

# SIRENA

## CURIERUL SEZONULUI LA CONSTANȚA

### Imprejurimile Constanței VIIIE

Până acum vreo zece ani Constanțenii și puținii sezoniști de pe atunci se folosiau de plaja dela vii. Acolo unde astăzi sunt instalate depozitele de petrol, era un loc foarte potrivit pentru băi, unde se putea merge cu un tren special, care funcționa în timpul verii.

În legătură cu mica plajă de care vorbim, începuse să ia o dezvoltare neașteptată șoseaua viilor,—atât locuitorii din oraș cât și mulțiamatori de aiurea grăbindu-se să cumpere locuri și chiar să clădească în această parte. Și ideea lor era foarte nimerită. Încă până astăzi viile au rămas singurul loc de plimbare al Constanțenilor. Ele îndeplinesc toate condițiile necesare pentru aceasta. Au o plantație frumoasă și îndestulătoare și sunt situate pe un țârn înalt, de unde se desfășoară înaintea ochilor o priveliște admirabilă. Întreg orașul și marea pe o mare întindere se văd de acolo.

Cu timpul plaja devenind neîndestulătoare s'a simțit nevoia unei mai mari și atunci s'a creat Mamaia. Linia ferată s'a desființat și viile au fost cu încetul date uitării. Entuziasmul cumpărătorilor de terenuri a scăzut mult și la aceasta a contribuit nu numai mutarea băilor, ci și instalarea în acea parte a depozitelor de petrol, care în chip firesc contrastează cu o stațiune de agrement, cum avea pretenția să devină viile. Numai arareori câte o serhare populară mai dădea puțină viață șoselei părăsite.

De câțiva vreme însă atențiunea Constanțenilor a început din nou să se îndrepteze tot mai stăruitor asupra viilor. Direcțiunea lucrărilor portului executând mari lucrări pentru consolidarea și înfrumusețarea malurilor din dreptul șoselei, a făcut primul pas. Apoi orașul întinzându-se în celelalte direcțiuni până la niște limite, peste care nu se mai poate trece, nu i-a mai rămas loc de dezvoltare decât în direcțiunea viilor. Și astfel iată cum dela sine locul nostru de plimbare a ajuns din nou la preț. În anii din urmă s'au parcelat și s'au vândut la licitație terenurile comunale, care despărțeau o-

rațul de vii. Valoarea acestor terenuri a crescut repede într'un chip surprinzător și peste puțin ele se vor acoperi cu construcțiuni, care vor forma cartierul cel mai frumos.

Ca o consecință viile, care altădată se aflau la o distanță respectabilă de bariera Constanței, au ajuns imediat vecine cu dânsa, dobândind și ele o valoare neașteptată. Cumpărările, care s'au făcut de curând acolo, dovedesc aceasta cu prisos.

Acum este datoria municipalității, să facă la rândul ei tot ce-i stă în putință, ca să grăbiască ajungerea șoselei dela vii la însemnătatea, pe care este în drept să o răvnească. Deocamdată, cu puține sacrificii s'ar putea îmbunătăți întreținerea. Dacă ar fi udată suficient, ca praful să nu orbiască petrecători, dacă s'ar astupa gropile care fac drumul aproape impracticabil, dacă s'ar găsi mijlocul de a o lumina, atracția pe care șoseaua aceasta o are pentru orășeni și sezoniști ar crește de sigur cu mult.

Când vedem că primăria cheltuiește sume considerabile, ca să creeze pe dea-întregul o plantație la Mamaia, unde se simte de bună seamă nevoia unei asemenea lucrări, ar fi păcat, dacă nu s'ar gândi să amelioreze și plantația făcută gata dela vii, care ar necesita o cheltuială mai mică.

Să sperăm că aceste câteva rânduri vor deștepta interesul celor din fruntea comunei pentru mănăstul loc de plimbare al Constanțenilor.

0000000

### Cântec

(Traducere)

*Pe cărările țării  
Stelele pășesc în șapte,  
Iar pământul prins de vrajă  
Dcarne cufundat în noapte.*

*Stau pădurile de pază,  
O ureche-i orice frunză,  
Pe cântă muntele cu umbra-i  
Vrea pământul să-l ascunză.*

*Dar ce șopot răscolește  
Dorut inimii rebele?  
Cântă iar privighetoarea,  
Ori e glasul dragei mele!*

### Băile de aer, de mare și de soare Importanța elementelor atmosferice în alimentațiunea naturală a organismului

-II-

Studiul alimentațiunii naturale a diferitelor popoare, cu climă deosebită și în anotimpuri deosebite, este foarte instructiv și în particular foarte interesant pentru aceia, care doresc să cunoască în fond efectele terapeutice ale alimentațiunii naturale.

Cercetând părerile călătorilor, care au vizitat țările cu temperatură caldă vedem că se miră cum pot să trăiască indigenii acelor țări cu felul lor de alimentațiune sumară, care consistă în câteva fructe și câteva verdețuri.

Mulți dintre noi știu, că în țările tropicale se mănâncă foarte puțin; dar nimeni nu se gândește că aceasta se ba-



Farul dela Tuzla

zează pe energia solară și pe influența temperaturii asupra organismului nostru; nimenea nu se gândește la acțiunea tonică a aerului, a luminei și a căldurii asupra corpului; nimenea nu se gândește la acțiunea nutritivă a mediului atmosferic și nimenea nu vede că există o corelație între funcțiunile nutritive ale pielei și între alimentațiunea digestivă.

Când se măresc funcțiunile nutritive ale pielei se va constata o diminuare a alimentațiunii digestive. Această concluzie științifică s'a tras din studiul alimentațiunii popoarelor tropicale.

Prin bogăția și prin varietatea de fructe și de legume din anotimpurile calde, natura a binevoit să ne invite să întrebuițăm mai mult acest regim vegetarian, să fim mai sobri față de carne și de grăsime; dar această bunăvoință a naturii nu a fost cercetată de om, de oarece noi mănăncăm același regim vara ca și iarna. Acest lucru se datorește mai ales rutinei că: regimul carnivor și gras întărește organismul chiar în anotimpurile călduroase. Trebuie să se știe că frecvența indigestiilor, diareelor și altor turburări digestive în timpul verei nu are alt efect, decât de a surmena tubul digestiv.

Natura a avut grije, pentru a repauza tubul digestiv, să înlocuiască alimentațiunea digestivă cu alimentațiunea atmosferică.

Se știe mai mult sau mai puțin din practică că, în caz de dezordine și de turburări digestive trebuie să se suprimă alimentațiunea de origine animală și să se înlocuiască cu legumele și cu fructele sau cu un regim lactat; dar nu se știe că sunt cazuri în care înlocuirea regimului carnivor cu regimul vegetarian nu îndreptățește corpul; în aceste cazuri pentru a se repauza tubul digestiv trebuie să se suprimat și regimul de origine vegetarian.

Cu ce trebuie să fie înlocuită în aceste cazuri alimentațiunea corpului?

Din studiul, pe care l'a făcut doctorul Monteunis, Rikli, d-r Lahman, Müller, etc., asupra alimentațiunii naturale, se trage concluzia că, ori de câteori omul se apropie de viața naturală, fie puțin sau ușor îmbrăcat, și întrebuițând băile de aer, de lumină, de soare, deci atmosfera, s'a putut vedea că el se alimentează prin piele și pulmonii, în sensul adevărat al cuvântului. În aceste cazuri, plămânii și pielea absorb elementele nutritive ponderabile din atmosferă, care se transformă în o energie vitală în organism.

Astfel trebuie să înțeleasă observațiunea că în țările tropicale, indigenul a ajuns să-și reducă alimentațiunea sa digestivă la câteva fructe și verdețuri.

Medicii greșesc enorm, când trimit pe tuberculoși sau pe alți suferinzi cronici la aerul numai de munte, căci trăind acolo în niște condițiuni unde alimentațiunea atmosferică este foarte mult

diminuată (de oarece este redusă numai la aparatul respirator), trebuie pentru a-și întreține corpul să-și surmeneze mult tubul digestiv.

Această supra alimentațiune digestivă fără alimentațiune atmosferică, care se întrebuițează de tuberculoși și de o mare parte din clasa orășenească are un răsunet foarte mare asupra vieții, de oarece în loc să o prelungească, o scurtează

D-r D. M.

## Vizitatorii Constanței

**PALACE-HOTEL.**—D-nii: Catargi cu d-na Buc., d-na Gh. Cantacuzino Buc., Theodor Costescu cu d-na Buc., d-ra Gh. Cantacuzino Buc., Robert Behar Sofia, Familia Pissani C-pol, d-na E. L. Semo Buc., d-na Grigoir Greciano Buc., George Lucot loco, C-în Dallas C-pol, N. Papadimitriu C-pol, Sagredo cu d-na Buc., F. Lombarde C-pol, Altinalmazis C-pol, C. Peter Buc., Semah C-pol, L. G. Gussy cu d-na Buc., d-ra Marie Bresan Buc., d-na Heshia Bengaish Buc.

**HOTEL REGINA.**—D-nii: Ștefan Blebea Buc., Isac Rosen Buc., N. Logudis C-pol, Roza Felchon Brăila, d-na colonel Dumitrescu loco, N. Vernescu loco, căpitan Gh. Pretorian Buc., Wermasen Viena, W. Barbara, Jean I. Hatos Buc., Nicu Kindler Buc., d-r Mircea Dona Buc., Paul Cornescu C-Vodă, Andrea Halioris C-pol, P. Marinescu loco, A. Semah loco, I. Jancovic loco, Zambuloglu C-pol, Gh. Cilag C-pol, C. Rusu C-pol, I. Emirzoglu C-pol.

**ELITE-HOTEL.**—D-nii: Niculescu-Bazău Buc., Andrei și Anton Exareski Brăila, Eudochia Franghia Brăila, doctor Nitoveanu Focșani, Leo Calenberg Berlin, Mina Cremitzer Focșani, M. Wolf Călărași, Ilie Coșac Brăila, Leo Rothschild Berlin.

**HOTEL BULEVARD.**—D-nii: Elsaubean Grecia, E. Dumitreachi Galați, Sovicaclo C-pol, D. Pantalis C-pol, T. Anastase C-pol, Aron Alcolî Buc., David Ivre Buc., Elirer Ghivre C-pol, Kianil Bey C-pol, Ig. Blum Buc., Asio Issac C-pol, Halim Ibrahim C-pol, Gheorghevici Galați, Cristea Triten Galați, Behmareș C-pol, M. Popescu București.

**GRAND-HOTEL.**—D-nii Sever Suleman Buc., I. Goldenberg Galați, Ing. Arghirescu Buc., Djavad Mashar Buc., N. Gussy Buc., Jean Haas cu d-na, căpit. Costescu Buc., Ludvic Kolliner Viena, d-r Păcuraru Buc., Hassan Sechy Bey C-pol, C. Enescu Buc., Alex. Median Buc., Alexandrescu C. Buc., d-ra Valeria Salater Buc., C. Mărculescu Buc., d-r Protopopescu Buc., d-na Eis Filiti Sotzu București.

**HOTEL MERCUR.**—D-nii: A. Schor cu d-na și d-șoara Buc., C. Antoniața cu d-na Buc., David Cranier Bazargie, Licia Eisenberg Bazargie, Zoe Arion Bu

curești I.C. Cotunăreanu Buc., Alex. Predeleanu cu d-na București.

**HOTEL REGAL.**—D-nii: Plesnilă Ion căp. Cerra-Vodă, d-șoara Maria Ionescu Buc., sub-lt. P. P. Bălan Iași, Josef Goldenberg Buc., Artin Tozaman Bazargie, Anastase Sevastian C-pol, Jean Perlman Bârlad, George Ionescu Buc., M. Margules Buc., Matei Contoreanu Buc., Josef Ochensberg Buc., Iose Mendoza Buc., Costică Gheorghiu loco, Isac Iaphet C-pol, A. Demitrian București.

**HOTEL BRISTOL.**—D-nii: Ion Tamașiu Buc., F. Paucher Buc., T. Simionescu Buc., Filip Vogel București.

## Cazinoul comunal

Nastă-seară 26 Mai 1916, ora 9 Jum. precis

MARE

# CONCERT

DE

piano și cânt

DAT DE

## D-șoara POLIA MELIDES

dela conservatorul din Viena

Va executa diferite bucăți:

Weber, Beethoven, Brahms, Chopin, Moskowski, Reinhold, etc.

Prețurile: Loja jos 25 lei, Loja sus de față 25 lei, Loja sus 20 lei, Rezervat 6 lei, Stal I 4 lei, Stal II 3 lei, Litere 7 lei.



## Lecții de tango

După cererea generală maestrul Jose Mendoza și Elisabeta Mendoza au fost angajați de a preda lecții de tango între orele 10-12 a. m. și 3-5 p. m. în sala de lectură a cazinoului și aceasta în fiecare zi.  
Informațiuni la casa cazinoului.

## Constanța-Palace Hotel

De primul rang. 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 gheață. 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-ului. 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 infinit.

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 străinătate.

In ziua de 30 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.

In fiecare seară în barul cazinoului, între orele 5 și 7:

### THE TANGO

sub conducerea

maestrului José Mendoza

## 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
București (pers.)	"	6.15
Fetești (mixt)	"	11.—
București (expr.)	"	11.30
" (pers.)	"	2.10
" (accel.)	"	9.5

Reducerea de 40 la sută pentru biletele de băi a început  
115 Aprilie.

## CAZINOUL COMUNAL

# Compania lirică „Grigoriu

Asociația Maximilian & Leonard

va juca

No. 1

Sâmbătă 28 Mai 1916, orele 9 seara foarte precis

No

PENTRU DESCHIDEREA STAGIUNEI DE VARA

# Orientala

(Die Orientbraut)

Operetă în 3 acte de Hant Leutert. Muzica de Gustav  
Traducțiune de Conta.

IN ROLURILE PRINCIPALE DOMNII:

Maximilian, Carussy, Virgil Bărcănescu, Al. Gheorghiu, Teodorescu  
ȘI A DOAMELOR

Anie Aurian, Teodoru, etc.

In actul II MARE BALET ORIENTAL

compus din 30 balerine precedat de un extra-ordinar balet de

Dirijează d-l IG. BLUM

COR ȘI ORCHESTRA PROPRIE

Prețurile locurilor: Loja sus din fund 16 lei. Loja sus față  
Loja jos din fund 25 lei. Rezervat 6 lei. Stat I, 4 lei  
Stat II, 2 lei. Literale 8 lei. La această reprez. biletele poart  
Biletele la d-l Ghiță Hagi Gheorghe casier teatral și casa ca

# 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