

SIRENA

CURIERUL SEZONULUI LA CONSTANȚA

Băile de aer, de mare și de soare

Valoarea lor practică în tratamentul boalelor cronice și în igiena zilnică.

Introducerea

Théophile Gautier spune: „nu este nimic nou fără ca să nu fi fost vechiu”.

Acest paradox mă ajută să combat teoria germană de azi, care susține că medicațiunea prin aer, apă de mare, lumină și soare este descoperire și operă germană.

Mă simt dator, pentru a restabili adevărul, să arăt bazat pe cercetările doctorului Monteunis din Nisa, că această practică este veche ca și lumea și că în secolul XVIII-lea Francezii au adoptat-o, iar Germanii au mai perfecționat-o în actualul secol.

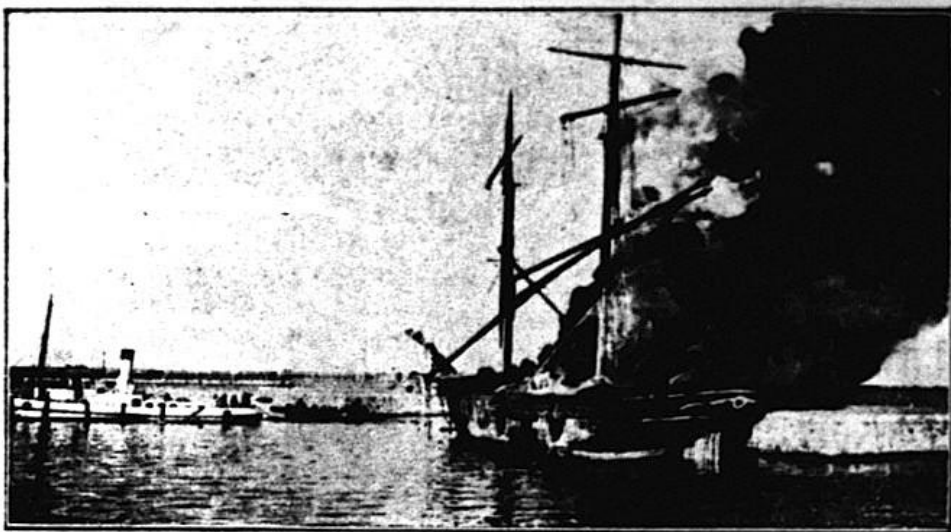
Istoricul. Din antichitate știm, că Hipocrate expunea pe bolnavii lui la soare, iar Oribase chiar ne-a păstrat în scrierile sale un pasagiu al lui Herodot, pe care îl voiu rezuma mai jos:

„Expunerea la soare este absolut indispensabilă persoanelor, care au nevoie de a se restaura, de a se îndrepta și de a prinde carne; trebuiește însă a se așeza în așa fel încât, în timpul iernii, primăverii și toamnei, razele solare să isbească direct pe bolnav; iar în timpul verii trebuiește a se feri de aceste raze solare directe, fiindcă persoanele slabe sufer dese insolatii.”

Băile de soare datează cel puțin dela vechii Greci. Ei acopereau corpul cu nisip de mare pentru a-l feri de acțiunea directă a soarelui.

Vechii *Arabi* întrebuințau băile maritime concomitent cu băile solare; așa arabul *Avicenes* le considera ca mijloc terapeutic foarte puternic în contra boalelor cronice.

Aceste băi au fost întrebuințate și perfecționate de *Romani*, care expuneau corpul gol la soare, în anumite băi, numite „solarium,” care se găseau mai în toate casele aristocratice.



o corabie arzând

Din fericire această terapeutică naturală de altă dată, care fortificase poporul grec și roman, rămase mult timp în uitare și a renăscut abia în jumătatea a doua a secolului XVIII-lea în Franța.

Faure, Le Compté, La Peyre și Bertrand au scris foarte mult „despre influența luminii solare asupra ființelor organice și asupra diferitelor combinațiuni chimice ce se produc în corpul acestor ființe organice.”

Mai târziu în 1852, ilustrul doctor Turck, în remarcabila sa scriere „*Bătrânețea studiată ca boală cronică și mijloacele naturale de a o combate*”, arată întrebuințarea băilor de aer, de lumină, de soare și chiar de mare asupra organismului uman și insistă a se întrebuința aceste băi la bătrânețe.

El spunea:

„Băile de soare pe malul mării și chiar numai de soare fără mare, „heliosis”, exercitează asupra pielii o triplă acțiune tonică, datorită aerului, luminii și căldurei solare.

Când se vor face, trebuiește să fie acoperit capul, iar corpul să fie întins pe nisip în așa fel, încât razele solare să lucreze asupra întregului corp.”

În 1855, în *Austria* găsim pe empiricul *Rikli*, care fondă pe litoralul A-

driaticei un sanatoriu de medicină naturală. El spune:

„O plăcere intensă se deșteaptă în mine încă din copilărie, de a face băi solare maritime și nu numai vara, dar chiar aiurea în alte anotimpuri, fiind încredințat că aceste băi mă fortifică și mă înviorează.”

Plecând dela această epocă, băile de aer, de lumină, de soare și de mare se răspândesc cu iuteală. Doctorul Lahmayn, reprezentantul cel mai autorizat în materie de medicină naturală, fondă un sanatoriu maritim cu peste 700 paturi.

Astăzi pe tot litoralul maritim al Germaniei se ridică stabilimente de cură naturală, în care sute de mii de ființe omenești își fortifică sănătatea.

Din nenorocire, la noi această cură naturală maritimă nu este cunoscută de popor, iar cei ce o cunosc nu caută să o răspândească și nu se gândesc să sfătuiască pe cei ce dispun bănește, să construiască stabilimente, îndeplinindu-și astfel datoria către acest popor român, care fizicește a început să degenereze.

Lucrez cu convingerea că voi con-

tribun ca această cură naturală să intre în moravurile poporului.

Dar înainte de a expune cercetările mele științifice, voi fi nevoit să expun câteva noțiuni generale despre acțiunea terapeutică a atmosferei asupra corpului nostru suferind.

Partea aceasta se adresează nu numai medicilor, care doresc să o studieze în fond teoretic și practic; dar încă și persoanelor luminate, care au dragostea să răspândească aceste noțiuni de igienă individuală și socială. Aceste idei conducătoare sunt absolut indispensabile ori și cărei persoane, care dorește să-și conserve și să-și fortifice sănătatea.

Partea a doua se adresează exclusiv persoanelor, care nu au nici plăcerea, nici timpul de a se ocupa de ideile generale. Ea va avea un caracter exclusiv practic. Va explica și va arăta valoarea practică a băilor de aer, de mare și de soare asupra organismului, și va indica fiecăruia modul cum trebuie făcute, după preceptele stabilite în stabilimentele străine, unde se face știință, nu comerț.

D-r D. M.

Presa locală și societatea marilor stabilimente

Ziarul local Liberalul, din 7 Maiu, polemizează (!!) pe o pagină întreagă cu Conservatorul Constanței pe chestiunea impunerii de 50 la sută asupra jocurilor. Termenii, de care se servește polemistul dela gazeta guvernamentală, nu-i fac cinste de loc. Există un mijloc mai civilizal, după opinia noastră, de a-ți exprima ideile pe cale de publicitate, mai ales într-o discuție în care ești convins că ai dreptate. Onoratul confrate însă se mărginește să înșire injurie după injurie, căutând întrădăns cuvintele cele mai ofensatoare. Ce este mai grav, insultele d-sale nu se adresează numai adversarului, cu care are intenția să se răfuiească, ci și societății marilor stabilimente din Constanța, unde se află foarte multe persoane cel puțin tot atât de onorabile ca și d-sa.

Ori și care chestiune adusă în discuție are părțile ei bune și părțile ei criticabile. Cine vrea să o cerceteze cu bună credință, trebuie să le cumpănească și pe unele și pe celelalte și numai după aceea să-și formuleze părerea sa.

Recunștem că pe tema jocurilor de noroc se pot face multe declamațiuni cu caracter moral. În tot cazul mai frumoase decât cele din Liberalul. Sunt însă și temeuri serioase, care dovedesc, că literatura dată societății românești a marilor stabilimente, a fost o mare nedreptate. Iar o neareptate nu poate fi nici odată morală.

Într-o serie întreagă de articole pline de obiectivitate, Sirena a arătat cu cifre

și cu date precise cum stă chestiunea cu această societate. Obiecțiunile ridicate acolo și argumentele aduse au răspuns, pentru lămurirea publicului, tuturor învinovărilor neațemiate, ce s'au îndreptat contra societății.

Liberalul ignorează cu desăvârșire, sau se face că ignorează, toate acele obiecțiuni și argumente. El se simte tare în ignoranța sa și în numele moralei publice, al cărei reprezentant autorizat se socotește, insultă. Afară de injurii, nu găsim nici o idee în toate acele fraze nenorocite, care n'au avut parte cel puțin de o gramatică ceva mai corectă.

Destul de regretabil.

Cântec

(Traducere)

Bătrân, cu păr alb și de ani,
A fost un crai odată.
Soție el și-a fost luat
O prea frumoasă fată.

Și tot atunci un paj frumos
— Păr b'ond, altaș și cehii —
Urma crăiasa peste tot,
Purtându-i trenu rochii.

Bătrânul cântec tu-l câmști?
Ce blând și trist răsună!
Pe ar'indoi ia omoril
Iubirea lor nebună...

Spicuiiri

În numercasa asistență dela reprezentarea operetei „Eva”, am remarcat următoarele persoane:

Printul și Prințesa Calimaky, Printul și Prințesa Ghika; d-nii: d-r Pilescu cu d-na; Negulescu cu d-na; Manisalian cu d-na; Comandor Lăpușeanu cu d-na; Caramfil cu d-na Galați; Gr. Petrescu cu d-na; Maior Miclescu cu d-na; doctor Rusovici cu d-na; Maior Naum cu d-na; Sp. Macri cu d-na; Căpitan Jugureanu cu d-na; Mosgos cons. C. Apel cu d-na; Căpitan Costiniu cu d-na; Sagredo cu d-na; Lascaridis cu d-na; D. Funductis cu d-na; Ionescu cu d-na; Turbatu cu d-na; M. Presente cu d-na; Demirof cu d-na; S. Seni cu d-na; B. Hazan cu d-na; N. Buzdugan cu d-na; Bernard cu d-na; Ath. Hagî Petrof cu d-na; I. Goldstein cu d-na; Grünberg cu d-na; N. Abramescu cu d-na; Căpitan Cristescu cu d-na; B. Companiutz cu d-na; Veinstok cu d-na; F. Bercovici cu d-na; C. Nichifor cu d-na; L. Abramovici cu d-na etc.

D-rele:

Marie Ionescu, Frimu. Petrescu, Dumitrescu, Buyes, Buzdugan, Naum, Angelididi, Ghion, Butunoiu.

D-nii:

Colonel Stoika, Popovici procuror g-l;

Manisalian, Benteiu, Al. Cosma, P. Dobrescu, N. Constantinescu, M. Capelanu, Maior Stănescu Căpitan-doctor Marinescu, Loc. Paul Drăgulinescu, Sublocot. R. Dumitrescu, Sublocot. Gheorghiadis, Sublocot. Vasilescu, Lombarda, Papas, Ivanovici, Loc. Dumitrescu, Loc. Chiliman, Loc. Nicolaescu, Loc. Nicolaide, Subloc. Stamatiu, sublocot. Cornea, Balian, Boscof, Dumbravă, Chitu, L. Dumitriu, Birnfeld, Bercovici, etc.

Vizitatorii Constanței

CONSTANȚA-PALACE. — D-nii: N. Cordova C-pol, Semach C-pol, Hubot cu d-na Buc., Tătarinof cu d-na Buc., Coltafeanu Galați, Blank Buc., d-ra Spayer, București, doamna Gorciu București, Memet Bey Constantinopol, R. Behard C-poli, Ahmet Sefket Pașa C-poli, M. Kizales Buc., Mohamet Tewfik-Bey Constantinopol, Paul Cornescu Cernavodă, Ștefănescu cu d-na Buc. la vila Reynier, d-na M. Petrescu, Biohof, Panait Ionescu cu d-na; Obedenaru, Alexandrescu, L. Florea, R. Behor, Ahmed Suad Bey C-pol, Gorciu cu d-na, Hassan Bassry Bey, d-na Pușcaru, Inginer Ștefănescu, Alex. Exarcu, L. Galiazato Brăila, N. Iamandi Buc., Dumitriades, Voinov, Taky Bey, Mehmed Bey, T. Cionakides cu d-na Gr. Pretorianu, Ageamoglu, d-na Anagropceanu, Mehmet Ali Bey, Natalia Gianga, Vasilescu cu d-na, d-na Hubot, Marcus, Alex Cerbu, Henry Nissim, Assar cu d-na.

HOTEL CAROL. — D-nii: Metaxadoro Buc., d-na Anie Aurian Buc., N. Leonard Buc., Col. Aug. Stoika Loco, V. Maximilian Buc., d-na Martan Luca Buc., d-ra Didina Ștefănescu București, Demètre Gheorghiu Buc., Caramfil cu d-na Galați, Victor Iamandy Galați, Carcaliu Buc., Budișteanu Loco, Movat cu d-na Galați, A. Theiler Buc..

GRAND-HOTEL. — Domnii: Traian Niculescu, Sever Suleiman C-pol, T. Ionescu, Ilie Ionescu, Moctauer Erich, Spiru Paxino, Loc. Găitan, Ing. Arghirescu, cu d-na Buc., I. Veintraub, d-rele Olivenbaum, Alex. Niculescu, Djavad Mihar, Sublocot. Marco Polo, Jean Haec cu d-na Buc., Ing. Enciulescu, P. Stoicescu, E. Balamace, V. Augustin Buc., Sublocot. Popescu, C. Ștefănescu cu d-na Alex, Ștefănescu, Hassan Seky Bey, C. Iennescu, St. Manolescu, Costea Cvicesf, Sig. Mekrauer cu d-na, Ilie Deleanu, I. Pulka, Bella, Ing. Antonescu cu d-na Moțoi V., Wolfner, I. Ghioceanu, d-rele Protopopescu, Eustratiade C-pol, d-na Elisa Filiti Suțu, Feldmann, Solomon, căpitan Ali C-pol.

REGINA HOTEL. — D-nii: Seni Loco, R. Anghelescu Buc., N. Lagutis C-pol, d-na Roza Felichon Brăila, d-na Colonel Dumitrescu Loco, L. Kinakides C-pol, N. Vernescu jud. de instr. Loco, M. Graur cu doamna București, H.

HOTEL REGAL. — D-nii: Petre Pergoiu Hârşova, D. Lăzărescu Buc., C. Simionescu Buc., N. Aldea Mangalia, M. A. Caseru Tulcea, Osman Nuri Asaclar, I. Constantinescu Buc., Sub-locot. C. Capşa Buc., căpitan C. Papazoglu cu d-na Buc., Gh. Boeru Hârşova, Tone Toche Hârşova, C. Stănescu Mangalia, Anas. Sebastian C-poli, Ioan Perlman Bacău, căpit. Zaharia Gheorghe Mangalia, David Loebel Buc., S. Carussy Bucureşti, A. Trank Buc., Jose Mendoza cu d-na Buc., Gh. Păiş Buc., A. Alexandridis C-poli, Isak Iaphet C-poli. C. Gh. Teodoran Mangalia, Sub-locot. Badescu Buc.

ELITE-HOTEL. — D-nii: Akermann Bucureşti, Philippe Veitase Buc., R. M. Cohen cu d-na T.-Severin, Leopold Rothschild Berlin, Mauriciu Musafia Buc., E. Fraghie Călăraşi, Bak. Isak Buc., căpit. Pretorian Bazargic, S. Loeventon Brăila.

000000

Constanța-Palace Hotel

De primul rând. Cu ultimele creațiuni ale confortului și luxului. Situat pe cea mai pitorească pozițiune a malului Mării Negre, în apropierea cazinoului.

250 camere sau apartamente. Lumină electrică. Apă caldă și rece în fiecare cameră. Săli de baie la fiecare etaj. Ascensor pentru persoane și bagaje. Două hall-uri. Sală de corespondență. Sală de fumal. Fabrică proprie de ghiță. Spălătorie electro-mecanică.

Telefon la fiecare etaj. Serviciu de omnibus automobile.

Celebru restaurant cu bucătărie româno-franceză. Terasă superbă, unde se servește masa fericiților locatari ai Palace-lui. Pe terasa superioară se servește un bufet din cele mai alese. Priveliște încântătoare de forme și culori, cu perspective mărețe deasupra orașului sau a mării, de unde vederea se pierde în înfinăt.

Cu toate acestea prețurile sunt de cele mai raționale.

Constanța Palace-Hotel este pus sub cea mai nimerită direcțiune a D-nei Marie Antoinette Husser, cu renume atât de cunoscut în lumea celor ce călătoresc atât în țară cât și streinătate.

In ziua de 21 MAIU se vor deschide băile dela Mamaia, împreună cu bufetul. Antreprenorii au luat toate măsurile, ca vizitatorii să aibă la îndemână un confort mai presus de orice laudă.

Mersul trenurilor

CONSTANȚA—PLECARE

Pentru: Bazargic	ora	4.— a. m.
București (accel)	..	6.24 a. m.
..	..	2.25 p. m.
.. (expres)	..	3.20 p. m.
Fetești (mixt)	..	6.50 p. m.
București (pers.)	..	10.— p. m.

CONSTANȚA—SOSIRE

Dela: Bazargic	ora	12.15 a. m.
București (pers.)	..	6.15 a. m.
Fetești (mixt)	..	11.— a. m.
București (expr.)	..	11.30 a. m.
.. (pers.)	..	2.10 a. m.
.. (accel)	..	9.55 a. m.

Trenul de Berlin: Sosește în Constanța în fiecare Marți, Joi și Duminică ora 10.30 p. m. **pleacă** în fiecare Mercuri, Vineri și Duminică ora 6.03 p. m. **Reducerea de 40 la sută pentru biletele de băi a început dela 15 Aprilie.**

CAZINOUUL COMUNAL

Astăzi Luni 9 Mai 1916, ora 9 seara

Partea I-a

CINEMATOGRAF

Amor și ură

Dramă socială în 3 acte jucată cu marele artist **Mario Bonard**

GALINO gardian la pușcărie

Comedie

— Partea II-a. —

Ramyeres

Celebră dansatoare braziliană

TRIO TOST

Gladiatori romani

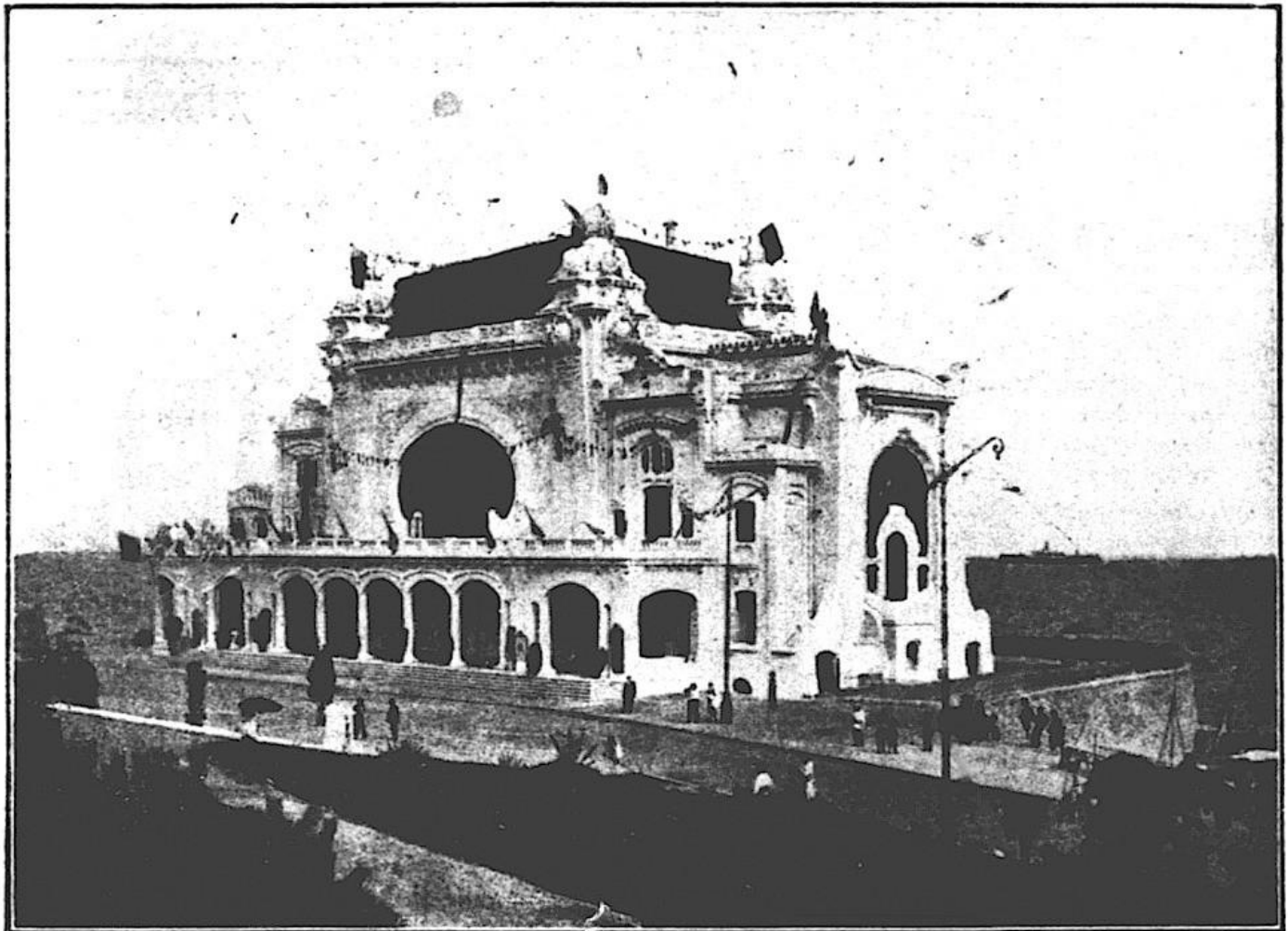
D-ra NETOSKA

Dansatoare rusă

Prețurile: Rezervat 1 leu. Stal I, 60 bani

CAZINOUL COMUNAL

Perla Mării Negre



SUB DIRECTA CONDUCERE
a societăți marilor stabilimente din Constanța

Orchestra și cinematograf. Diferite atracțiuni.
Baluri de copii. Serate dansante. Cofetărie-five o'clock

Tipografia „DACIA” Constanța