



Foto: Dinu Rusu, Andrei Mardare

Alecu RENIȚĂ

## SĂ NE APĂRĂM FIINȚA NAȚIONALĂ



**M**oldovenii își duc viața ca pe un blestem și nu prea înțeleg ce se întâmplă cu ei și de ce merg din rău în mai rău. Încercările lor timide sau zgomotoase de-a lungul istoriei de a ieși, vorba cronicarului, „de sub vremi”, nu prea au dat rezultate. Dimpotrivă, au adâncit sentimentul neputinței, zădărnicii și împăcării cu soarta de sclav. În popor, povara capului plecat a fost totdeauna mai puternică decât îndemnul unor mari oameni ai neamului la libertate, solidaritate și unitate națională. După fiecare bătălie, chiar și atunci când aveau victoria deplină în mână, ei nu aveau curajul să se ridice pe propriile picioare și să înceapă o viață nouă, demnă și liberă. O singură dată moldovenii au spart ceasul istoriei străine, au rupt lanțurile robiei, au fugit de la stăpânul fioros și s-au reîntors Acasă. Atunci, în martie 1918, ei au ieșit primii de sub blestem, au ieșit de „sub vremi” și au revenit la neamul lor, la vatra milenară a românimii. Timp de două decenii, în cadrul statului unitar român, moldovenii au renăscut, s-au afirmat și au devenit stăpâni în propria lor casă, de altfel ca și frații lor ardeleni, munteni, dobrogeni, olteni, bucovineni, bănațeni sau maramureșeni. Apoi, sub șenilele tancurilor sovietice, totul s-a prăbușit în iunie 1940 și în august 1944. Moldovenii

au fost ruși cu forța din Țara lor și au fost băgați în închisoarea popoarelor, în Rusia sovietică. Elitele lor, apărute cu atâta greu, au fost exterminate sau condamnate să putrezească prin lagărele siberiene, iar mulțimilor paralizate de spaimă, Moscova le-a răpit memoria și identitatea adevărată, transformându-le treptat în homo sovieticus sau în mancurți. Reamintesc cititorilor că „mancurtul” simbolizează robul perfect, care în urma unui tratament criminal aplicat de stăpânul său, își pierde memoria, își uită părinții, neamul, baștina, etnia, țara și, la comanda stăpânului, își ucide propria mamă. Ei, iată, această specie nouă, hibridă, anormală, specie de mutanți, de mancurți, de colaboraționiști a devenit dominantă în Moldova sovietică, apoi și în cea pretins independentă. Atât partidele politice naționale apărute pe ruinele imperiului, cât și intelectualitatea au neglijat în foarte mare măsură mentalitățile comunizate ale moldovenilor, moștenirea sovietică în ansamblul ei și numărul mare de mancurți, elemente care adunate împreună au format o bază electorală antinațională și antieuropeană, care i-au adus la putere pe agrarieni, interfrontiști, comuniști, socialiști, pseudodemocrați și oligarhi. Ca orice parazit neluat în seamă la vreme, după 25 de ani de „independen-

ță”, s-a înmulțit periculos și a început să amenințe întreaga R. Moldova.

Specia respectivă, concepută, născută, susținută și încurajată de Kremlin, a făcut și face ravagii pe pământul Moldovei. Ea întrușipează vechiul blestem de înstrăinare de neam și Țară adus de țar la 1812 și perpetuat de la Stalin până la Putin. Dornică de revanșă, ea și-a revenit după valul de renaștere națională, a ieșit din tranșee, a ocupat în mare măsură instituțiile statului și dictează mersul lucrurilor în republică. Misiunea speciei de mancurți, pe care am putea-o numi „molodoivană”, este de a crea condiții insuportabile pentru băștinașii cu demnitate națională și de a-i determina astfel să-și ia lumea în cap și să fugă de pe pământul strămoșesc. Acum, specia și-a ales președintele și arde de nerăbdare să aducă bandiții separatiști de la Tiraspol la Chișinău, să transforme viața cotidiană a cetățenilor moldoveni într-un coșmar adevărat, să rupă și să împartă pe bucăți R. Moldova, cu alte cuvinte s-o „federalizeze”. Rogozin, cel care în 1992 a tras cu arma în fiii moldovenilor, va conduce și supraveghea erupția speciei de mutanți și de mancurți cuibărită deja în președinția R. Moldova. Numai cine e total rupt de realități și rațiune, nu înțelege ce planuri monstruoase, elaborate de șovini, psihopați și paranoici ai fostului imperiu, sunt pregătite pentru a

experimenta pe seama a peste trei milioane de oameni necăjiți și disperăți. Evident, vin timpuri foarte grele pentru ființa națională, fiindcă mutanții și mancurții, folosind demagogia, minciuna, propaganda rusească și populismul, au comandă să acapareze întreaga putere în R. Moldova, să organizeze un război rece împotriva României și a Europei, să-i facă pe moldoveni să-și părăsească baștina și vatra strămoșească.

Este capabilă societatea moldovenească să apere libertatea, democrația și drepturile omului? Vor înțelege moldovenii, că dacă își rup lanțurile, devin liberi și se reîntorc Acasă, iar dacă îl ascultă pe Rogozin și marioneta sa, Dodon, își schilodesc rădăcinile și se transformă în mancurți? Este capabilă societatea noastră să se auto-deparaziteze? Cu siguranță că da, însă depinde de fiecare cetățean. Aștepta să vină cineva de la Bruxelles sau de la București să ne educe electoratul, să ne lecuiască de otrava dezbinării, să ne aleagă președintele sau deputații, să ne facă ordine în casă, e o iluzie deșartă. Noi, cei conștienți și născuți pe acest pământ, avem datoria să oprim invazia speciei de mutanți și mancurți în instituțiile statului, avem sfânta datorie să ne unim cu toții sub flamura Tricolorului pentru a ne apăra ființa națională și drepturile de a trăi o viață normală, într-o Țară normală.

# Povești de călătorie, cu doruri și-amintiri

**S**unt locuri care-ți încarcă sufletul cu bucurie, seamănă în el frumosul, îți scaldă ochii cu imagini idilice și te liniștesc. Un râu, un izvor, un vârf de stâncă și o poveste sau mai multe te provoacă să pornești la drum să le vezi și să le ascuți, să le înțelegi și să le spui și altora. Atunci când ajung să admir frumusețile plaiului, uluit de tot ce văd, îmi zic că doar cărcotașii pot spune că Moldova nu are ce oferi turiștilor. Cei care afirmă că pământul nostru e unul sărac în peisaje cred că nu știu nimic despre locurile de basm dintre Prut și Nistru. Ei au nevoie de provocări, ce i-ar scoate din hibernare. Și cum anotimpul alb e tocmai unul potrivit pentru povești, mai ales, de călătorie, înșir aici rânduri din escapadele mele.



Ciuhur între Văratice și Duruitoarea, Râșcani



Dinu RUSU

Iarna strălucitoare și pură mă duce cu gândul la locuri foarte

dragi mie – sate de o noblete aparte, cu mici și vechi căsuțe, pe vârfuri de stânci milenare, încărcate cu fel de fel de legende, fire de apă, cu valuri line sau grăbite. Poveștile mele de călătorie mereu sunt pline de doruri și amintiri și atunci când „trec” prin ele mă încarc cu o stare de bine.

Orice loc vizitat de mine e sinonim cu ACASĂ. Acasă sunt la Parcovă (baștina mea), dar și la Fetești, Brânzeni, Zăbriceni, Duruitoarea, Rudi, Soroca, Naslavcea... Giurgiulești. Mi-ar trebui sute de pagini să vă spun câtă dragoste port pentru locurile pe care le-am măsurat cu pasul. Cu pasul! – așa-i stă bine unui om dornic de a-și cunoaște plaiul. De-a lungul anilor am constatat că între Prut și Nistru sunt sute de sate „alintate” cu peisaje de poveste. Își scriu istoria pe maluri de ape, pe vârfuri de stânci, pe câmpii line, o istorie cu urcușuri și coborâșuri, cu destine frânte și evenimente tragice, cu trădători, dar și cu iubitori de neam și țară. Oriunde, în acest spațiu, fie pe stâncile pleșuve, fie pe dealurile line și tihnite, fie în bisericile de lemn sau mănăstirile seculare, înțeleg că Moldova este un loc în care tradiția, credința și istoria sunt o adevărată terapie a cunoașterii și frumosului.

Este cea mai mare bucurie pentru mine atunci când mă întâlnesc cu autenticul. Ceea ce văd – garduri mici și căsuțe tupilate – mă transferă într-o lume de poveste, într-un vis frumos,



Vedere a satului Pociumbeni scăldat de Ciuhur

într-un vis în care modernitatea e sfidată și face loc melancoliei. Aș hălădui pe malurile bătrânului Ciuhur ori de câte ori mi-ar apărea ocazia. Și cred că asta vine dintr-o mare nostalgie de anii de copilărie. Pe atunci îmi scăldam ochii cu cele mai frumoase imagini, peisaje de vis pe care le oferea acest fir de apă. Astăzi tot mai rar ajung în localitățile scăldate de apele Ciuhurului.

Pe când eram copil îmi plăcea să hoinăresc pe hudicioarele de la Chetroșica Veche – satul alăturat baștinei mele – și să admir curgerea lină a Ciuhurului. Nici acum nu-mi pot explica de ce mă copleșeau atât de mult locurile din vecinătate, or și prin Parcovă mea erau drumuri înguste și la fel își ducea apele bătrânul râu.

Poate de vină o fi stâncile milenare... La baștina subsemnatului acestea fuseser distruse.

De la Stolniceni, Edineț, însă, peisajele de pe mal de Ciuhur sunt incredibile de frumoase. E nevoie de o mulțime de superlative pentru a descrie aceste locuri. Porțile de intrare în Toltrele Prutului, stâncile, stau de o parte și de alta a râului Ciuhur, iar printre ele ușor poate fi zărit un alt sat scăldat de frumusețe. E o localitate ce-și deapănă istoria de mai bine de trei secole (atestat documentar la 1672). Cu un toponim neaoș, cu peisaje irezistibil de încântătoare, așteaptă „cuminte” turiștii. E vorba de satul Pociumbeni, Râșcani. Stâncile milenare, adevărate perle ale naturii, așteaptă să fie esca-

ladate. Canionul dintre Pociumbeni și Pociumbăuți (sat vecin) atinge o lățime de peste 700 de metri, cu înălțimi de până la 65 de metri. Urcat pe el nu te dai lesne coborât, or imaginile văzute de sus sunt fantastice.

Pietrele străvechi, precum o salbă de mărgele, înconjoară și satul Horodiște din raionul Râșcani, iar Ciuhurul șerpuieste pe alături.

De la Horodiște, Ciuhurul „călătorește” spre Văratice. Acesta are impresionante defileuri și stânci. Ele stau de veghe de parcă ar fi niște cetăți. Bijuteriile naturii sunt de o atractivitate deosebită.

De la Văratice mereu mi-am îndreptat pașii spre Duruitoarea Veche, Râșcani. Aici, pe râulețul Duruita, un afluent al Ciuhurului, se află un Monument geologic și arheologic. În urma săpăturilor aici au fost găsite mostre fosile din perioada glaciară și vestigiile ale culturii preistorice. La Duruitoarea Veche, ziua, din vechea grotă, Prutul se vede ca o oglindă, iar lumina soarelui se simte în asediu. Tot de sus, de pe frumoasa stâncă se vede cum se întâlnesc Prutul cu Ciuhurul.

După ce am depănat povești de pe Ciuhur, continui jurnalul cu destinații la fel de dragi. Peste ani, locurile de la Fetești mă tot atrag. Ba mă opresc cu cortul la poale de pădure, ba urc stâncile, ba mă las uimit de peisajul rustic. Mă prind la gândul că nu știu ce-aș alege: o zi în Elveția sau una în „mica Elveție” a Moldovei, așa cum li se mai zice acestor locuri de basm. Nu că nu aș vrea să ajung în Elveția de pe hartă, dar „Elveția noastră” e atât de aproape și atât de cuceritoare! La Stâncă Bunicului, înaltă de 90 de metri, ajungi după ce treci un podeț peste Draghiște. Mă atrage, de fiecare dată, ca un magnet. O admir de jos în sus, de sus în jos și întrevăd chipul unui bătrân care veghează în așteptarea celor dornici de a sta la sfat. E un loc bun de a prinde energiile timpului, de

a înțelege mai bine istoria pământului, de a căuta tainele strămoșilor.

Iar taine sunt destule. La Cheile Draghiștei de la Fetești, bunăoară, săpate între 2 masive de recife badeniene, cu o vechime de circa 15 milioane de ani, se găsesc colonii de corali și grote pleistocene – parte a primei epoci din istoria omenirii.

Sunt și alte înălțimi de cucerit. Pe partea dreaptă a Draghiștei avem cea mai înaltă altitudine – aproape 250 m deasupra nivelului mării, iar pe partea stângă a râului – Stâncă Rediului are 230 m.

Dacă aș avea o clepsidră, cred că ar fi foarte mare. Dar, oricum, nu aș lua în seamă curgerea nisipului, oricât de mult ar fi. Pentru mine, odată ajuns la Fetești, timpul își pierde sensul printre frumuseți și înălțimi. Dacă aș avea un ceas, l-aș „îneca” în apa Draghiștei, pentru a nu-mi aminti cât a rămas până la despărțire. Fiecare își poate scrie aici propria poveste, o poveste adevărată, care nu se uită niciodată.

Și Nistrul îmi este drag. Pe când eram copil îl admiram mai des decât vedeam Prutul. Mereu o rugam pe mama să mă ia la Otaci pentru a avea parte de „întâlnirea” cu vechiul meu amic – Nistrul. Pe atunci admiram râul care curge între Otaci și Movilău și eram curios să știu de unde vine și încotro o ia. Mai târziu aveam să aflu că vine de sus – din Carpați – și ajunge hăt în Marea Neagră, urmând o cale de 1362 km. De la admirație Nistrul peste ani mi-a devenit izvor de inspirație. De fiecare dată când ajung pe malul Tirasului de odinioară îmi roiesc în minte epitețe, comparații, metafore...

Peste ani am constatat că bătrânul fluviu cu undirile sale „a adunat” pe malurile lui sate înșirate precum mărgăritarele, stâncile cu vârfuri semețe, schiturile rupestre încărcate de istorie, mănăstirile și bisericile pline de veșnicie... Aici sunt locuri care te provoacă să revii de multe ori, să constați că merită să „guști” din plin cu privirea bijuteriile acestui pământ. De la Naslavcea și până la Palanca să tot admiri perlele naturale și spirituale. Anume de la intrare și până la liman se află cele mai multe și mai frumoase monumente ale naturii și rezervații peisagistice.

Dincolo de toate, Nistrul este pentru noi râul dorurilor, durerilor, tristeților, bucuriilor, întâlnirilor, despărțirilor. E râul destinului, e râul suspinului, e râul amarului...

De la Nistru până la Prut sunt multe de văzut. Un peisaj tulburător de încântător, oameni deschiși cum rar mai întâlnești, limba română rostită frumos, tradițiile păstrate cu sfințenie...

Ochiul „înarmat” are ce vedea, oriunde s-ar îndrepta are ce ținti. Acest pământ are o mulțime de comori de admirat. Istorii adevărate, mituri și povești de viață – toate pe un plai binecuvântat de Cel de Sus cu frumuseți nepieritoare. Să pornim la drum!



Meditație... pe Toltrele Prutului



Cascade pe Ciuhureț

# Periculosos pentru sănătate, argintul viu ajunge și în farfuria cu mâncare

**R**epublica Moldova se află în proces de ratificare a Convenției de la Minamata, după ce acum mai bine de trei ani și-a asumat angajamentul de a scoate treptat din uz produsele ce conțin mercur. Mai mult, viitorul Centru de Gestionare a Deșeurilor Periculoase pe care intenționează să îl creeze Ministerul Mediului va avea și rolul de reciclare a lămpilor fluorescente și a altor deșuri cu conținut de mercur.

Silvia URSUL

Mercurul, numit colocvial argint viu, este un element chimic folosit în interiorul termometrelor, barometrelor, manometrelor, sfigmomanometrelor, lămpilor fluorescente. Este folosit și la extracția aurului și argintului, a zincului, cuprului, plumbului, aluminului, producția metalelor feroase reciclate (fier și oțel). Există și câteva ramuri ale industriei chimice care utilizează mercurul.

Reprezentat prin simbolul Hg (de la grecescul „hydrargyros”), mercurul se găsește în mod natural în mediul înconjurător, fiind întâlnit predominant sub forma cinabruului (sulfură de mercur). Acest mineral se formează prin intermediul proceselor hidrotermale, rezultând în urma răcirii bruște a unui amestec de minerale topite, gaze vulcanice și apă care rămâne în stare lichidă datorită prezenței presiunilor ridicate. Din acest motiv, cinabruul se formează în apropierea vulcanilor activi și a apelor termale, acestea două fiind cele mai cunoscute surse de emisie naturală a mercurului. Mineralul cinabru a fost extras în mod continuu încă din 415 î.Hr. pentru producerea unui pigment roșu numit vermilion, iar mercurul obținut prin reacția de reducere a sulfurii de mercur era folosit ca material pentru oglinzi. Cele mai importante zăcăminte de cinabru în prezent sunt în Spania, în apropierea orașului Almaden, urmate de regiunile Hunan și Guizhou din China, Italia (Toscana), Serbia (Avala), Kârgîzistan (Chauvai, Alai) și Ucraina (Donețk). Din aceste zăcăminte, mercurul continuă și astăzi să fie extras la scară industrială pentru utilizarea sa în diverse ramuri ale industriei.

În Republica Moldova sursele naturale de poluare cu mercur (vulcani, geotermale) lipsesc, la fel ca și activitățile industriale de extragere și prelucrare a metalelor, însă unele surse antropogene primare se fac responsabile de emisii de mercur în atmosferă, în speță extracția și utilizarea combustibililor: arderea cărbunelui; extracția, rafinarea și utilizarea țițeiului și a gazelor naturale. De asemenea, există o serie de surse antropogene secundare care vizează producția mineralelor și a materialelor cu impurități de mercur (producția cimentului, celulozei, hârtiei, varului, agregatelor ușoare, îngrășămintelor minerale).

Totodată, în Moldova pătrund multe produse de consum cu folosirea intenționată a mercurului: termometre cu mercur, comutatoare electrice și rele, surse de iluminat, baterii cu mercur, poliuretani cu catalizatori ce conțin mercur, biocide și pesticide, vopsele, produse farmaceutice, produse cosmetice și alte produse conexe, amalgame dentare, manometre și indicatoare de nivel, produse chimice și echipamente de laborator. Potrivit Oficiului Prevenirea Poluării Mediului din cadrul Ministerului Mediului al Republicii Moldova, produsele de consum cu utilizarea intenționată a mercurului sunt responsabile de o pondere totală de 43% a emisiilor de mercur, contribuind în medie cu 69,6 kg/an la

contaminarea aerului și cu 63,6 kg/an la contaminarea apei (estimare probabilă a emisiilor care ar putea fi generate de diferite sectoare). Dintre produsele cu adaos de mercur, cea mai mare pondere o dețin termometrele (aproape 43%). Nu în ultimul rând, peștele și fructele de mare de proveniență oceanică conțin cantități mari de mercur, provenit de la emisiile atmosferice produse în urma arderii combustibililor fosili.

## Mercurul din alimente

Alimentele de proveniență oceanică, în principal peștele de mare, conțin niveluri ridicate de mercur. Potrivit unui studiu al Institutului de Cercetare a Biodiversității din Maine (Statele Unite ale Americii), 84% din peștele din întreaga lume conține un nivel periculos de mercur. Acest element, emis în componența unui gaz rezultat din arderea cărbunelui în termocentrale, ajunge în sol și apă prin intermediul ploii sub formă de compuși organici ai mercurului. Acestea sunt metabolizate de către bacteriile metanoice din ecosistemele acvatice și transformate în metil-mercur, un produs stabil, neurotoxic (determină modificarea funcțiilor neuronale) și teratogen (produce malformații congenitale). Metil-mercurul este consumat de plantele și animalele marine, în principal moluște, crustacee și insecte acvatice, fiind transmis de la o verigă a lanțului trofic la alta. Întrucât este un element nedigerabil, mercurul se acumulează în organismele consumatoare, ajungând la concentrații ridicate în cadrul consumatorilor de vârf (prădători). În lanțurile trofice acvatice, mercurul se acumulează în peștii răpitori: ton, pește-spadă, rechin, macro regal. Aceștia pot avea în organism o concentrație de mercur de peste 10.000 de ori mai mare decât cea din mediul înconjurător. Mercurul este strâns legat de proteinele musculare din carnea de pește, acumulându-se mai mult în carne decât în ulei. Odată cu consumul acestor pești, omul îngerează concentrația de mercur. Pentru a evita acumularea unei concentrații mari, și deci pentru a preveni otrăvirea cu mercur, se recomandă să nu se consume mai mult de 340 de grame de pește pe săptămână, având grijă să fie aleși peștii mici, cu o durată de viață scurtă sau pești fitofagi care conțin cantități mici de mercur. De asemenea, peștele de apă dulce conține mai puțin mercur decât cel de apă sărată, din acest punct de vedere fiind mai sigur pentru consum.

Întrucât țara noastră importă produse de proveniență marină, riscul contaminării cu metil-mercur în rândul populației este prezent. Potrivit lui Gheorghii Țurcanu de la Centrul Național de Sănătate Publică, Republica Moldova importă cele mai mari cantități de pește din zone unde concentrația de metil-mercur în pește este de 0,30 - 1,0 ppm sau mai mult (în condițiile în care limita admisă este de 0,95 ppm). Totodată, în Republica Moldova s-a înregistrat în perioada 2006-2015 o creștere de 26% a consumului de pește, de la 11,7 kg per capita în 2006 la 16, 4 kg per capita în 2015, însă nu se cunoaște

concentrația de metil-mercur a acestor produse alimentare întrucât lipsește un control riguros la etapa de import, comercializare și consum.

Tuburile (lămpile) fluorescente conțin și ele o cantitate mică de mercur - aproximativ 5 miligrame. Mercurul este o componentă esențială a capacității unui tub fluorescent de a emite lumină; niciun alt element chimic nu s-a dovedit atât de eficient. Însă în eventualitatea situației când se sparge, un tub fluorescent eliberează mercurul sub formă de vapori care pot fi inhalați, sau sub formă de particule fine ce pot adera la materialele textile, precum carpetele sau hainele. Din acest motiv, fiecare echipament de iluminat care conține mercur, indiferent de cantitate, ar trebui manipulat ca și dispozitiv periculos și depozitat ca atare, tocmai pentru a nu se sparge. Pe lângă pericolul de spargere în casă, lămpile ce conțin mercur riscă să elibereze acest element în mediul extern în momentul când acestea sunt aruncate la coșul de gunoi menajer sau în tomberoane. Cel mai bun mod de a preveni eliberarea de mercur din iluminat este de a recicla lămpile și de a nu le introduce în fluxul de deșuri solide. Reciclarea lămpilor ce au conținut de mercur permite recuperarea acestuia, permițându-i să fie refolosit deopotrivă cu aproape toate componentele dispozitivului de iluminat.

Amalgamul folosit în stomatologie este un material alcătuit în principal din mercur (50%), lichid la care se adaugă și o pulbere formată tot din elemente de natură metalică (argint, cupru, staniu, zinc). Acest material se folosește pentru a reface destrucțiile de la nivelul coroanelor dentare ce au rezultat în urma unor procese carioase, unul dintre marile avantaje fiind rezistența lui în timp. Pe lângă emisiile de vapori de mercur în timp ce plomba se află în gură, o sursă importantă de poluare cu vapori de mercur atât pentru medic, cât și pentru pacient este reprezentată de îndepărtarea obturațiilor vechi de amalgam. În Republica Moldova plombele dentare de amalgam nu mai sunt utilizate din anii 80, însă mercurul metalic din plombele dentare rămâne a fi a doua cea mai mare utilizare a mercurului în Uniunea Europeană.

## Ce se întâmplă când mercurul pătrunde în organism?

Primele simptomele comune de contact cu o concentrație de mercur sunt: pierderea poftei de mâncare, oboseala, iritații oculare, erupții sau iritații neobișnuite pe piele, insomnie. Expunerea la cantități mici, dar într-o perioadă îndelungată de timp poate avea ca efecte afectarea creierului și a sistemului nervos, deteriorarea rinichilor și a plămânilor, pierderi de memorie, dereglarea presiunii arteriale și apariția bolilor de inimă. Femeile însărcinate se află într-o categorie aparte de risc, deoarece fătul este cel mai vulnerabil la metil-mercur. Acesta poate străbate chiar și bariera reprezentată de placenta și poate ajunge la făt, provocând diverse complicații: întârzierea mersului, dizabilități de învățare, surditate, orbire sau paralizie cerebrală pentru sugari. Cele mai multe simptome dispar de obicei atunci când se întrerupe expunerea la mercur, însă, cu toate acestea, efectele asupra creierului și sistemului nervos pot fi permanente.

Efectele contaminării cu mercur sunt resimțite și asupra florei și faunei sălbatice, deoarece cantitățile mari de mercur eliminat în atmosferă contaminează viața sălbatică, în unele locuri aceasta riscând să dispară.



## Convenția de la Minamata

Convenția și-a primit numele după orașul Minamata din Japonia, unde în perioada 1932 - 1968 a avut loc cea mai mare deversare de ape industriale poluate cu mercur. Dezastrul ecologic a cauzat mii de decese din cauza că mercurul pătrundea în organismul peștilor, care apoi erau consumați de populația locală. Astăzi, acest tratat internațional semnat de 128 de țări urmărește impunerea controlului emisiilor de mercur în atmosferă și interzicerea după anul 2020 a producției, importului și exportului unei întregi game de produse care conțin mercur. Statele semnatare și-au asumat angajamentul de a scoate treptat din uz produsele

ce conțin mercur, fiecare țară având posibilitatea să mărească acest termen cu cinci ani de două ori. Prin urmare, statele cu o puternică industrie pe bază de mercur (termocentrale cu cărbune, incineratoare, fabrici de ciment, mine de exploatare) își pot mări termenul prevăzut până în 2030. Potrivit Oficiului pentru Prevenirea Poluării Mediului din cadrul Ministerului Mediului al Republicii Moldova, este puțin probabil ca țara noastră să recurgă la prelungirea termenului, întrucât industria din țara noastră nu include procese tehnologice ce utilizează mercurul. Economia noastră nu se bazează pe activități de prelucrare/exploatare pe bază de mercur la scară mare.

## Schimbarea climei - pierderi anuale naționale de 4 milioane USD

**M**inistrul Mediului, Valeriu Munteanu, managerul oficiului „Schimbarea Climei” Vasile Scorpan și coordonatoarea rezidentă ONU/ reprezentanta rezidentă PNUD, Dafina Gercheva au fost invitații unui Club de presă pe tema: „Schimbările climatice - semnificația Acordului de la Paris pentru Republica Moldova”. Evenimentul a avut loc sub egida PNUD, în parteneriat cu Ministerul Mediului, Programul de Granturi Mici al Facilității Globale de Mediu și Asociația Jurnaliștilor de Mediu și Turism Ecologic din R. Moldova.

În cadrul Clubului de presă au fost abordate o serie de aspecte privind schimbările climatice, precum: gradul de pregătire al Republicii Moldova pentru a da startul punerii în practică a Acordului de la Paris, intrat în vigoare pe 4 noiembrie 2016; impactul schimbărilor climatice asupra Republicii Moldova; necesitatea adaptării la schimbările climatice; importanța obținerii unui consens global asupra reducerii emisiilor de gaz cu efect de seră.

Ministrul Mediului și-a exprimat speranța că până la 31 decembrie 2016, înainte de încheierea sesiunii de toamnă-iarnă a Parlamentului, în R. Moldova va fi ratificat Acordul de la Paris - fapt, care, însă, nu s-a realizat. „Acordul de la Paris este cea mai bună șansă ca omenirea să supraviețuiască. Din păcate, problema schimbărilor climatice rămâne una generală, superficial tratată de cetățenii R. Moldova. Avem datoria să-i informăm și să-i ajutăm să înțeleagă importanța și impactul acestui proces”, a menționat Valeriu Munteanu.

„În Republica Moldova, dezastrul climatic, precum gerul târziu, grindina, inundațiile și seceta, se produc tot mai frecvent, provocând daune economice de 4 milioane de dolari SUA anual. Prin urmare, abordarea schimbărilor climatice este extrem de importantă, pentru a proteja viața tuturor”, a afirmat coordonatoarea rezidentă ONU și reprezentanta permanentă PNUD Dafina Gercheva.

„Republica Moldova este responsabilă doar de 0,03% din gazele cu efect de seră din emisiile totale globale, dar suferă din cauza lor”, a declarat Vasile Scorpan, managerul oficiului „Schimbarea Climei”. Pentru a contribui la atenuarea acestui fenomen, fiecare avem un rol important - de a economisi apa, energia electrică, a planta arbori, a învăța și pe alții să facă la fel, a remarcat Scorpan. „Educația de a nu irosi resursele naturale, educația de a îngriji de mediu, educația de a trăi corect, acestea sunt elementele cheie ale salvării noastre”, a subliniat Vasile Scorpan.

Discuțiile în cadrul Clubului de presă au fost moderate de Lilia Curchi, directoarea executivă AJMTEM, care a specificat că problemele generate de schimbările climatice trebuie să fie abordate mai des și la nivel înalt, aceasta fiind singura modalitate de a face ca agenda de adaptare la schimbările climatice să fie îmbrățișată pe larg în R. Moldova.

Delia MORARU

Bună dimineața!

## Un sfert de secol al lui „Mulțumesc”



Lilia CURCHI

S-a mai încheiat o campanie de abonare – cea pentru întreg anul 2017 –, în

care iar și iar ne-am pus speranța că veți alege să mergeti mai departe cu revista NATURA, abonând-o, chiar dacă statisticile încearcă să ne arate că mulți consideră că nu mai este la modă să citești ziare. Pentru că timpurile și năravurile se schimbă, am trecut și noi la sisteme performante, lansând la sfârșit de 2016 abonarea on-line la NATURA, inclusiv pentru a-i readuce ACASĂ pe toți cititorii împrăștiați prin lumea mare. Acum, la un preț simbolic, din orice colț al lumii te poți abona la revista NATURA pentru a citi versiunea electronică!

În ianuarie, la data de 11, de vreo câțiva ani, se sărbătorește Ziua Internațională a Cuvântului „Mulțumesc”. Cu siguranță, avem cu toții cui spune zilnic nu doar un „Mulțumesc”, în semn de recunoștință pentru un gest, o faptă, un cuvânt. Cu revista NATURA, de mai bine de un sfert de secol, spunem „Mulțumesc” cititorilor care formează familia revistei, care ne-au fost și ne-au rămas fideli, celor pentru care NATURA este crez, enciclopedie, sursă de inspirație, carte de căpătâi. Celor care formează colecții ani în șir, care ne transmit cărți poștale la Paște sau Crăciun, care ne scriu rânduri presărate cu dor. Celor care ne promovează, dedică timp din timpul lor liber pentru a vorbi frumos despre publicația lor de suflet. Celor care cred că mesajele noastre ajung la inima și conștiința cititorilor noștri și ne susțin prin pagini tematice, ediții speciale care vin să schimbe percepții asupra lucrurilor. Celor care creează parteneriate pentru difuzarea de mesaje cu impact – așa cum este cazul celor 12 pagini tematice dedicate silviculturii naționale, pagini care ne-au adus o altă perspectivă asupra pădurilor, ca factor de echilibru ecologic. Celor care au făcut ca o breaslă întreagă să citească revista NATURA, precum sunt Ion Cebanu, director general al Agenției „Moldsilva” și Alexei Palancean, inginer-șef silvic, Agenția „Moldsilva”. Celor care merg cu revista pe la vecini, prieteni și împărtășesc cu ei cele citite în NATURA. Într-un cuvânt, tuturor!

Tot în ianuarie sunt tradiționale topurile – top destinații de văzut, top cărți de citit etc., etc. Topul nostru este legat de numărul de cititori – un top de șapte raioane în care sunt cei mai mulți abonați ai revistei NATURA. Acestea sunt, în ordine descrescătoare:

EDINEȚ, BRICENI, HÂNCEȘTI, FĂLEȘTI, TELENEȘTI, GLODENI, CĂLĂRAȘI.

Mulți ne citesc și în raioanele Strășeni, Soroca, Orhei, Ungheni, Cahul, Ștefan-Vodă, Criuleni, Florești, Râșcani, Nisporeni, Anenii Noi, Ialoveni și Ocnîța. Celelalte raioane le lășăm în afara topului, de această dată, dar sperăm să ajungă în clasament cât mai curând, grație neobosiților și vrednicilor cititori-promotori.

Mai mult de un sfert de secol are „Mulțumesc-ul” care se îndreaptă către dvs., dragi cititori! Vă rugăm să-l primiți cu bucurie. La mulți ani!

# NISIPUL ȘI PRUNDIȘUL AJUNG LA PARLAMENTARI

**D**upă 16 luni de la prima tentativă, Guvernul aprobă modificarea propusă de ministrul Mediului, Valeriu Munteanu privind restituirea obligatorie în amonte a tuturor aluviunilor obținute în urma lucrărilor de curățare a șenalului navigabil și interzicerea comercializării nisipului și prundișului extras din Nistru și Prut.

De fapt, sunt mai bine de 4 ani (!) de promovare insistată de către ecologiști a acestor prevederi. Inițial, au venit cu propuneri pentru proiectul de lege „Cu privire la transportul naval intern”, promovat cu vehemență de Ministerul Transporturilor. Ulterior, de la etapa de consultare, în toate demersurile au fost menținute aceleași solicitări – „Nisipul și prundișul extrase din albia minoră a râurilor, inclusiv în cadrul lucrărilor de amenajare sau de menținere a șenalului navigabil, urmează a fi returnate integral în albia minoră a râurilor, în amonte de la locul extragerii, pentru formarea boiștilor, conform proiectului aprobat de autoritatea centrală de mediu” și „Comercializarea nisipului și prundișului extrase din albia minoră a râurilor este interzisă”. Din păcate, opinia ecologiștilor, membri ai Grupului de lucru Mediu din Consiliul Național pentru Participare – „EcoTiras”, Mișcarea Ecologistă din Moldova, Centrul Național de Mediu, EcoContact ș.a., a fost ignorată constant în perioada 2012-2013, și ulterior, până în 2015. În tot acest timp, MEM și revista NATURA au menținut o campanie de presă, o campanie de mediatizare neîntreruptă a subiectului.

Datele Ministerului Mediului arată că activitățile de extragere și comercializare a sedimentelor aduc prejudicii

atât economice (peste 250 mii de m<sup>3</sup> de sedimente extrase în perioada 2002-2014 care au provocat pierderi bugetare de 2 milioane de lei), cât și naturale (curățarea albiilor fără repunerea înapoi în circuit a nisipului duc la un dezechilibru ecologo-hidrologic, la reducerea debitului și capacității de autoepurare a râului, la micșorarea considerabilă a locurilor în care peștii își depun icrele).

Prima încercare a ministrului Mediului, Valeriu Munteanu, de a introduce modificări la legea „Cu privire la transportul naval intern” s-a produs la sfârșit de septembrie 2015, chiar la început de mandat, ca răspuns la solicitările ecologiștilor. Într-o conferință de presă din 8 octombrie 2015, Mișcarea Ecologistă din Moldova declara că se solidarizează cu toate demersurile ecologice ale conducerii Ministerului Mediului, inclusiv interzicerea privind extragerea ilegală a nisipului din râurile noastre transfrontaliere și sancționarea penală a extragerii și comercializării ilicite a nisipului, pietrișului și prundișului din albiile minore ale Nistrului și Prutului. Doar că, la 29 octombrie 2015, Guvernul condus de prim-ministerul Valeriu Streleț a primit vot de neîncredere din partea deputaților, iar proiectul de Hotărâre a Guvernului a rămas neexaminat.



Pe durata anului 2016 mai mulți cetățeni au semnalat cazuri de extrageri ilegale de nisip și prundiș din Nistru și Prut, deși autoritățile au declarat că fenomenul a fost stopat.

Abia recent, la 11 ianuarie 2017, Guvernul, la propunerea ministrului Mediului, Valeriu Munteanu, aprobă, din nou, modificările la legea „Cu privire la transportul naval intern”, promovând aceleași solicitări – returnarea nisipului și pietrișului extras în amonte și interzicerea comercializării aluviunilor. Pentru a intra în vigoare, modificările trebuie aprobate de Parlament. Va avea oare de această dată salvare nisipul și prundișul din râurile noastre, acest filtru natural al apei pe care o bem cu toții, sau va continua să încapă în buzunarele fără fund ale afaceriștilor?

Iulia AMARIEI

### Modificări la Legea „Cu privire la transportul naval intern”:

- Sedimentele solide (nisip, prundiș, pietriș, pietre) obținute în urma efectuării lucrărilor de amenajare și menținere (întreținere, curățire) a șenalului navigabil vor fi restituite obligatoriu în amonte râurilor sau fluviilor.

- Comercializarea sedimentelor solide, extrase din albia minoră a râurilor sau fluviilor, este interzisă.

Guvernul R. Moldova,  
11 ianuarie 2017

## AGENȚIILE DE DEZVOLTARE REGIONALĂ ȘI PROGRAMELE TRANSFRONTALIERE:

# Parteneri de cursă lungă

**P**roiectul „Danube connects” (Dunărea Unește), coordonat de Unitatea de implementare a grantului acordat de Agenția Austriacă pentru Dezvoltare, are scopul de a promova programele de cooperare oferite de Strategia Uniunii Europene pentru Regiunea Dunării (SUERD). Această strategie reprezintă un mecanism comunitar de cooperare a statelor din bazinul Dunării, destinat dezvoltării economice și sociale a macro-regiunii dunărene, prin consolidarea implementării în regiune a politicilor și legislației Uniunii Europene.

### Luminița NETEDU, ADR SUD

Cooperarea transfrontalieră, prin diverse programe operaționale comune, facilitează o mai bună utilizare a potențialului de dezvoltare a regiunilor de graniță. La fel, întărește coeziunea teritorială și asigură o dezvoltare durabilă a zonei transfrontaliere prin cooperare în domeniile economic, social și de mediu. Pentru că inițiativa SUERD a fost gândită pentru țări și regiuni ce au nevoi și obiective comune în Regiunea Dunării și dată fiind proximitatea râului Dunărea, această Strategie oferă Regiunii de Dezvoltare Sud mai multe oportunități, pe priorități conexe (interconectarea regiunii Dunării, protejarea mediului în Regiunea Dunării, consolidarea Regiunii Dunării). Un exemplu concret de reușită a programelor transfrontaliere promovate de SUERD în regiunea Sud este reprezentat de

proiectul trilateral „Crearea unei rețele trilaterale pentru dezvoltarea și marketingul produselor agro-alimentare locale și tradiționale în Euroregiunea Transfrontalieră Dunărea de Jos”, în cadrul căruia a fost creat un Centru de procesare a legumelor și fructelor în satul Colibași.

### Maria PRISĂCARI, ADR Nord

ADR Nord sprijină autoritățile publice locale (APL) și organizațiile obștești (ONG) în procesul de participare la programele de cooperare transfrontalieră, prin informarea continuă a actorilor regionali în privința programului. Deși Cancelaria de Stat coordonează asistența externă și, respectiv, programele transfrontaliere, ADR-urile, fiind „mai aproape” de APL-uri, sunt inițiatorii sau co-organizatorii mai multor evenimente regionale dedicate diversificării de resurse financiare pentru inițiativele regionale.

### Viorel JARDAN, director ADR Centru

Programele transfrontaliere/transnaționale oferă partenerilor din diferite state posibilitatea să promoveze împreună inițiativele regionale comune în cadrul tematicilor prioritare ale programelor, contribuind la îndeplinirea obiectivelor Strategiei de dezvoltare regională. Majoritatea raioanelor din regiunea Centru participă activ în cadrul Programelor respective, iar printre istoriile de succes se numără două proiecte implementate în cadrul Programului Operațional Comun România – Ucraina - Republica Moldova 2007-2013: „Dezvoltarea turismului transfrontalier prin promovarea conacului Manuc Bey, a complexului funerar Elena Ioan Cuza și a conacului Blesciunov”, implementat de CR Hâncești și „Centrul de Sprijinire a Afacerilor Transfrontaliere - Training, Expoziții și Simpozioane”, implementat de CR Ialoveni.

și potențialilor participanți în cadrul acestor programe.

În acest context, am solicitat părerea Agențiilor de Dezvoltare Regională din regiunile de Nord, Centru, Sud și UTA Găgăuzia în legătură cu oportunitatea programelor transfrontaliere în Republica Moldova și contribuția fiecărei ADR în promovarea perspectivelor oferite de SUERD:

De ce sunt importante programele transfrontaliere pentru inițiativele regionale? Cât de populare sunt acestea în regiunea dvs.?

ADR Centru informează actorii regionali în legătură cu toate apelurile deschise, inclusiv programele transfrontaliere, prin intermediul site-ului și scrisorilor de informare expediate în adresa autorităților locale, ONG-urilor și altor organizații. De asemenea, Agenția este organizator și co-organizator a evenimentelor regionale dedicate informării despre accesul la resursele financiare și promovării inițiativelor regionale.

### Valerii IANIOGLO, director ADR UTA Găgăuzia

Posibilitățile oferite de Programele de cooperare transfrontalieră ca instrument de promovare a unor proiecte de interes comun nu sunt pe deplin valorificate în Găgăuzia. Considerăm că odată cu inițierea Agenției de dezvoltare UTA Găgăuzia situația s-ar putea schimba. Agenția poate fi aceea platformă în cadrul căreia va fi acordată consultanță necesară și vor fi dezvoltate unele idei de proiecte.

# Un dor la peste 9 mii de km

**Marcela ANDONI.**  
27 de ani. Stabilită în Statele Unite ale Americii, orașul Destin, Florida.

„Cred că eram prin clasa a șasea când diriginta ne-a prezentat revista NATURA la una din orele de ecologie. De atunci sunt mai bine de 14 ani, dintre care vreo 5-6 am scris constant revistei. Și ce emoții aveam când eram și publicată!”

Marcela Andoni, cititoare fidelă de la Văleni, Cahul, își amintește cu drag de perioada când era elevă la școala din sat, apoi studentă la specialitatea Turism a Universității de Stat din Cahul „Bogdan Petriceicu Hasdeu”, iar revista NATURA îi era sursă de informație și inspirație. „Cu ajutorul revistei sunt astăzi cine sunt, am absolvit o specialitate de turism, când evadez într-un loc frumos redau în scris emoțiile trăite. De altfel, natura, scrisul și călătoriile mi-au rămas și peste timp marile iubiri”, spune Marcela.

Am reîntâlnit-o virtual, după ce ne-a scris pe pagina de facebook a revistei NATURA, bucurată că și-a regăsit prietenii de ACASĂ.

În SUA a ajuns pentru prima dată în 2010, grație unui program de schimb cultural și de muncă pe perioada vacanței. După o vară în care și-a văzut visul împlinit, a revenit la Cahul. „Pentru mine era foarte importantă facultatea, eram la buget și mai aveam doar un an, plus că făceam turism, un alt vis de-al meu născut din corespondența

cu revista NATURA”. Întoarsă acasă după o vară frumoasă, ardea de dorința de a revedea America, astfel că a mai depus o dată actele pentru viză. „Eram în ultimul an de facultate și părea mai dificil. Însă printr-un noroc am obținut viza iarăși. Mi-am prezentat teza de licență și la câteva zile eram în avion spre SUA. Pare desprins din film, dar am avut noroc. Eram cu diploma de specialitate și în drum spre State pentru a doua oară”.

Din 2011 nu a mai revenit acasă, a schimbat statul Virginia pe Ohio, apoi pe Florida. „Muncesc la un magazin de plajă, dar am lucrat în 6 ani în foarte multe locuri: magazine, restaurante, hotel, am acumulat o experiență vastă în serviciile cu publicul. Trăiesc într-un oraș turistic, de plajă, la ieșirea în Golful Mexic. Este foarte frumos, de poveste!”, ne spune Marcela.

„Îmi amintesc cu drag de Moldova, cu orice ocazie. Atunci când călătoresc cu o naivitate de copil încerc să redescopăr la mii de kilometri frumusețea și căldura țării noastre prin apropierea de ce este aici, de ceea ce am la îndemână”, ne mărturisește Marcela Andoni.

Dorul de casă este imens, căci nu și-a văzut familia de șase ani. „Legătură cu cei de acasă la început era mai dificilă, vorbeam rar, cumpăram un fel de cartele care îmi permiteau să sun acasă. Pe parcurs s-au schimbat multe, i-am ajutat pe ai mei să cumpere un calculator, acum vorbim zilnic, ne și vedem, dar dorul este mare”. În această vară



La etajul 103 - Marcela Andoni (dreapta)

asteptă revederea cu mama care a obținut viză pentru America.

Urmărește continuu noutățile din R. Moldova – „În fiecare zi cineva are grijă să-mi mai spună cât e de greu acasă”. „Împreună cu niște mămici (eu nu am copii) am trimis spre Moldova ajutoare secției de malnutriție din Chișinău. Am reușit să obținem acordul de a instala cutii de donații în secțiile de votare de pe teritoriul Statelor în turul doi al prezidențialelor din Moldova. Au fost instalate 6 cutii, în care s-au strâns \$3700 pentru o micuță bolnavă de cancer, pe nume Agnesia, care se află la tratament în Turcia. La fel, susținem platforma www.caritate.md, unde și donăm cu prietenii când avem un plus de bani, și se găsește mereu! De dragul țării mele scumpe, ultima nebulie a fost să conducem cu prietenii 1000 de km pentru a vota”.

Marcela este convinsă că putem fi cu toții mai buni. „Să nu ne depărtăm de credință și iubire, să fim buni cât putem și putem tot timpul, să îi încurajăm pe cei mici să facă pași mari, să nu uităm că în lumea asta întotdeauna este cineva care are mai puțin și poate e mai trist decât noi, să învățăm că viața merge înainte deoarece înapoi nu e posibil. Eu am învățat, în timp, să fiu mai recunoscătoare, să înțeleg că doar dându-i mai departe demonstrez că înțeleg rostul lucrurilor și al șanselor pe care Dumnezeu mi le-a oferit”, crede cu tărie tânăra.



Marcela Andoni cu prietenii, după votarea la prezidențiale

## Laureații revistei NATURA Anul 2016

### Premiile de excelență ale revistei NATURA

**Aurelian SILVESTRU**, pedagog, psiholog, scriitor, directorul Liceului „Prometeu” pentru activitatea didactică de o viață, pentru opera literară și publicistică, pentru promovarea culturii naționale și educarea personalităților creative

**Tatiana POPA**, directoarea Muzeului „Casa Părintească”, pentru promovarea culturii neamului românesc, a patrimoniului cultural imaterial și renașterea tradiției covorului „în bumbi”, inclus în Lista Patrimoniului UNESCO

### Pentru articolele publicate în revista NATURA

**Silvia URSUL**, pentru seria de articole dedicate păsărilor

**Gheorghe BUDEANU**, pentru seria de interviuri cu genericul „Invitatul de onoare”

**Paraschiva MĂMĂLIGĂ**, pentru rubrica „Întâmplări adevărate”.

**Vasile ȘOIMARU**, pentru reflectarea problemelor râului Ichel

**Ionel CĂPIȚĂ**, pentru organizarea paginilor de promovare a silviculturii naționale

**Maria COSNICEANU**, pentru rubrica de descifrare a semnificației numelor noastre.

### Pentru promovarea revistei NATURA

**Alexei PALANCEAN**, inginerșef silvic, Agenția „Moldsilva”

**Maya ZLOTEA**, profesoară de geografie și economie, L.T. „Emil Nicula”, Mereni, Anenii Noi

**Constantin COJOCARU**, primarul municipiului Edineț

**Nicolae ODAGIU**, profesor de geografie, Gimnaziul Fundurii Vechi, Glodeni

**Hristina MINCIUNA**, profesoară de geografie, Gimnaziul Corjova, Criuleni

**Lilia ROTARU**, profesoară de biologie, Liceul Teoretic „Mihai Eminescu”, Hâncești

**Valentin AȘEVȘCHI**, USPEE „Constantin Stere”, Chișinău

**Adrian MUSTEAȚĂ**, medic, Chișinău.

„Copiilor și nu numai, care citesc revista și aceste rânduri pot să le spun că expresia „nicăieri nu-i ca acasă” nu este un clișeu, este un adevăr pe care îl înțelegi atunci când pleci, când te îndepărtezi, fiindcă îndepărtându-te de obiectiv, acesta se micșorează, dar dorința să-l vezi e tot mai mare și mai arzătoare”, conchide Marcela.

„Multumesc redacției revistei NATURA care m-a „reîntâlnit” atât de frumos și peste ani, când am scris emotivă și plină de speranță, cum făceam cu ani în urmă. Mă închin efortului de a aduce ani la rând frumosul în inimile oamenilor sub forma cuvintelor editate cu atâta dragoste!”.

Lilia CURCHI

# PREMII DE LA REVISTA NATURA

## Dragi prieteni,

Vă mulțumim că ați dat curs invitației noastre de a participa la concursul pe care l-am organizat la sfârșitul anului 2016, abonând revista NATURA pentru întreg anul 2017 și expediind copia abonamentului la redacție. O deosebită recunoștință adresăm promotorilor care au reușit să organizeze câte 100, 50, 15, 5 persoane pentru a abona publicația noastră, iar cei mai temerari au transmis dovada la redacție. Decernarea premiilor va avea loc la data de 3 februarie 2017, ora 11.00, la sediul revistei NATURA (calendarul de buzunar vor fi expediate prin poștă). Felicitări tuturor!

## PREMII PENTRU GRUPURI DE ABONAȚI

### 100 ABONAMENTE ANUALE LA REVISTA NATURA – Enciclopedia Universală Britanică 16 volume

Liceul Teoretic „Emil Nicula”, Mereni, Anenii Noi; Liceul Teoretic „Mihai Eminescu”, Hâncești; Primăria Edineț.

### 50 ABONAMENTE ANUALE LA REVISTA NATURA – Tablou fotografic de dimensiuni mari

(60 cm X 90 cm) semnat de Alecu Reniță și mini-biblioteca cu 7 ediții valoroase  
Gimnaziul Corjova, Criuleni; Gimnaziul Fundurii Vechi, Glodeni

### 15 ABONAMENTE ANUALE LA REVISTA NATURA – Mini-biblioteca cu 5 ediții valoroase

Facultatea de Ecologie și Protecția Mediului, USPEE „Constantin Stere”, Chișinău

## PREMII PENTRU ABONAȚII INDIVIDUALI

Precum am promis, redacția revistei NATURA acordă 100 de premii, prin tragere la sorți (am folosit programul on-line random.org), celor care au transmis copia abonamentului anual la redacție. Câștigătorii sunt:

## 40 seturi CALENDARE de buzunar NATURA

Silvia Merlă, or. Hâncești; Cristina Tighineanu, Fundurii Vechi, Glodeni; Daniela Savineț, Mereni, Anenii Noi; Alina Ulas, Mereni, Anenii Noi; Valentin Gherbovi, Corjova, Criuleni; Evelina Oglindă, Mereni, Anenii Noi; Daniela Sava, Lăpușna, Hâncești; Vladislav Panciuc, Mereni, Anenii Noi; Gabriel Mocate, Mereni, Anenii Noi; Primăria Căușeni; Valeria Condrea, Mereni, Anenii Noi; Tatiana Buga, Mereni, Anenii Noi; Elena Ilcenco, Logănești, Hâncești; Arina Cucu, Corjova, Criuleni; Inga Frunză, or. Hâncești; Elena Lungu, Mereni, Anenii Noi; Arina Cărbune, Fundurii Vechi, Glodeni; Maria Baciu, Mereni, Anenii Noi; Sandu Racu, Mereni, Anenii Noi; Primăria Ocnița; Daniel Dolineanschi, Fundurii Vechi, Glodeni; Svetlana Urac, Fundurii Vechi, Glodeni; Munteanu Andrei, or. Hâncești; Iurie Gurschi, Mereni, Anenii Noi; Natalia Lungu, Mereni, Anenii Noi; Victor Tulbu, Chișinău, str. Belșugului 1; Oxana Prodan, Mereni, Anenii Noi; Maria Postaru, Bălceana, Criuleni; Galina Chiril, Malcoci, Ialoveni; Cătălin Minciuna, Corjova, Criuleni; Adrian Balica, Chișinău, str. Cuza Vodă; Gimnaziul Corjova, Anenii Noi; Doina Ilco, Fundurii Vechi, Glodeni; Școala Cosăuți, Soroca; Diana-Felicia Neicovcen, Chișinău, str. Miron Costin 63/1; Mirolin Mocanu, Fundurii Vechi, Glodeni; Biblioteca Duruioarea Nouă, Râșcani; Simion Malanciu, Mincienii de Jos, Rezina; Andrei Bujac, Mereni, Anenii Noi; Alexandru Dudnic, Fundurii Vechi, Glodeni

## 10 TRAIȘTE ECO

Vladimir Davidescu, Chișinău; Veronica Stratu, Mereni, Anenii Noi; Ana-Maria Tighineanu, Fundurii Vechi, Glodeni; Olga Răileanu, Fundurii Vechi, Glodeni; Victoria Brânzan, or. Hâncești; Andreea Pisarenco, Mereni, Anenii Noi; Daniela Staver, Fundurii Vechi, Glodeni; Patricia Rotari, Corjova, Criuleni; Primăria Cimișlia; Lidia Crețu, Mereni, Anenii Noi

## 15 CĂNI cu logo NATURA

Grigore Lotcă, Ivanovca Nouă, Cimișlia; Asorti Grup, Chișinău; Elena Jumir, or. Hâncești, str. Chișinăului 2; Cristina Radu, Vatra, str.

S.Bogza; Ina Bâta, Chișinău, str.Columna; Mihai Ucrainciuc, Orac, Leova; Irina Cearscaia, Chișinău, str. Mitrop.Dosoftei; Ionuț Gantea, Fundurii Vechi, Glodeni; Lilia Rutcovschi, Fundurii Vechi, Glodeni; Cristina Cazacu, Mereni, Anenii Noi; Dana Răilean, Mereni, Anenii Noi; Primăria or. Anenii Noi; Galina Gnatiuc, Fundurii Vechi, Glodeni; Vitalia Cioban, Corjova, Criuleni; Petru Burlacu, or. Hâncești, str. Chișinăului 6

## 15 MAIOURI cu logo NATURA

Ana-Maria Eremia, Mereni, Anenii Noi; Daniel Jalbă, Mereni, Anenii Noi; Dorin Bârdan, Bobeica, Hâncești; Viorel Miron, Vatra; Anastasia Gnatiuc, Fundurii Vechi, Glodeni; Petru Tighineanu, Fundurii Vechi, Glodeni; Vadim Zatic, Corjova, Criuleni; Ion Guțu, Fundurii Vechi, Glodeni; Maxim Dicusar, Corjova, Criuleni; Valentina Colesnic, or. Hâncești; Andrei Verhovețchi, Fundurii Vechi, Glodeni; Zinaida Arnăuț, Corjova, Criuleni; Svetlana Berehoi, or. Hâncești; Victoria Gonța, or. Hâncești, str. Al.cel Bun 34; Maria Rotaru, Logănești, Hâncești

## 20 ABONAMENTE semi-anuale pentru un prieten

(Deținătorii premiului sunt rugați să transmită numele, prenumele și adresa poștală a prietenului până la data de 20 februarie 2017 – prin e-mail, la telefon sau în plic -, iar redacția îi va perfecta câte un abonament pentru perioada martie-august 2017).

Grigore Babenco, Trebujeni, Orhei; Sevastian Botnari, Chișinău, str. București 60; Vasile Căpățină, or. Hâncești; Maria Bejereanu, Fundurii Vechi, Glodeni; Renat Bogaci, Mereni, Anenii Noi; Svetlana Tofilat, or. Hâncești, str. Toma Ciorbă; Gimnaziul Hârtopul Mare, Criuleni; Nicoleta Țurcanu, Chișinău, str. Petricani; Cristina Svișci, Mereni, Anenii Noi; Svetlana Cojocaru, or. Hâncești, str. M.Eminescu; Mariana Burca, or. Hâncești, str. Chișinăului 6; Mădălina Chisnenco, Corjova, Criuleni; Primăria Cosăuți, Soroca; Ștefan Dovicenco, Mereni, Anenii Noi; Carolina Bâta, or. Hâncești, str. M.Eminescu; Beatricea Zagorneanu, Chișinău, str. I.Zaikin; Doina Cojocari, Chișinău, USPEE „C.Stere”; Vladimir Ciubuc, Bozieni, Hâncești; Xenia S. Chifec, Coteala, Briceni; Marin Gore, Corjova, Criuleni.



Aurelian SILVESTRU

# Retras în sine

**M**ajoritatea dintre noi consideră că bătrânețea e o boală incurabilă ce mistuie vigoarea și face victimele să arate pretutindeni și oricând la fel.

Multă vreme am crezut și eu la fel. „E o stare când renunți la aspirații”, îmi ziceau cu gândul la bătrânii care par preocupați doar de momentul despărțirii de viață.

Dar iată că odată, în parcul central, am întâlnit o persoană care mi-a schimbat părerea. Era un fost savant. Pe timpuri, colaborasem cu el la o traducere din limba rusă. Știam că s-a pensionat de mult și mă așteptam să văd un om bolnav și ruinat, abia mișcându-se la cei peste șaptezeci de ani ai săi.

El însă arăta la fel de bine: vesel, optimist, energic și foarte elegant. Ai fi zis că ai în față un bărbat plin de vigoare.

– Toți cunoscuții mei se tem de bătrânețe. Eu însă habar nu am ce-i asta! a glumit el, mulțumit de sine. Dacă n-aș plăti pentru lumânările festive mai mult decât mă costă tortul, atunci cu siguranță m-aș însura a doua oară.

Era vădov de 10-15 ani și se zvonea că are o prietenă cu mult mai tânără decât dânsul. Ambii erau împătimiti de teatru și nu era spectacol la care să nu vină senini și luminoși, ținându-se de

mână ca doi îndrăgostiți. Răutăcioasă, lumea șușotea, îi arăta cu degetul, bârfeau, iar ei se prefăceau că nu le pasă și, animați de muzica unei viori divine, planau în armonia celor mai înălțătoare sentimente. Părea că însăși viața oprise timpul pentru ei, dându-le șansa să guste din ceea ce numim „a doua tinerețe”...

Dar, cum era de așteptat, strunele viorii au plesnit. Mai bine zis, au fost rupte cu brutalitate de copiii lui.

– Ne faci de râs! l-au probot. Te porți ca un „adolescent”. Iar dânsa te manipulează, te lasă fără pensie!

Într-un cuvânt, i-au despărțit...

Din ziua aceea, bătrânețea s-a prăbușit peste el ca o zăpadă densă ce vine pe neașteptate, așezându-se în straturi nemiloase peste univers și anulând orice culoare.

Acum nu mai ieșea din casă, nu discuta cu nimeni, nu avea poftă de viață. Săptămâni în șir stătea închis în cămăruța lui plină de amintiri și refuza mâncarea, apa, viața...

Ultima oară l-am întâlnit la gară, într-o zi mohorâtă de toamnă, așteptând interurbanul.

– Plec, mi-a zis. Mă duc la țară, cât mai departe de acest mormânt comun, pe care voi, tinerii, îl numiți metropolă. Nicăieri în lume nu ne simțim mai singuri și mai părăsiți decât în mijlocul unei mulțimi indiferente.

Fața lui trăda o oboseală apăsătoare, iar ochii

– o tragică lipsă de optimism. Mi-a povestit în câteva cuvinte ce l s-a întâmplat, adăugând:

– E ucigător de trist ca tocmai copiii tăi să te condamne la singurătate... Am vrut să-i pedepesc, să-i fac să sufere... Îmi venea să mor, să mă arunc sub tren, să fiu și eu la fel de egoist ca dânsii, pentru că m-au făcut să plâng. Dar, meditănd puțin, am renunțat. Moartea nu-ți poate aduce nici o satisfacție din moment ce pierzi capacitatea de a savura cu ochii tăi suferința celor pe care vrei să-i pedepsești. Așa că iată-mă aici, pe drumuri, nutrind speranța să găsesc mai multă înțelegere acolo unde m-am pornit.

Când s-a uitat în ochii mei, am văzut tristețea mută a unui cerb rănit, dar hotărât să se ridice și să meargă înainte. Până unde? Până când? Doar bunul Dumnezeu știa...

Seara târziu, așezat pe scările bisericii din curtea școlii, ascultam rumoarea potolită a orașului și mă gândeam la bătrânii părăsiți de copii sau uitați de prieteni, care nu pot adormi, pentru că vor să fie treji în clipa când Moartea va veni să-i ducă într-o lume mai frumoasă și mai optimistă.

Tocmai citisem un material șocant despre bătrânii părăsiți în voia sorții care mor uitați de cei apropiați și, uneori, rămân zile sau luni întregi neînținuți. Într-un apartament din Hamburg, de pildă, nu de mult a fost descoperit trupul uscat al unei bătrâne care murise în singurătate cu patru ani în urmă. La Paris, poliția

a găsit cadavrul unui bătrân, așezat într-un fotoliu, în fața televizorului care funcționa încă, deși proprietarul lui murise de doi ani. La Roma, un bărbat în vârstă a fost găsit la zece luni după deces, numai datorită faptului că nu-și plătise chiria și stăpânul apartamentului, înfuriat, a spart ușa, cu gând să-l dea afară din casă. O bătrână din Kiev a murit în timp ce vorbea la telefon cu unica ei fiică, plecată în străinătate, pe care o ruga cu lacrimi în ochi să vină cât mai repede acasă, iar fata s-a întors abia după trei ani, când maică-sa de mult era țărănă într-un cimitir pentru sărmani...

Sunt adevăruri dure. Nu le auzi în fiecare zi. Dar zilnic poți întâlni bătrâni neputincioși, bătrâni uitați, bătrâni de care nimeni nu se îngrijește...

„Nu este bine ca omul să rămână singur”, citim în primele pagini ale Bibliei, după care urmează o adevărată prorocie: „Și va părăsi omul pe tatăl și pe mama sa, și se va uni cu jumătatea sa, și vor fi amândoi un singur trup, o singură făptură.”

Unii ar putea conchide din acest pasaj că nu e un păcat să-ți părăsești părintii și că fiecare are dreptul să-și făurească fericirea cum găsește el de cuviință. Așa este, numai că orice drept implică și o datorie: ai dreptul să-ți întemeiezi propria casă, dar ești dator să porți de grijă și casei părintești. Iubirea trebuie să fie reciprocă, altfel zădărnici ne transformă înapoi în lut. Și cine știe ce va reuși hazardul să plămădească dintr-un lut în care nu există suflet...

Pe aripi de... pasăre

## Cea mai mică pasăre din Europa în sejur de iarnă la noi



Silvia URSUL

**S**tudiul păsărilor nu te lasă să te plictisești nici un minut, indiferent de anotimp sau de vreme. Lună de lună prin față îți se perindă felurite înaripate, adaptate la diverse condiții de trai. Nici măcar iarna, cu decorul ei cenușiu-închis, nu reușește să ascundă de privirile ornitologului surprize avifaunistice interesante. Bunăoară acum, în mijlocul iernii, cel care își încordează atenția și privirea prin parcuri poate fi răsplătit cu un cadou de înviat: oaspetele iernii – aușelul cu cap galben. Acest pitic între pitici deține recordul de cea mai mică pasăre din Europa: la cei 9 centimetri în lungime și 4 gr în greutate, nimeni altcineva nu se poate încumeta să-i ia locul în topul celor mai mici păsări. Poate doar pântărușul (*Troglodytes troglodytes*) îi mai face umbră, dar e totuși mai solid decât aușelul căci ajunge la 10 cm și uneori chiar la 11. Adevăratul liliputan necontestat rămâne a fi aușelul cu cap galben (*Regulus regulus*) - cea mai mică zburătoare eurasiatică, din Spania până în Japonia.

Se spune că numele acestei păsări ar veni de la un vechi cuvânt pierdut

în negura românei arhaice – „auș” – un fel de sinonim pentru moș, moșneag. Totuși, pare puțin probabil ca vechii noștri români să fi asociat agilitatea și vioiciunea acestei păsări cu imaginea unui bătrân. Ionel Pop, un scriitor care s-a dedicat limpezirii misterelor din „lumea păsărilor”, este de părere că acest cuvânt derivă dintr-un altul din latina târzie: „*aucellus*” – „păsăruică” (în latina clasică „*avicellus*” care este diminutiv de la „*aves*”). *Aucellus*-ul din latina târzie a dat ulterior limbilor-fiice cuvinte menite să desemneze păsările: în italiană „*augellus*” a devenit modernul „*ucello*”, în catalană a apărut „*ausel*” folosit și în prezent în alternanță cu mai evoluatul „*ocell*”, iar în franceza timpurie „*oiseil*” s-a transformat în modernul „*oiseau*”. Prin urmare, nu este exclus ca micuțul nostru înaripat să fie și astăzi purtătorul unui vechi cuvânt transmis din latina veche către protoromâna spațiului balcanic, cuvânt destinat întregului neam de păsări.

Numele latin, pe de altă parte, a izvorât din bine cunoscuta pedanterie a oamenilor de știință sensibili la caracteristica definitorie a oricărei păsări. Acesta a fost inspirat de penajul aușelului, mai precis de pata galben-aurie, ca o coroană, de pe creștetul acestuia. Prin urmare l-au numit *Regulus*, adică crăișor, regișor, un fel de rege mai mic și mai draguț.



Aușelul

Ca să trăiască la înălțimea numelui său latin, aușelul și-a ales drept regat coroana superioară a copacilor. Acolo sus se ascunde de ger, viscol, rafale de ploaie sau de prădători naturali. Din când în când mai coboară la înălțimea muritorilor de rând pentru a-i bucura pe cei care bat drumurile în căutarea acestei păsări. A vedea un aușel este un cadou al naturii de neprețuit, și nu cred că există vreun ornitolog care să nu țină minte precis locul și ziua când a văzut pasărea aceasta pentru prima oară.

În Republica Moldova este o apariție îndelung așteptată. Fiind o pasăre care preferă pădurile montane de conifere, este limpede faptul că nu cuibărește la noi. În România cuibăritul ei a fost confirmat în partea de nord a Carpaților Orientali și în Munții Apuseni, dar este posibil să cuibărească și în Carpații Meridionali. Este de asemenea cuibăritor și în Carpații Ucrainei, căci etajul de altitudine unde poate fi întâlnit a fost stabilit între 700-1770 metri. În Republica Moldova n-are unde cuibări, căci nu avem păduri mari de conifere și



nici munți. În schimb, în iernile grele aușelul se retrage în zonele păduroase mai joase, coborând la câmpie și la șes, și uite așa ajungem să-l vedem și noi în Moldova pe parcursul lunilor de iarnă. Doar populațiile din nordul și estul extrem al continentului migrează în sud în iernile foarte geroase, cele din Ucraina și România sunt sedentare. Stolurile care migrează părăsesc locurile de cuibărit în septembrie-octombrie și se întorc în următorul an în lunile martie-mai, și deseori în călătoriile lor lungi și chinute aușei ajung la o masă corporală de două-trei ori mai mică decât cea obișnuită: 1,5 - 2 gr!

Imaginea aușelului este aproape întotdeauna legată de conifere: de la tuaia la molizi și pini, țopăie de pe o creangă pe alta și se ițește dintre acele de brad ca o jucărie de Crăciun. Pe corpul său de 9 cm culorile se întrec într-un joc care încântă privirea: verdele spălăcit de pe spate, laturile cozii și aripi se estompează către gușa, pieptul și abdomenul invadate de un cafeniu-cenușiu plăcut. La coadă și pe



aripi are niște brazde negre, iar capul de culoare cenușie este împodobit cu o pată de un galben viu, încadrată de două benzi laterale negre, contrastante. Coroana aceasta aurie este de mare ajutor masculului primăvara, când vrea să atragă femele: își apleacă ușor capul, pentru a i se vedea coroana galbenă de pe creștet, se umflă în pene cu aripile răsfrate și îndepărtate de trup, țopăie pe loc, joacă în toate direcțiile, se frământă în jurul alesei inimii care îl cheamă, îl respinge, îl ispitește, pentru ca într-un final să-i cedeze și să formeze alături de el un cuplu solid și inseparabil chiar și în afara perioadei de creștere a puilor. Ouăle sunt foarte mici, 14x10 milimetri și cântăresc 0,8 gr, fiind considerate pe bună dreptate niște mărgelice.

Deși nu suntem într-atât de norocoși pentru a-i vedea puii crescând, avem totuși ocazia să vedem această pasăre petrecându-și iarna pe la noi. Nu uitați să îl căutați prin parcuri și păduri – va deveni o amintire de neprețuit chiar și peste multe alte ierni!

CONCURS

Cine știe câștigă!

Întrebare:

Cum se numesc cetățile din imagini? Prin ce se aseamănă?

Răspuns:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Date de contact:

\_\_\_\_\_



①



②



③

Dragi cititori, concursul continuă. Vă reamintim că în fiecare număr vor fi publicate câte trei imagini, în care va trebui să identificați fie locul, fie specia, fie monumentul natural etc. Toți cei care vor transmite trei luni consecutiv răspunsurile corecte la redacție, până la data de 30 a fiecărei luni, vor participa la câte o tombolă, cu extragerea a câte

trei premii ale redacției. Pentru următoarea extragere vom oferi drept premiu câte o hartă a R. Moldova și o cană cu logoul NATURA.

Vă rugăm să indicați datele dvs. de contact: nume, adresă poștală, telefon, e-mail. Numele câștigătorilor vor fi publicate după fiecare trei luni. Mult succes!

# Templu al memoriei și culturii



Ionel CĂPIȚĂ

Că bine a zis cine a zis: *Decât de o sută de ori să auzi, mai bine o dată să vezi!* Și, aș putea să întreb: cine n-a auzit, bunăoară, de Ținutul Cahul? Mai ales azi, când mijloacele de informare sunt atât de multe și atât de diverse... Dar, totuși, vorba ceea: e mai bine să-l vezi *cu ochii tăi proprii!* Mă bucur, desigur, că mai zilele trecute am avut ocazia să-mi duc și eu pașii la Cahul, vatră strămoșească, unde cândva, la 10 iunie 1574, s-a dat bătălia între oastea domnitorului Moldovei Ioan Vodă cel Cumplit și armata otomano-tătărească... Vai, cât sânge s-a vărsat pe acest pământ pentru dezrobirea și independența neamului! Cahul e de-a dreptul o vatră plină de glorie și dolidora de istorie. Dar unde în altă parte poți lua cunoștință *pe viu* de trecutul istoric, de cine am fost și cine suntem, decât trecând pragul unui muzeu? Da, este adevărat că despre trecutul ireversibil al Ținutului Cahul ne vorbesc și monumentele din Templul Naturii, cum ar fi Valul lui Traian, Podul lui Petru Rareș, care leagă cele două maluri ale Prutului, construit din lemn, monumente de arhitectură, cum ar fi locașurile sfinte, cimitirele vechi și mai noi, casele, clădirile de epocă, dar, totuși, mult mai bogat devii în ale cunoașterii trecutului acestui ținut, parte din istoria Neamului și a fiecărui dintre noi, dacă ieși cunoștință de miile de exponate de epocă, puse la dispoziția fiecărui vizitator în Muzeul Ținutului Cahul, ce-și desfășoară activitatea în clădirea unde se afla altădată Tribunalul Județean Cahul și unde în anul 1857 a lucrat, în calitate de judecător județean Bogdan Petriceicu Hașdeu. Pe vremuri, această clădire, cu două nivele (un etaj s-a prăbușit în urma unui cutremur devastator ce a avut loc în anul 1940), a făcut parte din Centrul istoric al orașului. În fața acestui edificiu se afla Piața Unirii, mare și mult încropitoare, iar în zilele noastre – un frumos parc secular ce împrejmuiește biserica Sfântul Vasile cu monumentul domnitorului Ioan Vodă cel Cumplit, situat la câțiva pași depărtare.

De-ați ști, cu câtă dragoste și amabilitate este întâmpinat aici fiecare vizitator, cu câtă căldură sufletească și competență ești informat, și se dă explicații privitor la fiecare exponat, încât, până la urmă, te alegi cu multă cunoaștere, creându-ți un tablou amplu ce cuprinde Natură, Istorie, Cultură, Tradiție, Obicei – Viață cu Trecut și Present, care te îndeamnă spre acel Măine, mai informat și neingenușiat. Desigur, merită toată recunoștința și prețuirea colectivului de profesioniști de aici, aleși pe sprânceană: Marina Prepelită, directoarea Muzeului (aflată acum în concediul de maternitate), Lidia Istomina, directoare interimară, a cărei viață toată a devenit una cu problemele, succesele și insuccesele Muzeului, Ecaterina Ceptureanu, custodeșefă, responsabilă de evidența și păstrarea exponatelor – albina instituției, Adrian Furmanciuc, muzeograf, istoric de profesie, admirabil cunoscător al fondului Muzeului, ce numără circa 40 de mii de exponate care au o valoare istorică și artistică de neprețuit, muzeograful Veronica Popa, doctor în filologie, o cercetătoare de vocație, care nu-și precupește talentul întru valorificarea acestui tezaur milenar, Ludmila Ghibuș, supraveghetoare, dar și căutătoare permanent, de-a valma cu ceilalți, de noi exponate pentru Muzeu, Ecaterina Drobăș, cea mai tânără colaboratoare și cea „mai sprintenă” supraveghetoare, care s-a încadrat cu ușurință în acest colectiv ce reprezintă o adevărată familie. Fără doar și poate, despre câte le-am aflat, poposind în acest Templu al Memoriei și Culturii, e cu neputință să povestesc într-un mănunchi de timp și în câteva propoziții, fie ele și o mie la număr. Cu siguranță, cel mai indicat ar fi, odată ajuns la Cahul, să nu ratezi ocazia de a trece pragul acestei instituții, fondată în anul 1958, ce a acumulat de-a lungul anilor și găzduiește o zestre inestimabilă, care ne vorbește despre existența și modul de viață, cultura comunităților umane din cele mai vechi timpuri, de la epoca de piatră și până în zilele noastre.



Tribunalul Județului Cahul

O componentă a Muzeului Ținutului Cahul o constituie Casa țărănească, construită în anul 1969, după modelul celor de la sfârșitul sec. XIX, în care se adăposteau locuitorii din sudul Basarabiei, împodobită fiind cu exponate ce vorbesc despre viața spirituală și materială a acestora. Recunosc: am rămas mișcat de ceea ce am văzut aici și nu am mai aflat în alte muzee pe care le-am vizitat. Ceea ce-i doare însă pe colaboratorii acestui muzeu e faptul că, din lipsă de spațiu, marea majoritate a exponatelor sunt păstrate în condiții deplorabile, în niște dărâmături de pe vremea lui Pazvante Chiorul. De la 1958 încoace, atât primul director al acestui templu, Al. Pecerskii, cât și cei care l-au urmat, inclusiv actuala directoare, Marina Prepelită, n-au încetat să bată și să tot bată pragurile demnitarilor raionali și republicani, ca să-și dea concursul la restaurarea acestei clădiri de o valoare istorică inestimabilă, dar carul nu s-a mișcat din loc până azi. Căzută face impresia că cineva dintre cei cu pâinea și cuțitul în mână, mai degrabă s-ar bucura dacă ar dispărea de tot acest monument istoric, decât să contribuie la edificarea lui, ca să bucure firea neamului întocmai cum a făcut-o pe vremea când a activat în el inegalabilul Bogdan Petriceicu Hașdeu. Dacă nu-i adevărată această ipoteză, administrația publică locală n-are decât să demonstreze: reconstruind această Cetate a Memoriei. De asemenea, caut o explicație – de ce strada, unde se află acest tezaur și unde Bogdan Petriceicu Hașdeu și-a dus pașii multă vreme, poartă numele Lev Tolstoi, și nu Bogdan Petriceicu Hașdeu?

Nu mai întreb de ce monumentalul bust al lui Bogdan Petriceicu Hașdeu, pe postamentul căruia este scris *Bogdan Petriceicu Hașdeu 1837-1907, geniu universal, scriitor, folclorist, filolog și istoric*, autoritățile l-au bușit hăt la o margine de Cahul, instalându-l în fața Oficiului Stării Civile, iar în fața Universității de Stat „Bogdan Petriceicu Hașdeu” din Cahul, au ridicat o compoziție arhitectural-sculpturală – un soclu înalt de tot, pe care sunt fixați niște hulubași zburând, simbolizând pacea în lume, în familie, care, se pare că s-ar potrivi de minune în fața Oficiului Stării Civile. Să fie oare Bogdan Petriceicu Hașdeu nepotrivit în inima Cahulului? Sau poate în inima demnitarilor? Cine știe?

Cred, deopotrivă, că ar fi logic și trebuie ca Muzeul Ținutului Cahul să poarte numele marelui nostru înaintaș, Bogdan Petriceicu Hașdeu. Până atunci, bucuria cea mare a colaboratorilor acestei instituții este că, din mila lui Dumnezeu, au câștigat un proiect și, în sfârșit, au reușit să repare peretele din spate al clădirii, ca să nu se risipească de tot, au apucat să schimbe ușa și ferestrele. De, caută cum pot să alunge sărăcia pe ușă, dar ea intră pe fereastră... Totuși, de un vis nu vor să se despartă, un vis care-i urmărește zi cu zi, încă din secolul trecut – că poate vor apuca cumva să vadă restaurat acest sediu-unicat – catarg al Memoriei. Pâinea și cuțitul... rămân în mâna demnitarilor. Ce au de gând, ce vor face? Îi lăsăm în pace?

## IN MEMORIAM

### EFIGIA LUI ION SPINEI

Blândul meu coleg și prieten Ion Spinei de la Soroca a pornit în călătoria fără de sfârșit pe cărarea cea care îl ducea în fiecare zi pe malul Nistrului, la cetatea voievodală și, de acolo, la redacție. Când l-am descoperit în studenție, păstra cu sfințenie în adâncul sufletului său icoana locurilor natale, înfrumusețate de privescările fără de seamă ale câmpiei sorocene și măreția Nistrului. Mai păstra în el și o legătură tainică, o datorie neafășată de fiu față de baștina sa, Bădiceni, dar mai ales față de tot ce însemna pământul Sorocii și oamenii care dădeau faima unui ținut fabulos încărcat de istorie și demnitate națională. Probabil, acel nevăzut fir de aur, care te leagă de rădăcini, de izvoare, de vatra părintească, de locurile dragi din copilărie și adolescență, s-a dovedit a fi chiar desti-



nul lui Ion Spinei, căci l-a readus acasă, în Soroca lui dragă, pe care a servit-o cu devotament timp de o viață. Altfel, ce explicație am găsi la refuzul constant al colegului nostru de a se transfera cu serviciul la Chișinău, având și har și posibilități reale de a se afla în fruntea unor redacții din capitală? Dar, dincolo de întrebările fără de răspunsuri la o viață închinată limbii române, scrisului și ținutului natal, Ion Spinei ne-a lăsat, în tăcere, fără să declare pe la televiziuni sau la notar, acel testament de veacuri, trecut de la părinți la copii, de a iubi pământul țării strămoșești și de a dăruii oamenilor bunătate și fapte frumoase.

Modest și bun peste măsură, trăind de la o lună la alta din salariul mizer de gazetar, Ion

Spinei nu a reușit să-și adune între copertile unei cărți de publicistică, sutele de materiale apărute în presa locală, care reprezintă viața și cronică de peste patru decenii a ținutului și orașului Soroca. Ar fi frumos din partea urmașilor și ar fi un semn de recunoștință pentru nopțile nedormite ale unui Om care și-a dăruit viața pentru a înveșnici în cuvinte tipărite faptele sorocenilor, frumusețea locurilor și splendorile Nistrului. O carte care, la rândul ei, ar înveșnici memoria lui Ion Spinei, Omul de omenie, care în timpuri vitrege a avut curajul să caligrafieze în limba română aspirațiile, demnitatea și voința sorocenilor de a trăi liber, într-o Țară reîntregită.

Îți spun adio, blând prieten, care ai lăsat o urmă frumoasă în destinul meu și sunt convins că efigia ta va dăinui mereu, între apele curgătoare ale Nistrului și zidurile veșnice ale cetății de la Soroca.

Alecu RENIȚĂ

Calendarul Modern

## Ianuarie

prof. Anatol EREMIA



Ianuarie este prima lună a anului în calendarul Gregorian și una dintre cele șapte luni gregoriene cu durata de 31 de zile. Ea a fost introdusă în calendarul roman în jurul anului 700 î.Hr. Până atunci anul avea doar zece luni (304 zile). Romanii denumeau această lună *ianuarius mensis* „luna lui Ianus”. După vechile legende, Ianus era zeul protector al Romei pe care a salvat-o de invazia sabinilor. Mai târziu a fost considerat zeul timpului, având darul de a cunoaște trecutul și a prevedea viitorul. Era înfățișat cu două fețe opuse, una privind înainte, iar alta înapoi. Mai era denumit și zeul tuturor începuturilor sau zeul porților (lat. *ianua* „poartă, ușă, intrare”). Simbolic *ianuarie* ar însemna deci „începutul anului”. Lui Ianus i-a fost închinată prima zi a anului, ea devenind una dintre cele mai populare sărbători, căreia în zilele noastre îi corespunde ziua de Anul Nou. Denumirea populară a lunii ianuarie în limba română este *gerar*, care pare să fi rezultat prin etimologie populară din *ghenar* (v. slav. *генварь*) sau poate fi o creație apărută pe teren propriu însemnând „luna gerului”. Pe alocuri se întrebuințează și termenii *ghenarie* și *cărdinari*, acesta din urmă constituind o reflecție a anticului *calendae* („sfârșit de lună”, „registru lunar”).



Zeul Ianus

Media multianuală a temperaturii în luna ianuarie la noi este de minus 3-4 grade Celsius. În ianuarie 2017 temperatura aerului va avea în centru valori apropiate de mediile climatologice calculate, în nordul republicii acestea fiind puțin peste normă, aproximativ de minus 5 grade Celsius. Media multianuală lunară a precipitațiilor sub formă de zăpadă este de 20 -25 l/m<sup>2</sup>, cu o tendință excedentă de precipitații în raioanele de nord. După vremea din ianuarie se prezice evoluția vremii din lunile următoare: dacă ianuarie este geros, atunci în februarie va ninge din abundență; dacă în această lună nu e ger mare, atunci timpul va fi frumos în luna de primăvară, mai cu seamă în martie și aprilie.

Iarna e o perioadă complicată pentru animalele sălbatice. În zilele cu viscol cerbii și căprioarele se ascund în desișuri de arbuști, iepurii își fac culcușuri în ierbișul pălcurilor de copăcei, păsările se afundă sub stratul de zăpadă pentru a se salva de gerurile aspre. În gospodăriile vânătoarești lucrătorii au grijă să amenajeze și să completeze cu furaje hrănitore pentru viețuitoarele de pădure și de câmp. Printr-o hotărâre de guvern din 2016 au fost revăzuți termenii de vânătoare și limitele de recoltare a vânatului, contribuindu-se prin aceasta la păstrarea fondului cinegetic și sporirea numerică a speciilor de animale și păsări sălbatice. Până la 26 februarie 2017 se permite însă vânătoarea la vulpi, numărul acestora depășind în ultimii ani limitele permise.

Pescarii își pot continua ocupațiile în mod obișnuit. La copcă, pe gheața râurilor, lacurilor și iazurilor, se prinde pește cu undița, iar în apele libere de gheață se prinde pește și cu volocul. Plugarii și apiculorii au în grijă lucrări specifice sezonului.

În zilele sărbătorilor din ianuarie sunt obișnuite obiceiurile și practicile specifice începutului de an prin care oamenii speră să obțină speranță de viață și mult dorită sănătate, precum și vremuri bune de liniște, pace și prosperitate. În această lună se dau petrecerile dedicate noului an. Până astăzi Anul Nou este întâmpinat prin ritualul fastuos cunoscut la noi cu numele de *Plugușor* și *Brazda cea dintâi*, pentru ca noul an agricol să fie bogat în roadele câmpului. În ianuarie sunt marcate mai multe sărbători de iarnă: 1 ianuarie – Sf. Vasile (*Sântvasile*, *Sântvăsâi*), când se umblă cu uratul și plugușorul; 6 ianuarie – Boboteaza (*Boteaza*, *Botezul Domnului*), când se umblă cu *Sorcova vesela*; 7 ianuarie – Sfântul Ion Botezătorul (*Sântion*); 17-18 ianuarie – Sfinții Anton și Tănase (*Sântantanasie*); 30 ianuarie – Sfinții Trei Ierarhi (Vasile, Grigorie și Ioan), considerați protectorii oamenilor.

Iulian FILIP, scriitor, folclorist, grafician:

# Masa de scris – câmpul meu de munci plăcute...

- *Domnule Iulian Filip, de la debutul editorial din 1974 cu placheta de versuri „Neîmpăcatul meșter”, apoi cu „Cerul fântânilor” în 1977, continuați să rămâneți un... grădinar al cuvintelor: creați, vorba lui Mihai Cimpoi, adevărate bijuterii lirice sau, precum spune Vasile Romanciuc, alegeți pentru copii cuvintele cele mai vesele și mai pline de lumină. Această iarnă cu ce vă prinde pe masa de scris?*

- Cu dări de seamă e plină masa mea de scris, dragă Gheorghe. Și pentru Academie trebuie să argumentez banii statului, alocați sectorului de folclor din cadrul Institutului de Filologie unde activez. Și Ninei Josu, colegei noastre de la *Literatura și Artă*, trebuie să-i răspund la cele două întrebări tradiționale la hotar de ani: cum îl petrec pe 2016? și cu ce gânduri îl întâmpin pe 2017? Acum - la ceea ce am înțeles că m-ai întrebat pentru începutul acestui dialog... Tot în dialog, la îndemnul editurii Prut, Mariana Harjevschi, directorul Bibliotecii Municipale B.P.Hasdeu, cu mine pregătim o carte în colecția „Dialoguri la gura sobei”. Îți divulg și titlul, ca să mă leg public (cu jurământ de afurisenie) că n-o să încerc să-l mai schimb: *Balanța Vărsătorului – vederea mergătorului*. Alături de acest proiect e o piesă mai veche, jucată timp de zece ani la *Satiricus – I. L. Caragiale*, pe care teatrul intenționează să o readucă în repertoriu. Dar noutatea cea mai nouă e o nvelă pentru adolescenți - *Clepsidra bunelului sihastru*. De bagatele grafice și de pictură nu-ți mai spun – acestea trebuiesc văzute. Important e că mi se întâmplă...

- *Sunteți apreciat nu numai ca scriitor, autor al unui mare număr de cărți de poezie pentru copii și pentru maturi, dar și ca pictor, dramaturg, grafician, autor de texte pentru cântece, cercetător științific, prezentator de emisiuni TV, coordonator de proiecte culturale... Și mai ce?*

- Mulțumesc pentru portretizare, Gheorghe!... Îmi place să merg pe jos distanțe considerabile. Pot lucra din mers, fără masă de scris. Când ești în mișcare simți la modul cel mai direct cum îți se activează receptoarele, antenele, cum îți se domolesc tensiunile și te alegi cu un ochi echilibrat de văzut lucrurile și pe sine între toate... Sunt un mergător pe distanță lungă, (aproape) știutor de calea hărăzită mie.

- *Ați venit în literatură împreună cu o generație de aur: Leonida Lari, Nicolae Dabija, Vasile Romanciuc, Nicolae Vieru, Victor Dumbrăveanu... Cum explicați azi acea explozie de talente, care atunci s-a întâmplat nu numai în literatură?*

- Mai adăugă-l pe Efim Tarlapan, nu o uita pe Marcela Benea, tot aici e locul lui Ion Hadârca... Ce frumoasă precizarea ta cu... nu numai în literatură! Superbii compozitori Gheorghe Mustea, Ion Macovei, Tudor Chiriac, Constantin Rusnac... Pictorii, cineștii, actorii, regizorii din aceeași generație... Cam toți suntem copiii aduși dintr-o foame, dintr-o secetă pe terminate. Veniam din mărturiile cutremurătoare, încă foarte proaspete, despre felul oamenilor înfomețați, care mureau ca muștele pe drumurile baștinilor noastre, sub garduri... Apoi și de groaza muncii în kolhoz, unde... nu prea orizont, nu prea

perspectivă. Unica speranță părinții – în primul rând ei, sârmanii, pățiii! – o vedeau în carte. Că și pe-aici, pe partea școlii, un fel de foame organizată, o secătuire programată, ca să nu ajungem la adevăratele izvoare... Sângele apă nu se face, zice... legea vaselor comunicante, și ajungeau pe căi nebănuite cărțile românești, pe care le treceam din mână în mână, pe ascuns...

- *Dacă vi s-ar oferi o asemenea posibilitate, cu care dintre decanii literaturii basarabene ați dori să sfătuiți, în primul rând, și de ce anume cu ei?*

- Am sfătuit pe indelete câțiva ani buni cu Vasile Vasilache - și pentru reviste, și pentru televiziune, și la Casa Greierului, și la casele de creație ale scriitorilor... Poate cu Ion Druță mi-ar plăcea să redactez o șansă unică de a-mi preciza relația domniei sale cu Sofia mea. Ghica Vodă a lui Druță e peste calea ferată de Sofia. Ocazia cu șansa a fost prin 1976, când am ajuns la Moscova la o Consfătuire unională a tinerilor scriitori. Evident, râvneam o întrevvedere cu Ion Druță. Și ne-a invitat la el acasă – eram cu Vasile Romanciuc, Nicolae Dabija, Leonida Lari, Nicolae Vieru și Victor Dumbrăveanu... Când mi-a venit rândul să mă prezint, Druță l-a pomenit pe străbunelul meu fântănar: a, moș Costăchel... Câtă Sofie regăsesc eu și câtă a strecurat-o în opera sa scriitorul? Iar dacă sugerați decani mai veterani decât Vasilache și Druță, he-he, mi-ar fi de mare folos să sfătuiesc cu impresionanta instituție Bogdan Petriceicu Hasdeu – despre mitologia românilor interferată cu mitologiile grecilor, romanilor, egiptenilor, indienilor; apoi despre folclorul românesc; apoi... Dacă mi s-ar oferi o asemenea posibilitate...

- *Fără care dintre cărțile Dumneavoastră nu ați putea porni la un drum lung?*

- Cărțile au drumul lor spre librărie, spre bibliotecile publice și cele personale. Cred că numai eu posed întreaga colecție de cărțile mele. Dar la drum lung îmi iau doar câteva cărți micuțe, un fel de cărți de vizită pentru eventuali întrebători de mine la care răscruce (unde lipsesc bibliotecile). La drum lung mă asigur că am câteva pixuri, creioane, carnete suficiente (și pentru scris, și pentru grafică) și... pescuiesc stările deosebite oferite de drumul... lung, ca să nu-mi scape darurile clipelor deosebite, când altfel vezi și auzi lumea.

- *Știu că mergeți des la întâlniri cu cititorii, în special – cu cei mici. Din discuțiile cu ei, ce părere aveți despre actuala literatură pentru copii? Ce o onorează și ce-i lipsește?*

- E constatarea publică a academicianului Mihai Cimpoi că avem o literatură pentru copii de certă valoare, contribuție indiscutabilă a literaturii basarabene pentru literatura română. O onorează împlinirile și aprecierile naționale și internaționale. Lipsește rațiunea de stat pe măsura importanței acestui segment – de semănătură! – ca să valorificăm întregul potențial al împlinirilor scriitorilor dedicați copiilor.

- *Pe la sfârșitul secolului trecut ați fost șef al Direcției Cultură a Primăriei Chișinău. Regrețați proiecte pe care nu ați reușit să le realizați atunci? Ce lipsește azi vieții culturale din Chișinău?*

- Pe timpul lui Serafim Urecheanu denumirea exactă era Departamentul Cultură al primăriei Chișinău... Am venit în birocrăție, ispitit de două curiozități: 1) chiar cum se strică un poet când ajunge șef și 2) dacă se poate promova și realiza un vis de calibrul proiectului *Satul TREI IEZI*. Pe acesta al doilea nu l-am împlinit și-l regret până acum. Nu-s violent, încerc să iert, dar nu pot uita că proiectul pentru care am venit la primăria capitalei a fost la un pas de realizare, dacă nu era Voronin, care a anulat lansarea șantierului. Și Mircea Snegur, și Petru Lucinschi au încercat să



concentric... E ceva cu acest loc – o abundență de izvoare și temelii vechi!

- *Ziceam: de la Sofia se trag personalități notorii în viața intelectuală a republicii, în plus, la Chișinău mai există și o asociație a sofiienilor, membrii căreia ar trebui să mai treacă și să mai stea la sfat cu rudele de acasă, pentru că – vedeți ce se întâmplă? – la recente alegeri prezidențiale cei mai mulți dintre băștinașii Dumneavoastră au preferat candidatul socialist. Oare chiar să le placă sofiienilor un șef de stat care promite să reorienteze politic societatea noastră spre Rusia și să stopeze îmbrățișările românilor de pe cele două maluri ale Prutului?*

- Îmi pare rău pentru această întrebare. Nu știu dacă remediul pe care-l sugerezi să fie imediat suficient. Întâlnirile mele cu sofiienii sunt permanente și diferite. Argumentul meu în dialogul cu sofiienii în vârstă, care, pe de o parte, se plâng că odraslele lor au fost nevoite să plece pe lumea vânăta (o formulă mai modernă de deportare – cine-s regizorii?), iar, pe de altă parte, tot pe sfârșitul dezdăcinărilor îi votează, ar suna cam astfel: voturile nostalgice ale părinților și bunelilor pustiesc satele noastre, invadând lumea largă cu basarabeni ce nu mai văd remediu acasă.

- *După absolvirea Universității în 1970, v-ați angajat ca cercetător științific în sectorul folclor al Secției de etnografie și studii artelor de la Academia de Științe a Republicii Moldova. Pe parcursul anilor, ați promovat și continuați să promovați tradițiile populare. Considerați că, scăpând de regimul autoritar sovietic, basarabeni s-au reîntors pe făgașul dezvoltării autentice a tradițiilor noastre populare?*

- Complicată întrebarea. Autenticitatea folclorului, tradițiilor populare e legată de niște precepte vechi, care ocroteau tezaurul nostru popular de modernizări pestrițe. Interpretii actuali de folclor, de obiceiuri sunt cărturăriți, ei înțeleg ce fac, înțeleg convenționalul preceptelor, cunosc cărțile cu textele folclorice, apelând la aceste repere moderne pentru a emite scenarii mai bogate, cu efecte mai sigure... Rezultatele constituie un material foarte curios de cercetat.

- *Care erau cele mai frumoase spectacole în timpul sărbătorilor de iarnă la Sofia, în general – în nordul republicii?*

- Când eram mic și ardeam de nerăbdare să pornesc cu colinda, cu plugușorul, nu exista o imagine mai fericită decât ceea ce-mi arăta închipuirea: toate neamurile mă așteptau cu nasurile în fereastră, ca să-mi audă mesajele ovaționale și să mă răsplătească!... Mai târziu înțelegeam căldura casei noastre, frumusețea pașnică a colindei *Trei crai de la răsărit*, pe care o putea cânta îndeosebi sora mai mare, Alexandra, dar ei i se asociau și părinții, și eu cu sora mai mică, Lida.

- *Vă mai amintiți un colind deosebit din copilăria Dumneavoastră?*

- Îmi plăcea o împreunare de versuri din colindă, unde adia a frumusețe arhaică de la a cui sunt aceste curțuri? Le-am folosit de camerton și am comis o colindă a mea, pe care aș zice-o acum...

A cui sunt aceste curțuri pe la geamuri cu grei țurțuri, țurțurii de-argint curat? A cui e acest palat? Că și eu am un bordei unde-s fericit cu-ai mei. Din pragul bordeiului, de din umbra teiului mult mi-i drag orișice om, orișicine-mi pare-un domn, când îl văd la a lui casă, când îl văd la a lui masă că i-i drag între ai săi, ca mie între ai mei, că i-i dreg palatul său mai mult ca bordeiul meu. La anul și la mulți ani buni de trăit și de împlinit!

- *Vă mulțumim!*

Gheorghe BUDEANU



Cumințelele. Iulian Filip



Împreună cu „NATURA”, pe durata anului 2017, vă invităm să ascultați povestea fără de sfârșit a Nistrului în 12 episoade și, intrigați, să porniți la drum, spre izvoare, spre vatra părintească, spre locurile sfinte, pentru a vă închina veșniciei neamului românesc și a vă ridica hrisevul de demnitate și de domnie asupra moșiei strămoșești.

# PE NISTRU: O CĂLĂTORIE SPRE IZVOARE

## În căutarea paradisului răpit

În iulie 1987, un grup foarte restrâns de entuziaști din republicile unionale, fără să-și ceară voie de la Moscova, s-a aventurat, în sensul frumos al cuvântului, să descopere Nistrul. Pe atunci, Nistrul era un fluviu de la capătul imperiului, un fluviu închis, încărcat ca un ciucure cu depozite de muniții, întreprinderi industriale militare, semimilitare și petrochimice, mai ales în partea de sus, în Ucraina Apuseană. Ce deversau sau aruncau ele în Nistru nimeni nu știa nimic, în afară de serviciile speciale ale complexului militar sovietic. Ideea unei expediții libere, fără „politrucci, ofițeri și savanți sub acoperire” o discutaserăm într-un cerc restrâns, mai întâi, la Chișinău, apoi la Ternopol, Lvov și Odesa. Pe cât era posibil, nici clandestin, nici cu aprobări de la partid, creasem un Comitet „neformal” al Nistrului, în care invitaserăm persoane mai puțin îndrăgostite de puterea sovietică. La început, ca să nu stărnim cuibul de viespi și de securiști, nu afișasem nici un program ecologic sau politic. Singurele declarații se rezumau la „grija pentru viitorul Nistrului, pentru asigurarea cu apă potabilă a orașelor riverane și, în primul rând, Odesa, Chișinău și Lvov.” Totuși, după lungi frământări, la propunerea colegilor ucraineni, convenisem să parcurgem cei 1362 de km de expediție sub flamura limbii esperanto (!?!), să anunțăm public că timp de o lună cât vom pluti pe Nistru, vom învăța și comunica în esperanto. Atât. Nici un fel de interes pentru alte subiecte. Ce naivitate: ne ascundeam după deget să nu ne vadă ciclopul de la Kremlin!

Cum am pornit pe Nistru, ce am văzut în timpul călătoriei, prin ce experiențe am trecut, ce soartă au avut membrii expediției e o poveste pentru un roman întreg, dar la moment, ofer cititorilor revistei „NATURA” notițele și materialele mele de călătorie din acel îndepărtat an 1987, care au și ele o istorie aparte, fiind scrise, rescrise și completate. Încă din primele zile ale expediției, întâlnindu-mă cu alte realități decât cele măsluite și distorsionate de autoritățile comuniste, intrând în vorbă cu supraviețuitorii

altor timpuri și descoperind memoria vie a fluviului, am înțeles că sunt în fața unei alegeri grele – ori scriu ceea ce se permite în Moldova sovietică ori, pe risc propriu, strivesc cenzorul din mine și adun ceea ce se mai putea aduna dintr-o arhivă devastată, dar încă deținătoare la acea vreme de mărturii și documente rare. Oamenii care au trăit grozăviile celor două războaie mondiale și experimentele diabolice ale comuniștilor sovietici aveau peste 80-85 de ani. Ei făceau parte din arhiva nearsă și neexilată a Basarabiei și Transnistriei, ei aveau în memorie întreaga dramă și suferință a unui popor umilit la el acasă, călcat în picioare, bătut peste ochi și peste gură să nu privească și să nu se roage lui Dumnezeu. Chipul, tăcerea sau vorba lor m-au ajutat să înving cenzorul din subconștient, să mă simt liber și să călătoresc, sluit de descoperiri, spre izvoare, chiar dacă pluteam la vale, către limanul învăluit de brizele și talazurile Mării Negre. Oricum, știam cu mult înainte de expediție, că pentru mine Nistrul are alte semnificații și rosturi decât o apă curgătoare sau o frontieră între civilizație și pustietate, știam că Nistrul e o ladă de zestre nedeschisă în care se află cântecele necântate, blazoanele de rezistență și hărțile adevărate ale unui neam, care își cunoaște și recunoaște și pe întuneric pietrele de hotar.

În august, după ce am legat un canaf din trei culori de o grindă arhaică ieșită din zidurile Cetății Albe, am luat drumul spre baștină, unde, în podul casei părintești, în valiza veche, studentească, în care păstram ca pe cea mai mare comoară opera interzisă a lui Mihai Eminescu, am lăsat notițele și textele din expediție, pentru a le finaliza în timpuri mai bune. Apoi, înghițit de valul Mișcării de Eliberare Națională și de bătăliile identitare din Primul Parlament, uitaserăm de ele. Cam peste zece ani, în toamna anului 1996, le-am găsit așa cum le lăsasem. Ele mai purtau prospețimea florilor de luncă, povestea Nistrului și căldura oamenilor. Spre surprinderea autorului, rândurile înșirate în fugă mai erau vii, respirau și, deja, izbutiseră să aibă o viață mai lungă decât imperiul sovie-



Nistrul. Naslavcea. Lanțul de stânci Sfinxul și Faraonul

tic. Cine ar fi crezut că monstrul se va prăbuși înainte ca filele jurnalului meu de călătorie să se îngâlbenească?

În acel an am revăzut și rescris textele, le-am ordonat și completat cu amintiri și epizoade noi. La aniversarea a 10-a de la prima expediție obștească pe Nistru, unele fascicule au apărut în revista „NATURA” și în antologia „Cartea Naturii” (1997), altele, de fapt, majoritatea, au rămas să zacă în manuscris. Abia când peste un alt deceniu, convenisem cu Mihai Ogrinji să organizăm – revistele „NATURA” de la Chișinău și „România Pitorească” de la București -- o expediție pe Nistru, i-am povestit de iubirea mea cea dintâi, din 1987. S-a aprins, aflând, că am un jurnal de călătorie despre acea expediție, care m-a purtat până la izvoarele ființării noastre. Și mi-a propus să le tipăresc în revista sa, apoi să le adun într-o carte pentru a o edita în „Colecția Verde” a editurii „România Pitorească”.

Ei, iată, a mai trecut un deceniu de la discuția cu Mihai Ogrinji, și, surprinzător, înainte de a încredința manuscrisul prietenului de la București, am descoperit că în anul 2017, de necrezut, se împlinesc 30 de ani de la prima expediție obștească, de la acea călătorie tulburătoare, care m-a legat pentru totdeauna de sufletul Basarabiei și Transnistriei, de oamenii blânzi de pe un mal și altul al Nistrului, de memoria vie a fluviului și de arhivele nevăzute de strigoi roșii de la Chișinău și Moscova.

Mai pot adăuga că după trei decenii de confuzii și experimente oribile, păduchii, leprele și minciștii de pe timpuri, împreună cu odraslele lor, continuă să se afle la putere, să-și bată joc de Moldova, fără să se teamă de Dumnezeu, de lege și de mânia poporului, că toată acea faună parazită, plodită de nomenclatura sovietică, batjocorește și astăzi peste trei milioane de oameni și își adună sfidător, pe căi necinstite, averi de milioane de dolari. Ei au năpărlit, dar au rămas aceeași, chiar dacă se numesc comuniști, democrați sau socialiști, ei au milioane, dar nu valorează nici doi bănuți, fiindcă n-au patrie și sunt mercenari și profitori care își acoperă incompetența, hoțiile și milioanele furate după cuvintele de apărători ai stătalității moldovenești. În realitate, ei își bat joc nu numai de o lume sărăcită și umilită, dar și de lucrurile sfinte, de istoria noastră adevărată, de limba română și de oamenii care au luptat pentru libertatea și drepturile legitime ale Basarabiei de a se ridica în picioare, de a rupe lanțurile robiei sovietice și de a se reîntoarce Acasă, la leagănul matern, la vatra milenară.

Ascultați cu inima, după 30 de ani, murmurul Nistrului din vara anului 1987 și o să vă convingeți că o călătorie spre izvoare, spre rădăcinile noastre de veacuri, nu are vârstă, iar orice pelerin lipsit de nedrept de Țară, pornit la drum lung, în pelerinaj, își poate descoperi strămoșii, originea adevărată, patria și locurile sfinte.

## DE LA NASLAVCEA LA SOROCA (I)

Sub pretextul studierii limbii esperanto în aer liber, de la izvoare, din munții Carpați, la sfârșitul lunii iunie au pornit în josul ape reprezentanții Ucrainei, Rusiei și Țărilor Baltice, iar în aval de Hotin urma să li se alăture „esperanțiștii” moldoveni. La data stabilită, 7 iulie, instalasem corturile noastre la Naslavcea, în R. Moldova, fără să știm că pe drum grupul de peste 50 de „esperanțiști” ucraineni și ruși a fost în mare parte destrămat de „savanții” infiltrați, fiindcă autoritățile sovietice erau împotriva unor expediții sub cerul liber, unde reprezentanții din diferite republici unionale puteau să vorbească despre istoria lor națională și să facă un

schimb de opinii nesupravegheați de serviciile omniprezente. La Naslavcea, unde urma să se producă joncțiunea expediției cu grupul moldovenesc, mare ne-a fost mirarea, când în loc de o flotă întreagă, am văzut un echipaj mic din 5 oameni adăpostit în două bărci cu motoare. Ei păreau necăjiți și mai să treacă pe lângă corturile noastre fără să fim observați. Le-am strigat din răspuțeri ca să acopăr gălăgia motoarelor: „Ei, fraților, ați intrat în Moldova!” Auzind o limbă necunoscută s-au apropiat de mal. „Țe, Moldova? (Aici e Moldova?)” - a întrebat în ucraineană un bărbat impunător, cu plete și barbă albe, care sărind din barcă pe mal ne-a strâns mâna și s-a prezentat - Roman

Didula. Peste câteva minute a ajuns la mal și a doua barcă din care a coborât un alt bărbat pe nume Igor Pușcari, șeful grupului ucrainean. Vorbisem cu el de multe ori la telefon și comunicam prin scrisori mai bine de un an, dar ne vedeam pentru prima dată. Arăta abătut și amărât. „Când ajunge expediția la Naslavcea?” - l-am întrebat. „Ce vedeți e toată expediția” - mi-a răspuns cu o voce tăciunită Igor Pușcari.

De la Naslavcea până la Cetatea Albă, la liman, aveam de parcurs pe Nistru aproape 700 de km, partea adevărată, cea mai pitorească a fluviului. Și fiindcă pe teritoriul Ucrainei cineva reușise să destrame expediția „Nistru-87”, urma să decidem împreună dacă pornim pe râu numai în 12, în loc de 50-60, sau ne reîntoarcem pe la casele noastre. Șovăiala și nehotărârea ucrainenilor devenea contagioasă și puneam în pericol călătoria în comun. Se cerea o scânteie să-i aprindă, să-i încurajeze, să le lumineze un drum necunoscut. M-am simțit nevoit să intervin, să le spun că pentru mine și colegii mei este o ocazie unică, un vis de zile mari, să descoperim legendele și frumusețile Nistrului, problemele ecologice și oamenii din localitățile riverane. Am mai adăugat că ne dorim mult să împărțim impresiile și bucuriile drumeției împreună cu ei, să vadă cu ochii lor cât de bogată și de incân-



Intrarea Nistrului în R. Moldova

tătoare e Moldova noastră, să guste vinul moldovenesc, să mănânce pe săturate din fructele și legumele de pe malurile Nistrului, să savureze aroma strugurilor de masă, a caiselor, merelor și piersicilor încărcate de dulceața și lumina soarelui de vară. Haideti cu noi până la Soroca, iar acolo o să hotărâți ce faceți mai departe.

Însera. Cădea un amurg smerit, învăluit de arome și culori aprinse. Ne aflam la un cot al Nistrului de o frumusețe tulburătoare. Pe malul stâng se ridica un lanț de stânci uriașe, alburii, din care se evidențiau „Sfinxul”, și „Faraonul”. Peste albul lor, asfințitul risipea voaluri purpurii și crea imagini de basm. Vizavi de locul nostru de întâlnire și popas se ridica un perete abrupt de calcar, cam de vreo două sute

de metri, pe la mijlocul căruia se vedea o mănăstire rupestră săpată de misionari încă în zorii creștinismului. Mai la vale de noi râul se despletă în două, lăsând la mijloc un templu verde. Pășările amurgului se prăbușeau din ceruri peste luciul Nistrului și se pierdeau în simfonia împrejurimilor. Nimic asemănător nu văzusem până atunci și totul mi se părea ireal, fabulos, fantastic. În acele clipe de contopire totală cu natura, am decis împreună cu ucrainenii să nu renunțăm la expediție din cauza numărului mic și să pornim pe Nistru, în vale, prin țara Moldovei. A doua zi, după cum ne înțelesesem în ajun cu prietenii moldoveni, urma să sosească un „vaporas”, care să ne însoțească până la Soroca.

Alecu RENIȚĂ



Nistrul la Naslavcea



### Gușă de curcan umplută

**Ingrediente:** 1 gușă de curcan, 1/2 piept de pasăre, ficatul și pipota curcanului, 2-3 cepe, 1 felie de pâine, 1 roșie decojită, 1-2 ouă crude, 1 cană cu ulei, verdeață tocată, sare, piper.

**Mod de preparare:** Se scoate pielea de la gâtul curcanului, se întoarce, se curăță, se spală în apă rece și se leagă la un capăt. Pieptul de pasăre, ficatul și

pipota se fierb puțin, se răcesc, se taie mărunt cu un cuțit ascuțit, se pun într-un vas adânc și se amestecă cu ouăle crude, ceapa prăjită și trecută prin mașina de tocat, miezul de la o felie de pâine și o roșie decojită, verdeață tocată, piper măcinat, sare. Se omogenizează amestecul, se umple gușa.

Gușa astfel pregătită se pune în tava de friptură (se poate face la cuptor ori pe plită, acoperită, la foc domol) cu ulei, apă caldă, sare și piper boabe. Se întoarce des și se scoate după 1 oră și jumătate.

Se servește tăiată felii groase, acoperite cu smântână sau sos picant de roșii și pâine proaspătă.

### Ruladă de porc cu șuncă și cașcaval

**Ingrediente (pentru ruladă):** 1 bucată de cotlet fără os sau o altă bucată de carne care vă place, 1/2 ardei roșu, 1/2 ardei verde, 1 ceapă roșie mică, 2 căței de usturoi, 2 linguri muștar, 3 felii subțiri de șuncă sau bacon, 3 felii de cașcaval tăiate subțire, sare, piper.

**Pentru fondul din tavă:** 1 crenguță rozmarin, 1 rămurică oregano (sau altă verdeață, după gust), 1 roșie, 1 ceapă roșie, 2-3 căței de usturoi, 3-4 linguri ulei de măsline, 300 ml supă de oricare.

**Pentru sos (se adaugă la fondul din tavă):** 1 păhărel vin alb, 2-3 linguri smântână de frișcă.

**Mod de preparare:** Cu un cuțit bine ascuțit se taie o fâșie subțire și mare de carne.

Dacă e nevoie, o mai aplatizați puțin cu ciocanul de carne.

Se toacă ceapa, usturoiul și bucățile de ardei și se amestecă cu muștarul. Cu această pastă se unge fâșia de carne. Se acoperă cu șuncă și apoi cu cașcaval. Se rulează, apăsând puțin. Cu umplutura ce iese pe margini, se unge cu mâna rulada. Se sărează și piperează.

Într-un vas se pune puțin ulei de măsline, se așează rulada, iar pe lângă roșie și ceapă, tăiate în 4-5 bucăți, usturoiul felii și crenguțele de verdeață.

Se dă la cuptorul preîncălzit la 250 °C și se lasă să se rumenească 10-15 min, apoi se întoarce pe partea cealaltă, după care se lasă din nou la rumenit (10-15 min.)

Se toarnă supa fierbinte deasupra și se lasă așa vreo jumătate de oră.

Se stropește rulada din când în când cu fondul din tavă. Spre sfârșit se adaugă vinul, după care se mai lasă 10-15 minute (timpul împărțit pe o parte, apoi pe cealaltă).

Se scoate rulada, se pune într-un vas, se acoperă și se ține la cald.

Se scot crenguțele de rozmarin, în cazul în care au tulpina lemnoasă (dacă e crenguță de rozmarin tânăr, se lasă în sos). Totul se macină cu mixerul. Se mai pune la foc domol pentru 1-2 minute, adăugând ceva smântână (după gust) și amestecând bine.

Rulada se servește cu cartofi piureu și sos.

### Ruladă de cașcaval

**Ingrediente:** 350 gr cașcaval, 500 ml lapte, 100 gr unt, 5 ouă+1, 3 linguri de făină pline cu vârf, o linguriță sare.

**Mod de preparare:** Se pune la topit untul într-o cratiță cu fondul gros. Se adaugă cele 3 linguri de făină și se amestecă bine să nu se facă cocloașe. Treptat se adaugă laptele, amestecând continuu și se lasă pe foc până ce compoziția se îngroașă, având consistența unei smântâni. Se ia cratița de pe foc și se lasă puțin la răcit.

Gălbenușurile se bat rând pe rând. Albușurile se bat spumă tare cu un praf de sare, apoi se încorporează cu mișcări ușoare, de jos în sus, în compoziția cu gălbenușuri. Se adaugă totul în compoziția de mai sus, mixând insistent cu mixerul.

Se preîncălzește cuptorul la 180 de grade. Se toarnă compoziția într-o tavă de dimensiuni 28/40 tapetată cu hârtie de copt, se dă la cuptor pentru 20-25 minute, până se rumenește ușor deasupra.

Se scoate tava cu grijă din cuptor și se lasă două minute să se odihnească, apoi se acoperă cu hârtie de copt și se întoarce tava cu fundul în sus printr-o mișcare fermă. Se rulează blatul ajutându-ne de hârtia de la bază și se lasă la răcit.

Pentru umplutură se poate folosi cașcaval simplu combinat cu afumat, dar se pot face orice alte combinații de brânzeturi, inclusiv cu carne și legume. Așadar, se dă cașcavalul pe răzătoarea cu găuri mari, se amestecă cu un ou, se desface rulada, se pune umplutura și se rulează din nou. Se mai introduce rulada la cuptor pentru 5 minute, tot la 180 de grade, pentru a se închea umplutura.

### Salată de Crăciun cu portocală

**Ingrediente:** o portocală dulce, un pumn de broccoli sau conopidă fiartă, două roșii mari, un ardei gras, jumătate de palmă de piept de pui (fiert, la cuptor sau pe grătar), 2 linguri ulei de măsline (sau floarea soarelui), sare și piper.

**Mod de preparare:** Se taie cubulețe toate ingredientele, se amestecă într-un bol cu uleiul, se condimentează cu sare și piper, după gust.

## Poinsettia (Steaua Crăciunului)

Frunzele verzi, subțiri ca hârția, cu bractee colorate în vârful fiecărei tulpini, fac ca această plantă decorativă de Crăciun să fie populară. *Poinsettia* este o specie perenă care poate să reziste câțiva ani atât în interior, cât și în exterior. Este o plantă-simbol preferată de multe persoane în perioada sărbătorilor de iarnă pentru a decora locuința și, de asemenea, poate fi un cadou deosebit.

Natural, crește sub forma unui arbust cu frunzele mari și late, în formă de stea. Trebuie udată cu moderație, niciodată în farfurie, ci direct pe pământ. Rezistă și o săptămână fără apă, dar este recomandat să primească zilnic o cantitate mică. Planta nu este prea pretențioasă la udare, fiind mai sensibilă la mutări decât la lipsa apei.

Steaua Crăciunului nu tolerează pământul uscat, dar nici umezeala în exces. Asigură-te că pământul din ghiveci are drenaj bun, fiind format dintr-un amestec de pietriș și perlită, pentru a permite apei să pătrundă. Nu lăsa tăvița ghiveciului plină cu apă deoarece rădăcina plantei ar putea putrezi.



La baza ghiveciului ar fi bine să pui un strat de pietriș, pentru ca surplusul de apă să se scurgă ușor. Plantei nu-i place să fie mutată, nu suportă curenții de aer și nici temperaturi mai mici de 10-15 grade. Trebuie tunșă, primăvara, iar până la sfârșitul lui septembrie poate sta afară.

*Poinsettia* înflorește în zilele scurte de iarnă, dar cultivatorii o pot determina să înflorească în orice pe-

rioadă a anului, prin manipularea iluminatului. Are nevoie de peste 12 ore de obscuritate totală pe zi în perioada 1 octombrie - 1 decembrie, dar în rest necesită lumină din abundență în timpul zilei pentru a căpăta o culoare intensă. În general, din luna martie culorile încep să pălească, planta revine în totalitate verde și frunzele încep să cadă.

sursa: casamea.ro

## Lămâia, un produs universal

Pe lângă faptul că este foarte sănătoasă, lămâia este și foarte utilă în casă. Poate fi folosită în cosmetică, pentru păstrarea unei sănătăți de fier sau chiar în activitățile casnice.

**Oferă luminozitate unghiilor.** Se amestecă suc de lămâie și bicarbonat de sodiu, realizându-se o pastă. Aceasta se aplică pe unghii, masându-se ușor și astfel veți avea unghiile curate și luminoase.

**Are proprietăți chimioterapeutice.** Limonena, un compus ce se găsește în coaja de lămâie, grapefruit și portocală, are proprietăți chimioterapeutice benefice plămânilor și ficatului. Cercetătorii spun că o lingură de coajă de lămâie rasă poate avea beneficii semnificative. Coaja rasă poate fi păstrată o perioadă îndelungată și poate fi utilizată la ceaiuri, deserturi, piureuri sau salate.

**Reface luciul elementelor metalice din baie.** În loc să folosiți produse scumpe și toxice încercați mai bine zeama de lămâie. Obiectele metalice din baie vor deveni strălucitoare, iar calcarul va dispărea.

**Te scapă de furnici.** Sucul de lămâie nu omoară furnicile, dar aroma puternică va perturba traseele insectelor. Furnicile nu vor reuși să mai găsească drumul.

**Alcalinizează corpul.** În loc să bei cafea la prima oră a dimineții, tratează-ți corpul cu puțină apă caldă cu lămâie. Citricile sunt o sursă excelentă de vitamina C, având efect antibacterian, antiinflamator și antiviral. Apa cu lămâie ajută la alcalinizarea corpului, hidratează și elimină toxinele din organism.

**Împrospătează aerul din casă.** Se amestecă într-o oală o lămâie tăiată felii, 3 fire de rozmarin proaspăt, apă și 1-3 linguri de vanilie. Se aduce la punctul de fierbere și se lasă 10-20 de minute. Bucurați-vă de mirosul proaspăt și curat.

**Păstrează fructele de avocado proaspete.** Dacă ai tăiat un avocado, dar nu l-ai folosit pe tot, pune peste partea rămasă o felie de lămâie și învește-o într-o folie de plastic. Își va păstra culoarea și nu se va strica la fel de repede.

**Este un produs de curățenie perfect.** Poți face un foarte bun detergent pentru suprafețele din baie și bucătărie prin amestecul de coajă răzuată și oțet alb. Oțetul este un produs economic, cele două ingrediente sunt naturale, prietenoase cu mediul și ucid cele mai multe bacterii, mușcăi și germeeni.

**Înmoaie pielea aspră a coatelor.** Utilizați lămâie pe coate și genunchi pentru a înmuia pielea aspră.

**Deschide culoarea părului.** Pulverizează pe părul uscat zeamă de lămâie, iar acesta va căpăta o nuanță mai deschisă, în mod natural.

**Curăță tenul.** Combină lămâie și miere pentru a face o mască pentru față. Este un amestec excelent pentru tenul predispus la acnee sau care prezintă pete de culoare închisă. Mierea este un antiinflamator natural și antibacterian, care va absorbi impuritățile din pori, în timp ce sucul de lămâie exfoliază și luminează fața.

## Regulile de aur ale bunicii



(despre curățarea diferitor bijuterii)

- **Brilantele** ce curăță cu clăbuc de săpun moale (de copii), apoi se clătesc bine cu apă.
- **Cameele** se curăță pe ambele fețe, cu un tampon mic de vată îmbibat cu alcool.
- **Chihlimbar.** Dacă ștergem chihlimbarul cu o coajă stoarsă de lămâie, el se curăță și dobândește un luciu nou.
- **Colierele de coral** se curăță în apă sărată caldă. Se usucă și se lustruiesc prin frecare cu o cârpă din lână.
- **Diamantele** se deosebesc de falsuri prin scufundarea în apă. Pietrele veritabile își mențin strălucirea, în vreme ce falsurile devin mate.
- **Opalul** nu trebuie ținut niciodată la căldură prea mare, deoarece își pierde toată strălucirea.
- **Os și fildeş.** Aveți obiecte de toaletă sau bibelouri de os și nu știți cum să le curățați? Băgați-le într-o baie de apă rece, lăsați-le să stea 2-3 ore, apoi frecăți-le cu o cârpă moale.
- **Obiectele de os sau fildeş** rămân albe dacă vor fi unse cu lapte rece (cu o pensulă).
- **Perlele** se freacă ușor cu tărâțe de grâu calde sau se pun în lapte fierbinte. Se clătesc în apă curată și se usucă cu cârpă moale. Perlele veritabile pot fi curățate și în felul următor: se pun în săculețe de pânză umplute cu sare de bucătărie și se afundă în apă caldă, clătind săculețul în apă până se dizolvă complet sarea. Se usucă apoi cu cârpe moi.
- **Perlele false** se curăță în apă săpunată rece, amestecată cu lapte.
- **Sideful** se curăță astfel – o parte tărâțe de grâu și două părți pâine prăjită pisată se fierb cu apă. Obiectele de sidef pot rămâne fără grijă timp mai îndelungat în acest lichid fierbinte. Tărâțele de grâu, după ce au fost folosite ca mijloc de curățire, mai pot fi întrebuințate la hrana animalelor. Altă metodă este tratarea sidefului cu humă albă și apă. Nu trebuie întrebuințat niciodată săpun în acest scop, deoarece strică luciul.

# Virozele respiratorii și gripa: mai severe cu bolnavii cronici!

**S**ezonul rece, anotimpul virozelor respiratorii banale și al gripei, este întâmpinat cu îngrijorare, mai ales în contextul actual, de către bolnavii cronici, familiile lor și chiar de către cei care îi îngrijesc.



vaccin pneumococic, care vă poate scuti de complicații grave.

## DIABETICI

Chiar o răceală banală, ca să nu mai vorbim de gripă, poate dezechilibra un bolnav cu diabet. Stresul indus de boală poate duce la creșterea glicemiei. Aceasta trebuie verificată periodic, la 3-4 ore, și orice schimbări trebuie discutate imediat cu doctorul dumneavoastră. În nici un caz tratamentul nu trebuie întrerupt. Dacă glicemiile depășesc 250 mg la două măsurători consecutive, dacă prezența febră mare, deshidratare, dacă sunteți mai apatic, mai obosit decât de obicei, nu ezitați să vă prezentați la medic.

Multe medicamente folosite în tratarea simptomelor răcelii pot conține glucoză, de aceea citiți cu atenție prospectele și hidratați-vă suficient.

## CARDIACI

Bolile cardiovasculare (cardiopatia ischemică, aritmiile, valvulopatiile, cardiomiopatiile, afecțiunile pericardului, hipertensiunea arterială etc.) se pot decompensa în timpul gripei, deoarece stresul indus de boală suprasolicitează cordul. Apar dificultăți respiratorii, modificări ale ritmului cardiac și ale valorilor tensiunii arteriale, urmate de instalarea insuficienței cardiace. S-a observat, de asemenea, că acești bolnavi pot suferi un infarct sau accident vascular în săptămâna următoare infecției. Decongestivele folosite în tratamentul obstrucției nazale sunt interzise acestor bolnavi, deoarece pot crește tensiunea arterială.

## GRAVIDELE

Nu s-a demonstrat că virusul gripal afectează produsul de concepție. Totuși, la femeile gravide boala durează de 3 ori mai mult și ele sunt mai expuse complicațiilor, în special pneumoniilor. Posibilitățile terapeutice sunt mai restrânse. Astfel, se pot folosi: paracetamolul pentru combaterea febrei și durerilor, clorfeniramina dintre antihistaminice, pentru combaterea secreției nazale, și medicamentele pe bază de pseudoefedrină, pentru combaterea congestiei nazale. Dar numai din al doilea trimestru de sarcină.

Dr. Dana TINICĂ

o parte, mulți pacienți sunt copii și asta îi face mai vulnerabili. Pe de altă parte, sinuzitele, care pot complica chiar o viroză banală, pot înrăutăți astmul. Atenție la schimbarea simptomelor: febră înaltă, respirație dificilă sau șuierătoare, crize astmatice repetate, tuse cu secreții abundente, prezența unor secreții nazale galben-verzui, cefalee sau dureri ale oaselor feței. Bronșitele cronice și emfizemul pulmonar se caracterizează prin obstrucția căilor respiratorii, care se accentuează în viroze.

Respirația devine mai dificilă și eliminarea secrețiilor se face mai greu, acumularea acestora în plămâni putând favoriza apariția pneumoniilor. Acești bolnavi ridică și probleme de tratament. Medicatia pentru tuse nu este totdeauna eficientă în cazul lor, anti-histaminicele și decongestivele trebuie evitate, deoarece îngroșă mucusul și se suprapun efectelor medicamentelor bronhodilatatoare folosite în mod curent, ceea ce poate duce la reacții adverse.

Persoanele cu imunitate scăzută sau care urmează un tratament imunosupresor pot fi mai grav afectate. Așa sunt pacienții cu boli hepatice cronice, boli renale cronice, bolnavii cu cancer, boli autoimune, cei care fac hemodializă sau au suferit un transplant.

## VACCINUL ANTIGRIPAL

Aproximativ 90% dintre decesele apărute în cazul îmbolnăvirilor de gripă se înregistrează în rândul persoanelor cu vârsta peste 60 de ani, pentru că la bătrâni scade capacitatea de apărare, reflexul de tuse se accentuează și ei suferă frecvent de una sau mai multe afecțiuni cronice, ceea ce agravează evoluția bolii. Prima măsură pe care o puteți lua pentru protejarea sănătății dumneavoastră este vaccinul antigripal, care are puține contraindicații, este eficient și nu are efecte adverse.

Acesta trebuie administrat anual, din luna septembrie, pentru că durează aproximativ două săptămâni până la instalarea efectului protector. Dar vaccinul poate fi administrat și în lunile următoare. El este recomandat și femeilor însărcinate sau care alăptează, precum și copiilor peste șase luni. Discuțați, de asemenea, cu medicul dumneavoastră despre necesitatea unui

Într-adevăr, bolnavii cu afecțiuni cronice fac de multe ori forme mai severe de boală, suportă o agravare a simptomelor bolii cronice de care suferă și sunt mai expuși complicațiilor. Se poate ajunge ușor la decompensare cardiacă și respiratorie, pneumonii bacteriene, stări de deshidratare.

Sunt vizați în special pacienții cu afecțiuni pulmonare (astm bronșic și bronho-pneumopatie cronică obstructivă), cu boli cardiovasculare, boli renale sau hepatice cronice, persoanele cu sistem imunitar deprimat sau cele care urmează un tratament imunosupresor, bolnavii cu diabet zaharat. De asemenea, vârstnicii, cu precădere persoanele peste 60 de ani, copiii, mai ales cei cu vârste între 6 luni și 5 ani, femeile însărcinate sunt categorii de persoane mai sensibile în fața acestor afecțiuni.

## MONITORIZARE

Simptomele principale ale gripei sezoniere sunt: febră înaltă, care depășește întotdeauna 38 de grade Celsius, uneori peste 40 grade Celsius, secreții nazale abundente, tuse iritativă, dureri musculare și articulare generalizate, cefalee, stare de oboseală și slăbiciune. În virozele banale, lipsește febra dacă nu sunt complicații, starea generală nu e alterată și nu apar durerile musculare. În toată această perioadă, simptomele bolii de bază (de exemplu, glicemia în diabet, tusea și dispneea în bolile respiratorii, tensiunea arterială, ritmul cardiac și dispneea în bolile cardiovasculare etc.) trebuie atent monitorizate de către bolnav sau de către familie.

Trebuie păstrată o legătură activă cu medicul de familie și medicul curant. În orice caz, bolnavul trebuie să se prezinte urgent la medic dacă observă o înrăutățire a simptomelor bolii sale de bază sau dacă are febră înaltă, respirație dificilă, dureri toracice, vărsături, tuse cu expectorație vâscoasă galben-verzuie, dacă manifestările virale nu scad în virulență în 3-4 zile sau dacă, după o perioadă de aparentă vindecare, ele revin cu și mai mare putere, ceea ce vestește de obicei apariția complicațiilor.

## BOLILE RESPIRATORII

Astmul bronșic e caracterizat prin îngustarea, inflamația și reactivitatea crescută a căilor respiratorii, prezentând pericol de agravare în viroze. Pe de

## Mănâncă zilnic un castravete murat

**P**sihologii de la Universitatea din Maryland, Statele Unite, au realizat un studiu, a cărui concluzii au fost publicate în revista științifică *Psychiatry Research*, care arată că murăturile și diverse alimente sau băuturi fermentate contribuie la menținerea stării de sănătate mintală.



Murăturile sunt alimente fermentate, deci conțin probiotice, bacterii bune care ajută la menținerea tranzitului intestinal. Mai departe, acest aspect contribuie, spun psihologii de la Universitatea din Maryland, Statele Unite, la ameliorarea simptomelor de anxietate.

Totodată, murăturile, dar nu numai, ajută la reducerea nivelului de stres și pot chiar să întărească sistemul imunitar, potrivit CSID.

Concluziile cercetătorilor se bazează pe răspunsurile a 710 persoane, care au completat un chestionar ce cuprindea întrebări legate de consumul, pe o perioadă de 30 de zile, a

diverse alimente și băuturi fermentate, printre care castraveți murăți, varză și alte legume murate, vin, bere, cidru, iaurt, kefir, brânzeturi etc.

Specialiștii au constatat că există o strânsă legătură între consumul de alimente bogate în probiotice și nivelul de anxietate resimțit. În cazul subiecților care, la începutul experimentului, prezentau o stare anxioasă, s-a observat o reducere a anxietății la finalul cercetării, ca urmare a consumului de murături și alte alimente fermentate. Totodată, participanții au devenit mai optimiști, mai puțin nervoși și mai... îndrăzneți.

Deși oamenii de știință nu au o explicație clară asupra acestui fenomen, este posibil ca microbiomul – populația de microorganisme și bacterii care trăiesc în mod natural în intestine – să fie implicat în această ecuație.

Studii efectuate anterior pe animale de laborator au relevat că sistemul digestiv sănătos, în special bacteriile bune care populează intestinele, poate avea un impact semnificativ asupra stării de bine.

## Rodia, fructul minune



**R**odia, cu o concentrație mare de antioxidanți, este unul dintre fructele care trebuie consumate cât mai des, în special, în sezonul rece.

Arborele ce produce fructele de rodii se numește rodii sau rodier, este originar din Iran și se cultivă în Asia Centrală, Georgia, Armenia, Azerbaidjan și regiunea Mediteranei de câteva milenii. Există nu mai puțin de 760 de soiuri de rodii.

Fructul, cu dimensiunea mai mare decât portocala și mai mică decât grapefruit-ul, are o coajă groasă de culoare galbenă-intens, maroniu-roșiatică până la roșu aprins și în jur de 600 semințe. Semințele și pulpa ce le înconjoară, numită fruct fals, sunt comestibile. Unele soiuri au pulpa de culoare violet.

Rodia, pe lângă originalitatea sa ca structură, este și extrem de bogată în nutrienți, scrie Agerpres. Are puține calorii, este bogată în vitaminele B (B3, B5, B6, B2, B1), Vitamina C, Vitamina E, Vitamina K și minerale: sodiu, potasiu, calciu, cupru, fier, magneziu, mangan, fosfor, seleniu, zinc și acid folic. Acest fruct conține de 3 ori mai mulți antioxidanți decât vinul roșu sau ceaiul verde. Rodia este considerată unul din fructele bogate în fibre.

Acest fruct este consumat în mai multe moduri: în starea sa naturală, în diverse mâncăruri calde, în salate, în deserturi, dar mai ales sub formă de suc sau condiment. Rodia este folosită și pentru producerea unui vin. Semințele de rodie sălbatică daru din Munții Himalaya sunt considerate cele mai bune pentru condimente. Sucul de rodie este unul dintre cele mai nutritive sucuri naturale și poate fi păstrat în recipiente din sticlă, în frigider, maxim 3 zile, iar în congelator poate fi păstrat maxim 1 an.

Încă din antichitate, rodiei i s-au atribuit calități curative. Deși rădăcinile, frunzele și scoarța sunt bogate în anumiți alcaloizi fiind folosite în scopul întăririi sănătății, fructele au reprezentat cel mai mare interes. În ultimul deceniu, oamenii de știință au luat în calcul proprietățile benefice pentru sănătate atribuite rodii și au început să le studieze și să le certifice.



Rodia conține antioxidanți puternici precum polifenoli, tanini și antocianini, esențiali pentru sănătatea inimii și a organismului. Sucul de rodie îmbunătățește fluxul de sânge la persoanele cu boli ale miocardului. Rodiile ajută la scăderea colesterolului LDL, prevenind acumularea lui în artere, scăzând astfel riscurile în cazul bolilor de inimă. În plus, aceste fructe ajută la întărirea musculaturii cardiace.

De asemenea, acest fruct este indicat a fi folosit datorită efectelor anti-îmbătrânire, dar și pentru a preveni apariția bolii Alzheimer. Cercetătorii au descoperit o reducere semnificativă a deteriorării celulelor creierului, a mușchilor și a pielii în cazul persoanelor care au consumat timp de o lună, în fiecare zi, o anumită cantitate de fruct.

Rodia are proprietăți antiinflamatorii protejând împotriva astmului și a durerilor în gât. Sucul de rodie ar putea avea, de asemenea, efecte antivirale și antibacteriene împotriva plăcii dentare.

Noi cercetări au scos la iveală că un extract din rodii protejează rinichii de toxine periculoase.

Potrivit unor cercetări realizate recent, sucul de rodie are un efect semnificativ în prevenirea mai multor tipuri de cancer, precum cel de sân, cel de plămâni și cel de prostată. Alte studii arată că sucul de rodie poate chiar să inducă apoptoza - proces prin care celulele canceroase se autodistrug.

Rodiile ajută la reglarea glicemiei, cresc sensibilitatea la insulină fiind un fruct indicat persoanelor care suferă de diabet.

Sunt excelente pentru cei care suferă de anemie și stări de astenie. Protejează împotriva depresiei și a osteoporozei.

Sucul de rodie crește apetitul astfel încât poate fi folosit cu succes în cazul copiilor, pentru a crește pofta de mâncare.

Rodiile sunt indicate în tratarea diferitelor afecțiuni intestinale. Deocultul din scoarța de rodii se recomandă în tratarea teniei, a diareei și a ascariilor. Scoarța este unul dintre cele mai eficiente tratamente contra dizenteriei (boală infecțioasă contagioasă care se manifestă prin ulceratii intestinale, dureri abdominale violente și diaree cu sânge). Rodia conține o cantitate semnificativă de fibre, care ajută la o bună funcționare a sistemului digestiv și la reglarea digestiei, calmând și durerile de stomac. Studiile au demonstrat că sucul de rodii nu doar că protejează ficatul, dar ajută și la regenerarea lui.

Rodia, un fruct bogat în vitamine, antioxidanți și fibre și cu foarte puține calorii, este frecvent recomandată de nutriționiști în curele de slăbire.

Atunci, când cumpărăm rodii este indicat să le alegem pe cele mai grele și cu coaja strălucitoare, astfel ne asigurăm că fructele sunt coapte. Acest lucru este important deoarece după culegere rodiile nu se mai coc.

Alina COSTACHE

Clubul dietelor de slăbit



## 5 recomandări ca să eviți îngrășarea de Sărbători

Zilele acestea, petrecerile și mesele festive se țin lanț. Dacă în cursul anului, ai reușit să slăbești, acum trebuie să treci proba de foc a menținerii.

Specialiștii în nutriție au observat că această perioadă poate fi extrem de stresantă pentru persoanele care s-au luptat luni de zile să slăbească. Însă câteva zile nu îngrășă pe nimeni atât de mult dacă sunt respectate niște reguli simple.

Pacienții cu probleme grave de greutate, aflați la dietă, sunt cei mai expuși „pericolului” Sărbătorilor: îngrășarea. „Pentru mulți dintre aceștia, frica de a nu se îngrășa este chiar mai mare decât numărul real al kilogramelor pe care le depun de Sărbători” este de părere Lauren Zuro, nutriționist la Centrul de Chirurgie Bariatrică Loyola.

„Însă mulți dintre pacienții mei sunt deja obișnuiți cu dieta, rutina de la sala de sport și monitorizarea greutății”, adaugă specialistul care își pregătește pacienții cu mult timp înainte pentru a face față stresului alimentar la care sunt expuși de Sărbători.

„Deseori, ei cred că dacă ratează un antrenament, dacă iau o cină copioasă cu prietenii sau dacă stagnează pe cântar, comit o mare greșeală”, spune același specialist american în nutriție care este de părere că menținerea greutății sau o îngrășare ușoară sunt chiar performanțe. Iar pentru ca acul cântarului să nu se ducă mult în sus, Lauren Zuro are câteva recomandări simple și ușor de aplicat de către oricine. Iată-le!

1. Nu merge la nicio petrecere flămând! Dacă o faci, vei mânca mult mai mult decât ai nevoie. Așa că înainte de orice masă copioasă, consumă un iaurt sau o bucăciță de carne de curcan pentru că altfel, sigur te vei repezi la gustările calorice.

2. Umple-ți farfuria cu multe legume! Și combină-le cu puțină carne. Ocolește cartofii, leguminoasele și pâinea!

3. Optează întotdeauna pentru farfuriile mici și mănâncă doar câte o lingură din salatele cu multe sosuri. Două-trei sarmale sau două-trei bucățele de salam nu se vor simți pe cântar!

4. Bea multă apă și nu-ți face un obicei din a-ți umple paharul cu sucuri dulci. Optează pentru un pahar cu vin roșu bun pe care să-l savurezi pe parcursul întregii mese.

5. Și nu în ultimul rând, vorbește cât de mult poți cu rudele și prietenii. Lasă mâncarea pe locul doi și pune socializarea pe primul loc. Aceasta mai ales dacă ești în compania unor oameni pe care-i vezi rar din cauza lipsei timpului sau a distanței.

Beatrice OSANU

# Scurt horoscop 2017



**Sobolanul** are parte de împliniri în viața de familie, o activitate socială intensă și fertilitate, și poate fi nevoit să facă mai multe eforturi în carieră pentru a se smulge dintr-o rutină tinzând să-i ațipească creativitatea și spiritul de inițiativă. Se impune să-și aloce un sporit răgaz odihnei și relaxării.

**Bivolul** poate avea câteva oportunități neașteptate în afaceri, trebuie să-și țină în frâu emoționalitatea pentru a evita să fie rănit în relațiile cu oamenii și să își stăpânească încăpățănarea, astfel încât să nu atragă dificultăți în existența sa.

**Tigrul** pare să aibă noroc în demersurile ținând de studii, să fie nevoit să facă față unei competiții dure în carieră și i se impune să fie mai grijuliu față de starea sa de sănătate.

**Iepurele** nu se împacă foarte bine cu Cocoșul, așa că poate să fie antrenat în situații dificile, fiind nevoit să dea dovadă mereu de o cât mai mare diplomație în interacțiunea socială.

Fiindcă **Dragonul** este compatibil cu Cocoșul, treburile îi merg ca unse în profesie sau învățatură, însă nu trebuie să-și forțeze norocul și să riște prea mult în plan financiar și profesional.

**Șarpele** intră cu ușurință pe sub pielea Cocoșului, fiind, așadar, capabil să-și înfrângă competiții din sfera financiară și profesională, să acumuleze multă avere și să aibă prilejul de a călători mai des.

**Calului** nu i se rezervă nici mari probleme, nici oportunități nemaipomenite în 2017. Deși nu strălucește în viața socială, ideile lui originale îi dau prilejul să se afirme profesional și să aibă câștiguri consistente.

**Oaia** pare să aibă parte de un an incitant, plin de experiențe de viață plăcute și semnifi-

cative. Chiar dacă va trebui să facă mari cheltuieli, acestea își vor arăta curând roadele.

**Maimuța** se poate aștepta să îi fie recompensate eforturile și perseverența din ultimii ani, fie din punct de vedere financiar, fie sentimental.

**Cocoșii** pot avea, piedici în drumul spre obiectivele lor principale, piedici pe care nu trebuie să le pună la inimă, ci care ar trebui să-i ambiționeze, să-i facă să-și dovedească cu orice preț valoarea. Asta conform crezului chinezilor, că zodia care guvernează un anumit an nu este auspicioasă nativilor respectivelor semn zodiacal.

**Câinele** are de înfruntat un rival puternic în afaceri sau în viața personală. Duelul cu acesta îl poate face să înțeleagă că nu a făcut o investiție inspirată în sfera financiară sau cea sentimentală.

Deși **Porcul** ține să se agațe cu orice preț de confortul și siguranța căminului, o persoană ivită ca din senin în existența sa îi poate deschide ochii asupra unor dimensiuni nebănuite ale lumii.

Diana POPESCU

## Culori și imprimeuri în noul sezon

### Carourile

Pentru a nu vă plictisi de carouri, designerii au abordat creativ procesul de creare a paltonului. La modă sunt toate varietățile acestui imprimeu, în orice culoare și combinație.

Pe lângă carourile tradiționale, imprimeul renumit Burberry, carourile prințului de Wales, tartantul și „laba de găscă”, la modă este combinarea carourilor cu dungile, precum și combinarea diferitor carouri într-un singur set.

### Imprimeuri caracteristice obiectelor de mobilier

Cel mai la modă imprimeu al sezonului este imprimeul floral, doar că prezentat sub forma unor ornamente de pe obiecte de mobilier și de interior. Un astfel de palton, de regulă, este cusut din

stofe scumpe, jaquard și gobelen, în nuanțe intense, de aceea, chiar și cea mai simplă haină va arăta luxos și scump.

Unii designeri au mers și mai departe, ei au transpus pe suprafața paltonului nu doar imprimeurile, dar și textura stofelor de mobilier.

### Imprimeul animal

Imprimeul animal nu mai este o noutate pentru lumea modei, însă în sezonul iarnă 2017, acesta se bucură de un interes și mai mare. Dries van Noten, Givenchy, Anna Sui, Blumarine, Bottega Veneta, Isabel Marant și alte câteva case de modă au inclus în colecțiile sale paltoane cu imprimeu animal.

Pe lângă coloristica tradițională, caracteristica culorilor naturale ale animalelor prădătoare, se observă tendința de vopsire a

blăniile de leopard în nuanțe de albastru, violet, galben și turcoaz. Astfel, imprimeul atât de adorat de mulți designeri, a trecut definitiv în categoria must-have.

### Culori actuale

În general, colecțiile sunt completate cu culori tradiționale sezonului rece. Însă aceasta nu înseamnă că nu vom mai vedea culori aprinse. Christian Dior, Chanel, Just Cavalli, Jeremy Scott, Salvatore Ferragamo ne demonstrează culori intense de roșu, violet, roz-neon.

Pe fonul nuanțelor întunecate de maro, gri și negru, paltoanele în culori aprinse se privesc și mai frumos și atrăgător.



# Sfaturi la început de an pentru o piele frumoasă și sănătoasă

**Expertii în domeniu susțin că nu doar cosmeticele pe care le folosim influențează frumusețea și sănătatea pielii noastre, ci un ansamblu de factori, aparent banali, care determină, în timp, îmbătrânirea prematură, pigmentarea pielii, ridurile sau, privind partea bună, luminozitatea și elasticitatea pielii, aspectul neted și curat al ei. Așadar, modul în care ne spălăm tenul, machiajul pe care îl folosim, dar și ceea ce mâncăm sau facem zi de zi pot anula efectele pozitive obținute prin diferite tratamente sau produse de îngrijire.**

Ar trebui știut faptul că pielea deshidratată și pielea uscată nu sunt unul și același lucru, la fel de bine putând fi deshidratată și tenul gras, iar această problemă nu se tratează exclusiv prin cosmetice, mai scumpe sau mai ieftine, după bugetul fiecăreia, ci prin hidratare internă. Consumarea unei cantități potrivite de apă și eliminarea pe cât posibil totală a cafelei sau a ceaiului negru/verde - cafeina este responsabilă cu uscarea pielii - ar fi primii și cei mai importanți pași în atenuarea deshidratării pielii. Totodată, indiferent cât ar fi de plăcute, baia și dușul fierbinți nu sunt recomandate pentru că uscă foarte tare epiderma.

Alimentația are și ea un rol extrem de important în frumusețea și sănătatea pielii sau a părului. Trei mese pe zi de tip fast-food nu ne vor asigura niciodată un ten luminos, neted și lipsit de riduri, ba dimpotrivă. Ne sunt necesare fructe, legume și semințe bogate în vitamine, minerale și uleiuri esențiale.

Legumele verzi, citricele, peștele, nucile, semințele, morcovii și alte legume/fructe bogate în vitamina A ar trebui să se afle zilnic în farfuria noastră dacă ne dorim o piele frumoasă.

### Fără cafea și dușuri fierbinți!

1. Bea mai puțină cafea, pentru că unul dintre principalii vinovați pentru uscarea pielii și înmulțirea ridurilor este cafeina. Încearcă să te hidratezi foarte bine, astfel încât să atenuezi aceste efecte asupra pielii, mai ales dacă nu poți renunța la cafea.

2. Evită dușurile lungi și fierbinți, chiar dacă asta îți doare mult după o zi grea de muncă, și nu uita că apa la temperaturi ridicate distruge primul strat al epidermei și înlătură uleiurile naturale produse de piele, determinând uscarea în exces.

3. Încearcă să dormi suficient! Somnul ajută la regenerarea celulelor și, dacă vrei ca pielea ta să nu aibă un aspect obosit și tern, acordă atenția cuvenită orelor de somn.

4. Nu sări peste mesele principale ale zilei, pentru că acest lucru duce la îmbătrânirea mai rapidă a pielii. Include zilnic în alimentația ta surse de vitamina C (citrice), E (avocado), A (cartofi dulci), care ajută pielea să se refacă. De asemenea, redu cantitatea de sodiu din alimentație, deoarece aceasta absoarbe umezeala din piele, lăsând-o uscată și fără viață.

5. Nu exagera cu scruburile și exfolierea! Dacă apelezi la această metodă de îndepărtare a celulelor moarte mai mult de o dată pe săptămână asta înseamnă că accepți să îți agrezezi pielea de bună voie și să contribui la degradarea ei. Repetată prea des, această procedură nu face altceva decât să intensifice producția de sebum și apariția coșurilor.

6. Nu te epila cu ceară pe față! Mustața și excesul de păr facial sunt intrinseci inestetice, însă această metodă este prea agresivă pentru pielea de la nivelul tenului, care este cu mult mai sensibilă decât cea de pe corp. În timp, vei observa că ridurile și semnele de îmbătrânire a pielii vor fi evidente mult mai repede, pentru că epilarea cu ceară este agresivă și poate traumatiza foliculii, rămânând cicatrice foarte greu de tratat.

7. Nu folosi perii de machiaj murdare! Chiar dacă nu te machiezi zilnic, obișnuiește-te să speli o dată la câteva zile sau înainte de folosire periele de

aplicare a machiajului și burețele pentru fond de ten. Altfel, riști să crezi un mediu propice pentru bacterii și te vei întreba de ce tenul tău are probleme.

8. Demachiează-te zilnic! Chiar și în lipsa machiajului, tenul tinde să acumuleze impurități care trebuie curățate atent pentru a regenera celulele și a păstra un aspect sănătos și luminos al tenului. După ce te demachiezi, spălarea feței cu apă este obligatorie, pentru că ajută la curățarea în profunzime a pielii și la revigorarea ei, oferindu-i un aspect proaspăt.

### Vitamine esențiale pentru piele

- Vitamina C se găsește din abundență în citrice și este esențială pentru producerea de collagen, care asigură elasticitatea pielii. Această vitamină nu numai că protejează împotriva efectelor nocive ale expunerii pielii la soare, dar poate ajuta și la remedierea ridurilor deja formate.

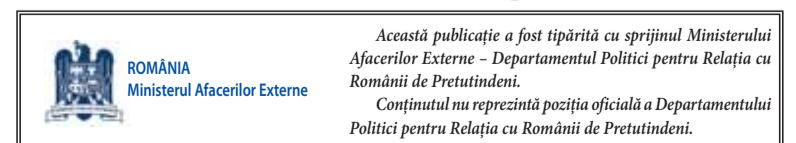
- Vitamina A este disponibilă într-o mare varietate de fructe și legume, precum morcovi, mango, napi și cartofi dulci, iar efectele sale antioxidante sunt benefice.

- Vitamina D este foarte importantă în ce privește sănătatea oaselor, fiind puternic legată de absorbția calciului în organism. Alimente precum peștele gras, unele produse lactate și gălbenușul de ou sunt surse foarte bune de vitamina D.

- Vitamina K este disponibilă în majoritatea legumelor verzi, precum salată, spanac și menține collagenul în țesutul epitelial, ajutând la păstrarea grosimii pielii, reducând astfel incidența vânătăilor și chiar ascunzând venele care, o dată cu vârsta, devin din ce în ce mai vizibile, mai ales pe brațe.

- Vitamina E are efecte benefice asupra pielii, mai ales când este combinată cu vitamina C. Vitamina E ajută împotriva radicalilor liberi la nivel celular, protejând celulele și făcându-le mai puțin vulnerabile, ajutând la protecția privind efectele negative ale expunerii la soare. Vitamina E este solubilă în grăsimi și este găsită în multe uleiuri, cum este cel de floarea soarelui, uleiul de soia, dar și în nuci și semințe.

Apărut în PUTEREA.RO



# Obiectiv EUROPEAN

NR. 4 (28)

EDITOR COORDONATOR: SORINA ȘTEFĂRȚĂ

Supliment editat de Asociația  
Presei Independente (API) cu  
sprijinul financiar al National  
Endowment for Democracy (NED)



Afaceri moldovenești din fonduri europene

## Doi soți entuziaști au schimbat țara spaghettielor pe dealurile cu pruni de la Hâncești

Lilia Zaharia,  
reporteră „Obiectiv European”

Deși la ușă ne bat sărbătorile de iarnă, noi ne-am propus să vă „teleportăm” în vară, atunci când în livezile din Moldova se coc cele mai gustoase și mai mustoase fructe. În plus, și vorba din popor ne învață ca să ne facem vara sanie și iarna căruță, respectiv, s-ar putea ca acest articol să inspire pe cineva pentru vara ce vine... Eroii noștri sunt Rodica și Vasile Chișcă, doi soți din orașul Hâncești care mai mult de un deceniu au lucrat în Italia. De câțiva ani, ei au revenit acasă, iar banii muncii în peninsulă i-au investit într-o frumoasă și modernă livadă de pruni.

„Vedeți dealul acela? Visul meu e să ridic acolo o hală, o uscătorie de fructe și o mini-fabrică pentru distilare”, îmi spune Rodica, arătând cu mâna în zare. Și ea, și soțul ei cunosc foarte bine toate greutățile pe care le întâmpină un tânăr antreprenor atunci când lansează o afacere în agricultură. Dar mai știu că trebuie să crezi în visul tău.

**Un deceniu muncit în Italia și 55 de hectare de teren agricol**

Povestea Rodicăi și a soțului ei, Vasile, este similară cu cea a miilor de moldoveni care au hotărât să muncească peste hotare pentru o viață mai bună. El a plecat primul, încă fiind burlac. Ea era studentă la Chișinău și a decis să-l urmeze. „Mai simt și acum mătura pe care am primit-o de la mama pe spate, atunci când am anunțat-o că vreau să plec”, își amintește tânără cu un zâmbet în colțul gurii. Însă, chiar dacă a plecat, nu a abandonat studiile, transferându-se în regim de



Primele prune culese de familia Chișcă. Fotografii de Lilia Zaharia



Sistemul de irigare din livada familiei Chișcă

• În 2016 copăceii au dat primul rod. „Fruitele au fost culese de copiii noștri și aceasta a fost de-a dreptul un eveniment istoric pentru noi... Pentru a avea roadă din plin, mai avem însă mult de lucru. Am lucrat cinstit, am procurat terenuri din sursele noastre. Doamne, ce frumos ar sta uscătoria și hala pe dealul acela!”, repetă Rodica, îndreptându-și iar privirea spre acel povârniș și imaginându-și cum, într-o bună zi, fructele uscate, magiunul din prune și țuica își vor găsi locul și pe mesele europenilor.

frecvență redusă. În Italia, deși luca, concomitent participa la diverse instruiți. „Ne-a fost greu, dar nu am cedat. Voiam să învăț, să cu-

nosc cât mai multe lucruri interesante despre această țară...”, spune Rodica.

Între timp familia s-a mărit, venind pe lume și cei doi

• În 2016, Guvernul Republicii Moldova a redus cu 200 de milioane de lei Fondul de subvenționare a agriculturii, din cele 900 milioane câte erau planificate inițial pentru agricultori și fermieri. Vestea i-a întristat, în special, pe tinerii antreprenori, pentru care subvențiile din partea statului sunt vitale pentru dezvoltarea afacerilor agricole.



feciori. Iar acum câțiva ani soții Chișcă s-au hotărât ca banii câștigați în peninsulă să-i investească acasă, în domeniul agriculturii. Astăzi

familia Chișcă este proprietara unei livezi tinere de pruni, situată pe un teren agricol de 55 de hectare, pe care l-a cumpărat lângă orașul Hâncești. „Inima acestei livezi este fratele meu, care e agronom și care se află printre pomi din zori până seara târziu. Ziua lucrează pe tractor, seara – la calculator, pentru a studia cum se îngrijește mai bine o livadă de pruni. Eu sunt cu administrarea”, spune Rodica.

**Singura livadă din Hâncești cu sistem de irigare prin picurare**

Până în prezent, soții Chișcă au investit în afacerea lor circa 250 de mii de euro, bani cu care au cumpărat terenul agricol și utilajele. Astfel, livada lor este singura din raion, care beneficiază de un sistem de irigare modern, cu picurători la rădăcina copacului.

Rodica ne-a mărturisit că i-a reușit acest lucru grație Programului PARE 1+1, prin intermediul căruia a beneficiat de un ajutor în valoare de 200 de mii de lei. Alte 100 de mii de lei i-a primit în formă de subvenții. Acești bani i-a investit în sistemul de irigare, care i-a costat 30 de mii de euro. „Toate terenurile pe care le vedeți acum erau în pârloagă. Inițial, ne-am pus scopul ca toate tehnologiile pe care le vom folosi să fie europene. De aceea, am mers la diferite training-uri și instruiți, inclusiv în Italia. Am adus și experți italieni aici. Ne gândeam: cum să plantăm dacă nu avem apă, că doar ne axăm pe tehnologii moderne?! Apoi am săpat acest lac de acumulare, am instalat sistemul de irigare. Slavă Domnului, acum avem apă!”, afirmă proprietara livezii.

Ea însă precizează că, în anul 2016, o parte din livadă a suferit din cauza inundațiilor din mijlocul verii. „Când au fost ploile cele mari, aici am avut inundații, vedeți partea cea de teren

unde sunt pomii uscați?”, ne arată aceasta câțiva copaci fără frunze.

Chiar dacă s-a scurs mai mult timp de când au părăsit Italia, Rodica și Vasile Chișcă nu s-au rupt în totalitate de țara care i-a găzduit o bucată din viața lor. În fiecare an, ei merg la cea mai mare expoziție agricolă din Italia, unde sunt prezentate cele mai noi utilaje și tehnologii din domeniu. O fac, pentru a fi la curent cu toate noutățile industriei...

Tot în Italia le sunt copiii, care au rămas să studieze acolo... „Niciodată nu ne-a fost ușor. Cei mai mulți dintre banii agonisiți sunt băgați în pământurile de la marginea orașului. Nici în Italia și nici într-o altă țară nu ai, dacă nu muncești. Am făcut și facem sacrificii mari. Noi nu avem casa noastră, trăim la părinți”, povestește Vasile.

**Corupția și birocrația, principalele piedici în calea unui tânăr antreprenor**

La început, elanul fiind mare, familia Chișcă avea de gând să planteze o suprafață mai mare cu puieti. Dar procedurile birocratice moldovenești și, deseori, corupția de care s-au ciocnit în unele instituții de stat i-au adus cu picioarele pe pământ – lecție pe care au înșușit-o, dar cu care nu s-au mai împăcat. „Peste tot se așteaptă mită, iar dacă află că ai fost în Italia, în loc de o sută de lei îți cer o sută de euro...”, spune Vasile Chișcă.

„Trena italiană” le joacă festa și în alte situații. „Pentru un moldovean care locuiește și lucrează în Moldova, hectarul costă o mie de euro. Dar dacă eventualii vânzători au aflat că acest cumpărător a lucrat peste hotare, prețul se dublează”, specifică Rodica.

Cea mai mare problemă, invocată de soții Chișcă, ține de faptul că agricultorii nu au unde-și comercializa produsele. „Am adus puieti din Moldova, dar și de peste hotarele țării. Însă nu suntem convinși că vom reuși să și vindem ceea ce producem. Dar vrem să rămânem optimiști. Vrem să vindem pruna la nivel industrial”, ne spun la despărțire Vasile și Rodica.

# Obiective EUROPEAN

NR. 4 (28)

Supliment editat de Asociația  
Presei Independente (API) cu  
sprijinul financiar al National  
Endowment for Democracy (NED)



## Legislații similare, rezultate diferite

Cum sunt confiscate averile ilegale în Europa și cum (nu) sunt - în Moldova

Persoanele cu funcții publice din Republica Moldova, care nu își vor putea justifica averile, ar putea rămâne fără ele. Cel puțin, așa spune actuala legislație națională în domeniul confiscării averii dobândite ilicit, a cărei implementare mai trenează însă. Între timp, unele țări europene deja folosesc banii obținuți din vinderea bunurilor, confiscate de la persoanele care nu le-au putut justifica.

**Teoretic, la noi...**

În prezent, cadrul legislativ național prevede că această confiscare poate fi cerută de procurori, dar și de inspectorii de integritate din cadrul Autorității Naționale de Integritate (ANI), o structură nouă care înlocuiește Comisia Națională de Integritate.

Potrivit Legii cu privire la Autoritatea Națională de Integritate, intrată în vigoare la 1 august 2016, ANI va verifica averile subiecților declarării. În cazul în care instituția va stabili că persoana supusă controlului are venituri și bunuri scumpe, acumulate în perioada când deține o funcție publică, dar nu poate justifica proveniența acestora, va fi întocmit un act ce va stabili existența unei averi nejustificate. După care, cererea privind confiscarea valorii bunurilor va fi depusă la judecătoria de circumscripție. În cazul în care instanța de judecată emite o decizie de-

### PRACTICI EUROPENE DE CONFISCARE A AVERII NEJUSTIFICATE



În **AUSTRIA**, confiscarea poate fi dispusă simultan cu sentința de condamnare, dar poate fi inițiată și independent.



**MAREA BRITANIE** are dreptul să impoziteze veniturile provenite din infracțiuni, apoi acestea să fie confiscate.



În **CEHIA** se confiscă atât proprietățile, cât și bunurile financiare.



În **DANEMARCA**, banii obținuți din vânzarea bunurilor confiscate sunt transferați în visteria statului.



În **FINLANDA**, proprietățile confiscate fie se vând, fie că sunt utilizate de către instituțiile sau autoritățile locale.



În **IRLANDA**, proprietățile se vând rapid, imediat după emiterea definitivă a deciziei judecătorești, ca să nu se piardă din valoarea lor.



Recent, în **ROMÂNIA** a fost înființată Agenția Națională de Administrare a Bunurilor Indisponibilizate (ANABI), instituție care va administra bunurile sechestrate.

finitivă prin care se constată caracterul nejustificat al averii, este informat Ministerul Finanțelor spre executare.

Potrivit legii, „confiscarea se poate referi la întreaga

ga valoare a averii deținute de subiectul declarării, la valoarea unei părți din aceasta sau a unui bun/unor bunuri determinate”. De asemenea, „în cazul în care se dispune confiscarea valorii averii nejustificate, a unei părți din avere sau a unor bunuri determinate, acestea vor fi valorificate prin vânzare la licitație, în conformitate cu procedura stabilită de Guvern sau, după caz, vor fi transmise în proprietatea statului”, se arată în actul legislativ.

**Practic, la ei...**

Dacă Republica Moldova este novice la capitolul confiscării averilor nejustificate, unele țări ale Uniunii Europene aplică această procedură de mai mulți ani, fiind o practică de succes. Potrivit studiului *Disposal of confiscated assets in the EU Member States* (Disponerea de bunurile

confiscate în statele membre UE, n.a.), realizat de Centrul pentru Studii Democratice din Europa, în majoritatea statelor comunitare, bunurile dobândite ilicit sunt confiscate fie prin procedură civilă, fie prin cea penală.

● În **Republica Cehă**, persoanelor publice le pot fi confiscate bunurile doar dacă acestea sunt cercetate penal. Codul de procedură penală ceh permite confiscarea atât a proprietăților, cât și a bunurilor financiare. Și în **Danemarca**, procedura de confiscare a averii nejustificate urmează, de regulă, după o condamnare penală. O practică frecventă în această țară scandinavă este cea de vânzare a bunurilor confiscate, iar banii obținuți sunt transferați în visteria statului.

● În **Finlanda**, la fel, confiscarea este posibilă numai în cadrul unei proceduri penale

și este reglementată de Codul penal. O regulă aplicată în această țară este că bunurile, care urmează să fie confiscate, sunt gestionate foarte bine, pentru a minimiza deteriorarea acestora. În Finlanda proprietățile confiscate fie se vând, fie sunt utilizate de către instituțiile sau autoritățile publice locale.

● Condamnarea penală servește drept argument pentru confiscarea averilor și în **Lituania**. În acest stat baltic, dreptul de proprietate ale unei persoane poate fi restricționat temporar prin decizia procurorului de a asigura confiscarea.

● Spre deosebire de țările menționate mai sus, în **Irlanda** confiscarea averii nejustificate este posibilă și într-un proces penal, și în unul civil. De regulă, proprietățile sunt vândute la licitație, iar mașinile – prin intermediul

dealerilor auto. Metoda de vânzare este aprobată de instanță, atunci când este pronunțată decizia definitivă de confiscare. Practica prevede vânzarea cât mai rapidă a bunurilor, banii câștigați fiind direcționați imediat către Ministerul Finanțelor.

**Noua Directivă UE vizează și persoanele-terțe**

În ultimii ani, statele UE și instituțiile europene și-au unit eforturile pentru a combate îmbogățirea ilicită. Pentru ca să existe norme legislative unice în acest sens, în 2014, Parlamentul European a adoptat o Directivă ce prevede că, în cazul în care valoarea bunurilor dobândite de persoana condamnată, raportată la venitul persoanei, nu poate fi justificată, țările comunitare vor putea aplica procedura de confiscare extinsă.

O altă prevedere importantă a Directivei UE este că se va permite confiscarea de la terți, în condițiile în care cei care își dobândesc averile în mod fraudulos înregistrează de multe ori conturile bancare și bunurile pe numele altor persoane. „Numai dacă luăm averile infracțional vor putea îndrăzni a crede că reducem marea criminalitate. Trimiterea unor oameni la închisoare, dar lăsarea banilor murdari în circulație nu mai poate fi tolerată”, declara acum doi ani europarlamentara Monica Macovei, fostă ministru a Justiției din România și co-raportora și promotoarea acestei Directive.

Anul 2016 a reprezentat termenul-limită până când țările membre UE urmau să-și adapteze cadrul legislativ național la Directiva privind înghețarea și confiscarea instrumentelor și produselor infracțiunilor săvârșite în Uniunea Europeană.

**Lilia Zaharia**

**Pe scurt**



## Acordul de Asociere cu UE, departe de a fi o istorie de succes

Două studii lansate, la 15 decembrie, de IDIS „Viitorul”

arată că **Acordul de Asociere a rămas, după semnarea sa în 2014, la nivelul formalismului, fără să existe prea multe realizări practice,**

iar pentru că diplomația economică a Republicii Moldova bate

pasul pe loc, și interesele economice ale țării suferă.

„Atât partenerii europeni, cât și societatea civilă așteaptă din partea guvernării de la Chișinău reforme viabile, care să democratizeze țara. Însă, chiar după semnarea Acordului, autoritățile moldovenești și-au permis să delapidize din sistemul bancar, afectând foarte mult securitatea economică a statului. Iar clasa politică a fost preocupată mai mult de disputele

legate de investirea guvernelor”, a spus Ion Tăbărbă, autorul studiului „Responsabilizarea instituțiilor statului în implementarea acordului de asociere”. Potrivit lui, ideal ar fi ca guvernarea să aibă sincer toată predisponerea pentru a democratiza societatea moldovenească, căci Acordul de Asociere este foaia de parcurs ideală pentru acest deziderat.

În studiul său „În ce mod reușește Republica Moldova să-și promove-

ze interesele economice pe extern”, Valentin Lozovanu susține că acesta angajament nu figurează printre principalele priorități de politică externă ale țării noastre, iar conceptul de politică externă existent este depășit. „Republica Moldova rămâne fără o politică externă care să se axeze pe o promovare activă a intereselor ei economice peste hotare”, afirmă expertul.

**Andreea Ștefan**

Scrisoarea lunii

## Amintiri cu globuri de hârtie

Sau cum era sărbătorit Crăciunul în 1950, la Chișinău



Adrian BALICA,  
71 ani,  
Chișinău

În Chișinău, la intersecția bulevardelor Dacia și Cuza-Vodă, privind mai atent, observi prin gardurile Facultății de Arhitectură a Universității Tehnice din Moldova o fântână părăsită cu doi nuci, doi „țuia” și o glădiță în preajmă. Aceste „monumente” de aproape 100 de ani formează cadrul principal al venirii mele pe această lume acum mai bine de șapte decenii.

Mama viitorului meu tată (vădană de primul război mondial ce și-a găsit dreptatea de pensie la Regina Maria), a venit din județul Soroca în 1930, cu doi feciori pentru a-i face cu carte. A cumpărat căsuța ce se găsea în regiunea vestitei Școli de viticultură și a viitorului stadion „Zimbru”. Mai la deal, pe lângă fântâna cu răstignire îngrijită de moș Filip Pădureț, spre cimitir, erau biserica Sfântul Dumitru, șoseaua Băcioi și Școala medie nr. 13 (astăzi Stația tânărului naturalist, Botanica).

Toate anotimpurile copilăriei au fost frumoase, însă iernile erau deosebite. Din 10 ierni școlare, doar vreo două nu au acoperit tot drumul cu câte doi metri de zăpadă. Elemente constante erau pregătirea fripturii de iepure sălbatec vânat de tătuc, pârilitul porcului, șoricul jambonului agățat în podul casei, lingura zilnică de untură de pește de dimineață, sănișul în covată sau lighean, patinatul pe fâșia de tablă subțire (de la lăzile de lemn) prinsă pe scândurică și legată de papuci. În

aer pluteau sărbătorile divine de iarnă și simțeam apropierea unui moment culminant – Crăciunul, despre care nu era persoană să nu vorbească. Pe măsură ce ne apropiam de eveniment, deveneam mai cuminți, disciplinați. Cu mare nerăbdare așteptam să aducă tătucul bradul mirositor și să-l împodobim până pe 25 decembrie. Era perioada anilor 1950, iar bunica de pe tată se contrazicea cu părinții mamei (Cărlig, de fată mare), care, născuți în Chișinău, la Mălina Mare, sărbătoreau pe stilul nou. În tot cazul, mămică mea pe tot parcursul vieții ei de 91 de ani a ținut doar la Crăciunul sărbătorit pe 25 decembrie și la sărbătorile ce aparțineau Țării Românești.

Cel mai misterios și frumos eveniment pentru mine și surioara mea Adelina erau serile când mămică ne învăța să confecționăm jucării pentru împodobirea bradului. De obicei, tătucul îl instala în odaia din spate, în colț, sub icoana Sfinților Constantin și Elena. Parcă văd cum stăm pe podeaua de lut, acoperită cu un covor gros, și privim cum se fac jucărelele. Lemnele trosnesc în plită, la radioul confecționat clandestin se aud încet romanțele Ioanei Radu, cântecele Mariei Tănase și ale Mariei Lătărețu. Se sfârșește programul Radio Iași, iar mămică continuă cu glas extraordinar de duios să mențină atmosfera cu zecile de cântece stăruitor memorate ale cântăreților de peste Prut. Cu binecunoscuta din fașă „De ce m-ați dus de lângă voi” mi-am dezvoltat auzul, rostirea cuvintelor, însușirea literelor latine (permise doar până în august 1944). Mănuțele surioarei de abia se isprăveau cu hârtiuțele strălucitoare, numite „aurașe”, de la bomboanele consumate pe parcursul anului. Ne plăceau când înveleam cu aceste hârtiuțe cutiuțele goale

de chibrituri, mosorele, nasturi mari, ghemuri de hârtie și cărpulițe, păpușele și încă multe altele. Eram mai fericit decât toate fericirile adunate în cursul anului când părinții îmi permiteau să agăț unde găseam eu de cuviință jucăriile și fulgii improvizați. Într-un an, din bugetul familiei tătucul a cumpărat un glob de mărimea unui măr, din sticlă subțire, strălucitoare, cu agățătoare specială de care mai trebuia de legat ața. Era unica jucărie neconfecționată de noi și se bucura de o deosebită atenție. Cu foarte mare grijă și mare răbdare îi potriveam locul pe brad, așa ca să fie văzut și de la intrare, și de la geamul ce dădea în drum, și de la fântâna la care toată mahalaua venea după apă. Speram să ne reușească planul, căci instalasem o lumânărică aprinsă în apropierea globului (până în 1953 nu am avut energie electrică). A trăit „iubitul” glob până la 15 ianuarie, la strânsul bradului, când l-am scăpat și s-a făcut țandări. Anul următor am compensat lipsa globului cu poezii de iarnă recitate în fața oaspeților, fericiti cu toții că suntem părtași ai Nașterii Domnului.

Cu anii, am devenit ostatici ai nălucii de la răsărit, cu litere chirilice obligatorii, cu distrugerea bisericilor și a Răstignirilor de la fântâni, cu pedepsirea pentru sărbătorirea Nașterii și a Învierii Domnului, cu ghiftuirea violentă cu moș gerilă, cu 1 mai, 7 noiembrie...

Îmi este rușine că am fost și mai sunt părtaș la această metamorfoză.

La distanța anilor, sunt convins că Basarabia ar fi avut o altă șansă dacă am fi continuat să fim în sânul României Mari, cu Crăciun, cu tradiții, cultură strămoșească. Astăzi am fi sărbătorit Crăciunul în Uniunea Europeană.

## CE NUME PURTĂM



Dr. Maria COSNICEANU

## STRATĂN. STRATULĂT

Numele *Stratan* face parte dintr-o serie de nume provenite din substantivul comun grecesc *stratós* cu sensul „armată”, „oaste”, „forță militară”: *Calistrat* (< *kalós* „frumos” și *stratós* „oaste”) – „oaste frumoasă”, *Eustratie*, *Evstratie* (< *Eu* „bun” și *stratios* „înarmat”) – „bine înarmat”, *Stratilat* (< gr. *stratélates*) – „conducător al unei operațiuni militare”, „comandant militar”, „general”, *Straton* (< *stratós*, *stratiós*) – „cu caracter militar”, „beligerant”. De la *Straton*, prin asimilare progresivă, a apărut forma *Stratan*. De la numele respective, prin prescurtare, prin sufixare și alternanțe fonetice, au apărut formele: *Stratu*, *Strătilă*, *Strățulat*, *Strătan*, atestate frecvent în documentele istorice moldovenești și în cele basarabene. Numele *Stratul* este frecvent în I jumătate a sec. al XVII-lea, fiind atestat și în documentele basarabene la 1651, 1691, și în sec. al XVIII-lea: *Stratul* cumpără părți din satele Cornova și Cucioaia, la 1765; *Stratul*, preot, stăpânește moșia Condrești, țin. Lăpușna, la 1778; Onofrei *Stratul* din satul Șercani, la 1774 etc. Numele *Straton* este înregistrat numai la 1608, în satul Măcicăuți. Numele *Stratan* este atestat la 1762: Vărlan *Stratan*, monah de la mănăstirea Căpriană. Toate celelalte atestări sunt cu forma *Strătan*: Alexandru *Strătan* și Nani *Strătan*, Ioan *Strătan*, hotarnici din țin. Orhei. La 1774, în satul Nișcani, sunt înregistrați: Constantin *Strătan*, Vărlan *Strătan*,

Simion *Strătan*, Grigore *Strătan*, Vasile *Strătanu*, iar în satul Inești – Ion *Strătanu*.

Numele *Stratulat*. Forma inițială a fost *Stratilat*, folosit la greci ca supranume, un determinativ pe lângă un prenume, cu sensul „conducător de oști”. Astfel a fost numit Sf. Andrei *Stratilat*, conducător de oști în Siria, unde era guvernator din partea romanilor. Apoi, *Stratilat* a devenit prenume, dar a fost puțin folosit în antroponimia creștină veche, în documentele moldovenești fiind atestat numai la 1599, 1610, 1623. În antroponimia contemporană s-a păstrat numai ca nume de familie în formele: *Stratulat*, atestat la 1606: *Stratulat* scrie act domnesc, *Stratulat*, la 1784 și 1786 și *Strățulat*, unica și cea mai frecventă formă atestată documentar, mai întâi ca prenume (*Strățulat*, fiul lui Boico, la 1617; *Strățulat* Brahă, la 1624), apoi numai ca nume de familie. La 1774 sunt atestați: Zaharie *Strățulat* din Sărăteni, Andrei *Strățulat* din Ișnovăț, Vasile și Toader *Strățulat* din Izbiște, Tănasa *Strățulat* din Grozești și Dumitru *Strățulat* din Biești.

Azi, în republică, cu numele *Stratu* sunt înscrise 1743 de persoane, cu numele *Stratan* – 2805, cu forma *Strătan* – 7, cu numele *Straton* – 193 de persoane, cu numele *Stratulat* – 3303 persoane, cu forma *Strățulat* – 48, cu numele *Strătilă* – 324 și cu formele incorecte *Strătila* – 4 și *Stratila* – 542 de persoane.

## Urcuș spre nemurire

Dragi colaboratori ai revistei NATURA,

Vă scrie fidela dvs. cititoare și prietenă, Zinaida Mardare, profesoară la Gimnaziul „Antonie Plămădeală” din s. Stolniceni. Vreau să vă spun nu prima dată – iubesc această publicație și o abonez de foarte mult timp. Acum le-am trezit interesul și altor consăteni și anul acesta s-au abonat mulți și simt că am făcut un lucru bun, deoarece în paginile revistei oamenii găsesc informații utile, sfaturi, rețete tradiționale de tratament. Vă doresc cât mai mulți cititori, o meritați pe deplin!

Prin intermediul revistei vreau să comunic și despre câteva evenimente foarte importante pentru elevii noștri, desfășurate la finele anului trecut.

La final de noiembrie la Gimnaziul „Antonie Plămădeală” l-am avut oaspete drag pe sfătosul pedagog, psiholog, părinte

al copiilor – Aurelian Silvestru. Pentru elevii noștri a fost un moment crucial – o discuție sufletească, încărcată cu energie pozitivă. La plecare, dl Silvestru a donat bibliotecii un mare set de cărți din colecția dlui, citite atât de copii, cât și de maturi.

Iar la început de decembrie Biblioteca raională „Antonie Plămădeală” din Hâncești a găzduit un eveniment de amploare – simpozionul aniversar „Urcuș spre nemurire”, dedicat celor 90 de ani de la nașterea Mitropolitului. Au participat scriitorii Nicolae Dabija și Vladimir Beșleagă, Grigore Ciocan – reprezentant al Muzeului de Literatură, episcopul Antonie de Orhei, preoții de la Mitropolia Moldovei și a Basarabiei, elevi, profesori. La simpozion au fost anunțați câștigătorii concursului raional dedicat marelui cărturar Antonie Plămădeală, născut la noi, la Stolniceni. Astfel, locul întâi i-a revenit lui

Alexandru Plăcintă, elev în clasa a IX-a la Gimnaziul din Stolniceni; locul doi – Svetlanei Samson, fosta noastră elevă, în prezent studentă la Colegiul de Construcții Hâncești.

Îmi amintesc de anul 2000, când după mulți ani de străinătate Antonie Plămădeală a revenit la baștină și de la școală 100 de elevi și profesori l-au însoțit până la casa lui părintească. Cu câte emoții își amintea de prietenii de copilărie, de oamenii care i-au completat viața. Am simțit cu adevărat ce înseamnă sentimentul patriotismului, când în fața porții (care nu mai e cea din copilăria lui) a îngenunchat, a luat pământ în pumn și a început să-l sărute, rostind: „Cât de mult am visat să te revăd!”

Ce bine ar fi dacă acest frumos sentiment ar fi sacru pentru locuitorii țărișoarei noastre Moldova.

Cu drag, a dumneavoastră

Zinaida MARDARE,  
Stolniceni, Hâncești

Din poșta redacției

## NATURA, publicația noastră preferată

Dragă redacție,

De mai mulți ani revista NATURA a devenit publicația preferată a familiei mele și a discipolilor mei de la Liceul Teoretic „Mihai Eminescu”. Revista ne-a fost de mare ajutor în cadrul orelor de educație ecologică și nu numai. NATURA este adevărată comoară pentru noi, oferind un bogat material informativ-cognitiv care ne servește drept sursă suplimentară pentru disciplinele școlare. Este, de asemenea, o frumoasă lecție de dragoste față de Țară, față de bogățiile ei și a lumii care ne înconjoară, învățându-ne să apreciem, să ocrotim „corola de minuni a lumii”, să sporim minunățiile ei. Vă mulțumim din suflet!

Lilia ROTARU, profesoară de biologie,  
Liceul Teoretic „M. Eminescu”, Hâncești

## Biblioteca, sufletul comunității

Cine a trecut pragul bibliotecii noastre, fie și o singură dată, de acum încolo n-o mai poate ocoli. De ce? Pentru că aici e locul de exersare și practicare a deprinderilor de lectură, de asimilare a valorilor culturale. În contextul exploziei informaționale actuale, capacitatea bibliotecii de a asimila informații din cele mai diverse domenii sporește necontenit. Faptul că, în sfârșit, facem și noi parte din Programul Novateca ne dă posibilitatea de a merge în pas cu cerințele vremii.

Biblioteca Publică Orășenească „Ion Creangă” oferă gratuit servicii, cum ar fi: „Pas cu pas în lumea calculatorului”. Aici

e vorba de instruirea elevilor cu vârsta cuprinsă între 14-18 ani, din familii social vulnerabile; instruirea membrilor Asociației obștești „BIOTOP”, care oferă consultație în domeniul agriculturii etc.

În cadrul campaniei „Ne vedem la bibliotecă” utilizatorii beneficiază de servicii noi, moderne, participă la diferite activități, care le trezește interesul și le stimulează creativitatea.

Prin proiectul „Biblioteca fără pereți” ne-am propus să facem cunoștință publicului cititor cu cărțile noi apărute, cu literatură din diverse domenii.

Câmpul de activitate al bibliotecii cuprinde și o gamă largă de manifestări

culturale – concursuri, mese rotunde, dezbateri, prezentări de cărți. Sperăm ca în anul 2017 să oferim cititorilor noștri și mai multe servicii și de o calitate mai înaltă.

Îmi exprim toată recunoștința față de colaboratorii bibliotecii care au dat dovadă de pasiune, inspirație întru inițierea unor cluburi, cenacuri literare, organizate lunar. Bucură nespuse bibliotecă noastră a devenit locul unde utilizatorii își petrec timpul cu plăcere și cu mult folos.

Eugenia GUȚANU, directoarea BPO „Ion Creangă”, Florești

### Colegiul redacțional:

Alecu Reniță (redactor-șef),  
Lilia Curchi (redactor coordonator),  
Paraschiva Mămăligă (secretar),  
Petru Pascaru (designer), Ionel Căpiță,  
Dinu Rusu, Gheorghe Budeanu,  
Sorenela Reniță, Silvia Ursul,  
Sânziana Pop (șef de redacție „Formula AS”),  
Cristian Lascu („National Geographic”  
România), Mihai Ogrinji („România  
Pitorească”), Dan Hazaparu (FDDR),  
Vasile Șoimar, Elena Scobioală, Ioana  
Bobâna, Ludmila Hârjău, Lilia Cazacu.

### NATURA

Orice articol publicat în revista „NATURA” reflectă punctul de vedere al semnatarului și poate să nu coincidă cu cel al redacției.

Adresa redacției: str. S. Lazo, nr. 13,  
or. Chișinău, 2004, Moldova  
tel./fax: 23-71-49

E-mail: natura@natura.md  
Pagina WEB: http://www.natura.md  
facebook.com/Natura.md

Tipar: Editura „Universul”  
Tiraj: 5000 ex. Comanda: 2061

# 15 IANUARIE, ZIUA POETULUI NAȚIONAL AL TUTUROR ROMÂNILOR, MIHAI EMINESCU

## ZIUA CULTURII NAȚIONALE



Grigore Vieru

### Eminescu

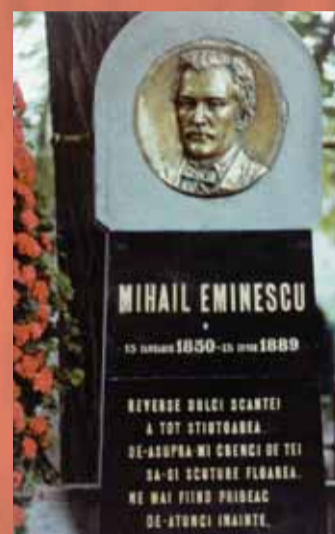
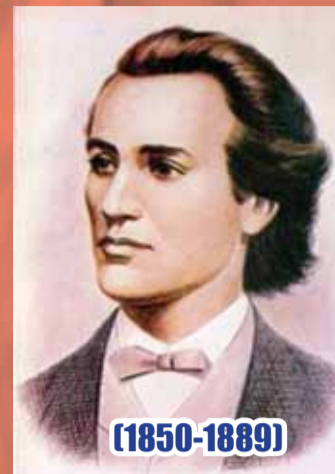
Interpretat de Doina și Ion  
Aldea-Teodorovici

La zidirea Soarelui, se știe,  
Cerul a muncit o veșnicie,  
Noi, muncind întocmai,  
ne-am ales cu,  
Ne-am ales cu domnul Eminescu.  
Domnul cel de pasare măiastră,  
Domnul cel de nemurirea noastră -  
Eminescu.

Suntem în cuvânt și-n toate,  
Floare de latinitate  
Sub un cer cu stele sudice!  
De avem sau nu dreptate,  
De avem sau nu dreptate,  
Eminescu să ne judece.



Arborele Eminescu. Stampă de Aurel David



Alexandru Vlăduțu

### Lui Eminescu

Tot mai citesc măiastra-ți carte,  
Deși ți-o știu pe dinafară:  
Parcă urmând șirul de slove,  
Ce-a tale gânduri semănară,

Mă duc tot mai afund cu mintea  
În lumile de frumuseți,  
Ce-au izvorât, eterni luceferi,  
Din noaptea tristei tale vieți...

Și te-nțeleg te simt aproape:  
Cu-aceeași suferință-n față,  
Cu ochii gânditori și galeși,  
Sătul de trudnica-ți viață.

A, nu mă mir că ți se dete  
O zodie atât de tristă,  
Că, zburcumat de-atâtea patimi,  
Răvnești pe cei ce nu există,

și că potop de negre gânduri  
Se strâng și ți se zbat sub frunte:  
Pe veci întunecații nouri  
Sunt frații vârfului de munte!

O, dacă geniul, ce scoase,  
Ca din adâncul unei mari,  
Din fundul inimii zdrobite,  
Comoara asta de cântări,

Nu te-ar fi ars zvâcnindu-ți tâmpla  
De flăcările năbușite,  
Ce-ți lumineau ale gândirii  
Împărății nețarmurite,

Și de-ar fi fost lăsat prin lume  
Să treci ca orice om de rând,  
Ce lesne-ai fi pus frâu durerii  
Și răzvrătitului tău gând!

Și cât de fără de pășare  
Ai fi privit atunci la toate  
Mizeriile-n cari lumea  
Ursită-i pururea să-noate!

Dar ți-a fost dat să fii deasupra  
Acestor inimi seci și strămte.  
Și tu să-nduri toată durerea  
Pe care lumea n-o mai simte.

Să plângi tu plânsul tuturor...  
Din zburciumul eternei lupte.  
Să smulgi fulgerătoare versuri,  
Bucăți din inima ta rupte...

S-aprinzi în bolta vremii aștri  
Din zborul tristului tău gând...  
Văpaie!... Ce-o să-i pese lumii  
Că tu te mistui luminând?



Luceafărul. Pictură de Sabin Balașa

Mi-l fură, Doamne, adineauri  
Pe înaltul domn cu tot cu lauri.  
Mă uscam de dor, în piept cu plânsul,  
Nu știam că dor mi-era de dânsul,  
Nu știam că doina mi-o furară  
Cu străvechea și frumoasa Țară - Eminescu.

Acum am și eu pe lume parte:  
Pot îmbrățișa măiastra-ți carte,  
Știu că frate-mi ești și-mi ești părinte,  
Acum nimeni nu mă poate minte.  
Bine ai venit în casa noastră,

Neamule, tu, floare mea albastră - Eminescu.  
Suntem în cuvânt și-n toate  
Floare de latinitate,  
Sub un cer cu stele sudice!  
De avem sau nu dreptate,  
De avem sau nu dreptate, Eminescu să ne judece!

Să ne aducem pururi aminte  
De Mihai Eminescu, cel mai  
ales între toți scriitorii acestui  
neam, apărut pe neașteptate  
în literatura lăncedă și  
convențională a epocii, în viața  
lui scurtă a dus arta poeziei  
la înălțimi neîntrecute până  
astăzi, îmbogățind ritmul,  
rima și expresia artistică, a dat  
cuvintelor simple valori nouă  
și armonii surprinzătoare,  
sentimentelor adâncime unică,  
viziunilor orizont nemărginit.

Mihail SADOVEANU

Recitindu-l pe Eminescu  
ne reîntoarcem, ca într-  
un dulce somn, la noi acasă.

Mircea ELIADE

Eminescu e întruparea  
literară a conștiinței  
românești, una și  
nedespărțită.

Nicolae IORGA

ISSN 1857-2677



9 771857 267700