

REVISTA BĂILOR

ORGAN BI-SĂPTAMÂNAL AL STĂIUNILOR BALNEO-CLIMATERICE MARITIME

Redacție și Administrație, Constanța Strada Mircea No. 5

Publicaționi după tarif și în valoare

Efectele băilor de nomol și de mare

Creșterea în greutate, după cura în stațiunea Movila Tekirghiol

Se crede în general că băile de sare și băile de mare slabesc și că îngrășarea nu se produce decât ceva mai târziu. Din lucrarea d-lui dr. Horia Slobozianu asupra creșterii în greutate după cura în stațiunea Movila-Tekirghiol, găsim date exacte asupra acestei chestiuni. Bazat pe un mare număr de observații (1500 cazuri) autorul ajunge în această documentată lucrare la concluziuni, care au un deosebit interes.

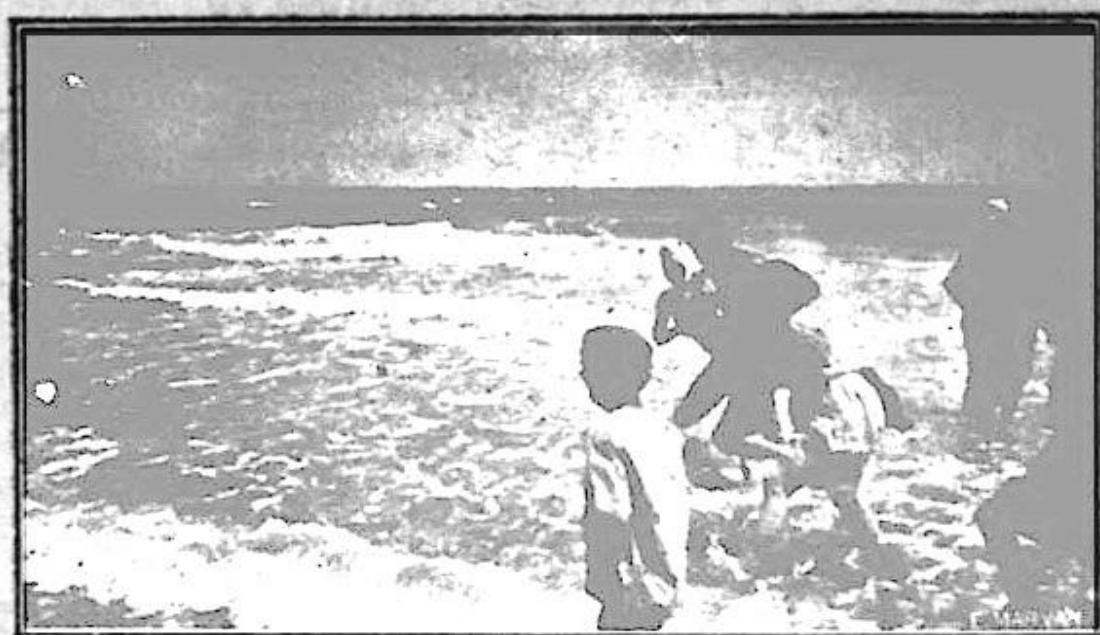
După băile calde de nomol, adulții au creștere în greutate, în 70 la sută din cazuri. După băile reci de lac creșterile sunt de 76 la sută.

Copiii au prezentat după băile temperate de apă de lac 88 la sută creșteri în greutate. Urmează apoi copiii, cari au făcut băi reci de lac cu 82 la sută creșteri. Băile alternante de lac și de mare au dat creșteri în 76 la sută, băile de mare au creșteri într-o proporție și mai mică, acesta din cauză că băile reci măresc schimbările nutritive și fenomenele de oxidare cu atât mai mult cu cât temperatura apei este mai coborâtă.

Intr'un capitol aparte autorul se ocupă de simptomele de intoleranță, de saturatie și de febra marină. Dacă publicul nostru ar urma mai deaproape prescripțiile medicale, numărul de alțfel mic al persoanelor, cari se simt enerivate sau slabesc la mare, ar fi și mai redus. Este nevoie să se facă o acclimatizare treptată și să nu se abuzeze de băile de soare, de băile calde sau de băile reci.

Trebue relevat că nu se face destulă deosebire între acțiunea băilor de mare și aceea a băilor făcute în lacul Tekirghiol. Această chestiune trebuie bine precizată, alțfel se fac greșeli ca aceea că se trimit la mare copii rachitici, scrofuloși, cu localizări tuberculoase, în loc să fie trimiși să facă bai de apă sărată și de nomol. Altă greșală este risipirea, colonilor maritime dealungul coastei în loc să fie grupate în jurul lacului Tekirghiol, ca să profite copiii suferinții de nomol și de apă sărată a lacului, care este atât de eficace.

Ar fi ușor de evitat asemenea greșeli dacă s-ar ști că între apa Mărei Negre și apa lacului Tekirghiol sunt mari deosebiri. Marea Neagră este foarte puțin



MANGALIA. — Băile de mare populare

mineralizată. N'are decât 15,8 gr. săruri la litru dintre care 12 gr. clorur de sodiu (sare de bucătărie). Comparată cu alte mari și oceane apa Mărei Negre este foarte slabă. Marea Mediterană are 46 gr. săruri la litru, Oceانul Atlantic 33 gr. Apa lacului Tekirghiol este de șease ori și jumătate mai concentrată decât apa Mărei Negre. Lacul are 97 gr. săruri la litru dintre care 78 gr. clorur de sodiu. Se înțelege de aici de ce efectul băilor de lac este cu mult mai superior aceluia observat după băile de mare. Apa lacului are o temperatură mai ridicată și mai constantă decât marea, a cărei temperatură variază dela un moment la altul și atinge ușor 12°—10° și chiar 8°. Aceste schimbări bruse expun la răceli, enervează și obosesc mai ales temperamentele nervoase și constituțiile debile și nu convin copiilor.

Știri Diverse

Tekirghiol-Băi. — Dela 1 iulie crt. a sosit în stațiune muzica Regimentului 91 infanterie din Alba Iulia, fiind angajată pe tot timpul sezonului,

VIZITĂTÎ Piața Independenței 11
Unica Expoziție de Broderii în Fileuri

Perdele, Cuverturi, Bonfame etc.
în toate desenurile
Executate în atelierele proprii de sub conducerea D-nei Nicolaea D. Enescu singura profesoră în acest gen din țară

VIZITĂTÎ
Marele și Elegantul Restaurant
BRISTOL
Piața Independenței No. 6
Brasserie-Berărie-Cofetărie
BUCATARIE
NAȚIONALA, FRANCEZĂ și GRECO-ORIENTALĂ
Ca toate felurile de Pește
Zilnic Proaspete
GRATAR SPECIAL La DEJUN și SEARA

de către primăria Techirghiol, spre a delecta publicul vizitator.

Eforie. — Asociația „Prietenii Mărei”, care se află în tabără la Eforie, pentru tot timpul verii, va organiza Sâmbătă 13 iulie a. c., orele 9 seara un frumoas festival artistic.

Serbare Nautică la Carmen-Sylva

Duminică 14 crt. va avea loc la Carmen-Sylva o Serbare Nautică organizată de către vasul scoală „Mircea”, sub auspiciile Ligii „Navale Române”.

Programul va începe la orele 2.30 p. m. cu eșirea în mare a navei cu vele pentru amatori, după care urmează concursuri de înnot pentru doamne și domni.

Seara la orele 9.30, va avea loc o seră venetiană cu dans la bord.

VIZITĂTÎ
Restaurantul Parcului
TRAIAN
Cu splendida Grădină de vară
Str. Traian 14 (Intrarea prin Str. Carol 9)
Bucătărie Internațională - Gratar Special - Curățenie Exemplară
— Prețuri modeste —

Onor VIZITATORI!

Nu cheltuiți banii pe nimicuri ci **VIZITAȚI** Magazinul de Ceasornicărie, Bijuterie și Optică

HAGI PINCUS ŠAPIRA

CONSTANȚA

str. CAROL 22

Unde găsiți CADOURI de toată frumusețea cu PUTINE PARALE Obiecte dela 10 lei până la 100.000 lei bucata. Verighete și Cadouri de Logodnă. Singura Fabrică de OCHELARI

SALON DE CORSETE DIN BUCUREȘTI

Str. TRAIAN No. 5

Ultimile noutăți ale sezonului 1929

Burliere, Mailouri Medicale, Sutienes, Port-Jartiere etc.

Pentru sezon la Techirghiol-Sat : Adresați-vă la Vila „MARIA”

Hotel Comercial**Proprietatea BRUSALIS****Stațiunea balneară Mangalia**

Situat la 100 m. de plaja Mărei Camere mobilate cu tot confortul modern

Restaurant și Bodegă**C O M E R C I A L**

Bucătărie Națională-Grătar special-zilnic

Pescărie proaspătă

VINURI DIFERITE-BERE SPECIALĂ

APE MINERALE

La MANGALIA**VILA O L G A**

Compusă din două apartamente

Dela 1 Iulie a. c. se închiriază apartamentul dela parter, compus din 5 camere cu câte două paturi, bine mobilate, antreu, bucătărie, verandă, cu 25.000 lei lunar. Se poate închiria și jumătate apartament. Informațiuni în Constanța, str. Cuza Vodă 75, sau direct în MANGALIA la vila Olga

Berărie-Restaurant-Bodegă**La „AZUGA“**

Stațiunea Balneară Mangalia Bucătărie FRANCEZĂ și ORIENTALĂ Grătar special la prânz și seară. Zilnic pescărie proaspătă

Orchestra ClasicăCofetărie
Lăptărie**MODERNA**

MANGALIA-Str. Traian No. 34

Diferite PRĂJITURI și INGHEȚATE

Cafea cu lapte-Cafea Turcească

Bombonerie-Siropuri etc.

Restaurantul și Parcul**IANI N. FOROGLU**

In stațiunea balneară MANGALIA

Bucătărie Națională-Grătar Special-Zilnic

Pește proaspăt

Vinuri de ODOBESTI**Renumita Bere Bragadiru****Hotel FRANCEZ**

Proprietatea: H. A. HUMBER

Piața Basarab-CONSTANȚA-Telefon No. 182

Bucătărie de primul rang

Franceză și Română

Hotel Comerci

Str. Carol 36

(vis-a-vis de hala Uni)

Restaurant și Bode

Bucătărie Orientală

Pescărie zilnic proaspătă

Prețuri convenabile

Vizitați salonul de mode

a Crisantemă"Str. CAROL No. 49
(vis-a-vis de Poșta)

CONSTANȚA

Unde sosesc zilnic NOUTĂȚI

de SEZON
N. B. Modelele originale nu se expun**Cerești dela Farmacia****ZUCHI**

(Engleză)

Sub Hotel Comercial Str. Carol

Pastă de dinți ODANTA

Crema de lapte pentru arsuri de so

Callucid pentru bătături

Pudra Bebi pentru opăreală
(Sudoare la picioare și corp)

Preparat de farmacia Zuchi

Magazinul de Incălțăminte

„Gheata Elegan

Str. Carol 38

Depozitul Renumitei Făbric

DERBYAsortat cu tot felul de pantofi m
pentru sezonul de vară 1929

Pantofi de plaje

Ultimile Noutăți**CASSA DE SCHIMB**Agentură, Comission și Filatelie.
ție Wagons-Lits și C. F. R**Nestor N. Penco**Organizează excursiuni cu vap
automobile. Bilete de tren pent
direcție în Europa cu legături
poare spre America de Nord
Sud. Vize de PașapoarteConstanța — Piața Independenței N
Telefon No. 691**Magazinul Orient**

Str. Traian No. 3

Asortat cu covoare, Alămuri, Col
diverse articole orientaleBogat asortiment de Covorase Jai
Mozaicuri, Agrafe, Brațări, Evantu
ginale Indiane — Expoziția de l
Mobile Siriene incrustate cu s

Vizitați Parcul Restaurat

„BULEVAR

D. POPOVICI

B-dul P. P. Carp 1 (Colț cu
Lascăr Catargiu)Singurul local situat cu vedereă g
spre mare**AER CURAT**

Orkestra specială delectează pe

Vizitări cu totii Librăria SOCEC & Co. S. A.

Constanța-Piața Independenței 23.— Telefon 68/1

Complect asortat cu articole pentru sezonul băilor

Vinde mai ieftin ca orunde

Marele Restaurant**Zori de Zi**

S'a redeschis pe ziua de 30 iunie a. c.

Complect Renovat

Bucătărie de primul rang

Sub conducerea D-lor: Gh. Cristescu & Gh. Peristeri

JAZZ-BAND sub conducerea maestrului

Găneșcu și a profesorului de dans Willy

N. B. Parchet special pentru dans de la orele 9

seara. Joia și Duminica matineură dansante

Concesiunea băilor reci**DIRECTIUNEA:** C. M. GeorgescuDin stațiunea balneară Techirghiol-Băi
Două instalații de băi de Nomol reci în par-
tea de Nord și Est a stațiuniiPlaje special amenajate pentru băi
de soareCostul unei băi cu nomol duș cu apă dulce
și cearșaf 2 lei de persoană

Copii sub 15 ani jumătate preț

La ambele plaje Bufet bine asortat cu tot
felul de Băuturi răcoritoare

Serviciul prompt și conștiințios

Restaurantul Carpați

Bucătărie Specială - Renumitul Grătar

La AURICA

Diferite Băuturi și Ape Minerale

Prețurile cele mai populare

Hotel Orezeanu

TECHIRGHIOI-BĂI

26 camere mobilate cu tot confortul
modern situat în centrul stațiuniiVis-a-vis de Băile calde Moderne și
Vidrighin. La 5 minute de plaja lacului
și băile reci. În apropierea gărei

Prețul camerelor foarte reduse

Marea Fabrică de Brânzeturi

La CAZINOUL COMUNALÎn centrul stațiunii Techirghiol-Băi
Tot felul de Brânzeturi fabricație pro-
prie Diferite mezeluriMagazin asortat cu coloniale și Delica-
tese-Tot felul de ape minerale

Articole de menaj.

Se servește dejunuri Naționale și ve-
getale a-la minut. Specialitate de lauț
BUFET bine asortat cu tot felul de bău-
turi-Vinuri indigene și străine-Bere Lut-
her-Vichy-BorvisÎn stațiunea balneară Techirghiol-Băi
Visitați o nouă restaurantă
Bodegă și Berărie**La IONEL încercă lume**

Bucătărie Națională. — Gratar special

— la prânz și seara —

Ciorbă de Burtă — Tuslama

Zilnic pește proaspăt

Bere specială — Vinuri indigene și
străine — Orchestră specială**CABINET DENTRAR****Dentist I. Rosenfeld**Instalat pe tot timpul se-
zonului în Vila Gherescu
Specializat în extrații
fără durere Danturi și
poduri în Aur și
PlatinăConsultări: 9-12 a. m.
și 2-7 p. m.**Vizitați****N. VIDRIGHIN**

În centrul stațiunii balneară Techirghiol-Băi

Camere mobilate cu tot confortul modern

Sezonul deschis de la 15 Mai a. e.

Restaurant-Berărie-Bodegă

„NORA”

Apa Mineralizată Alcalino-Lituană

Similară celor mai renumite și gustoase ape de masă

RĂCORITOARE-PLĂCUTĂ-HIGIENICĂConținând săruri naturale de Vichy și Vitel, Benzopat
de litiază, Acid citrico-tartric și Acid Carbonic, asf se
combină ca să ajute digestie, să ușureze funcțiile
epato-renale, să alunge artrismul și să ferească de
infețiile digestive pe adulți și pe copii

Aprobată de Onor. Consiliul Sanitar Superior

Cu ordinul Nr. 1676 din 10 Iunie 1925

Dela administrată Revistei BăilorPentru orice informații, cei interesați se
vor adresa numai d. Gh. A. Tănărescu, ad-
ministratorul revistei singurul autorizat pen-
u orice angajamente.**VIZITATI****Băile Calde MODERNE cu Vila
- CRISTINA -**În centrul stațiunii Techirghiol Băi
Confort ultra modern. Parc în curte

Apă — Lumină Proprie

Vizitați Renumitul Restaurant**„La Anagnosti”**Antreprenori: Niculae și Roza Ionescu
Vis-a-vis de Sanatoriul Muncei (Clement Po-
pescu) în stațiunea Techirghiol Băi

Bucătărie Națională și Orientală

Grătar Renumit-Pesoară Proaspătă

Mâncările fiind preparate chiar de către
D-na antreprenoare, se mâncă

Ca la mama acasă

— Curătenie exemplară —

Diferite vinuri speciale aduse direct
dela sursă. — Tot felul de Ape Mine-
rale. — Se servește delicioasa BERE

— AZUGA —

Cofetăria MODESTA

În stațiunea balneară Techirghiol-Băi

Se prepară tot felul de

Prăjitură și Inghețate**Bucătărie Vegetariană**

— Prețurile foarte populare —

Magazinul La Harem

7 Strada Carol No. 7

Expoziție permanentă de covoare per-
sieane originale. — Diferite articole o-
rientale. — Se fac pliseuri la rochii de

— damă cu mașină specială —

Prețul de concurență 50 lei metru

N. B. Publicul este rugat a vizita

— Expoziția —

MOVILĂ-TECHIRGHIOI
Carmen-Sylva

Pensiunea Plajel

Restaurant a-la carte

Prețul camerelor cu 2 paturi
cu începere de la 1 IULIE a. c.

Lei : 6000, 8000 și 10000 lunar

LA CARMEN-SYLVIA VIZITĂTI NOUA VILĂ

ALEXI

Pe șoseaua principală vis-a-vis de
BĂILE CALDE
Camerele mobilate cu tot confortul
Nou și Modern. — Prețurile modeste

La Parterul Vilei ALEXI
Se află instalată renumita

PLĂCINTĂRIE ALEXI MITRU

Unde se servește cea mai delicioasă plăcintă
cu CARNE, BRÂNZA și MERĂ
Dejunuri Naționale — Brânzeturi — Iaurt

Vila MAGDA

Situată în centrul stațiunii
CARMEN-SYLVIA

Se închiriază prăvălli și camere mobilate
— cu prețuri avantajoase —

CARMEN-SYLVIA

VILELE

Dr. V. Apostolescu

În cea mai centrală poziție la mare,
Confort ultra modern. Camere cu apă
curentă, parchet, lumină electrică, clo-
set, tout-à-l'égout, mobilate luxos.

Apartamente a 2 camere, bucătărie,
sufragerie, ect. cu 20-25 mii lei lunar.
Camere cu 2 paturi de la 7000 lei în
sus. Apă excelentă de băut.

Restaurant

MIHAI VASILESCU

Stațiunea balneară Carmen-Sylva
Sub conducerea cunoscutului restaurator

GH. MARCULESCU-PLOEȘTI

Bucătărie Românească

Zilnic GRATAR special

PESTE proaspăt în fiecare zi

DELA BRÂNZĂRIA ELVETIAN

Situată în centrul stațiunii balneară
CARMEN SYLVA

Vă puteți procura zilnic :
UNT, SMÂNTĂNA, BRÂNZA
CAȘCAVAL și OUA PROASPETE

Diferite Brânzeturi

Sucursala Brânzăriei Elvețiană din C-ța.

Vizitați **Cazinoul din Carmen-Sylva**
Sub conducerea d. N. Buia
Restaurant Braserie **"COASTA DE AZUR"**
Orchestra Vieneză—Jazz-Band
Parchet pentru dans

Mersul Trenurilor

No.	Tren	Ora Plec.	Plecare la	Ora Sos.
100	Acc.	5—	Buzău	9:50
907	Pers.	5:12	Medgidia	6:05
904	"	6—	București	13:01
96	Acc.	7:25		11:40
98		12:55	Buzău	18:30
902	Pers.	14—	București	20:50
94	Acc.	18:45	București	23:50
9104	Mixt	18:55	Fetești	23:30
906	Pers.	23:20	București	6:05

No.	Tren	Ora Plec.	Sosire de la	Ora Sos.
908	Pers.	017	Medgidia	11:10
905	"	020	București	7:05
9103	Mixt	5:30	Fetești	10—
901	Pers.	6:35	București	13:45
93	Acc.	7:20		12:30
97	"	12:40	Buzău	18:05
903	Pers.	13:15	București	19:30
99	Acc.	17—	Buzău	22:15
95	Pers.	19—	București	23:15

Constanta-Mamaia		Mamaia-Constanta	
Plecare	Sosire	Plecare	Sosire
7—*	7:30	8—*	8:31
8—	8:31	9—	9:31
9—*	9:31	10:05*	10:36
10:07	10:38	11—	11:31
11—*	11:21	12:05*	12:35
15:05	15:35	16—	16:31
16—*	16:31	17—*	17:31
17—	17:31	19—*	18:31
18—*	18:31	19:30	20:36
20:05*	20:36	23:30*	24—

Constanța Carmen-Sylva			
Plecare din Constanța	Sosire la Carmen-S.	Plecare din Carmen-S.	Sosire la Constanța
7:30	8:20	6—	6:50
8:12*	8:58	9—	9:53
10:30	11:20	10:20*	11:11
12:30	13:37	11:20	12:45
14:20	15:10	12:40	13:31
15:32*	16:18	14:15*	15:03
18:30	19:20	15:25	16:13
19:55	20:45	17:05	17:55
21:05*	21:51	19:48*	20:38
23:43	0:32	20:58	21:46
		21:52	22:42

* Circula numai Duminicile și Sărbătoile legale

BIROUL DE VOIAJ

„WAGONS-LITS”

— CONSTANȚA —

Aduce la cunoștință generală că, începând de la 6 iunie a. c. a pus la dispoziție onor. public și pentru vizitatori, un număr de 7 automobile noi, de prim rang, care pot fi angajate spre a face curse în orice direcție și pe orice distanță. Prețurile curselor sunt conform tarifului municipiului. D-nii amatori se pot adresa la biroul agenției **Wagons-Lits**, Piața Independenței, dela orele 7 dim. până la orele 9 seara. — TELEFON: 69 | 1

In centrul Stațiunii Balneară Carmen-Sylva, VIZITĂTI

VIRGINIA NANCY

la 10 minute de Băile Calde și plaja de Mare

40 camere cu tot confortul modern. Prețurile camerelor: Cu 2 paturi de la 4000 lei, iar cu un pat dela 3500 lei. La camerele cu două paturi se poate da și dormeză.

Restaurantul Nancy servește dejun și dinu-
a-la carte

Bucătărie Internațională

N. B. La cerere se dă acces la bucătărie
în curtea vilei.

MOVILĂ-TECHIRGHIOI

Carmen-Sylva

Hotel C. TAMARA

Prețul camerelor cu două paturi

Lei 5000, 7000 și 8000 lunar

Cu începere dela 1 Iulie a. c.

RESTAURANT

Masa 200 lei pe zi de persoană,
fără a fi obligatorie

Vila CLARA

Sub administrația d. C. Angelescu

40 camere cu apă curentă în fiecare cameră. Garaj pentru automobile. Se închiriază și bucătării pentru menaj. Vila situată în apropiere de Mare și Plaje. Camerele elegante mobilate și închiriază: dela 3500 lei cu un pat și 6000, 7000 și 8000 cu două paturi

Consumați apa mineralizată

NORA

VIZITATI

Vila Carmen-Sylvia

Proprietatea Frații Cristu

Situată în centrul stațiunii balneară Carmen-Sylva

Vis-a-vis de Băile Calde și Parc

5 minute până la Plaja Mărei

— Prețuri Modeste —

Camerele mobilate cu tot confortul modern

LA CARMEN-SYLVIA

De închiriat în timpul sezonului

1 Iulie—15 Septembrie a. c.

Vilele Puiu, Victoria și Mircea

Amenajate cu tot confortul modern. Camere dela 6000 lei lunar. La fiecare apartament bucătărie și veselă, care

cuprinde în prețul chiriei

COAFOR

COAFOR

COCIU

La parterul Vilei Carmen-Sylva Fr. Cri-

Instalație specială pentru

Ondulat-Samponat-Manicură

Ondulat pe apă