărbat, iar apoi a ucis-o și pe sora ei, pe Miss Honduras, Maria Jose, împușcând-o de două ori în spate în timp ce încerca să fugă.

☎ Aflat în plină promovare a comediei "Dumb and Dumber 2", Jim Carrey și-a deschis propriul sau sălon pe Hollywood Boulevard din Los Angeles și a făcut pe frizerul. Vedeta și-a intrat de minune în rolul frizerului nebun și imaginile cu el au făcut înconjurul lumii.

☎ După ce a părăsit-o pe Vanessa Paradis, cu care avea o relație de 14 ani și doi copii, pentru a fi împreună cu frumoasa Amber Heard, acum, Johnny Depp este cel înșelat. Potrivit unei publicații, frumoasa lui logodnică, de care s-a îndrăgostit pe platourile de filmare ale producției "Jurnalul unui iubitor de rom", l-a înșelat pe starul din "Pirații din Caraibe" cu un alt actor celebru de la Hollywood, mult mai tânăr și înșurat.

☎ În vârstă de 62 de ani, starul hollywoodian Jeff Goldblum s-a căsătorit pentru a treia oară. Aleasa sa este Emilie Livingston, care are 31 de ani. Ceremonia a avut loc la hotelul Chateau Marmont din Los Angeles. Jeff Goldblum a cerut-o în căsătorie pe Emilie Livingston, care este actriță și gimnastă, în iulie 2014, în timpul unei vacanțe în Hawaii.

☎ Celebra cântăreață irlandeză Dolores O'Riordan, solista a formației "The Cranberries", a fost arestată pentru 24 de ore, după ce ar fi agresat o însoțitoare de bord și un polițist, în timpul unui zbor care venea de la New York.

☎ Justin Timberlake (33 de ani) este în al nouălea cer. Cântărețul și actorul a aflat că soția lui, Jessica Biel (32 de ani), este însărcinată, cuplul urmând ca în câteva luni să devină, pentru prima oară părinți. Cei doi sunt căsătoriți de doi ani și, însă au existat de câteva ori în acest interval de timp zvonuri cum că ar urma să divorțeze. Cu toate acestea, nu au ieșit niciodată în public să lămurească situația, preferând să pună la suflet astfel de speculații și să își continue povestea de dragoste departe de ochii curioșilor.





# 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.

📖 **Remember - Yitzhak Rabin - Prim-ministrul israelian Yitzhak Rabin este împușcat mortal după ce a participat la un miting de pace care a avut loc in Kings Piața Tel Aviv în Israel. ( Au fost prezentate documente,filme documentare,poze );**

📖 Cercetătorul Bogdan Constantin Dogaru, arhivist la Serviciul Județean al Arhivelor Naționale Vrancea în parteneriat cu Comunitatea Evreilor din Focșani, au invitat membrii comunitatii si prietenii la Sediul Comunitatii din Focsani ,cu ocazia lansarii volumului „ Evreii din Judetul Putna- Vrancea in armata romana (1913; 1916- 1919)”

📖 „Ziua Mondială a Diabetului”. Evenimentul are ca scop să ofere o mai bună informare persoanelor care suferă de diabet, reprezentând și o manieră de implicare și de informare a membrilor comunitatii;

📖 Expozitie de pictura – Tema / Shabbat Shalom – Expozitie realizata de elevii din Ramnicul Sarat la Sinagoga Evreiasca din Ramnicul Sarat ( 1 );

📖 Jurnalista Janine Vadislav a lansat două cărți, care au apărut în acest an la editura Terra, respectiv „Omul negru” și „Veghea cuviosului Vili Glaser”. Alaturi de iubitorii de literatură au fost prezenti si membrii comunitatii la Galerile de Artă din Focșani. Cărțile au fost prezentate de criticul și istoricul literar Ionel Necula de la Uniunea Scriitorilor din România, eseistul Lili Goia și conferențiar doctor Costică Neagu. Evenimentul realizat cu sprijinul Consiliului Județean Vrancea și al Centrului Cultural Vrancea;

📖 Membrii Comunitatii ,prietenii au participat pe parcursul săptămânii ( 17-21 noiembrie 2014) la activități diverse :un spectacol intitulat “De Veghe În Lanul de Ocară”, “o adaptare după o adaptare”, un concert de muzică terapeutică susținut de compozitorul timișorean Gheorghe Iovu. “Concertul organizat de Asociația pentru Voluntariat Vrancea, în parteneriat cu Ateneul Popular ;

📖 Cu ocazia împlinirii a 96 de ani de la Marea Unire din 1918, Casa de Cultură a Sindicatelor “Leopoldina Bălănuță” Focșani a invitat membrii comunitatii la expoziția documentară intitulată “Romania. Documentele Unirii din 1918”.Aceasta cuprinde documente ale vremii, ecouri din presa internă și internațională, portrete ale oamenilor politici care au avut un aport însemnat în realizarea Unirii. Sunt prezentate hărți ale campaniilor militare din 1917, înainte și după căderea Bucureștiului, pagini din jurnalul Regimentului 2 Vanători (care a luptat la Mărășești), dar și scrisori și telegrame de solidaritate ale oficialilor străini ;

📖 Serata muzicala - Jerome Kern ;

📖 Recent Comunitatea Evreilor din Focsani a fost onorata din nou cu vizita Fam. Locht ( Olanda );

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

***r\_mircea67@yahoo.com , ce\_focsani@yahoo.com***

Așteptam 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.

*Parte din informatii sunt preluate din diverse surse ,*

*reviste,website-uri sau mijloace media !!!!!*



## Maxime si cugetari despre batranete

- ”Unele vietii se aseamana cu acele flori care infloresc si raspandesc parfumul lor pe inserate”** Autor necunoscut
- ”Cand omul imbatraneste, intra in epoca metalelor: dintii sunt de aur, parul de argint, iar picioarele de plumb.”** Autor necunoscut
- ”La batranete povara experientei e atat de mare incat ne tremura picioarele.”** Valeriu Butulescu
- ”Lucrurile ar fi mult mai bune daca batranii ar fi pretuiti la fel ca si mobila veche.”** Autor necunoscut
- ”Batranetea este o boala de care nu scapa nimeni? Dimpotriva, tineretea este o boala din care ne revenim la batranete.”** Autor necunoscut
- ”Cand oamenii iti spun: “Ce tanar arati!” inseamna ca nu mai esti tanar”** Autor necunoscut
- ”Nu ma consider batran. Sunt doar un tanar care sufera de o boala: batranetea.”** Autor necunoscut
- ”Batranetea este pretul pe care trebuie sa-l platim ca sa ajungem la intelepciune.”** Autor necunoscut
- ”Pentru cel ignorant batranetea este ca o iarna. Pentru cel intelept, ea este vremea secerisului.”** Autor necunoscut
- ”Cei obsedati sa mai adauge cativa ani la viata lor ar face bine sa mai aduce ceva viata la anii lor.”** Autor necunoscut
- ”Nu te plange ca ai ajuns la batranete! Multora li s-a refuzat acest privilegiu.”** Autor necunoscut
- ”Batranetea este verdictul vietii.”** Amelia Barr
- ”Cel mai greu lucru cu imbatranirea este ca trebuie sa asculti de copiii tai.”** Autor necunoscut
- ”Primul semn de senilitate este sa crezi ca le stii pe toate.”** Autor necunoscut
- ”Oamenii nu se opresc din joaca pentru ca imbatranesc, ci imbatranesc pentru ca nu mai stiu sa se joace.”** Autor necunoscut
- ”Daca iti porti copilaria cu tine, nu vei imbatrani niciodata.”** Abraham Sutzkever
- ”Cu cat s-a scurs mai mult nisip prin clepsidra vietii noastre, cu atat mai clar ar trebui sa vedem prin ea.”** Jean Paul
- ”Pe masura ce imbatraneste cineva, vorbeste mai putin si spune mai mult.”** Autor necunoscut
- ”Tineretea e timpul de a invata intelepciunea; batranetea e timpul de a o aplica.”** Jean-Jacques Rousseau
- ”Un batran indragostit este asemenea unei flori in florite iarna.”** Autor necunoscut
- ”Traieste o viata buna, onorabila. Cand vei imbatrani si vei privi inapoi, vei putea sa te bucuri de ea a doua oara.”** Autor necunoscut
- ”Cel mai bun lucru pe care-l poti aduna pentru batranete esti tu insuti.”** Autor necunoscut
- ”Batranetea este varsta la care stii toate raspunsurile, dar nu te mai intreaba nimeni nimic.”** Autor necunoscut
- ”Ceea ce e trist nu e ca esti batran, ci ca nu mai esti tanar.”** Al. Dumas, fiul
- ”Intelepciunea batranilor, o mare eroare. Ei nu devin mai intelepti, ci mai prudenti.”** Ernest Hemingway
- ”Varsta nu aduce intotdeauna intelepciune, uneori ea vine cu mana goala.”** Autor necunoscut
- ”Batranetea incepe atunci cand crezi ca poti face toate lucrurile ca si in tinerete, dar le lasi intotdeauna pe maine.”** Autor necunoscut
- ”Pregatirea pentru batranete trebuie sa inceapa in adolescenta. Daca ai trait fara rost pana la 65 de ani, nu ti se va umple viata de sens numai pentru ca ai iesit la pensie!”** Autor necunoscut
- ”Ghiociei de la temple vestesc primavara unei alte vietii”.** Autor necunoscut
- ”Cand nu mai ai dreptul sa te numeri printre cei tineri, acestia ti se par dintr-o data foarte necugetati”.** Autor necunoscut
- ”Varsta inimii nu are nimic de a face cu culoarea parului.”** Autor necunoscut
- ”Zilele bune din trecut” erau pe gustul meu: ritmul era mai lent si eu eram mai iute”.** Autor necunoscut
- ”Multi oameni se pastreaza inca tineri la saptezeci de ani pentru ca stiu sa rada sanatos de aceia care au imbatranit deja la douazeci”.** Autor necunoscut
- ”Pentru cel ignorant, batranetea este ca o iarna; pentru cel intelept ea este vremea secerisului.”** Autor necunoscut
- ”Patruzeci este varsta batranetii pentru cei tineri, cincizeci este varsta tineretii pentru cei batrani”.** Victor Hugo
- ”Stii ca ai imbatranit cand lumanarile de pe tort costa mai mult decat tortul”.** Autor necunoscut
- ”Un tanar batran va fi un batran tanar.”** Benjamin Franklin
- ”Toți oamenii vor să trăiască mult, dar nimeni nu vrea să fie bătrân.”** Jonathan Swift
- ”Intelegem ruinele atunci cand ajungem si noi ruine.”** Napoleon Bonaparte ( Relat Cahane – Israel )



**Antoine Laurent de Lavoisier** (n. 26 august 1743; d. 8 mai 1794) a fost un chimist, filozof și economist francez. În 1771 s-a căsătorit cu Marie-Anne Pierrette Paulze care avea atunci 13 ani. Lavoisier a fost decapitat pe ghilotină de revoluționarii francezi. Deși a fost respectat pe vremea sa, el a avut mai multe erori. De exemplu, a greșit când a spus că toți acizii conțin oxigen, dar la acea vreme nu fusese descoperit încă acidul clorhidric. A clasificat substanțele anorganice în oxizi, baze, acizi și săruri. De asemenea, el a elaborat o listă a tuturor elementelor chimice cunoscute atunci și a enunțat legea conservării masei substanțelor. A introdus noțiunea de element chimic și a demonstrat că tot ce ne înconjoară este compus din elemente chimice. De asemenea, a dovedit că arderile care se produc în aer au loc deoarece acesta conține oxigen.

**Étienne Lenoir**, numele său complet, Jean Joseph Etienne Lenoir este născut în Mussy-la-Ville la 12 ianuarie 1822 și a murit în Saint-Maur-des-Fosses (în special în La Varenne-Saint-Hilaire) la 3 august 1900, este un inventator belgian naturalizat francez. Autodidact, și custode al multor brevete în diverse domenii, Lenoir este cel mai bine cunoscut ca inventator, în 1860, primul motor cu aprindere prin operațiune: un motor în doi timpi, folosind gaz de cărbune drept combustibil.

**Sir Oliver Lodge Joseph** (12 June 1851 – 22 August 1940) a fost un pionier în domeniul științei și tehnologiei care a condus la dezvoltarea de radio. În afară de activitatea sa în domeniul fizicii și tehnologiei de radio, el a fost cunoscut pentru interesul său în paranormal, și a scris o carte despre comunicarea cu fiul său, care au pierit în Primul Război Mondial mai târziu în viața, a predat larg cu privire la existența lumii spirituale. Lodge a fost membru al Societății de Cercetare Psihica și a servit ca președinte de la 1901 la 1904. El a fost, de asemenea, un membru al Asociației Britanice pentru Progresul Științei. În 1898 Lodge fost decorat cu Medalia Rumford al Societății Regale din Londra. King Edward VII din Marea Britanie cavalier Lodge în 1902.

**Guglielmo Marconi** (Bologna, 25 aprilie 1874 - Roma, 20 iulie 1937) a fost un fizician, inventator, antreprenor și politician italian. El a fost responsabil pentru dezvoltarea timpurie a unui sistem de comunicare eficient cu telegrafie fără fir prin intermediul undelor radio sau departamente de radio care au obținut expansiune remarcabilă, evoluția care a condus la dezvoltarea de sisteme moderne și metode de comunicare fără fir, cum ar fi radio, televiziune și, în general, toate sistemele care folosesc comunicații fără fir. La 10 decembrie 1909, la Stockholm Guglielmo Marconi a primit Premiul Nobel pentru fizică, în comun cu fizicianul german Karl Ferdinand Braun. Motivația al Academiei Regale de Științe a Suediei recitat: "... în semn de recunoaștere a contribuției aduse la dezvoltarea telegrafiei fără fir". În anul 1929, la cererea Papei Pius al XI, a fost responsabil de supravegherea construcția primului post de radio la Vatican.

**Frații Montgolfier:** Joseph-Michel Montgolfier (n. 26 august 1740 în Annonay lângă Lyon - d. 26 iunie 1810 în Balaruc-les-Bains) și Jacques-Étienne Montgolfier (n. 6 ianuarie 1745 în Annonay - d. 2 august 1799) au fost descoperitorii balonului cu aer cald. În decembrie 1782 întreprind în Annonay, locul lor de baștină, prima încercare cu un balon umplut cu lână, fân și aer încălzit, încercare încununată de succes. Frații ajung la concluzia că fumul este forța care contribuie la înălțarea aerostatului, din care cauză folosesc materiale care produc mult fum. La 5 mai 1783 îmbunătățesc peretele balonului, care va fi construit din in căptușit cu hârtie. Zborul, asistat de public, durează un timp de zece minute, atingând o înălțime de 1500 m. Frații fac un experiment cu un balon care se înalță cu trei animale (un miel, o rață și un cocoș), în prezența regelui; animalele supraviețuiesc zborului cu balonul. Drept urmare, regele aprobă să se facă încercări și cu oameni. La 21 noiembrie 1783 balonul se înalță cu primii oameni, fizicianul Pilâtre de Rozier și ofițerul Marquis d'Arlandes. Zborul durează 25 de minute fără incidente. Încercarea următoare, la 1 decembrie 1783, se va face cu un gaz mai ușor decât aerul, folosindu-se hidrogenul. Jacques Charles zboară astfel în Paris pe o distanță de 3 km. Primul zbor cu un om la bordul unui balon în afara Franței a avut loc lângă Milano la 25 februarie 1784.

**Karl Wilhelm Otto Lilienthal** (n. 23 mai 1848 în Anklam, Germania – d. 10 august 1896, Berlin, după un accident cu unul dintre aparatele sale de zbor) a fost un pionier al aviației germane. Conform cunoștințelor actuale, el a fost primul om care a reprodus cu succes zborul cu un aparat de zbor iar astfel a ajutat la introducerea principiului de zbor mai greu decât aerul. Experimentele sale au dus la descrierile fizicii (portanța) al aripilor aparatelor de zbor, la planor, dezvoltat mai departe de frații Wright valabile până în prezent. Producția aparatelor de zbor în fabrica lui Lilienthal, a fost prima producție în serie de avioane.

Articol primit de la prof. Vasile Buruia



## PROPRIETATILE ENERGETICE SI VINDECATOARE ALE COPACILOR

( 1 )

Pana in zilele noastre, copacii ne dau energia lor. Noi primim de la verdele care ne inconjoara nu numai oxigen, ci fara sa ne dam seama ne folosim de el ca de un prim ajutor in cazul caderilor energetice. Simtind slabiciune, instinctiv ne rezemam spatele de un copac si ne refacem fortele.

Unii dintre copaci stiu sa dea energie omului – acestia se numesc *donori*, iar altii, dimpotriva, iau energia, de aceea si actioneaza in alt fel: *calmeaza si dau putere, vindeca si usureaza durerile*. Alaturi de horoscopul stelar, exista si asa-numitul horoscop al druizilor, unde fiecarui om, in functie de data de nastere, ii corespunde un copac.

La diferite specii de arbori exista perioade anumite de liniste si de trezie din punct de vedere al energiei. Iarna potentialul energetic scade pina la 50-70 la suta la copacii carora le cad frunzele, iar la cei care sint tot timpul verzi scade pina la 15-25 la suta. In medicina populara se vorbeste foarte mult despre dendroterapie sau vindecarea bolilor cu ajutorul copacilor. In secolul nostru nu este simplu sa iti gasesti timp pentru o plimbare prin padure, iar principiul de baza al fiecarei terapii, se stie, este regularitatea procedurilor intreprinse.

Este necesar sa mentionam, de asemenea, ca arborii au unii energie pozitiva, altii energie negativa. Spre exemplu, energia pozitiva este proprie mesteacanului, stejarului, pinului, catanului, artarului, teiului, frasinului, salciei. Acesti arbori ne alimenteaza cu energia lor vitala, dind sanatate organismului uman. Arborii cu energie negativa sint plopul, plopul tremurator, bradul, platanul, malinul, arinul. Acesti arbori absorb energia din corpul omului si, o data cu ea, extrag si durerea, eliminind din organism energia daunatoare.

Perioadele de activitate a arborilor

**Mesteacanul.** Intre orele 2.00 si 3.00 (ora Bucurestiului), mesteacanul se afla in perioada de pauza. Perioada activa este cuprinsa intre orele 4.00 si 8.00 (valoare maxima - in restul timpului nu se obtine efectul maxim). Energia mesteacanului este moale, cu efect linistitor. Persoana apasata de stres se lipeste de scoarta mesteacanului, varsa lacrimile cuvenite, iar dupa ce a fost eliminat stresul, linistea suflenteasca revine.

**Stejarul** Este in repaus intre orele 14.00 si 16.00. Perioada cea mai activa este intre orele 21.00 si 3.00 dimineata. Energia stejarului este puternica, atotstapinitoare. De stejar nu te poti apropia oricum. Cei ce sint iritati, plini de nervi, ar face mai bine sa nu se apropie de un stejar. In prima etapa este nevoie de energia unui plop tremurator sau a unui arin, pentru a scapa de starea de nervi si, abia dupa aceea, ne putem apropia si de stejar, pentru a beneficia de aportul energiei sale.

**Pinul** La fel ca toate coniferele, pinul este in permanenta activ (fara pauze). Energia pinului este puternica. El este capabil sa preia orice depresie, preia si anihileaza socul psihico-emotional de la persoana afectata.

**Artarul** Perioada de repaus a acestui arbore este intre orele 3.00 si 4.00, iar cea de activitate intre orele 6.00 si 9.00. Energia artarului este moale, relaxanta si aduce intr-o stare de armonie invelisul energetic (aura) al omului. De asemenea, deochiul este cel mai bine alungat sub coroana unui artar.

**Frasinul** Are o energie pura, subtila. Aceasta purifica foarte bine cimpul energetic uman si redreseaza si psihicul. In apropierea unui frasin este recomandabil sa meditam, aici realizindu-se o concentrare puternica a atentiei. Frasinul inregistreaza un maxim al activitatii intre orele 10.00 si 12.00. Acest arbore se recunoaste usor dupa semintele ca niste elice.

**Castanul (salbatic)** Este activ intre orele 12.00 si 14.00, perioada de pauza fiind intre 6.00 si 7.00. Energia castanului elibereaza, genereaza fantezie, dar exagerarea contactului cu acest arbore poate duce la halucinatii.

**Teiul** Acest arbore se afla in repaus intre 5.00 si 6.00, fiind activ intre orele 1.00 si 5.00. Energia teiului este de factura moale, blinda. Senzatia pe care o da energia teiului este de caldura si pace. In China teiul este numit (si nu degeaba) copacul uitarii.

**Salcia** Repausul salciei este intre 1.00 si 2.00, iar activitatea intre 17.00 si 20.00. Energia salciei este moale, calmanta, relaxanta, capabila sa refaca organismul ce revine in contact cu energia ei. In preajma salciei trece senzatiile de furie si oboseala. Salcia este capabila sa ne scape de durerile de cap si sa readuca armonia in intregul organism.

**Plopul** Pauza este intre orele 3.00 si 4.00, iar activitatea intre 14.00 si 17.00. Energia este uniforma, moderata, mobilizeaza fortele din noi in directia dorita, realizeaza corectia psihicului. Daca imbratisam plopul pentru citeva minute, scapam de oboseala. Dar nu este bine sa exageram, caci se produce un retur al energiei, ceea ce da senzatia de ameteala.

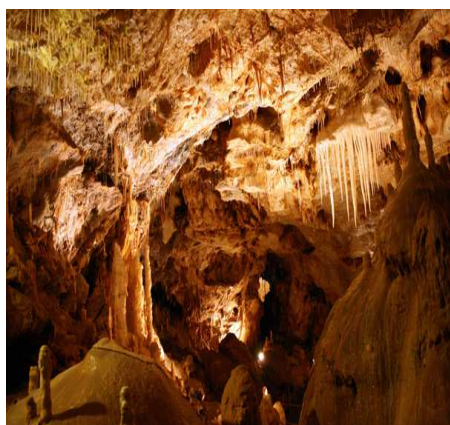
( articol primit de la Avram Faibis )



## La pas prin tara

### Biserica de sub lac de la Beliş

**Belis** este un sat situat in Transilvania, la altitudinea de peste 1000 m, in zona Muntilor Gilau si Bihor Vladeasa, in inima Tarii Motilor. Foarte aproape se afla Lacul de acumulare Belis-Fantanele ce ofera privelistea unui baraj hidrografic superb. Belisul a fost pentru prima data mentionat in documente oficiale in anul 1737 (se presupune ca acest sat a fost intemeiat de catre ciobanii care erau in trecere cu oile in perioada de pasunat. Datorita faptului ca zona era prielnică cresterii ovinelor, ciobanii au inceput sa isi construiasca aici locuinte permanente). Ascunsa de ochii oamenilor, **Biserica de sub lac de la Belis**, Cluj ce dateaza tocmai din secolul XIX iese la iveala numai pe timpul verilor toride, veri sarace in ploi. Este singura urma care a mai ramas din Belis. In restul anului, cand e inundata pana-n varf, daca vrei sa-i afli fundatia trebuie sa o cauti pe la 30 de metri sub apa in costum de scafandru. De remarcat este faptul ca in ciuda conditiilor atat de nefavorabile biserica a ramas in picioare si inca se mai pot distinge portrete din vechile fresce intruchipand ingeri si scene biblice cunoscute. Inainte ca biserica sa fie inghitita de ape definitiv, aceasta era vizibila de orinde te uitai deoarece era construita pe o magura, iar casele locuitorilor moti erau construite in jurul ei. *Casele din lemn ale motilor erau stranse in jurul ei, legate de ea prin fire nevazute. Bateau vanturi mari si casele nu se lasau duse de langa biserica. Cadeau ploi grozave si biserica cea de piatra se zarea ca un varf puternic in mijlocul panzelor de apa si atunci casele de lemn prindeau curaj si ramaneau tintuite de pamant in ciuda potopului. Apoi veneau ninsori grele care acopereau totul si numai turla bisericii ramanea afara dintre zapezi, pe cand casele erau numai niste mogaldete marunte, sufocate de albeata omatului. Motii ieseau dinlauntru si primele carari pe care le faceau in zapada erau acelea catre biserica.*



Legenda spune că, pe vremea comunismului, în sat, s-a anunțat că o viitură puternică avea să vină. Această veste a ajuns și la urechile celor de la București, care au hotărât să ridice un baraj puternic în jurul satului, iar toți locuitorii să se mute pe dealul neroditor al ungarilor. Atunci, biserica, simbolul satului Beliş, a fost evacuată. Au fost luate icoanele, candelabrele și tot ceea ce se putea lua din biserică, încărcate într-un car și duse cât mai departe de viitura care avea să lovească satul. Odată cu locuitorii, a fost mutat și cimitirul, care înconjură biserica. Locuitorii, împreună cu preotul satului, au mutat osemintele în noul sat. Ultimii care au plecat au fost mortii. Intregul sat a scoborât din Coasta Ungurului ca un animal cu mii de picioare și a năpădit cimitirul. Fiecare familie a scormonit în morminte ca să ia osemintele. Parintele a făcut o slujbă frumoasă, apoi mortii au fost puși în carute și urcați cu boii pe deal. La fiecare răsucire de drum se opreau și parintele rostea rugăciuni și folosea cadelnita cu tamaie. Oamenii priveau tăcuți înapoi, încruntați, către viața lor trecută ce urma să fie acoperită cu ape. După retragerea localnicilor, apa a năvălit asupra satului iar biserica a dispărut încetul cu încetul în lac, iar în locul ei a rămas doar un luciul de apă. Pentru turiști, silueta lăcașului de cult ce iese de sub ape în fiecare vară secetoasă a devenit obiectiv trecut pe lista “de vizitat”.

Datorita peisajului de munte, zona Belisului este recomandata pentru tratamentul surmenajului fizic si intelectual. In apropierea Belisului, turistii au multe lucruri de vizitat biserica fortificata de la Valeni, bradul lui Horea din padurea Scorusel, cetatile Radesei, Cheile Galbenei si Izbulul Galbenei,

**Mircea R.**



**Din interviul d/nei Livia Diaconescu**

**- Episodul 9 -**

**Ciuciu Anca**

..... Soțul meu s-a supărat foarte tare și nu i-a mai vorbit, dar nu cred că era vina ei ci a mediului în care a fost crescută. [Mediul sătesc este plin de surpeștiții legate de imaginea străinului, cu atât mai mult dacă este de altă religie, ca de ex. turci, evrei; probabil ca mătușa soțului s-a temut chiar pentru mântuirea sufletului ei sau că a atras ghinionul asupra casei sale dacă a intrat acolo un evreu].

Când Gabriel a mai crescut, am mers în concedii la munte. La Marea Neagră a mers cu soțul meu, pentru că eu nu mai am voie [din cauza problemelor de sănătate] Eu doar i-am vizitat câteva zile. Gabriel a mers în tabere școlare, la Năvodari [langa Marea Neagră; se organizau trenuri anume numai cu copii școlari și preșcolari, care mergeau în tabere speciale, și care erau strict supravegheate de profesori]. O dată după ce s-a întors l-am căutat mult după ce se golise trenul și nu-l găseam, eram disperată. Pe peron rămăsese ceva mic, slab și bronzat. Era Gabriel.

Gabriel a fost un copil cuminte, a făcut școală în cartierul Floreasca, unde locuim, pe urmă Liceul D.Cantemir, care era un liceu bun. Deși îi plăcea să citească mult, tot felul de cărți, avea aplicație către știință și a făcut Politehnica, Mecanică, secția de motoare termice. După absolvire a fost încadrat la Institutul Național de Motoare Termice, unde a lucrat până când a emigrat în Israel în 1987. S-a căsătorit cu Carmen Matei. Tatăl ei era director la Cooperăția meșteșugărească iar mama lucra la Ministerul Industriei Ușoare. Nora mea este creștin ortodoxă. S-au cunoscut la facultate, a făcut tot Politehnica, s-au căsătorit în 1979 în București și au trei copii. Diana născută în 1981 în București, fata cea mare, s-a căsătorit anul acesta, în 2003, cu un român originar din Timișoara. El este expert în calculatoare, iar ea este studentă la medicină la McGill, în Canada. Băiatul cel mijlociu, Marius născut în 1984, în București, vrea să facă tot medicină și învață acum în Canada la o școală evreiască. Și cel mic, care s-a născut în Israel în 1987, învață tot la o școală evreiască.

Gabriel, fără să aibă o educație specială în sens religios, a fost lăsat să aleagă ce religie dorește la maturitate. Probabil că a avut o chemare spre iudaism, pentru că a plecat în Israel, unde a stat 7 ani. Locuiește acum cu familia la Montreal, s-a mutat în Canada în 1994 din cauza unei noi oportunități profesionale, ține ambele sărbători, evreiești și creștine. Se sărbătorește și Crăciunul, e o sărbătoare veselă, se face bradul, se cumpără cadouri, se sărbătorește chiar și Halloween-ul.

În cercul nostru de prieteni, multă lume se lauda cu excursiile peste hotare în țările socialiste [Ungaria, Bulgaria, Cehoslovacia, U.R.S.S, Polonia, R.D.G etc.]. Eu tăceam, nu aveam nimic de spus. Soțul meu a hotărât că așa nu se mai poate și m-a trimis prima dată în Cehoslovacia, în excursie cu autocarul. Mi-a plăcut foarte mult și regretam că sunt singură, el era ocupat. Pe urmă am fost la Viena, o lună, la un văr al mamei și la Paris în 1976, la fratele mamei, Oscar Finkelstein, cu care am păstrat legătura. Și la Paris și la Viena, am fost la muzee, la spectacole, chiar și în cimitir. La întoarcere am tremurat, pentru că aveam în bagaje cărți ale lui Soljenițan .

Ascultam Europa Liberă cu sfințenie în perioada comunista. La un moment dat un procuror a fugit din țară și a făcut la radio un comentariu pozitiv la adresa soțului meu. Nu știu dacă a fost deranjant pentru soțul meu, care era în continuare procuror. Ascultam la acest radio cum se purta Securitatea cu cei care lucrau și cum încercau să-i elimine fizic.

Rudele mele sunt înmormântate în locuri diferite. Sora mea Clara și tata sunt înmormântați la Focșani. Soțul meu a făcut special comandă pentru două monumente de marmură pentru ei, a considerat că este de datoria lui. Mama este înmormântată la București, la Filantropia, cimitir evreiesc. Ea a murit în 1964. Iar soțul la cimitirul Izvorul Nou, cimitir creștin, el a murit în 1977. Voiam să-l înmormântez la cimitirul Bellu, dar nu s-a putut în zilele acelea și atunci l-am dus unde am găsit un loc. I-am ținut toate parastasele și astăzi pentru ziua morții. Pentru celelate rude, la înmormântare a participat întotdeauna rabinul, cantorul și cineva din cler a spus Kadish pentru ei. Am păstrat iahrzeit, ziua comemorării morții lor. Ascultam Europa Liberă cu sfințenie în perioada comunista. La un moment dat un procuror a fugit din țară și a făcut la radio un comentariu pozitiv la adresa soțului meu.....

**Din viata comunitatilor evreiesti din Romania**  
**Comunitatea Evreilor din Constanța**



Sinagoga din Constanta



Templul Coral din Tulcea

La invitația Comunității Evreilor din Tulcea și cu sprijinul Federației Comunităților (FCER) și a Joint Distribution Committee România, un număr de 14 evreii constănțeni au luat parte la ceremonia găzduită de Templul Coral din Tulcea (construit între anii 1880-1884. Astăzi, el și o casă, situată în spatele lui, sunt singurele edificii care au mai rămas după sistematizarea din 1985, din cartierul evreiesc, altădată înfloritor, situat pe strada Babadag, nr. 73. Odinioară, comunitatea evreiască din Tulcea număra 3.000 de membri. Azi, templul mai potolește setea de Dumnezeu a 27 de israeliți, dintre care doar 12 sunt evrei puri. În prezent, lăcașul de cult reinaugurat după ample lucrări de reabilitare, între anii 2010-2014, cu un an de pauză, 2011, din lipsă de fonduri, este folosit mai mult ca muzeu. Slujbele se fac rar, atunci când vine oficiantul de cult de la Galați, care trebuie să officieze și la Brăila. Într-un studiu contemporan din „Poveștile Tulcei”, se menționează că ultima căsătorie evreiască la templu a avut loc pe 13 februarie 1977. ) ,ceremonie prilejuită de Anul Nou, 5775.

„Acțiunea este cu atât mai binevenită cu cât la Constanța nu mai există un lăcaș al cultului mozaic, Sinagoga Mare din strada C.A. Rosetti urmând să intre, la rândul ei, într-un amplu proces de restaurare, ca și sediul comunității“, a declarat Sorin Lucian Ionescu, președintele Comunității Evreiești din Constanța.

Membrii comunității constantene au vizitat Muzeul de istorie a evreilor din Tulcea, deschis în interiorul Templului ( la muzeu, se poate vedea o mulțime de fotografii vechi, originale și copii, cu portrete de evrei, documente de arhivă, un fragment din grinda principală de susținere a acoperișului, datând din 1880, un fragment din Tablele Legii, recuperat de la Sinagoga de pe strada Orientului, care acum nu mai există, la fel cum nu mai există nici lăcașul de pe strada Mărășești. Mărturiile despre urmașii lui Moise se află și la parter, unde sunt și băncile de odinioară ale templului, recondiționate, și la balconul unde se urcă pe două scări din lemn, bătrâne ca templul însuși, dar care sunt proaspăt lustruite. De altfel, un miros de „curat”, de casă proaspăt văruită, întâmpină vizitatorul încă de la intrarea în Templul Israelit, dovadă a recente reabilitări. au ascultat mesajul președintelui F.C.E.R. dr. Aurel Vainer, transmis cu ocazia Noului An 5775. Președintele Comunității Evreilor din Constanța, Sorin Lucian Ionescu, a rostit o scurtă alocuțiune și a mulțumit pentru invitația de a sărbători împreună anul nou. Am stabilit legături de prietenie și respect între cele două comunități.





În prezența unui numeros public, prof. dr. Tanase Bujduveanu și-a lansat ultimul volum dedicat evreilor din Dobrogea. La eveniment au fost prezenți prof. dr. Valentin Ciorbea, prof.dr. Marian Cojoc, Sorin Lucian Ionescu, președintele Comunității Evreiești din Constanța, precum și autorul.

În decursul timpului s-a mai scris despre evrei, însă prof. dr. Tănase Bujduveanu abordează în noua sa carte o temă care trezește interesul pasionaților de istorie și a celor care vor să afle mai multe despre trecutul greu încercat al acestui neam. Noua apariție editorială „Evreii din Dobrogea. Situația evreilor din lagărele de muncă“ vine să completeze cu documente istoria comunităților evreiești.

„Problema tratată în prezentul volum se remarcă prin selecția documentară cu privire la situația unor reprezentanți ai comunității evreiești din România, locuitori ai spațiului dobrogean în cea mai amră parte, dar și din restul țării, ajunși motivat sau întâmplător în Constanța anilor tristei și deopotrivă nefastei experiențe totalitare produse între anii 1940-1944. Vorbim astfel despre o sintetică, dar elocventă prezentare a evoluției minorității evreiești dintre Dunăre și Mare, în mod deosebit din Constanța, de la primele atestări documentare până la finele celei de-a doua conflagrații mondiale“, consemnează în prefața noii cărți și prof.univ.dr. Marian Cojoc.



Demersul prof.dr. Tănase Bujduveanu este laudat și din prisma faptului că documentele publicate sunt utile atât pasionaților cât și cercetătorilor din domeniu.

„Autorul a structurat conținutul, astfel încât, în aceeași manieră, pasionatul de istorie, alături de cercetătorul consacrat, să poată urmări documentat evoluția în acest spațiu a evreilor aparținători ramurilor lor consacrate (sefardă, așkenază, kazară). Utilitatea demersului împlinește în fapt un imperativ ce ține de parcurgerea cu răbdare a celor 200 de documente a căror menire este dublată cu certitudine de mărturiile consemnate în scris sau încă în stare orală ce aparțin unora dintre supraviețuitorii, experienței în cauză, neîndoielnic membri ai comunității evreiești din spațiul dobrogean“, mai menționează prof.univ dr. Marian Cojoc.

O valoare în plus a noii cărți „Evreii din Dobrogea. Situația evreilor din lagărele de muncă“ apărută la editura Ex Ponto, vine și din faptul că lucrarea este redactată în limba română, dar are și versiuni în engleză și franceză







**Baia Garnizoanei**



**Garnizoana**

Încununarea jegului erau prăvăliile și locuințele evreilor, în care familiile lor numeroase locuiau precum iepurii în cuști și în fața cărora se înălțau dealuri întregi de gunoaie adunate timp de generații întregi. Vinerea în amurg era destul de interesant să te plimbi printre locuințele evreilor, firește dacă puteai suporta duhoarea, cum spune Mirohorsky, căci în cinstea Șabatului, în toate casele de evrei erau aprinse pe masă atâtea lumânări câți membri erau în familie, părinți, și copiii laolaltă, ceea ce ținând seama de fecunditatea deosebită a neamului israelit, promisă acestuia încă de pe vremea lui Abraham, când li s-a spus „că vă veți înmulți ca nisipul mării”, făcea ca locuințele lor să fie luminate de-a dreptul sărbătorește.

Garnizoana de la Focșani era alcătuită din două detașamente ale regimentului 37 de infanterie al arhiducelui Iosif și detașamentul regimentului 4 de husari al contelui Schlik. Despre ofițerii austrieci boieroaicele spuneau că sunt foarte drăgălași, dar că merg prea mult pe jos, ele fiind obișnuite să ordone înhămarea cailor la trăsură chiar și numai pentru câțiva pași.

Priveliștea care se deschidea din foișorul de foc, cea mai înaltă clădire din oraș și singura pe care Mirohorsky putea să-și fixeze reperele pentru măsurat, este descrisă ca încântătoare. De sus vedea până departe și putea să traseze în unghi aproape drept câteva proiecții pe obiective foarte importante și să le marcheze corect. Foișorul era un turn de lemn, de dimensiuni mari, doar că se clătina tare când bătea vântul, tocmai de aceea nu reprezenta chiar construcția ideală pentru geodez, care era nevoit să aștepte să se potolească vântul și de fiecare dată să se convingă că aparatul stă perfect orizontal.

Nu numai Focșanii au fost în centrul atenției sale, referințe numeroase apar și despre alte orașe, însă prin natura muncii sale, Mirohorsky și-a petrecut mai tot timpul, aproape șapte luni, în mediul rural, fiind cazat în diferite gospodării țărănești și având deci prilejul să cunoască îndeaproape viața, modul de a gândi, obiceiurile și firea țăranilor români, pe care îi laudă sau îi critică după împrejurări, însă acest aspect nu face obiectul articolului de astăzi. Încheie menționând cu cinste numele Ancăi Irina Ionescu, care prin traducerea cursivă, studiul introductiv și notele atașate volumului, a pus într-o nouă lumină o personalitate complexă.



Turn situat în fața bisericii Sf Ioan, exact pe locul actualului Monument al Unirii  
**Articol primit de la Hilda Shefler- Israel**

## Amintiri, ( I )

Relatările din revista "Menora" ale d-nei Livia Diaconescu pe care am cunoscut-o personal și care s-a referit printre altele la fostele mele colege de clasă dela Liceul Evreiesc, Dorothea Ianconescu și Lili Bercovici ( actuală Iancovici ) mi-au dat impulsul necesar să încerc și eu transcrierea unor amintiri legate de respectiva perioadă de învățământ.

Singura colegă cu care am rămas în legătură și care îmi înlesnește de altfel primirea revistei este Lili Iancovici, locuitoare ca și subsemnatul a orașului Haifa.

În primele două clase de liceu compoziția elevilor era mixtă : băieți și fete. În cel de al treilea an, conform dispoziției ministeriale clasele s-au scindat : s-au format clase de fete și clase de băieți. În felul acesta, când am ajuns în clasa treia am rămas ... 4 elevi. S-a întâmplat odată că trei dintre colegi s-au îmbolnăvit și, rămânând singur, am fost "înaintat", în mod virtual desigur, în clasa patra. Unul din cei patru elevi din clasa treia, colegul meu de bancă, a fost Liviu Librescu,



profesorul universitar care a fost omorât de teroriști nu în Israel ci în America, în timp ce predă cursuri la facultate. Programasem să ne reîntâlnim în cursul verii când el urma să vină în Israel pentru a-și întâlni cei doi băieți trăitori aici împreună cu familiile lor. Dar ...

După părerea subsemnatului pot fi interesante câteva cuvinte referitoare la clădirea în care se desfășurau cursurile. Situată pe strada Ștefan cel Mare era o construcție specifică unei instituții de învățământ cu toate anexele specifice. Acolo funcționa grădinița de copii și școala primară de băieți a Comunității la care, în anii de restriște s-a adăugat liceul menționat la începutul acestor rânduri.



Degringolada armatelor germane după înfrângerea dela Stalingrad a produs un mare număr de răniți care, din motive pe care nu le cunosc au fost aduși în număr mare și la Focșani transformând întreaga clădire a liceului în spital.

Înainte de a relata desfășurarea ulterioară a învățământului îmi permit să menționez rolul important pe care clădirea respectivă a avut-o în istoria sionismului. Aici, în anul 1882 a avut loc primul Congres sionist din lume. Ca urmare a acestui Congres, grupuri de evrei din Moinești și din alte localități au imigrat în Eretz Israel punând bazele unor colonii care au devenit ulterior înfloritoarele orașe Roș Pina, Zihron Iakov și altele,

Matei Grisaru