

MENORA

APARITIE
LUNARA

NR.10,
OCTOMBRIE.2013



Revista Menora Focsani



MINIREVISTA COMUNITATII EVREIESTI DIN FOCSANI



MINIREVISTA COMUNITATII EVREILOR FOCSANI

CUPRINS

1. Raftul cu stiri din - Israel		pag.3
2. Raftul cu stiri din – Vrancea	.	pag. 4
3. Povesti cu talc	...	pag. 5
4. Medicina naturista	...	pag. 6
5. Sfatul doctorului	...	pag.7
6. Mozaic	..	pag.8
7. Planeta Umor...	...	pag.9
8. Plantele Medicinale...		pag.10
9. Sfaturi utile	..	pag.11
10. Stiti ca :		pag.12
11. Pagina de istorie	..	pag.13
12. Spioane celebre	...	pag.14
13. Calendarul lunii octombrie		pag. 15
14. Pentru pasionati		pag.16
15. Mari mistere ale lumii		pag.17
16. Stiri mondene		pag.18
17. Info – Club		pag. 19

18. Cum ne protejam ?		pag. 20
19. Scrisori la redactie		pag.21-22

COLECTIVUL REDACTIONAL:

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

Harieta Rond – Responsabil varsta de mijloc.

ADRESA REDACTIEI:

STR. OITUZ NR. 4, FOCSANI, VRANCEA.

TEL: 0237/623959

MOBIL: 0745171287

E-MAIL: r_mircea67@yahoo.com

SITE: www.focsani.jewish.ro

E-Mail : revistamenora@gmail.com



**** Palestinienii ar trebui să "recunoască Israelul ca stat al poporului evreu"** pentru a obține o pace reală, a declarat premierul israelian Benjamin Netanyahu, informează Mediafax. "Palestinienii trebuie să renunțe la refuzul lor de a recunoaște dreptul poporului evreu la statul său național", a afirmat Netanyahu la Universitatea Bar Ilan, în apropiere de Tel Aviv, într-un discurs difuzat în direct pe site-ul oficial al instituției. Această recunoaștere "reprezintă o condiție pentru a ajunge la un acord la sfârșitul negocierilor, nu pentru a le lansa", a subliniat șeful Guvernului israelian. După aproape trei ani de întrerupere, negocierile de pace dintre israelieni și palestinieni au fost reluate, la sfârșitul lui iulie, sub egida Statelor Unite. Aceste negocieri directe sunt prevăzute să dureze nouă luni.

**** Ovdia Yosef, considerat rabinul cel mai influent din Israel** și liderul spiritual al partidului ultraortodox sefard Shass, a decedat luni, la vârsta de 93 de ani, au anunțat surse spitalicești, citate de AFP. Decesul său a provocat un șoc în Israel, unde toată mass-media prezintă evenimentul. În mormântarea urmează să aibă loc la sfârșitul zilei, la Ierusalim. Premierul Benjamin Netanyahu a publicat un comunicat difuzat de postul de radio militar în care și-a exprimat "tristețea" pentru dispariția rabinului Yosef. După ce a întrerupt o întâlnire cu președintele ceh Milos Zeman, președintele Shimon Peres a mers la spital pentru a sta la căpătâiul său, anunță un comunicat al Președinției israeliene. Influența fostului mare rabin al Israelului nu se limitează la lumea religioasă sefardă. Timp îndelungat, el a fost considerat ca fiind cel care făcea cărțile, pentru că, adeseori, liderii israelieni au avut nevoie de Shass pentru a constitui majorități. În ultimii ani, în pofida precarității stării sale de sănătate, el a continuat să primească la domiciliul său oameni politici de toate convingerile.

**** Câteva zeci de mii de persoane** s-au reunit la Tel Aviv pentru a comemora 18 ani de la asasinarea fostului premier Yitzhak Rabin, relatează AFP. Manifestanții erau majoritatea adolescenți, provenind din mișcări de tineret, larg reprezentate, din toate curentele politice, a constatat un corespondent AFP la fața locului. Ei purtau pancarte cu portrete ale lui Yitzhak Rabin și sloganuri în favoarea democrației și împotriva rasismului și intoleranței ca „Să stopăm prețul de plătit, să apărăm democrația”. Evrei extremiști, organizați sub numele de „Prețul de plătit”, comit agresii, în general asupra unor palestinieni sau arabi israelieni, ca represalii față de decizii guvernamentale pe care le consideră ostile intereselor lor sau față de acțiuni atribuite palestinienilor.

**** Autoritățile israeliene au anunțat că** au descoperit un tunel, pe care l-au denumit al "terorii", care face legătura între Israel și Fâșia Gaza, relatează Business Insider. "Descoperirea acestui tunel reprezintă un avantaj în prevenirea atacurilor împotriva civililor israelieni, care locuiesc lângă graniță, dar și a forțelor militare din zonă", a declarat ministrul israelian al Apărării, Moshe Yaalon. Oficialul israelian a acuzat miscarea Hamas că a construit acest tunel lung de 2,5 kilometri și a sistat transporturile de materiale de construcții către Fâșia Gaza. În replică, un purtător de cuvânt al facțiunii armate a Hamas a declarat, pe Twitter, că "determinarea din sufletul și mintea luptătorilor de rezistență este mai importantă decât un tunel în nămol". Armata israeliană a precizat că a descoperit tunelul săptămâna trecută, în apropiere de o fermă, iar ieri jurnaliștii au fost invitați la fața locului. Primul ministru Benjamin Netanyahu a felicitat, public, armata israeliană pentru descoperirea acestui "tunel al terorii". Pe de altă parte, nu este prima dată când membrii Hamas sapă un tunel pe sub frontiera cu Israelul. În 2006, membrii gherilei au reușit să pătrundă pe teritoriul israelian și au răpit un soldat, pe care l-au ținut captiv timp de cinci ani, până când israelienii au eliberat 1.400 de palestinieni ținuți în închisori.

**** O descoperire impresionantă a fost făcută la Ierusalim**, unde a fost găsit unul dintre cele mai vechi texte evreiești din lume. Scrierea în ebraică precede prima copie cunoscută a Torei cu patru secole și conține 50 de pagini. Cartea de rugăciuni evreiești este un text rar scris într-o limbă ebraică arhaică, potrivit Daily Mail. Textul a fost datat din anul 840 d.Hr., fiind prezentat de către un colecționar de obiecte biblice rare. Acesta se crede că reprezintă cea mai veche carte de rugăciuni evreiești din lume. Cartea a fost descoperită la Ierusalim, iar datarea cu carbon a relevat faptul că ea este din secolul al IX-lea d.Hr. Textul precede cu aproximativ 400 de ani primele manuscrise ale Torei găsite până în prezent.

**** Israelul i-a acordat primarului newyorkez Michael Bloomberg Premiul Genesis**, recent instituit, recompensat cu un milion de dolari. Bloomberg a fost ales primul câștigător al valoroasei distincții, supranumită „Premiul Nobel evreiesc”, relatează Associated Press. Fundația Premiului Genesis a precizat că premiul i-a fost acordat lui Bloomberg pentru a onora îndelungata sa activitate în serviciul public și în plan filantropic. Valoarea bănească a distincției va fi donată unei fundații de caritate.

- Ziare.com -



Raftul cu suri -Vrancea



- **Oo** Tinerii, precum și părinții lor pot apela de astăzi la un psiholog care le stă la dispoziție permanent, la capătul unui fir telefonic, iar consilierea nu costă mai mult decât o conversație telefonică obișnuită. Totul este posibil prin rerularea proiectului Centrul Comunitar - Telefonul Tinerilor, lansat ieri de către Asociația "Tinerii Vrancei".
- **Oo** Delegația vranceană care a participat la a 25-a aniversare a Asociației Internaționale a Orașelor Mesagere a Păcii (AIOMP) susține că a făcut primii pași pentru ca Focșaniul să devină membru al acestei asociații.
- **Oo** Asociația "Pe aripile Cunoașterii", în parteneriat cu Primăria Municipiului Focșani, își propun reîmprospătarea imaginii parcului și curățarea spațiilor verzi existente în cel mai mare parc al Focșaniului. "Câteva dintre obiectivele propuse pentru ziua evenimentului sunt: realizarea unor obiecte de decor folosind metoda reciclării (ex. căsuțe de păsări din cutii de lapte), realizarea de plăcute informative pentru plantele din parc, realizarea unor plăcute pentru inscripționarea aleilor și a unei legende a parcului, realizarea unei curățenii generale: tăiat iarba, ierbicidat, tăiat trandafirii, realizarea unor spații de decor cu ajutorul diferitelor materiale de construcție (lemn, piatră)", se arată într-un comunicat al organizatorilor. Proiectul este implementat de Asociația Salvați Dunărea și Delta, în parteneriat cu Ecopolis și sprijinit de Dorna.
- **Oo** La sala de ședințe a Restaurantului Amadeus din Focșani, va avea loc o întrunire a mediatorilor din Vrancea, unde va fi prezent președintele Consiliului de Mediere, Dorin Valeriu Bădulescu, împreună cu alți membri ai Consiliului de Mediere. Evenimentul este organizat la inițiativa mediatorului Camelia Hristea cu susținerea Asociației "Camera Mediatorilor Vrancea". Discuțiile se vor concentra în principal pe problemele mediatorilor.
- **Oo** Omul de afaceri Constantin Nistoroiu a inaugurat ieri primul cămin privat pentru bătrani din Vrancea. Oaspetele principal a fost chiar Arhiepiscopul Buzăului și Vrancei, ÎPS Ciprian. Bătrânii, patru la număr deocamdată, au la dispoziție cazare, masă, asistență sanitară și religioasă. Printre bătrânii care au acceptat cu bucurie să fie cazați în căminul familiei Nistoroiu este și călugărul Serafim. La cei aproape 90 de ani, părintele este o oază de liniște și pace pentru cei care sunt frământați de gândurile singurătății.
- **Oo** Camera de Comerț, Industrie și Agricultură Vrancea vă invită în perioada 23 - 27 Octombrie, în incinta fostului Magazin Altex, la cea de-a XII-a ediție a târgului Fashion & Beauty. La târg atât producători cât și comercianți cu cele mai noi oferte de sezon, la prețuri avatajoase. Târgul acoperă o gamă variată de articole de sezon începând cu confecții dama, confecții bărbați, confecții tineret, confecții copii, tricotate, încălțăminte damă și bărbați, lenjerie intimă, lenjerie de pat, blană, piele, accesorii, cosmetice și produse hand-made.
- **Oo** Militarii vranceni vor participa la ceremonia militară de sărbătorire a Zilei Armatei României în Garnizoana Focșani. Festivitatea se va desfășura la Mausoleul Sud Focșani.
- **Oo** Circa 30 de profesori vranceni, bucureșteni, ieșeni, dar și iubitori ai operei lui Simion Mehedinți au participat sambătă la aniversarea a 145 de ani de la nașterea savantului sovejean, în cadrul celei de-a XXIII-a ediții a "Zilelor Simion Mehedinți". Au fost prezentate mai multe lucrări și publicații lansate în cursul acestui an, precum Buletinul Asociației Personalului Didactic "Simion Mehedinți", "Primii Pași, Primele Certitudini", volum ce cuprinde primele două lucrări publicate de savantul sovejean, "Calendarul Oftului Roman pe anul 2013", un volum umoristic al profesorului Ion Gr. Cherciu, respectiv "La noi", foaie culturală și de istorie locală sovejeană.
- **Oo** Singura fabrică de compost pentru ciupercile pleurotus din România va fi finalizată în luna decembrie, la Nănești, printr-un proiect derulat de Cooperativa Agricolă Compostar. Investiția este finanțată din fonduri europene și are o valoare de peste 4 milioane euro, inclusiv TVA, iar investitorii spun că vor fi folosite cele mai moderne utilaje, iar fabrica va fi cea mai modernă din Europa. Proiectul, care presupune și o fabrică de procesare a ciupercilor, va fi vizitat de directori ai Camerelor Agricole din țară, veniți la Festivalul Internațional al Viei și Vinului „Bachus” 2013.
- **Oo** Elevii Colegiului Tehnic „Gheorghe Asachi” din Focșani și cei ai Colegiului Național „Alexandru Vlahuță” din Râmnicu Sărat au participat, la activități dedicate comemorării Holocaustului, care au avut loc la Sinagoga din Focșani.
- **Oo** Militarii de la Brigada 282 Infanterie Mecanizată „Unirea Principatelor” au pregătit, pentru copiii și tinerii care au dorit să intre pentru câteva momente în lumea militarilor și au venit la Ziua Porților Deschise, un adevărat spectacol. La activitatea prilejuită de sărbătorirea Zilei Armatei României, vizitatorii au văzut ce arme folosesc militarii vranceni atât în misiunile interne, cât și în misiunile externe.

- Ziare.com -

Nu judeca dupa aparente!

O femeie, imbracata intr-o rochie de bumbac si sotul ei, imbracat intr-un costum modest, au coborat din tren in Boston, si s-au adresat, fara sa fi avut o programare prealabila, secretarei presedintelui de la Universitatea Harvard. Secretara a ghicit imediat ca acestia veneau de la tara, ca erau fermieri, care nu puteau avea nimic de a face cu Harvard.

- Dorim sa-l vedem pe presedinte - a spus omul incet.

- Este ocupat - a raspuns secretara.

- Asteptam - a replicat femeia.

Ore intregi, secretara i-a ignorat, in speranta ca cei doi, in cele din urma se vor descuraja si vor pleca. Ei nu au plecat, ceea ce a facut sa creasca frustrarea acesteia.

In cele din urma a decis sa-l deranjeze pe presedinte, desi era o corvoada pe care ea mereu o evita.

- "Poate daca veti vorbi cu ei cateva minute, vor pleca", a spus secretara presedintelui Universitatii. Acesta facu o strambatura de dezgust, si accepta. Cu fruntea incrunzata, dar cu demnitate se indrepta cu pas majestuos spre perechea care astepta.

Femeia ii spuse:

- Am avut un fiu care invatat la Harvard timp de un an. El a iubit Harvard-ul. A fost fericit aici.

- Dar acum un an, a murit intr-un accident. Sotul meu si cu mine am vrea sa construim ceva, undeva in campus, care sa fie in memoria fiului nostru.

Presedintele nu a parut interesat.

- Doamna - a spus acesta - nu putem ridica o statuie pentru fiecare persoana care a invatat la Harvard si apoi a murit. Daca am face-o, acest loc ar parea un cimitir.

- Oh, nu, replica repede femeia - nu dorim sa se ridice o statuie. Ne-am gandit ca am fi bucurosi sa donam o cladire universitatii Harvard.

Presedintele a intors catre ei privirea. Arunca o privire la rochia si la costumul simplu cu care cei doi erau imbracati si exclama apoi:

- O cladire!! Aveti cumva idee cat costa o cladire? Am investit peste sapte milioane si jumatate de dolari in cladirile de aici de la Harvard!

Pentru o clipa femeia a tacut.

Presedintele s-a gandit ca poate acum se va putea debarasa de ei.

Femeia se intoarse catre sotul sau si ii spuse incet:

- Atat de putin costa o universitate? De ce sa nu construim de la inceput, una a noastra?

Sotul sau accepta.

Fata presedintelui se intuneca de confuzie si uimire.

Acesta era "memorialul" sau. In ziua de astazi universitatea Stanford este pe locul intai in lume, mai sus decat Harvard.

Lupta interioara

Intr-o seara, un batran indian ii explica nepotului sau ce lupta teribila se da in interiorul fiecarei persoane. Si ii spunea asa:

Exista in fiecare dintre noi doi lupi. Lupul Raului. El este furia, gelozia, invidia, tristetea, regretele, aroganta, cupiditatea, vinovatia, inferioritatea, minciuna, orgoliul, superioritatea si egocentrismul...

Lupul Binelui. El este bucuria, pacea, iubirea, speranta, linistea, modestia, bunatatea, bunavointa, generozitatea, adevarul si compasiunea.

Dupa o clipa de gandire nepotelul il intreaba:

"Bunicule si care lup castiga?"

La care batranul ii raspunde simplu:

"Cel pe care il hranesti!"

Medicina naturista

Painea noastra cea de toate zilele - 2 -

.... Iata doar cateva din bogatiile bobului de grau: calciu, magneziu, sodiu, potasiu, clor, sulf, siliciu, zinc, mangan, cobalt, cupru, iod, arsenic; grasime fosforata; amidon; vitaminele A, grupul B, E (in germen), K, D, Pp; fermenti; diastaze. Uleiul de floarea-soarelui presat la rece contine acizi grasi nesaturati, acizi grasi saturati si vitamine, fosfatide, gliceride. Starea lor naturala, plina de viata si energie, face din faina de grau si tarate, precum si uleiul presat la rece, cele mai usor asimilabile. Organismul le preia cu efort energetic minim. Rezultatul nu va intarzia sa apara: scaderea considerabila in greutate, impreuna cu imbunatatirea generala a starii de sanatate.

Prezenta taratelor va va ajuta sa scapati definitiv de constipatie si de surplusul de lichid din tesuturi, deoarece ea are posibilitati mari de absorbtie. In timp ce absoarbe apa, taratele se umfla, bolul alimentar se inmoaie si se elimina mai usor din organism, impreuna cu resturile depozitate in timp. Intestinele curatate incep a functiona mai bine, dispar intoxicatiile provocate de constipatie, se regleaza partial metabolismul.

Uleiul presat la rece. Prin bogatia lui in acizi grasi polinesaturati, el actioneaza benefic, indeosebi in cazurile de hipercolesterolemie si de ateroscleroza. Grasimile naturale sunt combustibilul preferat al inimii, celulele cardiace fiind specializate in conversia grasimilor in energie. Uleiul natural este un produs viu, care preintampina imbatranirea creierului, intareste muschiul cardiac si imunitatea, inlatura constipatia si imbogateste organismul cu vitamine si microelemente. Uleiul rafinat, datorita tehnicii de extragere si incalzire pana la 300 de grade C, isi pierde fosfolipidele si substantele proteice, se reduce continutul de vitamine, capata compusi ciclici care pot avea un grad de toxicitate si urme de solventi. In timpul incalzirii se schimba proprietatile lui fizico-chimice. Grasimile incalzite la 350 grade, timp de 30 minute (prajirea pe tigaie) provoaca tumori canceroase, au un efect nefavorabil asupra reproductiei si lactatiei, reduc longevitatea, provoaca marirea dimensiunii diferitelor organe interne, in special hipertrofia ficatului, perturbarea metabolismului (deoarece scad considerabil rezervele limitate ale organismului de enzime active).

Nu se recomanda folosirea uleiului rafinat, deoarece toate uleiurile vegetale hidrogenate (inclusiv margarina) sunt adevarate bombe cu radicali liberi. Oxidarea lor in organismul uman este principala cauza a patologiei celulare, asociate procesului de imbatranire. Molecule de grasime denaturata produc deficiente genetice, fie ucigand celula, fie inducandu-i un comportament aberant. Acesta este unul dintre mecanismele primare ce produc cancerul. De fapt, una din caile cele mai rapide de a va paraliza sistemul imunitar este sa mancati zilnic cantitati semnificative de alimente indelung prajite, ulei rafinat si grasimi precum margarina. Reactiile uleiului si ale grasimilor partial hidrogenate sunt atat de periculoase si daunatoare sanatatii, incat nu poate fi facut nici un compromis. Asemenea produse nu trebuie introduse in alimentatia nici unui om.

Chimenul are actiune binefacatoare asupra organismului, incepand cu igiena bucala, ajutand la vindecarea bronsitei, sindromului dispeptic (tulburari digestive), anorexiei, balonarii, colicilor abdominali, enterocolitei, constipatiei, hipogalactiei (disfunctii ale glandelor mamare), etc.

Variante de paine

Continutul de baza al retetei de paine pe care v-am prezentat-o poate fi imbogatit cu diverse produse care contribuie la vindecarea unor afectiuni.

Faina de mei. Daca aveti osteoporoza sau muschiul cardiac slab, adaugati in amestec si faina de mei galben (de consum). Meiul este revitalizant, echilibrant nervos; se foloseste in cazuri de astenii, convalescenta, in alimentatia femeilor insarcinate. Daca impreuna cu olopainea consumati si 3-4 linguri de faina de mei, treptat vor disparea durerile in articulatii, iar discurile intervertebrale, cartilajele intra-articulare si ligamentele vor reveni la normal.

Faina de ovaz se foloseste cu succes pentru oameni de toate varstele si nu numai bolnavi. Datorita proprietatilor sale energetice, se recomanda persoanelor de varsta a III-a, copiilor anemici, celor care sufera de astenie fizica si intelectuala. Le este folositoare diabeticilor, prin virtutile sale hipoglicemizante. Ovazul este diuretic, un stimulent al tiroidei, are virtuti antiastmatice, se recomanda si celor care sufera de insomnii. In lipsa fainei de ovaz, puteti sa rasniti si sa cerneti prin sita fulgi de ovaz. **Faina de hrisca.** Ajuta la reglarea tensiunii si nivelului de hemoglobina in sange si imbogatirea organismului cu microelemente. Hrisca are proprietati energetice si nutritive, este protector vascular.

- Articol primit de la Avram Faibis -

SFATUL MEDICULUI



Durerea lombara (de spate) - 4 -



Discografia implica injectarea unei substante speciale de contrast intr-un disc intervertebral care se presupune a fi cauza durerii lombare. Substanta de contrast contureaza regiunea lezata la radiografia realizata imediat dupa injectarea contrastului. Aceasta procedura este indicata uneori pacientilor care sunt candidati pentru interventie chirurgicala sau a caror durere nu a raspuns la metodele conventionale de tratament. In zilele de azi discografia tot mai rar este utilizata.

Tomografia computerizata (TC) este o procedura rapida si indolora utilizata atunci cand se suspecta o hernie de disc, stenoza spinala sau leziune vertebrala ca fiind cauza a durerii lombare. Razele X sunt trecute prin corpul pacientului sub diferite unghiuri dupa care sunt detectate de un dispozitiv computerizat care ulterior reconstruieste imaginile bidimensionale ale sectiunilor corpului.

Rezonanta magnetica nucleara (RMN) este utilizata pentru evaluarea segmentului lombar (si nu numai) al coloanei vertebrale pentru depistarea schimbarilor degenerative sau leziunilor discurilor intervertebrale, tesutului osos, radacinilor nervoase, maduveni spinarii, ligamentelor, muschilor si vaselor de sange. Echipamentul RMN creaza un camp magnetic puternic care realiniaza moleculele de apa in tesuturi, dupa care prin corp trec unde radio care detecteaza "relaxarea", adica revenirea la pozitia initiala, a moleculelor de apa si genereaza un semnal de rezonanta care ulterior este depistat de un detector computerizat care reconstruieste imaginile tridimensionale sau bidimensionale ale segmentelor analizate. Aceasta procedura este frecvent utilizata pentru a identifica anumite patologii care necesita interventie chirurgicala urgenta.

Examenul electrodiagnostic include electromiografia (EMG), studiul conducerii nervoase si potentialele evocate (PE). Electromiografia evalueaza activitatea electrica a unui muschi si poate determina daca slabiciunea unui muschi este datorata efectiunii muschiului sau nervului care inerveaza acest muschi. In timpul electromiografiei se introduc electrozi foarte fini in muschi si se inregistreaza activitatea electrica a muschiului. Studiile de conducere nervoasa sunt utilizate pentru a masura viteza de conducere pe nervi. Sunt folosit doua tipuri de electrozi: un fel de electrozi se plaseaza pe suprafata pielii in regiunea muschiului studiat iar alt tip de electrod este utilizat pentru stimularea nervului care inerveaza acel muschi. Primul tip de electrozi permit inregistrarea semnalelor electrice venite prin nerv si determinarea prezentei sau lipsei unei leziuni a nervului. Potentialele evocate deasemenea necesita doua seturi de electrozi, unul pentru a stimula nervii periferici senzitivi si cel de-al doilea, plasati pe scalp, pentru a inregistra raspunsul generat in cortexul cerebral.

Scintigrafia osoasa este utilizata pentru a diagnostica o infectie, fractura sau alta patologie a tesutului osos. Pentru a realiza scintigrafia se injecteaza o cantitate mica de substanta radioactiva in sange, care ulterior se acumuleaza in oase si in special in regiunile cu schimbari patologice. Dupa care corpul este scanat cu detector de radiatie care va genera imagini pe care se vor vedea zonele de acumulare intensiva de substanta radioactiva, care vor corespunde cu zonele de leziune a tesutului osos.

Cum este tratata durerea de spate?

Majoritatea cazurilor de durere lombara pot fi tratate fara interventie chirurgicala. Tratamentul include folosirea analgezicelor, reducerea inflamatiei, restaurarea functiei, si prevenirea recurentelor. Cei mai multi pacienti cu durere lombara se restabilesc fara careva deficit functional rezidual. Pacientii trebuie sa apeleze la medic daca nu observa o reducere semnificativa a durerii si inflamatiei dupa 72 de ore de tratament la domiciliu.

Chiar daca ghiata si caldura nu au fost niciodata confirmate ca fiind utile in rezolvarea rapida a leziunii regiunii lombare, compresele pot ajuta la reducerea durerii lombare si inflamatiei si permit asigurarea unei mai bune mobilitati in unele cazuri. Imediat dupa trauma este indicata aplicarea compreselor rechi sau pungi cu ghiata in regiunea punctelor dureroase de cateva ori pe zi pentru 20 minute sau mai putin. Dupa 2-3 zile de tratament cu comprese reci, se indica aplicarea compreselor calde pentru perioade scurte de timp pentru relaxarea muschilor si cresterea fluxului sanguin spre tesuturile lezate. Baile calde la fel pot ajuta la relaxarea muschilor.

Replicile copiilor mai bune decat bancurile

Ce este răscoala?

Răscoala înseamnă, când părintii nostri nu găsesc bani si atunci răscolesc ca sa găsească. (8 ani)

Ce este economia?

Economie înseamnă sa nu mai cheltuim din salariu, ca sa-l punem la banca. Cheltuim numai din ciubucul pe care ni-l da seful. (7 ani)

Ce sunt amprente?

Ampretele e când punem mana pe o clanta si rămân degetele acolo si le găseste politia. (8 ani)

Ce este tristetea?

Tristete înseamnă când un om vine la altul si bea mult. (7 ani)

De ce se bat potcoave cailor?

-Calului i se bat potcoave, pentru ca potcoavele sunt mai usoare decât calul si ele merg mai repede decât calul. (8 ani)

-La cal se pune potcoave, sa nu cada calul pe spate, atunci când pune frâna, calul se întepeneste în potcoave. (9 ani)

-La cal se pune potcoave ca sa tropăie pe strada, ca daca nu tropăie nu e cal. (7 ani)

Ce este respectul?

Respect înseamnă sa te scoli si sa stea babele pe scaun. (9 ani)

Cum rezista pasările calatoare sa zboare, zi si noapte, mii de kilometri?

Rândunicile când pleacă în tarile calde, pe drum se aseză pe aripa berzei si se odihnesc. Pasările când pleacă asa departe își iau mâncare la ele într-o sacose. Înainte de a zbura, mai stau o luna, doua, sa se odihnească. (7 ani)

Daca pământul se învârteste, cum de nu cădem de pe el?

-Nu se învârteste decât Pământul, asfaltul nu se învârteste. (6 ani)

-Pământul este rotund. Noi nu cădem de pe el, pentru ca străzile sunt drepte, ele nu sunt rotunde. (8 ani)

-Pământul are forma rotunda, noi nu cădem de pe el, ca noi nu mergem acolo unde se face el rotund. (7 ani)

Ce este Biblia?

Biblia este o carte lăsată de Dumnezeu, ca sa se afle despre viitor. In ea scrie ca vor fi două războaie mondiale si amândouă vor fi câştigate de către romani si chiar asa s-a si întâmplat. (6 ani)

Ce este acela un secret?

-Secretul este atunci când nu trebuie sa stie militia. (6 ani)

-Secretul este un om, care ii spune secretar. (6 ani)

La ce foloseste steagul?

Steagul foloseste, ca atunci când veneau turcii peste noi, ei nu stiau peste ce tara veneau si atunci noi le arătam steagul si după aia ei stiau. (7 ani)

De ce ne spălam cu săpun?

Noi ne spălam, ca sa dam săpun în ochi la microbi. (5 ani)

Ce este injectia?

-Injectia foloseste ca sa moara microbi. Serul ala are în el otrava de microbi. Serul se duce la tot roiul de microbi, ei zic ca aia e carne si mănâncă si moare. (8 ani)

-Lichidul la injectie e otrăvicios, ca sa-i omoare pe microbi. (6 ani)

-Ii baga injectia in fund si la om si la microb si pe el îl omoară, ca e mai mic. (7 ani)

Ce este ministrul?

-Ministru e un om care a învățat zece clase si s-a dus la serviciul de ministrii. (8 ani)

Ce sunt tărani?

-Tărani sunt aceia care se ocupă si cu agricultura. (8 ani)

-Tărani sunt oameni care le-a dat Cuza Pământ. În al Doilea Război Mondial, ei mai vroiau Pământ, ca s-a fărâmitat la bombe. (10)

Ce este acela un serviciu?

Servici e un om care stă si semnează condica, sau stă ca sa bea o cafea. (7 ani)



-- Planeta Umor --

Xxx La tribunal:

-Ești acuzat că ți-ai omorât soacra cu sânge rece. De ce ai făcut-o?

-Nevasta-mea mi-a zis...

-Cum poți să spui așa ceva, soția ta își iubea foarte mult mama!

-Așa e, da-nainte de a pleca, în ziua respectivă, mi-a zis :

"Marcele, dacă în timp ce doarme o deranjează vreo muscă, n-o trezi, omoară-o!"

Xxx Doi prieteni conversează:

-Hei ce-i cu tine? De ce ai un ochi vanat?

-Ieri am fost la masă la socrii...

-Ei și?...

-Știi doar că ei sunt credincioși: înainte de masă a trebuit să spunem rugăciunea.

-Și mai departe?...

-Am făcut greșeala că la pasajul "și fereste-ne Doamne de rele"

sa ma uit tocmai la mama soacra...

Xxx Bula se întâlnește pe stradă cu un prieten care îl întreabă :

-Bula, am auzit că ți-a murit soacra. Ia zi ce-a avut?

-Ceva bijuterii, un televizor color, și puține economii...

-Nu asta, vroiam să întreb ce i-a lipsit ?

-Pai mașina, o casă sau un apartament proprietate personală...

-Mai Bula! Vroiam să știu DE CE a murit.

-Pai a fost la noi în vizită, eu i-am spus să meargă în pivniță să aducă cartofi, să facem pure și gratare, ea a căzut pe scări și și-a rupt gatul.

-Da! Ce ghinion! Și ce-ai făcut atunci?

-Pai, taitei cu brânză ...

Xxx M -am certat urat cu soacra-mea aseară.

Am vrut să-i fac un bine și i-am zis că are ciorapii încrețiti.

Problema a fost că nu avea ciorapi...

Xxx Un vânzător și-a invitat prietenii să le arate colecția sa de animale împaiate.

-Uite, aici este un leu pe care l-am împuscat în Africa .

Lângă el, o veveriță, iar acolo în spate este soacra-mea.

-Dar ce zămbitoare este! remarcă unul dintre musafiri.

-Da, pentru că pusca avea luneta și până-n ultima clipă a crezut că vreau să o fotografiez.

Xxx Un vânzător pleacă într-un safari cu soacra-sa și soția.

Într-o seară, prin junglă, soacra se ratacește iar vânzătorul și soția pleacă să o caute. Într-un tufis o găsesc împietrită de groază în fața unui leu care ragea din toți rărunchii. Văzând asta, soția zice vânzătorului:

-Ce facem acum?

-Nimic, răspunde vânzătorul, leul s-a bagat singur în treaba asta. Lăsa-l să se descurce..

Xxx Un trecător vede un bețiv care se chinuia să meargă cu-n picior pe trotuar și unul pe stradă. Strigă la el:

- Du-te, băi, acasă, că ești beat!

-Ești sigur că sînt beat??!!

- Bineînțeles!

- Of, ce bine! Credeam că sînt handicapat...

Xxx Un tip jefuiește o bancă, ascunde banii, dar în cele din urmă este prins. Adus în fața judecătorului, acesta îi spune:

- Dom'le, dacă dai banii înapoi, îți voi micșora pedeapsa!

- Auzi dom'le? Dacă voiam să dau banii înapoi, făceam un împrumut !!!

Plantele Medicinale

\



Armurariul

Armurariul era cunoscut si folosit inca din antichitate in tratamentele naturiste. A fost mult popularizat in secolele XIV si XV, dar cu adevarat luat in serios in 1938, odata cu descoperirea silimarinei. Este si un anti-toxic redutabil, care ajuta organismul sa reziste in fata unor otravuri puternice, cum ar fi ciupercile toxice, gazele industriale sau metalele grele. Armurariul este o planta erbacee, anuala sau bianala. Necesita o temperatura ridicata, mai ales pe perioada infloririi si fructificarii, nu necesita umiditate exagerata si nici un sol foarte bogat.

Semințele conțin silimarină formată din flavonide, silibină, silidianină, aminoacizi, glicină, cisteină, leucină, tiramină, acid glutamic și lipide, cu proprietăți eupeptice, tonic amare și hepatoprotectoare. Acestea acționează favorabil în reconstrucția celulei hepatice.

Pulberea proaspătă susține ficatul

Frunzele de armurariu, se pot folosi abia după uscarea completă a acestora. Dacă nu puteți face acest lucru, puteți cumpăra frunze și semințe din magazinele de produse naturiste. Pentru obținerea pulberii de armurariu, care ajută la regenerarea celulelor hepatice și la oprirea evoluției tumorilor aflate în primele stadii ale bolii, aveți nevoie de 100 g semințe și 100 g frunze. Acestea se amestecă și se macină cu ajutorul râșniței electrice. Pentru ca oxidarea principiilor active din armurariu să fie cât mai redusă, pulberea se pune imediat într-un borcan de sticlă, iar acesta se închide ermetic. Ideal ar fi ca toată cantitatea de pulbere să se consume în aproximativ cinci-șase zile - de patru ori pe zi se va lua câte o linguriță cu pulbere, care se va ține zece minute sub limbă, după care se va înghiți cu o jumătate de pahar cu apă.

Tinctura, eficientă și pentru prostată

Pentru a obține o cantitate de tinctură care să vă ajungă pentru o cură completă trebuie să măcinați, după același procedeu ca și la pulberea de armurariu, semințe și frunze de plană uscată, dar cantitățile vor fi mai mici, respectiv 50 g din fiecare, astfel încât să obțineți 100 g pulbere. Aceasta se pune într-un borcan, se toarnă peste ea alcool rafinat și se amestecă bine, până la omogenizarea completă. Deasupra trebuie să rămână un strat de alcool de aproximativ 2 cm. Timp de două săptămâni se lasă la macerat într-un loc întunecat și rece, după care se strecoară și se pune în sticlute mai mici.

Tinctura de armurariu este eficientă în tratarea cancerului hepatic și în oprirea evoluției tumorale în cancerul de prostată.

Tratamentul se urmează timp de trei luni, cu o lună pauză, apoi alte trei luni (fără a se depăși nouă luni pe an). Se administrează câte o linguriță de trei ori pe zi, înaintea meselor principale. Tinctura se poate păstra chiar și doi ani, în funcție de necesitățile fiecăruia.

Fiertura neutralizează substanțele toxice

Armurariul este și un antitoxic foarte eficient, ajutând organismul în lupta cu cele mai puternice otrăvuri ingerate în mod involuntar, datorită flavonoidelor din compoziția sa. Imediat după spălăturile gastrointestinale, care se fac în cazurile de otrăviri, se administrează un litru de infuzie de armurariu pe parcursul a trei-patru ore. Din ziua imediat următoare se consumă doi litri pe zi, timp de o săptămână. Fiertura are rolul de a neutraliza direct acțiunea substanțelor toxice, susținând activitatea hepatică. În cazul intoxicației cu metale grele sau cu medicamente care atacă în mod direct ficatul, această infuzie se administrează timp de zece zile. Se bea cu înghițituri mici, pe parcursul unei zile.

Cataplasmele, bune la colici

În afecțiuni acute ale ficatului, pancreasului sau rinichilor se pot folosi și cataplasme calde, care au un efect calmant. Acestea se obțin din două linguri cu pulbere fină, obținută prin măcinarea a 50 g semințe. Peste această pulbere se toarnă treptat apă caldă, până la obținerea unei paste omogene, care se aplică pe zonele dureroase, acoperindu-se cu un tifon steril. Cataplasmele se țin pe locul bolnav minimum trei ore și se pot aplica de două ori pe zi. Se recomandă în afecțiuni precum colica biliară, colica renală sau dureri pancreatice



Sfaturi utile în bucatărie



£ Dacă vrei să te asiguri că ouăle prăjite nu se vor mai lipi de fundul vasului, ai grijă ca spatula pe care o folosești să fie încălzită, mai întâi, în uleiul încins. În plus, pentru a preveni lipirea mâncărilor este necesar să folosești cratițe cu fundul gros, pe care să le cureți cu soluții nonabrazive și să nu le ții pe foc, goale, pentru prea mult timp.

£ Pregătește-ți ingredientele și ustensilele necesare înainte de a te apuca de gătit. Taie legumele, pregătește carnea și prepară sosurile, așa vei economisi mai mult timp în fața cratiței și vei fi mai atent la prepararea mâncării.

£ Pentru a obține mai mult suc din citrice, presează-le cu ajutorul palmei pe o suprafață rigidă, timp de un minut. O alternativă mai comodă ar fi să încălzești lămâile la cuptorul cu microunde pentru 10-15 secunde.

£ Piureul de cartofi este una dintre cele mai apreciate garnituri și merge „asortat” cu fripturi și mâncăruri cu sos. Pentru ca preparatul să aibă o textură pufoasă, trebuie să strecoți apa de cartofii fierți și să-i pui din nou în oala încinsă, într-un recipient acoperit ermetic, timp de cinci minute. Un plus de savoare se obține dacă adaugi puțină smântână sau câteva lingurițe de unt.

£ Când faci carne la grătar, scoate bucățile din frigider cu o oră înainte de a le pregăti, astfel încât carnea să ajungă la temperatura camerei.

£ Pudrează cu sare puiul în interior și exterior, cu o oră înainte să te apuci de gătit. La sfârșit, șterge-l cu un prosop uscat și bagă-l la cuptor. Va ieși crocant la suprafață și succulent pe dinăuntru.

£ Pentru un plus de prospețime și savoare, păstrează busuiocul la temperatura camerei, cu tulpinile în apă.

£ Folosește sarea grunjoasă stropită cu ulei de măsline pentru a condimenta salata verde. În acest fel, foile își vor păstra aspectul crocant chiar și atunci când vei adăuga vinegretă (sos rece preparat din oțet, untdelemn, sare și piper).

£ Dacă ai nevoie de mai mult ulei în tigaie după ce te-ai apucat de gătit, toarnă câte puțin pe marginea interioară a vasului în așa fel încât, atunci când ajung în contact cu alimentele, să fie deja încălzit.

£ Atunci când tai verdețurile, presapă puțină sare pe tocător. Le va împiedica să se împrăștie peste tot.

£ Depozitează alimentele și continentele în cămară, la răcoare, nu pe etajere suspendate în apropierea aragazului. Umiditatea, lumina și căldura nu fac decât să le „fure” din savoare.

£ Dacă vrei să scapi mai repede de mirosul înțepător al usturoiului, freacă-ți palmele de chiuveta de metal din bucătărie pentru 30 de secunde și apoi clătește-le cu apă din abundență.

£ Pentru a prăji bucățile de carne ține-le deasupra tigăii cu ulei, timp de cinci secunde, folosind un clește de bucătărie. În acest fel vei preveni lipirea mâncării și deteriorarea vaselor de bucătărie.

£ Pentru a obține un rasol consistent, carnea se pune la fiert în apa clocotită. Astfel, proteinele raman la suprafața carni și nu mai lasă “trecerea liberă” în apa de fierbere a vitaminelor și mineralelor.

£ La garnisirea preparatelor puteți folosi coaja de lamaie insiropată. Pentru aceasta aveți nevoie de 2 linguri de zahăr și 2 linguri de apă pe care le fierbeti timp de 1 minut. În acest sirop fierbeti apoi feliile subțiri ale unei lamaie timp de 4 minute;

£ Puteți prepara garnitura o dată cu friptura dacă îmbracați friptura crudă cu fasii de cartofi fierți și dați pe razatoare, presarați ușor pe toată suprafața carni;

£ Pentru a nu lăcrima atunci când curățați ceapă, încercați să o curățați sub jet de apă sau udați des cuțitul pe care-l folosiți la tăiat. Imediat ce ați scos foile, puneți ceapa într-un vas cu apă pentru 10-15 minute, o veți tăia mai ușor și fără lacrimi.

£ Presărați peste ceapa tocată, un praf de făină, amestecați ușor ca să cuprindă toată cantitatea de ceapă și apoi o puneți în uleiul încins. Veți obține o ceapă călită mai gustoasă, care nu se mai arde.

£ **Mancarea arsa** poate fi folosită, dacă se rastoarna imediat în alt vas, fără să se atingă partea arsă. Dacă nu se umbla cu lingura, partea arsă ramane prinsă de fundul vasului. În mâncare adăugăm puțin zahăr și 2-3 linguri de apă rece. Punem vasul cu mâncare cu totul în alt vas cu apă rece și se acopera cu o carpa umedă. Se ține așa până se racește mâncarea. Așa se pierde gustul de ars. Se pune din nou la fiert, dar la foc domol.

- **Selectie de Harieta R.** -



- Persoanele care fumeaza un pachet de tigari pe zi beau, practic, o ceasca de gudron pe an.
- Oamenii sunt singurele animale capabile sa traseze o linie dreapta.
- ADN-ul unui om contine 80.000 de gene.
- Asa cum amprente digitale sunt unice, amprenta limbii fiecărei persoane este diferita fata de celelalte.
- Un adult are mai putine oase in organism decat un copil. Ne incepem viata cu 350 de oase dar, pentru ca anumite oase se unesc in timpul cresterii, la maturitate mai avem doar 206. Chiar daca nu este la fel de sensibil precum cel al unui caine, nasul uman poate percepe pana la 50.000 de mirosuri diferite.
- Acizii digestivi prezenti in stomacul uman sunt atat de puternici incat pot dizolva zincul si coroda otelul. Din fericire pentru noi, celulele din mucoasa gastrica a stomacului se innoiesc la maxim 3-4 zile, nelasand timp acizilor sa le dizolve.
- Un plaman uman contine peste 300.000 de milioane de vase capilare. Daca aceasta ar fi puse cap la cap, s-ar intinde pe o distanta de 2400 de kilometri.
- Testiculele unui barbat produc 10 milioane de spermatozoizi in fiecare zi - suficient pentru ca acesta sa poata repopula planeta in doar sase luni.
- Oasele umane sunt la fel de rezistente precum granitul. Un os de marimea unei cutii de chibrituri poate suporta presiunea unui bloc de 9 tone - de patru ori mai mult decat poate suporta betonul.
- Cel mai mare organ al corpului uman este pielea. Ea poate acoperi, in cazul unui adult, o suprafata de 1,9 metri patrati. De asemenea, in timpul vietii unui om, acesta pierde pana la 18 kilograme de piele moarta.
- Cand doarme, un om creste in medie cu 8 milimetri, pentru ca dimineata sa revina la inaltimea initiala. Motivul este simplu... forta gravitationala care actioneaza asupra cartilagiilor.
- Un om consuma, in medie, 50 de tone de mancare si bea circa 50.000 de litri de lichide de-a lungul vietii.
- Muschii unui ochi se misca de circa 100.000 de ori pe zi. Pentru a ne imagina ce inseamna acest lucru, ganditi-va ca echivalentul unui asemenea efort pentru muschii picioarelor inseamna un traseu de 80 de kilometri in fiecare zi.
- In 30 de minute, corpul uman degaja suficienta caldura incat sa poate fierbe 3,5 litri de apa.
- O picatura de sange are nevoie de numai 30 de secunde pentru a face un circuit complet al corpului uman.
- Ochiul uman percepe doar 90% dintre informatiile pe care le primeste.
- Ovarele contin aproximativ jumatate de milion de ovule. Cu toate acestea, doar 400 dintre ele vor avea ocazia de a da nastere unei noi vietii.
- Fiecare centimetru patrat de piele contine cel putin 32 de milioane de bacterii. Din fericire, cele mai multe dintre ele sunt inofensive.
- Numai picioarele contin peste 500.000 de glande sudoripare, glande care pot elimina pana la jumatate de litru de transpiratie pe zi.
- Viteza cu care aerul este eliminat in timpul unui stranut este de cel putin 160 de kilometri pe ora.
- In timpul unei vieti, un om poate produce pana la 24.000 de litri de saliva, suficient cat pentru a umple doua piscine olimpice.
- Un om poate rezista pana la 40 de zile fara mancare, 6 zile fara apa si 6 minute fara aer. De asemenea, el nu poate rezista, in mod normal, fara sa doarma mai mult de 11 zile.
- Capul unui copil cantareste cat un sfert din greutatea corpului acestuia. La maturitate, capul reprezinta doar a opta parte din greutatea trupului.
- Unghiile de la degetele mainilor cresc, in medie, de sase ori mai repede decat cele ale picioarelor.
- Aproximativ 50.000 de celule din corpul tau au murit si au fost inlocuite chiar in timp ce citesti acest articol. Scheletul tau este unul nou la fiecare trei luni si ai o piele noua in fiecare luna. Fiecare centimetru patrat din pielea ta contine 6 metri de vase de sange, 3,5 metri de nervi, 1300 de celule nervoase, 100 de glande sudoripare si 3 milioane de celule.

Selectie de Harieta R

Evreii din Panciu - 6 -

Bogdan Constantin Dogaru Mihai Liviu Adafini

.... Marcu Seherman, Marcu Simon, Meier Segal, Nuhăm Pascal, Naftulea Iacobzon, Natan Rozențveig, Osiaș Șulumovici, Pavel Mitelman, Sabs Istrail, Saie Vaserman, Strul Froim.

Primul Război Mondial a însemnat pentru târgul Panciu un dezastru ce poate fi comparat doar cu seismul din 1940. Fiind pe linia frontului și mai apoi ocupat de germani, după ce suferise de pe urma rușilor aliați, Panciu a fost bombardat și jefuit sistematic, devenind doar o umbră a orașelului de odinioară. Tot ceea ce se clădise cu suferință și eforturi mari înainte de război a fost distrus în mare parte, pierderile de vieți omenești și documentele – care ne-ar fi ajutat în relatarea unei istorii mult mai complete – au fost irecuperabile.

Orașul antebelic abia își revenise din atacul filoxerei care a distrus suprafețe însemnate de vie – mororul economic al unei zone viticole importante. Replantarea viilor, un proces costisitor și dificil de realizat, a diminuat câștigurile materiale ale locuitorilor din zona Panciului și speranța unui trai mai bun.

Aliații ruși numai aliați nu au fost căci, după ce că nu au luptat convingător, au mai produs și distrugerii. Recolta de vin anterioară războiului care se găsea în cramele generoase ale păncenilor și în antrepozitele negustorilor a trebuit să fie vărsată de frica acestor „aliați” de la răsărit, *„de frica abuzurilor ce făceau rușii s-a dat ordin și s-a vărsat întreaga recoltă de vin și rachiu ce curgea gârlă pe șanțurile șoselelor...”*¹

Fiind slab dotată din punct de vedere logistic, armata română a început un amplu program de rechiziții de la populație: arme, cai, căruțe, hrană, efecte, fapt ce a amplificat starea materială precară a locuitorilor.

Chiar și sârma ghimpată a fost rechiziționată de la comercianți, cum este cazul lui Cizic Herșcovici din Panciu căruia i-au fost rechiziționate 2 tone de sârmă de foarte bună calitate, galvanizată.²

Desigur că în procesul rapid de rechiziție și armata română sau autoritățile statului au comis unele abuzuri, bunurile nefiind uneori plătite în totalitate sau deloc. Multe din chitanțe n-au mai putut fi plătite din lipsa banilor lichizi.

În cel de-al doilea hotel ca mărime din Panciu după hotelul Gâță, ce al Clarei Kaufman, au fost încartiruite trupele române, dar acestea l-au distrus în perioada cât a fost locuit.³

În condițiile în care frontul se apropia de Panciu populația a fost nevoită să se refugieze în nordul județului. Prefectura și-a stabilit sediul la Sascut. Locuitorii din Crucea de Jos și Crucea de Sus au fost trimiși în refugiu la 19 august 1917 la Valea Seacă, cei din Soveja, Negrilești și Străoane de Jos la Parava, cei din Fitionești și Străoane de Sus la Sascut. Într-un raport al Prefecturii Putna se menționa că pentru evacuarea populației civile erau necesare „200 de care timp de 10 zile” în vara anului 1917.⁴

Bombardamentele aviației germane asupra zonei au ucis și din rândul populației civile rămase în zonă: la Fitionești 31 persoane, la Movilița 9 și la Crucea de Sus și de Jos 6.⁵

În dimineața zilei de 30 august 1917 trupele germane cuceresc Panciu aproape fără luptă, după ce rușii se retrăseseră. Un martor ocular al războiului, Adolf Căpățână, din Panciu, ofițer în armata română, și viitor primar al urbei noastre în perioada 1941-1943, lasă o descriere memorabilă a evenimentului petrecut atunci: „Timp de șase luni păncenii au stat sub bombardamentul german (multe obuze 210), cu care se deprinseseră de nevoie, când sâmbătă seara de 29 iulie 1917, puținii pănceni ce mai rămăseseră în oraș văd cu mirare cum se retrage artileria rusă fără nici o luptă, iar duminică dimineața, 30 iulie, se retrage și infanteria rusă în coloană de marș. Apoi, după un scurt bombardament, când iau foc casele Matildei Romașcan din colț (strada Carol 57), în centrul orașului, germanii intră în Panciu pe la ora 3 p.m. ca la ei acasă.”⁶

¹ Adolf Căpățână – Istoricul orașului Panciu și a schiturilor „Brazi” și „Sf. Ioan”, Tiparul „Cartea Românească”, București, 1941, pag.21

² Arhivele Naționale Vrancea – fond Prefectura județului Putna, ds.124/1916, f.14;

³ Ibidem, ds.9/1917, f.67;

⁴ Arhivele Naționale Vrancea – fond Prefectura județului Putna, ds.9/1917, f.431;

⁵ Idem;

⁶ Adolf Căpățână – op.cit. p.21-22;

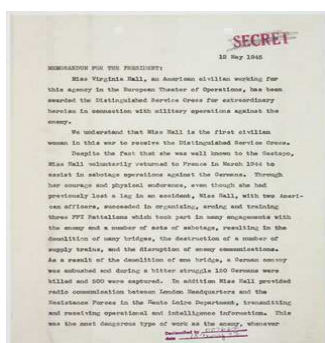
Virginia Hall Goillot

Virginia Hall Goillot a fost un spion american în timpul celui de al doilea război mondial . Ea a avut mai multe pseudonime, inclusiv "Marie Monin", "Germaine", "Diane", "Marie de Lyon", "Camille" și Nicolas. Germanii i-au dat porecla Artemis . Gestapo-ul a considerat relatărilor ei "cel mai periculos dintre toți spionii aliați". Virginia Hall s-a născut pe 6 aprilie 1906, în Baltimore , Maryland . Ca parte din educația ei , ea a participat la școli din Franța , Germania și Austria . În 1931 , la sfârșitul studiilor , ea a fost numită ca funcționar în Serviciului Consular la Ambasada americană din Varșovia , Polonia. Hall a sperat să urmeze o carieră în Serviciul Diplomatic , dar a suferit un accident nefericit în timpul unei partide de vânătoare , care a dus la pierderea gambei . Acest accident de vânătoare din Turcia a perturbat planurile sale pentru o carieră diplomatică și a demisionat de la Departamentul de Stat în 1939 . Venirea războiului a găsit-o pe Virginia Hall în Paris, când a intrat în Serviciul de Ambulanta. Hall a făcut un drum spre Londra și cu abilitățile ei lingvistice , a fost imediat recrutată de pentru nou-format Special Operations Executive (SOE) din Marea Britanie , care a trimis-o înapoi la Vichy în august 1941 . Ea a petrecut următoarele 15 luni, contribuind la coordonarea activităților de metrou francez de la Vichy și în zona ocupată de Franța . Ea a avut acoperirea de a fi un reporter pentru New York Post. În 1942 , sa mutat la Lyon ,unde s-a ocupat de organizarea rețelei de metrou , care au ajutat echipaje doborât și a scăpat prizonierii înapoi în Anglia . Ca 1944 se apropia de sfârșit și germanii au început să se retragă din Franța , domnișoara Hall înființat " Search and Destroy " echipe de gherilă între luptătorii ei de rezistență , atacând poduri , trenuri de marfă și de comunicații naziste .

Au distrus patru poduri , o jumătate de duzină de trenuri deraiate de marfă , și comunicații perturbate de tăiere fire de telefon . Ei au ucis , de asemenea, mai mult de 150 de soldați inamici și a luat mai mult de 500 de prizonieri .Ea sa mutat la Innsbruck , în Austria, pentru a continua hărțuire a naziștilor în retragere la fel cum s-au prăbușit de-al treilea Reich . După război , în 1950 , sa căsătorit cu Paul Goillot un agent OSS . Ea sa alăturat Agenția Centrală de Informații (CIA), în 1951 și a lucrat ca analist de informații în ceea ce privește afacerile parlamentare franceze . Ea sa retras din CIA în 1966 la o fermă situată în Barnesville , Maryland . Virginia Hall Goillot a murit la Spitalul Adventist Shady Grove de la Washington DC la Ziua Bastiliei , echivalentul francez al Zilei Independenței Americii 14 iulie 1982. Virginia Hall a acceptat Crucea Distinguished Service de general-maior William J. Donovan în 1945 , dar a refuzat decorațiuni britanice și franceze.

În această notă din data de 12 mai 1945, Director OSS William Donavan informează președintele Truman că ea a fost decorat cu Crucea de Distinguished Service - singurul civil feminin în război pentru a primi această onoare.

Dupa razboi a devenit unul dintre primii ofițeri de sex feminin noului CIA.



Calendarul lunii octombrie

* **Nicolae Cajal (n. 1 octombrie 1919, București - d. 7 martie 2004, București)** a devenit doctor în medicina și chirurgie al Facultății de Medicina București, în 1946, și doctor în științe în 1958. A lucrat ca intern în laboratoarele de spital, în laboratoarele catedrei de bacteriologie (1944) și ale catedrei de inframicrobiologie (virusologie) ale Facultății de Medicina - București, din 1945. S-a format ca specialist microbiolog și virusolog sub conducerea prof. dr. Stefan S. Nicolau. Din 3 februarie 1990 și până la 2 februarie 1994, a fost vicepreședinte al Academiei Române, conducând secția de Științe Medicale a acestui for din 1994. A fost membru al unor societăți internaționale de specialitate, la unele făcând parte din grupul de conducere: vicepreședinte și apoi președinte al Asociației europene pentru studiul poliomielitei, președinte al Societății europene pentru studiul și combaterea virozelor, vicepreședinte al Societății de patologie infecțioasă. Membru al Societății Regale de Medicina - Londra, al Societății Internaționale de Patologie Comparată, al Societății Franceze de Microbiologie, al Academiei de Științe din New York etc.

* **Orasul Sarmasu, în perioada 5 septembrie _ 10 octombrie 1944** (timp de 35 de zile) s-a aflat sub ocupația invaziei ungare horthyste. În aceste zile și nopți, jandarmii unguri cu pene de cocos și Garzile Naționale Maghiare, sub conducerea capitanului de jandarmi Lancz Laszlo, au împuscat sau au dus pe drumul fără de întoarcere peste 126 de evrei și 39 de români din zona, militari luați prizonieri de război din luptele crancene de la Oarba de Mureș _ Ludus _ Chetani. Evreii împușcați de jandarmii horthysti în zona Plasei Sarmasu.

* **Otto Fritz Meyerhof (12 aprilie 1884, Hanovra, Germania- 6 octombrie 1951, Philadelphia, Pennsylvania)**, a fost un medic și biochimist evreu, născut în Germania și naturalizat american. A devenit celebru prin cercetările sale în Glicoliză (Calea Embden-Meyerhoff-Parnas) și, împreună cu Archibald Vivian Hill, asupra schimbului de substanță din țesutul muscular, motiv pentru care ambilor savanți li s-a decernat, în 1922, Premiul Nobel pentru Medicină.

* **Niels Henrik David Bohr (n. 7 octombrie 1885, Copenhaga - d. 18 noiembrie 1962)**, fizician danez de origine evreiască (din partea mamei), care a avut contribuții esențiale la înțelegerea structurii atomice și a mecanicii cuantice. Niels Bohr a fost profesor de fizică și directorul Institutului de Fizică Teoretică din Copenhaga. A fost autorul modelului atomic care îi poartă numele. A adaptat teoria cuantică la studiul structurii atomice și s-a preocupat de cercetări de fizică nucleară. Pentru contribuțiile sale fundamentale, Bohr a fost laureat al Premiului Nobel pentru Fizică în 1922. Fiul său, Aage Niels Bohr a primit premiul Nobel în 1975 pentru cercetările sale, iar fratele, Harald Bohr, a fost un cunoscut matematician.

* **Alfred Dreyfus (n.9 octombrie 1859 - d.12 iulie 1935)**, ofițer francez de origine evreiască, a fost condamnat în anul 1894 pentru trădare de țară, la deportare pe viață, din pricina unor documente care s-au dovedit false, și care erau menite să-l acopere pe adevăratul vinovat, ofițerul Esterhazy. Convins de nevinovăția lui Dreyfus, scriitorul Emile Zola a publicat pe 13 ianuarie 1898, pe prima pagină a ziarului L'Aurore, un articol intitulat: J'accuse, adresat președintelui Republicii, Félix Faure, în care ataca cu asprime conducerea țării și așa numita afacere Dreyfus, fapt ce a condus la confruntări aprinse și la o reînviere a antisemitismului. Dreyfus a fost condamnat la 22 decembrie 1895 la degradare militară - sentință adusă la îndeplinire la 5 ianuarie 1896 în curtea Școlii militare - și la deportare pentru muncă forțată în Ile du Diable (insula Diavolului), iar în anul 1899, cu ocazia rejudecării procesului, la 10 ani de închisoare, fiind grațiat la 19 septembrie 1899 de președintele Émile Loubet și reabilitat abia la 12 iulie 1906.

* **13.10.2013 - 1906 - S-a născut publicistul și criticul literar Itik Kara**, autor a 14 lucrări, între care trei apărute în idiș, laureat a două premii în Israel și al Premiului "Hurmuzachi" al Academiei Române (pe 1991).

* **Angelica Adelstein-Rozeanu (n. 15 octombrie 1921, București - d. 22 februarie, 2006, Haifa, Israel)** a fost o celebră jucătoare de tenis de masă, fiind campioană mondială de șase ori pentru România, între anii 1950 - 1956. A jucat tenis de masă de performanță în România și în Israel, fiind campioană națională a ambelor țări (de 20 de ori a României și de 3 ori a Israelului).

* **Mihail Sebastian (la naștere Iosif Hechter, alt pseudonim Victor Mincu; n. 18 octombrie 1907, Brăila, d. 29 mai 1945, București)** a fost un romancier și dramaturg român. Harry Houdini (24 martie 1874, Budapesta, Ungaria - 31 octombrie 1926,

* **Harry Houdini (24 martie 1874, Budapesta, Ungaria - 31 octombrie 1926, Detroit, Michigan)** a fost un magician american de origine evreo-ungară, actor și producător de film. Houdini a murit de peritonită, în urma unei rupturi de apendice.

Cine a construit podul de peste Dunare?

(Pentru pasionatii de istorie si nu numai... !) -2-

Acestea fiind spuse, să vedem, totuși, ce este cu Podul "bucluș". Cine a construit podul de piatră de peste Dunăre? Mi se pare mult mai verosimil și mai logic din punct de vedere istoric ca Podul de la Drobeta să fi fost construit cu ceva timp înaintea războaielor daco-romane, pe timp de pace, climat mult mai propice pentru realizarea unei asemenea construcții. Cine și de ce să fi construit această "perlă" a ultimei provincii cucerite de romani? Dacii stăpâneau, înainte vreme, ambele maluri ale Dunării. Prin urmare este verosimil faptul ca Podul să fi fost construit de ei! Faptul apare cu totul logic după ce-l citim pe Strabon: "Burebista stăpânește peste tot teritoriul de pe ambele maluri ale Dunării". Același autor ne spune: "(Burebista) trecea fluviul când dorea.", însă Dacia nu era putere navală la acea vreme! Dacă iarna Dunărea putea fi traversată pe gheață, cum se întâmplă în cazul atacului lui Decebal în Moesia, care era modalitatea de a trece Dunărea vara, decât pe un pod! Aceasta având în vedere că Burebista, cum spuneam, nu dispunea de o flotă din care să facă pod de vase. Mai mult pentru această afirmație există chiar și documentație! O baladă populară aromână, intitulată "Puntea din artă" ne vorbește, valorificând probabil o legendă mai veche, despre trei meșteri constructori iscusiți care au lucrat la construcția unui pod peste Dunăre vreme de șase ani! A se observa că cifra concordă cu cercetările moderne. Având în vedere că Burebista stăpânea peste ambele maluri ale Dunării este de la sine înțeleasă necesitatea geo-strategică a construirii acestui pod peste care Burebista "trecea fluviul când dorea". Necesitate care se impunea având în vedere faptul că Imperiul Roman încerca să-și extindă dominația în sudul Dunării! Prin urmare, este logic și de bun simț să conchidem că Burebista este constructorul podului de la Drobeta. Apollodor doar a refăcut partea de lemnărie a podului pentru ca Traian să poată avea o cale mai facilă pentru a jefui Dacia de toate bogățiile ei! Dar ce se întâmplase cu podul în ajunul ocupației romane?

Decebal, strateg vestit, surprins de atacul romanilor, distruge lemnăria podului. Faptul pare a fi atestat de bucățile de bârne arse aflate la fata locului. Deci, pentru a frâna în oarecare măsură invazia romană, Decebal, din necesități de strategie militară, distruge opera înaintașului său, Burebista. **Aceasta va fi refăcută de un alt DAC, de această dată împărat al Bizanțului, anume CONSTANTIN CEL MARE, născut în orașul Niș, aflat azi în Serbia!** Este posibil să ridicăm elogi cuceritorilor și să trecem sub semnul ignoranței realizările strămoșilor noștri ?



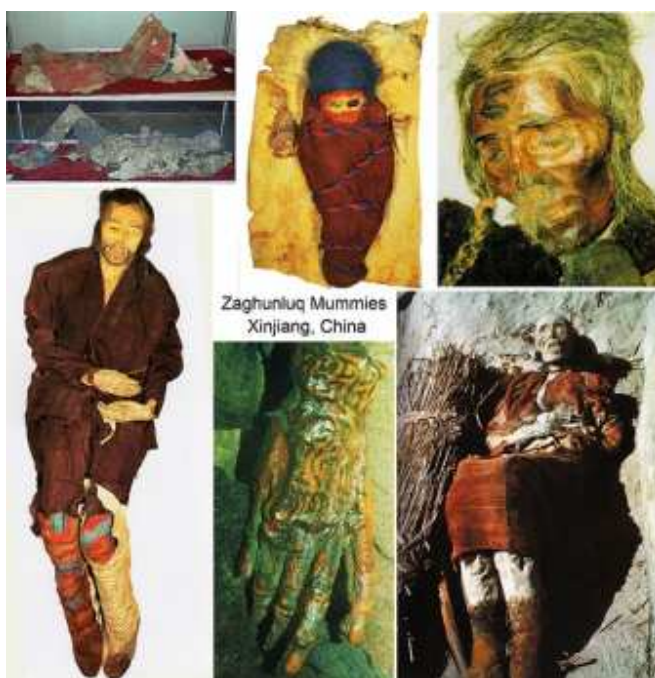
Articol primit de la Rela Kahane - Israel

Misterul mumiilor din Tarim -3 -

În 2007, guvernul chinez a permis unei echipe Național Geographic, conduse de Spencer Wells, să examineze ADN-ul mumiilor. Wells a fost capabil să extragă ADN din interiorul mumiilor și rezultatele preliminare indică că mumiile nu au avut o singură origine, ci au provenit din Europa, Mesopotamia, India și alte regiuni care urmează să fie stabilite. Victor Mair, un profesor de literatură și religie chineză și indo-iraniană de la Universitatea din Pennsylvania, specialist în cadavre vechi și co-autor al “Mumiile din Bazinul Tărâm”, apreciază, pe baza probelor disponibile, că, în primii 1.000 de ani după ce a trăit muma numită “Frumusețea din Loulan”, toată populația din Bazinul Tărâm au fost caucazieni. Popoarele din Asia de Est au început să apară în zona de est din Bazinul Tărâm cu aproximativ 3.000 de ani în urmă, iar populația uighură a sosit după anul 842 î.H. Mair apreciază că noile dovezi ne impun o reexaminare a cărților vechi chineze care descriu figuri istorice sau legendare de mare înălțime, cu ochi albaștri sau verzi, nasul lung, bărbi pline și păr roșu sau blond.

Unii cercetători fac o legătură pe baza izvoarelor vechi între popoarele indo-europene din zona Mării Negre și mumiile din Bazinul Tărâm. Un argument în favoarea acestei ipoteze ne poate veni de la ceramica de Cucuteni. Ceramică din cultura Cucuteni este unică în Europa, găsindu-se unele asemănări, destul de pregnante, doar între ceramica Cucuteni și o ceramică dintr-o cultură neolitică din China. Între cele două culturi este o distanță de timp foarte mare, cea din China apărând după circa un mileniu față de cea de la Cucuteni. Acest lucru poate fi explicat doar printr-o deplasare a populațiilor.

Expertizele ADN demonstrează că mumiile din deșert au o “genealogie” complexă, întinsă din Europa Vestică până în India, din stepele Asiei Centrale până în Mesopotamia și China. Acest aspect poate duce la concluzia că, pe lângă rolul de “încrucișare” de drumuri, Tarim-ul a fost și centrul unei civilizații necunoscute până acum, un soi de “Turn Babel” unde trăiau neamuri diverse, care s-au “combinat” între ele.



- **# Janet Jackson a anuntat ca** intentioneaza sa adopte un copil din Siria sau din Iordania. Cantareata de 47 de ani s-a casatorit in secret cu omul de afaceri Wissam Al Mana, de 37 de ani, a anuntat ca a inceput demersul pentru a obtine custodia unui copil din aceste tari, arata Contact Music. Se pare ca decizia sa este bazata pe faptul ca nu poate face copii. Ba mai mult, se pare ca Janet Jackson a discutat cu regina Rania a Iordaniei despre intentia sa de a deveni mama a unui copil din aceasta tara.
- **# Cantareata britanica Alexandra Burke a pozat nud** in cadrul unei campanii PETA menite sa atraga atentia oamenilor sa nu poarte blanuri naturale. Alexandra Burke, care a castigat X Factor in 2008, a fost fotografiata de celebrul Kevin Davis si a recunoscut ca a durat ceva timp pana sa ajunga sa se simta confortabil in fata obiectivului. Cantareata, care nu a mai pozat nud niciodata, a fost ajutata de Davis sa se relaxeze si pana la urma rezultatul a fost unul inedit, aceasta ajungand sa isi dezvaluie colectia de tatuaje. Campania "Mai bine as merge goala decat sa port blana" a atras mai multe celebritati, printre care Pamela Anderson, Kelly Brook, Alicia Silverstone si Eva Mendes.
- **# Chitaristul trupei The Pogues, Phil Chevron,** a pierdut lupta cu cancerul, acesta murind la 56 de ani, au anuntat colegii sai de trupa. Artistul se lupta cu cancerul la gat din 2007. Anul trecut pare ca se vindecase, insa cancerul s-a reintors, de aceasta data dovedindu-se fatal, informeaza ContactMusic. In 2012, dupa ce pare ca scapase complet de boala, la un control de rutina, artistului i s-au gasit mai multe tumori, din care una prea aproape de creier, asa ca tratamentul, in acest caz, era imposibil. Chiar daca dupa acest dificil moment, cand stia ca va muri, si-a pierdut vocea, a cantat in continuare la chitara, compunand muzica.
- **# Chitaristul trupei Rolling Stones, Keith Richards,** ar fi putut fi victima unui chimist la pensie, indragostit de bombe, care, din spusele sale, planuia sa-l arunce in aer pe muzician. In casa lui Joseph Callahan s-au gasit nu mai putin de 44 de kilograme de materiale explozibile si 142 de arme detinute legal. In plus, fostul chimist locuieste relativ aproape de artist, respectiv la mai putin de 15 kilometri, in Greenfield Hill, Connecticut, conform Mirror. Politia a descins in apartamentul lui Joseph, in varsta de 69 de ani, dupa ce a fost anuntata de fosta sotie a acestuia, care era ingrijorata ca barbatul nu mai raspundea la telefon. Inca de cand s-au apropiat de casa, politistii au simtit un miros intepator de chimicale venind dinspre garaj. Acolo s-a gasit o cantitate imensa de nitrat de amoniu si cabluri folosite pentru detonare.
- **# Michael Bay, regizorul Transformers,** a fost atacat pe platoul de filmare al celei de-a patra parti a francizei, in Hong Kong. Michael Bay filma, pentru Transformers 4: Age of Extinction, cand doi barbati l-au atacat. Initial, cei doi, de 27 si, respectiv, 28 de ani, l-au abordat, cerandu-i acestuia suma de 12.900 de dolari, cu care acesta le-ar fi ramas dator. Cum regizorul i-a ignorat, acestia l-au lovit, relateaza Today, care citeaza Reuters. Ulterior, au fost atacati si trei ofiteri de politie care au incercat sa intervina.
- **# Gloria Lynne, cunoscuta cantareata de jazz,** a murit in urma unui atac de cord, cu doar cateva saptamani inainte de a implini 82 de ani. Nascuta in Harlem de o cantareata de gospel, Gloria, care se afla intr-un centru pentru varstnici, a cantat inca din adolescenta, urcand ulterior pe scena cu Ella Fitzgerald, Ray Charles sau Johnny Mathis, informeaza New York Daily. Desi nu s-a imbogatit din muzica, va ramane celebra pentru balade precum I Wish You Love sau I'm Glad There Is You. Ultima reprezentatie live a artei a avut loc in luna august a acestui an, in New York.
- **# Lara Fabian a fost internata de urgenta** zilele trecute, cantareata fiind nevoita ca din aceasta cauza sa isi anuleze un concert programat la Auxerre. Lara Fabian s-a casatorit in iunie 2013 cu Gabriel di Giorgio, un magician italian.
- **# Actrita Jennifer Aniston se afla in fata unei mari dileme,** care are legatura cu apropiata sa nunta. Se asteapta ca, pana la sfarsitul anului, actrita sa mearga in fata altarului impreuna cu iubitul sau, Justin Theroux. Problema este ca Jennifer si Theroux au planuit o nunta hawaiiiana, dar actrita se simte vinovata ca nu poate omagia radacinile sale grecesti. Apropiati ai familiei vedetei au dezvaluit ca Jennifer i-a promis bunicului sau decedat, pe care l-a iubit foarte mult, ca niciodata nu va uita de trecutul grecesc al familiei sale.
- **# Rapperul 50 Cent,** care in vara si-a batut iubita, cea care i-a facut si un copil, a fost condamnat la 3 ani de libertate conditionata pentru scandalul conjugal din vara acestui an. Pe numele real Curtis Jackson, rapperul a scapat insa de puscarie, el pledand vinovat la un capat de acuzare din cinci, respectiv pentru vandalism (in iunie a spart o usa, un candelabru si un televizor, dupa ce prietena lui se baricadase in dormitor, de teama). Acuzatia de a-si fi agresat iubita a fost retrasa in cele din urma de procuratura americana, informeaza Reuters.

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.

- Casa de Cultură „Constantin C. Giurescu” din Odobești comemorează Ziua Națională a Holocaustului din România. Cu această ocazie va fi lansată prima lucrare despre diaspora evreiască din orașul viilor domnești: „Evreii din Odobești” (Editura Terra, Focșani, 2013), autor Bogdan Constantin Dogaru. La eveniment vor participa membrii din conducerea Federației Comunităților Evreiești din România și reprezentanți ai unor instituții de cultură din județ. Manifestarea este organizată în parteneriat cu Comunitatea Evreilor din Focșani, Liceul Teoretic „Duiliu Zamfirescu” și Liceul Tehnologic din localitate ;
- Elevii Colegiului Tehnic „Gheorghe Asachi” din Focșani și cei ai Colegiului Național „Alexandru Vlahuță” din Râmnicu Sărat au participat la activități dedicate comemorării Holocaustului, care au avut loc la Sinagoga din Focșani. În cadrul evenimentului, președintele comunității evreilor din Focșani și Râmnicu Sărat, Mircea Rond, a prezentat momente din istoria Holocaustului, iar eleva Gabriela Puflea, din clasa a X-a B, de la colegiul focșănean, a prezentat lucrarea „Holocaustul copiilor”, în timp ce colega sa Marina Ciocîrlan, din Râmnicu Sărat, a vorbit despre Holocaustul evreilor în spațiul românesc. De asemenea, a fost prezentat și un interviu cu un urmaș al celor care au avut de suferit de pe urma Holocaustului, interviul fiind realizat de elevul Alexandru Bratu, din clasa a X-a B, de la Colegiul „Gheorghe Asachi”. Au mai fost prezentări și lansări de carte, iar doi elevi ai colegiului focșănean au fost premiați pentru desenele realizate ;
- Concurs de pictura cu tematică ocazionată comemorării Holocaustului, eveniment găzduit de către comunitate si organizat în colaborare cu profesori si elevi din orasul Rm.Sarat si Focsani ;
- Seara de film – documentarul “BLACK SUNDAY” in regia lui Mihnea Chelariu ;
- Pe de 1 octombrie este marcata "Ziua Internationala a Varstnicului", anul acesta evenimentul sarbatorindu-se sub sloganul "Varstnicii au nevoie de sprijin". Cu acest prilej, personalul medical ce se va afla la comunitate va masura tensiunea arteriala si glicemia varstnicilor. si vor fi daruite cadouri simbolice de ziua lor.
- Elevii Liceului Tehnologic „Alexandru Ioan Cuza” din Panciu au comemorat Holocaustul prin prezentarea, la Focșani, a proiectului „Multiculturalitate Româno-Evreiască”. Evenimentul s-a desfășurat la fostul cinematograf Balada, în prezența reprezentanților Inspectoratului Școlar Județean, a președintelui Comunității Evreiești din Vrancea Mircea Rond, a elevilor de la Liceul Pedagogic din Focșani, Liceului de Arte și Colegiului „Gheorghe Asachi”. Elevii pânceni au fost însoțiți de profesoara de istorie Luminița Iliescu, care a prezentat proiectul, punând accent pe motivațiile acestuia, respectiv istorice, civice și educative. Scopul proiectului este atragerea interesului autorităților pentru reabilitarea celor două cimitire de pe raza orașului Panciu și înscrierea cimitirului din Dealul Neicu pe lista monumentelor istorice.

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

r_mircea67@yahoo.com , ce_focsani@yahoo.com

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

Multumim anticipat !

Sfaturi pentru a va proteja masina impotriva hotilor

Pentru a diminua sansele de a deveni o victima sigura in calea hotilor, oamenii legii ne ofera cateva sfaturi practice:

1. **Mentine usile blocate in timp ce conduci.** Asigura-te ca bunurile tale sunt la loc sigur departe de ochii infractorilor care se pot apropia de masina in timpul cozilor din trafic sau la semafor.
2. **Nu lasa nimic la vedere mai ales pe timpul noptii chiar daca masina este intr-o parcare sigura sau platita.** Cifrele arata ca 63% din furturi sunt realizate de proprietarii masinilor parcate in apropiere. Preferabil ar fi sa alegi o parcare aglomerata in pofida unui loc izolat sau periferic.
3. **Daca cineva incearca sa-ti fure masina in timp ce te afli in interiorul acesteia, cel mai bun lucru pe care il poti face e sa apesi constant claxonul, stingand si aprinzand in mod repetat luminile pentru a atrage atentia.** Daca nu e nimeni in apropiere care sa te ajute si sa observe ca atacatorul devine violent, indicat ar fi sa ii predai in mod voluntar cheile.
4. **Intotdeauna blocheaza usile masinii, chiar daca pleci doar pentru cateva secunde/minute.** Inchide toate geamurile si activeaza-ti alarma. In cazul in care aceasta nu este inclusa in dotarile masinii, monteaza-ti una.
5. **In cazul in care doresti sa achizitionezi un sistem de alarma pentru masina ta, apeleaza doar la firme specializate.**

Pentru o protectie de baza, **sistemul de alarma trebuie sa curprinda centrala, sirena, senzorul de soc, cablajul, releul pentru imobilizarea alarmei pe timpul armarii si 2 telecomenzi** (pentru cazul in care nu se doreste o alarma pe cheia masinii).

Exista alarme fara telecomanda folosite atunci cand nu dorim o telecomanda in plus la cheia masinii, iar cheia masinii are cel putin un buton din care se poate actiona incuierea si descuiera usilor de la distanta cu dezavantajele pe care le implica **si exista alarme cu telecomanda** si aici enumeram 4 categorii: **1) baza ; 2) cu pager fara pornire; 3) cu pornire fara pager; 4) cu pager si cu pornire.**

Timpul de armare este si el de luat in calcul. Acesta dureaza intre **10-30 de secunde** in functie de configurarea masinii. In cazul in care efractia a fost deja produsa, timpul este maximum **30 de secunde.**

Sfaturi impotriva hotilor de mobile

In cazul in care vi s-a furat totusi mobilul, in articolul de fata veti gasi cateva sfaturi menite sa va reduca pagubele colaterale la minimum:

Atentie constanta Nu lasati aparatul pe unde apucati atunci cind mergeti la petreceri, in cluburi sau pe plaja. Dupa ce ati vorbit la telefon, bagati-l in geanta sau in buzunar (daca acesta din urma are fermoar; nu va incredeti in buzunarele largi si deschise, deoarece un telefon mic poate aluneca sau poate fi sustras usor fara sa va dati seama). De asemenea, chiar si in parcarile pazite, nu lasati mobilul in masina.

Laudatul este interzis Logic, cu un model ultimul racnet in buzunar, fiecare dintre noi este tentat sa se dea mare in fata prietenilor. Atentie insa la cine mai este prin jur atunci cind faceti demonstratii pline de fala. Scamatoriile de acest gen sint interzise mai ales pe stadion, in gara sau in marile aglomeratii.

Codul PIN, obligatoriu Chiar daca uneori devine enervant sa tot introduceti codul PIN, va sfatuim sa nu il dezactivati niciodata. Daca telefonul dumneavoastra cade pe miini straine ar fi bine sa ingreunati putin demersul hotului de a vorbi pe banii dumneavoastra. Pina reuseste sa-l dezactiveze, aveti timp sa sunati provider-ul de telefonie mobila pentru blocarea SIM-ului. O alta idee ar fi sa inchideti telefonul atunci cind stiti ca nu il veti folosi o perioada. Astfel, fara a sti PIN-ul, istetul care v-a depozitat de mobil nu va putea vorbi in contul dumneavoastra.

Notati informatiile importante Notati intotdeauna numarul dumneavoastra de client si codul IMEI (International Mobile Equipment Identifier). Avind aceste informatii intr-un carnetel, veti putea suna rapid operatorul de telefonie pentru blocarea SIM-ului in caz ca vi se fura telefonul. Codul IMEI, format din 15 cifre, este numarul serial unic si dificil de modificat al aparatului, cu ajutorul caruia telefonul poate fi identificat de politisti.

Copie de siguranta Daca ati stocat informatii importante (numere de telefon, contacte etc.) pe SIM si vi s-a furat telefonul, sintetizati "in plop". Faceti o copie a Phone Book-ului si pastrati-o pe calculator sau pe PDA, daca aveti un astfel de dispozitiv. La nevoie, hirtia si creionul sint, de asemenea, o solutie.

Mamaia interbelica

- 2 -



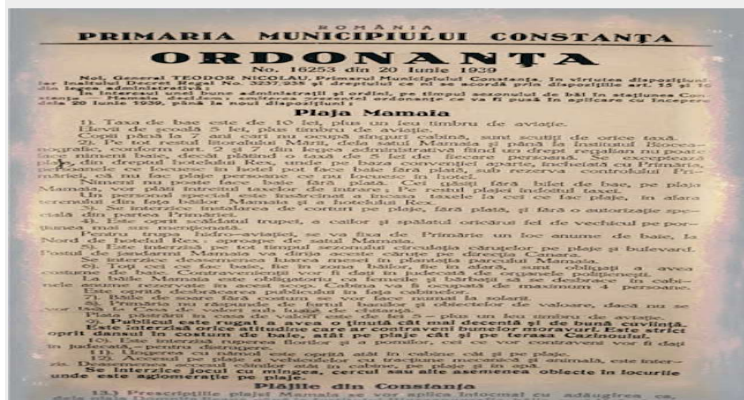
Pasarela din dreptul Cazinoului la inaugurare, în 1936



Toboganele făceau parte din deliciul turistilor



30 iunie 1922 – Polițistul Bill Norton asigurând limita tivului (cel mult 6 inch mai sus de genunchi) după ce superintendentul clădirilor și locurilor publice, col. Sherrel a promulgat o ordonanță de reglementare a costumelor de baie.



Inspirându-se de la americani, primarul din 1938 al Constanței a emis de asemenea ordonanțe de reglementare a felului cum se desfășura plaja în Constanța.

Piramida soarelui din Bucegi



Puțini oameni, cei aleși, știu că există o singură zi în fiecare an, când, la apusul Soarelui deasupra Sfinxului de pe platoul Bucegi, razele blânde înconjoară chipul straniu sculptat în piatră și coborându-se spre baza anticei statui, formează o piramidă magică.

Și acești puțini oameni aleși se întâlnesc în fiecare an pe Platoul Bucegilor, în aceeași zi și la aceeași oră. Au început deja să se recunoască de departe, urcând pe coama muntelui, din toate direcțiile. Doctorul din Hamburg, care vine an de an pentru a căpăta energia necesară conducerii cabinetului său în care tratează zeci de bolnavi, zilnic. Nimeni nu știe secretul reușitei celor peste zece operații pe care niciun doctor nu le-ar putea face într-o zi!

Doamna cu pălăria violet din Sibiu, adusă pentru prima dată într-un scaun cu roțile de nepotul ei, cercetător la Institutul de Mineralogie Patologică Axente Sever, și care acum vine pe propriile-i picioare, mai mult pentru a mulțumi Piramidei pentru magia ei vindecare, Soarelui pentru căderea lui miraculoasă și binefăcătoare în trepte piramidale, ori poate Sfinxului, fără de care nimic nu ar fi posibil. Desigur, unele guri șoptesc prin văi că doamna ar mai avea și un alt motiv, în faptul că doar aici și în această blândă lumină piramidală, pălăria ei trimite raze violete spre toate piscurile înconjurătoare, ca un tainic mesaj adresat pădurilor de brad și animalelor ce le populează. Însă acest mesaj nu a putut fi descifrat de nimeni, niciodată.

Familia cu cei doi gemeni din Eastwood, ambii bolnavi de artrita psoriazică, boală autoimună care afectează ligamentele și tendoanele. Efectul piramidei magice asupra celor doi micuți este incontestabil, având acțiune antiinflamatoare selectivă pentru COX2, și producerea de adalimumab, un anticorp monoclonal uman recombinat de tip Ig G cu specificitate pentru TNF alfa.

Tânărul cu fibromialgie din Detroit, boală căpătată în urma unei depresii severe cu tulburări de anxietate, piramida acționând asupra lui precum un inhibitor selectiv de serotonina (SSRI), antidepresiv tricyclic. Este știut că în această boală medicii nu au un tratament, recomandând meditația și rugăciunea.

Apoi bătrânul din Bombay, atins de sindromul Down, cu facies aplatizat și gât scurt, urmare a unei diviziuni celulare anormale la nivelul ovocitului, sau domnul din Kinshasa cu toxoplasmoză însoțită de apariția de adenopatii latero-cervicale, ori doamna din Xi'an ce suferă de virusul Papiloma Uman HPV, sau cei doi tineri din Ontario atinși de alopecia, cu capetele acoperite de batice și șepcuțe moderne, pentru a ascunde urmele necruțătoarei boli, și mulți alții, cu felurite boli și afecțiuni, din toate colțurile lumii.

Unii se reîntorc vindecați și revin doar pentru a mulțumi, iar alții resimt ameliorarea bolilor copleșitoare și fără leac medical, și revin an de an pentru acțiunea spectaculoasă a Piramidei Magice în continuarea unei vieți normale, singura care le permite a se bucura de viața dăruită de Creatorul și Mântuitorul umilelor noastre suflete păcătoase, El, Cel de Sus, întru veșnică și vie pomenire.

Există o singură zi din an, o zi sfântă, când soarele își coboară razele blânde, în trepte, peste Sfinxul ce străjuiește mândru Bucegii, într-o piramidă magică. **În ziua de 28 noiembrie a fiecărui an, pe Platoul Bucegi se întâlnesc oameni aleși, veniți din toate colțurile lumii.**

— Articol primit de la Avram Faibis —