

Aflați dacă asociația a făcut viramentele

APATERM

PUNE LA DISPOZIȚIE

LISTA CU DATORNICII

ACTUALITATE/2



GALAȚI @ ROMÂNIA

ÎN TOTDEAUNA, PRIMII! ©

www.viata-libera.ro

56.000 de cititori zilnic
Publicație ce beneficiază de rezultate de audiență conform Studiului Național de Audiență măsurate în perioada august 2011 - august 2012

VALUTA
Euro 4.4331 lei
Dolar 3.2809 lei

METEO
9° 16°
Galați
Vreme însorită



CULTURĂ/2
Primul gălățean publicat în „Le Monde”
Crihană și... romii cei îndelung răătăcitori

CREDINȚĂ/4
Sfințită în 1894
Biserica din Bădălan, amenințată de pânda freatică

DIASPORA/10
Andreea Terescenco, muzician în Norvegia:
„România e identitatea mea, e începutul meu”

ITINERARI/11
Despre comorile noastre, la superlativ
Prințul Charles, îndrăgostit de România

EDITORIAL

Roxana Artene Penciu
roxana@viata-libera.ro

Turnătorie inutilă în dosarul „Aviasan”



Foto Bogdan Codrescu

DNA CERE PEDEAPSA MAXIMĂ PENTRU BOLDEA

Chiar dacă a făcut un denunț pe 50 de pagini și a dat nu mai puțin de 30 de nume ale persoanelor implicate în afacerea „Aviasan”, DNA îi refuză lui Boldea posibilitatea de a i se înjumătăți condamnarea. În descălcirea țelurilor, procurorii au apelat la sute de acte și mărturii, strânse în 26 de volume

EVENTIMENT/3

Atenționare!

În farmacii, medicamente pentru hepatită falsificate

EVENTIMENT/3



Foto arbitru VL

Mă bucur să constat în ultima vreme o anumită efervescență în deșteptarea noastră civică. Fie pentru sau împotriva gazelor de șist, pro sau contra Roșia Montană, de dragul sau de răul maidanezilor, oamenii au început să iasă în stradă să-și spună păsul, să reclame, să ceară să li se respecte opinia. Chiar dacă în spatele acestor proteste se vede mai mult sau mai puțin o mână care trage sforile din interese politice, e bine că măcar cetățenilor li s-a redeschis pofta să se facă auziți, pentru că alături de cei cu ochișori albaștri sau cei care au trecut prin cursuri intensive de manipulare, au ieșit, fără îndoială, mulți oameni de bunăcredință. Iar efectele au început să se vadă. Guvernul a dat în bălbăială vizavi de Roșia Montană și Chevron și-a retras utilajele de la Pungești. Până și cutremurele de la Izvoarele s-au speriat de ieșirea oamenilor în stradă și au încetat să-și mai zgâlțâie. Și o victorie împotriva forțelor naturii surde și absurde nu e de ici-de colo. Doar dacă fierberea din măruntăie pământului ar avea explicații de natură industrială, gen Petrom sau OMV, am putea să minimalizăm această reușită. Dar niși atunci n-ar fi lucru puțin.

Problema este că nu mai avem prea mult timp ca să ne deșteptăm. Dacă toate acestea s-ar fi întâmplat mai

demult, măcar cu vreo zece ani în urmă, alta ar fi fost acum situația. Ca o paranteză: pentru Roșia Montană a protestat o organizație franceză pentru prima oară în urmă cu zece ani, noi de ce n-am fost atunci alături de ea?

În fine, spuneam că, dacă am fi avut timp suficient, după aceste exerciții de democrație ar fi trebuit să urme-

Mintea românului cea de pe urmă

ze și altele. Bunăoară, așa cum am ieșit în stradă în urmă cu ceva timp, să-l susținem pe Raed Arafat, ar fi trebuit să ieșim în stradă pentru apărarea lui Ștefan Marincea, care a fost demis de Ponta pentru că a avut îndrăzneala să afirme că Roșia Montană Gold Corporation a falsificat harta Văii Corna, locul unde ar urma să fie amplasat iazul de decantare, ștergând de pe harta Institutului Geologic Român 13 fracturi geologice, pentru a se înlătura temerea

că deșeurile toxice se vor infiltra în pânza freatică, dar și pentru că raportul preliminar al institutului geologic a inclus printre cauzele posibile ale cutremurelor din Galați și unele omenștii, exploatăările de petrol și gaze din zonă. Dacă s-a ajuns și la falsificarea științei de dragul profitului, e grav. E grav și faptul că dincolo de miza financiară se ascunde o alta, mai periculoasă: Ponta a fost chemat în America, mângâiat pe creștet cu promisiuni de sprijin la prezidențiale dacă rezolvă, printre altele, și problema celor două companii fugărite de români. Ar mai trebui, bunăoară, să ieșim în stradă alături de medicii noștri. Ni se tot promite liberul acces la tratamente în Europa, ca să uităm de faptul că în ultimul timp peste 50.000 de doctori și asistente au plecat din România. Ar trebui să ieșim să-i sprijinim pe profesori, pentru că sunt singurii care ar mai putea salva de la întunecime mintea copiilor noștri. Asta dacă li se va reda demnitatea cuvenită meseriei. Ar fi multe alte motive care să ne solicite solidaritatea civică, însă, așa cum spuneam, nu mai avem timp pentru aceste exerciții. Trebuie musai să ne vină mintea românului cea de pe urmă și să ieșim cu toții în stradă împotriva politicienilor îmbogățiți pe spatele nostru, care-și permit să ne vândă și sufletele de dragul profitului lor.



De luni
Începe sărbătoarea teatrului pentru copii

EVENTIMENT/5



Foto arbitru VL

Noul antrenor Liene, despre club:
„Se poate face performanță la Oțelul”

SPORT/6

Adresa redacției:
str. Domnească nr. 68
TEL 460 620, FAX 471 028
redactie@viata-libera.ro

COTIDIAN INDEPENDENT®
marcă înregistrată
auditat de Biroul Român de Audit al Trajektorilor
membru al Biroului Internațional de Audit al Trajektorilor

SINAXAR
†) Soborul Sf. Arhangheli Mihail și Gavriil și al tuturor cereștilor puteri
MAXIME
„Dragostea și muzica sunt cele două aripi ale sufletului.”
Hector Berlioz

ASTĂZI în **Viata libera**
PESTE
650
ANUNȚURI DE MICĂ PUBLICITATE
pag. 8-11

Onomastică

La mulți ani sărbătorii zilei!

Le urăm tuturor gălățenilor care poartă numele Sfinților Arhangheli Mihail și Gavriil sănătate, liniște și prosperitate, alături de cei dragi. Un gând bun se îndreaptă și către Jandarmeria Română, care își serbează astăzi protectorii spiritali. La mulți ani!

Viata libera

INTERIOR

EVENTIMENT/3

La Județean, de la începutul anului
Zeci de infecții intraspitalicești

Gest extrem al unui deținut din Penitenciarul Galați
Și-a tăiat venele pentru libertate

PAMFLET/4

Zâmbete de weekend
Statuie pentru Stan, pe modelul Brătianu

EVENTIMENT/5

Sentință după nouă ani de judecată
35 de ani după gratii pentru o crimă oribilă

TIMP LIBER/7

Spectacol despre „copiii migrației”
„Când mama nu e, cine este mama?”



ȘTIRI DE WEEKEND



Vedem...



"Thor: Întunericul"

Thor trebuie să salveze Pământul și Cele Nouă Regate de un inamic redutabil, gata să-și subordoneze întreg universul. După evenimentele din Thor și The Avengers, zeul luptă pentru a reinstaura ordinea în cosmos, însă o străveche rasă în frunte cu răzbnătorul Malekith se întoarce pentru a trimite Universul înapoi în întuneric. Confruntat cu un dușman pe care nici măcar Odin și Asgardul nu-l pot opri, Thor se aruncă într-una dintre cele mai periculoase și mai personale aventuri de până acum, care-l va readuce lângă Jane Foster și care îl va forța să sacrifice totul pentru a salva omenirea.

Citim...



"Răul de foc"

Ca rebel, soldat, erou, spion, Kenneth Wilding nu a cunoscut niciodată înfrângerea, datorită abilităților lui ieșite din comun. Dar nimic nu-i poate salva moștenirea și titlul când se întoarce din război și își găsește domeniul pustiu. Nimic - până când un străin îi oferă un pact cu diavolul: salvarea financiară în schimbul abilităților subversive remarcabile ale lui Kenneth. Cu inima îndoită, Kenneth este de acord cu misiunea de a pătrunde în casa unuia dintre cei mai mari pictori ai Angliei, pentru a demasca o crimă teribilă. Acolo, însă, descoperă ceva infinit mai periculos: un mod de viață nou și tentant și o femeie irezistibilă. Este tot ce și-a dorit mereu - și nu va putea avea niciodată. Ce va face Kenneth puteți afla doar citind romanul „Răul de foc”, de Mary Jo Putney.

Adio, criză!

Ce bani câștigă vedetele noastre

Cine susține că încă suntem în criză financiară ar trebui să se gândească de două ori la auzul sumelor pe care le câștigă în prezent vedetele din showbiz. Din emisiuni TV și concerte, multe dintre vedete și-au rotunjit conturile anul acesta cu zeci și chiar sute de mii de euro.

Pepe - 100.000 de euro doar din TV

Pepe a fost pe val anul acesta în televiziune. Artistul a primit, se pare, câte 30.000 de euro în fiecare sezon al emisiunii „Te cunosc de undeva”, alți 16.000 de euro în urma participării la „Splash”, show-ul în care vedetele au sărit în piscină, difuzat pe parcursul verii, și 25.000 de euro pentru emisiunea „Next Star”, în care a fost membru al juriului.



Jean de la Craiova, pe val la Antena 1

Jean de la Craiova s-ar fi îmbogățit, se pare, vara aceasta cu 30.000 de euro. Artistul a participat la show-ul estival „Splash: Vedete la apă”, iar acum concurează la „Te cunosc de undeva”.



Zilele orașelor, profitabile pentru artiști

Toamna aduce câștig pentru mulți artiști autohtoni. În țară au loc festivaluri tematice, zile ale orașelor și concerte care îi pun într-o lumină favorabilă pe primari, astfel că bugetele alocate sunt generoase. Loredana încasează, se pare, peste 10.000 de euro pentru fiecare concert, bani care merg și spre membrii trupei sale, Smiley - 7.000 de euro, iar Mandinga - 5.000 de euro.

Sursa: agentiadepresamondena.ro

Connect-R - 30.000 de euro, în trei luni, numai din TV

În afară de încasările din concerte și din drepturile de autor ale pieselor sale, inclusiv ale hitului anului trecut, „Vara nu dorm”, Connect-R s-a văzut vara aceasta mai bogat cu 30.000 de euro. Bani ar proveni din participarea sa la emisiunea „Next Star” de la Antena 1, unde ar fi plătit lunar cu 10.000 de euro.



Anda Adam - peste 180.000 de euro

2013 este, cu siguranță, anul Andei Adam. Artista are la activ două mari hituri, „AMO” și „Dacă ar fi”, trei emisiuni la Antena 1 și multe, multe concerte. Din televiziune, artista a câștigat, se pare, 70.000 de euro, iar din spectacole, alți 110.000 de euro, doar până în luna septembrie. Acum, odată cu sărbătorile orașelor, cu balurile bobocilor și cu concertele din cluburi, Anda ar urma să mai câștige până la finalul anului încă 30.000 de euro.



DORIAN POPA

150.000 DE EURO DIN PROIECTUL LALA BAND

Showbizul românesc este, se pare, destul de profitabil. Deși nu se mai învârt bugetele de altădată, vedetele noastre au reușit să câștige anul acesta zeci și sute de mii de euro. Dorian Popa a strâns, se pare, 150.000 de euro în urma proiectelor LaLa Band, însemnând serialul „Pariu cu viața”, concerte și alte afaceri derulate pe seama imaginii sale și a colegilor săi. Artistul a investit în casa mamei sale din Constanța și și-a cumpărat o locuință în București și o mașină Audi. „Am investit banii în mașină, pentru că-mi place să conduc. Sunt bani câștigați de mine, așa că am decis să-i investesc în ceva ce-mi place”, a declarat el.

Amănunte în pag. 20





a simți - simțire, a trăi - trăire

"și doar lui Grișa/ căinele lup/ îi era dor/ doar Grișa urla/ după sufletul de sinucigaș al lui Paul/ prietenul nostru/ aici pe plajă făceam/ un foc uriaș/ cântam la chitară/ în noapte târziu râdeam/ răsul lui era cel mai zgomotos" (**Anca Șerban-Gaiu, Marină**)

După cum s-a anunțat, vinerea trecută a citit Anca Șerban-Gaiu. Pentru că a fost o prezență de zile mari, notez cronică de cenaclu într-o formă fixă.

Andrei Velea: "La prima impresie, există o tendință de explicitare, dar sunt și locuri în care surprinde, pasajele acestea sunt prea izolate, ar trebui un pic mai mult nerv."

Ion Avram: "Textele au proprietatea de a conține bucăți de trăire care sensibilizează pe cineva în funcție de stare, sunt construite pe elemente trăite, cunoscute, merg foarte puțin pe simbolistică, o găsesc pe Anca așezată în aceste texte, dar un pic mai subtilă și mai înaltă."

Marius Grama: "Îmi place cum scrie, dar nu-mi rămân versurile în minte, poate ar fi bine să fie un pic mai agresivă."

Stela Iorga: "Nu suferă de lipsă de imaginație. Nu înțeleg de ce s-a trecut de la o lungime medie la o lungime mare a textului, în care se pierde coerența logică."

Laurențiu Pascal: "Încearcă să aducă o poveste și de aceea se vede un pic mai mult, reușește să creeze și cadrul, imaginația ei este un atu."

Ciprian Mandache: "O ambiguitate pusă bine, îmbină emoțiile, a transmis un mesaj prin imagini."

Octavian Miculescu: "Nu prea e în regulă folosirea titlurilor consacrate (emoție de toamnă), o imagine încearcă să o știrbească pe alta, îmi plac unele artificii, o imaginație debordantă."

a. g. seară: "Se simte bine când scrie, e o formă de rugăciune, textele au bogăție sufletească, dar trebuie să fi atent cum etalezi bogăția."

A consemnat Simona Toma

P.S. Astăzi ne citește, tot la orele 18 trecute fix, la sediul cotidianului "Viața liberă", **Marius Chiru.**

Primul gălățean publicat în „Le Monde”

Crihană și...romii cei îndelung rătăcitori

Revista „Le Monde” a publicat, în numărul din 24 octombrie, pe pagina a opta, o caricatură semnată de gălățeanul Florian Doru Crihană, sub genericul „La longue errance des Roms („Lunga migrație a romilor”). Cum a ajuns un artist român să fie publicat în „Le Monde”?

„Pasiunea mea pentru artă m-a îndepărtat de caricatura de presă, domeniu spre care s-au îndreptat toți colegii de breaslă după 1989”, povestește Florian Crihană. „Noi credeam că ne va fura imediat Occidentul și vom deveni celebri precum Saul Steinberg (plecat din Râmnicu Sărat) la The New Yorker, Eugen Mihaescu (plecat din București) la The New York Times sau André François (plecat din Timișoara) la Punch. Chemările la lucru în Occident nu au mai venit niciodată și, mai mult de atât, ilustratorii s-au retras din domeniu și și-au reluat vechile meserii, cea mai întâlnită fiind ingineria.

Cel care a observat fenomenul și mi-a împărtășit părerea sa a fost tocmai caricaturistul de presă de la Jurnalul Național, regretatul Cristian Marcu. El mi-a spus că, după câțiva ani de ilustrații, a rămas aproape un necunoscut, prietenii și rudele nu aveau habar că publică în Jurnalul Național. Semnalele care ajung din România în Occident, dar și în restul lumii nu vin din ilustrarea politicii românești, ci din zona ilustrației satirice a fenomenelor planetare. De ace-



Revista „Le Monde” din 24 octombrie

ea, Occidentul a urmărit creația mea în special după ce am abandonat ilustrația de presă și concursurile de caricatură”, mai afirmă gălățeanul.

„Jean Plantu m-a așteptat doi ani”

„Cel care a fost atent în toți acești ani la ceea ce expun se numește Jean Plantu de la ziarul Le Monde

- ilustrator celebru în Franța și în întreaga lume. Jean Plantu m-a solicitat de mai multe ori să particip la ilustrarea unor fenomene pe care Le Monde le tratează pe larg. Eu am fost destul de încapățânat să nu fac lucrări la comandă și apariția mea în marele ziar a întârziat doi ani. Credeam că i-am evertat de tot. Dar a venit acest subiect al migrației romilor, pentru care aveam ilustrații suficiente cât să umezesc ziarul singur o săptămână întreagă. Redactorii le-au văzut, și-au mărturisit admirația prin telefon și mi-au plasat lucrarea la loc de cinste. Mă bucur foarte mult pentru reușită, mă bucur pentru că am ales corect în 1990.

Toată această poveste s-a desfășurat ca un interogatoriu între telefon și calculator, eu ținându-mă cu mâna de piept ca să nu-mi plesnească de emoție. Mi-a fost teamă că o lucrare tratată pictural nu va intra niciodată la ilustrație de presă. Nu-i așa că arată bine? Ilustratorii care sunt pe pagină cu mine în Le Monde și-au publicat toți lucrările în ziare faimoase la ei în țară - eu am publicat-o la Roma. Presa centrală nu m-a solicitat niciodată. Dacă românii noștri mai fac multe tranșări prin Occident, s-ar putea să ajung chiar celebru”, conchide Florian Doru Crihană, după știința noastră primul gălățean publicat în Le Monde.

Angela Ribinciuc

Interviu cu **Cristi Iacob**

Autenticitatea nu zbiară, ci prostia



Prezent la Galați, în cadrul Festivalului Național de Comedie, cu spectacolul „De când te aștept” al Teatrului „Tudor Vianu” din Giurgiu, actorul Cristi Iacob ne-a spus câteva cuvinte despre tineri, droguri, autenticitate și falși. De menționat este că spectacolul a avut ca temă centrală problema dependenței de droguri.

- De ce se apucă tinerii de droguri? Este drogul o evadare din cauza lipsei sensului?

- Tineretul este destul de zăpăcit de foarte multe tentații din jur, de foarte multe non-valori de care se înconjoară, de foarte multe lucruri de prost-gust. Trebuie să ai noroc, dar să încerci să îți și faci, să încerci să cauți autenticul sau să te înconjori

de oameni care iubesc curățenia sau sunt ei curați. Sunt convins că ei vor să trăiască rapid, de asta mulți vor să se facă actori. Un actor trăiește în două ore cât trăiește un om într-o viață. Drogul e un miraj, un fals, mult prea dureros. Și eu m-am îmbătat, nu pot face morală la 45 de ani. Slavă Domnului că pe vremea noastră nu erau anumite halucinogene.

- Acest fals există și în teatru?

- Sigur că da. Unde e corabia slabă bate și dracul războiului mai puternic. Aici sunt foarte mulți care se îndrăgostesc de propria lor glorie, care este un drog. Nu e prea bine. Dacă nu te pui în paranteză, vorba lui Țuțea, din când în când o iei razna, te crezi statuie, nu om. Nu prea merge, nu

mai ești autentic, îți pierzi autenticitatea și începi să faci numai fake-uri. Asta cred. Dar aici trebuie dublat de o inteligență, de o smerenie a ta, să îți dai seama că faci și prostii. Trebuie să fii foarte cinstit cu tine.

- Mai sunt oameni cinștiți?

- Sunt. Căcălău.

- Sunt vizibili?

- Asta e. Ei sunt invizibili. Cei care stau care în banca lor deja nu mai sunt proști. Proștii sunt vizibili. Au niște voci minunate, mașini frumoase. Autenticitatea nu zbiară. Cealaltă zbiară - prostia. Prostia are oare de anonim. În rest, trebuie să fii empatic.

N. Onofrei

Kazakhstan

Bucătărie specifică unui popor nomad



DE ÎNCERCAT

Rețetă tradițională kazahă



Plăcintă cu fructe

Ingrediente:

Unt	- 200 g
Smântână	- 450 g
Făină albă	- 500 g
calitate superioară	
Sare	- 0.5 lingurițe
Bicarbonat de sodiu	- 0.5 lingurițe
Fructe (vișine, merișoare, lămâie sau amestec)	- 1 kg
Zahăr	- 1 pahar
Ouă	- 1 buc

Mod de preparare:

Untul se taie bucăți cât mai mici și se adaugă smântâna și sarea. Cu un tel sau mixer, amestecați compoziția. Adăugați făina amestecată cu bicarbonatul la compoziția de mai sus - amestecați totul cu o lingură până se leagă aluatul. Apoi îl scoateți pe o suprafață presărată cu făină mai multă și frământați puțin. Puneți aluatul într-o pungă și îl lăsați la frigider aproximativ 30 de minute. În acest timp, pregătiți fructele. Le puneți într-o sită și lăsați să se scurgă sucul din ele. Apoi le treceți într-un bol, adăugați 1 ou și 1 pahar de zahăr și amestecați bine. Aluatul îl scoateți din frigider, și împărțiți în 2 părți - una mai mică, alta mai mare. Bucata de aluat mai mare o întindeți cu făcălețul, să fie cam de 5 mm grosime - nu uitați să presărați făina ca să întindeți fără probleme foaia. O treceți atent într-o tavă de cuptor simplă - la mine a fost cea de aragaz de 4 ochiuri. O mai corecți puțin cu mâinile dacă nu acoperă perfect tava și lăsați o mică bordură în sus ca să nu curgă umplutura la coacere. Distribuți fructele uniforme pe toată suprafața plăcintei. Întindeți și a doua foaie de aluat, acoperiți cu ea umplutura, lipiți marginile bine și faceți câteva tăieturi cu cuțitul în plăcintă. Puneți plăcinta la cuptor, la 200 grade timp de 45 de minute - până se rumenește bine. Când este rumenă, o scoateți și lăsați să se răcorească bine. Apoi o porționați și pudrați cu zahăr pudră (opțional).

Bucătăria tradițională a Kazahstanului se învârtă în jurul cărnii de oaie și de cal, precum și a diferitelor produse lactate. De sute de ani, kazahii au fost păstorii care au crescut oile, cămilele și caii, bazându-se pe aceste animale pentru transport, haine și produse alimentare. Tehnicile de gătit și ingredientele majore au fost puternic influențate de modul în care populația a avut o viață seminomadă.

Majoritatea mâncărilor sunt făcute din animalele pe care kazahii le cresc. Există o varietate de produse lactate, inclusiv brânză, unt și lapte fiert. Vara și primăvara, laptele se adună într-un recipient din piele, se amestecă bine și se așteaptă să fermenteze. Zerul obținut este o băutură preferată pe timp de vară.

mai ușor de utilizat într-un stil de viață nomad.

Conservarea produselor alimentare este procesul de tratare a produselor alimentare pentru a opri sau încetini deteriorarea și, astfel, să poată fi pentru mai mult timp depozitate și păstrate.

Carnea în diverse forme a fost întotdeauna ingredientul principal din bucătăria kazahă, fiind preparată prin fierbere sau coacere. Carnea de cal și cea de oaie sunt cele mai populare forme de carne folosite de populația kazahă.

Kazahii îngrijesc în mod special caii pe care intenționează să îi sacrifice, menținându-i separat de alte animale. Hrănirea cabalinelor din belșug, pentru grăsime, le creează însă cailor dificultăți în mișcare.

"Kirdak" este un fel preparat din carne proaspătă de cal, oaie sau vacă și constă în ficat, inimă, rinichi și alte organe tăiate mărunț, fierte în ulei și servite cu ceapă și piper.

Besbarmak, constând din carne de cal fiartă sau carne de oaie, este cel mai popular fel de mâncare kazah. De asemenea, este numit "cinci degete", din cauza modului în care este consumat. Bucăți de

carne fierte sunt tăiate și servite de către gazdă, în ordinea importanței clienților sau mușafirilor. Besbarmak este, de obicei,



mâncat cu paste fierte și o supă de carne numită shorpa, fiind servit în mod tradițional în boluri numite "kese".

Băuturi

Băuturile tradiționale sunt laptele fermentat de iapă (kumiss), laptele de cămilă (shubat), laptele de vacă (ayran), precum și laptele de oaie și produsele sale - kaymak (smântână), katyk sau ayran (zară), kurt, care este făcut din brânză uscată și zer, și irimshik (produs uscat din lapte acru, similar cu kurt).

Kumis este un produs lactat fermentat în mod tradițional din lapte de iapă. Băutura rămâne importantă pentru popoarele din stepele Asiei Centrale, cele de origine turcă și poporul mongol. Acesta a fost, de asemenea, consumat de triburile de limbă maghiară situ-

ate în jurul Mării Baltice. Kumis este un produs lactat similar cu chefirul, care este lapte acru.

Ceaiul negru a fost introdus din China încă de la întemeierea Drumului Mătăsii și a fost în mod tradițional consumat cu dulciuri după felul principal. În zilele noastre, ceaiul (cu lapte) este înlocuit practic de alte băuturi tradiționale.

Deserturi

Boursaki este o varietate de gogoasă, un desert din Kazakhstan. Constă dintr-un aluat prăjit și are formă de sferă. Aluatul este format din făină, drojdie, lapte, ouă, margarină, sare, zahăr și grăsime. Boursaki este adesea mâncat alături de chorbă.

Çäkçäk este un dulce din bucătăria tătară. Este deosebit de popular în Tatarstan și Bashkortostan și este recunoscut ca fiind desert național. Çäkçäk este făcut din aluat tăiat nedospit și laminat în bile de dimensiunea unei alune, care sunt apoi prăjite în ulei. Opțional, alune sau fructe uscate sunt adăugate la amestec. Bilele prăjite sunt stivuite într-o movilă care este apoi glazurată cu miere fierbinte. După răcire și întărire, çäkçäk poate fi opțional decorat cu alune și fructe uscate.



Cele mai multe tehnici de gătit au ca scop pe termen lung conservarea alimentelor. Este o practică largă de sărare și uscare a cărnii, kazahii având și o mare preferință pentru laptele acru, deoarece este

Cronică de istorie veche
**Altare închinare
Izvorătorului de Mir**



Cea mai veche mențiune despre un altar al Sfântului Dimitrie este din 30 aprilie 1618, când domnul Radu Mihnea (1616-1619), cu binecuvântarea mitropolitului Mitrofan al Hușilor, „întărea egumenului Galaction de la Mănăstirea Sfântul Sava din Iași, o biserică - cu vilele ei - în târgul Galați, cu hramul Sfântul Dimitrie, ctitorită de Crăstea, mare vornic, strămoș al familiei Conachi, dăruită de soția Anghelina”, reținem din „Credință, istorie și cultură la Dunărea de Jos”, 2005. Posibil ca edificiul să fi fost ridicat în aprilie 1603. Istoricul Paul Păltănea ne relatează (într-un interviu publicat în anii din urmă) că biserica era una din cele opt altare din Galați care existau aici în septembrie 1641. Era din lemn, acoperită cu șindrilă și paie. Pe la 1618, biserica era un fel de „metoc” al Mănăstirii Sfântul Sava Iași. Existența bisericii a fost menționată, în mai 1653, și de Paul de Alep, secretarul patriarhului Macarie al Antiohiei, aflat într-o călătorie în Țările Românești. Sfântul Altar dăinuia la mijlocul veacului al XVII-lea și posibil să fi fost închinat, la 1797, Mănăstirii Esfigmenu, de la Muntele Athos. Se crede că a fost doborâtă la cutremurul din 1802. Tot istoricul Paul Păltănea ne relatează ca e posibil ca așezarea să fi devenit mănăstire, anume „Mănăstirea Badiului”, și era situată cam pe unde este acum restaurantul „Pescarul”.

A doua biserică închinată Sfântului Dimitrie a fost o mănăstire ridicată pe la 1641, de Voievodul Vasile Lupu. A fost zidită pentru a o întâmpina pe Sfânta Cuvioasă Parascheva, ale cărei Moaște au fost aduse de la Constantinopol în Moldova, pe calea apei, prin Galați. După secularizarea averilor mănăstirești, în 1863, a devenit biserică de mir. În 1872, starea sa nu era foarte bună, în 1886 a fost închisă. Fără acceptul Episcopiei, biserica a fost dărâmată pe la sfârșitul anului 1897 - începutul anului 1898.

Pagină realizată de
Maria Stanciu

marias@viata-libera.ro

Foto: M. Stanciu

Sfințită în 1894

Biserica din Bădălan, amenințată de pânza freatică

Biserica „Sfântul Dimitrie” din cartierul Bădălan a schimbat - în ultimii șase ani - configurația vechiului cartier gălățean, zonă pustiită după 1986, când fostele autorități au declanșat „marea sistematizare”. Atunci, casele oamenilor au fost dărâmate, iar oamenii strămutați în cartierul Aviație. După acest episod de triste amintire, în Valea Orașului, doar Biserica „Izvorătorului de Mir” a rămas pe verticală. Din 1986 a stat în tăcere până în 2007, când rugăciunea a fost reluată.

Actuala biserică din Bădălan a fost sfințită la 13 noiembrie 1894. Este a treia biserică din Galați închinată Sfântului Dimitrie și considerată (potrivit studiului părintelui Eugen Drăgoi) „continuatoarea ctitoriei lui Vasile Lupu”, ridicată la începutul veacului al XVII-lea.

În 2007, din binecuvântarea Înalț Prea Sfințitului Casian al Dunării de Jos, părintele paroh Costică Cimpoieșu a reluat rugăciunea în vechea parohie gălățeană. Nu înainte ca slujitorul și câțiva creștini să scoată din biserică tonele de gunoi de pe urma porcilor crescuți de un gălățean în sfântul locaș! Încet-încet au fost

refăcute zidurile, gardul, curtea, o casă praznică. A fost ridicată o Troiță. Anul acesta, principala preocupare a părintelui Costică Cimpoieșu și a creștinilor de aici a vizat restaurarea vechii și noii biserici. În această toamnă, biserica și-a recăpătat înfățișarea de Casă a Domnului. Însă rănile vechi nu sunt vindecate pe deplin, fiindcă biserica este așezată la câțiva zeci de metri de malul Dunării, pânza freatică fiind la 1,50 metri sub zidul edificiului. „În 2013, am primit 30.000 de lei de la Primăria Galați, bani cu care am pus pardoseala pentru a mai opri infiltrațiile apei în zidul bisericii.

Cum însă nu are subzidire, e greu de crezut că această soluție este durabilă. S-a făcut un studiu pentru realizarea subzidirii și ar fi nevoie de fonduri considerabile, pe care nu le avem”, ne-a

spus părintele Costică Cimpoieșu.

Din grija Înalț Prea Sfințitului Casian al Dunării de Jos, în acest an au mai fost alocați 110.000 lei, de la Ministerul Culturii și Cultelor, sumă cu care a fost reconstituit la interior zidul, care stătea să se prăbușească. Pereții sunt pregătiți pentru pictură, dar cum pânza freatică este destul de ridicată, nu se poate începe această lucrare până la remedierea problemei, altfel pictura ar putea fi compromisă.



Din dragostea creștinilor strămutați

Ctitoria din “cartierul fără preot”



Cel de-al patrulea altar închinat Sfântului Dimitrie a fost ridicat în cartierul Aviație (Micro 39 B), după 1990, la câțiva ani de la strămutarea (în 1986) gălățenilor din cartierul Bădălan. Piatra de temelie la frumoasa Biserică „Sfântul Dimitrie” din cartierul Aviație a fost așezată în 13 septembrie 1991, din binecuvântarea Înalț Prea Sfințitului Antim Nica. Proiectul îi aparține doamnei Liliana Buhoci, iar sfințirea Altarului - o zidire ridicată în stil ștefanian - a fost săvârșită la 17 ianuarie 1993.

“În cartierul fără preot” - cum este numită zona Aviației - după anul 1995, slujirea a fost continuată de părintele paroh Meluță Lupu, consilier eparhial, și de părintele coslujitor Gh. Buruiană. Din 1999,

au fost continuate lucrările la noul edificiu bisericesc, părintele consilier Meluță, parohul bisericii, îndrumând lucrările de pictură. Artistul Ciprian Buzuloi este cel care a îmbrăcat Biserica “Sfântul Dimitrie” din Aviație în haină bizantină. Întreaga lucrare a fost sfințită în 30 septembrie 2001, de Înalț Prea Sfințitul Casian al Dunării de Jos, sărbătoare la care câteva mii de creștini au trecut prin altarul Sfintei Biserici.

Astăzi, biserica are un așezământ social și o capelă mortuară și mulți credincioși care fac biserica neîncăpătoare. În ultimii trei ani s-a alăturat slujirii părintele Gelu Aron, secretar eparhial. O activitate intensă este aici în privința educării duhovnicești a copiilor și tinerilor.

Plan de joc



Teleportați în adolescență

≡ Statele Unite ale Americii, 2007, comedie

≡ Canada-Statele Unite ale Americii, 2010, comedie

Perioada 8 - 14 noiembrie 2013

Recomandări



Sâmbătă, ora 22,35

Misionarul războinic

≡ SUA, 2011, acțiune



O poveste inspirațională despre puterea credinței, speranța și curajul unui fost gangster, care încearcă să schimbe lumea. Sam Childers, un fost dealer de droguri, își schimbă viața și, totodată, destinul a mii de copii sudanezi, atunci când înființează organizația East Africa Angels, în 1998. Odată ajuns în Sudan, Childers, marcat de drama războiului civil, dar în special de situația copiilor, decide să facă orice să îi ajute. Chiar dacă asta înseamnă să își pună în pericol viața și să își sacrifice propria familie. Filmul redă lupta acestuia de a salva copiii abandonați sau răpiți de către membrii unui grup de rebeli, Lord's Resistance Army (LRA).



Sâmbătă, PRO TV, ora 22,45

≡ Anglia-Luxemburg, 2007, film polițist

Furtul perfect

Filmul își plasează acțiunea în Londra anilor '60 și spune povestea Laurei Quinn, o femeie inteligentă, ambițioasă și frumoasă, director la o companie londoneză. Ea este însă foarte frustrată pentru că, ani de-a rândul, bărbații au fost promovați înaintea ei, deși aveau merite mai puține. Hobbs este omul de serviciu al companiei, practic invizibil pentru directori, dar care de-a lungul timpului a adunat numeroase povești compromițătoare despre aceștia. Observând situația în care se află Laura, el o convinge să îl ajute să pună în aplicare un plan ingenios de sustragere a unei mari sume de bani, sub formă de diamante. Cum Hobbs își schimbă planurile de la un moment la altul, cei doi trebuie să facă față unor situații inedite pentru a duce la capăt cel mai mare jaf londonez.



Sâmbătă, ora 0,40

≡ Statele Unite ale Americii, 2013, thriller de acțiune

Capcana

Un tată pornește într-o misiune sub acoperire, în cadrul departamentului de narcotice, pentru a-și elibera fiul arestat pe nedrept, după ce i s-a înscenat o afacere de amploare cu droguri. El ajunge să lucreze ca șofer pentru un șef mafiot, riscându-și în fiecare clipă viața. Este un film de acțiune cu cel poreclit în wrestling The Rock, așa că știm că sunt multe explozii, urmări spectaculoase și efecte pirotehnice, salvări în extremis și lupte bine coregrafiate.



Duminică, ora 0,15

Inamici din dragoste

≡ SUA, 1989, dramă



Deși emigrat în America, un supraviețuitor al genocidului evreilor din Polonia nu-și poate găsi liniștea. Dincolo de obsesia prigoanei și a lagărului, bărbatul este sfâșiat între trei femei. De prima lui soție, Tamara, pe care a crezut-o moartă, îl leagă amintirile despre copiii ce au fost exterminați în lagăr. De Jadwiga, actuala soție, îl leagă recunoștința că i-a salvat viața ascunzându-l, în anii războiului, într-un șopron. Iar pe Masha, cea de-a treia, o dorește. Într-un final, se căsătorește cu amanta, care-i promite un copil.

Întotdeauna, primii!

Zile de neuitat



Duminică, ora 21,00

≡ Canada-Statele Unite ale Americii, 2008, dramă

La puțin timp după terminarea Războiului Civil, Mary Basset și cei trei copii ai ei încearcă să supraviețuiască vremurilor de cruntă sărăcie și așteaptă cu resemnare Ziua Recunoștinței, care nu le va aduce nimic pe masă. Dar fiica cea mare refuză să stea cu mâinile încruciate și compune o scrisoare înduioșătoare pentru o newyorkeză înstărită, pe care o bănuiește că ar fi bunica ei. Rezultatul nu se lasă așteptat: în zi de sărbătoare, cei patru membri ai familiei au un vizitator-surpriză.



Lección de muzică
Norvegienii
și sufletul
românesc



„Norvegienii apreciază muzicalitatea sufletului românesc”, ne mărturisea, în urmă cu doi ani, artistul gălățean Daniel Bordeiu - Danny B, pian-entertainer, cum îl cunosc norvegienii. Imaginați-vă că norvegienii au acces încă din clasa I la sala de muzică, dotată cu tot felul de instrumente, pe care programa școlară impune să le folosească. Pe principiul joc - dezvoltare - învățare, au cântece și dansuri incluse în absolut orice disciplină. În plus, secțiile de cultură ale primăriilor au dezvoltat un proiect obligatoriu pentru elevii de clasele I-XIII și periodic vin artiști profesioniști care susțin concerte, spectacole și piese de teatru, cursuri interactive în fiecare școală, pentru fiecare clasă. „Cu o astfel de experiență muzicală, poți să fii mândru dacă și-a zis un norvegian că apreciază muzicalitatea sufletului tău românesc”, ne-a spus Andreea Terescenco.

Mărturii "Liniștea aplauzelor"

„Când reușești să vezi în sufletul publicului, când l-ai făcut prin performanța ta să se deschidă, să uite, să râdă, să plângă, să trăiască prin momentul tău artistic, atunci ești de ce ești pe scenă. Liniștea din momentul aplauzelor este momentul meu de reflecție, momentul când mă descarc și încarc în același timp, returul energiei și trăirilor pe care le-am dăruit publicului.

Asta este averea pentru care suntem în stare să oferim totul”, ne-a mărturisit Andreea Terescenco.

Pagină realizată de
Anca Melinte
ancam@viata-libera.ro
Foto: David Zading

Andreea Terescenco, muzician în Norvegia:

“România e identitatea mea, e începutul meu”



Imaginați-vă: motocicletele Harley Davidson - exemplare unicate, conduse în sala teatrului, la doar zece centimetri de picioarele spectatorilor, joc de lumini și muzică rock cântată pe șase-opt voci! Sau dirijorul pe scenă (o doamnă), încântată în lanțuri și păzită de căli, i se dă foc și se ridică nemuritoare din Infern și dă startul spectacolului „O fortuna” de Carl Orff. Ori mai bine “Circle of life”, din „The Lion King”, cu bebei implicați în regie și aduși în fața reflectoarelor! Toate acestea surprind publicul, îi zburlește părul și creează o atmosferă incendiară în sală. O atmosferă plină de simțiri, ale publicului și ale artiștilor. Așa-i că v-ar plăcea să fiți spectator și să aveți parte de asemenea trăiri? Ei bine, pentru asta va trebui să faceți un drum până în Norvegia, pentru că omul care face toate aceste lucruri minunate este gălățeanca Andreea Terescenco, despre ale cărei înecături muzicale ați putut citi în pagina trecută de Diaspora. Așa cum vă spuneam, Andreea

Terescenco a ajuns în Norvegia adusă de o poveste de iubire și a devenit primul român care a obținut dreptul de a-și deschide o firmă privată în Norvegia: școala de muzică „Fairyländ”.

Doar cerul e limita

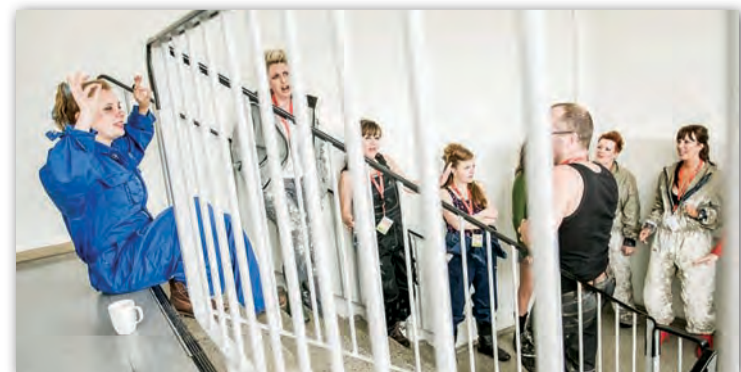
Andreea Terescenco este muzician, pedagog de pian, producător și dirijor, compozitor și aranjer. Ea produce show-urile, le regizează, face scenografia, aranjamentele și compune muzica, și tot ea alcătuiește bugetele, semnează contracte de sponsorizare, colaborează cu teatrul pentru decoruri, scrie regia de lumini a show-ului, coordonează tehnicienii de sunet și istoria fiecărui show. Da, istorie! „Scriu povești și le pun în scenă. Și le dirijez. E minunat!”, ne-a mărturisit Andreea Terescenco. Pianul este instrumentul principal, al cărui studiu l-a început sub îndrumarea bunicii, la Galați, dar ulterior s-a specializat

cu studii post-universitare, la Trondheim, ca dirijor. „Corul de show Surround - unicat în zona de vest a Norvegiei - datorită succeselor în branșă și criticii pozitive din media și radio, dar și criticilor de artă, primește sprijinul primăriei și al sindicatului corurilor din Norvegia. Surround este sufletul meu, l-am format după motto-ul «the sky is the limit» și lucrez cu niște oameni minunați pe care îi iubesc! Showkoret Surround a revoluționat branșă”, ne-a povestit Andreea.

„Am fost curioși, după opt ani de viață în Norvegia, ce o mai leagă pe fiica artistului plastic Gheorghe Terescenco de Galați și de România. De Galați mă leagă familia. Și amintirile... De România sunt legată spiritual și voi fi așa toată viața. Sunt ceea ce sunt azi pentru că am trăit și m-am format la un liceu ca profesor de muzică și ține și Fairyländ pe picioare. „Ora de muzică de aici, cu ora de muzică pe care o aveam eu la Școala Nr. 28 din Galați sunt două planete diferite, care nu se învârt în jurul aceluși soare. Profesoratul este extrem de motivant: predau

Să trăiești din muzică

De când a devenit mamă, în 2010, Andreea Terescenco s-a mai „cuminițit”. S-a angajat la un liceu ca profesor de muzică și ține și Fairyländ pe picioare. „Ora de muzică de aici, cu ora de muzică pe care o aveam eu la Școala Nr. 28 din Galați sunt două planete diferite, care nu se învârt în jurul aceluși soare. Profesoratul este extrem de motivant: predau



Itinerarii 11



Despre comorile noastre,
la superlativ

Prințul Charles, îndrăgostit de România

Avem o țară absolut minunată, dar nu o apreciem la adevărată valoare. Nu e prima dată când românii aud această afirmație, iar săptămâna trecută au avut ocazia să o asculte din nou, la lansarea oficială în România a părții a treia din seria de documentare „Wild Carpathia”.



Aceste documentare, în a căror realizare este implicat chiar Prințul Charles al Marii Britanii, prezintă frumusețea Carpaților și a altor zone turistice din România. Ele au și scop educațional, atrăgând atenția românilor asupra gorăii neprețuite de care se bucură și pe care trebuie să o conserve pentru generațiile viitoare. De altfel, însuși Prințul Charles afirmă, în partea a treia a documentarului „Wild Carpathia”, că România este o țară minunată, cu oameni remarcabili, dar că o mare problemă pe care o întâlnim-o aici este legată de concepția că lucrurile noastre sunt vechi și demodate, că ar fi irelevante pentru turiști.

Păreerea unui cap încoronat

Partea a treia a seriei de documentare, lansată săptămâna trecută, promovează mai multe zone din România, între care orașul Cluj-Napoca, Maramureșul, Cimitirul de la Săpânța, Bucovina, Munții Făgăraș, Valea Zălanului și satul Saschiz. De asemenea, include un interviu cu Prințul Charles

foarte târziu, fiindcă au dărmat multe clădiri sau le-au modernizat excesiv. Cererea uriașă pentru hrană și lucruri trebuincioase e evidentă. Dar un aspect vital e cum abordezi comunitățile locale. Cum să ajuți la supraviețuirea micilor proprietari. Această parte a lumii nu este pentru arat. Dacă s-ar ara, s-ar elibera mult carbon, foarte dăunător. Pășunile de aici sunt de-a dreptul unice la nivel european și mondial. N-am mai văzut ceva asemănător, n-a mai rămas așa ceva nicăieri. Sunt o bijuterie din coroana României. Vreau să arăt ce se poate face cu aceste case pentru a le face potrivite pentru turiști, înglobând tradiționalul și modernul deopotrivă. Sunt lucruri absolut speciale. Avem nevoie și de biodiversitate, dar și de diversitate culturală. Pericolul globalizării în masă e dat de faptul că, înainte să-ți dai seama, îți pierzi identitatea culturală. Acesta e cel mai mare pericol”, a mai spus Prințul Charles.

fost distruse. Le suntem datori să găsim o cale pentru un viitor mai bun, care să le păstreze cultura, tradițiile și valorile”, spune Prințul Charles.

Despre identitate culturală

Vorbind despre restaurarea casei pe care o deține în Transilvania, în Valea Zălanului, Prințul Charles consideră că a avut noroc că a găsit oameni minunați care i-au învățat pe localnici să folosească tehnicile. „De fapt, i-au ajutat să-și redescopere tehnicile înăscute. Vreau să arăt ce se poate face cu aceste case pentru a le face potrivite pentru turiști, înglobând tradiționalul și modernul deopotrivă. Sunt lucruri absolut speciale. Avem nevoie și de biodiversitate, dar și de diversitate culturală. Pericolul globalizării în masă e dat de faptul că, înainte să-ți dai seama, îți pierzi identitatea culturală. Acesta e cel mai mare pericol”, a mai spus Prințul Charles.



Reclamă gratis
Trei documentare
de excepție,
difuzate
în toată lumea

Seria „Wild Carpathia” este conceptul lui Paul Lister, fondator al European Nature Trust, o organizație care are ca scop protejarea marilor areale sălbatice și a regiunilor naturale degradate de pe continentul european.

Partea a treia a seriei de documentare „Wild Carpathia”, intitulată „Wild Forever” și produsă de compania britanică Almond Films, va fi difuzată la nivel mondial începând de luna aceasta. În România, seria va fi difuzată pe Travel Channel pe 8 noiembrie, de la ora 21,00. Acest al treilea documentar este punctul culminant al colaborării dintre Travel Channel și Autoritatea Națională pentru Turism. Este surprinsă partea de nord a României, filmările fiind realizate în unele dintre cele mai spectaculoase mănăstiri ale Bucovinei.

Alte două pelicule de excepție

Prima parte a documentarului a prezentat munții spectaculoși (Carpații Occidentali - Munții Apuseni) și pădurile seculare ale Transilvaniei. În acest prim episod, Prințul Charles de Wales a glumit, spunând că, potrivit arborelui său genealogic, este descendent al lui Vlad Țepeș și, în acest fel, are legătură cu România.

Partea a doua, „From the Mountains To The Sea” („Dinspre munți către mare”), a fost o călătorie de la Porțile de Fier până în Delta Dunării, care a inclus prezentarea unor locuri de pe Valea Oltului, a Munților Făgăraș, a Castelului Peleş, a Mănăstirii Cozia și a unor localități din Delta Dunării. Acest al doilea episod al documentarului a inclus interviuri cu Prințesa Margareta a României și cu Ivan Patzaichin.

Filmele au fost difuzate la nivel internațional pe Travel Channel, un canal TV disponibil în 21 de variante lingvistice, în peste 130 de țări din Europa, Orientul Mijlociu, Africa și zona Asia-Pacific.

Pagină realizată de
Cristina S. Carp
cristina@viata-libera.ro

Motiv pentru a mânca fructe și legume

Morcovii îmbunătățesc fertilitatea bărbaților

Morcovii fac parte din grupul de fructe și legume care ajută la îmbunătățirea calității spermei, bărbații care consumă aceste vegetale fiind mai fertili, potrivit unui nou studiu realizat de cercetătorii americani. Despre morcovi s-a tot vorbit că sunt buni pentru îmbunătățirea vederii, însă o nouă cercetare a arătat faptul că aceștia

tate. Aceștia au un efect bun asupra "motilității" (capacitatea de mișcare) a spermatozoidelor. Cercetătorii de la Universitatea Harvard din Statele Unite ale Americii au cerut unui număr de 200 de bărbați tineri să urmeze o dietă care conținea o varietate de fructe și legume, înainte de a face teste pentru a observa ce efecte au acestea asupra

corpul transformă unii dintre acești pigmenți în antioxidanți care ajută la menținerea sănătății. Printre aceștia se numără beta-carotenul, pe care corpul îl transformă în vitamina A.

Cantitate, nu doar calitate

Cartofii dulci și pepenele galben ajută și la creșterea cantității spermei, dar s-a descoperit că morcovii îmbunătățesc performanța spermei între 6,5 și 8 la sută, potrivit unei analize publicate în revista Fertility and Sterility. Fructele și legumele de culoare roșie, în special tomatele, care conțin substanțe anticancer, precum licopenul, au fost asociate cu scăderea numărului spermatozoidelor cu anomalii în ceea ce privește forma. Datorită acestor fructe și legume, numărul de spermatozoizi "normali" a fost cu 8 - 10 la sută mai ridicat, spun cercetătorii, care au putut observa o diferență semnificativă în rândul cuplurilor care aveau probleme în a concepe un copil.

Acest studiu vine pe fondul înregistrării unei scăderi a cantității și calității spermei în țările occidentale, unele studii arătând că numărul mediu de spermatozoizi a scăzut la jumătate. Un studiu anterior realizat de Universitatea Harvard a arătat că bărbații a căror dietă include grăsimi saturate au număr mai mic de spermatozoizi, iar calitatea spermei este mai slabă. În schimb, calitatea spermei în rândul bărbaților care consumă mai multe grăsimi "bune", inclusiv acizi grași omega 3, care se găsesc în pește și unele plante, este mai bună.



ajută la îmbunătățirea calității spermei, informează mediafax.ro.

Cercetătorii care au investigat efectele fructelor și legumelor asupra sănătății spermei au descoperit că morcovii oferă cele mai bune rezultate.

Drept urmare, fructele și legumele de culoare galbenă și portocalie ajută la ameliorarea calității spermei. Acest lucru se datorează pigmentilor care dau culoarea galbenă, numiți carotenoide, deoarece

antioxidanții ajută la neutralizarea radicalilor liberi - grupuri liberi de atomi care reprezintă un proces secundar al metabolismului și pot distruge membranele celulare ale ADN-ului.

Împotriva rivalelor

Femeile folosesc bârfa ca armă

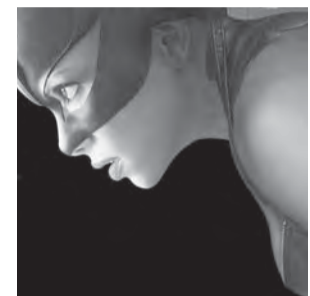
Femeile tinere folosesc bârfa, răspândirea de zvonuri și criticarea aspectului fizic ca mijloace de agresiune indirectă și de excludere socială, pentru a îndepărta potențialele rivale atunci când caută un partener, se arată într-un studiu efectuat în Canada. În cadrul unui experiment efectuat de Tracy Vaillancourt, de la Universitatea din Ottawa, femeile tinere au fost împărțite în perechi, în care una dintre participante era fie îmbrăcată provocator, fie în ținute mai conservatoare. Înregistrările video au arătat că toate participantele la experiment, cu excepția a două femei, au trecut la agresiune indirectă, îndreptată asupra tinerelor îmbră-



cate mai provocator. În următorul experiment, participantele la studiu au afirmat că nu doresc să prezinte femeia îmbrăcată provocator partenerului de viață și nici să îi permită acestuia să rămână singur cu ea, fapt care a sugerat că femeia atrăgătoare era percepută ca rivală din punct de vedere sexual. Cercetările au arătat că 52 la sută dintre tinerele cu vârsta medie de 15 ani preferă agresiunea indirectă altor forme de intimidare, spre deosebire de 20 la sută dintre băieții de aceeași vârstă. Potrivit cercetărilor, femeile își îndreaptă de obicei agresiunea spre alte femei, iar nivelul acestui fenomen crește în perioadele de căutare a unui partener.

Imagine modificată de sine

Jocurile video afectează percepția femeilor



Femeile pasionate de jocuri video, care adoptă un avatar sexy în timpul unui joc, vor avea o tendință mai mare să se perceapă în viața reală asemenea avatarului care le seamănă, conform unui studiu efectuat de Universitatea Stanford. La acest studiu au participat 86 de femei cu vârste cuprinse între 18 și 40 de ani. Femeile care jucau jocuri video și adoptau un avatar sexy - cum ar fi Lara Croft din "Tomb Raider" - aveau o tendință mai mare să se perceapă ca fiind obiecte sexuale în viața reală. Din moment ce 46 la sută dintre jucătorii video sunt femei - dintre care 36 la sută cu vârste cuprinse între 8 și 18 ani - cercetătorii au urmărit să determine efectul pe care un avatar sexualizat îl are asupra percepției de sine pe care o au aceste femei în viața reală. Cercetătorii au ajuns chiar la concluzia că aceste femei au acceptat mai ușor "mitul violului", conform căruia o femeie poartă o parte din vină pentru faptul că a fost violată. Studiul a fost bazat pe un fenomen numit "Efectul Proteus", conform căruia comportamentul unei persoane "se conformează identității sale digitale". Iar efectul este cu atât mai mare cu cât avatarul seamănă mai mult cu persoana pe care o reprezintă. Totodată, jucătorii cu avatari identice sunt mai predispuși să imite obiceiurile alimentare ale personajului fictiv și preferă mărcile de îmbrăcăminte pe care le poartă acesta.

Pagină realizată de

Remus Basalic

remus@viata-libera.ro

Alexandra Colesnicenco:

"Depărtarea te învață să prețuiești vocea mamei"

Încă de pe vremea când era elevă la Galați, Alexandra Colesnicenco trăia cu dorința de a se pune în slujba celuilalt. Multele ore de practică din facultate, parcurse la Spitalul Universitar din Ancona, i-au definit alegerea pentru Terapie Intensivă. Locul unde viața dă mâna cu moartea. Nu ai zice că tânăra sensibilă, frumoasă și smerită are puterea de a ține piept situațiilor aflate la extreme. Cum este să trăiești și să te formezi în sprijinul vieții?

„În toți acești ani, am învățat ca noi, medicii, suntem printre cei cărora le-a fost dată o sarcină umilă, dar obligatorie, cea de a alina durerea care face parte din viață. Scopul final al slujirii unui medic nu este neapărat prevenirea morții, ci mai ales îmbunătățirea calității vieții pacienților noștri. M-am apropiat de munca unor profesori pasionați și preocupați de cercetare, am cunoscut tehnologii noi, idei interesante, plus munca migăloasă și răbdarea din spatele studiilor experimentale. Așa m-am decis să aleg unitatea de Terapie Intensivă, locul unde echilibrul dintre viață și moarte este extrem de fragil”, spune Alexandra.

Nu am rezistat tentației și am întrebat-o pe gălățeanca noastră ce conotații are cuvântul Acasă. „Pentru mine, Acasă este o stare. Acasă face parte din procesul de adaptare la noua și europeană realitate extrem de comună astăzi printre emigranți. Când ești departe de familie, înveți să prețuiești lucrurile simple, iar vocea mamei la telefon sau o conversație pe skype devin, cel puțin pentru mine, un colț de rai, un petec de cer care îmi poartă dorurile de Acasă din Italia și până Acasă la Galați... E clar că alegerea mea nu a presupus numai un sacrificiu personal, însă dragostea nesfârșită a mamei, rugăciunea ei pentru mine și pentru noi toți m-au ajutat enorm în toți acești ani, ani lungi, și grei, și ușori. În general, consider că visul meu nu putea prinde contur dacă oamenii minunați, cu care m-am întâlnit peste mări și țări, nu ar fi avut încredere în mine, în moment-cheie ale acestui parcurs și ale acestui crâmpel din devenirea mea”, mărturisește Alexandra.

Pagină realizată de
Maria Stanciu
 marias@viata-libera.ro

Familia Cătălinei Crăciun trăiește în două țări

O gălățeancă, medic la Ancona

Cătălina Crăciun, mama vedetei noastre cu voce de aur - Maria Cristina Crăciun (13 ani), are nu mai puțin de patru copii. Pe lângă Maria, Cătălina mai are alți trei copii: Cristina, de 14 ani, Alexandra, fiica cea mare, acum în vârstă de 27 de ani, și Mihai Colesnicenco, în vârstă de 26 de ani. Doar cei apropiați știu că atunci când nu este în vreun tur-neu cu Maria, Cătălina se împarte între

Galați, comuna Independența (județul Galați), unde familia are casa de... vară și Ancona-Italia, locul unde trăiește, studiază și iubeste Alexandra, fiica cea mare, abia ieșită de pe băncile Facultății de Medicină din marea metropolă italiană. Mulți sunt surprinși când aud că Maria Crăciun are și o soră mai mare. „Alexandra este dorul meu nestins.

De șapte ani este la Ancona și studiază Medicina”, adaugă interlocutoarea noastră.



Dor nestins

Într-un fel anume, asemenea multor familii de români risipite prin toate colțurile lumii, familia Cătălinei Crăciun - în ultimii șapte ani - trăiește pe două hărți, una a României, cealaltă a Italiei. „Am fost foarte fericită și emoționată, săptămâna trecută, când am participat la Ancona, la festivitatea de înmânare a diplomelor, alături de Alexandra, fiica mea cea mare. Cu toții ne bucurăm pentru ea, pentru că, în sfârșit, după ani de studii, de încercări - fiindcă au existat și astfel de momente - Alexandra și-a împlinit visul mult dorit, acela de a deveni medic - stagiar, deocamdată”, povestește emoționată Cătălina.

Alexandra Colesnicenco a studiat și a absolvit - în această toamnă - „Universita Politehnica della Marche” din Ancona. Deunăzi, în prezența dascălilor, a colegilor ei și a părinților, între care s-a aflat și Cătălina, gălățeanca a primit, cu lauri, diploma „Di Dottore magistrale in Medicina e Chirurgia”. Una dintre mențiunile de pe diplomă este aceea că Alexandra Colesnicenco este născută la Galați. Un motiv de mândrie și pentru noi, gălățenii, pentru că o tânără din Galați ne face cinstă peste mări și țări. Mai mult, acolo și-a împlinit visul de a se forma și a ști să se pună în slujba vieții...

Cât despre dorurile de acasă, ce trebuie ținute sub control, numai cine nu știe nu poate rostii... „Nu e simplu să porți dorul unui copil, indiferent la ce vârstă pleacă de acasă... Firește că au fost gânduri, întrebări, incertitudini, dorințe reprimate... Dar ne-am obișnuit cu ideea că Italia i-a oferit Alexandrei șansa să-și îplinească visul, acela de a deveni medic în Terapie Intensivă și Chirurgie”, mărturisește Cătălina.

Curaj și flexibilitate

De cealaltă parte a trăirii pe această „hartă” sentimentală, am întrebat cum este să fii tânăr român european. „Este greu de rezumat tot ce a însemnat această experiență pentru mine. În primul rând, a fost mai mult decât o experiență de formare profesională, a fost o ocazie incredibilă de creștere personală, un moment în care m-am confruntat cu temeri și incertitudini și, înfruntându-le, mi-am clădit încrederea în mine. Curaj, multă flexibilitate, capacitatea de adaptare sunt imperative pe care trebuie să ți le asumi, atunci când încerci să-ți croiești drumul într-o altă țară, departe de cei dragi, de familie. Nu e ușor să fii singur într-o realitate necunoscută, mai ales la început. Consider însă că experiența depărtării de casa părintească rămâne indispensabilă oricărei persoane. Trebuie să pleci ca să poți cunoaște ce se află dincolo de realitatea care te înconjoară, ca să-ți lărgiești orizontul, să te pui la încercare și să afli care este rostul și menirea ta în această lume”, spune Alexandra.

Foto: arhiva familiei



Povești
de noapte
bună

Fulgerul și stelele mai toate

La începutul-începutului lucrurilor, pe când oamenii trăiau în peșteri umede și friguroase, atunci când mai găseau și ei niscai peșteri libere, în care să nu locuiască urși, trăia și un bătrân înțelept - atât cât puteau fi de înțelepți oamenii în acele vremuri în care nu se inventase încă becul... Îi spuneau Bătrânelul pentru că de fapt era singurul bătrân de pe-acolo, spre deosebire de ceilalți, care erau tineri, cam de aceeași vârstă și încă nu li se inventase un nume special, adică numai al fiecăruia în parte. Și el n-avea ce face toată ziua decât să inventeze lucruri noi. Numai că, bătrân fiind, mai născocea și chestii anapoda: de pildă, inventase cititul înaintea scrisului... Într-o zi, Bătrânelul îi spuse unuia dintre tineri, care părea, așa, mai deștept: „Băiete (de atunci, „Băiete” rămase numele lui!), n-ai vrea să înveți să inventezi și tu câte ceva? „Păi, ce-aș mai putea născoci? Că le-ai inventat mata pe toate: și acul, și cojocul, și pieptănul, și mărarul, și untdelemnul plutitor pe apă, și mânerul la sapă...” „Cred c-ai putea inventa în sfârșit focul, băiete!” Și Băiatul merse pe un munte și se apucă să ciocnească acolo două bucăți de cremene, apoi să frece două lemnișoare, ori să pună doi berbeci să se înfrunte-n coarne până ce sar scânteii, însă focul, primul foc din lume, tot nu se aprinse! Și cum stătea el așa, un fulger căzu într-un copăcel uscat, de izbucni o flăcăruie. „Da’ asta nu se pune, căci nu e un foc inventat de mine!” Băiatul se întoarse deci în sat și-i spuse întristat Bătrânelului că n-a putut inventa nici măcar un foculeț. „Atunci, fă altceva mai simplu - îl sfătui moșul. Inventează de-a dreptul un fulger, ca să aprinzi cu el focul!” Dar ca să inventeze fulgerul, Băiatul avea nevoie mai întâi de un cer complet, căci pe atunci nici cerul nu era inventat ca lumea. Așa că, pentru ca să născocască un biet foc, Băiatul făcu pe gratis și cerul și toate stelele de pe el...

Victor Cilincă

Descoperitorul galaxiilor

Hubble, sportivul care a studiat Universul



Edwin Hubble s-a născut în 1889 în America și de-a lungul carierei a reușit să schimbe radical felul în care omenirea privea Universul. Astronom și cosmolog pasionat, el a demonstrat existența altor galaxii. Calea Lactee, de exemplu, este galaxia gazdă a sistemului nostru solar, a altor aproximativ 100-400 de miliarde de stele cu planetele lor, precum și a peste 1.000 de nebuloase - atât de uriașă este realizarea lui Edwin Hubble.

Biografie

Când era încă destul de mic, a început să citească de zor romane S.F., preferatul său fiind „20.000 de leghe sub mări”, de Jules Verne. Contrar așteptărilor, Edwin nu a fost un soarece de bibliotecă, ci a excelat pe tot parcursul liceului la sport, doborând recordul statului Illinois la săritura în înălțime.

În 1906 primește o bursă și începe să studieze la Universitatea din Chicago. Pe tot parcursul studiilor superioare, Hubble lucrează ca asistent în laboratorul lui Robert Millikan (laureat al



Premiului Nobel pentru Fizică). După absolvire, Edwin decide să-și continue studiile la Universitatea Oxford, unde studiază filosofia legii, absolvind în 1910 cu diplomă în jurisprudență. La puțin timp după aceea, Hubble se întoarce la Chicago, unde studiază astronomia, obținând un doctorat în acest domeniu și este recrutat în armată, făcându-și datoria față de țară în Primul Război Mondial. Se întoarce de pe front și i se oferă un post la un observator astronomic din California, pe care-l acceptă cu entuziasm.

Descoperirile

În anii 1920, Edwin Hubble a desfășurat mai multe experimente și măsurători, folosind Observatorul la care era angajat pentru a determina relația dintre galaxii și Pământ. Până în 1942, astronomul a publicat un studiu și o carte în care explica relația dintre diferite galaxii, cum se depărtează una de cealaltă și modalitățile de calcul folosite.

Odată cu Al Doilea Război Mondial, Hubble se mută în Maryland, unde muncește în alt domeniu. În 1946 primește o medalie de merit pentru serviciile prestate în timpul războiului și se întoarce la ceea ce-i place, activând la Observatorul din California până în 1953. Pe 28 septembrie suferă un atac de cord și moare, lăsând în urmă o adevărată revoluție în ceea ce privește astronomia.

Unul dintre cei mai importanți oameni din istoria Pământului

Într-o ierarhie făcută de către Citadel Press în anul 2000, Edwin Hubble a fost clasat pe

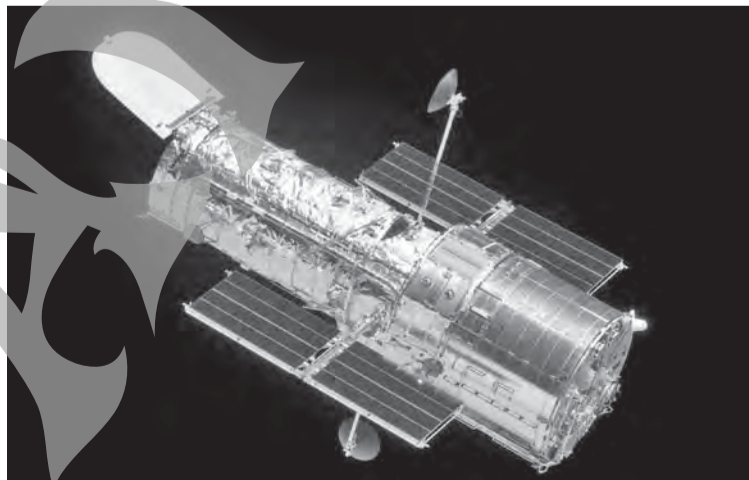
locul 30 în top 100 oameni de știință care au conturat istoria Pământului. Adevărul este că activitatea lui Hubble în domeniul astronomiei este revoluționară. Demonstrând că mai există și alte galaxii, oamenii de știință și-au putut face o idee mai clară despre mărimea universului și a expansiunii constante. Pe lângă asta, Hubble a pus la punct și un sistem de clasificare a galaxiilor, sistem care este folosit și în prezent.

Pentru a-i onora memoria și munca, NASA a decis ca cel mai important telescop al lor, care activează din spațiu, să poarte numele Hubble.

Telescopul Hubble

Construcția telescopului a început în anii 1970, deși planurile au fost făcute încă din 1950. Telescopul orbitează în jurul Pământului cu o viteză de aproximativ 28.000 de km/h, ceea ce înseamnă că nu se apropie de stele pentru a le surprinde, ci pur și simplu le fotografiază pe măsură ce acestea trec prin dreptul obiectivului său. Deși poate „privi” către cele mai depărtate galaxii din Univers, telescopul Hubble nu poate privi două obiecte aflate destul de aproape: Soarele (este prea luminos și ar strica obiectivul) și planeta Mercur, care este prea aproape de Soare.

Din păcate, Hubble este pe moarte. Cercetătorii cred că în 2014 sistemele sale vitale se vor defecta definitiv și preconizează că, între 2019 și 2030, telescopul va deveni o bilă de foc și se va dezintegra pe măsură ce va cădea înapoi pe Pământ.



Adrian Bot

SUDOKU

Înscrieți în căsuțele libere din cele nouă casete numere de la 1 la 9 fără a se repeta, astfel încât suma totală pentru fiecare casetă în parte să fie 45 și, de asemenea, suma pentru fiecare linie sau coloană să fie tot 45.

			8			3	7		
	6								
3	1		9	2	7				4
			7	8	2	9			
9									7
	8	4	2		5				
8			1	7	6			5	2
								1	
	7	2				9			

Exerciții de încrucișare

Vă invităm să potriviți în grila de față toate cuvintele de mai jos, astfel încât să rezulte o încrucișare corectă:

- ER, ET, LU, OL, PE, TA, UF, UR;
- AIS, ARA, EMA, LOM, NAS, NIT, TAB, TNA, TIR;
- ACAR, ATAȘ, EDEC, GENE, LOTO, MOVĂ, ROLĂ;
- CRITĂ, EȘUAT, ILIAC, LETAL, TAROD;
- ACARET, REAVĂN, TERASĂ;
- IARBĂ VERDE, IRAȚIONALE, LACĂT LA UȘĂ, LAME DE FIER, PLETE LUNGI, PLATA ÎN LEI.

FACSIMIL

ORIZONTAL: 1) Fac obiectul unor cercetări de fond. 2) Fără sprijin fiind, se simte abandonat. 3) Pe deasupra... mai e și cu capul în nori – Punct de plecare pentru cei care și-au abandonat sacii în car – Înscriș într-o probă de cros! 4) A lăsa ceva în urma sa, asta mai mult de formă – A mai căzut pe spate... vreaște fiind! 5) Avansează în mare când li se dă cuvântul! – Desfășurat pentru prezența unor acțiuni în plină derulare. 6) Gol... cu o necunoscută! – Ceva de care și se zburcește pielea, nu alta – Ari prin întoarcere... ca un tiran în fond! 7) Plină de sânge în urma unor bătăi – Prefix pentru viață. 8) Trag de pe margini! – Animal mergând în turmă, ca măgarul – Din casă în casă! 9) Activitate pentru un strungar de meserie – Oful croitorului cu vederi înguste. 10) Decuplat de la siste-

mul de încălzire – Pleacă-n cursă, pocnit de la spate fiind.

VERTICAL: 1) Omul care mai tot timpul e supus provocărilor. 2) MANSARDA CU STICLEȚI ținând de un caz anume. 3) Ținut sub protecție regească – Două din zece... la decontare! 4) Tijă medie! – Secretare care lipsesc... de la orice birou! 5) Numai una ca asta te poate reduce la zero – leși odată... cum ar fi spus Creangă. 6) Mutat în poziție centrală! – Ediție de început pentru o comedie! – Se încurcă pe timp de război. 7) Ține de un plus de energie – Baton gol! 8) Repere sub formă restrânsă! – Pregătiri finale după un act de cultură... cu cântec – Albite la cap! 9) Locuri de vânzare unde boii sunt la mare căutare. 10) Un capriciu... pentru o partidă de pescuit – Marcat cu puncte într-o repriză de joc.

ARITMOGRIF

1	2	7	2	3	6	7
1	2	10	4	5	11	10
12	4	3	4	6	7	13
13	4	14	4	15	2	7
13	2	12	9	5	4	11
10	2	3	11	8	4	9
6	16	2	8	9	12	6
14	6	3	2	6	7	9
12	6	5	8	4	10	6
6	17	6	8	9	7	9
6	5	6	3	4	15	6
10	8	9	4	5	9	7
9	3	9	12	9	5	8

Înlocuind numerele cu litere corespunzătoare, se vor afla pe spațiul marcat prin raster o noțiune din matematică definind proprietatea punctelor de a se afla de aceeași parte a unei drepte, iar pe verticală... termeni matematici.

Pagini realizate de Gheorghe Gurău

Rondelul căruței în declin

La căruță are coviltir
Lotre și leuci – dragline
Roțile – obezi cu șine
Oiște și scoarțe din furnir...

Gloaba-n hamurile fine
Își croiește drumul spre tractor
La căruță are coviltir
Lotre și leuci – dragline...

Din înalturi vântul în delir
Leagănă căruță; cine
Să se mai gândească bine
Că-ntr-o scoarțe suferă-un martir...

La căruță are coviltir...

FUGA VOCALELOR

N.A. Completați vocalele lipsă pentru o încrucișare corectă

	S		S		M		C		P			S	
S	T		C	L		T			R		S		T
		R				T		S		M		N	R
	B		T		R		T		S		T	L	C
		T				M		N		C		R	
	L				C		N		R			P	
		T		S		S		T				D	R
	Z		N		L		T		P		R		S
				C		M		R		S	T		T

