

**EDITORIAL**

Ec. Giorăică BĂDĂRĂU

**Pensiile,  
nodul gordian  
al guvernării**

**L**egea privind sistemul public de pensii a ajuns, într-o formă elaborată de guvern timp de peste un an, în dezbaterile Parlamentului. Zile întregi de dezbateri televizate, fără a avea un proiect de lege, au ținut pensionarii cu ochii în televizoare și cu speranța într-o lege mai bună prin care să le crească pensiile și, în același timp, să se elimine inechitățile.

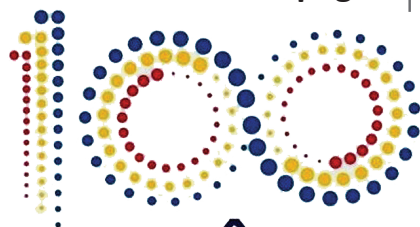
Dar, abia la supunerea în dezbatere publică a proiectului de lege s-a văzut că lipsa unei dezbateri reale cu asociațiile naționale de pensionari, cu sindicatele și chiar cu patronatele a determinat și lacune majore.

(continuare în pagina 3)

**DIN SUMAR**

„Reducerea” democrației  
pag. 4

Cum ne menținem  
sănătatea creierului  
la vârsta a treia  
pag. 5



**ROMÂNIA**  
1918-2018 | SĂRBĂTORIM ÎMPREUNĂ

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

Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice

**Sărbătoare cu căldură  
și omenie**

Este 1 octombrie 2018, iar curtea Centrului de Zi al Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București este și de această dată neîncăpătoare. Zeci de seniori participă la celebrarea Zilei Internaționale a Persoanelor Vârstnice, eveniment mult așteptat de către seniorii Omeniei, dornici să se bucure de o zi care le este dedicată:

„Asociația C.A.R.P. «OMENIA» București a făcut tot ce i-a stat în putință pentru a fi oricând, la nevoie, dar și la bucurie, alături de seniorii săi. Activitățile culturale de astăzi se desfășoară săptămânal, doar că de data aceasta «îmbracă» haina de sărbătoare, ia românească tradițională, cu care ne mândrim, atât pentru marcarea Zilei Internaționale a Persoanelor Vârstnice, cât și a Centenarului”, mărturisește Președintele Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, Gheorghe Chioaru.

(continuare în pagina 3)



Președintele Asociației,  
domnul Gheorghe Chioaru,  
alături de doamna Neaga Gruița

**NOU**

**TESTĂRI  
optometrice  
gratuite**

Dragi membri,  
s-a redeschis cabinetul de optometrie,  
din Strada Amurgului nr. 61A, camera 2.  
Răspundem nevoilor dumneavoastră cu  
specialiști și aparatură de ultimă generație.  
Vă așteptăm cu drag!

**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**

**ÎMPRUMUTURI PE LOC SAU A DOUA ZI**

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

Suntem peste 53.000 de membri!



General Prof. Univ. Dr. Mircea Chelaru consideră că:

# „Unirea este revanșa istorică a mileniilor de luptă identitară a românilor!”

*Interviul pe care domnul general Mircea Chelaru ni l-a acordat este, pe de o parte, acum în anul Centenarului, un moment de reflecție și recunoștință, dar pe de altă parte unul de revoltă față de timpurile pe care le trăim.*

**Domnule General Mircea Chelaru, suntem în anul centenar, anul în care sărbătorim clipa astrală a poporului român, stropită cu lacrimi și sânge. Ce reprezintă pentru dumneavoastră 100 de ani de România?**

În primul rând țin să vă mulțumesc pentru această îngăduință prin care pot intra în lumea cititorilor dumneavoastră. Ați precizat că suntem în anul Centenar și aparent așa este. Spun aparent pentru că românii în orice moment pot celebra un Centenar. Ba chiar mai mult, unul sau mai multe milenii. Chiar și în sintagma oficială a Centenarului Marii Uniri putem nuanța cu această ”salbă de sute” începând cu 1916, anul intrării în Marele Război! România și românii nu au 100 de ani. Neamul Românesc, în dumnezeiasca sa continuitate, este coborât din milenii de existență în același spațiu de sociogeneză. La 1 Decembrie 1918 s-a constituit, prin voința unui Neam Întreg, Un Stat Întregit. 1918 nu a apărut de aiurea ca o consecință a filantropiei Marilor Puteri, ci este răsplata secolelor de luptă comună, de conștiință comună, de viață comună, de credință și limbă comună. Noi am fost întotdeauna împreună prin valorile noastre, dar nu am



**Este militar de carieră, general de corp de armată cu trei stele, a parcurs toate treptele ierarhiei până la cea mai înaltă funcție, de Șef al Statului Major General al Armatei Române, a fost cadru didactic universitar, diplomat militar, a lucrat și în intelligence, acumulând vaste cunoștințe politico-istorico-militare. Simte și respiră românește, luptă pentru păstrarea ființei naționale și, parafrazându-l pe Adrian Păunescu, ar spune că “mă doare durerea cea mare a nefericitei mele țări”.**

reușit, ca pe vremea Măritului Burebista, să fim și la un loc.

**Cum întâmpinăm acest moment, al Marii Uniri? Ne ridicăm la nivelul celor care acum 100 de ani au înfăptuit-o?**

Fiecare epocă are bunele și relele sale. Problema constă, din punct de vedere statal, ca cele rele să fie subsidiare și să domine valoarea celor bune pentru Națiune. Dacă atunci o mână de politicieni au lepădat culoarea politică și au devenit adevărați bărbați de stat, nu același lucru pot spune despre lumea lor de azi. Dacă atunci a existat Marele Ideal, Marea Aspirație a poporului preluată de respirația

conducătorilor, astăzi suntem în situația rușinării de sine, a abandonului cauzei naționale, a substituirii politicii demnității cu politica binelui personal prin obediență neghioabă. În România de azi conceptul de Unitate nu mai are aceeași semnificație semantică. S-a reușit prin prostituție politică să deturnăm energia națiunii din marile sale deveniri, în schizmă, ură, dezbinare și mai ales lehamite. Mare păcat...

**Ce formă de război apreciați că este cea mai periculoasă în viitorul apropiat?**

Probabil vă voi surprinde spunându-vă că un război declarat este mai puțin peri-

culos decât unul subversiv, amestecat cu toate ingredientele de pace. Periculozitatea unui război nu se măsoară prin manifestările sale, ci prin consecințele sale... Suntem de mai bine de 25 de ani în război cu noi înșine. Ne-am nimicit liderii, am ucis orice șansă de capitalizare autohtonă, am executat public patrioții, am schimonosit instituțiile, am slujit justiția, am destructurat ordinea și buna rânduială. Nici un război armat nu ar fi reușit așa ceva. Nici un invadator nu și-ar fi permis să abandoneze administrarea eficientă a unui teritoriu ocupat! Războiul armat nu mai este de mult o soluție. Este doar o formă arhaică de șantaj a celor slabi. Cei mari au dat de mult la pace, și împreună îi ”cumintesc” pe cei mici. Cine nu ascultă este corectat prin forță.

**Suntem noi pregătiți să facem față unor astfel de conflicte?**

Nu. România nu are capacitatea proprie de apărare armată pentru a contracara o agresiune militară în forță a unei mari puteri militare sau a unui grup de state vecine. Coeficientul de utilitate militară a României este de 8 ori mai mic decât cel din 1989. Nu vorbesc de Armată în sine, pentru că războiul nu-l duce numai Armata, ci Sistemul Național de Apărare. Acest sistem nu mai are caracteristicile integrate naționale și se mizează doar pe compensatoriul prezenței aliaților strategici. Mă opresc aici pentru că o dezvoltare în plus necesită explicații care nu încap într-un interviu.

**Ionuț CRIVĂȚ**





(urmare din pagina 1)

Recitaluri de poezii, creații ale Cercului literar, cântece ale Corului Seniorilor și un concert de muzică populară au creat atmosfera de sărbătoare pentru seniorii noștri. Momentul festiv a fost marcat și prin înmânarea de diplome de excelență și onoare pentru implicarea seniorilor și a angajaților Asociației în promovarea și susținerea în societate a drepturilor persoanelor de vârstă a treia din România, prin acțiuni concrete de protecție, incluziune socială și cooperare intergenerațională.

Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice

## Sărbătoare cu căldură și omenie

În aplauzele celorlalți, doamna Gruia Neaga, născută în anul 1932, a fost sărbătorită la dublu: pentru împlinirea vârstei de 91 de ani și pentru cei 28 de ani de când este membră a Asociației. Dar mai mult de atât, prin toate activitățile alese, seniorii au dorit să transmită cât de important este să existe spații care să ajute persoanele vârstnice

pentru a interacționa, pentru a-și pune la comun resursele, empatia, timpul și chiar talentul, în spiritul ajutorului reciproc. De altfel, aceștia și-au arătat îngrijorarea vis-a-vis de lipsa progreselor pentru protecția persoanelor vârstnice la nivel național, dar și un sentiment de neîncredere și nesiguranță față de acțiunile celor care ne conduc, iar astfel de locuri,

cum este Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București, sunt printre puținele „refugii”.

Mesajul seniorilor se adresează în același timp oamenilor de toate vârstele, pentru a conștientiza importanța solidarității între generații, și a beneficiilor pentru societate atunci când solidaritatea este realmente un fapt, și nu doar un concept.

Ionuț ARDELEANU

(urmare din pagina 1)

Din dezbaterile organizate de Asociația „Ține de Noi” sub egida Fundației Hanns Seidel, în data de 4 octombrie a.c., la care au luat parte lideri ai organizațiilor de pensionari și ai sindicatelor, au reieșit aspecte cu deosebită relevanță pentru o lege bazată pe sustenabilitate și adecvare.

Moderatorul Răzvan Orășanu, președintele asociației, a reușit să aducă speakeri-personalități marcante, precum Mariana Câmpănu, Sulfina Barbu și Valentin Ionescu, ex-ministri, Doina Pârcălabu – fostă președintă a Casei Naționale de Pensii Publice, Gabriel Biriș ex-secretar de stat, Mircea Oancea, ex-vicepreședinte al Comisiei de Supraveghere a Pensiiilor Private, Gabriel Bența, analist economic.

Discuțiile au scos în evidență minusuri care ar trebui eliminate până la dez-

baterea parlamentară sau pe timpul acesteia.

Astfel, se lucrează cu punctul de referință care are o valoare arbitrară și poate fi schimbată oricând, eliminând punctul de pensie care, conform programului de guvernare votat de români la alegerile din 2016, trebuie să fie de 45% din valoarea salariului mediu brut pe economie.

Acest aspect conduce la ideea că legea este nesustenabilă. De fapt, lipsa calculului actuarial în profil economic și demografic, lipsa unor informări de la Institutul Național de Prognoză și Consiliul Fiscal, diferențele dintre evaluările creșterii PIB-ului făcute de UE, FMI și Banca Mondială, pe de o parte și cele ale guvernului, pe cealaltă parte, confirmă suspiciunea.

Creșterea deficitului fondului de pensii în 4 ani

(2018-2022) cu peste 80 de milioane de lei, excesiv în ultimii 2 ani (2021-2022) care nu aparțin actualei guvernări, măresc suspiciunea și, în același timp, confirmă temerile că începând cu 2023 iar se va produce o prăpastie între nivelul pensiilor și cel al salariilor, cu riscul ca deficitul să nu mai poată fi suportat de bugetul de stat.

În același timp, schimbarea paradigmei contribuțiilor, prin trecerea lor integral la angajat asigură o mai bună colectare, dar nu neapărat și sustenabilitate.

Contribuțiile plătite de asigurații care obțin venituri din activități independente la nivelul salariului minim, stabilirea grupelor de muncă prin hotărâri de guvern din motive populiste erodează construcția inițială a legii.

Concluzia acelor dezba-

teri asupra proiectului legii pensiilor, cu efecte mai mari decât mult discutata și disputata lege a salarizării a fost lipsa sustenabilității, ca urmare a supraestimărilor PIB-ului, lipsei calculului actuarial, populismului exacerb și dorinței de a crea șocuri pozitive de imagine în favoarea actualei puteri în lipsa unui dialog real cu partenerii sociali și tradiționali. Eliminarea unor inechități grave, acumulate după 1989, este un lucru pozitiv, dar insuficient pentru o lege politizată, care are o valabilitate de maxim 5 ani, comparativ cu țările civilizate unde prognozele în domeniu sunt pentru 20 de ani sau chiar 30-40 de ani, după modelul german.

Noua lege nu desface nodul gordian și nici măcar nu îl taie. Consecințele rămân.

### EDITORIAL

## Pensiile, nodul gordian al guvernării



A venit rândul Consiliului Economic și Social

# „Reducerea” democrației

Infomația privind schimbarea a 13 din cei 15 reprezentanți ai societății civile din cadrul Consiliului Economic și Social (CES) a surprins clasa politică, media și societatea civilă deopotrivă.

După cum se știe, prin Legea nr. 248/2013 Consiliul Economic și Social este definit ca o instituție publică de interes național, autonomă, constituită în scopul realizării dialogului tripartit la nivel național dintre organizațiile patronale și sindicale și reprezentanții societății civile. CES analizează și avizează toate proiectele de acte normative inițiate de Guvern, având un rol important în activitatea de legiferare a Executivului.

CES-ul, în formatul cu participarea ONG-urilor, reprezentante ale societății civile, a fost numit de Victor Ponta.

Prin decizia nr. 273 din 1 octombrie, prim-ministrul Viorica Dăncilă schimbă 13 reprezentanți fără nicio justi-

ficare ori evaluare, fără nicio consultare, în totală lipsă de transparență, la mai puțin de jumătate de mandat.

Ce li se poate imputa personalităților schimbate este doar încrederea în dialogul constructiv pe timpul lucrărilor în plen și pe comisii de specialitate, și de aici îndrăzneala de a manifesta opinii critice pertinente cu privire la unele acte promovate de Guvern. Adică, au îndrăznit să creadă că pot să-și îndeplinească atribuțiile legale.

Acțiunea a fost de fapt premeditată de Ministerul Muncii și Justiției Sociale care încă din 22 iunie a pregătit schimbarea abuzivă.

Într-un răspuns aruncat peste umăr unui reporter, Ministrul Muncii și Justiției Sociale justifica schimbarea prin absență de la ședințe și lipsa de reprezentativitate a celor schimbați, lucruri total false. Când ai în spate peste 1,4 milioane de membri și ești afiliat la platforma europea-

nă AGE cu peste 44 de milioane de membri pensionari precum Federația Națională „OMENIA” a C.A.R.P.-urilor din România, sau te bucuri de un prestigiu intern și internațional de necontestat precum InfoCons și participi cu bună credință și constructiv la ședințe, nu poți să nu te întrebi care sunt limitele democrației PSD-iste.

Nu se poate schimba o structură prevăzută de lege de câte ori se schimbă sau se supără guvernul.

De fapt, abuzurile de la Ministerul Muncii și Justiției Sociale au devenit o tradiție. Organizațiile de pensionari care nu au protocoale cu partidul de guvernământ sau din coaliție nu au fost primite în Consiliul Național al Persoanelor Vârstnice, ori au fost excluse abuziv încât, acum, acesta nu mai este reprezentativ pentru vârstnicii României, nici prin componență și nici prin numărul de membri persoane vârstnice.

Când un ministru tânăr încalcă regulile elementare de democrație, înseamnă că este ceva putred în partidul său, și nu în Danemarca.

Profilul PSD de partid corupt, măcinat de scandaluri interne, condus de oameni care au probleme cu justiția, penetrat de prea mulți incompetenți își pune amprenta și asupra Guvernului României prin acest abuz.

Pensionarii români, prin tradiție alături de social democrați, sunt obligați să tragă un semnal de alarmă puternic privind încălcarea legii și să nu accepte de la cei pe care i-au votat un astfel de comportament.

Vârstnicii României preferă, acum la 100 de ani de la Marea Unire, decența, profesionalismul, meritocrația și cinstea inclusiv în politică, și nu „reducerea” democrației după cum afirmă doamna prim-ministru.

**pensionar  
George RĂDEȘTEANU**

Alături de partenerii de încredere

## Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București, organizație tradițională de economie socială

Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București este o asociație neguvernamentală, de întraajutorare mutuală și protecție socială pentru persoanele vârstnice, având în prezent peste 53.000 de membri. Este membră a Federației Naționale „OMENIA” a Caselor de Ajutor Reciproc ale Pensionarilor din România din anul 1990. Misiunea Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București este ajutorarea financiară, materială și socială a membrilor săi, asigurarea drepturilor acestora la un trai decent și de calitate. De asemenea, asociația promovează îmbătrânirea activă și încurajează participarea vârstnicilor în societate ca deținători de drepturi, cetățeni și consumatori, îmbătrânirea într-o mai bună stare de sănătate fizică și



mentală, posibilitatea de a lucra pentru o perioadă mai lungă cu mai multe facilități de formare și condiții de muncă adaptate lor, și de a se bucura de o viață demnă.

Pentru îndeplinirea misiunii sale, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București derulează parteneriate de colaborare cu instituții și ONG-uri, precum: Ministerul Muncii și Justiției Sociale, Direcția Generală de Asistență Socială a Municipiului București, Fundația United Way, Crucea Roșie – Filiala Sector 5, Fundația Crucea Alb-Galbenă București, Fundația Principesa Margareta, Asociația InfoCons, Asociația Marathon, Asociația Banca de Alimente, Asociația Centrală a Asociațiilor de Economii și Împrumut (Republica Moldova), Fundația TON, Fundația pentru Dezvoltarea Asociațiilor de Ajutor Mutual, Asociația EquiLibre, Asociația ADR Flandra (Belgia), Asociația OKRA (Belgia), Platforma Europeană AGE.

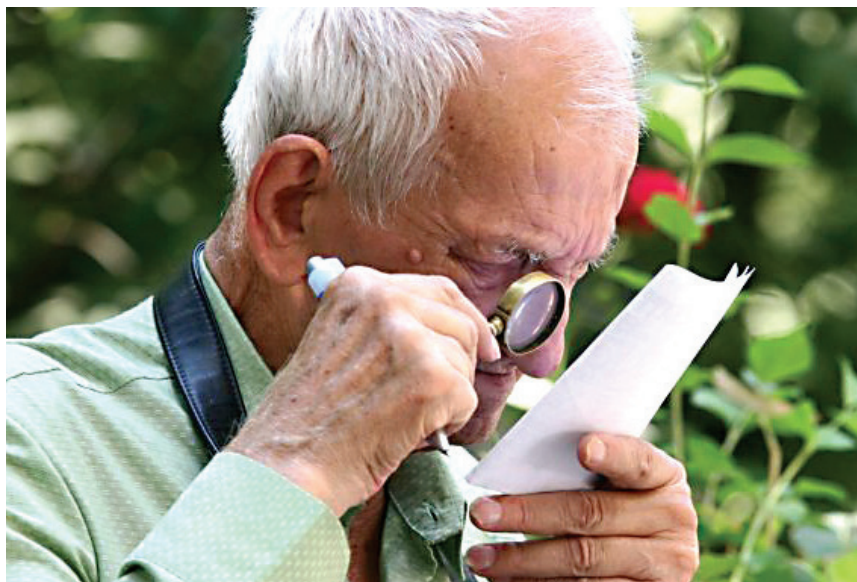


## Îmbătrânire activă

Ce ar putea fi mai uimitor decât creierul uman? Deși avem astăzi cunoștințe medicale incredibil de avansate, există încă atât de multe lucruri de descoperit despre complexitatea creierului. Un lucru pe care îl știm sigur este acela că odată cu vârsta, ca rezultat natural al îmbătrânirii, în cele din urmă apare un declin în capacitatea sa de a stoca informații. Cu toate acestea, de asemenea, știm că acest proces poate fi într-adevăr depășit într-o anumită măsură prin *neuroplasticitate* - crearea de noi căi neuronale și modificarea celor existente în creier, rezultând o funcționare cognitivă îmbunătățită.

Indiferent cât de complex poate părea, există câțiva

# Cum ne menținem sănătatea creierului la vârsta a treia



pași simpli pe care îi putem urma cu toții pentru a aduce schimbări benefice în viața noastră:

▣ **Stimularea activității creierului.** Optați pentru activități care vă permit să dobândiți o nouă abilitate, să încercați o provocare, să

dezvoltați aptitudinile deja existente și să vă oferiți „recompense” emoționale. Opțiunile bune includ învățarea unei noi limbi, învățarea unui instrument muzical sau implicarea în artă.

▣ **Exercițiile fizice.** Aerobul crește nivelul de oxigen

din creier, iar exercițiile fizice cât mai diversificate contribuie la dezvoltarea abilităților motrice.

▣ **Socializarea.** Sănătatea creierului poate fi îmbunătățită numai printr-o viață activă, evitând izolarea socială care este adesea o problemă pentru persoanele mai în vârstă. Aceștia pot face voluntariat în cadrul unor asociații, sau pur și simplu își pot menține agenda socială cât mai plină.

▣ **Reducerea stresului.** Stresul care nu este controlat poate duce la deteriorarea celulelor creierului, în primul rând a celor care gestionează memoria. Relaxarea este vitală: lecturarea unei cărți, meditație sau rugăciune, muzică etc.

**Alina PERJOIU**

## Când eroismul nu are vârstă

# Măriuca, fetița erou de la Mărășești

În mausoleul de la Mărășești, cel mai mare din țara noastră, închinat eroilor căzuți în Primul Război Mondial, se află și osemintele unui singur copil, o fetiță de numai 12 ani, căzută în luptele de la Mărășești.

### Fetița erou

Născută la Pădureni, în anul 1905, Maria Zaharia (Măriuca) locuia cu bunicul său în satul Hareț, aproape de locul confruntărilor militare. În livada lor, armata română crease un post de observație care oferea o bună panoramă asupra a ceea ce se întâmpla pe front.

Dintr-un nuc, un soldat transmitea telefonic toate coordonatele de atac ale artileriei. Măriuca s-a împrietenit cu soldații români, fiind captivată de mișcările de trupe pe



care le observa cu ajutorul binoclului oferit de aceștia.

Pe 5 august, în urma bombardamentelor germane, observatorul din livada Măriucăi a fost ucis, iar fetița, plină de curaj, i-a luat locul în nuc și a transmis în continuare tot ceea ce vedea pe câmpul de luptă. Uluiți de faptul că un copil face mun-

ca unui transmitător, soldații au încercat să o convingă să renunțe. Răspunsul său a fost: „Vreau să fac și eu ceva pentru țara mea”. Iar informațiile oferite de ea s-au dovedit a fi neprețuite, oprind înaintarea trupelor germane. La un moment dat, însă, germanii și-au dat seama de unde sunt urmăriți și au îndreptat

tunurile în acea direcție. Prima lovitură a atins doar câteva crengi. Gherghina, soldatul telefonist aflat la poalele nucului, i-a strigat fetiței să coboare, dându-și seama că situația devine disperată. A doua lovitură i-a fost, din păcate, fatală Măriucăi. Gherghina, la rândul său rănit, nu mai poate decât să plângă lângă cea care în ziua aceea îi fusese camarad de arme.

### Ne uităm poveștile...

Dumitru Almaș a scris o poveste despre Măriuca, poveste poate puțin romanțată, pentru a atrage copiii. Eroismul său a fost evocat și în filmul „Baladă pentru Măriuca”, în anul 1969. Totuși, astăzi, fetița – erou nu își mai află locul în lecțiile de istorie, fiind aproape complet uitată.

**Ana Ioana IRICIUC**



La Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București a poposit

# Toamna, balsamul sufletelor noastre...

A mai trecut un an cu bune și mai puțin bune pentru membrii, voluntarii și salariații Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București! Și, pentru că sunt cu toții o mare familie, au sărbătorit împreună începutul toamnei, zi cu o importanță aparte pentru persoanele vârstnice, fiindcă este ZIUA INTERNAȚIONALĂ A PERSOANELOR VÂRSTNICE! Așadar, s-au strâns în curtea Centrului de zi pentru a împărtăși bucuria sentimentului de caldă prietenie și forță în fața unei bătrâneți care bate la poarta seniorilor știind că nu sunt singuri... Pentru că, deși încă e cald, toamna a început să-și facă simțită prezența.

Zilele sunt mai scurte, mirosul strugurilor parfumați te îmbată, te face să visezi la licoarea rozalie care va țâșni din ei când vor fi zdrobiți, merele încep și ele să-și îmbujoreze fețele, iar greierii susțin cu ardoare concerte gratuite seară de seară, în catedrala nopții.

Verdele crud al pădurii a dispărut de mult transformat acum într-o culoare nedefinită, ca și sentimentele noastre... Mai târziu culoarea ciudată va avea adevăr de aur roșu, care-și va spune



## Iubire pentru vârsta a treia

**Să ne iubim ca doi bătrâni bezmetici  
Ce mai au o primăvară în ultim buzunar  
Doi bătrânei albaștri, năstrușnici și patetici  
Care mai navighează, având iubirea far.**

**Să ne iubim și-un zâmbet candid, ca să ne placă  
În zorii dimineții să ne-oferim cu drag  
Să nu permitem vremii cea crudă și opacă  
Să ne împovăreze când se așează-n prag.**

**(...) Vom sta pe îndelete încetișor de vorbă  
Când mâna tremurândă căta-va-n portofel  
Apoi cu bucurie c-am mai găsit de-o ciorbă  
Ne-om sprijini de stele, să ne-odihnim nițel**

**Și mai către amiază discret, cu luare-aminte  
Vom merge mână-n mână ca prânzul să-l luăm  
Și ne-om privi cu drag și fără de cuvinte  
Din gesturi adunate, iubire să-nnodăm.**

**Vom merge împreună, încetișor, spre moarte  
Cu amintiri, cu timpuri luate în bagaj  
Și vom lăsa un semn de-acolo, de departe  
De unde greul vieții ne-a prins pe-al lui siaj...**

de DELIA STĂNILOIU

povestea ca și frunzele veștede căzute pe jos, când le calci în picioare.

Gutuile nu și-au îmbrăcat puful „galben ca de pui” ele mai având de crescut, fiind martore la toate frumusețile toamnei și deși nu-și doresc, e posibil să prindă prima zăpadă. Da! Și noi, așteptăm înfrigurați prima zăpadă, dar acum e toamnă...

În sufletele oamenilor se dă o bătălie între sentimentele de bucurie și tristețe. Bucurie pentru toate bogățiile și culorile cu care ne răsfață acest anotimp și tristețe deoarece natura, în drumul ei impetuos, își va mai încheia un ciclu, furându-ne încă un an... Tristețea mai vine și din lumina roșiatică (mai puțin intensă) a soarelui, din goliciunea câmpurilor după ce s-a strâns recolta, din clipierea conspirativă a stelelor în nopțile din ce în ce mai reci... Sentimentul de pierdere e accentuat și de ploile reci, sâcâietoare, interminabile care-și spun și ele povestea celor dornici să le-o asculte. Bine ai revenit toamnă bogată, toamnă arămie, toamnă melancolică.

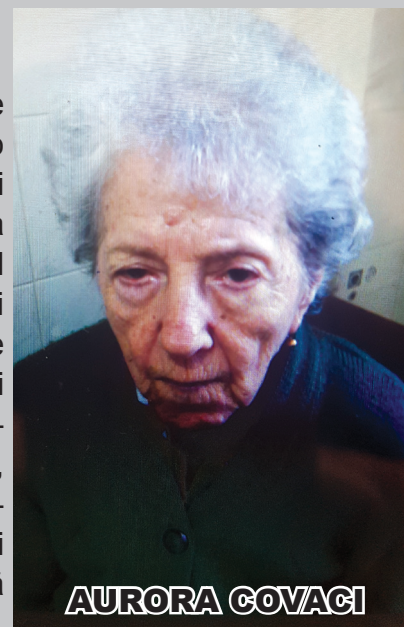
Marian Eftinoiu/Cercul literar-Omenia

Nici nu mai ține minte de când a devenit o prezență firescă a Centrului de Zi unde, cu blândețea sa, aducea pace și bucurie. Sănătatea nu o mai lasă să se bucure de vizitele pe care într-o vreme le făcea zilnic Centrului. S-a născut în anul 1928! Acest fapt i-a adus încă o diplomă din partea domnului președinte al Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, Gheorghe Chioaru, și mărturisește cu mândrie că este a patra diplomă primită, în semn de

## PORTRET DE SENIOR

respect și recunoaștere a meritelor domniei sale. Timp mult, scurs pe apa vremii... Nouăzeci de ani, nu-s o glumă. Sunt ani de trudă, încercări, neazuri, dar și bucurii... Activă în tinerețe, ca și la vârsta a treia, a lucrat patru ani într-un spital, apoi într-un depozit de materiale alți zece ani, și nu numai... Doar ceea ce i-ar fi plăcut să facă, nu a avut norocul: i-a plăcut croitoria, pe care a practicat-o în

timpul liber, ca pe o pasiune de suflet! Spune că este o meserie minunată, curată și frumoasă... Telefonul meu a făcut-o să plângă, spunând că i-e dor, tare dor de noi! Și nouă ne e dor de ea și poate va vrea bunul Dumnezeu să-i dea putere ca doamna Covaci să revină alături de noi, ca să ne fie din nou un exemplu de gingășie, blândețe și dăruire! Te iubim, doamnă Covaci! (L.B. 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**

## DAȚI 1 LEU PENTRU CÂNTINA 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](http://www.carp-omenia.ro),  
[www.omeniatv.ro](http://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.

## 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.

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

Pentru a veni în întâmpinarea membrilor săi, 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](http://www.carp-omenia.ro)).

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.**



## 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



Prin noi  
**OMENIA**  
există!



[www.carp-omenia.ro](http://www.carp-omenia.ro)  
[www.omeniatv.ro](http://www.omeniatv.ro)  
[carp.omenia@yahoo.com](mailto: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 53.000 de membri VĂ OFERĂ**

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 **pelerinaje** cu transport subvenționat.





În perioada 24-25 octombrie 2018, Președintele Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București a participat la Ședința Consiliului de Administrație al Platformei Europene AGE, alături de ceilalți reprezentanți ai organizațiilor de pensionari din Europa. În cadrul evenimentului a fost prezentată campania „Îmbătrânește egal în drepturi”, lansată de AGE pentru a promova drepturile seniorilor și a informa publicul larg despre discriminarea bazată pe vârstă și consecințele acesteia atât pentru seniori, cât și pentru societate. Campania se va încheia pe 10 decembrie 2018, atunci când se vor aniversa 70 de ani de la adoptarea Declarației Universale a Drepturilor Omului (I.A.)

## BANCUL LUNII

- Copii, direcțiunea anunță că, de astăzi, aveți semnal wi-fi în perimetrul școlii!
- Am văzut că avem wi-fi, dar ni se cere parola. Care e parola?
- Simplu. Astăzi, parola este anul războiului de independență...

## Alege un cocktail de sănătate!

Punctul de distribuție al produselor naturiste HOFIGAL, din cadrul Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, vă propune o serie de produse de succes în rândul vârstnicilor, fără adaos comercial și pentru toate buzunarele. Un cocktail de sănătate pentru afecțiunile dumneavoastră: Coenzima Q10 în ulei de cătină, un cardiotonic, antioxidant, încetinește îmbătrânirea pielii, energizant celular; Omega 3 & Omega 6 Vegetal – o sursă bogată de acizi grași esențiali pentru toate vârstele; Ulei de cânepă-Cannabis sativa oleum- susține sănătatea inimii și a vaselor de sânge, hrănește creierul și îl menține funcțional până la adânci bătrâneți.



## ULTIMA ORĂ

# Prieteni belgieni, în vizită la OMENIA

Pe 12 octombrie, șase reprezentanți ai organizației belgiene OKRA, însoțiți de mai vechiul nostru prieten, domnul Jozef Goebels, au vizitat Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București. OKRA este cea mai mare organizație pentru vârstnici din Belgia, fiecare comunitate (oraș sau sat) având propria sa sucursală. Activitățile derulate țin de specificul fiecărei regiuni (înot, mers cu bicicleta, mese în comun, călători etc.), punând accentul pe socializare și pe faptul că nici un bătrân nu ar trebui să fie singur.

Oaspeții noștri s-au arătat impresionați de tot ceea ce

au văzut, considerând că o astfel de concentrare a unui număr atât de mare de servicii într-un perimetru relativ mic, ușor accesibil, nu poate fi decât în favoarea membrilor asociației. Din punctul de vedere al acestora, având în vedere situația financiară precară în care se află mulți dintre vârstnici, existența unor organizații precum Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București este esențială.

Sperăm că vom avea o colaborare de succes pe viitor și că vom reuși, prin proiecte comune, să aducem o plus valoare binemeritată în viețile vârstnicilor noștri.



## COLEGIUL DE REDACȚIE

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



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

**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

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