

EDITORIAL

Gheorgică BĂDĂRĂU

**Coronavirusul
între conspirație,
minciună
și solidaritate**

Pandemia de Covid 2019 ne va marca viața indiferent de vârsta pe care o avem. Este unul dintre evenimentele triste ale vieții noastre, dacă vom supraviețui.

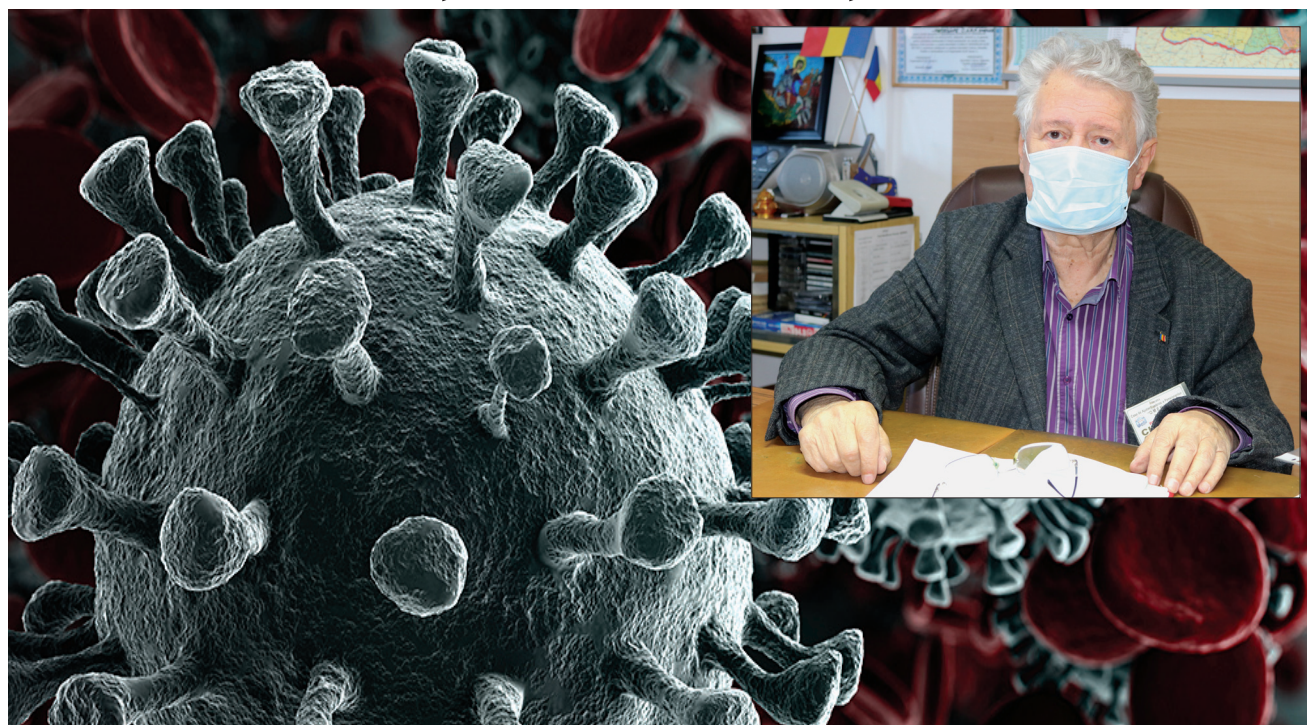
Originile sale ne-au interesat pe toți. Provine din provincia Wuhan din China și a fost preluat de către om, de la un liliac, printr-un animal exotic, pangolinul.

Așa am aflat inițial, dar adepții teoriilor conspiraționiste au venit cu mult mai multe variante. Coronavirusul ar fi fost scăpat dintr-un laborator chinezesc, accidental după unii, intenționat după alții. Și avea și finanțare soroșistă, că altfel nu se putea. Boala a apărut după ce un grup de militari americani au participat la un exercițiu în zona infectată.

(continuare în pagina 3)

Cu solidaritate și OMENIE depășim criza

Hristos a Înviat, de fiecare dată, Paște Sfânt și Fericit!



Dragi seniori,

Luptăm cu un dușman perfid și necunoscut. Este pretutindeni și nicăieri. Peste tot în jurul nostru s-au așternut teama și neîncrederea în ziua de mâine, în clipa care trece.

Cu responsabilitate și încredere vom depăși și acest moment, iar Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București este permanent alături de

dumnevoastră cu ajutoarele financiare ramburabile și nerambursabile pe care vi le acordă în prag de sărbători. Suntem lângă dumnevoastră la bine, dar mai ales la greu! Acum, când vă este cel mai dificil, porțile asociației noastre rămân deschise pentru voi.

Nu mai este mult, și de aceea vă doresc ca Sfânta Lumină a Celui Înviat acum 2000 de ani să ne ocrotească pe toți,

să ne dea sănătate, încredere și putere în vremurile pe care le trăim. Cu Omenie vom birui toate necazurile, trebuie să fim puternici și încrezători, dragi seniori și cetățeni ai României.

HRISTOS A ÎNVIAT!

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

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
OGHELARI 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 55.000 de membri!

NOU

OFERTĂ LA „OMENIA”

Pentru prima dată în istoria C.A.R.P.-urilor,

“OMENIA” vine cu cea mai generoasă ofertă de împrumuturi:

- PENTRU CAZURI SOCIALE CU DOBÂNDĂ DE 1-2% PE AN;
- PÂNĂ LA NIVELUL FONDULUI DE COTIZAȚIE CU DOBÂNDĂ DE 5% PE AN;
- LA TERMEN CU DOBÂNDĂ DE 10% PE AN;
- URGENTE PE LOC SAU A DOUA ZI.

OFERTE SPECIALE cu prilejul sărbătorilor de CRĂCIUN și PAȘTI, vacanțele nepoților și pentru tratament

Alege publicația nr. 1 a seniorilor din România

Doctor Alis Grasu, managerul Serviciului de Ambulanță București-Ilfov

Cei din Linia Întâi, în luptă cu Covid 19!



Toată viața luptăm pentru interese, idealuri, visuri, locuri de muncă bănoase, confort și bunăstare. Iată-ne că am ajuns, acum, în momentul în care prețul luptei este viața însăși, a noastră și a celor dragi. Zi de zi, ceas de ceas, în aceste vremuri, auzim și ne cutremurăm cum vuiesc sirenele ambulanțelor pe sub balcoanele apartamentelor. Cine sunt acești oameni minunați care ne salvează viața și ce ne sfătuiesc să facem în vreme de conoravirus. De peste 10 ani se luptă, la propriu, pentru sănătatea semenilor săi, este "șefa sirenelor" din București, este doamna doctor Alis Grasu, managerul Serviciului de Ambulanță București-Ilfov, într-un dialog cu publicația noastră.

Doamna doctor Alis Grasu, trecem prin niște momente teribile, în care bunicii noștri au cel mai mult de suferit...

Din păcate, potrivit statisticilor, persoanele cele mai vulnerabile în cazul infectării cu noul coronavirus sunt per-

soanele vârstnice cu multe afecțiuni asociate, cum ar fi diabetul zaharat, boli cardiovasculare și pulmonare cronice, neoplazii. Sfaturile pentru aceste persoane sunt difuzate pe toate căile de comunicare, dar mesajul principal este: Protejați-vă, evitați contactul direct și zonele aglomerate. Sunt, evident, intervale de timp în care persoanele vârstnice pot merge la cumpărături, să iasă din casă. Le rog să facă cât mai limitat acest lucru, evitând astfel zonele aglomerate, contactul cu alte persoane. Suntem un popor cald, bun, dar să se evite gesturi precum strângerea mâinilor, îmbrățișări, sărutul obrazilor sau al mâinilor, atingerea fețelor cu mâinile. Să se evite atingerea suprafețelor care sunt atinse în mod frecvent și de alte persoane, cum ar fi balustradele, clanțele de la uși, mânere de la lift, barele din mijloacele de transport în comun. În cazul în care trebuie să le folosim, este necesar să purtăm mănuși sau să ștergem mâinile frecvent cu

șervețele de unică folosință. În weekend-ul trecut am mers într-o piață agro-alimentară, în intervalul stabilit, și am văzut foarte multe persoane vârstnice care erau neprotectate și nu țineau cont de nicio altă măsură pe care trebuiau să-o respecte. Dragi seniori, vă rugăm să conștientizați cât de mari sunt riscurile dacă nu respectați aceste măsuri!

În cazul în care se deplasează cu mijloacele de transport în comun, deși indicat ar fi să nu facă acest lucru, ci să-și facă aprovizionarea la magazinele și piețele cele mai apropiate de locuință, nu trebuie să stea față în față cu alte persoane. La coborâre trebuie să se asigure că și-au igienizat bine mâinile și fața. În această perioadă cu restricții de trafic, pentru vârstnici, important ar fi să stea în casă și să aibă persoane care să-i aprovizioneze, să apeleze la autoritățile locale, respectiv primăriile de sector. Este foarte important, nu doar pentru persoanele de vârstă a treia, să ținem cont de

igiena personală. Spălatul pe mâini este foarte important, dintotdeauna, dar acum este de-a dreptul vital. Persoanele vârstnice trebuie să aibă grijă în această perioadă de medicația pe care o iau în mod obișnuit, să respecte regimul alimentar, astfel încât să nu aibă acutizări ale bolilor de care suferă.

Sintagma "Noi cei din Linia Întâi" se aplică cel mai bine medicilor și personalului de pe ambulanță. Cum este viața lor în aceste zile de foc?

Muncim foarte mult și nu mai avem timp să ne gândim la noi. Ne gândim doar la familie atunci când avem un mic răgaz. Suntem riguroși, respectăm regulile de dezinfecție și de protecție a noastră pentru a nu ne pune în pericol familia, pentru a nu pune în pericol pacienții care au șansa să nu se infecteze cu acest virus. Ne este teamă, evident, luptăm cu un dușman necunoscut, dar nu avem timp să ne gândim la pericolul care ne paște, încercăm și reușim să contribuim și noi la limitarea acestei pandemii, în final la intrarea într-o stare de normalitate.

Doamna doctor, un mesaj din suflet pentru oameni.

Trebuie să fim puternici, trebuie să câștigăm noi, oamenii, cei din linia întâi, cum spuneți, și întreaga populație această bătălie, cu virusul pe care nu l-am înțeles, dar nu avem ce face și trebuie să-l învingem până la urmă și să intrăm în normalitate. Nu stăm foarte rău și, am putea sta și mai bine dacă cu toții am înțelege că trebuie să luăm măsuri în așa fel încât să limităm transmiterea acestui virus.

Ionuț CRIVĂȚ

Pandemia COVID-19 amenință exercitarea egală a drepturilor omului de către persoanele vârstnice. Prin colectarea dovezilor de la organizațiile membre din UE și de la experții externi, Platforma AGE publică un raport privind principalele preocupări legate de drepturile omului pentru persoanele în vârstă: *“Suntem deosebit de preocupați de situația persoanelor în vârstă care trăiesc în instituții, de lipsa de sprijin pentru persoanele în vârstă care beneficiază de îngrijire în comunitate și de riscul de izolare a persoanelor în vârstă care locuiesc singure.”*

Dreptul tuturor la sănătate este în pericol în timpul pandemiei. Prin urmare, sunt necesare măsuri extraordinare de siguranță, cum ar fi carantina și distanțarea fizică. Deoarece persoanele în vârstă sunt expuse unui risc mai mare de complicații grave din cauza COVID-19, vor fi necesare acțiuni specifice.

Platforma europeană AGE avertizează

Drepturile vârstnicilor trebuie protejate în mod egal în timpul pandemiei!



Planificarea politicilor trebuie să țină seama în mod responsabil de impactul asupra persoanelor cu afecțiuni cronice sau grave și de accesul acestora la tratamentul medical necesar. Accesul la medica-

mente trebuie garantat: *“În timp ce unele persoane în vârstă au mai multe afecțiuni cronice, cu impact asupra șanselor lor de a supraviețui intervenției medicale, vârsta în sine nu ar trebui să fie niciodată un criteriu pen-*

tru triajul medical.”

Protocoloale bazate pe criterii nemedicale, cum ar fi vârsta sau handicapul, interzic persoanelor dreptul la sănătate și la viață în mod egal cu ceilalți. De la izbucnirea COVID-19, am asistat la înmulțirea comentariilor discriminatorii asupra persoanelor vârstnice în mass-media. Chiar dacă persoanele în vârstă se află într-o situație vulnerabilă în timpul pandemiei, stigmatizarea lor ca fiind fragile sau o povară este o încălcare a demnității lor inerente. Măsurile luate ca răspuns la COVID-19 nu trebuie să submineze autonomia, demnitatea și valoarea egală a persoanelor în vârstă!

Ionuț ARDELEANU

(urmăre din pagina 1)

Aceștia fiind supuși unei infecții accidentale, cu gaz toxic sarin folosit într-un teatru de operații.

După alții, oameni de afaceri bogați, precum Bill Gates ar fi finanțat coronavirusul pentru a împrăști populația globului, în mod cinic începând cu vârstnicii.

Afirmația acestuia într-un anumit context cu privire la populația globului, a unor politicieni precum Henry Kissinger sau a șefei FMI Christine Lagarde au favorizat asemenea alegații. Oculta Mondială este și ea vinovatul de serviciu.

Nu au scăpat ochiului critic al analiștilor care nu cred în coincidențe nici companiile multinaționale din domeniul farmaceutic, cunoscute pentru lăcomia lor, dornice de câștiguri și în goana lor după experimente. Războiul bacteriologic între marile puteri ale lumii nu este exclus nici el din această paletă, SUA, China și Ru-

EDITORIAL

Coronavirusul între conspirație, minciună și solidaritate

sia fiind privite cu suspiciune, amintind de containerele cu păduchi aruncate din avion în unele conflagrații mondiale sau locale.

Și totuși, suntem în anul 2020. Mama Geea are resurse și pentru o populație dublă dacă resursele ar fi întrebuințate pentru dezvoltarea omenirii și nu pentru distrugerea ei.

Teoriile conspiraționiste nu ar fi fost vehiculate atât de intens, și nici crezute, dacă nu s-ar fi mințit atât de mult. China a ascuns la început existența coronavirusului și apoi numărul de morți sperând în rezolvarea problemei fără impact medical internațional.

Italia și Spania, țări cu un potențial turistic uriaș au minimalizat efectele și au luat măsuri cu întârziere. Aceleași suspiciuni planează și asupra Franței și Mexicului ai căror președinți

au avut la început ieșiri neverosimile, iar ultimul chiar hilară.

Și liderul american, alături de prim-ministrul englez, a avut inițial o reacție de minimalizare și abordare greșită, fără a ține seama de poziția specialiștilor. Inclusiv Japonia, mult lăudată pentru disciplină și corectitudine, se pare că a ascuns efectele inițiale, până la amânarea jocurilor olimpice pentru 2021.

Dar, mai plini de realism, de fapt mai puțin mincinoase s-au dovedit a fi Coreea de Sud, Singapore, Taiwan, Germania și țările scandinave.

Așa cum minciuna nu este numai asiatică, nici disciplina nu este numai germană sau scandinavă.

La rândul său pragmatismul evreiesc s-a regăsit și în alte țări, care după deruta de la început au reușit repede

să ia cele mai adecvate măsuri pentru cetățenii lor.

Minciuna a trăit-o și România, din cauza politicienilor bolnavi de putere, dornici de a câștiga alegerile, și nu la timp, ci anticipate.

Între conspirație și minciună și-a făcut loc și lipsa de solidaritate internațională și europeană, care vor avea urmări privind rolul acestora în viitor. Uniunea Europeană s-a manifestat ca un club de discuții, Italia simțind din plin acest lucru, iar NATO când se mișca binișor a pierdut sprijinul american care și-a consemnat efectivele în bazele militare.

Deși nu dăm crezare conspiraționiștilor, minciuna, dar mai ales lipsa de solidaritate ne fac să plecăm urechea la răspândaci care au în tehnologiile moderne un aliat puternic. Despre solidaritatea națională în numărul viitor.

Reducerea efectelor din planul psihic

Sănătatea emoțională în contextul pandemiei

Perioada pe care o traversăm la nivel global a cauzat o stare de neliniște și de îngrijorare pe care fiecare dintre noi o resimte într-o măsură mai mică sau mai mare. Bolile, în special cele contagioase, acționează ca factori stresori asupra psihicului uman, iar mecanismele de apărare și de adaptare sunt cu atât mai provocate în contextul unei pandemii.

Este bine să fim conștienți de faptul că este normal să simțim neliniște, anxietate, teamă și îngrijorare, atât pentru noi, cât și pentru cei dragi. Emoțiile sunt naturale, ele nefiind negative decât dacă noi le percepem astfel. Fiecare emoție, inclusiv frica, are și un rol pozitiv, adaptativ. Ea este prezentă pentru a ne ajuta să fim vigilenți și prevăzători în fața unui potențial pericol. Dacă nu ar exista frica, nu am deveni conștienți că trebuie să avem grijă de noi și, prin urmare, nu ne-am apăra. Cheia gestionării oricărei emoții pe care noi o percepem ca fiind negativă este acceptarea. Odată ce noi acceptăm ceea ce simțim, devenind conștienți de ce se întâmplă cu noi, preluăm controlul asupra emoțiilor, nelăsându-le pe ele să pună stăpânire pe starea noastră de spirit și pe acțiunile noastre.

Deci, da, este normal să fim neliniștiți, însă nu este bine să devenim panicați sau să ne pierdem speranța că lucrurile se vor îndrepta. Panica nu face altceva decât să ne blocheze gândirea rațională, provocându-ne reacții disproporționate față de realitate. Pe termen lung, panica și stresul cronic provoacă an-



xietate, depresie și alte probleme de natură emoțională, care ne pot afecta serios calitatea vieții.

Modul în care fiecare își gestionează emoțiile apărute în contextul actual depinde atât de structura de personalitate, dar și de alți factori pe care îi putem controla. Printre categoriile predispuse la o îngrijorare excesivă și dezadaptativă, se numără vârstnicii, persoanele cu diferite afecțiuni cronice, precum și cele cu contacte sociale limitate.

Există o serie de manifestări pe care le putem observa la nivel emoțional și comportamental. Pe lângă teamă și îngrijorare, pot apărea modificări în obiceiurile legate de somn și/sau de alimentație, dificultăți de concentrare, tulburări de memorie, iritabilitate, un consum crescut de produse alcoolice, etc.

Abordarea aspectelor emoționale în contextul pandemiei

Ceea ce se întâmplă în prezent reprezintă o noutate pentru toți, motiv pentru care este cu atât mai justificată an-

xietatea pe care o resimțim. Atunci când trăim o experiență nouă, necunoscută, nu avem cu ce să o comparăm, nu știm la ce să ne așteptăm și nici nu știm cum ar trebui să procedăm.

Este important să ne concentrăm pe lucrurile pe care le putem face și nu pe cele care ne lipsesc în această perioadă. Dacă ne simțim captivi și ne gândim doar că suntem privați de anumite activități și interacțiuni, acumulăm frustrare, iar nivelul de stres și de depresie cresc pe zi ce trece. Există multe lucruri pe care le putem face și în casă, trebuie doar să fim flexibili și creativi. În plus, pentru cei care nu au fost până acum familiarizați cu tehnologia, este o ocazie bună să deprindă noi abilități. Există numeroase moduri de a ține legătura cu cei dragi, iar timpul liber pe care îl au acum copiii și nepoții poate fi folosit pentru a discuta mai mult decât înainte.

A fi informat este un lucru esențial, însă urmărirea în exces a știrilor, ori a diferitelor dezbateri și informații pe tema virusului nu este bene-

fică pentru sănătatea mintală. Este bine să ne informăm doar o dată, maxim de două ori pe zi, iar restul timpului să îl umplem cu activități plăcute și liniștitoare.

Toate categoriile de vârstă și vârstnicii, în mod special, trebuie să aibă grijă de propriul corp. O alimentație echilibrată și bogată în vitamine ne va crește imunitatea și ne va da un tonus bun. Chiar dacă spațiul în care ne desfășurăm activitatea este restrâns, mișcarea nu trebuie neglijată. Deosebit de important este și somnul. Practic, obiceiurile sănătoase și rutina zilnică nu ar trebui să se schimbe semnificativ, ci doar să înlocuim unele activități cu altele noi.

Chiar dacă locuim singuri, nu trebuie să ne izolăm. Desigur că întâlnirile în persoană sunt cele mai plăcute, dar și o convorbire telefonică ne poate ajuta să rămânem conectați cu cei din jur.

A avea grijă de noi, de familia și de prietenii noștri reprezintă o modalitate de adaptare la perioada stresantă pe care o parcurgem cu toții. Este bine să ne amintim că nu suntem singuri și că această situație este temporară și nu permanentă.

Chiar dacă nu deținem controlul asupra contextului general, putem prelua controlul asupra modului în care avem grijă de noi, atât fizic, cât și psihic. Astfel, este important să ne menținem gândurile pozitive, precum și o doză de optimism care să ne ajute să traversăm mai ușor această perioadă.

**Psiholog clinician și
Psihoterapeut integrativ
Alina STROESCU**

Persoanele vârstnice și pandemia

Prevenirea posibilelor îmbolnăviri cu Coronavirus în rândul vârstnicilor

Înainte de a se răspândi coronavirusul (Covid-19) în întreaga lume, datele timpurii venite din China au fost că persoanele vârstnice sunt cele mai vulnerabile. Acum, aceste date au fost confirmate de Italia, arătând cât de periculos este Covid-19 asupra persoanelor vârstnice. Institutul Național de Sănătate al Italiei a constatat că vârsta medie a celor decedați din cauza virusului a fost de 81 de ani. Asta nu înseamnă că vârsta ne spune cine este expus riscului de boală severă și cine nu. De fapt, aceasta dezvăluie vulnerabilitatea populației la o boală precum Covid-19. Mulți factori însă sunt concentrați în rândul persoanelor vârstnice, dar și persoanelor tinere care au anumite probleme de sănătate, sunt în risc. Vulnerabilitatea populației vârstnice la o boală precum Covid-19 este crescută pe fondul sistemului imunitar mai slăbit și a anumitor patologii.

Specialiștii din Centrul Mondial de Prevenire și Con-



trol al Bolilor le recomandă persoanelor vârstnice să țină cont de următoarele măsuri pentru prevenirea contaminării cu coronavirus:

- ❑ de preferat să anuleze toate programările la medic care nu sunt neapărate;
- ❑ dacă este importantă consultația, de preferat să o faceți de pe telefon sau prin apel video;
- ❑ este important ca un membru din familie, sau un prieten apropiat să știe în permanență de dumneavoastră și despre problemele de sănătate, în caz că este nevoie de ajutor;
- ❑ este important să vă tratați

ca de obicei în timpul sezonului de gripă, asta înseamnă să vă spălați frecvent mâinile și în mod corect. Când apa și săpunul nu sunt la îndemână se folosesc produse de igienizare pentru mâini;

- ❑ produsele alimentare și articolele de toaletă să fie pentru o perioadă mai lungă de timp;
- ❑ este important ca medicația permanentă (rețeta medicală) să fie luată pentru o perioadă de 3 luni;
- ❑ este recomandat ca locurile publice aglomerate sau clădirile slab ventilate să fie evitate;

❑ în această perioadă este importantă legătura cu familia. Specialiștii au studiat efectele izolării sociale la vârstnici și au ajuns la concluzia că singurătatea și depresia pot crește rata de mortalitate;

❑ este important să faceți sport în casă, să vă hrăniți sănătos.

Profesorul doctor Muhammed Nadir Yalcin de la Karabuk University Medical School ne spune că „incapacitatea de a vă deplasa și de a consuma energie poate da anumite slăbiciuni în grupele musculare și creșterea în greutate. Vă sugerez să fiți cât mai activi în casă și să faceți exerciții fizice în mod regulat. Nu uitați și de exercițiile de respirație care sunt deosebit de importante pentru această boală, deoarece persoanele vârstnice pot avea mușchii respiratori slabi, iar capacitatea pulmonară ar putea fi insuficientă. De asemenea, este important să reducă consumul de alimente bogate în calorii, zahăr și carbohidrați.”

Irina ANDREI

Atenție la cine deschideți ușa!

Cum profită escrocii de criza coronavirus

Diversi escroci profită de criza cu care ne confruntăm, astfel că văd în acest lucru o bună oportunitate de a face bani. Din cauza coronavirusului, oamenii sunt nevoiți să rămână mai mult decât de obicei în casă și astfel să stea excesiv pe internet și rețelele sociale, fapt exploatat de hoții online, care, agață persoane naive prin folosirea metodelor de genul: vă acordăm, în condiții avantajoase și foarte rapid un credit, vă oferim o donație sau ați câștigat la loterie, dar ca să primiți astăzi banii trebuie să ne trimiteți o sumă într-un cont sau să faceți o plată către un magazin online care de fapt este fals.

Sau alți hoți și mai îndrăz-



neți trec direct la fapte deghizându-se în falși medici, care “vin în control” și bat la ușile oamenilor, sub pretextul unor teste și verificări. Fiind costumați în combinezoane medicale albe și purtând măști și mănuși, aceștia sunt considerați medici adevărați.

Hoții atacă în mod special bătrânii care sunt singuri sau care au dificultăți de deplasare. În timp ce unii din “echipă” se ocupă cu distragerea atenției, ținându-i de vorbă, ceilalți profită de neatenția bătrânilor - care deja sunt speriați de necesi-

tatea respectivului control - și sustrag bani și alte obiecte de valoare.

Pe această cale, lansăm un apel tuturor persoanelor în vârstă (și nu numai) din România, să se informeze doar din surse credibile și le recomandăm să NU deschidă ușa persoanelor necunoscute, indiferent de pretextul acestora. Nicio bancă din România nu promite credite rapide și avantajoase și de asemenea nicio instituție a statului nu trimite în această perioadă persoane, din casă în casă, ca să măsoare temperatura oamenilor sau ca să vândă «medicamente minune» împotriva coronavirusului.

Istvan FEKETE

Sfintele Sărbători Pascale 2020,

O lacrimă pentru ce nu vom mai apuca să avem!

Azi, când scriu, probabil mulți se întreabă dacă vor apuca sărbătoarea. Sau dacă nu cumva, va fi poate ultima zi de Paște pe care o vor putea cinsti! Și e firesc să-și pună o astfel de întrebare când lumea întreagă este paralizată de frică. Cumplitul virus „Covid 19” i-a înnebunit pe toți: bogați și săraci suntem neputincioși în fața pericolului pe care-l prezintă.

MOARTEA! Asta se spune, asta se știe! Și totuși, mor cei care au boli cronice grave mai curând decât cei sănătoși. Ce să credem? Nimic. Voia Domnului se pare că lucrează întru voia celor ce doresc să schimbe ordinea mondială. Cum naiba a venit de nicăieri o molimă, exact atunci când mai marii lumii au ajuns la o răscruce greu de trecut. Acum se pare că molima i-a potolit pe toți și „rasa galbenă” a preluat frâiele economice ale lumii.

Să se împlinescă oare prezicerile biblice? Sau s-a săturat Pământul de ororile oamenilor care-l secătuesc și omoară zi de zi fără milă? Adică este tot voia prea bunului Dumnezeu? Oricum ar fi, toți suntem marcați de frică. Și pentru că pentru protecția umanității s-a ordonat să stăm în case, izolați precum vitele în țarcuri, nu mai muncim, deci nu mai avem producție, nu mai avem surse de venit, deci suntem speriați până la urmă mai tare de perspectiva foametei, decât de virus!

În fond boala te omoară doar o dată. Lipsurile te omoară clipă de clipă. Teama de „CE VA FI?” este sufocantă. Ne temem pentru noi, pentru copiii noștri, pentru nepoți... Vrem să ne păstrăm agoniseala, trecutul, prezentul și să ne mai facem planuri



pentru viitor! Vrem să ne bucurăm de cer, soare, iarbă, ploaie, frunze și flori. Vrem să râdem, să plângem de fericire, să sperăm. Da, vrem să ne bucurăm în continuare de binefacerea speranței! Acum am uitat tristețile neîmplinirilor de până acum. Acum apreciem ca zile fericite timpul în care puteam ieși din casă fără teamă. Fără teamă și declarație pe propria răspundere. Că ce? Poate că sunt atinsă de cumplitul virus, dar cum nu m-a testat nimeni, nu știu! Deci ce-mi asum? Că plimb câțelul? Se vede! Că vreau să-mi iau mâncare? E normal! Deci? Ce rost are prostia asta de declarație?

Înțeleg să monitorizeze circulația persoanelor. Dar nu așa! Așa ni se induce teama și sentimentul de vinovăție. Pentru ce? Pentru că „frica păzește pepenii” și putem fi manipulați mai ușor? Mie așa mi se pare! O gloată înspăimântată se refugiază ca oile-n strungă și este fericită că a scăpat de colții lupului! Așa și noi! Fraților, spaima face mai multe victime în rândul bătrânilor cardiaci, diabe-

tici, hipertensivi.

Trebuie să nu uităm că, gripa obișnuită face victime în fiecare an, când marile trusturi farmaceutice, sunt prinse tot în fiecare an nepregătite pentru o nouă tulpină de gripă.

Dar cine oare a făcut un recensământ al morților de gripă până acum? S-a spus mereu că este un virus nou, că este mai agresiv, dar nu știu să fi fost făcut un calcul, o estimare a numărului morților. Acum, dacă moare cineva, călcat de mașină, (fiind mort de beat), este testat! Și a murit firește pentru că nu a respectat restricțiile de circulație! Dar tot e testat, adică după. Și dacă totuși este depistat ca fiind pozitiv, poate că testat fiind înainte să moară omul, ar fi putut fi salvat. Și desigur s-ar fi evitat infestarea altora. Dar nu se face acest lucru. Cică nu avem testere! Frumos e faptul că se confirmă după moartea creștinului că respectivul a murit de inimă, cancer, boli pulmonare, vasculare cronice și netratate, diabet, etc.

Nu toți decedații aces-

tor zile de teroare au fost doborâți de Covid 19. În fine, oamenii se nasc și mor! Dar, după ce nu se va mai putea vorbi de molimă, vom afla că avem pandemie de boli nervoase, vom avea o inflație de depresii și fobii! Cum? Cu frică, speranță în bunătatea lui Dumnezeu care ne va ajuta să trecem peste această punte, necăjiți că nu avem ce ne trebuie să onorăm Sfânta Sărbătoare.

Blocați în casă de lege, de lipsa banilor, de frica molimei. Supărați că nu putem petrece cu cei dragi, nu putem merge la biserică. Și blocați la total general! Sunt singuri, izolați în neputința lor, fără ca cineva să le vină în ajutor. Mi se pare curată obrăznicie că se recomandă des la TV, ca să-și facă cumpărăturile online! Cei mai mulți bătrâni nici nu știu ce-i aia! Sau, să apeleze la un anume număr de telefon și voluntarii vor veni cu cele necesare!

Dar, Dumnezeule! Cu ce curaj să comande? Ce bănuți au ei? Ei știu să meargă pe îndelete colo, și colo, până găsesc ceva, pe măsura buzunarului, care să le asigure bruma lor de nevoie! Mai văd una-alta, mai înghit în sec, își mai amintesc cum era cândva. Cum era! Acum trebuie doar să trăiască.

Dar pentru ce sunt condamnați la suferință și umilință? Așteaptă cum v-am spus să vadă dacă mai apucă Paștele ăsta, pentru că nu sunt siguri că-l vor mai apuca pe următorul. Eiii. Acum în fond putem suferi și noi, ca Domnul Iisus, foame, umilință și moarte! Și până atunci să ne bucurăm dacă va fi vreme să vărsăm o lacrimă pentru ce nu vom mai apuca să avem!

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

OFERTE SERVICII

Îngrijesc persoane vârstnice sau copii în zona Drumul Taberei. SOARE VASILICA - telefon: 0770.109.647

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 55.000 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.

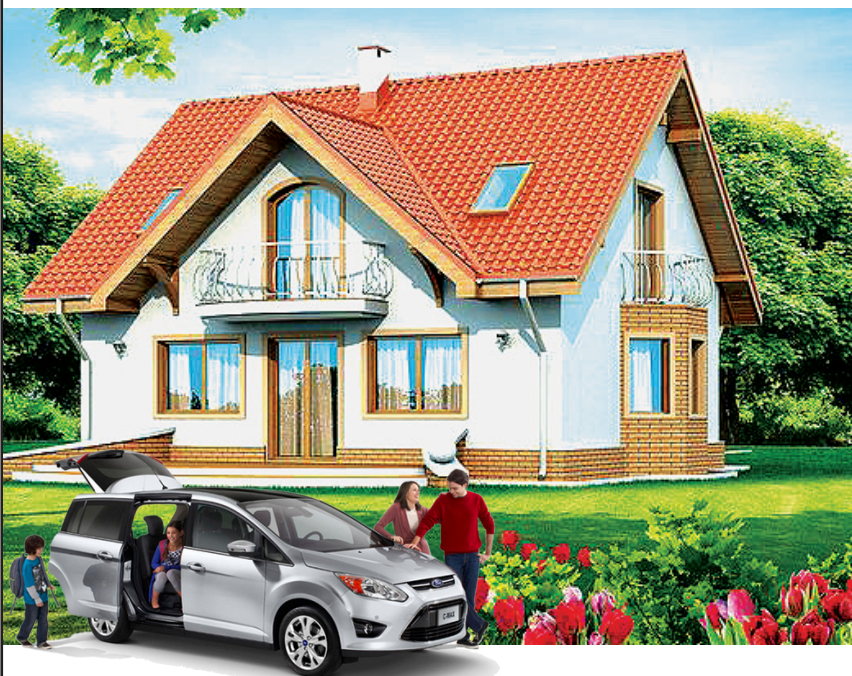
Servicii cu tarife subvenționate – frizerie (4 lei), coafură, manichiură, pedichiură, cizmărie, croitorie, reparații radio-tv, electronice și electrocasnice, reparații instalații sanitare și termice, kinetoterapie, consultații și tratamente medicale generale, oftalmologie, stomatologie, îngrijire la 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** – cărje, bastoane, cadre de mers, fotolii rulante etc. Asociația organizează **excursii** și **pelerinaje** cu transport subvenționat.

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 TIRIAC
Asigurări S.A.

ASIROM
VIENNA INSURANCE GROUP

Credit Europe
Asigurări

EUROINS
MEMBER OF EUROHOLD

City Insurance
Societate de Asigurare-Reasigurare

Groupama
Asigurări

GENERALI
Asigurări

OMNIASIC
VIENNA INSURANCE GROUP

Anexa nr.2

ANAF
Agenția Națională de Administrare Fiscală

CERERE
PRIVIND DESTINAȚIA SUMEI REPREZENTÂND
2% SAU 3,5 % DIN IMPOZITUL ANUAL PE
VENITURILE DIN SALARII ȘI DIN PENSII

230

Anul **2019**

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 Localitate Cod poștal Fax

II. Date privind categoriile de venit pentru care se solicită 2% sau 3,5% din impozitul anual potrivit art.79 alin.(1), art.82 alin.(6) și art.102 din Legea nr.227/2015 privind Codul fiscal

Venituri din salarii și asimilate salariilor

Venituri din pensii

III. Destinația sumei reprezentând 2% din impozitul anual pentru susținerea entităților nonprofit care se înființează și funcționează în condițiile legii și a unităților de cult sau pentru acordarea de burse private, conform legii

1. Susținerea unei entități nonprofit/unități de cult Cod de identificare fiscală a entității nonprofit / unității de cult

Denumire entitate nonprofit/unitate de cult

ROMANIA
CARP
Bucuresti
Omenia

**Cum
ne puteți
sprijini?**

- Prin direcționarea a 3,5% din impozitul anual pentru susținerea entităților nonprofit și a unităților de cult, care sunt furnizori de servicii sociale, acreditați cu cel puțin un serviciu social licențiat 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 companiilor).



Casierii din București și din alte județe

Vă punem la dispoziție adresele și numerele de telefon ale casieriiilor fixe din București și din țară (site-ul www.carp-omenia.ro).

De asemenea, sediul principal al Asociației C.A.R.P. "OMENIA" București din Str. Amurgului nr. 53, Sector 5 este în continuare deschis pentru dumneavoastră. Pentru evitarea deplasării, vă rugăm să folosiți și următoarele mijloace: tel.: 021.423.17.49; 0725.218.959; fax: 021.456.36.99; email: carp.omenia@yahoo.com.

SECTORUL 1

Str. Făurei nr. 1, Bl. P11, Ap. 28, interfon - 28. Detalii la tel. 0752.001.441. Mijloace de transport - 65, 86, 112, 331 (stația PAJURA);

SECTORUL 2

Str. Mașina de Pâine, nr. 22, Bl. 50, Sc. A, parter, Ap.



8, interfon 08. Detalii la tel. 0752.001.438. Mijloace de transport - 21, 66, 182, 143, 682 (stația Teiul Doamnei);

SECTORUL 3

Str. Intrarea Simbolului, nr. 11, bl. 1, sc. 3, ap. 41. Detalii la tel. 0752.001.448. Mijloace de transport - 1, 19, 123, 124 (stația Mall Vitan);

SECTORUL 4

Str. Izvorul Rece nr. 3, Bl. S14, Sc. B, Ap. 3, Parter, interfon - 003. Detalii la tel. 0752.001.416. Mijloace de

transport - 76, 381, 116, 141 (stația Brâncoveanu).

SECTORUL 5

Autogara Rahova. Detalii la tel. 0766.180.330. Mijloace de transport - 32, 96, 226;

SECTORUL 6

Str. Aleea Sandava nr. 2, Bl. A2, Sc. D, Ap. 47, Parter, interfon - 47C. Detalii la tel. 0752.001.409. Mijloace de transport - 385, 122, 105, 222 (Zona Prelungirea Ghencea - stația Valea Oltului, fostul Novaci).

BUFTEA, JUDEȚUL ILFOV

Bulevardul Mihail Eminescu, nr. 32 (Primăria Veche). Detalii la tel. 0766.180.331;

GHERMĂNEȘTI, JUDEȚUL ILFOV

Șos. Ghermănești nr. 45 - Casa de Cultură a Primăriei Snagov. Detalii la tel. 0752.001.426;

BALOTEȘTI, JUDEȚUL ILFOV

Șos. Unirii, nr. 12, bl. P-4, a. 1, camera 4. Detalii la tel. 0752.001.443;

DRĂGĂȘANI, JUDEȚUL VÂLCEA

Str. Decebal, nr. 1, sc. B. Detalii la tel. 0785.211.636;

RÂMNICU VÂLCEA, JUDEȚUL VÂLCEA

Bd. Nicolae Bălcescu, nr. 38 (în spatele autogării Dacos). Detalii la tel. 0748.057.821.

Pentru membrii care au posibilitatea efectuării plăților prin transfer bancar, vă prezentăm datele necesare operațiunilor.

Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București, CIF 4629845, cont bancar la CEC BANK, Ag. Alexandria, IBAN RO71 CECE B502 30RO N245 1755.

În câmpul explicații se va înscrie numărul de carnet, numele și prenumele titularului și detaliat ce înseamnă suma transferată (ex. rată = 100, contribuție = 5, cotizație = 25).



0800 800 358

TelVerde este pentru informare,
NU este pentru urgențe!

#COVID-19

- ✓ La TelVerde 0800 800 358 suni gratuit din orice rețea de telefonie fixă sau mobilă, zilnic, între 8.00-23.00, pentru a obține informații suplimentare despre noul tip de infecție cu CORONAVIRUS (COVID-19).
- ✓ Pentru a nu bloca linia alocată, vă rugăm să sunați NUMAI în situații justificate.

INFORMAȚI-VĂ DOAR DIN SURSE OFICIALE!
RESPECTAȚI RECOMANDĂRILE AUTORITĂȚILOR COMPETENTE!



GRUPUL DE COMUNICARE STRATEGICĂ



COLEGIUL DE REDACȚIE

Președinte de onoare
Dpl. Ing. Gheorghe CHIOARU
Director
Ec. Giorgică BĂDĂRĂU



Manager de proiect
Alina PERJOIU

Grafician
Irina ANDREI

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

Redactor-șef / Foto
Ionuț CRIVĂȚ
0736.368.692

Redactori

Lucia Bădiță SECOȘANU, Ionuț ARDELEANU
Istvan FEKETE

**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