

# FOAIA POPORULUI



CEA MAI VECHIE FOAIE POPORALĂ, ÎNFIINȚATĂ ÎN ANUL 1892

Se pare în fiecare Duminică  
sub direcția unui comitet  
înscris în Reg. Publ. la Tribunalul Sibiu sub Nr. 87-1943.

Organ al Asociației „Astra”

Redactor responsabil: **Nic. Nicoară-Dohârceanu**

Redacția și Administrația:  
SIBIU, Str. Șaguna 6. Telefon 83/A  
Taxa poștală plătită în numerar, conform aprobării Nr. 96.646/1943

## Ordinea morală

În cumplitele vremuri pe care le trăim omul e  
la mari și grele ispite. Sa poate auzi multă  
spunând: poate nici nu este Dumnezeu, căci  
ar fi cum ar putea. El îngădui să se întâmple  
omenia grozăvii în lume cum sunt și bombardă-  
aeriene a populației pacifice? Alții chiar dintre  
cari se cred creștini buni sunt ispitiți să învinu-  
că pe Dumnezeu că lasă să birue pe cei cari  
sunt bătut joc de creștinism și l-au prigonit ca pe  
peimea păgânilor, în primele veacuri. Alții, în ispi-  
ta lor, spun că Dumnezeu și-a uitat de lume și  
de oameni.

Mulți dintre aceia cari nu s'au gândit la Dumne-  
zeu cu anii, nepăsându-le de El și de rânduelile  
săi, azi sunt mereu cu numele Lui sfânt pe buze,  
dar nu pentru a-l slăvi, țeci a-l trage la răspundere  
pentru ceea ce se întâmplă pe pământ.

Așa e blestemul țării noastre: în greutăți și  
în nenorociri să ne judecăm cu Dumnezeu, uitând că  
suntem noi și cine este El. Când dreptul lov-  
ește pe gunoiu plin de bube rele, din creștet până  
la picioare, nevastă-sa însăși îl batjocorește pentru  
ce nu se închină pe Dumnezeu, ci i-a rămas credincios.

Adevărul este însă unul singur: nu Dumnezeu  
s'ar învovă pentru nenorocirile ce vin peste noi, ci noi  
înșine. Nenorocirile din lume nu pot fi împiedicate  
decât dacă oamenii păstrează și țin ordinea morală,  
ordinea morală dată de Dumnezeu neamului omenesc:  
să se iubească și să se teamă de Dumnezeu și să  
se țină cu sfințenie poruncile Lui.

Dacă Soarele s'ar stinge, dacă stelele ar cădea  
din cerșul lor, dacă râurile ar curge înapoi, dacă  
pământul n'ar mai rodi, — omul ar putea spune că  
Dumnezeu e la mijloc, și El a hotărât sfârșitul lu-  
mii. Ce nenorociri ar urma atunci! Însăși viața  
omenească s'ar stinge pe pământ. Dar toate acestea  
nu se întâmplă pentru că lucrurile firii își țin legile  
și poruncile lor de Dumnezeu.

Numai omul, prin voința lui liberă, e în stare să  
nu se țină legea dată lui: ordinea morală. Cum ar  
putea învinui un ucigaș pe Dumnezeu că i-a nenor-  
ocit viața și l-a dus la spânzurătoare? El singur  
s'ar vinovăț să nu ucidă și să trăiască fericit. Cum ar pu-  
tea învinui pe Dumnezeu un preacurvar că i-a stric-  
at traiul bun în casă? Nu avea decât să se fere-  
ască de păcat pentru a fi fericit. Tot așa și ne-  
norocirile de azi, nu-s trimise de Dumnezeu, căs-  
ăzate de călcarea celor zece porunci de către ne-  
amuri și popoare întregi. Și nu vor înceta, decât când  
omnirea va ținea legea ei morală.

## Iată că și Ungurii ne recunosc dreptatea

În lupta pe care poporul românesc din Ardeal  
susține prin scris și graiu viu, împotriva nedrep-  
tății ce ni s'a făcut, prin actul de arbitraj dela Viena,  
ce stau într'ajutor, mai ales de un timp încoace,  
sunt chiar și unii din foștii reprezentanți ai vieții  
publice maghiare.

Și iată cum: Comitetul unguresc din Londra  
a format nu de mult, și-a alcătuit zilele trecute programul  
de activitate, care cuprinde 9 puncte. Acest comitet  
este condus de contele Karoly Mihai în etate de

## Se seamănă moarte și mizerie

Mulți ne aducem aminte de vremurile nestor-  
nic și pline de nemulțumiri în toată lumea de  
după primul războiu mondial. Deși a încetat atunci  
războiul și s'a pus pace, oamenii erau nesiguri pe  
ziua de mâine, mereu îngrijorați. Lipsurile de tot soiul  
erau mari. Averele, câștigul erau nesigure. Bani și-au  
pierdut prețul, căci se tipăreau tot mai mulți să ajungă  
pentru viața tot mai scumpă. S'a ajuns ca în țările  
mari industriale, milioane de muncitori să nu mai  
capete de lucru, cu lunile și cu anii, încât trebuia  
să-i țină statul bătând bani tot mai mulți, ceea ce nu  
s'a mai întâmplat niciodată în trecut. Țările bogate

### 15 Maiu 1848

Fraților, nădejde bună! Fiți cu toți în veselie!  
Căerul însăși ocrotește scumpă noastră Românie;  
Azi e ziua de 'nviere a românului popor  
Care singur își urzește dulce, mândru viitor.

Priviți cerul cum se 'ntinde ca o mare 'nșeninată;  
Priviți soarele ce aruncă o lumină 'nflăcărată;  
Priviți văile 'nflorite, codri, munții înverziti!  
Căerul, Soarele, pământul astăzi sunt împodobiti,  
Căci e ziua mult dorită, căci e ziua mult măreață,  
Unde falnic se ridică România îndrăzneată.

Fraților, nădejde bună! Azi sub cerul fără nori  
Libertatea, România se 'ntâlnesc pe câmpi de flori  
Și 'nnoesc în fața lumii a lor vecinică 'nfrățire,  
După-o luptă dureroasă și fatală despărțire.

Fraților, nădejde bună! Viitorul ce urziți  
Va fi vrednic de trecutul al strămoșilor slăviți...  
Bărbăția și unirea între voi de-acum domnească,  
Și strigați în libertate: România să trăiască!

VASILE ALECSANDRI

din America de miazăzi cari trimiteau bucate în Eu-  
ropa, au ajuns să ardă locomotivele trenurilor și  
vapoarelor cu cucuruz și cu cafea, pentru că Europa  
tot nu avea bani destui, bani buni, cu care să le  
cumpere la un preț ridicat, cât cereau ele.

Fiecare țară credea că la ea acasă e mai rău  
ca în altele. Erau învinuite guvernele, cari cădeau  
de azi pe mâine, pentru a încerca altele să micșor-  
eze suferințele, cari, la rândul lor, nu reușeau.

Târziu, după vre-o zece ani după încheerea  
păcii, lumea a început să înțeleagă că aceste rele  
mari se datoresc pierderilor de vieți omenești și de  
bunuri materiale, pe cari le-a distrus războiul cu ne-  
miluita. Toate neamurile din războiu și rămase afară  
din războiu, au pierdut averi formidabile: pe arme,  
pe muniții, pe echipamentul și hrana soldaților. Alte  
averi s'au risipit în distrugerile războiului de pe câmpu-  
rile de luptă: orașe, sate, poduri, căi ferate.

În urma distrugerilor primului războiu mondial,  
a rămas un mare gol de oameni și de averi, și din  
golul acesta au urmat toate suferințele de după războiu.

Și, totuși, neamurile mari ale lumii n'au învățat  
nimic din ce s'a petrecut înainte numai cu douăzeci  
și cinci de ani. În războiul de acum distrugerile în  
vieți omenești și în averi sunt și mai grozave: se  
seamănă moartea și mizeria nu numai pe câmpurile  
de luptă, ci și acasă, în spatele fronturilor. Milioane  
de oameni pacinici își pierd în bombardamentele  
aeriane, tot ce au câștigat într'o viață.

Sărăcia și lipsurile vor fi mai mari la sfârșitul  
războiului de acum. Toate țările vor ieși din el cu  
datorii grele și greu de plătit. Nemulțumirile vor fi  
mai mari ca în trecut.

Și, totuși, lumea nu se cumintește și nu caută  
cu un ceas mai devreme să le facă: iubirea între  
oameni, libertate și dreptate tuturor neamurilor.

## Urmări ale războaielor

Temeiul mulțumirii și fericirii în familie este să-  
nătatea trupului și sănătatea sufletului. Aceasta din  
urmă izvorăște din ținerea legii morale în familie:  
soții să se iubească și să-și fie credincioși toată  
viața; să poarte bine seama de educația copiilor lor;  
iar copiii să cinstească pe părinți și să asculte de ei.

Războiul nu distruge numai bunuri materiale;  
ci și bunuri sufletești. Între acestea pe cel principal:

legea morală care stă la temeiul fericirii familiare.  
Nici odată nu se întâmplă atâtea păcate împotriva  
poruncii a șesa ca în vreme de război. Femeile, din  
satele și orașele peste care trec și se retrag arma-  
tele sunt batjocorite, fetele necinstite deseori în-  
chip sălbatec, sub ochii părinților. Fiara din om nu  
mai respectă nimic. Boalele rușinoase nici odată nu  
se lăfesc așa de grozav ca în războaie.

Familii sunt desonorate.

Dar uneori necinstirea lor se face și la spatele  
fronturilor, în cuprinsul țărilor. Sunt femei și bărbați  
rămăși acasă, cari nu mai dau nimic pe sfințenia  
familiei.

După războiul trecut au intrat în viața popoa-  
relor două rele mari: mulțime bolilor numite vene-  
rice, și o vedită neascultare a copiilor de părinții lor.  
Amândouă sunt urmările imoralității care a năpădit  
în familii în decursul războiului trecut.

Să fim cu mare grijă ca la sfârșitul războiului  
de acum să nu ne trezim cu aceste rele mari spor-  
rite. Ar fi nu numai un greu păcat, ci și o mare  
primejdie națională.

70 ani, care pe timpuri a fost prim ministru al Un-  
gariei. În programul de lucru al acestui comitet ma-  
ghiar, unul din puncte cuprinde alungarea germa-  
nilor din Ungaria și liberarea țării. Dar punctul cel  
mai important pentru noi este acela prin care se  
arată nerecunoașterea alipirii la Ungaria a teritorului  
din Ardealul de Nord.

Iată, deci, că până și Ungurii ne recunosc drep-  
tatea cauzei noastre.



## Pe urmele Domnului

### „Vină împărăția Ta”

A doua cerere din rugăciunea Domnului este: „Vină împărăția Ta”. După ce ne rugăm în prima cerere ca numele Domnului să fie slăvit și sfințit de către oameni, să fie venerat, închinat și iubit de noi ca singurul nume „preasfânt” din lumea întreagă. În a doua cerere ne rugăm să vină împărăția lui Dumnezeu pe pământ.

Mântuitorul a venit în lume pentru ca să aducă și pe pământ împărăția lui Dumnezeu din cer. Încă la Nașterea Sa, ingerii vesteau care vor fi semnele acestei împărății, când cântau: „Mărire intru cele de sus lui Dumnezeu, și pe pământ pace și între oameni bună învoire”. Semnele pentru această împărăție sunt deci: pacea și bunăvoința între oamenii care slăvesc pe Dumnezeu din ceruri, cum îl slăvesc și puterile cerurilor: ingerii.

Împărat adevărat, și nu numai cu numele, este desigur acela de care asculta toți supușii săi, îi știu poruncile, îl și iubesc dar se și tem de el, știind că are putere și drept să-i pedepsească dacă nu-l ascultă.

Împărăția lui Dumnezeu în lume se întemeiază pe această iubire și ascultare de Săpânul tuturor. și tot prin această iubire și ascultare de poruncile lui se câștigă și „pacea și bunăvoința” între oameni, schimbându-i în cetățenii ai împărăției lui, de pe pământ.

Căci nici un suflet omenesc nu are și nu poate avea „pace” dacă-i calcă poruncile. „Nu este pace celor fără de lege”, zice Scriptura. Și nici om cu om nu poate trăi în pace și bunăvoință, nici popor cu popor, dacă nu țin poruncile lui Dumnezeu, dacă nu respectă viața, libertatea, avutul, numele bun al deaproapelui său. Adică dacă nu țin cel puțin cele zece porunci

## Calendarul săptămânii

Luna Mai

| Dum. Orbului, După Pent. și sărb.  | VREMEA                          |
|------------------------------------|---------------------------------|
| Luni 22 M. Vasilisc                | (După calendarul pe 140 de ani) |
| Marți 23 P. Mihail                 | 1—4 bine, 5 nor, 6—7            |
| Mercur 24 P. Simeon                | noaptea frig, 8-11 bine.        |
| Joi 25 In. D-l. Ziua Er.           | 12 ploaie, 13—19 me-            |
| Vineri 25 Ap. Carp.                | steacat, 20 bine și cald,       |
| Sâmb. 27 M. Terapont               | 21—24 ploaie, frig și           |
| Dum. 28 P. Nichita                 | vânt, 25 bine, 26 ploaie        |
| Dumineca Sfinților Părinți D. Pent | mare și grindină, 27            |
|                                    | nor, 28—30 senin, 31            |
|                                    | ploaie.                         |

### Cucule ce cântă prin nuci

Cucule ce cântă prin nuci  
Vara vii, vara te duci,  
Mă mir iarna ce mănânci.  
— Mănânc putregiul de fag  
Să cânt codrului cu drag  
Și să umbla tot pribeag,  
Și becu apă din vâlcele  
Să cânt codrului cu jele,  
Și beau apă din izvor  
Să cânt codrului cu dor.

Dumnezești. Împărăția lui Dumnezeu în cer este o împărăție de ascultare din iubire, și ia dă pace și fericire negrăită ingerilor și sfinților. Ea va veni, va cobori și pe pământ când oamenii muritori vor asculta din iubire pe Dumnezeu și vor trăi în frație cu deaproapele, tot din iubire.

Împărăția lui Dumnezeu este coborâtă pe pământ în sufletul oamenilor dreți: ei ținând poruncile lui, au pace, trăiesc în bunăvoință cu alții, nu se tem de nimic, și sunt fericiți încă din lumea aceasta. Împărăția lui Dumnezeu pe pământ o formează și acum toți creștinii cari se silesc să trăiască fără păcate grele, în sfințenie.

Împărăția lui Dumnezeu în lume va veni biruitoare peste tot la capătul veacurilor când Mântuitorul va stăpâni, în veci aș veci, peste toți sfinții lui.

Părintele Ion

# VENIȚI SUB STEAGUL „ASTREI”

DESPĂRȚĂMINTELE NOASTRE LA LUCRU

## Astra la Abrud

Despărțământul Abrud a organizat și în anul acesta, o școală țărănească ale cărei cursuri au fost inaugurate în ziua de 16 Martie a. c.

Nouăsprezece tinere fete ale moșilor din Bucium, Roșia, Cărpiniș, Corna, au primit timp de șase săptămâni, învățătură gospodărească, de igienă și puericultură primind hrană model și adăpost gratuit.

Meritul pentru îndrumarea tinerilor spre această școală revine în primul rând d-lui Primpetor T. Lascu ce cu chibzuință părintească se îngrijește de împlinirea nevoilor de tot felul din plasă, iar d. căp. A. Popescu comandantul garnizoanei are recunoștință pentru că a pus la dispoziție un local larg corespunzător pentru internat și cantină prevăzute cu paturi, saltele, pături și toate cele necesare, îngrijindu-se personal de zugrăvirea, vopsirea și amenajarea localului în acest scop.

Partea gospodărească din programul școlii a fost pusă sub îngrijirea unui comitet de doamne din Abrud care făcând cu schimbul au sacrificat câte o zi săptămânal stând în mijlocul elevelor pentru a le da folositoare sfaturi și îndrumări. Aceste doamne sunt: d-na Maria Dr. David, Prof. Sabina Trifu, Prof. Livia Banu, D-na Căpitan Popescu, D-na Iepure, D-na Angela Ciura și D-na Cornelia Sturza.

Partea didactică școlară din program a fost executată de D-na Dir. Filicia Petrescu cu întreg corpul profesoral al școlii de gospodărie de sub conducerea sa, D-na Prof. Theodoru Silberg-Soro-

ceanu; D. Dr. C. Ienei, D. Prof. Mureșanu, D-nii inv. Stoicanu și Suciu, cu prețiosul concurs al D-nei și D-lui Prof. Grigorovici refugiați în orașul nostru dela Cernăuți. Cuvinte de atențiune merită părintele I. Iepure care a îndeplinit cu prisosință funcțiunea de econom iar D. Magistrat P. Cimponeru poate fi numit „părintele școlii” pentru covârșitoarea muncă și bunul sentiment de părinte cu care s'a îngrijit de toate cele trebuitoare pentru asigurarea bunei funcționări a școlii.

## Comorile noastre populare

Poezia populară este oglinda sufletului românesc. Pentru străini ea este o comoară artistică, în fața căreia ei rămân uimiți. Nu același sentiment ne stăpânește pe noi și aceasta din simplu motiv, că foarte puțin cercetători români se apropie de acest juvaer al sufletului nostru colectiv.

Poporul iubește mult mai mult decât intelectualii poezia populară românească. O rostește la toate

In caz de alarmă aeriană, graba și lipsa de disciplină pot provoca mai multe accidente decât bombele avioanelor inamice.

Celor reținuți pe patul suferințelor „Foia Poporului” le împărtășește, prin slova sa, folositoare sfaturi duhovnicești și doftoricești.

## DIN SFATURILE DOCTORULUI IOSIA

### Aprinderea de creeri

Meningita este una dintre cele mai înfricoșate și mai primejdioase boale molipsitoare. Ea atacă deosebite copii în etatea fragedă și adeseori dă la moarte, între chinurile cele mai îngrozitoare.

Boala este pricinuită de un microb, numit d. cocul lui weichselbaum, care se găsește în nasul gâtului celor bolnavi, dar adeseori și în al celor sănătoși, cari însă au venit în atingere cu dolnavul. Așa și așa numiți purtători de germeni sunt totdeauna mai primejdioși pentru răspândirea boalei, decât suși bolnavul și cele mai multe molipsiri se fac prin purtătorii de germeni.

Boala spre norocire, se ivește mai rar și nu aici-colo auzim că ea ar fi luat o întindere mai mare în formă de epidemie.

După una, până în patru zile dela molipsirea bolnavul este deodată cuprins de friguri, i se urzește fierbințelile până la 39-40 de grade, începe să urzească și se plânge de dureri mari de cap. Durerile de cap se întesesc tot mai mult și se întind și dealungul capului și spinării și cei mai mulți bolnavi nu pot suferi lumina și cer ca odaia în care stau să fie întunecată.

Boala se întinde cu mare repeziciune asupra corpului întreg. După două-trei zile se întesesc mușchii cefei, așa încât bolnavul stă în pat ca răgnit și nu își mai poate apleca capul înainte. Înțepirea mușchilor se întinde apoi și asupra trunchiului încât bolnavul stă în pat încordat ca un arc, până la cele i se trage înlăuntru, formând ca un fel de sbitură, bolnavul se plânge de dureri în întreg corpul și tresare de durere la cea mai mică mișcare de atingere.

Fierbințeala se ține mereu ridicată la 39-40 grade, bolnavul nu mănâncă aproape nimic, nu poate dormi, este grozav de neliniștit, scrâșnește din dinți, cade într'un fel de toropeală și adeseori sbiară și sietor de durere.

Dacă boala este recunoscută din vreme, medicul chemat începe de îndată tratamentul cerut, când injecții repetate de ser antimeningococic în spinării, și dând și medicamentele mai noi numite sulfamide. Astfel de cazuri de cele mai multe ori vindecă, uneori însă nici tratamentul acesta nu poate tește pe bolnav de moștenirea grea a defectelor menite mai sus.

Orice caz de meningită cerebro-spinală epuizantă mică trebuie numaidecât anunțat autorităților și medicului. Bolnavul trebuie îndată deschilintit (separat) cu desăvârșire de către cei sănătoși. Toate ruștile hainele, vasele, etc. cu cari bolnavul vine în atingere trebuie cu deamănuntul dezinfectate. Nasul, gura și gura bolnavului, dar și a celor sănătoși cari stau în casă cu el, trebuie mereu și de mai multe ori pe zi bine curățite și dezinfectate, fiindcă numai astfel se putea pune stăvilă întinderii acestei boale îngrozitoare. În acest scop ne vom folosi de oleu omenolat și cerină iodată 1,80, vom face gargarisme cu apă de genată și în general vom păstra cea mai mare curățenie.

Defectele cari ar rămâne după vindecare, trebuie busec tratate în fiecare caz după prescripția medicului specialist.

Dr. I. Ștef

# AGRICULTURA - ECONOMIE - GOSPODARIE

## O școală practică

Am auzit pe mulți țărani de-ai noștri spunând, prilejul propagandei Astrei la sate: „Toate sunt frumusețe și frumoase ce ne spuneți, dar ce folos căci tot săraci și necăjiți rămânem. Arătați-ne ceva concret, care să ne ușureze viața și să ne facă mai buni, să putem înainta și noi ca alte neamuri”.

Oamenii de obicei nu vor să înțeleagă că pe ce li se spune nu are nici un folos dacă ei nu încearcă să săurmeze sfaturile bune, folositoare. Iată, de pildă, cooperarea nu-i decât școala practică pentru cei mari, bună anume pentru a le ușura traiul, pentru a le mări câștigul, pentru a le ușura cheltuielile, pentru a se convinge din experiență proprie întovărășirea oamenilor în muncă, în aprovizionarea cu cele trebuincioase, în desfășurarea activităților proprii, înseamnă creșterea bunăstării lor materiale. Dar școala aceasta practică trebuie să o învețe ei singuri, să umble cu încredere și sărguțose la ea, nu să o primească cu neîncredere.

Pentru ce să nu facă plugarii noștri de bună seamă ceea ce alții, în alte țări, au fost siliți de Stat să facă? Când în America pământul a început să se lucreze cu mașini, coloniștii agricultori cari lucrau în trecut au ajuns la sapă de lemn și au trebuit să vândă pe nimic moșiile celor ce lucrau în trecut cu mașini. În Rusia Statul a luat puterea pământului pe seama lui, făcând din moșiile unui sat, mai multe un singur colhoz, și pe cei ce s'au ocupat să i-au trimis în lagăre de muncă, împrăștiți prin Siberia.

Sistemul cooperativ lasă omului moșia sa ca proprietate particulară, dar ajută ca tot pământul unui

sat să poată fi lucrat în comun cu mașinăriile moderne. Agricultura merge spre lucrare în mare, cu unelte nouă. Oamenii noștri cari au luptat în Rusia în războiul de acum, au rămas minunați de recoltele de acolo, cât vedeai cu ochiul Ei au cunoscut însă că plugarii nu aveau din toată această recoltă decât prețul muncii lor, cu cât să trăiască și să se îmbrace.

Sistemul cooperatiei lasă plugarului nu numai pământul lui, ci și venitul întreg al recoltei lui, și încă sporit prin mai buna lucrare a pământului și o mai bună chivernisire.

E o școală de care trebuie să ne apropiem, pe care va trebui să o încercăm de bună voie, până nu va fi prea târziu să o încercăm de silă ca alții.

## Scormoniți pământul

Țara se găsește în plin război. Pentru a ajunge bine la capăt, trebuie ca armata noastră să fie bine aprovizionată și înarmată, iar populația civilă care lucrează pentru asigurarea victoriei, să aibe cele trebuincioase traiului.

Este datoria tuturor plugarilor ca prin munca lor dărză să producă bucatele de care țara are nevoie.

Nevoile fiind mari, plugarul trebuie să arate țării și lumii întregi că înțelegător al greutăților, va porni la lucru cu toată nădejdea, cultivând întreaga suprafață de pământ pe care o are.

Cine lasă pământul necultivat dovedește lenevie și nepăsare față de el, familie și țară.

## Profesoara de gospodărie

Lucreția Dr. Ôpreanu

### Ciorbă de lobodă

Loboda curățită de cotoare spălată în mai multe ape se opărește în apă fierbinte. Se scurge, se toacă mărunț cu un cuțit și se pune din nou să fiarbă în altă apă clocotită. Când s'a fiert se face din unsoare, făină, și ceapă un rântaș potrivit, se toarnă peste lobode, se adaugă sare, usturoi, pătrunjel și mărar verde tocat mărunț, se acrește cu lapte acru, iar când se dă la masă punem 4—5 linguri de smântână.

Cine dorește să-i dea un gust mai bun în ciorba aceasta pune și puțină carne afumată.

Să nu creadă surorile noastre că loboda este o burniană pe care o mânâncă numai animalele. Loboda este cea mai sănătoasă și cea mai hrănitoare buruiană. De altfel multe din buruienile ce nu se întrebuințează în bucătărie se folosesc la diferite medicamente. Sfătuim gospodinele noastre să o folosească loboda în bucătăria lor cu cea mai mare încredere.

### Mâncare de spanac cu lapte

Spanacul este o legumăde grădină ce se cultivă cu foarte mare ușurință, se curăță de cotoare, se spală în mai multe ape apoi se fierbe în apă clocotită. Se scurge de apă și se toacă bine cu un cuțit. Intre timp, într'o cratiță mai mică punem o lingură de unsoare să se încălzească, se adaugă o lingură de făină și se prăjește puțin. Punem spanacul, lăsăm puțin să se prăjească și el, stingem cu lapte unul, sau două pahare, punem sare, 3—4 căței de usturoiu tocat mărunț și după ce a fiert și s'a îngroșat ca și un sos, îl servim la masă cu friptură dorită de noi, ochiuri, de ouă, slănină friptă sau frigănele. Frigănelele au fost descrise, de noi într'un număr din anul acesta.

Această mâncare de spanac este foarte sănătoasă pentru copiii cei mici. Spanacul conține o materie hrănitore care ajută la întărirea oaselor și înmulțirea sângelui. Cum însă copiii cei mici au lipsă de alimente ce le întăresc oasele, sfătuim gospodinele noastre să cultive în grădinele lor această legumă de foarte mare preț și să-l pregătească familiilor lor de 2—3 ori pe săptămână.

## SFATURI FOLOSITOARE

### Moartea muștelor

Cel mai bun leac pentru a le alunga sau a distruge muștele: deschideți larg ferestrele și alungați-le cu un prosop. Inchideți apoi și faceți umbră. Puțin într'o farfurioară puțin oțet cu spirt tare și piavănătă și așezați-o la vedere. Muștele cari beau farfurie, vor muri.

### Vaca de lapte

O bună vacă de lapte este un izvor de bună stare în orice gospodărie. Dacă ea este atât de darnică avem datoria s'o îngrijim cu toată atenția, ocupându-ne de hrana ei, de adăpost, iar când o mulgem să ținem seama de anumite reguli, pe cari noi le vom publica aci.

## FOIȘOARĂ

### Mama

Amintiri despre îndrumătoarea de viață creștinească —

Sunt aproape patru ani de când am plecat dela casa lângă care am crescut, iar de atunci gândurile noastre aleargă peste granițele nedrepte ce ne despărțesc și o caută mereu pe mama.

Dacă încă nici acum nu putem merge ca să o vedem, totuși gândul care nu vrea să știe de astfel de hotărâri, mereu fuge acolo unde a rămas mama și cel puțin cu atât să ne aline dorul, de unde se întoarce întotdeauna cu amintiri duiosase.

Ca o mărturie că noi mereu ne gândim la mama noastră ocazia ca să trimitem mult prețuitei noastre mame, aceasta scrisoare cu amintiri ce ne sunt dragi pe care le mărturisim fiind ele ca un juvaer din viața noastră ce ne-a dat-o pentru sufletul nostru.

Mama creștină când își culcă copilul cu mâna face semnul Sf. Cruci peste perinița pe care o așază sub cap, iar când a adormit, înainte de a se culca de pe lângă leagăn sau pat, iarăși mai face semnul Sf. Cruci și peste el știindu-l numai așa apărat de orice primejdie.

Îndată ce copilul poate lega cuvinte mama îl învăță mai întâi rugăcinile, care totdeauna se încep și se sfârșesc cu semnul Sf. Cruci, iar acestea le fac

împreună privind spre Sf. icoană așezată deasupra patului pe perete, unde întâlnesc zâmbetul blând a Sf. Nicolae sau al îngerușului păzitor.

Dela mamă ne deprindem cu obiceiul nostru străvechi creștinec, ca atunci când intrăm în biserică ori ieșim, să sărutăm Sf. icoane care sunt așezate anume în locuri mai la îndemână, pentru îndeplinirea acestui obicei.

Mi-se pare și acum că mai simt încă din bucuria ce o aveam în copilărie, când mă duceam cu mama, ținându-mă de mână, la biserică, în fiecare Duminică sau sărbătoare și mă ridicam de subsuori, ca să sărut și eu Sf. icoane înșirate pe perețele acela care desparte tinda cu femeile de partea în care stau bărbații și pe care eu îl socoteam în vremea aceea tare înalt deși acum nu ia-și mai da decât ceva peste un metru. Și o auzeam atunci pe mama rugându-se la icoana Mântuitorului. Așa am învățat chiar atunci, după cele auzite dela mamă, că noi ne închinăm la acela al cărui chip e arătat în icoană și nicidecum la culoarea de pe hârtie sau sticlă ori scândură. Când a sosit vremea să merg la școală mama m'a dat în grija învățătorului și mi-a ales copiii care să-mi fie prieteni și cu care să stau în bancă. Și acum mi aduc aminte, cu drag, cum mama mă sfătuia mereu atunci când plecam de acasă la școală.

De se întâmpla vreodată ca atunci când trăgea

### Cețiți și abonați

## „FOAIA POPORULUI”

clopotul pentru slujbă la biserică noi încă să nu ne sculam din pat, mama venea și lua pătura zicând de trei ori: „Bună dimineața”, iar vara cu o urzică udă ne atingea peste picioare, aceasta ca să fim harnici tot anul spunea ea — așa că nu era chip să mai putem sta în pat lenevind-ne în vremea când clopotul chema pe credincioși la rugăciune.

Duioase amintiri mă poartă cu gândul la satul în care m'am născut, Văleni, județul Someș, unde, în anii copilăriei mele o vedeam totdeauna pe mama în noaptea Crăciunului cum chema în casă și omenește cu colăcei toate cetele de colindători cari, acolo, umblau de seara până în zorii zilei.

La Bobotează mama ducea acasă aghiasmă într'un vas de aveam tot anul, iar în săptămâna întâi avea grija ca fiecare să luăm dimineața din aceasta, înainte de mâncare.

Când se începeau posturile, în ziua întâi, nu mai pregătea nimic de mâncare până ce puneam la fiert în leșie toate vasele și nu ne mai îngăduia să mâncăm nici unul din casă mâncări de dulce până în ziua praznicului. La Sf. Paști, după ce veneam acasă dela biserică, luam cu toții mai întâi ouă roșii pe care le ciocneam rostind mama solia creștinească: „Hristos a înviat” — iar tatăl și noi răspundeam: „Adevărat că a înviat”, așa după cum și Mironosițele au vestit mai întâi Învierea Domnului.

Mamă fiilor tăi se ostenesc mereu ca să-ți aducă solia Învierii Neamului așa cum ne-ai vestit tot mereu Învierea lui Hristos.

Preot A. V. Vălenașu

## INFORMAȚIUNI

## = ULTIMELE ȘTIRI =

## ABONAMENTE:

|                                       |           |
|---------------------------------------|-----------|
| Pe un an — — — — —                    | Lei 500.— |
| Pe o jumătate de an — — —             | 250.—     |
| Pentru negustori și comercianți — — — | 700.—     |
| Instituții și autorități — — —        | 2500.—    |
| Abonament de sprijin — — —            | 6000.—    |

PREȚUL UNUI NUMĂR — — — — — LEI 7.—

● **O ZI ISTORICA.** Deși de un timp încoace sărbătorilor noastre naționale nu li s'a mai putut da atențiunea cuvenită, totuși nu putem trece cu nebagare de seamă, fără a aminti, că anul acesta la 15 Mai s'au împlinit 96 de ani, deci aproape un veac, dela marea și istorică adunare națională de pe „Câmpia Libertății”, dela Blaj. Cum la aceea adunare memorabilă s'a deschis lupta sfântă pentru recăștigarea libertății naționale și a drepturilor pentru talpa de jos a țării, cade-se să ne aducem aminte cu recunoștință de neînfricări stegari și luptători pentru marea cauză a neamului.

● **INCORPORAREA CONTIGENTULUI 1945.** Se vor încorpora toți tinerii contingentului 1945 (născuți în anul 1923) din întreaga țară. Pe aceeași dată se vor încorpora și tinerii din contingentul 1942—1944 din Basarabia și Bucovina de Nord. Prezentarea la Cercurile de Recrutare se va face astfel: Tinerii cari au primit ordin de chemare la încorporare se vor prezenta în localitatea specificată în ordinul de chemare, tinerii cari nu au primit ordin de chemare se vor prezenta la Cercurile Teritoriale, pe raza cărora locuiesc în prezent.

● **OBLIGAȚII PENTRU PERSONALUL MOBILIZAT LA MUNCILE AGRICOLE.** Personalul mobilizat pentru lucru în exploatarea agricole pe anul 1944—1945 din teritoriile evacuate este obligat să declare imediat la Camera Agricolă unde s'a stabilit, situația sa inventar, vite, dacă a arendat o altă moșie, etc. Camerele agricole cunoscând situația fiecărui evacuat va face propuneri Ministerului Agriculturii pentru menținere, respectiv transferarea ordinului de mobilizare pentru lucru, iar pentru cei ce nu mai îndeplinesc condițiunile se va cere anul rea. Situația fiecărui om ce îndeplinește condițiunile de a i se menține mobilizarea pentru lucru și după evacuare va fi comunicată și Camerei Agricole de crigină pentru ca aceasta să nu-i ceară anularea.

Restul mobilizațiilor pentru lucru din teritoriile evacuate vor fi ceruți de Minister din oficiu pentru anulare. Operațiunea trebuie terminată complet până la 1 Iunie cel mai târziu.

● **AU FOST DISTRUSE 13.925 DE IMOBILE PARTICULARE.** Pierderile și pagubele produse de bombardamentele aeriene anglo-americane pe teritoriul țării între 4. IV. — 8. V. 1944, au produs, pe lângă numeroasele victime, al cărui număr crește continuu pe măsura ridicării dărâmurilor distrugerii sau avarierii a: 13.925 imobile particulare, 47 instituții de cultură, 18 spitale și laboratoare, 14 biserică și cimitire și 21 înreprinderi cari nu constituie obiectiv militar.

● **NOUL PREȚ AL ZAHARULUI.** Monitorul Oficial publică decizia privitoare la noul preț al zahărului. Noul preț privește vânzarea cu amănuntul și a fost stabilit astfel: zahărul tos: 225 lei kgr.; zahărul cubic: 230 lei kgr.

● **URCAREA PREȚULUI LA TUTUN.** Incepând cu ziua de 14 Mai a. c. Casa Autonomă a Monopolurilor Statului a aplicat o nouă urcare la prețul produselor sale, printre cari tutunul și țigările. Să nădăjduim că cel puțin de data aceasta „cocoanele” își vor lăsa obiceiul nepotrivit pentru ele, mai ales în împrejurările de față, când unele din ele își petrec viața în mijlocul poporului dela sate.

## SITUAȚIA POLITICĂ ȘI MILITARĂ DE PESTE SĂPTĂMÂNĂ

Pe frontul militar, trebuie să reținem în darea de seamă asupra celor petrecute în cursul săptămânii, că în Italia, cele două armate aliate (a cincea și a opta) de sub comanda generalului Alexander, au deslășuit mult așteptata ofensivă. După ultimele știri cuprinse în comunicatele de războiu, pe frontul din Italia se dau lupte înverșunate, în vâltoarea cărora ambele tabere aruncă un bogat material de luptă — oameni și armament de tot felul.

De ci, s'ar putea spune că frontul italian reține în prezent atențiunea tuturor cercurilor militare mondiale. Trupele aliate din Italia se află acum, mai ales cele din armata a 5-a, în fața așa numitei linii „Gustav”, pe care germanii împreună cu trupele armatei fasciste au întărit-o cu tot ceea ce au crezut mai practic.

Cum luptele din fața acestei linii sunt abea la începutul desfășurării lor, nu se poate face, deocamdată, nicio prevestire. Totuși, înaltul comandament german, dându-și seama de uriașele forțe aruncate în luptă de către aliați, a luat măsuri pentru evacuarea întregii populații din regiunea care se întinde în spatele liniei de fortificații „Gustav”.

Situația pe frontul de răsărit continuă să rămână neschimbată de câteva zile și mai ales după ce trupele germano-române au părăsit orașul Sevastopol. Liniștea de pe frontul răsăritean nu ne dă însă, dreptul să socotim că ea va fi de lungă durată. Dimpotrivă, după pregătirile cari se fac din amândouă părțile, ne putem aștepta ca nu peste multe zile să se deslășue aci lupte deosebit de înverșunate și în măsură să tragă mult în cumpănă sortiile victoriei finale.

Că cine va lua aci ofensiva și de partea cui va fi izbânda, deasemenea nu se poate ști. În tot cazul pe poporul românesc îl interesează în deosebit lupta ce se va da în scurt timp la granițele noastre de răsărit.

Marea ofensivă pe care aliații au început-o zilele trecute în Italia de sud se crede a fi prevestitoare încercărilor de invazia pe continentul european. De unde se credea, că mai înainte se va face debarcarea pe coasta de vest și în alte puncte, cu flotă sprijinită de aviație, iată că această așteptare a fost înșelată și că aliații au pășit să dea lovitură pe frontul italian. Cu alte cuvinte sorocul invaziei din Vest, pentru care s'au făcut toate pregătirile, s'a amânat pentru o altă dată. Cu ce anume scop, rămâne ca aceasta să ne fie dat în vileag de evenimentele viitoare.

După unii se crede că debarcarea aliaților în Vest, se va produce în ziua când se va deslășui marea ofensivă rusească de pe frontul răsăritean.

Pe frontul diplomatic, trebuie reținut, printre altele faptul, deosebit de important, că Germania prin miniștrii săi plenipotențieri, și-a trimis răspunsul cu privire la încetarea exportului de diferite materiale necesare la fabricarea armamentului de războiu. Astfel, guvernul turc, cât și cel spaniol și portughez sunt în prezent în posesia răspunsului Germaniei.

## Prima vopsitorie

și curățătorie chimică românească din Sibiu

DUMITRU HANEA SIBIU, STRADA KAPP Nr. 2

(In curtea fabricii „Industria de Tricotaje”. Diucolo de Cîbin. - Stația de tramvaiu Biserica greco-cat). Toate lucrările branșei se execută cu nștiincios, cu garanție și în cel mai scurt timp. Încercați spre convingere!

Ce conține acest răspuns și cum anume va lua poziție Germania față de această „tragere pe sforă de către unele state pe a căror prietenie și neutralitate se sprijinea, rămâne să vedem.

Dupăce conferința primilor miniștri ai Doamnelor a luat sfârșit la Londra, s'a mai aflat prin altele, că în cadrul acelei conferințe s'ar fi discutat și planurile pe cari aliații urmează să le înlăpăte după terminarea războiului. Deși încă epurele în pădure, totuși aliații au alcătuit (desigur deocamdată pe hârtie) noile guverne și regimuri, cari avea sarcina să conducă diferitele state europene. De asemenea s'a lăsat să se înțeleagă că în cadrul conferinței dela Londra s'a pus în discuție și problema federalizării statelor europene, după calapodul celor din America. Cu alte cuvinte, aliații vor transforma și Europa într'un fel de „State unite”, fel încât să pună capăt gâlcevilor dintre popoare chestiune de frontiere, de limbă și de schimburi mărfuri.

Dar, cum spuneam mai sus, toate acestea s'au discutat în jurul unei mese. Despre o aplicare a formelor de această natură nu se poate vorbi practic decât atunci când războiul a luat sfârșit și cî se știe cine va dicta pacea și noua ordine europeană.

## Crimeea a fost complet evacuată

De îndată ce s'a simțit atacurile înverșunate de sovietici, înaltul comandament german a luat grabnice măsuri pentru evacuarea Crimeii. După ultimele știri sosite din Berlin numărul soldaților și al rănilor germani evacuați din Crimeea atinge cifra peste 180.000. Dintre aceștia peste 20.000 au fost transportați cu avioanele, iar restul cu vapoarele. Unele formațiuni germane cari s'au retras au fost compuse din 3 ofițeri și 74 de soldați, cari până în ultima clipă, au ținut focul cu inamicul, pentru a lesni evacuarea celorlalți camarazi.

Suntem curioși să știm cam câți ofițeri și răniți români au fost evacuați.

## Poșta Adm n sivat ei

**Soluția Gheorghe funcționar:** Am primit lei pe care sumă abonamentul Dvs. este plătit până la 1 Mai 1944. Pentru a nu vă sista trimiterea pe a vă rugăm a ne trimite și restul.

**Stănilă Hațieganu, Vulcan:** Foaiă vă merge gular începând cu ziua de 28 Aprilie 1943. Ne dărați pe trecut cu Lei 500. Vă rugăm a ne comunica dacă Veturia Hațieganu, care ne-a trimis Lei 500, este în legătură cu abonamentul Dvs. Dacă da, atunci ne mai datorați numai pentru viitor.

**Corici Constantin:** Abonamentul Dvs. cu Lei 500 trimiși este achitat până la 1 Mai 1944. Vă rugăm a ne trimite și restul pe anul curent.

## Achiță i de abonamente

Au binevoit a ne ușura din sarcinele materiei prin plata la timp a abonamentului următorii:

Lei 200, Duma Dumitru; Lei 90, Bucur Timotei; Lei 600 Radu Achim; Lei 750, Onica Ioan; Lei 500, Ioan Popa Zlatna; Lei 2400, Primăria Com. Scutari.

Lei 250, Gh. D. Manuku, I. T. Baloșin, Oraș. Axente, Parola Ioan, Ioan Silea.

Târziu George, Peteleară Gheorghe, Crăciun Nicolae, Ioan Avram, Ilie Moica, Ung. Vasile, Bateș Vasile, Bechira Gavriela, Butnariu Grigore, Herța Vasile.

Lei 300, Cian Sabiu, Dobrota Dumitru. Lei 500, Petru Circo preot, Ing. Teodor Privat.

Iuliu Strain avocat, Dr. L. Mitrofan, Lazar Zbarnea Stănu Vasile notar, Mihai Vasile inv., Ioan Necrescop, Gheorghe Lupșoi, Stănuțel Miron, I. Apolzean, Maxin Catana, Dr. I. Demian, Dr. I. Păcurariu, Dumitru Hațieganu, Mircea Fodorean, Nic. Lupu, Ioan Miclaus, Tofilat Ioan, Herman Vasile, Herța Diomid, Nic. Pușcă.