

EDITORIAL

**Responsabilitate
și loialitate**

Ec. Giorgică
BĂDĂRĂU



Responsabilitatea asumată de președintele României în desemnarea noului premier compensează din plin lipsa de loialitate a unor politicieni locali, față de partidele politice care îi promovează în diverse funcții, temporar, pentru un mandat.

Loialitatea – descrisă în DEX prin însușirea cuiva de a fi sincer, cinstit, leal, de a-și respecta cuvântul dat – se învață încă din copilărie, prin jocuri în echipe, la școală prin rezolvarea unor teme pe grupuri.

(continuare în pagina 3)

În anul Centenarului Marii Uniri,
**Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București,
alături de dumneavoastră și în 2018**



Cu optimism am pășit în 2018, an ce se anunță tumultuos din punct de vedere socio-politic și economic. Dar, noi vom fi aici, alături de voi, sprijin financiar, moral și social. Vă propun ca acest an să fie unul al speranțelor, al omeniei, al mândriei de a fi român. Unitatea noastră statală și spirituală, oricât au încercat și vor încerca mulți să o păteze, împlinește, iată, 100 de ani. Simbolul Marii Uniri să-l purtați în suflet, să vă ghideze conștiința pentru că, acum parcă mai mult decât oricând avem nevoie de unitate între români.

Președintele Asociației
C.A.R.P. „OMENIA”
Ing. Gheorghe CHIOARU

DIN SUMAR

Alimentația nocivă
a românilor, pasul
sigur spre diabet!

pag. 2

Seniorii în era digitală

pag. 3

Doi ani cu ziarul
OMENIA

pag. 4

Rolul vârstnicilor
în familie

pag. 5

AVANTAJELE ÎNSCRIERII LA OMENIA

Str. Amurgului, Nr. 53, Sector 5, București
și prin casierii zonali

Sună la 021.423.17.49 pentru:

PÂINE GRATUITĂ PENTRU CEI CU PENSII MICI
MEDICI DE FAMILIE ȘI DE SPECIALITATE
REPARAȚII ÎNCĂLȚĂMINTE CU 8 LEI
OCHELARI DE VEDERE LA SCHIMB CU 5 LEI
TUNS CU DOAR 4 LEI
REDUCERE LA ÎNSCRIEREA ÎN ASOCIAȚIE
ÎMPRUMUTURI PE LOC SAU A DOUA ZI

Pentru înscrieri ca membri: 0752.001.445, 0752.
001.428, 0752.001.427, 0752.001.431

NOU

„OMENIA”
TE AJUTĂ
SĂ TRECI IARNA

La solicitarea membrilor s-au deschis noi puncte de lucru în București (detalii în pagina 7), iar la sediul central din strada Amurgului nr. 53, sector 5, programul de lucru la ghișeu s-a prelungit până la ora 17.30 (de luni până vineri). Nu rata șansa să beneficiezi de un împrumut cu o dobândă de doar 0,17%-1,17% pe lună, dar și de ofertele noastre de sărbători.

**Alege ziarul nr. 1 al
seniorilor din România**

Cu Acad. Prof. Univ. Dr. Constantin Ionescu-Târgoviște despre

Alimentația nocivă a românilor, pasul sigur spre diabet!

Timp de 60 de ani și-a dedicat viața și cariera profesională studierii maladiei omului modern - diabetul, găsirii și dezvoltării celor mai bune forme de tratament, fiind cel care a dus mai departe munca profesorului Nicolae Paulescu, savantul român care a descoperit insulina. A condus ani la rând „Institutul de Diabet, Nutriție și Boli Metabolice”, unic în Europa. Este doctor în medicină, profesor universitar și membru titular al Academiei Române. Cabinetul său din cadrul Institutului este în fiecare zi plin de oameni aflați în suferință, care vin la eminentul profesor pentru un tratament, un sfat sau o vorbă bună.

Domnule academician, cât de bolnav este poporul român, raportându-ne la alimentație?

Românii sunt printre cei mai mari consumatori. Dacă e vreun produs din afară, întotdeauna lor li se pare că e mai bun. Aproape tot ce vine de acolo este, în primul rând, de mâna a doua, rareori sunt lucruri certificate ca fiind bune. N-am văzut în nicio țară aglomerațiile care sunt la noi în mall-uri și în supermarketuri. Se cumpără cu coșul și tot cu coșul se aruncă. Avem o poftă nesăbuită și nestăvilită de a consuma și de a cheltui mai mult decât producem. Românul nu mănâncă sănătos. Mănâncă, în general, ce este mai ieftin, mult și prost. Alimentația stradală, cea de tip fast food, a modificat comportamentul tinerilor și al copiilor. Și în acele momente în care mănâncă pe fugă, ochii le stau



Registrul de Diabet, unic în lume

Profesorul mărturisește cu amărăciune că „epoca managerilor a reprezentat una din tragediile medicinei românești postdecembriste, întrucât acești manageri puși politic, nespecialiști, se învârt de la un spital la altul având ca interes achizițiile și ce se poate scoate de pe urma acestora, au închis laboratoarele, au privatizat tot ce se putea”. „Nu au nimic în comun cu instituția, eu am fost ultimul director care a realizat vârful din



ce se putea”. Registrul Național de Diabet (vezi foto) este unic în lume, prin faptul că funcționează neîntrerupt din 1940.

în telefon. Toată tehnologia informatică greșit folosită înstrăinează omul de mediu, îl captează, îl capacitează în fața ecranului și nu mai simte realitatea, nu mai are sentimentele și relațiile pe care le avea odinioară. Omul modern nu mai gândește rațional, nu mai înțelege lucrurile, ia totul ca un teatru ieftin și parcă se bucură când se întâmplă ceva rău.

Avem nevoie de o educație alimentară?

Da, și asta ar trebui să înceapă încă din școală. Pornind de la copii, stimulezi astfel și părinții, îi motivezi, îi faci să gândească, să conștientizeze importanța alimentației. Pe lă-

gă educația alimentară, este esențială și educația fizică, care a cam dispărut din școli. N-am mai avea atâția copii obezi și tineri bolnavi de diabet. Sunt pierderi prin care se ratează o generație, două, nu știu. Când s-a descoperit cauza diabetului, numărul celor afectați era de ordinul zecilor. Acum este de ordinul sutelor de mii. Din cauza alimentației necorespunzătoare, dereglărilor metabolice, a stresului și a vieții agitate, aproape 30% din populație va dezvolta o formă de diabet de-a lungul existenței. Avem de-a face cu o epidemie de patologie metabolică.

Există o rețetă a sănătății ideale?

Da, una foarte simplă. Să mănânci cât mai puțin și să te miști cât mai mult. Am spus întotdeauna, ca un clasament, că mișcarea reprezintă aurul, dieta este argintul, iar medicamentele sunt bronzul. Depinde ce alegi. Suntem sufocați de cele mai proaste și nocive alimente, produse, legume și fructe aduse din import. Organismul uman este obișnuit de secole, metabolismul său este adaptat la ce au consumat și strămoșii săi și ar trebui să consume și el. Mediul nostru s-a sedimentat biologic într-un context alimentar care probabil că este cel mai bun pentru noi.

Ionuț CRIVĂȚ

Din ce în ce mai mulți seniori devin utilizatori de internet, grupa de vârstă 55+ fiind cea care înregistrează cea mai mare creștere în rândul utilizatorilor de rețele sociale.

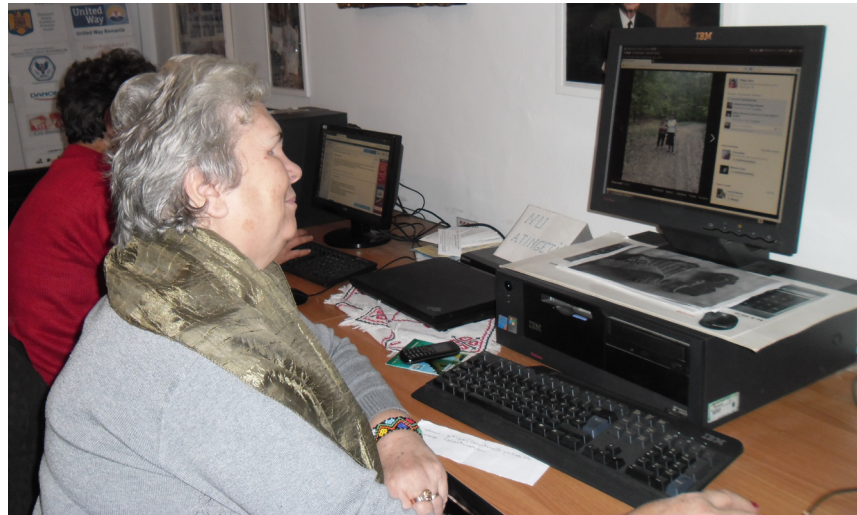
Beneficiile emoționale și mentale pentru utilizatorii în vârstă ai internetului sunt fără îndoială esențiale pentru o viață mai activă și de ce nu mai fericită după pensionare.

Îmbătrânirea activă: cum poate ajuta internetul

Internetul este fără îndoială o sursă nesfârșită de informații. În funcție de interesele pe care le au, seniorii pot afla informații care să le dezvolte pasiunile, să le îmbunătățească sănătatea, percepția și cunoașterea despre lume. Totul este la un click distanță, iar comunicarea cu prietenii, rudele și oamenii care împărtășesc aceleași idei și pasiuni este mai facilă ca oricând.

Socializarea și altfel

Seniorii în era digitală



Ce spun specialiștii:

„Din punct de vedere psihologic, accesul la internet stimulează activitatea cognitivă, ceea ce este esențial pentru persoanele adulte. Explicația este simplă, creierul are nevoie de stimuli care să-l țină activ și în felul acesta să se îmbine utilul cu plăcutul. Pe de o parte, accesul la internet înseamnă o comu-

nicare eficientă cu cei dragi și acces la informații noi în permanență, iar pe de altă parte o activitate cognitivă atât de utilă creierului. Sunt studii în Europa care arată că persoanele ieșite la pensie petrec timp de calitate în mediul virtual, neavând timp să se găsească inutili, și în felul acesta să fie feriți de depresie și anxietate”, a declarat pentru

ziarul Omenia, doamna psiholog Eveline OSNAGA.

Ce spun seniorii:

„Pentru mine, perioada imediat după pensionare a fost una confuză, în care m-am simțit deseori fără o direcție, fără un scop. Am început să vin la Centrul de zi Omenia și să cunosc alți seniori care treceau prin aceeași situație. Am învățat să îmi exprim mai bine sentimentele și să comunic mai ușor, inclusiv online, participând la cercul de informatică. În fiecare zi descopăr lucruri noi folosind calculatorul, și vorbesc cu nepoții și prietenii mei. Deși a fost puțin dificil la început până m-am obișnuit, este o experiență extraordinară”, mărturisește Silvia Marin, membră a Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București.

Ionuț ARDELEANU

(urmare din pagina 1)

Cu aproape 20 de ani în urmă, o colegă de serviciu, fiica unui diplomat de carieră, ne povestea cum în clasa a VI-a, în Belgia, elevii își împărțeau rolurile/funcțiile pentru lucrul în echipă în redacția unui ziar, cu multă încântare, echipă ce presupunea loialitate, astfel încât publicația să apară la timp. Și, mai târziu, tinerii din armată se antrenează în cadrul echipei, grupului, grupei, echipajului, plutonului și conștientizează din ce în ce mai mult că îndeplinirea unei misiuni, fără pierderi de viați, înseamnă instruire și loialitate. Toți cei care au efectuat stagiul militar au avut cele mai cunoscute exemple privind loialitatea în “grupul de cercetare - diversiune” și “echipajul de tanc”, “echipajul de bord”.

EDITORIAL

Responsabilitate și loialitate

Exemple asemănătoare sunt și cele din sporturile în echipă – fotbal, volei, handbal, rugby – în care, fără loialitate și sinergie, nu se poate asigura victoria.

Am pornit cu aceste exemple conștient fiind că cei doi prim-miniștri care au predat ștafeta după câteva luni de mandat, au parcurs toate etapele învățământului până la obținerea licențelor și a altor diplome de studii postuniversitare, unul dintre ei inclusiv doctoratul, și că au efectuat stagiul militar, iar ca membri ai unui partid politic și-au însușit ideologia, doctrina, programul politic și programul de guvernare al acestuia.

Desigur, partidul, în ca-

zul acesta un partid foarte mare, de masă, nu presupune aceleași coeziune cu exemplele date anterior, dar loialitatea tot la fel se definește. Premierii și echipa lor au avut obligația de a transpune un program de guvernare pe care și l-au însușit ca strategie și mai aveau de ales tacticile de aplicare. Dezamăgirea oamenilor simpli a pornit de la neonorarea unor promisiuni și comportamentul lipsit de loialitate al unor membri ai principalului partid care arată totodată și lipsa gravă a unor repere morale.

Aceleași curențe, dacă nu mult mai grave, caracterizează și partidele de opoziție care din lipsă de

viziune, programe și personalități politice încurajează anarhia, și vin cu propuneri stupide.

Într-un asemenea moment istoric, președintele României a dat dovadă de maximă responsabilitate, s-a ridicat deasupra partidelor politice și părții vocale a societății civile și a făcut ceea ce trebuia să facă, asumându-și riscul pierderii unor simpatizanți. O parte a media spune că a pierdut. Nu! Președintele a câștigat mult mai mulți votanți, a câștigat de partea sa oamenii cinștiți, poate resemnați, care nu s-au înregistrat politic și de multe ori nu și-au exprimat, până acum, opțiunea prin vot.

Aniversare

Doi ani cu ziarul OMENIA

Ziarul „Prin noi OMENIA există”, care lunar intră în casele dumneavoastră, a împlinit doi ani. Așa cum vă spuneam și atunci, la prima apariție, în ianuarie 2016, acest ziar s-a născut dintr-o necesitate. Apariția acestuia a reprezentat și reprezintă un eficient mijloc de promovare a Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București în rândul membrilor și viitorilor membri prin prezentarea constantă a activităților și realizărilor asociației, precum și a unor articole de interes. Pe de altă parte, intuind necesitatea unei publicații care să reprezinte și să vină în întâmpinarea segmentului de populație reprezentat de persoanele vârstnice, am editat cea mai



profesionalitate publică dedicată seniorilor care, fără inițiativa și sprijinul domnului Președinte GHEORGHE CHIOARU, nu ar fi existat niciodată. Am pornit la drum cu o echipă de profesioniști a căror specializare a făcut ca acest ziar să fie atât de deosebit din punct

de vedere informațional și grafic: sufletul echipei, Director - Giorgică BĂDĂRĂU, manager de proiect - Alina PERJOIU, grafician - Irina ANDREI, sociolog - Ionuț ARDELEANU, asistent social - Antonia Milena TOMESCU, istoric - Ana Ioana IRICIUC, specialist

relații publice - Gina GEALĂ, Lucia Bădiță SECOȘEANU, colegi ai Centrului de zi OMENIA și subsemnatul. Cu un tiraj record de 20.000 de exemplare, unic probabil pe piața românească de media, dorim să ne menținem standardul ridicat și în anii următori prin varietatea și tematica informațiilor oferite: analize economice, sociale, articole de asistență socială, de istorie, interviuri cu personalități. Dragi cititori, în speranța că nu v-am dezamăgit până acum, așteptăm în continuare propunerile și opiniile dumneavoastră. **Ionuț CRIVĂȚ**

Campanie de ecologizare și anul acesta luptăm pentru un București mai curat!



Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București continuă și în 2018 campania de ecologizare și responsabilizare a cetățenilor în privința colectării și reciclării deșeurilor. Un sprijin constant l-am primit din partea membrilor asociației noastre, care au înțeles acest demers și dorința de a avea un oraș mai curat pentru copiii și nepoții lor. Astfel, începând cu 11 martie 2015 și până pe 19 ianuarie 2018, s-au strâns aproximativ 40

de tone de deșuri din plastic, hârtie/carton, fier, aluminiu, sticlă, însumând 185 de transporturi. Suma colectată, în valoare de aproximativ 17.000 de lei, este folosită în acțiuni și activități derulate de asociația noastră în scopul protecției sociale a membrilor noștri, persoane vârstnice. De asemenea, nu peste mult timp, odată cu venirea primăverii, vom „reactiva” și grupul seniorilor ecologiști. **Alina PERJOIU**

ASIGURAȚI-VĂ PRIN NOI!

Prin intermediul unui BROKER autorizat, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București vă facilitează asigurări pentru:

LOCUINȚE; VIAȚĂ; RCA; CASCO

la cel mai avantajos preț!

Vă așteptăm la sediul CENTRULUI DE ZI din Str. Oltului Nr. 4, Sector 5

Allianz Asigurări S.A. | ASIROM VIENNA INSURANCE GROUP | Credit Europe Asigurari | EUROINS MEMBER OF EUROHOLD
 City Insurance | Groupama Asigurari | GENERALI Asigurari | OMNIASIG VIENNA INSURANCE GROUP

Familia, nucleu al societăților trecute, dar și al celor actuale, este nu numai o necesitate, ci și un mijloc de păstrare și promovare a valorilor și tradițiilor.

Civilizațiile străvechi și societățile tradiționale au conferit un statut aparte persoanelor vârstnice ("bătrânilor" – așa cum li se spunea în acea vreme), având un rol deosebit în soluționarea problemelor comunităților. Experiența și înțelepciunea celor în vârstă, la vremea respectivă, aveau o contribuție esențială în formarea familiilor, promovarea tradițiilor și orânduiriilor, parcursul și progresul social. De asemenea, aceștia au reprezentat temelia familiilor tinere, a copiilor și urmașilor acestora prin obiceiul de a lăsa toată avuția agonisită (pământ, case, zestre etc.) drept moștenire, pentru a asigura acestora un viitor și pentru a contribui la temelia unei familii.

Cu un bagaj important

Despre valori și familie

Rolul vârstnicilor în familie

"Într-o seară, un bătrân indian îi explică nepotului său ce luptă teribilă se dă în interiorul fiecărei persoane. Și îi spunea așa:

- Există în fiecare dintre noi doi lupi.

LUPUL RĂULUI. *El este furia, gelozia, invidia, tristețea, regretele, aroganța, cupiditatea, vinovăția, inferioritatea, minciuna, orgoliul, superioritatea și egocentrismul.*

LUPUL BINELUI. *El este bucuria, pacea, iubirea, speranța, liniștea, modestia, bunătatea, bunăvoința, generozitatea, adevărul și compasiunea.*

După o clipă de gândire, nepoțelul îl întreabă:

- Bunicule și care lup câștigă?

La care bătrânul îi răspunde simplu:

- Cel pe care îl hrănești."

de cunoștințe și deprinderi, vârstnicii au un rol esențial în educația nepoților și o capacitate specială de relaționare și de a crea acestora un univers aparte. Principala misiune a bunicilor este aceea de a insufla celor mici și tinerilor valori însemnate și o moștenire spirituală care să reprezinte

fundamentul formării lor în societate ca indivizi, și ulterior ca profesioniști.

Relaționarea cu nepoții și cu propriii copii reprezintă o punte de legătură, dar și o cale de transmitere a unor tradiții, coduri de conduită, valori morale și sociale prețioase. De asemenea, pe lângă toate

acestea, vârstnicii reprezintă un suport pentru familie și prin preluarea unor atribuții casnice, precum: conducerea nepoților la grădiniță/școală, supravegherea acestora în timpul temelor de acasă, hrănirea acestora etc. Acest tip de suport, prin asumarea într-o anumită manieră a unor responsabilități permite părinților să se concentreze pe administrarea resurselor, loc de muncă etc.

Astfel, indiferent de percepțiile noastre sau a celor din jur, de imaginea socială pe care majoritatea indivizilor tinde să o atribuie vârstnicilor, rolul acestora din urmă în cadrul familiei este unul major și este de datoria noastră să le arătăm respectul cuvenit și suportul necondiționat pentru o bătrânețe liniștită, lipsită de griji.

Antonia Milena TOMESCU

Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București, prieten vechi al Casei Regale

Povestea unui Palat – de la strălucirea regală la locuință de protocol

În zilele ce au urmat decedului Regelui Mihai I, urmașii săi primeau o nouă lovitură. Li se dădeau 60 de zile pentru a părăsi Palatul Elisabeta. Opinia publică s-a împărțit, ca de obicei, în două. Unii oameni erau de acord cu decizia guvernului, alții o considerau o nedreptate. Prieteni vechi ai Familiei Regale, nu puteam rămâne indiferenți. De-a lungul timpului, din anul 2000 încoace, Fundația Principesa Margareta ne-a fost partener de încredere, vizitând sediul Asociației C.A.R.P. „OMENIA” și oferind cu mărinimie donații de alimente sau medicamente. Domnul Gheorghe Chioaru, președintele Asociației noastre a fost invitat la Palatul Elisabeta, purtând discuții repetate cu membrii Familiei



Regale. Prin prisma acestor relații simțim datoria de a urmări evenimentele.

Să vedem, totuși, care este povestea Palatului Elisabeta și care este statutul său actual. Palatul a fost construit în 1936 pentru Regina Elisabeta a Greciei, născută Principesă a României. A fost proiectat de către Corneliu N. Marcu, într-o îmbinare de stil maur și brâncovenesc și a fost destinat să servească ca locuință Principesei. După bombardarea

Palatului Regal, Regele Mihai I a cerut permisiunea de a se muta, temporar, în Palatul Elisabeta. Într-unul dintre saloanele aflate la etaj a fost semnat actul de abdicare.

O reședință regală astăzi

Palatul s-a aflat în proprietatea Principesei până la naționalizarea acestuia în 1948 când intră în proprietatea statului, fiind folosit drept casă de protocol sau hotel. În 2001

s-a luat decizia de restaurare și reamenajare a clădirii care căpătase un aspect rigid în comunism. Arhitectul Șerban Sturdza este cel care regândește locul. Trecutul se suprapune în noua imagine a Palatului prin blazoane, tablouri și saloane care poartă numele înaintașilor.

Acum, palatul se află în proprietatea statului și este administrat de Regia Autonomă a Protocolului de Stat. A fost oferit Regelui Mihai I ca reședință pentru un fost șef de stat, doar pe durata vieții. Acum, conform ultimelor informații, urmașii săi se văd nevoiți să negocieze condițiile păstrării reședinței și nu putem să nu ne întrebăm ce se va întâmpla cu această emblemă...

Ana Ioana IRICIUC

Retrospectivă 2017 la Centrul de Zi al C.A.R.P. „OMENIA”

Mereu aproape, mereu alături de seniorii noștri!



Pentru Departamentul de Programe Sociale al Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, anul 2017 a fost un an bun. În 2017, Centrul de Zi „OMENIA” a fost ca o a doua casă pentru aproximativ 50 de seniori talentați, care au ales să-și investească timpul și energia în activitățile noastre, primind în schimb o familie și întărind ideea că vârsta a treia nu trebuie să însemne izolare, sedentarism și inutilitate. Împreună cu beneficiarii Centrului de Zi am sărbătorit cele mai importante evenimente din an; am participat la edițiile bianuale ale Târgurilor Baby Expo și Baby Boom, am fost prezenți la ONG Fest; am primit vizita elevilor Colegiului Național de Arte „Dinu Lipatti”, alături de care am petrecut Ziua Internațională a Copilului; ne-am bucurat de lansarea volumului de poezii semnat de una dintre cele mai active prezențe ale Cercului Literar; am organizat concertul caritabil „Omenia cântă împreună cu prietenii săi”; am întreprins acțiuni de ecologizare în sec-

torul 5; am participat la reunitățile naționale a Cercetașilor României; am celebrat Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice; am depus eforturi în vederea strângerii de fonduri pentru construirea unei cantine sociale și am desfășurat activități pentru promovarea îmbătrânirii active.

Sprijin pentru vârstnicii nedeplasabili

În 2017, asociația noastră, împreună cu Fundația United Way, a venit în sprijinul a 100 de vârstnici singuri, cu venituri mici și cu mari probleme de sănătate. În fiecare lună, bunicii uitați de familie au fost vizitați de echipa multidisciplinară a Centrului, au primit consultații medicale, servicii de consiliere socială, pachete cu alimente și produse igienico-sanitare. Mai presus de toate, bunicilor le-a fost redată speranța unei bătrâneți demne. În cadrul aceluiași proiect, vârstnicii cu grad ridicat de dependență au beneficiat săptămânal de ajutor din partea îngrijitorilor la domiciliu, care au intervenit

de fiecare dată când neputința specifică vârstei i-a împiedicat pe seniori să își desfășoare activitățile de zi cu zi.

Peste 1.500 de ajutoare

În 2017, prin Biroul de Asistență Socială, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București a acordat membrilor aflați în nevoie peste 1.500 de ajutoare materiale nerambursabile și a înregistrat sute de cereri noi din partea vârstnicilor pentru care alimentele primite de sărbători fac diferența dintre un Paște sau un Crăciun pesimist și unul plin de bucurie. Pe lângă nevoile materiale, Biroul de Asistență Socială s-a preocupat și de sufletul pensionarilor, organizând periodic spectacole dedicate lor, cu muzică, poezie și invitați speciali.

Știm că ceea ce am realizat pentru bunicii noștri, singuri sau cu implicarea unor oameni și instituții de nădejde, este doar o picătură într-un ocean, însă intenționăm să repetăm experiența și în 2018. Contăm pe sprijinul dumneavoastră!

Genia RUSCU



**NICOLAE
CONSTANTIN**

Portretul unui senior

Cu zâmbetul cald, este pur și simplu, întruchiparea bunului simț. Născut în București în anul 1955, pe data de 25 august, a lucrat ca electronist, dar ghinionul unei pareze, îl pensionează. Acest lucru i-a furat speranțele, lăsând în locul lor doar regretul că nu a putut urma cursurile unei facultăți. În lupta sa cu greutățile vieții, a avut ca sprijin doar credința în Dumnezeu, fiind practicant și corist în cadrul unei biserici ortodoxe.

Are doi copii, dar spune că adevărata sa familie se află în sânul C.A.R.P.-ului „OMENIA”. Aici a ajuns desigur tot prin voia și grija Domnului în urmă cu circa douăzeci de ani. Apoi, pașii l-au purtat la Centrul de Zi al Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, unde este membru voluntar în cadrul cercului coral „SENIORII OMENIEI”. Domnul Nicolae, sau „nea Costică” cum îl numesc prietenii, este un prieten adevărat, care și-a găsit cel mai potrivit loc unde să împartă bunătate și sensibilitate. Și împarte cu dărnicie. Noi, colegii din cadrul Centrului de Zi, suntem „bogați” pentru că-l avem alături. Mi-am permis să-i cer „un sfat pentru cititori” și dumnealui sfătuiește pe toată lumea să citească. Mulțumim pentru povață „nea Costică”, iar eu îți mulțumesc pentru prietenie!

Lucia Bădiță SECOȘANU



**Comenzile de mică publicitate
se fac de luni până vineri între orele
09.00 - 15.00.**

Relații la tel: 021.423.17.49/int. 219

Vând bicicletă medicală, nouă, montată, cu dotări pentru determinarea masei musculare, a greutateii, a grăsimii etc. Preț negociabil. Telefon 0724.094.499, Elena Achihă-

itei, București, Sector 1, zona Averescu, Miciurin.

Vând aparat de termomasaj CERAGEM, preț 500 euro, negociabil. Telefon 0754.368.168, Elena Rădulescu, București, Sector 5.

DAȚI 1 LEU PENTRU CANTINA SOCIALĂ



O masă caldă înseamnă de cele mai multe ori o șansă pentru o viață mai bună. Alătură-te campaniei și întinde o mână de ajutor vârstnicilor nevoiași.



ASOCIAȚIA CASA DE AJUTOR
RECIPROC A PENSIONARILOR
"OMENIA" BUCUREȘTI

**UN GEST MIC
FACE UN BĂTRÂN
MAI FERICIT**

Cont bancar RO22 BUCU 1051 2137 2909 1RON,
Alpha Bank (sucursala Libertății, Sector 5)

Mai multe detalii puteți găsi pe www.carp-omenia.ro,
www.omeniatv.ro sau la sediul central al Asociației C.A.R.P.
"OMENIA" București din Str. Amurgului nr. 53, cod poștal
051983, Sector 5, București.

INFO UTILE PENTRU MEMBRII ASOCIAȚIEI C.A.R.P. "OMENIA" BUCUREȘTI

Pentru a veni în întâmpinarea membrilor noștri, Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București pune la dispoziție datele de contact ale casierilor zonali și adresele punctelor de lucru (numerele de telefon le găsiți pe site-ul www.carp-omenia.ro) din următoarele locații. Astfel, vă așteptăm la:

- AUTOGARA RAHOVA,
Sector 5 – 0766.180.330;
- ALEEA SANDAVA nr. 2, Sectorul 6, ZONA
PRELUNGIREA GHENCEA – 0752.001.409;
- INTRAREA SIMBOLULUI nr. 11, Sectorul 3,
ZONA MALL VITAN – 0752.001.448;
- Strada PAJURA nr. 15 A, Sector 1, Centrul
Phoenix pentru copii – 0762.243.920.



CERERE PRIVIND DESTINAȚIA SUMEI REPREZENTÂND
PÂNĂ LA 2% DIN IMPOZITUL ANUAL ȘI DEDUCEREA
CHELTUIELILOR EFECTUATE PENTRU ECONOMISIREA ÎN
SISTEM COLECTIV PENTRU DOMENIUL LOCALITIV

Anexa nr.2
230

Anul

I. DATE DE IDENTIFICARE A CONTRIBUABILULUI

Nume	Inițiala tatălui	Cod numeric personal / Număr de identificare fiscală
Prenume		E-mail
Stradă	Număr	Telefon
Bloc	Scară	Etaj
Ap.	Județ/Sector	Fax
Localitate	Cod poștal	



**Cum
ne puteți
sprijini?**

- Prin direcționarea a 2% din impozitul pe venit în cazul angajaților și a pensionarilor cu un venit minim de 2.500 lei;
- Prin implicarea în activități de voluntariat;
- Printr-o donație financiară sau materială;
- Prin direcționarea a 20% din impozitul pe profit (în cazul angajatorilor).



44 de servicii și activități!

Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București a dezvoltat constant activități de protecție socială și de promovare a drepturilor vârstnicilor. Intrați în marea familie OMENIA pentru a putea beneficia de acestea.

**Prin noi
OMENIA
există!**



www.carp-omenia.ro
www.omeniatv.ro
carp.omenia@yahoo.com

**Asociația C.A.R. a Pensionarilor
"OMENIA"**

Str. Amurgului, nr. 53, Sector 5, București,
tel. 021.423.17.49, 0725.218.959

Cu peste 51.000 de membri

VĂ OFERĂ ➔ vezi verso ➔

BANCUL LUNII

Șeful își cheamă angajatul în birou și-i spune:

- Am observat că în ultima vreme cam moțai în timpul ședințelor. Dormi îndeajuns?
- Nu prea, răspunde acesta, ședințele sunt tot mai scurte... (Sursa: www.clubulderas.ro)

Mihai Eminescu, altfel de cum îl știm

Într-o zi de 15 ianuarie, acum 168 de ani, venea pe lume marele nostru poet **Mihai Eminescu**. Este, probabil, singurul poet căruia toți copiii i-au învățat cu drag poeziile. Cea mai fascinantă poezie pe care o auzea spusă era "Luceafărul", care din păcate acum s-a pierdut în uitarea colectivă.

Astăzi ne aducem aminte de câteva lucruri mai puțin cunoscute despre Eminescu: 1. În ciuda problemelor sale de sănătate, a scris poezii până în ultimele clipe ale vieții. Dovadă stau poeziile scrise pe un carnețel, găsit în halatul în care acesta a fost dus la autopsie;

2. Muza din spatele poeziei "Pe lângă plopii fără soț" era

Cleopatra Lecca Poenaru, fiica pictorului Constantin Lecca, verișoara lui I.L. Caragiale, care locuia pe strada Cometa nr. 16, o strada cu ploi;

3. A vrut să se călugărească solicitându-i, la 23 iunie 1883, lui Maiorescu să intre la o Mănăstire din București;

4. Una dintre pasiunile sportive ale tinereții era fotbalul. Apropiatii poetului spuneau că avea înclinații către sport, excelând la înot și având reale calități pentru jocul cu mingea deoarece îi plăcea să joace fotbal;

5. Avea o formulă originală de salut "Trăiască nația!", acesta fiind un patriot înnăscut.

Irina ANDREI



Pe loc sau a doua zi, **ÎMPRUMUTURI** rambursabile în 6 – 24 de luni,

Cu dobânzi între 0,17% și 1,17% pe lună.

Servicii cu tarife subvenționate – frizerie (4 lei), coafură, manichiură, pedichiură, cizmărie, croitorie, reparații radio-tv, electronice și electrocasnice, reparații instalații sanitare și termice, kinetoterapie, consultații și tratamente medicale generale, oftalmologie, stomatologie, îngrijire la domiciliu etc.;

Ajutoare materiale și financiare nerambursabile, compensarea parțială a costurilor de spitalizare și a tratamentelor în stațiune, ajutoare de deces;

Activități de socializare și terapii ocupaționale în cadrul Centrului de Zi OMENIA.

Gratuit sau prin decontare de la CNAS – cârje, bastoane, cadre de mers, fotolii rulante etc.

Asociația organizează **excursii** și **pelerajaje** cu transport subvenționat.

Pentru a deveni membri, a solicita împrumuturi și a plăti rate, vă rugăm să contactați reprezentantul zonal

..... la tel

și stabiliți împreună când și unde vă întâlniți.

Persoana care prezintă acest fluturaș la ghișeu sau reprezentantului zonal, beneficiază de o REDUCERE la înscriere de 25 %, plătind doar 15 lei !!!!

Prezenți și on-line

C.A.R.P. „OMENIA”, alături de prietenii săi și pe Facebook



Dragi seniori internauți, credem că este un moment bun pentru a vă face cunoscută existența paginii de Facebook a Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București.

În această eră a digitalizării ne facem simțită prezența în mediul on-line. Pe link-ul: https://www.facebook.com/carpomenia?ref=br_rs (sau introducând CARP Omenia

în bara de căutare) puteți regăsi ultimele informații cu privire la activitatea Asociației noastre și a Centrului de zi „Omenia”, anunțuri importante sau informații de interes general. Vă invităm cu drag să vă alăturați prietenilor noștri și să ne urmăriți și pe această populară platformă de socializare!

Ana Ioana IRICIUC

COLEGIUL DE REDACȚIE

Președinte de onoare	Manager de proiect	Redactor-șef adjunct
Dpl. Ing. Gheorghe CHIOARU	Alina PERJOIU	Ana Ioana IRICIUC
Director	Grafician	Redactori
Ec. Giorgică BĂDĂRĂU	Irina ANDREI	Milena TOMESCU
	Redactor-șef / Foto	Ionuț ARDELEANU
	Ionuț CRIVĂȚ	
	0752.001.410	

CONTACT - Str. Amurgului 53, Sector 5, București, CP 051983

E-mail: redactia.omenia@gmail.com; carp.omenia@yahoo.com;

tel. 021.423.17.49 - fax: 021.456.36.99

ISSN - 2065-9989



Prin art. 206 CP, responsabilitatea juridică pentru conținutul articolului aparține autorului.

Tipărit la S.C. DOROTEA PRODCOM S.R.L.

Tipografie: tel. 0744.536.449

E-mail: dorotea_print@yahoo.com

Mobil: 0752.001.404; 0752.001.406

Tiraj
20.000
exemplare