

FEATURE: OMUL CARE VINDE  
1,6 MILIARDE DE CEȘTI DE CAFEA  
PE AN

INTERVIU: HOWARD JACOBSON  
DESPRE URĂ, EDUCAȚIE ȘI  
SOCIAL MEDIA

TRAVEL: CÂND LE-AI VĂZUT  
PE TOATE, IA O PORȚIE ZDRAVĂ  
DE BALCANI

# ȘAPTE SERII

# 969 / 21.07.2017

WWW.SAPTESERI.RO

REVISTĂ DE CULTURĂ URBANĂ



**ELECTRIC  
CASTLE 2017**

**CE-AU CĂUTAT ȘI CE-AU GĂSIT  
HIPSTERII DE LA BUCUREȘTI  
ÎN BONȚIDA DE LA CLUJ**





ANUL XIX  
Str. Popa Petre 5, etaj 1, sector 2,  
București, 021.250.10.53  
[www.sapteseri.ro](http://www.sapteseri.ro)

#### Editorial & Art

**Redactor-șef:** Ana-Maria Caia

**Art Director:** Marius Weber

**Redactor-șef adjunct:**

Anca David Titorov  
[anca.david@sapteseri.ro](mailto:anca.david@sapteseri.ro)

**Consultant Editorial:**

Iulian Comănescu

**DTP:** Laura Velcea

**Social Media Manager:**

Lucia Alexandra Roșca

**Web Editor**

Claudiu Petrasciuc

[claudiu.petrasciuc@sapteseri.ro](mailto:claudiu.petrasciuc@sapteseri.ro)

**Traffic Manager:** Mădălina Mardare

[madalina.mardare@sapteseri.ro](mailto:madalina.mardare@sapteseri.ro)

#### ECHIPA DE VÂNZĂRI:

**Advertising Director:**

Carmen Iordan – 0724568586

[carmen.rostoschi@sapteseri.ro](mailto:carmen.rostoschi@sapteseri.ro)

**Director Operațional:**

Ion Valentin Dumitru – 0728112778

[ionut.dumitru@sapteseri.ro](mailto:ionut.dumitru@sapteseri.ro)

#### Colaboratori

Film: **Ileana Bîrsan**

Tech: **Vlad Andriescu**

Cronică de restaurant:

**Horia Ghibuțiu**

TV: **Alexandru Matei**

Social Drinker: **Dragoș Vărșăndan**

Auto: **Alexandru Dușu**

Beauty: **Lioara Bradu**

Revista Șapte Seri este editată de Șapte Nopti SRL

Redacția nu își asumă responsabilitatea pentru conținutul materialelor publicitare și pentru modificările de program survenite ulterior. Materialele marcate cu „Advertorial” sau cu lite-ra „P” reprezintă publicitate.

**Tipar:** Infopress

Publicație auditată



Ne găsiți și aici:  
[fb.com/7seri](https://fb.com/7seri)  
[sapteseri.ro](http://sapteseri.ro)  
[issuu.com/SapteSeri](https://issuu.com/SapteSeri)  
[instagram.com/SapteSeri](https://instagram.com/SapteSeri)  
[www.sapteseri.ro](https://www.sapteseri.ro)



p. **18**

#### COVER STORY

*María Man ne povestește cum s-a distrat lumea la Electric Castle, un festival de care nu ai cum să te saturei vreodată*

#### Beauty

Lioara Bradu ne spune de ce îi plac tatuajele și ne face recomandări de produse care le pun în valoare

p. **41**



p. **60**

#### FOOD

Cinci chestii pe care nu le știai despre antricot

#### AUTO

*e.Go Life sau cum îți cumperi cu cinci mii de euro o mașină electrică*



p. **31**

#### P.6 AGENDĂ

Ce să nu ratezi și pe unde trebuie să fii în oraș

#### P.25 TV

De ce e cazul să vezi serialul Genius, difuzat de National Geographic

#### P.28 TECH

Gadgeturile care nu se strică dacă le plouă

#### P.58 TRAVEL

Unde merită să călătorești în Balcani. Și de ce.

#### NUTRIȚIE

Cum să profiți la maximum de sursa nr. 1 de vitamina D

p. **37**





Veți citi în acest număr un interviu cu Howard Jacobson, un scriitor britanic premiat cu Man Booker Prize. L-am întâlnit foarte de dimineață, în librăria Humanitas Cișmigiu, în mai. Aveam emoții, nu-mi plac interviurile formale, în care ai un timp limitat, stai la o masă și vorbești cu omul. Mi se pare că nu pricepi nimic din cel pe care-l ai în față, că nu poți face altceva decât să înșiri niște întrebări logice, pe un subiect anume, în fine, eu sunt curioasă despre oameni, nu despre ce pot spune în 30 de minute. Când l-am văzut pe Jacobson și pe radioasa lui soție intrând în librărie, m-am prins că n-o să-mi dea un interviu, nici eu n-o să-l cer, dar o să stăm cu siguranță la o cafea și-o să povestim despre lumea din jur și despre cuvintele care trăiesc în noi și despre Dumnezeu și Shakespeare și despre tradiție și fiice și despre social media și idioți, despre ură și Trump, despre cum să fim mici sau mari. Ne-am desprins greu unul de altul, ceea ce m-a făcut să cred, vorba lui Jacobson, că am avut o conversație decentă. Acesta e un om cu care mi-ar plăcea să mă contrazic.

**Ana-Maria Caia**, redactor-șef

anamaria.caia@sapteseri.ro, fb.com/anamaria.caia

**OAMENII**  
din spatele  
textelor &  
imaginilor



**MATEI BUȚĂ**

Este unul dintre fotografi tineri din România, foarte la curent cu trendurile din domeniu. Ultimul lui proiect personal, „Proaspăt stors”, urmărește artiști care tocmai au ieșit de pe scenă și poate fi văzut pe [www.mateibuta.com](http://www.mateibuta.com). A publicat în Viva și Esquire și face fotografie comercială. **Pag. 18**



**ALEXANDRU MATEI**

Are un doctorat la Universitatea din București și un post-doctorat în istoria TVR, concretizat în volumul „O tribună captivantă. Televiziune, ideologie, societate în România socialistă” (Curtea veche, 2013). Se ocupă la Șapte Seri de rubrica de tv ca să știți la ce să (nu) vă uitați la televizor. **Pag. 25**



**VLAD ANDRIESCU**

E omul care pune primul mâna pe chestii pe care noi, profanii, întâi le cumpărăm și după aceea ne întrebăm la ce ne folosesc. De regulă, îl punem să-ți spună la ce-ți folosește ceva înainte să dai banii. În acest număr Vlad ne vorbește și despre ce va însemna inteligența artificială în viitor. **Pag. 27**



**ALEXANDRU DUȚU**

A terminat Filozofia. A mers la serviciu, că de muncă nu prea se putea vorbi, la Academia Cațavencu. A plecat cu tot cu serviciu la revista Kamikaze. Mult înainte de astea a lucrat câțiva ani într-o autobază din Brăila, de unde cunoștințele tehnice și glumele specifice. Pentru noi scrie paginile de auto. Fără bază. **Pag. 31**



**CAMELIA ȘTEFĂNESCU**

Este medic generalist și nutriționist. După obținerea licențelor în medicină și nutriție, a făcut specializări în științele nutriției și a trecut prin formări profesionale în țară și străinătate. Online o găsiți și la [www.stop-dieta.ro](http://www.stop-dieta.ro), [www.shockwave-romania.ro](http://www.shockwave-romania.ro) și [www.medtec.at](http://www.medtec.at). **Pag. 37**



**LIOARA BRADU**

Jurnalist de beauty cu multă experiență, Lioara ne învață cum să fim mai frumoși – nu numai în exterior, ci și în interior. În trecut, Lioara a semnat articole despre frumusețe, fericire și mulțumire de sine pentru publicații glossy, cum ar fi Elle sau The One. Online o găsiți pe blogul personal, [www.lioarabradu.ro](http://www.lioarabradu.ro). **Pag. 41**



**HORIA GHIBUȚIU**

S-a născut la Praga, în 1969, dar la șase săptămâni a aterizat pe Otopeni și-a rămas în România până în zilele noastre. A fost redactor-șef și la cotidian, și la lunar, după o carieră în care n-a ratat aproape niciun titlu major din presa românească. Îl găsiți la rubrica de cronici culinare, unde caută delicii capitale. **Pag. 60**



# IT'S OK TO CHANGE FOR SUMMER

All in the name of fashion.

Discover the events that will transform you.  
**Băneasa Music Fest** - Full June & July schedule  
on [www.baneasa.ro](http://www.baneasa.ro)

*Summer  
Fest*



**CITY iLOVE**



[www.baneasa.ro](http://www.baneasa.ro)

NAFICOTROCENI

# Vaara ca stil de viață



# HOT STUFF ȘAPTESERI



## Festivalul Strada Armenească

Două fericiri nu vin niciodată împreună, spune un vechi proverb armenesc. Și totuși, Festivalul Strada Armenească aduce câte un dram de fericire pentru fiecare bucureștean. De la spectacole de teatru și concerte la expoziții de fotografie și la descifrarea artei scrisului cu caractere armenesti. De la restaurante și cafenele cu produse specifice bucătăriei armenice și bazarul cu iz de mirodenii orientale la dansuri tradiționale armenesti, grecești sau evreiești. Și copiii vor găsi la festival un program de teatru, ateliere pentru confecționat păpuși și pictat figurine, dar și ateliere de dans, de creație cu Lego și un loc unde vor vedea cum o jucărie imaginată de ei poate deveni realitate prin imprimarea 3D. De altfel, și oamenii mari vor putea pleca de la festival cu propria statueta imprimată 3D.

**28-30 iulie, Strada Armenească; Intrare gratuită**

## Concert Depeche Mode

După opt ani, Andy Fletcher, Martin Gore și Dave Gahan revin în România, de această dată la Cluj-Napoca. Concertul face parte din turneul european care promovează noul lor album. Se anunță un show de zile mari: o scenă uriașă, de 50 metri lungime și 20 lățime, și ecrane uriașe, pe care vor fi proiectate materiale realizate de celebrul Anton Corbijn. Și nu uitați: în ziua concertului este aniversarea lui Martin Gore. Happy Birthday, dear Martin!

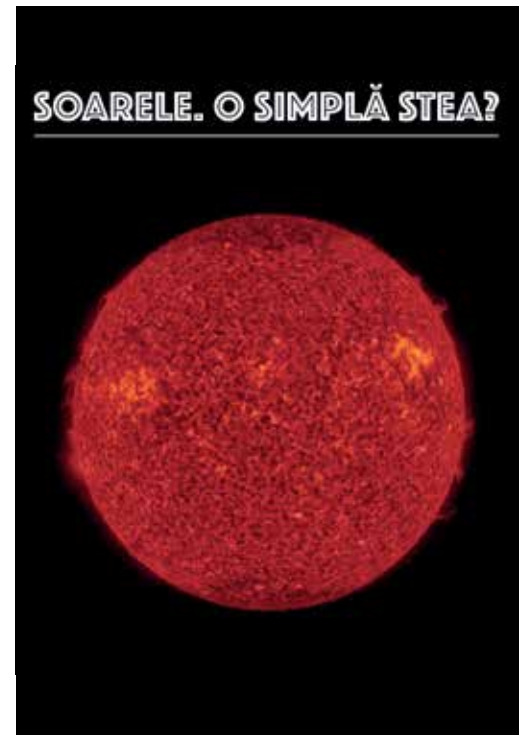
**23 iunie, Cluj Arena; Preț bilete: 131-487 lei**



## Seară de astronomie: Soarele. O simplă stea?

Astronomul Adrian Șonka este Coordonatorul Observatorului Astronomic „Vasile Urseanu”. Cum prezentările sale publice au fost deseori descrise ca „stand-up astronomy”, pe 24 iulie va vorbi despre astrofizică... pe scena unui pub: Journey Pub. Subiectul serii va fi Soarele, urmând să se discute despre erupțiile solare, despre granulație, fuziune și despre vântul solar. Evenimentul se desfășoară cu intrare liberă, însă locurile sunt limitate. Rezervări la 0752.285.286

**Luni, 24 iulie, ora 19:30  
Journey Pub, Salonul UpAbove**



**TUBORG**  
SOUND

OPEN FOR MUSIC

**Muzica**  
sună mai bine  
cu Tuborg.



## Tapo, eat, dance & love

După succesul avut în București, Tapo a redefinit conceptul de restaurant & lounge și pe litoral. E situat în zona cluburilor din Mamaia Nord, pe o plajă cu șezlonguri și umbrele, sub care poți savura un Carlsberg rece sau un cidru Somersby. Bucătăria e plină de surprize: în fiecare zi mănânci altceva. După concertul de seară, locul se transformă într-un club imens, unde poți dansa până în zori. Eat, dance, love sunt cele trei dimensiuni între care pendulează conceptul clubului. Pe scurt, tot ce îți trebuie pentru o vacanță de neuitat.

## Pardon Cafe aduce Vama la București

Pardon Cafe este mai mult decât o simplă cafenea de cartier. De cum pătrunzi în local, ai sentimentul că nu ești București. În atmosfera de Vamă, cu oameni prietenoși și foarte relaxați, uiți complet de blocurile din jur. Un Tuborg rece te introduce imediat în atmosferă. Terasa cu tei și verdeață este tocmai bună pentru o după-amiază plăcută, în care să visezi la zilele de vacanță ce au fost sau vor veni. Chiar dacă e departe de centru, în Drumul Taberei, la Favorit, merită să faci un drum până acolo. Și te vei simți întotdeauna binevenit.



## ENTOURAGE CAFE LOUNGE: HAI LA BERE!

Entourage Cafe Lounge a devenit de ceva vreme un punct de referință al cafenelelor din Constanța. Pornind de la terasa Entourage, deschisă în anul 2011 pe Bulevardul Tomis, aproape de Sala Sporturilor, proprietarii s-au inspirat din conceptul modern de Lounge Bar & Cafe și au reușit să transforme localul în ceea ce este acum: unul dintre cele mai populare locuri din oraș. Bucătăria simplă, dar extrem de gustoasă, ambianta plăcută de peste zi și serile cu muzică bună îți fac poftă de un Carlsberg rece și de relaxare totală. În weekend, entertainmentul e asigurat de DJ George Novac, iar atmosfera devine incendiară. La Entourage Cafe Lounge ajungi ușor din orice parte a orașului – așadar, nu o ratați!



{ AGENDA }  
party



## ZANZIBAR

Zanzibar are un nume exotic, perfect pentru un loc special cum este plaja situată în Mamaia Nord-Năvodari, nu departe de Hanul Piraților. Din primul moment, te încântă structura simplă din lemn, stuf și pânză, îmbinate armonios. Nimic în plus, nimic în minus, nici urmă de kitsch. Apoi descoperi atmosfera relaxată și relaxantă, muzica plăcută, potrivită spațiului. Ce sens are să mai cutreieri prin alte locuri? Aici ai tot ce-ți trebuie. Îți începi ziua cu un Tuborg sau un Carlsberg pe șezlong, sub umbrelă. După ce te-ai răsfățat cu fructe de mare sau cu o mâncare africană, îți faci siesta pe terasa de deasupra restaurantului. Un loc fără fițe, cu prețuri decente.



### TOUCH CAFE: N-AI NEVOIE DE TELEFON MOBIL

Dacă te afli pe litoralul românesc și ai ghinionul unei zile ploioase sau, pur și simplu, nu mai ai chef de plajă, merită să mergi până în Constanța, la Touch Cafe. Situat la etajul 6 al Downtown Building, Touch Cafe îți oferă o perspectivă deosebită asupra orașului și a mării, minunată cu un Carlsberg rece alături. Atmosfera modernistă a spațiului e dată de materialele folosite pentru bar și mobilier – inox și sticlă. Piesa de rezistență este masa inteligentă-multimedia cu touchscreen, care a dat și numele cafenelei. Astfel, poți privi simultan același ecran, împreună cu iubita sau cu prietenii tăi. Merită să menționăm și bucătăria mediteraneană variată și spectaculoasă, care contribuie la reușita unei zile petrecute la Touch Cafe.

**TUBORG**  
SOUND

OPEN FOR MUSIC

**Muzica  
sună mai bine  
cu Tuborg.**



**29  
07**

## The Color Run Dream Tour

Nu e nevoie să fii sportiv de performanță, cu trupul antrenat, pentru a alerga la The Color Run, în Mamaia. Cursa intitulată „The Happiest 5k on the Planet” te ajută să îți depășești limitele într-un mod amuzant și colorat. Iar dacă nu vrei să o faci, e OK, nimeni nu te grăbește. Distracția e scopul principal. The Color Run este un fel de maraton pentru toate tipurile de oameni, plin de culoare, pe care o vei „simți pe pielea ta”! Pentru că participanții sunt vopsiți din cap până-n picioare, după fiecare kilometru parcurs. Iar la final primesc o medalie cu magicul Unicorn.

Petrecerea continuă și după terminarea cursei, când alergătorii își sărbătoresc rezistența cu muzică și cu... și mai multă pudră colorată!  
**29 iulie, ora 17:00, Parcarea REX din Mamaia; Taxa de înscriere: 99,99 lei (pachetul Standard Dreamer) – 199,99 lei (pachetul VIP-Unicorn Hunter)**



### Concert Șuie Paparude pe plaja H2O

Credeați că în Mamaia nu sunt concerte pentru hipsteri? Ba bine că nu! Șuie Paparude, headlinerii multor festivaluri de vară din România, vor concerta pe plaja H2O. Trupa încântă puștii mai tineri și mai vârstnici deopotrivă: beat-urile lor sunt antrenante, versurile, deștepte, iar atmosfera pe care o creează, inconfundabilă. Așa că vino să dansezi în nisip!  
**22 iulie, ora 23:30, plaja H2O Mamaia; Intrare gratuită**



### Concert Cristi Minculescu & Iris

O veste mare pentru fanii lui Cristi Minculescu și ai trupei Iris: „Baby, baby” și celelalte hituri, pe care orice fan adevărat le știe pe de rost, vor răsună în Vama Veche, în seara de 29 iulie. Concertul va avea loc la Barbă Neagră, un loc binecunoscut vamaioșilor amatori de concerte, fiindcă aduce în fiecare weekend trupe consacrate în stațiunea de pe malul mării. Ne vedem sâmbătă în Vamă, la Iris. **29 iulie, ora 21:00, Vama Veche; Taxă de „suport artiști”: 60 lei**

## COMA



### VAMA LIBRE

Până în septembrie, la Vama Libre se râde, se cântă și se dansează seară de seară, cu o poftă de viață și de distracție cum numai în Vama Veche găsești. Iar weekendurile le sunt dedicate concertelor, cu trupe una și una. Vineri seară, pe 21 iulie, pe scenă vor urca băieții de la Vunk – și, pentru a-i întâmpina cum se cuvine, gazdele au pregătit un cocktail special, cu rom Havana. În seara următoare, tot aici se dezlănțuie Coma. Urmează, în weekendul 28-29 iulie, Byron și Șuie Paparude.

**21-29 iulie, Vama Veche; Intrare liberă**



### CAPIDAVA ROCKFEST

Dacă îți place muzica rock și ești la mare în iulie, merită să dai o fugă până în apropiere, la Cetatea Capidava, de lângă Topalu, unde are loc unul dintre cele mai așteptate festivaluri ale verii. Pe scenă vor urca trupe consacrate, printre care Bucovina, Gothic, Veljan și Odd Crew din Bulgaria, dar și tineri aspiranți la gloria de staruri rock. Organizatorii promit două zile pline, cu muzică bună și plimbări pe Dunăre.

**21 și 22 iulie, Topalu; Preț abonament: 35 lei, preț bilet în ziua festivalului: 45 lei**

# #litoral ȘAPTE SERI

{ AGENDA  
21 iul. - 3 aug. }



29  
07

## Aqua Challenge 2017

Maratonul de înot în Marea Neagră revine anul acesta pe Zoom Beach, în Constanța, cu cea de-a șaptea ediție. Competiția se adresează atât înotătorilor „profesioniști”, cât și celor amatori – așa că oricine poate veni să-și testeze abilitățile fizice în valurile mării. Probele sunt gândite astfel încât să le acorde o șansă și sportivilor experimentați, și celor fără ambiții îndrăznețe: proba super-scurtă de 500 m (la care pot participa și copiii), proba scurtă de 1.500 m (pentru cei care înoată regulat) și proba de 5.000 m (rezervată sportivilor de performanță). Pentru prima oară, anul acesta va exista și o probă de 200 m, pentru copiii cu vârste între 7 și 10 ani. Kiturile de concurs vor putea fi ridicate vineri, 28 iulie, la ora 16:30, iar sâmbătă vor avea loc ședința tehnică și cursele de înot.

**29 iulie, ora 8:00-15:00, Zoom Beach din Constanța; Taxă de înscriere: 35-85 lei**



21  
07

## Concerte La CopaCabana în 2 Mai

La Copacabana e un festival de muzică ce poartă numele gazdei sale: o terasă drăguță din 2 Mai, cu mâncare bună și ambianță boemă. În ultimele zile ale lunii iulie, Bosquito, Folk, frate și Alina Manole le vor aduce doimaiștilor de azi și de ieri concerte într-o atmosferă relaxată, la malul mării. Și, fiindcă publicul lor nu ține cont de norme și reguli, în seara de 21 iulie, pe terasă se organizează o seară de... Crăciun. Cu brad, beteală, cadouri și Folk, frate cântând „Feliz navidad”. **21-29 iulie, strada Falezei din 2 Mai; Intrare gratuită**

## „Cinghilinghi” cu Gașca Zurli

Fiindcă în vacanță, la mare, vrei să fii relaxat, fără nicio grijă, pentru cei care merg cu toată familia e important ca și copiii să se distreze, într-un loc unde să îți știe în siguranță. De aceea, la teatrul de vară în aer liber din stațiunea Jupiter, „spectacolul verii 2017” le este dedicat celor mici. Personajele din Gașca Zurli îi așteaptă pe scenă în mai multe seri, de la începutul lunii iulie până pe 21 august. „Gașca” este cea mai mare companie privată de animație pentru copii, iar noul lor spectacol, „Cinghilinghi”, e plin de veselie și de culoare. În plus, actorii din „Gașca” se străduiesc, de fiecare dată, să le dea exemple pozitive copiilor și să le stimuleze imaginația. Ba mai mult, să distreze toată familia, nu doar pe membrii ei cei mai mici.

**24 și 31 iulie, Teatrul de Vară Jupiter, ora 20:30; Preț bilete: 25 lei/copil (intrare gratuită până la 2 ani) și 35 de lei/adult**



## Rotary Mangalia Regatta

Life Harbour, din Limanu, va fi punctul de întâlnire a celor mai cochete iahturi, care se adună la cea de a cincea ediție a competiției Regatta Rotary Mangalia. Pe lângă frumusețea ambarcațiunilor elegante care vor spinteca valurile, concursul între veliere are și un scop caritabil: fondurile obținute vor fi direcționate către proiectul „Inițiere în navigația cu vele pentru un număr de 60 de elevi”, prin care tinerilor cu rezultatele cele mai bune la învățatură li se vor oferi un curs teoretic și unul practic de sailing. **28-30 iulie, Limanu**

ACȚIUNE,  
SF,  
129 MINUTE  
ÎN CINEMA, DIN

21  
07



EDITOR'S CHOICE

# Valerian și orașul celor o mie de planete

Luc Besson, autorul celui de Al cincilea element și al lui Lucy, continuă să surprindă publicul cu filmele sale science-fiction. În tinerețe, regizorul francez a studiat timp de câțiva ani cinematografia în SUA, iar acest lucru se observă: „Valerian și orașul celor o mie de planete” (inspirat din banda desenată cu același nume) este filmul francez cu cel mai mare buget de până acum. Este, probabil, unul dintre motivele pentru care în distribuție apar Cara Delevigne, unul dintre cele mai cunoscute modele ale momentului, și faimoasa Rihanna. Alături de Dane Deehan (Valerian), ele interpretează rolul a două locuitoare ale metropolei Alpha, un oraș-gazdă pentru speciile care pot trăi pe mai multe planete. Orașul este pus în pericol, alături de restul Universului, de către o forță a întunericului – și trebuie salvat cu orice preț.



## Nebune de fericire

Două paciente la un sanatoriu de psihiatrie din Toscana se împrietenesc din întâmplare. Beatrice e creativă și vorbește încontinuu: se crede o contesă miliardară, care are liderii lumii la picioare. Donatella e mai introvertită. Dar amândouă au povești de viață la fel de interesante.

**Dramă, 118 minute, din 28.07 în cinema**



ACȚIUNE,  
107 MINUTE  
ÎN CINEMA, DIN

21  
07

## Dunkirk

Christopher Nolan, cunoscut pretutindeni pentru Inception, Interstellar și trilogia The Dark Knight, îi aduce anul acesta pe marile ecrane pe Tom Hardy și Cillian Murphy, în mult așteptata dramă Dunkirk. Filmul prezintă o poveste reală din timpul celui de-al Doilea Război Mondial, când trupele aliate au rămas blocate pe litoralul francez, fiind supuse unui atac căruia nu părea a fi omenește posibil să îi reziste.

# FILME ȘAPTE SERI



DRAMĂ,  
117 MINUTE  
ÎN CINEMA, DIN

**28  
07**

## Ce știi tu despre mine

UN FILM FRANȚUZESC SAVUROS, CU CATHERINE DENEUVE ÎN ROLUL LIBERTINEI BEATRICE, CARE AFLĂ CĂ ARE CANCER ÎN STADIU TERMINAL. EA VA LEGA O PRIETENIE NEAȘTEPTATĂ CU CLAIRE, FIICA FOSTULUI SĂU IUBIT, CARE ÎȘI LUASE VIAȚA DUPĂ PLECAREA EI. ACȚIUNE SF, DIN 14.07 ÎN CINEMA



## Festivalul Filmul de Piatră

Filmul de Piatră este un festival de scurt-metraje creat de tineri pentru tineri. Scopul său este să le ofere regizorilor încă neconsacrați din România și Moldova o șansă de a se exprima. Filmele selectate vor fi proiectate la Piatra Neamț, iar la final vor fi premiate cel mai bun documentar, cel mai bun film experimental, cel mai bun film animat și cel mai bun videoclip. 27-30 iulie, Piatra Neamț

## Festivalul de Film și Istorie Râșnov

Un eveniment unic în viața culturală românească, festivalul din cetatea Râșnov prezintă, timp de zece zile, filme istorice. Proiecțiile sunt urmate de discuții și concerte în aer liber. **28 iulie - 6 august, Râșnov**



## MARELE PICNIC LA GRĂDINA BOTANICĂ

A patra ediție a festivalului ShortsUp le oferă cinefililor (și nu numai lor) ocazia de a participa la un picnic urban. Ca în fiecare vară, la umbra copacilor din Grădina Botanică vor fi vizionate scurtmetraje diverse, de la comedii „fără clișee” până la animații suprarealiste. Biletele costă 25 lei/seară sau 40 lei/abonament, dacă sunt cumpărate din timp, și 30 lei/seară sau 50 lei/abonament, la intrarea în Grădină.





# VARA ASTA TE LUNGHEȘTI LA FILM.

Câștigă un **All inclusive** la **Grand Cinema&More**

Trimite codul unic de promoție inscripționat pe biletul de film prin SMS la **3725** (număr cu tarif normal în rețelele Orange, Vodafone și Telekom) și poți câștiga filme, snack-uri și răcoritoare cât e ziua de lungă.\*

\*Perioada promoției este 10 iulie - 31 august. Oferta se supune unor reguli și condiții ce pot fi găsite pe [www.grandentertainment.ro](http://www.grandentertainment.ro)

22  
07

## Bucharest International Air Show 2017

Cel mai impresionant spectacol aerian din România, care a adunat aproximativ 150.000 de oameni la ediția precedentă, va avea loc pe 22 iulie, pe Aeroportul București Băneasa. Evenimentul va începe la ora 8 dimineața, la show fiind așteptați toți pasionații de zbor și de avioane. BIAS 2017 va aduce 100 de aeronave, dintre care unele se vor ridica și vor face acrobații aeriene, în timp ce altele vor fi expuse la sol. 250 de piloți și parașutiști de elită sunt implicați în eveniment. Printre participanții din acest an se numără Zoltan Veres, un pilot cu peste 18.000 de ore de zbor la bord, deținător al tuturor tipurilor de brevete și licențe, „Iacării Acrobați”, Jurgis Kairys, multiplu campion la acrobație aeriană, și Aeroclubul României. Flying Bulls revin la București cu o surpriză la înălțime, așa cum ne-au obișnuit în fiecare an. Vom putea urmări în zbor cinci aeronave unice: Vought F4U Corsair, B25 Mitchell, Lockheed P-38 „Lightning” și două Dornier Alpha Jets. **22 iulie, 10:00-22:00, Aeroportul Internațional București Băneasa; Intrare liberă**



### ÎNGRIJITORUL

Teatrul absurd reprezintă un mod subtil de a-ți exprima viziunea asupra vieții. „Îngrijitorul”, în regia lui Radu Iacoban și cu scenografia de Ana Ularu, este unul dintre acele spectacole care, în spatele personajelor conturate cu veselie, ascunde o idee serioasă. Piesa pare că a fost gândită de autorul său, Harold Pinter, după zicala „Îi dai un deget, îți ia toată mâna”. **21 iulie, Unteatru; Preț bilete: 39 lei sau 49 lei, cu o băutură inclusă**

### GHICI CINE INTRĂ PE FEREĂSTRĂ!

Șiți clișeu acela cu singurătatea care unește oamenii? Ei bine, nu este mereu doar un clișeu. Două femei care în aparență nu au nimic în comun, în afară de un diagnostic, se întâlnesc în noua premieră a Teatrului Luni de la Green Hours – „Ghici cine intră pe fereastră!”. Relația lor capătă alte dimensiuni când află că sunt, de fapt, mamă și fiică. **25 și 26 iulie, ora 19:00, Teatrul Luni de la Green Hours; Preț bilete: 20-25 lei**

### INTERPRETUL

O comedie care dovedește că arta nu moare și că personajele, deși îmbrăcate altfel, pot să rămână reprezentative foarte mult timp. Piesa „Interpretul” a fost scrisă acum aproape 100 de ani. Acum ceva vreme a fost tradusă de maestrul Radu Beligan, iar acum, pe 22 iulie, se va juca în Grădina TVR. „Interpretul” ridică unele întrebări care ne preocupă pe toți: „Ne poate salva comunicarea?”, „Poate fi cunoașterea soluția multor probleme comune?” **22 iulie, Grădina TVR; Preț bilete: 35 lei**

## Festivaluri

► **Murmur Festival**, 28-30 iulie, la Cetatea Făgărașului. ► **Mera World Music**, primul festival internațional de world music, va avea loc între 27 și 31 iulie, în ținutul Călatei, în satul Mera. ► Festivalul **ARTmania** se întoarce în Piața Mare din Sibiu, în perioada 28-29 iulie. ► În zilele de 22 și 23 iulie, la poalele celei mai frumoase cetăți din Dobrogea, Enisala, se va ține festivalul **Enisala Castelfest 2017**. ► **3 Smoked Olives Festival**, un interesant festival de muzică electronică, va fi organizat între 27.07 și 31.07, la răspântia dintre Călărași și Siliștra, în Ostrov.

21  
07

## Green-Frilensăr pe contour

„Green-Frilensăr pe contour” este caravana Teatrului Luni de la Green Hours, care pornește la drum cu teatrul pe graniță. Mai exact, actorii își iau bagajul și decorul în spate și, timp de 25 de zile, joacă peste 10 spectacole de teatru în peste 10 localități de graniță din România. Spectacolele sunt cu intrare liberă. Primul va avea loc la Malu, în județul Giurgiu, pe 21 iulie, iar ultimul, pe 14 august, la Vama Veche. Așa că dacă ai rude sau prieteni în astfel de localități, dă-le de veste.





**Promenada**  
for beautiful minds



**Cumpărăturile de 1.000 lei în Promenada te accesoriează cu un fashion-card de cumpărături în valoare de 100 lei, în aceeași zi\*.**

**H&M**

Valabil în magazinul H&M Promenada, în limita stocului disponibil. Participarea la campanie se efectuează în perioada: 1-2; 8-9; 15-16; 22-23; 29-30 iulie 2017. Fashion-cardurile pot fi utilizate în magazinul H&M Promenada în perioada 1-31 iulie 2017.



# CONCERTE

{ AGENDA }  
21 iul. - 3 aug.

21  
07

## Sol Sistere & Downfall

Amatorii de rock dur vor avea parte de un spectacol pe cîste cu chilienii de la Sol Sistere, o trupă de atmospheric black metal din Santiago, și cu bucureștenii de la Downfall. Sol Sistere se află într-un turneu european denumit „Seeker of Souls European Tour” și vor poposi pe scena din Jam Stage vineri, 21 iulie. Invitații lor speciali în București sunt blackerii de la Downfall. **Preț bilete: 20-30 lei**

23  
07

## Dora Gaitanovici

Green Hours Jazz Cafe ne prezintă o trupă formată din cinci adolescenți talentați. Dora Gaitanovici este deja cunoscută publicului după participarea, cu o compoziție proprie, la selecția Eurovision de anul acesta. Între timp, a înregistrat o piesă cu trupa Bucium, pentru următorul lor album, și lucrează la un nou proiect cu Thy Veils, cu care a concertat anul acesta la Gărâna Jazz Festival. **Preț bilete: 15-20 lei**

3  
08

## The Mono Jacks acoustic

The Mono Jacks va concerta la Verde Stop Arena, de pe Bd. Barbu Văcărescu, în cadrul ediției din acest an a Backyard Acoustic Season, care prezintă concerte acustice în spații urbane alternative din București. Trupa fondată de Doru Trăscău, în 2008, a lansat până acum un album și două EP-uri, primite cu entuziasm de public, și a adunat o bogată experiență de live, în cluburi și la festivaluri ca Sziget, Exit Festival, Eurosonic Noorderslag sau ARTmania. **Preț bilete: 30 lei**

## CARLO LIO

TORONTO, CANADA

LOCAL SUPPORT BY

DANIELS JACK

NAT BLACKb2b JUSTIN COMBS

21-30  
07

## Urban Garden Party, Techno in the Forest

E vremea party-urilor și a concertelor sub cerul înstelat, în grădini, păduri și pe malul lacurilor. Pe 21 iulie, se dansează pe pontonul Lacului Snagov, la DMB on the lake – cu Charlie, Lizz, Mihai Pol, Milea și Octave. Petrecerea continuă pe 28 iulie, la Palatul Noblesse, cu concertul TCFC de la Urban Garden Party. În aceeași seară, în Pădurea Băneasa se dansează la iarbă verde: la We Want Techno in the Forest #2, unde vor fi la pupitru Carlo Lio, Sinisa Tamamovic, Mladen Tomić și alții. Pe 29 iulie, Musai prezintă 24 ore de muzică nonstop la Playa Verde, pe Bd. Bucureștii Noi. Lineup-ul începe cu tINI și Praslesh și continuă cu Barac, Kozo, Gescu, Cap, Vlad Caia și Emi. Duminică, pe 30 iulie, ne întâlnim în grădina Palatului Mogoșoaia: la Garden of Day Dreams, vom visa cu ochii deschiși alături de Golan (LIVE), MoonSound și Manuel Riva. Let's dance under the stars!



26  
07

## Fapte bune în Grădina Enescu cu Byron

Merci Charity Boutique, în parteneriat cu Muzeul Național George Enescu, deschide porțile grădinii muzeului de pe Calea Victoriei pentru o serie de concerte caritabile în aer liber. Primul concert va fi susținut de Byron, în seara de 26 iulie. Membrii trupei sunt obișnuiți să cânte atât pe scene mari, cu super-amplificare, în fața a mii de spectatori, cât și wireless, pentru o mână de oameni. Fondurile obținute vor contribui la proiectul de tratament stomatologic mobil pentru copii cazuri sociale „Zâna Merciluță”. **Preț bilete: 30 lei**

CAN'T TAKE  
MY EYES OFF  
OF YOU

EC

MOTTO: „CUCURUZU ŞADE-N GLIE, ŞTIM CU TOŢII C-O SĂ  
VIE PLOAIA AIA BOGATĂ, P-A NOASTRĂ BONŢIDĂ UITATĂ. CĂ  
DORĂ AMU' O ÎNCEPUT FESTIVALU' CU CURENTU' MULT ŞI MĂ  
MIR CĂ N-AM VÂNDUT, TOATE CIZMELE DIE PETRECUT! ANU'  
ĂSTA VIU ŞI IO, MI-S CURIOASĂ DORĂ CUM JOCĂ CORINA CA O  
DOMNIŞORĂ!”

înțelepciune popular-anonimă bonţidiană



# ELECTRIC

## ARDELENESC.

### Cum a fost Electric Castle 2017

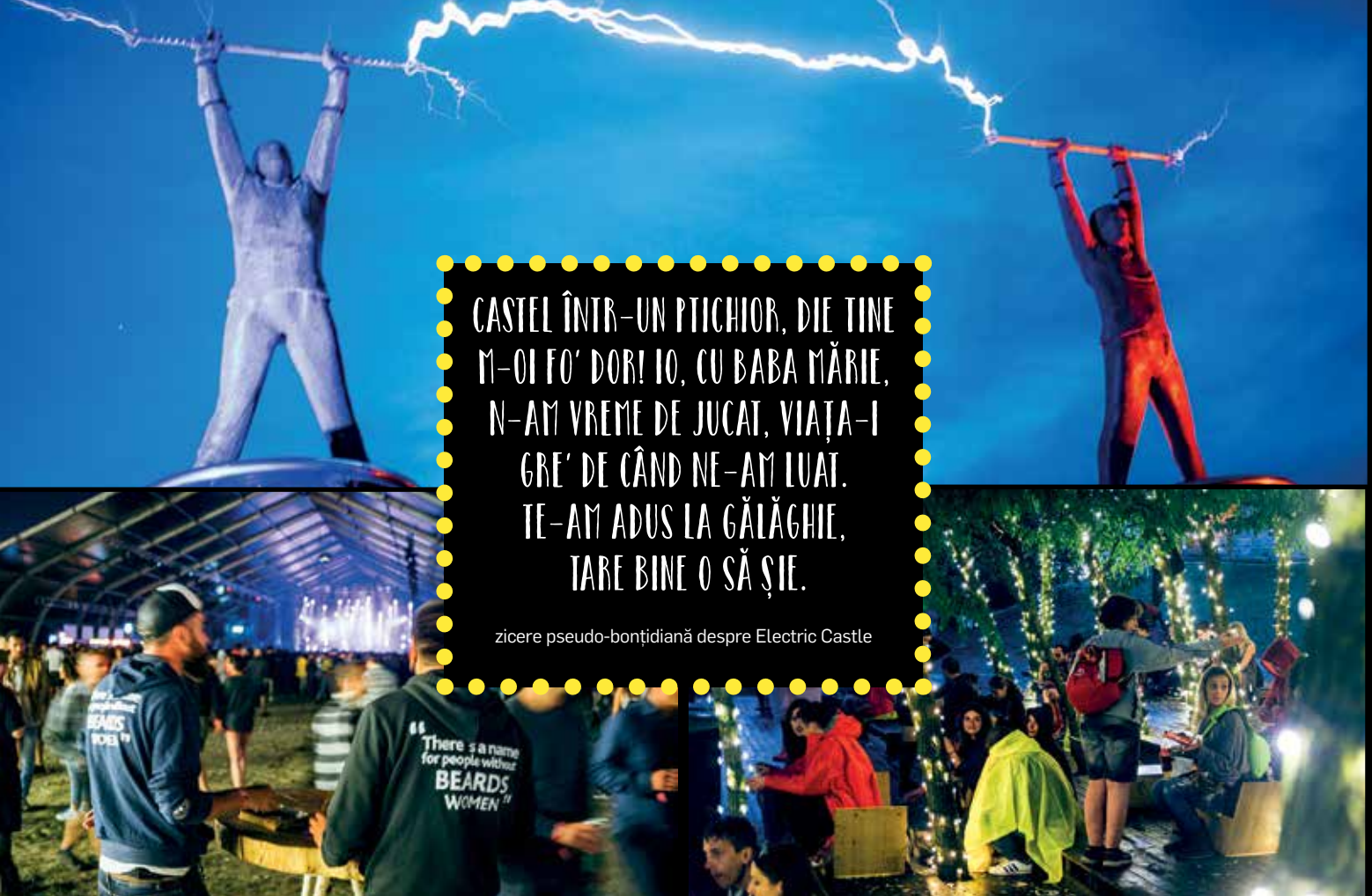
De Maria Man. Foto: Matei Buță

*Ascultă și simte. Respiră adânc. Zâmbește sincer. Relax, chill. Dansează. Bea. Lasă-te înfestat de muzică. Impresionat de oameni. Dus de ritm. Trăiește Electric Castle. Un festival de care e greu să te sature vreodată.*

ÎN ROTĂ M-AM DAT ȘI TARE M-AM SPĂRIET,  
M-O-NVÂRTIT DE M-O AMEȚĂT, SUFLETUL  
MI L-O-NCREȚĂT. DAR CHE CREZI? MI-O  
PLĂCUT ȘI NU MĂ VĂIET!

folclor bonțidian post-festival

„WELCOME BACK, MISSED YOU“ e prima chestie pe care o vezi când ajungi la cea de-a cincea ediție a Electric Castle sau prima chestie pe care o vezi dacă deschizi Facebookul în dimineața festivalului. Asta și o tradițională ploaie inaugurează Electricul de la **Bonțida**, dar tradiționala ploaie de început nu reușește să facă și-un noroi tradițional. Fără noroi, în iarba verde de pe dealul de lângă castel răsar supradimensionate, suprealiste, ca-ntr-o poezie de Barbu, ciuperce viu colorate. Sau cel puțin așa se văd de departe corturile din campingul festivalului. 220.000 de metri pătrați sunt îmbrățișați acum de soare, splendoare peste satul care 350 de zile pe an trăiește molcom, fără niciun fel de perturbare. O să bubuie muzica pe nouă scene și 250 de artiști o să umple spațiile sonore. Sunetul va urca sus, până la nori, mai lent decât luminile halucinante, halucinogene de pe scena principală. N-am intrat încă în atmosfera festivalului, așa că am reținut cu ce s-au lăudat organizatorii: deschidere de 80 de metri, ecran LED de 600 de metri pătrați (asta-i de 10 ori mai mult decât apartamentul în care trăiesc, Doamne!) și rezoluție de 8K.



CASTEL ÎNTR-UN PTICHIOR, DIE TINE  
M-ŌI FO' DORI IO, CU BABA MĂRIE,  
N-AM VREME DE JUCAT, VIAȚA-I  
GRE' DE CÂND NE-AM LUAT.  
TE-AM ADUS LA GĂLĂGHIE,  
TARE BINE O SĂ ȘIE.

zicere pseudo-bonțidiană despre Electric Castle

Dar până la cea mai mare scenă, eu m-am retras pentru început la cea mai mică scenă. Sunt într-o cabină, exact ca alea telefonice, pe care generația mea le știe numai din poze. Intru, închid ușa bine-bine. Scena nu se-mparte cu nimeni. Îmi aleg piesa dintr-un playlist, absolut la întâmplare. Hey, sunt acasă, la duș parcă, doar că dușul meu nu e-ntr-o pădurice verde și răcoroasă. Cânt și dansez în legea mea, izolată de restul universului. Pentru un festival la care comunitatea e cea mai bună parte, experiența asta e dubios de egoistă/egolatră, așa că mă opresc și mă duc să mă alimentez cu energie din fluxul mulțimii.

Mă bag în roata uriașă din mijlocul taberei de festival, s-o văd și pe dinăuntru, că de pe dinafară a văzut-o tot Instagramul și Snapchatul și Facebookul. Din burta monstrului de carnaval lumea-i în slow motion. Mașinile dorm în parcare și scenele se înșiră luminoase, copacii ascund castelul și doi omuleți în pelerine galbene țopăie într-o pată de noroi de pe marginea drumului de pietriș. Nu știu dacă dansează după ce se aude la festival sau dansează după ce aud la ei în cap. E noapte la Bonțida, prima din cele patru.

Mă dau jos din roată suficient de amețită încât să mă cufund muzical în „Fotoliul din odaie” al **Mirabelei Dauer**, care era pe scena Hangar în fața a mii de oameni care vibrau de la muzica părinților lor. Mirabela a dat și-o lacrimă, sunt sigură, **Corina Chiriac** a fost ceva mai divă înțepată. 21 de mii de oameni au băntuit prin Bonțida în ziua o de festival, adică cea în care nici nu-i deschis, nici nu-i închis, dar cântă Corina și Mirabela.

Din ziua unu, aia pe bune deschiderea de festival, a început măcelul pe drum. Mașini peste mașini și 60 de autobuze de-ale Electricului au cărat oamenii într-un du-te-vino,

cum cel puțin noi, aici, în Ardeal, rar am văzut. Înainte de-a intra la castel, în zona Electric Castle, amorțitul sat Bonțida s-a trezit în propriul lui festival. Muzicile din case-tofoane se amestecau cu fumul de la mici și iuteala din gulaș și poporul se sătura și-aici, ieftine muzicile, ieftină și mâncarea, gumarii de ploaie și pelerinele chinezării se amestecau cu fleacuri de doi lei, foile A4 măzgălite cu ofertele zilei tronau peste tarabe, cu duhul marketingului contemporan în ele. Ai fi zis că e chiar strașnica sărbătoare sătească „Fiii comunei Bonțida”, dacă strada n-ar fi fost pavozată de oameni care stăteau turcește pe marginea drumului îngânând, ca o mantră, refrene rock și „dă-mi doi lei sau o țigară”, „vreau bani de bilet” sau, mai clasicul și mai vamavechistul, „băutură și mâncare”.

În perimetrul Electric Castle, dincolo de porțile de intrare, e o copilăreală generală. Lumea se pupă mai ceva ca-n parcurile de lângă licee, se bate cu apă sau sare la șotron. Pentru chipurile mai serioase și mințile mai liniștite sunt mulțime de locuri cu bărcuțe de lemn și becuțe cu lumină blândă, hamace, scaune fițoase făcute de studenții de la arte. Lumea-i zen pe aici, desigur, zen din specia obosit, zis și zen de nevoie, care vine după abuzuri de tot felul: prea mult dans, prea mult cântat, prea mult alergat, prea mult pupat, prea mult băut, prea multă euforie.

Contrapunctul la tot zenul ăsta e în backstage, acolo unde cei 250 de artiști care viețuiesc într-un cort cât China se pregătesc de concerte. Au și ei zona lor de relaxare, care constă într-un bar, cum altfel, citiți lineup-ul festivalului și-o să vă prindeți că oamenii ăștia nu fac incantații înaintea concertelor ca Madonna.



**COVER STORY**  
*Electric Castle*

CE STAI CĂTRÂNIT, DOARĂ N-AI ÎMBĂTRÂNIT? CU CHEPENEAG ȘI CIUBOTE, CU CHEPTAR ȘI CU OBJELE TE ÎMBRACI DE FESTIVAL, LA BONȚIDA EȘTI VIGAN.



Moderat, de pildă, au rupt scena, au rupt publicul și se vor rupe și pe ei înșiși pentru că la Bonțida a fost ultima lor reprezentație sub acest nume. Din toamnă, Modeselector și Apparat își vor continua activitatea pe cont propriu din această toamnă.

Era cu cizme și pelerină galbenă. Pentru echilibrare cromatică purta între buze un trabuc. L-am întâlnit după concertul Moderat pe **Andrei Gheorghe**, chiar acel Andrei Gheorghe. Nu-i chiar festivarian de fel (adică un tip care nu ratează niciun festival), nici măcar vegetarian (ca mine), dar a venit să vadă dacă-i chiar mișto la Bonțida. „Am venit pregătit. A fost o întâmplare interesantă în București înainte să vin. Am mers să îmi iau cizme de la Decathlon. Doamna de acolo a zis că a comandat de trei ori mai multe cizme față de aceeași perioadă a anului trecut, datorită boomului care a avut loc înainte de Electric Castle. În îngrămădeala creată, foarte mulți au plecat cu un 38 și un 42. Mă uit să văd cine merge șchiop pe aici”, zice Gheorghe, iar eu mă uit să văd cum sunt cizmele lui. Toate bune, numărul 40. Cu cizmele lui identice s-a vânturat peste tot, s-a pierdut în mulțime, „go with the flow” spune că se cheamă asta, festivalurile sunt despre experiențe, că Paul van Dyk poți să asculți și-acasă cât poțestești. Despre Electric crede că are trei puncte forte: location, location, location. Din punctele astea trei se naște succesul. E și apropierea și depărtarea de Cluj, e și Clujul. Locația e perfectă. Roagă însă organizatorii să pună subtitrare trupelor românești. „Da, da, ca la filmele românești!”, împrășcă el cu ironie. Îi place „poporul” de aici, se uită la el, îl analizează, nu m-aș fi gândit niciodată să le spun armatelor de petrecăreți popor, dar de-aia e Gheorghe Gheorghe. Și are dreptate că aici e un



#### **Andrei Gheorghe și poporul**

„Oamenii ezită să vină să vorbească cu mine și îi felicit. E foarte confortabil și le sunt foarte recunoscător. Asta se întâmplă din cauză că sunt un om foarte de treabă și am reputația unui înger.”

## DICTIONAR DE ARDELENISME

AMEȚÂT ↔ AMEȚIT

CĂTRÂNIT ↔ AMĂRÂT, SUPĂRAT,  
NECĂJIT, ÎNGÂNDURAT

CHEPENEAG ↔ HAINĂ, PELERINĂ

CHEPTAR ↔ VESTĂ

CIUBOTE ↔ CIZME DE CAUCIUC

CUCURUZ ↔ PORUMB

GLIE ↔ PĂMÂNT, OGOR, BRAZDĂ  
DE PĂMÂNT (CU IARBA CU TOT,  
CÂTA SE POATE DESPRINDE ODATĂ  
CU HÂRLEȚUL)

GRÂIE ↔ SEMĂNĂTURĂ, LAN,  
HOLDĂ DE GRÂU

OBJELE ↔ BUCĂȚI DE MATERIAL  
FOLOSITE CA ÎNVELITOARE  
PENTRU PICIOARE ÎN CIZME

PETRECUT ↔ JUCAT, DISTRAT

PTICHOB ↔ PICIOR

ROTĂ ↔ ROATĂ

SPĂRIET ↔ SPERIAT

ȚĂIE ↔ ȚIE

VIE ↔ VINĂ

VIGAN ↔ VESEL





## { COVER STORY }

Electric Castle

### ULTIMII STROPI DE ENERGIE ȚI-I AM DAT ȚĂIE, DEADMAU5! MĂINE, MĂ-NTORC LA GRĂIE...

inventată din dragoste bonțidiană pentru Deadmau5

fel de popor cum ar trebui să fie și în alte părți, mai ales după faza pe care mi-a povestit-o. „Un nene foarte, foarte beat, cu un steag maghiar începe la un moment dat să se zbunguiască exact ca o găină cu capul tăiat, bâțându-se «provocator» – folosesc cuvântul cu ghilimele, dar în același timp, în sensul propriu. Cei din jur nu dădeau doi bani pe ce făcea el, ba chiar se retrăseseră și îl lășaseră în pace. Acesta urla și dansa singur într-un gol de oameni. A văzut că nu e băgat de nimeni în seamă, așa că a fugit în față, cu steagul lui cel mare, fluturându-l în fața proiectoarelor, reușind să le taie vederea celor din spate. Nu a venit nimeni să îi dea un șut în fund. Ceva mă face să cred că în altă situație și-o fura. La un moment dat a venit un român, cu un steag românesc. Scena se petrecea destul de departe, vedeai oamenii cu mâinile ridicate, luminile colorate și steagul românesc care începea să se dueleze cu steagul maghiar. Cei doi băieți intraseră într-o luptă, în mintea lor. În mintea noastră, cei care stăteau pe margine, văzând show-ul și auzind beat-ul, fără să vrem observam că lupta lor începe să fie de fapt un dans a două popoare funky care o ard unul cu altul și care sunt prietene. Intenția total alta față de ceea ce făceau ei acolo! Mi s-a părut simbolic. Eu aș fi tăiat dacă aș fi putut secvența aceasta video și aș fi scris simplu: «**Electric Castle: You can be anybody and do everything**». Cel mai rău lucru care se poate întâmpla e că oamenii nu te bagă în samă. Dar asta e un lucru bun.”

Mesajele de la intrarea în festival se schimbă mereu. De departe cel mai prizat a fost cel adresat mamei: „**I AM OK, MOM. DON'T WORRY!**” Panoul era vocea poporului, să-i zicem așa, ca Gheorghe. Și poporul a vrut să zică „**WANNA BE MY ELECTRIC BUB FOREVER?**”, bine, nu chiar tot poporul, ci iubitul lui Georgiana, care a cerut-o de nevastă. Georgiana a zis DA, nu pe panou, ci live, sfoasă, la urechea viitorului soț.

S-a mai scris optimist „**Aren't we all just a ray of fkg sunshine?**” sau și mai optimist „**Send nudes**”, doar că fără destinatar. Păcat!

- În tot acest timp, **Zedd** mixa, ducându-i pe cei din fața scenei spre lumi noi, pline de ritm. „Dragostea din tei” a celor de la O-Zone, mixată pe finalul reprezentației, a fost o adevărată surpriză, stârnind un ropot de aplauze, dar ropot de picioare tropăind au stârnit muzicienii de la **Fanfara Ciocârlia**.
- Au fost pe scenă și cei cu „buletin de Bonțida”, cum ar fi **Dub Pistols**, care revin an de an. Și dacă e diversitate, diversitate să fie. Am avut și hip-hop, adus de **Unkle**, iar **Paul Van Dyk** a zis că se simte, în continuare, un copil care se bucură de muzica electronică. Tipul chiar a fost cool și-a dat o grămadă de autografe la finalul concertului.
- Subcarpații au fost absolut cei mai prizați români din lineup, mai prizați chiar decât trupe serioase, cum ar fi **Alt-J**, care și-a pierdut din public în timpul concertului.
- **Deadmau5** a sosit la Cluj cu o zi înainte de festival. A făcut-o pe turistul și-a făcut grătare, zice gura târgului. Pe domeniul din Bonțida, cel care a fost de șase ori nominalizat la premiile Grammy pentru producțiile sale muzicale și de trei ori câștigător al celei mai mari competiții globale dedicate DJ-ilor, deadmau5 a făcut un show de zile mari, iar fanii au putut asculta piesele de pe noile sale albume.
- O altă prezență, așteptată pe tărâmul bântuit al castelului Banffy, a fost vampirul Caius din Twilight. **Jamie Campbell Bower**, solist al trupei britanice punk-rock Counterfeit, nu a mușcat pe nimeni, dar a rănit multe inimi de fane când concertul s-a încheiat. Lui Jamie i-a plăcut în Transilvania, frește, și-a dat niște declarații cu Dracula și filmări de videoclipuri în România.

Cel mai fotografiat show al Electricului n-a fost pe scenă. „Lords of Lightning” erau doi cascadori britanici care se băteau live, unul cu un fulger albastru, altul cu un fulger roșu, hipnotizând asistența.

Puțină magie, multă muzică, puțină ploaie, multă iubire, a mai trecut un Electric Castle peste noi și, vorba panoului cu mesaje de la popor, „**1 MORE THING. IT'S BEEN EMOTIONAL**”.



BEACH CLUB

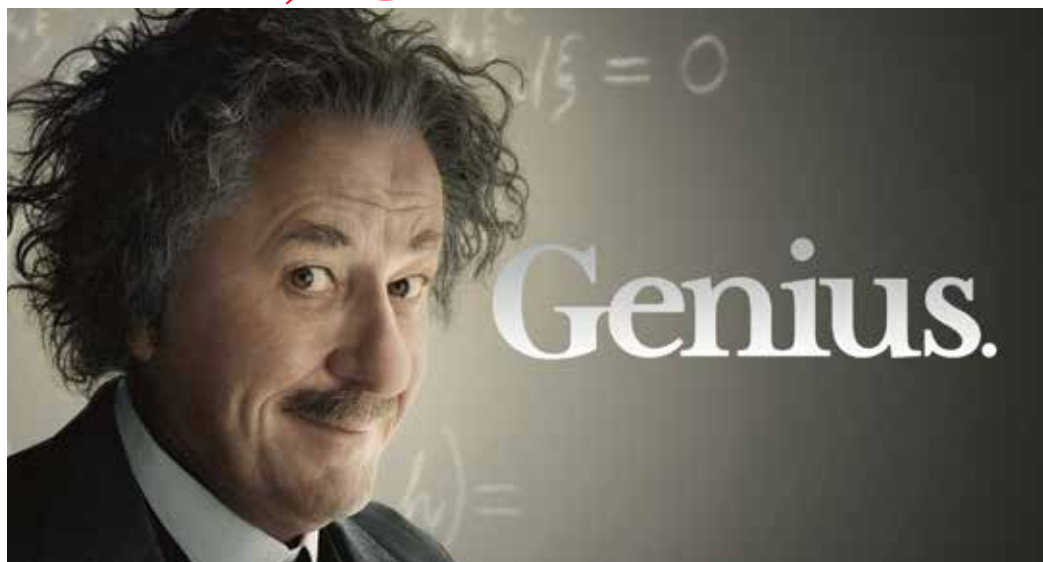
MAMAIA  
PLAJA REX

OPENED  
NOW

INFO & RESERVATIONS  
0754 262 262



# Omul și geniul



*Genius este o period drama de tip antologie. Period drama – adică film istoric – amor sau război, whatever –, și antologie, pentru că înseamnă o colecție de miniserii. Difuzat pe National Geographic la începutul acestei veri, serialul l-a avut în centru, în prima miniserie, pe Albert Einstein. Va urma ceva mai juicy în 2018: Pablo Picasso.*

**G**enius de la NG ilustrează în primul rând o tendință: indiferent de genul care dă identitatea unui canal, ficțiunea devine un must. Dacă, în România, te poți uita la Seinfeld pe sport.ro, de ce National Geographic n-ar fi recurs la ficționalizare, adică la storytellingul televizual? În loc de documentar, canalul a investit mai mult pentru o audiență crescută într-un biopic fiction. Cu o medie de 1 milion de spectatori pe episod, filmul obține într-adevăr prima audiență a postului. Inspirația vine de la biografia lui Einstein pe care Walter Isaacson, un vestit jurnalist american (CNN, Time, universități), o publică în 2007. N-am citit cartea – pe care o puteți găsi la Cărturești altminteri – dar ceea ce contează înainte de toate aici e accentul pus pe viața privată și pe contextul politic în care evoluează protagonistul. Omul de știință nu e un sfânt, cum s-ar putea crede și cum se crede în general despre geeks. Acum, e drept că junele Noah Pink, coregizor și regizorul primului episod, supralicitează love affair-urile lui Albert din capul locului: prima scenă e una de *fin de partie* (de sex), iar criticii americani n-au ezitat să atragă atenția părinților asupra pericolului la care-și pot expune odraslele dinaintea unui film – teoretic – adresat unor adolescenți care-și caută modele.

Bun, asta-i praf în ochii fraierilor, am zice. Și nu greșim, de ce? În primul rând, cum naiba să faci inteligibilă într-un film biografic teoria relativității, sau măcar alte topicuri științifice, fără să afectezi grav echilibrul narativ, dinamica dramatică? Soluția retorică a câte unui mic discurs patetic despre timp, lumină, spațiu, setat într-un cadru clar-obscur, cu imagini în recursiu, cu adaosuri pe computer, nu-i nouă, dar funcționează. Pe de altă parte, cum alegi să parcurgi cronologic viața lui Einstein? Aici, regizorii au fost mai inventivi: au ales o bandă a lui Mobius – secvență de 5 minute cu Albert student, punct de inflexiune de la care se trece la alta cu Albert bătrân (1895-1922/1897-1932 etc.). Bătrânul Einstein e interpretat de Geoffrey Rush, bine, deși poate cel mai atașant personaj este cel al soției, Elsa (Emily Watson), genul acela de nevestă care iubește necondiționat un geniu imprezizibil și hachișos ca orice geniu. O altă apariție interesantă este cea a tinerei Samantha Colley, în rolul altui geniu – feminin – Milena Maric, un soi de egală a lui Albert, prima lui soție și prima sursă a voyeurismului nostru atunci când vine vorba despre intim/ascuns la omul Albert Einstein. Dacă vă recomand Genius – vouă, telespectatori mileniali sau doar hârșiți 70-80-90s –, o fac în primul rând pentru

filmul istoric pe care serialul îl derulează atunci când povestește viața fizicianului. De la asasinarea lui Walther Rathenau, în 1922, ministru de externe al Republicii de la Weimar, moment crucial al ascensiunii drepte naziste în Germania – trecând prin plictiseala prusacă pe care unii o avem întipărită în memorie de Omul fără însușiri al lui Musil – și până la credo-urile politice ale lui Einstein însuși, un internaționalist scârbit de escaladarea ultranaționalismului germano-arian, totul merită privit de cineva care trăiește în anul 2017, între Orban și Putin, pe acrii lui Dragnea vânat de Soros, într-o țară în care Mihai Neamțu îl laudă pe Trump și-n care eu însumi, ca stângaci ce sunt, m-aș fi temut pentru viitorul meu dacă nu m-ar fi salvat tapingul la computer. Așteptându-l pe Picasso și a lui Guernica, Genius apare ca un serial cu multă convenție, dar cu o morală politică la zi. În rest, teoria relativității ne spune că e vremea să ne luăm concediu. ■



**ALEXANDRU MATEI**  
Este profesor universitar, preocupat de media, în special de televiziune. Este autorul unei cărți despre TVR, „O tribună captivantă”.

*Nu rata!*



**URZEALA TRONURILOR**  
Sezonul 7, episodul 2, HBO,  
luni, 24 iulie, ora 22:00



**MOSQUITO**  
**(PERICOLUL TÂNȚARILOR)**  
Documentar, Discovery,  
duminică, 23 iulie, ora 21:00



MioSMART

**MioSMART™** - protejează-ți locuința și familia chiar și atunci când nu ești lângă ei.

[www.mio.com](http://www.mio.com)



**MiVia™**



[www.mivia.com/ro](http://www.mivia.com/ro)



**Mio MiVia™ Essential 350** - prima brățară cu senzor de puls ECG și tehnologie NASA EMD.

**Mio MiVia™ Run 350** - ceas de alergare cu GPS, senzor de puls și antrenor personal.

# Viitorul non-uman

*Fondatorul Tesla, SpaceX și Hyperloop, Elon Musk, a venit zilele acestea cu un avertisment important: trebuie să ne pregătim pentru ceea ce va însemna inteligența artificială în următorii ani. Poate pe Stephen Hawking nu l-am crezut, dar Musk înțelege și folosește astfel de tehnologii. El ne avertizează clar că trebuie să ne luăm măsuri de protecție pentru a putea să ne ferim de momentul când inteligența artificială ar putea să ne pună în pericol viața. Pentru totdeauna. Pentru că nu știm înspre ce teritoriu ne ducem.*

**S**unt expus la tehnologie de ultimă oră și cred că oamenii ar trebui să fie îngrijorați. Încerc să trag semnalul de alarmă, dar până când oamenii nu vor vedea roboți mergând pe stradă și omorând oameni, nu vom ști să reacționăm, pentru că pare atât de supraréalist”, a spus Musk.

Cât de aproape suntem de un viitor al roboților? Este Odiseea Spațială 2001 o prezivieune și nu o operă de ficțiune? Acolo, robotul care-l asista pe personajul principal, HAL, a încetat să-i mai asculte comenzile. În final, l-a ucis. Cât de mult ne vom apropia de momentul când inteligența artificială va fi atât de rafinată, încât să considere că oamenii sunt incomozi în calea dezvoltării? Vom avea un caz de civilizație înapoiată, oamenii, care încearcă să țină sub control o lume care vrea să se dezvolte spre limite infinite.

Știu că vi se pare supraréalist, dar îmi amintesc de o discuție pe care am avut-o

la Tel Aviv cu fondatorul unei companii de deep learning. Se numește Fifth Dimension și poate gândi ca un om. Tehnologia a ajuns în punctul în care inteligența artificială nu mai are nevoie de instrucțiuni clare pentru a duce la bun sfârșit niște task-uri. De altfel, nici nu mai putem vorbi de task-uri. Cu tehnologia Fifth Dimension, un creier artificial poate face legături fără să-i fie livrate instrucțiuni. De la o poză, date de pe rețelele sociale sau orice altceva, poate face legături, te găsește, de exemplu, în funcție de pattern-urile tale de scris. Poate face legături care pentru noi pot părea absolut aleatorii. Din acest motiv, deep learning e următoarea evoluție nu numai a tehnologiei, dar și a umanității. Dar ea trebuie controlată.

Până în ce punct vor putea fi duși roboții, chiar dacă vorbim, de fapt, de creiere artificiale, fără să fie reglementați? Cât timp vor mai fi considerați o tehnologie nouă, fără șanse de reușită prea devreme? Dacă un software va putea face legături fără

instrucțiuni clare, va ști să gândească. Nu ca un om. Mai bine ca un om. Și nici măcar mai bine ca un om. Ci pur și simplu diferit. Va fi de neînțeles.

Ați văzut filmul „Arrival”? Acolo, o civilizație extraterestră și-a dezvoltat un limbaj aproape vizual. Greșeala noastră e că încercăm să judecăm totul din punctul de vedere al paradigmei creierului uman. Dar evoluția tehnologică va crea inteligențe diferite de ale noastre. Mult superioare. Care vor putea lua decizii fără intervenția noastră. Și fără înțelegerea noastră. Viitorul nu înseamnă că vom fi supravegheați permanent. Acesta este prezentul. Viitorul e necunoscut. Și trebuie controlat pe cât posibil. ■



**VLAD ANDRIESCU**

*Scrie despre tehnologie de trei ani și încearcă să se pună în pielea consumatorului obișnuit.*

*E vară, așa că vei ajunge ori la mare, ori la munte. Sau te va prinde ploaia și vei avea nevoie de gadgeturi și tehnologie rezistentă la apă. Noi am făcut o listă care să te ajute.*

### Samsung Galaxy S8 Plus

Pe lângă faptul că e probabil unul dintre cele mai bune telefoane de pe piață, Samsung Galaxy S8 Plus este și rezistent la apă. Telefonul cu un design superb, cu un spate al carcasei din sticlă și cu ecranul curbat, aproape infinit, poate fi folosit și în ploaie sau scufundat puțin în apă. Nu e un telefon pe care să îl folosești pentru poze sau filmări subacvatice, pentru că nu e așa de rezistent, așa că nu garantăm pentru el, dar dacă te apucă ploaia, poți să fii romantic și să faci un selfie cu stropii. Capacitatea de stocare e de 64 de GB, iar memoria RAM, de 4 GB. Ecranul e spectaculos. Are o rezoluție 2K, iar camera foto are 12 megapixeli.

**4.000 de lei la emag.ro**



### GoPro Hero 4 Black

Dacă vrei să-ți filmezi aventurile din vara aceasta, fie că joci volei în mare sau te duci să faci rafting și ai nevoie de o cameră care să poată fi montată pe cască, GoPro Hero 4 Black e soluția ideală. Filmează la o calitate 4K și poate poza la 12 megapixeli. Asta înseamnă că nu ai nevoie de telefon după tine și poți să iei camera la schi, la mare, la munte, pe râu sau oriunde.

Camera poate face imagini în rafală, la 30 de cadre pe secundă, și e conectată prin WiFi și Bluetooth la telefon, pentru a vedea imediat toate imaginile.

**1.900 de lei la evomag.ro**



### Baterie externă

Oriunde ai merge, ai nevoie de o baterie externă pentru telefonul tău. Sau orice alt device. Pentru aventurile tale de munte, poți să alegi o baterie Unifun de 10.400 de miliamperi, care este dotată și cu o lanternă menită să te ajute și în momentele cele mai dificile. Astfel, ai o lanternă pentru munte și o baterie care să-ți încarce device-urile în caz de nevoie. Rezistă la apă și, datorită învelișului cauciucat, supraviețuiește și căzăturilor.

**16 dolari pe amazon.com**



### Dronă subacvatică

Drona Splash Drone 3 poate fi folosită pe orice vreme, doar să nu bată vântul în rafale, pentru că altfel e foarte greu de controlat. Cu ajutorul dronei poți să filmezi sau să fotografiezi pe ploaie. De asemenea, dacă vrei să faci imagini spectaculoase subacvatice, poți să zbori cu ea aproape de suprafață și să bagi camera în apă. Drona rezistă la rugină și e etanșă, pentru a putea fi udată. Camera video poate filma la 4K și are un gimbal pe două axe, pentru stabilitate. Astfel, vei putea să te întorci din vacanțele din țări exotice cu imagini spectaculoase.

**1.700 de dolari pe swellpro.com**



**rezolvIT**

[www.rezolvit.ro](http://www.rezolvit.ro)

IT SUPPORT 24 / 7 for  
SMALL & MEDIUM BUSINESS

# Ploaia care va veni...



## Boxă UE Roll

La munte și la mare ai nevoie de muzică. La un grătar pe malul râului sau pe plajă. Boxa Ultimate Ears Roll se conectează prin bluetooth la telefonul mobil, tabletă sau la calculator. Are o formă amuzantă, ca o farfurie zburătoare, iar materialul textil ce acoperă plasticul din care e construită e viu colorat. Boxa poate fi folosită inclusiv în apă, așa că o poți lua cu tine și la piscină. De asemenea, e rezistentă și la praf, dar și la temperaturi foarte mari. Boxa se poate porni sau opri cu ajutorul aplicației dedicate pentru Android sau iOS.

**580 de lei la emag.ro**



## Camera 360

360Fly e o cameră de filmat care poate face videoclipuri panoramice, la 360 de grade. E o cameră de acțiune care poate fi luată sub apă, dar și în aer. Se poate monta pe un suport, poate fi ținută în mână și scufundată. De asemenea, poate fi aruncată de la distanță, pentru că e rezistentă la șocuri.

**500 de dolari pe 360fly.com**



## Căști rezistente la apă

Dacă vrei să te bucuri de muzică sau să vorbești la telefon când plouă sau dacă te-ai decis să faci o alergare în ploaie, poți să folosești căștile rezistente la apă. Am găsit Sony Walkman NWWS413B – nu sunt doar căști, ci și un mp3 player. Astfel, lași telefonul acasă și te relaxezi cu muzică de departe. Au un spațiu de stocare de 4 GB și sunt rezistente la apă. Chiar și la o adâncime de 2 metri, vor rezista timp de 30 de minute în apă salină. Mp3 player-ul e creat pentru temperaturi cuprinse între -5 grade Celsius și 45 de grade Celsius.

**395 de lei la emag.ro**



## ENGIE electrizează UNTOLD

ENGIE îți aduce toată energia de care ai nevoie pentru a trăi cele mai cool momente la festival, alături de cei mai tari artiști.

engie.ro

# NOUL INSIGNIA GRAND SPORT

Te asteptam la **Union Motors**  
pentru un test drive!

SUNA ACUM  
**021 9405**



[www.opel-unionmotors.ro](http://www.opel-unionmotors.ro)  
Sos. Bucuresti - Ploiesti, 145

**UNION  
MOTORS** 





# Civilizație a la Dubai

Opriti-vă puțin din înjurat colegii de trafic, sau din primit înjurături, și ascultați știrea asta: în Dubai, poliția premiază cu câte o mașină pe cei mai cuminți șoferi din trafic. Întâi, aflați că din 2012 ei au un sistem care oferă șoferilor și „puncte albe”, dacă au fost cuminți 12 luni. La răstimpuri, premianții punctelor albe sunt trași la sorți și primesc o mașină.

Anul acesta s-au dat două Hyundai Sonata pentru bună purtare. Iar alți 2.000 de șoferi au primit premii oferite de firmele partenere în acest program guvernamental. Chiar, firme producătoare de alcool or da premii pentru șoferii de aici? În acești cinci ani de program, numărul șoferilor cu note mari la purtare a crescut de șapte ori, dar, mai important, numărul victimelor din accidente rutiere a scăzut de trei ori. Frumos! Bine, acum trebuie să ne amintim și că poliția din Dubai sunt domnii aceia care au girofaruri pe Mercedesuri spre două sute de mii de euro. Dar orișicât! Dacă s-ar da și la noi premii în mașini pentru bun-simț, te-ar aștepta un târlete cu tatuaje peste maieu și lanț de vapor la gât, te-ar bate în trafic și ți-ar lua premiul.



## OnStar – sistem antifurt pentru pedepse cu suspendare și cu executare

De sistemele antifurt de pe mașini știam de mult, dar acum avem și o poveste. Un nene din Glasgow a fost scos cu forța din mașina sa când încerca să și-o parcheze. Hoțul a tuit-o cu Opelul Astra al cetățeanului, dar a fost oprit de sistemul antifurt OnStar instalat pe autovehicul într-o benzinărie, la numai șase kilometri de locul tâlhăriei. Sistemul îți oferă localizarea mașinii prin GPS și nu mai permite repornirea motorului dacă acesta a fost oprit. Omul și-a recuperat Opelul. Frumos! Acest sistem este montat pe un Opel, dar mă gândesc că sistemele antifurt mai tari, de pe Porsche sau Ferrari, îl băteau

pe criminal la locul faptei, îl făceau de râs în fața clasei și îl și imobilizau să-l dea pe mâna poliției. Hoțul de Opel a fost arestat și condamnat la zece luni de pușcărie și nouă luni de suspendare a carnetului. Deci băiatul a luat nouă luni cu suspendare și zece luni cu executare. Vedeți că se poate? La noi unii iau mai mult cu suspendare. Și asta până când în România se va inventa și mașina care, după ce prinde hoțul, îl condamnă la pușcărie ca pe cel din Scoția, vine apoi și îi dă și o lege a amnistiei și grațierii ca să-l facă scăpat. Țsta ar fi un sistem cu adevărat șmecher.



**ALEXANDRU DUȚU**

A lucrat la revista Academia Cațavencu, de unde a plecat cu tot cu serviciu la revista Kamikaze. Mult înainte de astea a lucrat câțiva ani într-o autobază din Brăila, de unde cunoștințele tehnice și glumele specifice.



# Un e.GO mare într-o mașină mică

*Exact când Tesla a prezentat Model 3, varianta mai ieftină și populară a mărcii, nemții au scos e.Go Life, poate prima mașină electrică pe care m-am gândit serios să mi-o cumpăr. Costă 15.900 de euro, dar gândiți-vă că în România subvenția pentru o electrică sare de 10.000 de euro. Așadar, doamnelor și domnilor, electrica de cinci mii de euro.*





### Facerea

Trăim într-o lume zăpăcită. În Hong Kong vânzările Tesla au scăzut de la 2.900 de bucăți la zero în prima lună în care s-a eliminat subvenția. Electricele sunt cam ca firmele de partid din România: depind ca de aer de banii de la stat. Audi se retrage din cursa de duranță de la Le Mans, pe care nici ei nu mai știau de câte ori o câștigaseră în ultimii douăzeci de ani, și își anunță intrarea în Formula E, omologul Formulei 1 la electrice. BMW va intra din 2018 în aceeași Formule E ca furnizor de motoare pentru echipa lui Andretti. Bentley confirmă pentru la anul un ditamai SUV-ul Bentayga hibrid plug-in. Volkswagen avertizează că în 2025 ne vom confrunta cu o criză a bateriilor Litiu-Ion din cauza creșterii producției de electrice. Iar echipa McLaren s-ar putea să folosească în Formula 1 motoare de la Ferrari. Pardon, asta nu e o știre cu electrice, dar este foarte șocantă. Ei, și în toată această nebuneală apare micuțul e.Go Life, de 15.900 de euro.

### Ce știe ăsta micu'

Mai mult nici nu trebuie să știe. Îți faci treaba cu el. e.Go Life vine în 2018 cu o autonomie de 130 km la bateria standard și 170 km la varianta cu baterie mai mare. Motorul dezvoltat și cu cei de la Bosch are 110 Nm – suficient! – și puțin peste 20 CP, cu vârfuri de aproape 30 CP. Din nou suficient pentru mersul bară la bară prin oraș. Viteza este puțin peste 100 km/h, dar accelerația este bună: 5,7 sec. până la 50 km/h. Nu vă fandosiiți, vă rog! Mașinuța transportă patru oameni, dacă nu au toți peste sută de kilograme. Bateria mică are nevoie de cinci ore jumătate pentru o încărcare, iar cea mare, de șapte ore jumătate. S-ar putea să vă sune cam rău treaba asta, dar nu o văd ca pe un mare inconvenient. La urma urmei o lași în priză peste noapte, ce Dumnezeu! Sau la birou. De plecat cu ea în turul Europei nu cred că se pune problema.

Dacă oferta acestor domni din Germania nu este vreo mare țepă, prin care vor să ia banii unora prin subscrierea de acțiuni, pe model Dracula Park sau Roșia Montană, putem spune că mașina



viitorului este aici. Oamenii mai au în proiect două modele: e.Go Mover, un concept de autobuz mic, și e.Go Kart, o chestie sănătoasă și ecologică cu pedale, lanț, motor electric și 25 km/h viteză maximă; un fel de bicicletă, dar de pe care nu cazi așa de ușor.

### Dacă nu e.Go Life, atunci ce?

Deocamdată nu văd vreo alternativă la micuțul e.Go Life. Decât bicicleta, kartul ăla electric tot al lor, tramvaiul, troleibuzul, rișca, mersul pe jos, statul în casă sau teleportarea, că și așa am auzit că chinezii au teleportat un foton pe un satelit aflat pe orbită. Deci puneți-vă bani deoparte și rugați-vă să nu scoată ăștia subvenția asta mare la electrice, abia introdusă anul acesta. ■



Preț: **15.900 €**  
 (minus peste 10.000 € subvenția în România)  
 Autonomie: **130/170 km**  
 Accelerație: **5,7 sec. 0-50 km/h**  
 Viteză maximă: **104 km/h**  
 Cuplu: **110 Nm**  
 Putere: **20-30 CP**



Ca să te menții activ și în vacanță, ți-am pregătit un mini-antrenament ușor de adaptat oricărei camere de hotel.



5

**exerciții simple  
și eficiente  
pentru vacanță**

### **GENUFLEXIUNI**

Pentru picioare, genuflexiunile sunt sfinte. La sală le faci cu bara în spate și scopul e să ai o greutate cât mai apropiată de masa corporală pentru rezultate eficiente. Pentru că acasă nu vei avea o greutate de pus în spate, alege să faci genuflexiuni cât mai adânci. Amplitudinea mișcării trebuie să fie mai mare decât în mod normal, atunci când ai o bară. Dacă vrei să compari cu ceva ce ai face la sală, gândește-te că faci genuflexiuni cu bara asistată. Fundul trebuie să ajungă cât mai jos și cât mai aproape de podea. Astfel, după patru seturi poți ajunge să simți cu adevărat rezultatele.

### **GENUFLEXIUNI BULGĂREȘTI**

Această variantă de genuflexiuni te lasă să alternezi și să diversifici. În plus, efectele sunt la fel de bune. Un squat bulgăresc se realizează pe un singur picior. Ia un scaun, pune piciorul drept pe el, iar piciorul stâng folosește-l ca sprijin pentru a coborî până la un unghi de 90 de grade. Ai grijă să te încălzești bine, ai putea face întindere ușor. Alternează picioarele după numărul de repetări pe care îl dorești. Poți transforma exercițiul într-una din zile. Stai în fața scaunului, pune dreptul pe el, apoi încearcă să te ridici ținând spatele drept. Ai grijă la tavan.

### **FLOTĂRI**

În funcție de condiția fizică, le poți face la nivelul solului, cu brațele pe pat (mai ușoare) sau cu picioarele pe pat și brațele pe sol (mai grele). Sunt utile nu doar pentru piept și brațe, ci pentru tot corpul. Ai grijă doar să îți încălzești cel puțin umerii înainte să începi lucrul efectiv.

### **DIPSURI**

Alege un obiect mai înalt, dar stabil – patul, o noptieră, marginea unui cuier etc. Așază palmele pe obiectul respectiv, cu degetele orientate spre tine, spatele cât mai apropiat de suport și picioarele poziționate mai în față (cât genunchii să facă un unghi de 90 de grade). Coboară lent, până când aproape atingi solul cu fesierii, apoi revino.

### **EXTENSII DE TRICEPS**

Sunt o variație interesantă și ușor de realizat. Poziționează-te ca și cum ai începe flotări, dar nu sta în palme, ci în coate, la 90 de grade. Așază palmele pe podea și stai pe vârfuri. Ridică-te în poziție de flotare – asta e tot.

**World Class**

Sub motto-ul „Live Differently”, World Class a creat cea mai bună echipă de antrenori personali din România, ajutând membrii să înțeleagă importanța antrenamentelor, a nutriției echilibrate și a unui stil de viață sănătos.

Digi Mobil



# VacanTzatziki

**ASCULTĂ PROFM!**

**CÂSTIGĂ**

**O VACANȚĂ ÎN GRECIA**

**ÎN FIECARE ZI!**

Detalii pe [profm.ro](http://profm.ro)



# Vrem o vară „D“ vară, dar stăm sau nu stăm la soare?

sau

**CUM SĂ PROFIȚI DE SURSA NR. 1 DE VITAMINA D**



**Dr. Camelia Ștefănescu**  
Medic nutriționist-dietetician  
[www.stop-dieta.ro](http://www.stop-dieta.ro)  
Specialist ESWT  
[www.shockwave-romania.ro](http://www.shockwave-romania.ro)  
Specialist Global Diagnostics  
[www.medtec.at](http://www.medtec.at)

Foto: Getty Images

*E vară! Vrem soare, vrem mare, vrem relaxare.*

Cu toții știm că apa mării face minuni, despre aerosoli, nici nu mai vorbesc. Cu toate acestea, soarele este cel care, luat în doze de „bun-simț“, îți menține starea de sănătate pe tot timpul anului. Sursa primară de sinteză a vitaminei D se face prin expunere la razele ultraviolete ale soarelui. Când acesta strălucește pe pielea goală, organismul își face propria vitamină D și își asigură astfel aproximativ 80-90% din rezerve.

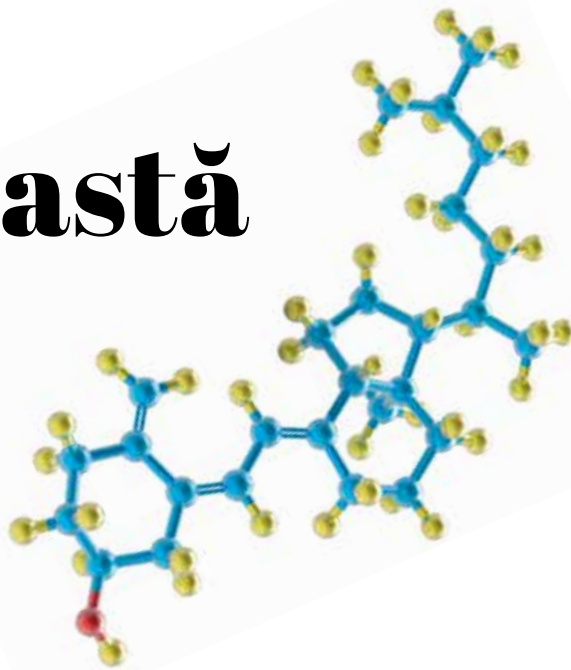
Primum și un bonus – bronzul, care adaugă un plus de frumusețe oricui îl poartă. Este posibil însă, ca pe măsură ce se înaintează în vârstă, să avem nevoie de mai mult decât o vacanță la mare, la soare, pielea pierzând parțial din capacitatea de sinteză a acestei vitamine. Același lucru este valabil și pentru persoanele cu pielea pigmentată, care nu fac din expunerea la soare la fel de multă vitamina D.

# De ce avem nevoie de această vitamină D?

**Pentru că este implicată în toate funcțiile organismului.**

Acționează asemenea unui hormon, fiecare celulă a corpului având un receptor pentru ea. Carența acesteia a devenit o problemă globală de sănătate pentru mai bine de 80% din populația diagnosticată cu patologii ce au la bază și un deficit de vitamina D.

1. Vitamina D este indispensabilă pentru formarea unor oase puternice, de la vârsta copilăriei, prevenind rahitismul, și până la vârste înaintate, prevenind osteopenia și osteoporoza. Ajută organismul să absoarbă calciul din alimente. Adăugarea vitaminei în formulele de lapte, încă din anii '30, aproape a eliminat rahitismul.
2. Studiile au arătat că persoanele supraponderale sau cele care suferă de obezitate au adesea niveluri scăzute ale vitaminei D în sânge. Celula adipoasă captează vitamina D, făcând-o mai puțin disponibilă organismului. Nu este clar dacă obezitatea însăși cauzează un nivel scăzut al vitaminei D sau dacă este invers. Dar un studiu al dietelor sugerează că adăugarea de vitamina D la o dietă limitată în calorii poate ajuta persoanele supraponderale să piardă mai ușor în greutate.
3. Vitamina D joacă un rol important în dezvoltarea și funcționarea creierului, iar la pacienții cu depresie au fost găsite niveluri scăzute de vitamina D. Dar studiile nu arată că suplimentarea cu vitamina D va contribui la reducerea simptomelor depresiei. Cel mai bun lucru ar fi în astfel de cazuri o „doză” de soare și o alimentație corectă.
4. Deficitul de vitamina D a fost de asemenea asociat cu un risc crescut de boală autoimună, cancer, boli cardiovasculare și mortalitate.



## Este bine sau este greșit să ne protejăm încontinuu de soare?

*Tipul personal de piele este cel care îți „sugerează” cât poți sta la soare, nu de alta, dar altfel te arzi... la propriu.*

Pentru pielea care nu se bronzază, sunt suficiente 10-15 minute fără blocarea razelor soarelui, dimineața, până în ora 11, sau după ora 16. Pentru cei care știu că se bronzază ușor, timpul de expunere poate ajunge fără probleme, în intervalele menționate, până la 60 de minute.

În rest, cuvântul de ordine este „protecție împotriva radiațiilor solare”, deși și aici persistă o anumită confuzie. Ne protejăm de UVA sau de UVB sau de ambele? Informațiile scrise pe multe ambalaje de creme de protecție solară nu fac întotdeauna prea multă... lumină. Explică eventual cum te protejează de arsuri, adică de UVB. Dar ce te faci însă cu UVA, radiații care penetrează adânc straturile pielii, deteriorându-i elasticitatea, crescând local numărul radicalilor liberi, scăzând în final imunitatea și supunându-te riscului unui melanom malign. Doamne ferește! Doar când auzi cuvântul „malign”, îți vine să pui pe tine o tonă de cremă cu factor maxim de protecție solară. Sau să stai închisă toată ziua în casă și să ieși doar noaptea ca vampirii. Nu că nu ar fi interesant și așa pentru unii/unele dintre voi. Deși, dacă te gândești bine, dacă ai genul de program în care pleci dimineața la birou, în mașină, nu pe jos, și te întorci seara, când soarele stă să apună sau a dispărut de mult, e fix același lucru, producerea de vitamina D fiind stopată. Caută așadar o cremă cu factor mediu sau mare, în funcție de tipul de piele și nivelul de bronzare existent și care să ecraneze ambele tipuri de radiații ultraviolete. Din păcate, deficiența de vitamina D nu te anunță când începe să se instaleze, evoluează lent, putând rămâne multă vreme... „mută”.





# Ce poți face?

Experții în nutriție spun că este bine să ne bazăm și pe alimente, și pe suplimente. Pe ultimele, mai ales dacă sunteți genul de persoană care nu se expune la soare sau dacă petreceți cea mai mare parte din timp în spații închise... în birouri, de exemplu.

## **Poți să începi ziua cu un mic dejun cu vitamina D.**

Dacă alegi cu atenție alimentele pentru micul dejun, vei obține o cantitate substanțială de vitamină. Multe tipuri de lapte sunt fortificate, inclusiv laptele de soia. Sucele de portocale, cerealele, pâinea și unele mărci de iaurt au adăugată, de obicei, vitamina D. Există, de asemenea, și cereale fortificate.

## **Poți să închei ziua cu o cină cu vitamina D.**

Multe dintre alimentele pe care le consumăm nu au o vitamină D naturală. Somonul, peștele spadă sau macroul fac excepție și pot oferi o cantitate sănătoasă de vitamină D într-o singură porție. Alți pești grași, cum ar fi tonul și sardinele, au un „D”, dar în cantități mult mai mici. Cantități mici se găsesc în gălbenușul de ou și în ficatul de vită.

## **Poți apela la un nutriționist.**

Dacă alimentele fortificate nu îți sunt pe plac și nu te dai în vânt nici după pește, atunci trebuie să adaugi în dietă suplimente cu vitamina D. După verificarea în sânge a nivelului de vitamină, nutriționistul va interveni în corectarea deficitului, prin prescrierea necesarului adaptat valorilor existente

Soluții există. Trebuie doar să vrei. Intră pe [www.stop-dieta.ro](http://www.stop-dieta.ro) dacă dorești să afli răspunsuri avizate la întrebări din domeniul nutriției și dieteticii. Bucură-te de viață și hrănește-te sănătos, fără diete chinuitoare, restrictive sau dezechilibrate.

**E mai ușor decât crezi!**

## Care sunt semnele care îți pot da de gândit?

1. Răcești frecvent și faci mai ales infecții respiratorii: rinite, bronșite, pneumonii, fără să fi fost în contact cu persoane bolnave.
2. Ai permanent o stare de oboseală, fără să fi avut prea multe de făcut la birou în ultimul timp.
3. Ai dureri cronice de spate, fără să fi „mutat munții” prin casă.
4. Experimentezi stări depresive, fără un motiv real.
5. Realizezi că rănilor se vindecă mai greu.
6. Îți cade părul, mult mai mult decât de obicei.
7. Ai dureri musculare – mai ales adulții, tinerii și copiii pot pune acest fapt și pe lipsa vitaminei D.
8. După instalarea menopauzei, trebuie avut în vedere că o densitate osoasă bună se păstrează nu doar cu calciu, ci și cu suplimentarea vitaminei D.
9. În cazul unui deficit cronic, simptomatologia poate fi asemănătoare insuficienței tiroidiene.

### **Bibliografie:**

American Academy of Pediatrics: "Healthy Children: Vitamin D: On the Double"  
 American Cancer Society: "Vitamin D"  
 Bertone-Johnson ER. Nutritional Review. August 2009  
 Diabetes Forecast, "The Role of Vitamin D in Type 2 Diabetes," December 2011  
 Lavie CJ. Journal of the American College of Cardiology. October, 2011  
 Medical News Today: "Link Between Successful Weight Loss and Vitamin D Levels"  
 National Osteoporosis Foundation: "About Osteoporosis: Vitamin D and Bone Health"  
 Rathish N, Arun M - Vitamin D: The "sunshine" vitamin, Journal of Pharmacology and Pharmacotherapeutics. 2012  
 Science Daily, "Vitamin D Important in Brain Development and Function," April 21, 2008  
 World Health Organization, International Agency for Research on Cancer, "Vitamin D and Cancer," 2008



INSCRIERI: 0748 878 212

*Mirela Vescan*  
Makeup Academy

[contact@mirelavescan.ro](mailto:contact@mirelavescan.ro)

Calea Victoriei 12-14



# O lume de tatuajați

- Mami, ce vezi diferit la mine?, mă întreabă Anastasia mea, cu ochisorii înecați într-o lumină ciudată.

O privesc. O sorb din priviri, că numai așa pot cu ea: pielea netedă, părul auriu involburat la spate de oareșce lupte cu visul din zori, năsucul ars de soare, obrazii ca două piersici coapte, gura strânsă într-o încercare de nezâmbet. Nu mă prind. Dar ea îmi prinde nelămurirea și întoarce ușor capul spre dreapta, lăsând obrazul stâng în plină lumină. Și undeva pe linia gâtului, sub umbra obrazului, abia de zăresc un mănunchi de pete de vopsea aurie.

- Asta?

- Daaaaaa! Am un tatuaj!, erupe cu o bucurie ce-mi explică și lumina din ochi și nezâmbetul eșuat. Îți-place?-mi-l-a-făcut-James

(James e motanul nostru). I-am-muiat-lăbuța-în-vopsea-și-i-am-spus-să-mă-tatueze-e-primul-meu-tatuaj-adevărat-sigur-o-să-țină.

Și fugе din cameră cu aceeași viteză cu care a rostit vorbele de mai sus, pe care, credeți-mă, le-a aruncat dintr-o suflare, așa cum aruncă balaurii flăcările, de mi-a pârlit toate gândurile.

Apoi se întoarce. Se oprește în pragul ușii cu un aer de Arhanghel Mihail în plină luptă:

- Mami, să scrii despre asta. Despre tatuajul meu. E foarte important!

Și dispăre iar.

Iar eu, hipnotizată de bucuria ei, de îndrăzneala gestului, de importanța subiectului, deschid frumos laptopul și execut...





**A**m scris importanță? Am scris îndrăzneală? Păi da, chiar așa. N-am greșit. Arta tatuajului e un subiect pe cât de important, pe atât de controversat și delicat. Tatuajele au fost considerate în unele culturi tămăduitoare și protectoare, în altele au fost interzise pentru că purtau cu ele riscul unor boli grave. Au crescut uneori în soarele civilizației, alteori în umbra ei. Uneori au funcționat precum niște conturi de Facebook pictate pe trup (adică anunțau statutul social, apartenența la un grup ori altul, anumite interese culturale, politice ori amoroase), alteori au avut semnificații pur practice (în 1930, de pildă, când s-au eliberat pentru prima dată celebrele social security numbers, oamenii cu memoria scurtă și le tatuau pe trup, ca să nu le uite; ori în secolul al 19-lea, în timpul războiului civil din America, mulți soldați disperati și-au tatuat numele pe trup pentru a putea fi identificați în cazul în care ar fi fost uciși). Au fost rând pe rând ritual, artă, revoltă, manifest, mormânt, carte de vizită, carnet de notițe ori oracol. Acum... Ei bine, acum au devenit un fenomen global foarte interesant. „Pe trupul omului modern tatuajele sunt un strigăt existențial: SUNT AICI!“, spun

niște specialiști de la The New York Times, care au studiat fenomenul mai în amănunt decât mine. Cică „în căutarea perfecțiunii, omului modern îi e mai lesne să își schimbe trupul decât mintea”, de aceea în ziua de azi tatuajele sunt atât de răspândite în toate mediile sociale ori culturale, în toate categoriile de vârstă. Dar eu nu prea cred că e așa. De vreme ce tatuajele sunt o declarație, un strigăt, expresia unui gând/vis/dor, a unei pierderi ori a unei victorii, a unei povești/întâmplări/întâlniri/iubiri/uitări ori neuitări, mă gândesc că azi sunt atât de răspândite nu pentru că vreunul dintre noi vrea să-și schimbe mintea ori trupul, ci pentru că noi, oameni buni, pierduți în prea multe mijloace de comunicare, suntem atât de dornici de afirmare și de a ne spune povestea, încât a început să ne iasă mintea prin piele. Eu, de pildă, sunt tatuată din cap până-n picioare. Primul tatuaj l-am făcut la patru ani. M-am îndrăgostit lunea de un băiat dintr-un album de fotografii – un oșean mic, cocotat pe un coș cu mere roșii, așa că mi-am tatuat în creștet, cu creion chimic, un măr. Acum nu se vede, că mi-a crescut părul și l-am cânit. Dar e acolo, martor al primei mele iubiri neîmplinite. Pentru că tatuajul ăsta a supărat-o atât de rău pe mama de nu mi-a

vorbit o săptămână și m-a spălat zi de zi pe cap, m-am abținut să-mi mai pictez pielea până la 18 ani, când am devenit stăpână pe propriul trup. În schimb, m-am umplut de cicatrici, dar asta e o altă poveste.

Așa: la 18 ani, când am plecat de acasă, mi-am tatuat pe omoplatul stâng un fluture. Apoi am întâlnit un băiat pe care l-am iubit și l-am luat de soț. El mi-a spus că sunt un nimeni și mi-am tatuat cuvântul „nimeni” pe încheietura mâinii drepte. Apoi mi-a dovedit că și el era tot nimeni și, când l-am părăsit, mi-am tatuat pe încheietura celeilalte mâini cuvântul „cineva”, ca să nu uit. Să nu mai uit vreodată. Între timp a murit bunicul meu. A fost prima mare pierdere din familie. În dreptul inimii mi-am tatuat „lumină”, ca să știu că n-a plecat, ci doar se odihnește-un pic, acolo. Ce altceva mai am? Da: pe ambii săni am tatuat mânuțele copiilor mei nou-născuți, pe umeri port „iertare” în toate limbile pământului, pe pântec, sărutul soțului meu, iar pe inelarul stâng, numele lui; în tălpi mi-am tatuat pietre galbene, ca pe cărarea ce duce în Oz; pe un genunchi, un înger, pe celălalt, un vers din Blaga, am un ghimpe în coastă și o rază de lună pe coloana vertebrală. Între timp, spatele mi s-a umplut de o armată de fluturi. Mi s-a părut aiurea să îmi pictez aripi de înger. Când o fi să zbor, mă pot duce și fluturii mei.

Da, eu sunt tatuată din cap până-n picioare pentru că sunt un om modern, ce vrea să comunice și să se afirme într-o lume de tatuati și-n fiecare zi îmi iese mintea prin piele. Zău că mi-aș face poze să vă dovedesc, numai că, vedeți, lucrând în breasla asta de atâta vreme, am învățat mai iute ca alții că tatuajele sunt sensibile la soare, blițuri și lumină. Și, ca să le protejez, am început să îmi port pielea pe dos.



– Gata, am scris articolul. Vrei să-l vezi?  
– Nu. Poți să-l ștergi, îmi răspunde Anastasia mea fără să întoarcă privirea. Eu mi-am șters tatuajul. Vezi? (Și mi-a arătat obrazul stâng.) M-am supărat pe James. I-a ros piciorul lui Barbie. E un motan rău. Și-acum mă lași, te rog, să mă joc?

Cu un nezâmbet eșuat pe buze, înainte de a ieși, mă aplec și îi sărut liniagâtului, chiar sub umbra obrazului stâng, acolo unde, cu o oră înainte fusese o mânjeală aurie, primul tatuaj al fetei mele, care, de atâta supărare, a trecut prin piele pe partea cealaltă, unde știu că va rămâne pentru totdeauna. ■



Și-acum, dragilor, indiferent de vă purtați tatuajele la vedere sau pe dos, sunt convinsă că veți găsi în lista ce urmează măcar un produs să vi se potrivească. Merg perfect cu tatuajele, pentru că le pun și vă pun în valoare.

1. Datorită uleiului de cocos din compoziție, **Coconut Body Soufflé** de la Doctor Organic vindecă tatuajele recente, iar pe cele vechi le menține suple, accentuându-le culorile.
2. Rujul lichid **Stay Matte** de la Rimmel are culori tulburător de intense, ce rezistă pe buze până la 12 ore. A-l purta e o declarație în sine. Asociat cu un tatuaj, devine explozie.
3. De nu te împaci cu rujul lichid, poți alege o formulă solidă, în culori la fel de intense și rezistente, precum **Mark Plump It** de la Avon.
4. **ZarkoPerfume Molecule 234.38** este echivalentul lichid al unui tatuaj: parfumul interacționează cu feromonii proprii trupului tău și, în funcție de temperatura corpului ori de starea de spirit, își modifică aroma pe parcursul a 10 ore.
5. Nici nu știi ce îți place mai mult la acest parfum, numele (**Juliette Has a Gun, Into the Void**) sau aroma (lemn dulce, orhidee și boabe de tonka)? Cert este că, odată picurat pe piele, spune o poveste unică, asemeni unui tatuaj.
6. Știi că e un clișeu: tatuajele merg mână în mână cu ochii înnegriți cu creion. Și ce dacă? Ambele cer curaj, așa că vă recomand, cu inima ușoară, creionul negru waterproof de la **Bourjois, Contour Clubbing** sau...
7. ...variantei mai delicate, fardul de ochi **Easy Smoky Eye** de la Sephora.
8. Mascara nu trebuie să lipsească. Cu cât mai intens efectul de alungire, cu atât mai bine. Recomandarea mea: **High Impact Mascara** de la Clinique.



Spring/Summer 2017  The Sea and Her Lover

**ATU**  
BODY COUTURE

**ATU Body Couture** este un brand românesc care a luat naștere în anul 2011 pe fondul unor discuții amicale, la o cafea, între Lăcrămioara Ilie (Fondator) și Emilian Ciobanu (Stilist). De la o idee, s-a născut un concept – este vorba despre conceptul *atu*, o formă de exprimare estetică interesantă, relaxată, necesară.

ATU Body Couture explorează universul feminin și manifestările estetice ale acestuia, concretizat prin două colecții sezoniere: Primăvară - Vară și Toamnă - Iarnă. Până în iarna anului 2015 (inclusiv), colecțiile ATU au fost create de Stilistul Emilian Ciobanu, iar din sezonul Primăvară - Vară 2016, colecțiile ATU poartă semnătura lui Cătălin Vălean (Creative Director).

Colecția ATU Body Couture Spring/Summer 2017 are o tematică maritimă care continuă abordarea feminină de până acum, de data aceasta sub forma unei povești de iubire numite **The Sea and Her Lover**. Din combinația a diferite motive nautice cu elemente mitologice, se conturează profilul unui personaj puternic care emană magie, instalând seducția unei lumi de departe. Personajul colecției poartă în sine forța irezistibilă a sirenelor – simbol al puterii primordiale pe care femeia o exercită asupra bărbatului.

**ATUBODYCOUTURE.RO**

**Admiral Pearl trenchcoat**

Pardesiu din țesătură plisată gri pearl, cu detalii din catifea sidef. 1.400 lei



**Velvet mermaid dress**

Rochie pe lângă corp, cu umeri goi și detalii din catifea sidef. 920 lei



**Pearl Hunter trousers**

Pantaloni largi până la gleznă, cu vîpuscă de plasă și brâu cu perle naturale. 490 lei



**Blue Lagoon dress**

Rochie asimetrică din denim foarte subțire, bleu cu irizații argintii. 760 lei





**Clam Shell needle**

Ac decorativ din metal auriu, cu scoică și perlă. 200 lei



**Captain Coral blazer**

Sacou cu mânecă scurtă și volane plisate asimetric. 765 lei



**Clam shell earrings**

Cercei în formă de scoică, fabricați din metal foarte ușor. Închidere cu șurub. Poartă-i cu o ținută roșie pentru un look puternic. 180 lei



**Red Coral dress**

Rochie midi cu talie joasă, din triplu voal plisat, cu detalii din plasă. 980 lei

**Scuba top and skirt**

Compleu din piele lăcuită ecologică, albastru electric. 820 lei



ATU Body Couture promovează designul minimalist, confortabil și util, un crez creativ ce trebuie respectat, dar care este trecut printr-un filtru personal și supus unor schimbări constante pentru a se putea adapta mereu la noile cerințe ale pieței.

**Pearl in shell uni earring**

Cercel mare în formă de scoică aurie cu detaliu din perlă, închidere cu șurub, fabricat din metal foarte ușor. 220 lei



**ATUBODYCOUTURE.RO**



**Sailor Stripe  
parka jacket**

Jachetă ușoară  
din in alb cu dungi  
albastre. O poți  
purta ca jachetă sau  
ca rochie. Ideală  
pentru vacanță sau  
zilele călduroase  
de vară.  
590 Lei

**ATU**  
BODY COUTURE

**ATUBODYCOUTURE.RO**







ATU Body Couture este un brand care celebrează femeia dincolo de norme și canoane impuse. Manufactura este partea principală a procesului de creație, completată de obsesia confortului celebrată de feminitate și stil.



**Sailor Stripe trousers**

Pantaloni evazați din in alb cu dungi albastre și nasturi din sidef.  
390 Lei



**Sailor Stripe blazer**

Sacou la două rânduri de nasturi, din in alb cu dungi albastre și nasturi din sidef.  
680 lei

# Pescaturism

*Pentru prima oară în România, numai în Delta Dunării la Mila 23*



# Pasiune pentru cafea. Și business.

Marius Meleşteu a deschis prima cafenea Manufaktura ca să stabilească o conexiune cu consumatorii. Sună foarte tehnic asta, argou de corporație, de fapt și de drept, Manufaktura e o cafenea hip ca la New York, cu hipsteri bărboși în rol de chelneri, cu tavan din boabe de cafea supradimensionate, cu cafele din lumea largă în meniu, paste fițoase și o prăjitură cu morcovi care salvează complet renumele acestui desert. Și, de fapt și de drept, Marius Meleşteu, CEO al companiei care vinde Don Cafe în România, vorbește puțin în argou de corporație și mult despre cafea și cultura ei, în România și în lume.



## Manufaktura

Deocamdată, în oraș, puteți găsi două cafenele **Manufaktura**: una în Mega Mall și una în Promenada. În viitorul apropiat, se va deschide una nouă, în Piața Victoriei, lângă clădirea Guvernului.

De Ana Maria Caia  
Foto: Matei Buță

**N**e-am întâlnit în cea mai nouă Manufaktura, din Promenada Mall, chiar la ora la care corporatiștii din birourile din zonă își dădeau un restart, la o cafea, la ora prânzului. Când a intrat în cafenea, a dat mâna cu bariista din spatele barului și s-a dus spre geamul bucătăriei să-i salute pe oameni. Conduce un business masiv, vinde 1,6 miliarde de cești de cafea anual, în România, se ocupă și de businessul Strauss din Serbia, unde a ajuns la o cotă de piață de 30%. Discuția începe abrupt. Cu viitorul. Vrea să vândă cafea online, vrea să atingă acei consumatori care vor migra dinspre rafturile fizice ale supermarketurilor înspre comanda online, aproape exclusivă, dar nu vrea să fie în online doar ca o replicare a ceea ce face acum. Vorbește mult despre clienți și clienții aceștia de tip nou, mai rafinați, au nevoie de o personalizare a produsului. Îmi arată o mașinărie spectaculoasă care e montată într-un capăt al barului de la Manufaktura. Pare un decor steampunk, dar nu e deloc decor, pentru că e o mașină care îți macină și amestecă în ce fel vrei tu cafeaua. Ce-ajunge în pungă se numește Don Cafe Fresh și e produsul cu care Marius vrea să atace onlineul. Un mic touchscreen te lasă să alegi dintre cafea din Fraijanes Guatemala, Gitura Kenya, Sidamo Etiopia și Tarrazu Costa Rica. Aromele care se desprind din cafelele

acestor locuri exotice sunt de ciocolată, caramel, citrice, florale sau migdale. La măcinare poți alege ibric, filtru, espressor. Pe ecran poți să îți personalizezi și eticheta, nu numai să-ți meșteșteți cafeaua.

### Ce cafele beau românii

De fapt, tehnologia a devenit din ce în ce mai performantă, spune Marius, așa că trebuie să crezi produse în jurul ei. Și începe să-mi vândă niște secrete pe care orice maniac după cafea ar trebui să le știe. E important să ai cafeaua măcinată pe loc, dar e important și când se prăjește cafeaua. Acolo e secretul aromelor puternice pentru că, da, prin măcinare mai scoți niște aromă, dar ideal e să nu ții cafeaua prăjită cu lunile. Lanțurile producție-distribuție-vânzare trebuie să fie foarte strânse. La Don Cafe Fresh în maximum patru zile de la prăjirea cafelei ea e la tine în ceașcă. Și pachetul e de 250 de grame. În primul rând, să nu bei cafea veche, apoi, să poți încerca. Nu e musai să bei aceeași cafea, mai curând, încercând, întocmai ca la vin, poți avea mari surprize. În 1989, românii uitaseră gustul cafelei adevărate. Companiile care au intrat pe piață în primii ani vindeau robusta, o specie de cafea cu un gust mai butucănos, lipsit de nuanțe, după cum îi sugerează și numele. Dar încet-încet s-a făcut tranziția spre arabica și oamenii

au început să înțeleagă plăcerea de a bea o cafea. Cu Manufaktura, lanțul de cafenele Don Cafe, Marius a știut că o să dea lovitura fără probleme. România lui 2017 e un loc în care se dezvoltă cafenelele concept, de lanț sau independente, mult mai repede chiar și decât în Occident. Suntem sofisticăți și știm diferența dintre o etiopiană și o guatemaleză.

Oricum, lanțurile de cafenele sunt un trend mondial, așa cum e și consumul de capsule, pentru diversitate și comoditate, dar și cafeaua proaspăt măcinată, beans to cup.

### Cum a ajuns la cafea

Marius se ocupă de Strauss Balkans din 2010, după două decenii în care a făcut incredibil de multe lucruri și incredibil de diverse. A început ca inginer la Titu, în primul an de după Revoluție, cu un salariu care ajungea la 20 de dolari. A reușit să obțină o viză de Italia și pleca acolo din când în când, pentru câteva luni, făcând munci necalificate. A făcut bani, a văzut o lume cu totul nouă și a învățat italiană. Vorbește despre perioada italiană cu multă siguranță, dar și mulțumire. În tot ce povestește, Marius are tonul ăsta, de om care ia ce e de luat bine mai departe, fără lamentări inutile. A vândut serviciile de publicitate ale unei agenții italiene din București, a trecut pe la Ogilvy de la începutul începuturilor, unde a fost un fel de account, a simțit pe pielea lui ce înseamnă capitalismul haotic al tranziției românești. Peste tot a învățat, peste tot a aflat lucruri noi. Peste tot a încercat să crească, astfel încât să ajungă undeva. Și primul undeva important a fost Stimorol, producători danezi de gumă de mestecat, unde a fost și primul angajat. Din nou s-a educat, formal și informal. Vorbește cu mult respect despre șeful lui danez și cu entuziasm despre experiența lui acolo, ca marketing manager. A urmat Unilever și divizia de deodorante, de marketingul căreia s-a ocupat, ca mai apoi să plece Country Manager în Serbia și Muntenegru. Și aici a fost un ciclu de învățare, nu numai tehnică, de marketing, ci și de leadership. A crescut ca leader, a învățat să își motiveze oamenii și să-i pună în valoare, iar rezultatele se văd și astăzi în compania Strauss, unde mișcările de personal sunt cu mult mai mici decât media din FMGC.

A urmat o scurtă trecere pe la Zapp, care s-a lăsat cu premii la marile festivaluri de publicitate, poate vă mai amintiți de

reclama cult cu „grupul manechinelor care beau doar apă plată cu lămâie” și Heineken, unde a vândut, în 5 ani, bere de peste 1 miliard de euro. În 2010 a ajuns în lumea cafelei.

### Bobul de cafea

Totul e bobul de cafea, spune Marius, arătând spre tavanul din Manufaktura, făcut din boabe de cafeauriașe. De altfel, decorul tot, din culori și forme, aduce aminte de bobul de cafea. Ajungem să povestim despre plantațiile din junglă, cele de la mare altitudine sau cele îngrijite cu tehnologie de top, cum a văzut în Brazilia. Beanz (beancafe.ro) e un nou brand lansat de Strauss, de capsule, unde cafeaua vine cu numele fermierului care a îngrijit-o pe ea. Bobul de cafea ca să fie bun are nevoie de îngrijire specială, are nevoie de un anumit tip de sol, are nevoie de condiții de climă și de mediu de un anumit fel. Are nevoie de răbdare. Marius pare a înțelege răbdarea, așa a ajuns cu Strauss la cele mai multe cești de cafea vândute de pe piață, așa va intra în online cu produse speciale și inovative, așa va crește lanțul de cafenele **Manufaktura**.

### Produse inovative

Și pentru retail, Strauss a pregătit produse care sunt inovative. **Doncafe Green Active** se găsește deja pe piață și are extract de cafea verde, un nivel ridicat de antioxidanți naturali care accelerează organismul. **Amigo Fusion** e în faza de lansare și e o cafea freeze dried cu aromă de cafea prăjită și măcinată.





Our job for summer:

# DELIVERING HAPPINESS!



**WEDDINGS | CORPORATE EVENTS | PREMIUM CATERING  
RENTALS | WINE & DINE EVENTS | KIDS PARTIES | PR HORECA**

✉ CONTACT@KOON.RO    ☎ 0756 400 900 / 0748 151 656    📍 STR. STOLNICULUI NR. 6-10, SECTOR 1, BUCUREȘTI  
🌐 WWW.KOON.RO    👍 WWW.FB.COM/KOONEVENTS

# Shakespeare e mai important ca Dumnezeu

*Howard Jacobson e britanic. Și scriitor. E evreu. Și intelectual public. E recunoscut pentru umor și cunoscut pentru pasiunea și știința lui despre Shakespeare. L-am întâlnit la București, primăvara asta, când a venit să lanseze Shylock este numele meu.*

Interviu de Ana-Maria Caia. Foto: Getty Images

Ploua afară, ușor deprimant, era puțin după Ziua Europei și în București erau înfipte pretutindeni steaguri. A intrat în librărie cu soția sa, zâmbitori și bonomi, și-am început o discuție care cu siguranță a fost orice, dar nu un interviu.

**Îmi pare rău că ieșiți din UE, îi zic și-i arăt steagurile de pe Bulevardul Elisabeta.**

Pufnește, dă ochii peste cap, se dezlănțuie. N-am avut niciun motiv bun să facem asta! Puteam să ne certăm cu Uniunea Europeană, puteam s-o împingem de la spate într-o mulțime de feluri ca să facă reforme. Vor fi reforme, de altfel, sunt sigur. Uniunea știe că trebuie să se schimbe. Dar Brexitul a fost ceva atât de brutal pentru noi înșine în primul rând. A fost ca și cum ne-am fi tăiat un braț. Face un gest ca și cum și-ar smulge brațul care se odihnește pe un Neaguțator din Veneția al lui Shakespeare.

**Deci v-ați tăiat un braț!**

Păi, sigur că ni l-am tăiat!

**Deci e brutal, asta-i cuvântul!**

Pentru noi, în primul rând. Sunt mulți britanici care cred că e-o treabă grozavă asta. Greșesc. Dar, de fapt, atmosfera legată de Brexit, în Marea Britanie, e foarte urâtă. Nu mai există o conversație decentă, toată lumea e violentă. Oamenii care cred că e bine că plecăm din UE nu pot suporta nici măcar faptul că sunt unii care cred că e rău să plecăm din UE. Și suntem mulți care credem asta. O decizie nenorocită a lăsat în urmă o atmosferă foarte sumbră.

**Ați pomenit de conversații decente. Pierderea lor mi se pare foarte tristă pentru că oamenii trebuie să...**

Să se contrazică!



**Da, să se contrazică și să aibă o conversație decentă.**

A, nu, s-a ajuns ca până și în ziare majore din Marea Britanie să se vorbească despre cei care spun că Brexitul e o prostie, folosindu-se termenul de sabotori. Sabotori! Au fost judecători care au spus că referendumul a fost ilegal pentru că trebuia consultat mai întâi Parlamentul. Pe aceștia i-au numit dușmanii poporului.

E așa de periculos când unii oamenii invocă poporul și dorințele lui pentru că fix cei care spun „voința poporului” nu respectă poporul. De fapt, oamenii au fost mințiți, iar unii politicieni care voiau de mult să facă asta au împins lucrurile către vot și au folosit „voința poporului” ca pretext. Și oricum, câteodată poporul greșeste. Și e important ca unii dintre noi să spunem asta.

**Sabotori, dușmanii ai poporului, voința**

**poporului, sună toate ca-n interbelic, lumea a luat-o razna, dar parcă am mai văzut așa ceva în trecut. Și dumneavoastră sunteți un autor evreu și scrieți despre „evreitate”. Evreii au fost un dușman bun, ce dușman vor crea acum?**

Păi da, chiar e creat și în Marea Britanie, acum e format din toți oamenii care nu-s de acord cu Brexitul. Suntem numiți Elita Liberal-Metropolitană. Și asta-i foarte aproape de a spune că dușmanul e educatorul și asta e foarte periculos în acest moment. Și-n anii '30 era asta: nu-l crede pe expert. Urmează, firește, nu crede în cunoaștere și apoi vine chiar nu crede în adevăr, acolo e Trump acum.

**Noul evreu e educatul.**

Și cu evreii, exista percepția că sunt o elită: foarte educați, superiori social. Întotdeauna poți să îi faci pe unii oameni să fie de partea ta

dacă le spui că există un dușman care știe mai mult decât ei. Ce mă înspăimântă e că există un război între oameni. Trump zice că îi iubește pe needucați, ceea ce înseamnă că îi numește pe unii needucați, e o luptă între ignoranță și cunoaștere. Și ce e revoltător e că nici măcar nu sunt ignoranți, ci le e spus că sunt ignoranți. Nouă, în schimb, ni se spune că suntem elitiști și condescendenți.

### **Chiar ați scris o carte despre Trump, o poveste amuzantă...**

Da, Pussy.

### **Ați fost foarte rapid...**

Ne-am trezit în mijlocul nopții...

*Arată spre soția lui, care e așezată undeva în librăria Humanitas Cișmigiu.*

### **Așa, împreună?**

Era 4 dimineața și ne-am trezit ca și cum un duh rău ar fi intrat în dormitorul nostru. Împreună. Și-am simțit că un spirit întunecat stătea pe pieptul meu, un mic monstru era în dormitor cu noi. Ne-am dus la culcare zicându-ne că Trump n-are cum să câștige. Și-apoi ne-am trezit în mijlocul nopții și ne-am speriat că cineva apropiat o fi murit și chiar murise cineva foarte drag nouă, Democrația.

*Râde complice spre soția lui.*

Fairplay-ul și Adevărul au murit. Și i-am zis soției, Doamne, asta e îngrozitor. Eu am scris mulți ani în The Independent un editorial, dar ziarul se închisese. Atunci aș fi vrut să am un loc unde să scriu un editorial, aveam nevoie de asta, doar că nu poți să faci rost de-un ziar la care să scrii peste noapte. Și soția mi-a zis să scriu ceva, să scriu o cârticică. Eu scriu lent, termin un roman în doi ani, dar acum trebuia să scriu. M-am dus la birou, la 6 ore după ce Trump fusese ales. Am început o carte numită Pussy. Mă simțeam ca o bombă. După aceea, cineva mi-a zis că am scris o grenadă. O grenadă satirică.

### **Servește cu adevărat la ceva cartea asta?**

O să-i consoleze pe cei care sunt de acord cu mine.

### **Și asta e de ajuns?**

O să distreze oamenii. Unul dintre modelele mele este Jonathan Swift și el zicea: „Nu scriu să distrez, scriu să contrariiez.” Am și contrariat cititori. Și i-am și înfuriat pe cei care nu-s de acord cu mine. Dar știi, nici nu-mi pasă.

### **Și-atunci e numai pentru dumneavoastră?**

Da, pentru mine am scris-o. În șase săptămâni. Ți-am zis, sunt foarte lent la scris, pe-asta am făcut-o împotriva mea.

### **S-o terminăm cu toți nebunii ăștia din politică și să vorbim și despre Shylock, evreul lui Shakespeare pe care l-ați împrumutat ca personaj în**

### **Shylock este numele meu. Sunteți evreu și vi se spune adesea că scrieți despre condiția evreului, despre ce înseamnă să fii evreu.**

Tot scriu despre asta și de fapt tot investighez asta și mă tot întreb cine e evreul? Evreul e o persoană care nu obosește să se întrebe ce este un evreu. Și sunt și grămezi de cărți despre asta, am citit una când eram tânăr, chiar așa se chema, Ce este un evreu?. Eu nu sunt evreu religios. Nu țin sărbătorile, nu mă duc la sinagogă, nu-mi pasă ce mănânc, nu-mi acopăr capul, nu-mi plac lucrurile astea deloc. Dar sunt evreu, e o chestiune de minte și spirit.



**Howard Jacobson alături de soția sa, Jenny De Yong**

### **Și-ați scris acum despre evreul lui Shakespeare, Shylock...**

De fapt, am făcut parte dintr-o serie de autori care aduceau în contemporaneitate operele lui Shakespeare. Și mie mi-a picat Neguțătorul din Veneția. Deci Shylock m-a ales pe mine, nu eu pe el. L-am făcut modern, desigur, dar într-un fel, ce m-a interesat pe mine a fost relația tată-fiică și m-am gândit că, în esență, despre asta o să scriu. Eu nu am o fiică, dar am o soră și m-am uitat la marea bătlăie dintre ea și tatăl meu. Lui i-a venit atât de greu s-o vadă pe fiica lui devenind femeie și i-a fost foarte ușor să mă vadă pe mine și pe fratele meu devenind bărbați. Noi eram liberi. Tata a iubit-o pe sora mea, dar acolo am văzut o luptă teribilă, violentă.

### **E despre copii care refuză tradiția lupta asta? E greu să trăiești în interiorul tradiției? Eu vin dintr-o familie de preot ortodox, foarte religioasă, lucrurile pot deveni complicate.**

Da, parțial asta e interesant. Ah, interesantă familia ta, n-aș fi crezut. Și ești empatic și cu fiica, și cu tatăl, așa e și în carte, n-ai cum să-i judeci până la capăt pe bărbați în relațiile cu fiicele lor.

### **Ce facem cu tradiția? O impunem copiilor?**

Uite ce mi se pare supărător în povestea asta. Dacă un părinte crede în ceva, trebuie să îi transmită copilului în ce crede: iată, asta e forța noastră, de lucrurile astea ne pasă, asta credem că e bine și adevărat. Primește acest cadou de la noi. Dar dacă insiști prea mult cu asta, povestea se transformă în tiranie. Așa că, pentru fiecare părinte: cum dai mai departe morala în care crezi? Nici n-o să zic de religie. Să nu dai mai departe morala e iresponsabil și sunt atâtea exemple de copii în orașele noastre care sunt distruși pentru că nu au primit un set de valori de la părinți. Pe de altă parte, odată cu valorile morale personale, părinții trebuie să dea copiilor inteligență și o libertate a minții nesfârșită. Alege ce vrei. Copiii trebuie să investigheze ce au primit și să aleagă cu voiața lor, nu pot fi de acord cu părinții doar pentru că li s-a spus să fie de acord. Nimic nu e mai cumplit decât să-i obligi pe copii să gândească ce gândesc părinții. Asta fac evreii ortodocși. E un rău parșiv. Dar evreii, cei mai mulți dintre ei, sunt mari certăreți, le place să se contrazică, să se lupte pentru orice mic lucru, orice idee. Dar la evreii ortodocși există un singur adevăr, ei nu se întreabă ce a vrut să spună Dumnezeu, ei știu ce a vrut să spună. Deci au încheiat orice conversație înainte ca ea să înceapă, dar esența de a fi evreu e să dezbați. Să începi o controversă.

### **Asta am văzut cu ochii mei în Israel, până și șoferii se opreau să se certe puțin, la început credeam că e o ceartă pe bune, după aceea mi-am dat seama că se contraziceau sportiv. Ați vrea să trăiți în Israel?**

Sunt evreu, dar sunt englez. Și iubesc limba engleză, e limba în care eu am învățat și limba părinților mei. Ei au vrut ca eu să fiu englez și eu am vrut să fiu englez și iubesc literatura engleză. Pe Shakespeare. El e totul pentru mine. Shakespeare e mai important ca Dumnezeu.

### **Ăsta e un titlu foarte bun!**

*Râde.*

E al tău, desigur, îl poți folosi. Shakespeare a spus lucruri mai importante decât Dumnezeul evreilor. Și dacă aș avea de ales între cei doi, aș alege Shakespeare.

### **Sunteți și profesor și ați vorbit plin de emoție despre Shakespeare. În România e o mare discuție că e imposibil să-i mai înveți pe copii literatură clasică. E greu, nu mai înțeleg limbaj, nu pot pătrunde sensul textelor.**

Profesorii să-i facă să înțeleagă. Nu prin tiranie, ci prin pedagogie de calitate. Eu pot să-i învăț pe copii Shakespeare, chiar dacă e puțin dificil. Dar cine a zis că totul trebuie să fie ușor? Muncește puțin, nu spune: nu-mi place, deci nu-i necesar să învăț. Avem ne-



voie de opere contemporane în manuale, dar asta cu clasicii e o insultă la adresa copiilor, la adresa inteligenței lor. Deci presupunem că nu sunt în stare să citească nimic în afară de fantasy de secolul 21 sau cărți Disney ori ceva pe-acolo. E șocant și rușinos. Și arată o școală care a dat greș. Am avut și noi profesori buni și profesori răi, câteodată ce făceam era foarte greu, dar chiar dacă nu-ți mai aduci aminte nimic, îți aduci aminte că-ți plac cuvintele. Am cuvinte în cap de la exercițiile de literatură din școală, când ne puneau să memorăm texte. Acum nu mai e la modă asta, dar învățând pe de rost îți umpli mintea și sufletul de cuvinte pe care le ai cu tine toată viața și din când în când le scoți. Școala de azi a devenit ceva experimental și pune în centru elevul, nu cunoașterea.

Predatul implică o autoritate care vine din pasiunea pentru ceva, pentru o carte, de pildă, și-atunci, cu pasiunea ta, îi faci pe ceilalți să înțeleagă, îi convingi să te asculte. Suntem niște dezmoșteniți dacă nu mai citim literatura clasică.

### **Ne trebuie imaginație să trăim?**

Da, da, exact, ne trebuie. Suntem toți capabili să fim mari și suntem toți capabili să fim mici și uneori suntem lăsați doar să fim mici, condamnați de politicieni la soarta asta. Cum zice Trump: fiți mici, fiți needucați, faceți totul cât mai strâmt. Construiți un zid. Strângeți-vă unii în alții, faceți lumea să trăiască cât mai mărunț. Lumea cunoașterii e o lume a imaginației, în ea putem fi mari și, dacă ești profesor, e responsabilitatea ta să-ți faci studenții mai mari, nu mici.

### **Cred că trebuie să ne oprim, o văd pe Ioana (n.r. Iancu, PR al editurii Humanitas) că ne face niște semne amenințătoare.**

Râde zgomotos.

### **Dacă Ioana ne lasă, putem sta toată ziua aici.**

De acord.

### **Ce credeți despre social media? Am citit un articol de-al dumneavoastră despre LinkedIn și era amuzant, dar furios în același timp. Românii stau mult pe Facebook. Și eu, desigur.**

Toată lumea are o voce acum și asta nu e grozav pentru că atunci când îți vezi cuvintele imprimate undeva, te gândești că arată bine. Eu urăsc asta, pentru că felul în care vorbim și gândim pe rețele e fix pe dos decât în literatură. Nimic nu are nuanțe, social media încurajează declarația. Eu zic asta. Eu gândesc asta. Decretăm, în loc să fim ironici sau autoironici. Câteodată eu scriu câte ceva în care sensul e lăsat la latitudinea cititorului. El trebuie să îl descopere. Social media nu te încurajează să afli nimic. O lume de thumb up, thumb down. Nici nu mă mir că Trump e așa fericit pe Twit-

ter, pentru că acolo cuvintele sunt sufocate, n-au nicio șansă să respire. Sigur, oamenii se folosesc diferit de uneltele astea, dar când scriam editoriale și mă uitam la ce comentează publicul, m-am prins că devenim din ce în ce mai surzi, din ce în ce mai rezistenți la ironie, nu mai pricepem ficțiunea, luăm totul ca pe o expresie a unui sine autentic. Ori noi, când scriem, nu suntem adevăratul nostru sine. Nici Shakespeare nu era. Social media e opusă naturii curioase a inimii noastre. Avem o mare problemă.

### **Chiar?**

Da. Pentru că ne încurajează să fim într-un fel foarte limitat și să afirmăm, în loc să explorăm, să opinăm, în loc să judecăm. Oamenii aleargă azi să spună ce gândesc. Dar care e valoarea aceluia gând? Eu, dacă aș fi pe rețele, pe Twitter, de pildă, aș spune cele mai idioate chestii. M-aș trezi dimineata și aș apăsa un buton. Și-aș spune prostii. Dacă fac asta într-un roman, a doua zi mă întorc la ce am scris și aș vedea că am fost profund stupid. Și-aș fi foarte mulțumit că propozițiile alea n-au ajuns la lume, că am putut să le rafinez, să mă gândesc la ele mai mult.

### **Mă simt ca în social media acum, că trebuie să pun repede o întrebare, la care n-o să mă pot întoarce, așa că o să zic comedie, pentru că scrieți comedie.**

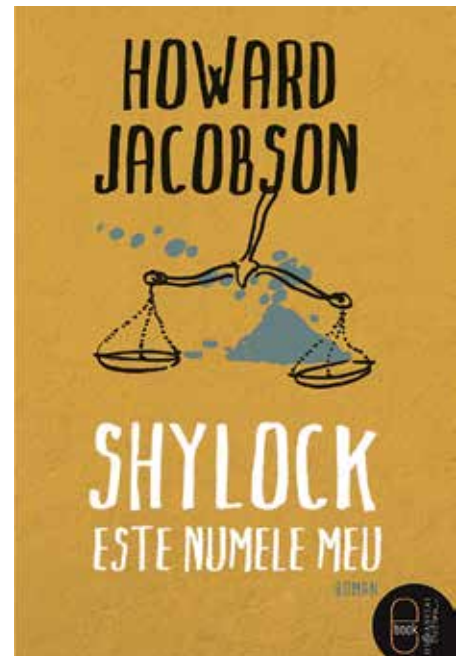
Criticii literari tot timpul se plâng de literatura comică, dar oamenii îi iubesc din ce în ce mai mult pe comici. Sunt populari, apar la televizor și pe scene și oamenii țipă entuziast când îi văd. E o mare nevoie de râs în lumea asta. Dar nu râs pe care îl citești, pentru că cititorii sunt foarte serioși. O mulțime dintre cei care citesc cărți în zilele noastre ar fi fost preoți în epoci trecute, iar criticii literari cu siguranță ar fi fost niște preoți de țară.

### **Doamne, ce răutate! Acum chiar trebuie să ne oprim din vorbit.**

Mi-a plăcut discuția. Mulțumesc.



**Howard Jacobson alături de Ana-Maria Caia, la București**



**Shylock este numele meu**, editura Humanitas, 2017

În această nouă, provocatoare interpretare a Neguțătorului din Veneția, Shylock apare deopotrivă ca un personaj de sine stătător, dar și ca proiecție a conștiinței lui Strulovitch, un abil negustor de artă. Dialogurile spumoase, de un umor amar dintre cei doi reprezintă motorul ascuns al romanului, mai ales în secvențele în care dezbate probleme fierbinți ale contemporaneității: ce înseamnă să fii evreu sau să fii numit astfel de ceilalți, modificarea relațiilor dintre părinți și copii sau cum se manifestă dragostea în interiorul familiei.

**„Howard Jacobson este în acest roman un autor mai profund și mai amuzant decât contemporanii săi Martin Amis sau Salman Rushdie.” (Independent on Sunday)**

**HOWARD JACOBSON** s-a născut pe 25 august 1942, la Manchester. A crescut în Prestwich și a fost educat la Stand Grammar School în Whitefield, apoi a urmat Downing College, Cambridge. A predat trei ani la Universitatea din Sydney, apoi la Selwyn College, Cambridge. Este autorul a 14 romane, care i-au adus premii importante. Printre acestea, *No More Mister Nice Guy*, care deschide, în 1998, seria romanelor care îl fac celebru, *Who's Sorry Now?* (2002), *The Making of Henry* (2004), *Kalooki Nights* (2006, aflat pe lista lungă la Man Booker Prize), *The Act of Love* (2008). În 2010 i-a fost înmănat Man Booker Prize pentru *The Finkler Question* și s-a aflat din nou pe lista scurtă în 2014, pentru o altă carte, *J*. E autorul mai multor opere de non-ficțiune și coautorul, alături de Wilbur Sanders, unei cărți de referință: *Shakespeare's Magnanimity: Four Tragic Heroes, Their Friends and Families* (1978).

# Îngrașă-te călătorind în Balcani

De Iulian Comănescu  
Foto Getty Images

*Dacă ai bifat toate marile orașe ale lumii, toate plajele celebre, safariurile și deșerturile Africii și ai dat noroc cu pinguinii de la Polul Sud, s-ar putea să găsești satisfacții turistice mai aproape decât crezi: în Balcani. Și chiar dacă nu le-ai bifat, nu ocoli locurile astea. Fiecare are câte ceva de negăsit în altă parte, cu o singură precauție: atenție la kilograme. Nu cele din bagaj.*

## **Belgrad: F-117 cu frigărui**

E o destinație mainstream de turism, datorită Dunării și scenei de clubbing, care e colosală. Dar dacă ești genul mai politizat, poți căuta urmele războaielor din fosta Iugoslavie, de pildă pe clădirile din centru bombardate de americani și lăsate așa de sârbi sau la epava de F-117, avionul invizibil al americanilor, doborât de sârbi în 1999 și expus la Muzeul Aviației de lângă aeroport. Intră în vorbă cu localnicii, engleza e peste tot și o să afli cum s-au predat americanilor, după ce aceștia le-au distrus rețeaua electrică: după un chef de trei zile, în care au mâncat toată carnea stocată în congelatoarele debransate. Pregătește-te oricum sufletește de niște festinuri cu frigărui cu nume istoric-dubioase care încep cu „Sabia lui...”. Palinca în mijlocul zilei e de bonton și e un alcool fin și parfumat. Dacă ți-e frică de ea, fă-ți digestia la Café Moskva, o fiță rusească cu aer de tranziție între țarism și Republica Sovietelor.





## **Tirana:** miel la lut cu dictator la piramidă

Pare greu de crezut, dar ai de făcut destule acolo. Comandă ceva în oală de lut la un restaurant rooftop, îți vor aduce un miel delicios. Stropește cu vin italianesc sau local, e greu să greșești cu ele. Dacă ai chef de dictatori, în mijlocul orașului e Piramida lui Enver Hodja, pe care i-a construit-o fiica lui, Pranvera, ca mausoleu, dar în care albanezii au făcut un mall și altele. În aceeași notă, au transformat fostul cartier al nomenclaturii, Blok, într-o zonă de terase și restaurante în care s-ar putea plictisi doar Pranvera Hodja. Plimbă-te prin parcuri și sperie-te de valutiștii care urlă și agită teancuri de bani, dar nu mușcă. Alte atracții: Piața Skenderbeg, care arată ca eticheta coniacului de pe vremuri, sau Durres-ul, care e la 30 de kilometri. Poți închiria o mașină și dacă n-ai carnet, așa circulă unii albanezi.



## **Budva:** oligarhi ruși cu măști venețiene

E un loc fermecător, uitat de mai toată lumea, cu excepția oligarhilor ruși care au investit în hoteluri de cinci stele ireproșabile și deloc costisitoare. Localnicii spun că unul dintre ele a fost dărâmat când era aproape gata și reconstruit de la zero, pentru că respectivul oligarh nu a achitat autorităților taxa de protecție. Atracția principală e orașul vechi, datează de pe vremea venețienilor, care au stăpânit Budva peste 400 de ani. Bântuie pe străduțele strâmte și cumpără-ți o mască venețiană de acolo, e tot ce se poate mai aproape de original, lucru pe care nu ți-l putem spune despre Dolce&Gabbana. Zidurile și clădirile sunt, totuși, pe bune. În plus, plaja semipustie din apropiere te face să visezi carnavalul. Fă-o la o terasă.



## **Sofia:** busole cu iaurt înghețat

Sofia e orașul în care afli că maghernița nu e o șandramă, ci o bucătărie mănăstirească – cum am spune noi, trapeză. Magernitsa, restaurantul cu acest nume, se laudă cu feluri dintr-o sută de mănăstiri. Stinge-ți remușcările după chestiile delicioase cu care te-ai îndopat cu niște înghețată de iaurt, specialitate bulgărească. Singura dietetică. Altfel, te poți amuza dând o tură pe la Aleksandr Nevski, catedrala pe care rușii le-au făcut-o cadou bulgarilor pe vremea lui Boris al III-lea, un fel de Carol I al lor, dar care a domnit după 1900. Dacă ți se pare mare și urâtă, pierde-te prin talciocul plin de busole, tabachere, baionete și alte artefacte militare care te-ar putea băga în bucluc la vamă.



## **Prizren:** documentare cu mici mai mici ca micii

E locul în care te convingi definitiv că războiul din Kosovo s-a încheiat (mai precis, în 1999) și că mititeii au fost inventați de noi, românii, exact așa cum am inventat și bomba atomică, și democrația. Ca să începem cu ultimii, prânzul tipic constă într-o duzină de cepavcici, de trei ori mai mici și mai fragezi decât ai noștri, la un preț de trei ori mai mic decât în București (la drept vorbind, vreo trei euro). Prizren e un oraș istoric care datează dinaintea Imperiului Otoman și arată în consecință. Ca dovadă, moscheile și bisericile ortodoxe care se bat cap în cap în centrul vechi. Dacă ai mâncat prea mulți mici micii, urcă până la Castel. Dacă nu, între 5 și 13 august, anul ăsta te poți ghiftui și cu documentare, la Dokufest, cel mai grozav festival de gen din partea asta de lume.

# În partea dinspre ANTRICOT



*Amplasament splendid, specific italian, mâncare bună,  
ambianță selectă la Fattoria*

**P**e Șoseaua Nordului, într-o zonă mai mult decât selectă a Bucureștiului – iar ambianța e așijderea, pe terasa restaurantului vezi oriunde ai întoarce capul VIP-uri de azi sau de ieri – se găsește restaurantul cu specific italian La Fattoria. Amplasamentul e minunat, nu neapărat pentru faptul că se află într-o zonă de fițe, ci datorită vecinătății cu parcul Herăstrău: liniștea din parc se transferă și la terasa Fattoria, transformând-o într-un loc extrem de potrivit pentru desfătări de prânz ori de cină. Meniul, suficient de bogat pentru a satisface exigențe serioase, completează imaginea unuia dintre reperatele gastronomice din zona de nord a orașului.

Am fost de mai multe ori acolo și nu mi-a părut rău. Prima oară, dacă îmi amintesc bine, am avut o întâlnire de business, așa că n-am pus accent pe degustare, mărginindu-mă la o porție de „insalata con petto di tacchino”, mai pe românește, un piept sănătos și savuros de

curcan, servit cu avocado, rucola, portocale, stafide și muguri de pin, pe care l-am făcut să alunece grație unui pahar pântecos de Aperol, din care am sorbit alene. Desigur, deschiseseam cu bruschete, un aperitiv banal, dar pe care îmi place să-l testez în restaurantele italienești deoarece mi se pare că dă măsura pe care o are bucătarul față de detalii – ca să-l parafrazez pe amicul Răzvan Exarhu, mâncare rafinată poate face oricine, dar hai să-i vedem pe bucătari când au ceva simplu de preparat!

Ulterior, am sărit cu seninătate peste deschidere, iar meniul meu a arătat, invariabil, astfel: un aperitiv Gin Bombay (v-am mai spus că ginul pare să fi devenit vedeta acestei veri?); la fel principal, „entrecote di manzo”, adică antricot de vită cu cartofi la cuptor, servit cu „insalata verde” (simplu și sănătos – salată verde, rucola și valeriană). Iar la final, un digestiv, respectiv, fie am dat peste cap un Romanian Grappa, fie un Limoncello ca la mama lui. ■



**HORIA Ghibuțiu**  
E gazetar freelance, dedulcit la mediul digital după un sfert de veac în care a slujit tiparul.



## 5 CHESTII DESPRE ANTRICOT

1. Antricotul de vită e partea cuprinsă între două coaste de vită, de-a lungul coloanei vertebrale.
2. „Antricotul cu floare” reprezintă o denumire populară, indicând grăsimea din carne. În funcție de furajarea corespunzătoare a vitei, grăsimea va spori suculența cărnii.
3. „Marmorarea” desemnează grăsimea intramusculară a cărnii de vită, și aceasta depinzând de hrana animalului. Dacă s-a hrănit preponderent cu iarbă sau fân, aspectul de placă de marmură al grăsimii intramusculare va fi mai puțin prezent.
4. Antricotul de vită cel mai gustos e cel preparat la grătar, și gătit mediu e cel mai savuros. Chiar dacă în România sunt frecvente opțiunile „în sânge” sau „foarte bine făcut”, vă recomand calea de mijloc. Antricotul mediu făcut e și bine făcut atunci când la mijloc are o culoare roz după ce a fost preparat.
5. Prepararea antricotului nu e o mare filozofie, cu condiția să nu pui carnea în tigaie imediat după ce ai scos-o din frigider (carnea are nevoie să respire) și să o întorci frecvent de pe o parte pe alta (astfel se va pătrunde ca lumea în interior, iar crusta nu va fi crocantă și nici arsă).

# RICCHI & POVERI



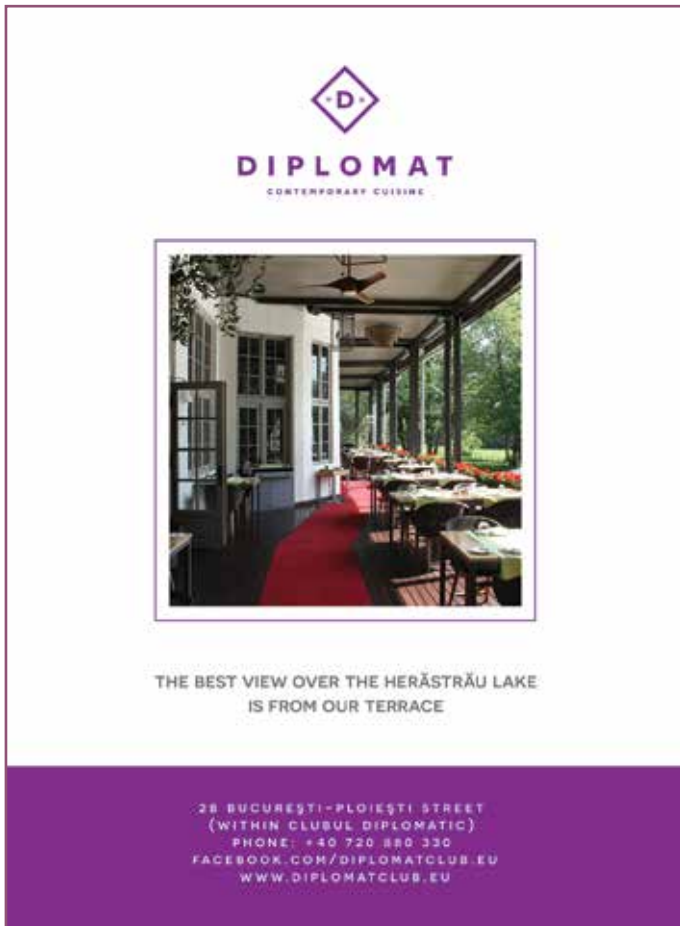
**13 SEPTEMBRIE**  
**PARCUL ROZELOR**  
**TIMISOARA**

**12 OCTOMBRIE**  
**SALA PALATULUI**  
**BUCURESTI**

BILETE: EVENTIM

ORGANIZATOR: 

# de gustat plăcerea din farfurie



**DIPLOMAT**  
CONTEMPORARY CUISINE

THE BEST VIEW OVER THE HERĂSTRĂU LAKE  
IS FROM OUR TERRACE

28 BUCUREȘTI-PLOIEȘTI STREET  
(WITHIN CLUBUL DIPLOMATIC)  
PHONE: +40 720 880 330  
FACEBOOK.COM/DIPLOMATCLUB.EU  
WWW.DIPLOMATCLUB.EU

📍 **Calea Dorobanților, nr. 177**

☎ **0722.216.666**

🌐 **www.four-seasons.ro**

## FOUR SEASONS

*specific libanez*

Cei de la *Four Seasons* au adus pe meleagurile mioritice gusturile autentice libaneze, de la aperitive reci și calde până la carnea delicioasă de miel, vită sau pui, toate condimentate exotic și completate de sosuri unice. Alegeți un *homos Beiruty* sau delicioasa *muhammara* înainte de o *kafta* gustoasă sau niște *frigărui de miel*. Încercați alături și un vin libanez.



📍 **Calea 13 Septembrie, nr. 127-131**

☎ **021.410.18.20**

## TAJ

*specific indian*

„Aapka Swagat Hai!” Vă sună bizar? Este felul indian de a vă întâmpina, scris în limba hindi. Odată sosiți la noi, nu veți fi doar consumatorii unor excelente bucate, ci vă veți împregna puțin și de farmecul și spiritualitatea indiană. Am dori ca vizita dvs. să fie începutul unei prietenii, să intrați alături de noi într-o lume în care gusturile vă vor fi răsfățate de savori inedite și în care veți putea fi mereu protagoniștii u unor istorii fabuloase, pline de farmecul exotic al Indiei dintotdeauna. Vă spunem: „Phir Seva Ka Mauka Dijiyee!” – adică dorim să vă servim din nou.



📍 **Str. Gheorghe Manu**

☎ **021.212.77.88**

## BISTRO LA TAIFAS

*specific internațional*

Restaurantul *Bistro La Taifas* este situat în curtea Palatului Cantacuzino. Bucătăria cu specific românesc, dar și cu rețete culinare din bucătăria europeană, asigură oaspeților bistroului tihna și buna dispoziție a unei mese în familie. Meniul, fără a fi extravagant, redă într-un registru de arome uneori discrete, altelei zglobii, deplina fuziune dintre bucătăriile Orientului și ale Occidentului.

📍 **Bulevardul Ion Ionescu de la Brad, nr. 2**

☎ **0 722.224.799**

🌐 **www.four-seasons.ro**

## CAPRICCIOSA

*Capricciosa*

Restaurant | Pizzeria din '98

*specific italianesc*

Muncă, perseverență, experiență și pasiune sunt cuvintele care definesc interesul, formarea și practica profesională a echipei restaurantului *Capricciosa*. Munca, pentru că drumul spre bucătăria italiană a început acum 26 de ani. Emil a petrecut 8 ani în Italia învățând secretele bucătăriei italiene și a deschis restaurantul *Capricciosa* în anul 1998. Perseverența definește tenacitatea și munca de zi cu zi în încercarea de a oferi clienților cele mai bune rețete culinare. Experiența este dovedită prin cunoașterea bazelor în gastronomia italiană și varietatea de preparate. Pasiunea este cea care dă sens celorlalte trei elemente, iar noi știm că nimic măreț nu se poate crea în lumea aceasta fără pasiune.



# NATO

Articolul 5: dacă un atac armat are loc împotriva unui stat membru NATO, atunci acest atac se consideră ca fiind un atac împotriva tuturor membrilor, iar alte state membre vor ajuta statul atacat, inclusiv cu forțe armate (dacă e necesar).

## NORTH ATLANTIC TREATY ORGANIZATION

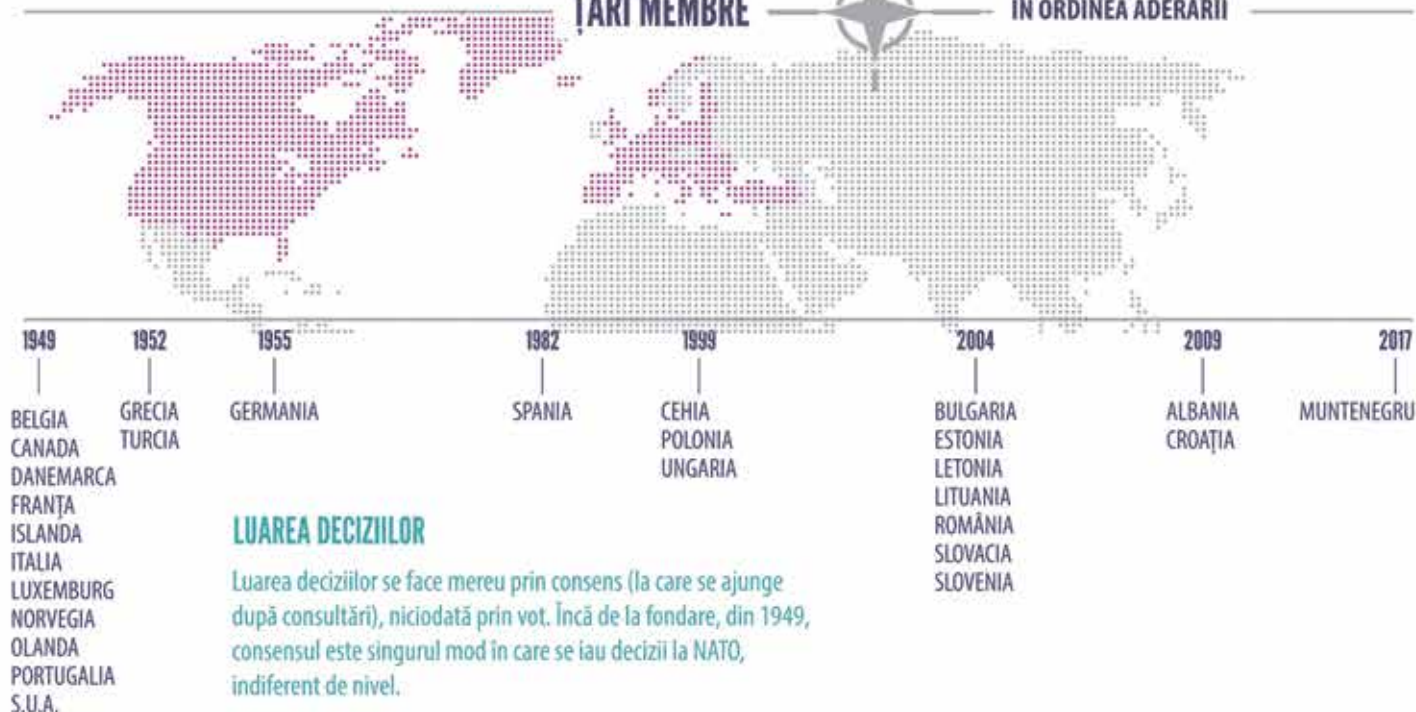
ALIANȚĂ POLITICĂ  
ȘI MILITARĂ

APĂRARE  
COLECTIVĂ

LEGĂTURA  
TRANSATLANTICĂ

### ȚĂRI MEMBRE

ÎN ORDINEA ADERĂRII



### LUAREA DECIZIILOR

Luarea deciziilor se face mereu prin consens (la care se ajunge după consultări), niciodată prin vot. Încă de la fondare, din 1949, consensul este singurul mod în care se iau decizii la NATO, indiferent de nivel.

### DELEGAȚIE



#### FIECARE ȚARĂ MEMBRĂ

...are o delegație permanentă la sediul NATO din Bruxelles. Șeful delegației se numește „ambasador” și reprezintă guvernul țării sale în consultări și luarea deciziilor.

### CONSILIUL



#### FIECARE ȚARĂ MEMBRĂ

...are un loc în principalul for de decizie al NATO - Consiliul. Acesta se întâlnește cel puțin o dată pe săptămână, la diferite niveluri.

### ARMATĂ



#### FIECARE ȚARĂ MEMBRĂ

...contribuie voluntar cu câte forțe militare dorește, atunci când Consiliul decide să lanseze o operațiune. Aceste forțe armate se întorc în țările lor la finalul misiunii.



# de încercat

în iulie 2017

## EVIDENCE BEAUTY SALON

**Evidence Unirea**  
Unirea Shopping Center  
0729.036.620

**Evidence Feeria**  
Galeria Feeria 0729.036.623

**Evidence Băneasa**  
Băneasa Shopping City  
0746.109.427



De peste un deceniu, rețeaua de saloane Evidence transformă dorințele clienților în realitate și îndeplinește chiar și cele mai exigente cereri ale vedetelor autohtone. Distincția „Salon Expert L'Oréal Professionnel” oferă garanția unor servicii de înaltă clasă, adaptate pentru fiecare client în parte. Pășește alături de Evidence în lumea frumuseții, în care singurele limite sunt cele impuse de propria imaginație! Programează-te acum!

[office@evidencebeauty.ro](mailto:office@evidencebeauty.ro)

## TNT Brothers dă startul cursurilor de parașutism 2017!



Ești curios să afli ce presupune un curs de parașutism și cum poți să devii parașutist licențiat? În perioada iulie-septembrie descoperă cursurile de parașutism alături de instructorii profesioniști de la Centrul de parașutism TNT Brothers. Asociația Sportivă TNT Brothers, afiliată la U.S. Parachute Association, oferă cursuri de inițiere și licențiere în parașutism, conform metodei AFF - Accelerated Free Fall, cea mai rapidă, intensivă și sigură metodă de inițiere în parașutism. Seriele de cursanți debutează anul acesta pe 5 iulie, 9 august și 6 septembrie cu predarea noțiunilor teoretice ce durează minimum 8 ore. După promovarea examenului teoretic studenții încep cursul practic AFF care constă în realizarea a 8 salturi cu parașuta de la 4.000 de metri alături de instructorii profesioniști. Centrul de parașutism TNT Brothers este situat pe aerodromul Clinceni, la 16 km de București, pe DN 6, șoseaua București-Alexandria.

**Mai multe informații: [www.tnt-brothers.ro](http://www.tnt-brothers.ro) sau telefon 0371 100 200 / 0371 100 300.**

## Tort de bezea

☎ 0757.070.340

🌐 [www.tortdebezea.ro](http://www.tortdebezea.ro)

*Îți prezint o lume a bezelei unde crema de mascarpone și fructele de pădure venerează fiecare papilă gustativă.*

Tort de Bezea este un atelier de torturi artisanale preparate din ingrediente alese cu multă grijă, la care adăugăm mereu un strop de dragoste. Combinațiile surprinzătoare de nuci caramelizate, caramel sărat și cremă de mascarpone, lavandă cu ciocolată amăruie, cremă de limoncello cu biscuiți de ovăz și fructul pasiunii sau nucă de cocos proaspătă cu fructe de pădure te vor face să te topesti de plăcere. Descoperă produsele noastre și încearcă-le pe toate.



iNES GROUP

MERITI SERVICII  
PE MĂSURA  
CASEI TALE

TELEVIZIUNE IPTV

INTERNET

TELEFONIE

4K  
UHD

NOI avem  
grijă să  
funcționeze  
perfect.

TU te bucuri  
de beneficii.

iNES IPTV

Account dedicat | Suport 24/7

[www.inesiptv.ro](http://www.inesiptv.ro)

# M-a luat Flamma

De Ana Maria Caia

*M-am întâlnit cu Alira acum vreo 6 ani, într-o noapte de toamnă caldă, într-un wine bar din Centrul Vechi. Țin minte exact și noaptea, și vinul, cerusem un pahar de Enira, un vin bulgăresc roșu pentru care făcusem o adevărată fixație.*

**S**omelierul mi-a dat o Enira și m-a avertizat că următorul pahar o să fie o surpriză. Și-a venit cu o Alira. Merlot pur și simplu? l-am întrebat puțin nesigură despre câte revelații mi-ar putea aduce acest soi, de altfel vesel și gustos. Și-a urmat, din acea noapte, până în zilele noastre, o trainică relație cu niște vinuri despre care, dincolo de orice tehnicalități sau descrieri savante de gust, pot spune cu siguranță că îți dau o anume stare.

Am aflat imediat după prima mea întâlnire cu Alira că la mijloc era mâna aceluiași enolog care făcuse Enira, Marc Dworkin. Am aflat că podgoriile Aliman și Rasova dau împreună lumii vinurile astea și numele lor, deopotrivă. Am aflat că Dworkin e specialist în vinuri bordoleze, dar a lucrat în teritorii noi și exotice, cum ar fi China sau India, și-am înțeles de unde vine îndrăzneala vinurilor lui, pentru că în ele e curaj și, dacă aș pleca în aventura vieții mele, o sticlă de Alira aș lua cu mine.

V-am povestit istoria mea cu Alira ca să ajung la cele mai noi revelații ieșite din podgoriile dobrogene. Prima recomandare, de vară fierbinte, e Alira Flamma Sauvignon Blanc. Înainte să-l și beau, mi-a sunat straniu latinescul flamma, în traducere fidelă flamă sau foc, pe eticheta unui vin alb, neapărat răcit bine. După, când m-a și luat flama, sensul s-a mutat înspre figurat și flamma a devenit pasiune, pasional. E un Sauvignon tipic, în sensul că e proaspăt și elegant, cu mirosul specific, care unora li se poate părea înțepător, dar are în el un fel de dulceață exotică pe care am întâlnit-o la vinurile podgoriilor sudice din Noua Zeelandă. Ce lasă în urmă e o stare de ușoară exaltare, în care lumea pare mai frumoasă și nopțile de vară nesfârșite.

Rose-ul e insuportabil de la modă în ultimii ani, dar, recunosc, își merită reputația de vin bun, vin de vară, vin de terasă, de împrietenit și petrecut. Alira Flamma Rose e un cupaj bogat, cu Fetească Neagră, Merlot și Cabernet Sauvignon. Combinația aduce cu ea o mulțime de arome, mai ales din zona fructelor: ananas, piersici și pepene galben, dar și o mineralitate plăcută. Producătorii spun că Marc Dworkin, mintea franceză din spatele Alira, a făcut rose-ul în stil Provence. Așa că, să nu vă mirați dacă, de la un număr anumit de pahare băute în sus, peisajul gri bucureștean o să capete culori vii ca-n tablourile lui Van Gogh.

Să avem o vară caldă, răcorită de Alira, cu cât mai multe revelații. Viniviticole sau de alt fel!





08.03.2018  
SALA PALATULUI

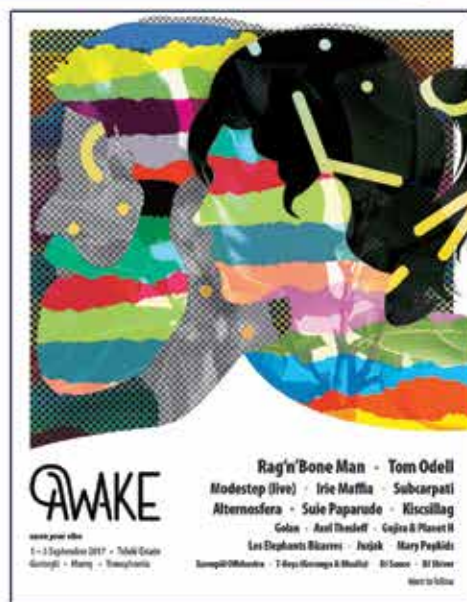
*Richard*  
**CLAYDERMAN**  
with full orchestra

CONCERT SPECIAL DE ZIUA FEMEII

**UNTOLD**  
THE WORLD CAPITAL OF NIGHT AND MAGIC

**ELLIE GOULDING  
HURTS**

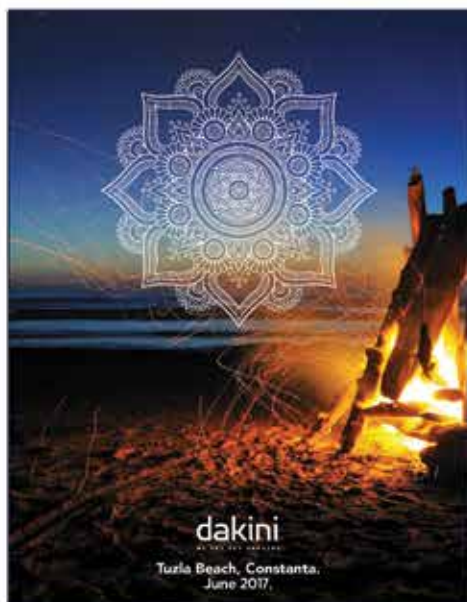
EXAMPLE & DJ WIRE  
JASMINE THOMPSON  
MØ  
R CITY  
TINIE TEMPAH



**AWAKE**

Rag'n'Bone Man - Tom Odell  
Modestep (live) - Irie Matia - Subcarpati  
Alternosfera - Sule Paparudo - Kiscillag  
Golan - Axel Theisoff - Gajra & Planet H  
Los Elefanti Blancos - Jozsik - Mary Poppins  
Lacul de Lăptos - 7 Days (George & Bush) - DJ Loco - DJ Blower

www.your.vibe  
1 - 3 September 2017 - Târgu Crailor  
George - Harty - Tompkins



**dakini**  
AT THE PALATULUI

Tuzla Beach, Constanta,  
June 2017.

**STING**  
57TH & 9TH TOUR

WITH SPECIAL GUEST  
JOE SUMNER

17.10.2017  
SALA POLIVALENTĂ  
CLUJ-NAPOCA

AVAILABLE NOW

PROMOTED BY LIVE NATION GLOBAL TOURING, PRODUCED BY E2S ENTERTAINMENT

**ROCK THE CITY**

**THE OFFSPRING**  
BULLET FOR MY VALENTINE  
The Darkness

FIRMA

ARENEL ROMANE  
27 August 2017

GLOBAL SPIRIT TOUR



**DEPECHE MODE**

23 IULIE 2017 / CLUJ-NAPOCA / CLUJ ARENA

**RICCHI & POVERI**



27 Iunie  
PARCUL ROZELOR  
TIMISOARA

12 OCTOMBRIE  
SALA PALATULUI  
BUCURESTI

BILETE EVENTIM



**HAVASI**



smart

# Born to be wired.



## >> Noile modele smart electric drive. A big idea. Fully electric.

Când cauți noi moduri de a traversa orașul, nu te mulțumi doar cu sistemele de navigare. Bazează-te, mai degrabă, pe curaj, inovație și idei strălucite. Calități de care noile modele smart electric se bucură din plin. Cu un design ultra-compact, perfect pentru orașe mari, gama smart electric reprezintă un pas important spre viitorul mobilității urbane. smart este primul producător auto ce oferă acum variante electrice pentru toate modelele sale, ceea ce înseamnă mai multă responsabilitate, dar și mai multă plăcere atunci când conduci. Află mai multe pe [www.smart.com](http://www.smart.com)

sau, chiar mai bine, la cel mai apropiat centru autorizat smart.

smart – a Daimler brand