



EDITORIAL

Ionuț CRIVĂȚ

Plagiatorii lui Cațavencu

Am ascultat deunăzi discursul unui politician – de fapt o declarație de presă, că discursul nu mai are nimeni și nici n-ar ști ce înseamnă asta. Am fost atât de atent la ce spuneam, încât am uitat și cine vorbea și ce vorbea.

(continuare în pagina 3)

Pentru informarea membrilor noștri

Condiții de acordare a ajutoarelor nerambursabile

De-a lungul timpului, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București și-a făcut un renume din faptul că pe lângă împrumuturile avantajoase pe care le acordă pe loc sau a doua zi, oferă membrilor săi și ajutoare nerambursabile. Acestea constau în alimente de bază, produse igienico-sanitare, decontări parțiale ale biletelor de tratament balnear/internări și multe alte beneficii de care orice membru poate beneficia, cu condiția respectării minimelor cerințe. Astfel, la acordarea ajutoarelor nerambursabile membrii trebuie să aibă achitate la zi cotizația,

contribuția, ratele la împrumut și un sold minim la cotizație echivalent cu valoarea pensiei sociale. De asemenea, ajutorul nerambursabil pentru compensarea parțială a tratamentului în stațiunile balneare sau spitalizare se poate acorda o singură dată pe an. Ajutoarele nerambursabile în cuantum de 50 de lei se pot acorda vârstnicilor (femei peste 60 de ani, bărbați peste 65 de ani) cu un venit de până la 1.200 lei.

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

Începând cu ianuarie 2023

Pensiile speciale, impozitate

Începând cu 1 ianuarie 2023 este posibilă impozitarea pensiilor speciale. Măsura este propusă de deputatul PSD Robert Cazanciuc și este susținută și de liberali. Demnitarul social democrat spune că nu este corect ca un magistrat să primească 100 de euro pe zi pentru munca sa, în timp ce populația săracă a țării duce o luptă zilnică pentru subzistență.

„Vor fi impozitate aceste pensii. Nu cred că avem altă soluție, dacă vrem să fim onești și să spunem că a fost o formă de compensare pentru cei care au unele restricții în timpul activității, cum sunt și parlamentarii și magistrații, mai ales, dar când ajungi la o pensie de peste 20.000 de lei, stai să te gândești dacă este echitate, până la urmă”, a declarat el.

Caricatura lunii de Costel Pătrășcan



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 2% PE AN;
- PÂNĂ LA NIVELUL FONDULUI DE COTIZAȚIE CU DOBÂNDĂ DE 5% PE AN;
- LA TERMEN ÎNTRE 30 - 90 DE ZILE;
- URGENȚE PE LOC SAU A DOUA ZI.

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

Alege publicația nr. 1 a seniorilor din România

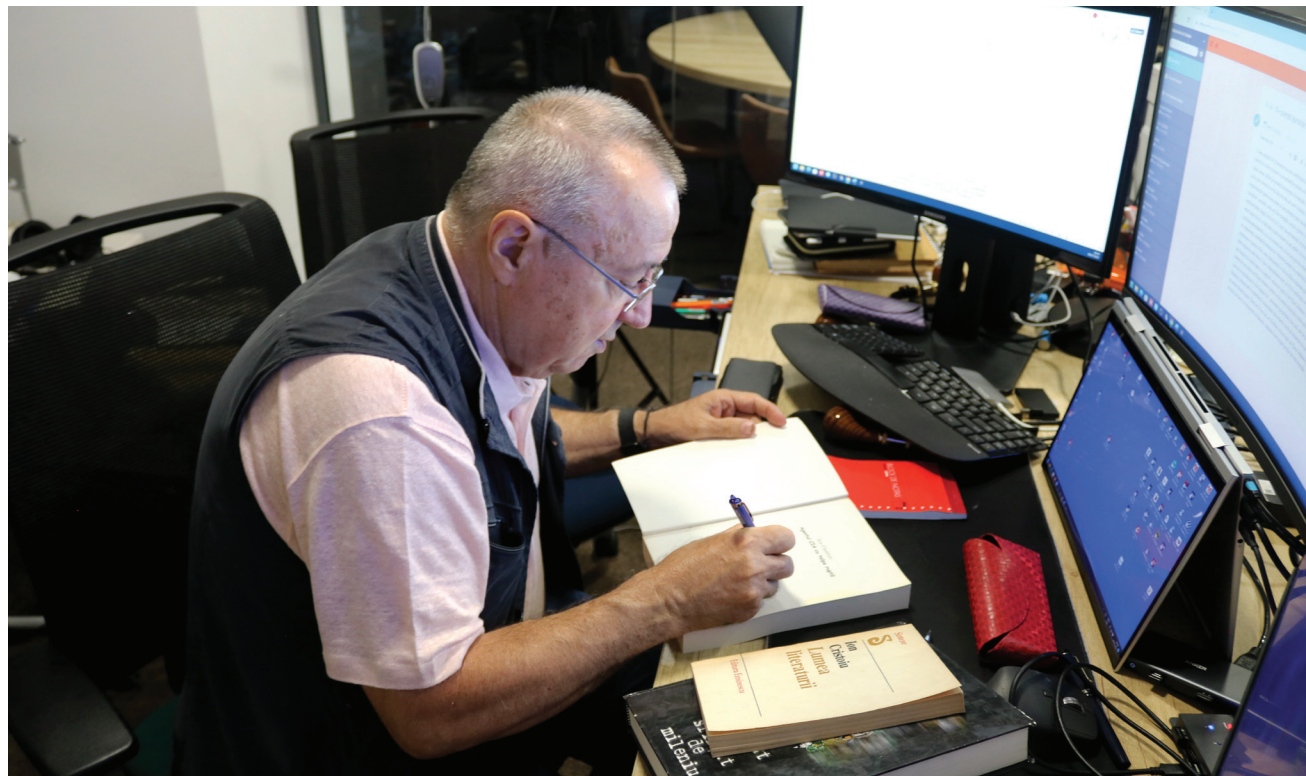
Despre istoria clipei cu scriitorul și jurnalistul Ion Cristoiu

Nu războiul din Ucraina a provocat criza economică, ci pandemia!

Am trecut printr-o pandemie, acum suntem martorii unui război la granițele României, conflict care atrage după sine o criză economică globală, fără precedent, în anii de după cel de-al doilea război mondial. Nimic nu mai este cum a fost înainte, modificări majore, planetare au loc zi de zi, de la cursa înarmărilor și până la preconizate crize alimentare și umanitare. Trăim un război al lumilor, nu al țărilor, a cărui pace n-o vedem prea curând. Va fi mai degrabă un conflict înghețat o perioadă de timp. Despre toate acestea și multe altele într-un interviu pe care maestrul Ion Cristoiu l-a acordat în exclusivitate publicației noastre și pe care îl publicăm în serial.

Pe 24 februarie, în pastila video, într-o dimineață de pomină spuneți că „m-am culcat în pace, m-am trezit în război” și adăugați că indiferent de ce se va întâmpla în Ucraina, lumea începând de astăzi va fi altfel, nu va mai fi la fel. Cum este lumea altfel, după cinci luni de război?

În primul rând presa lumii e altfel, presa care pentru noi, provincialii continentului, reprezenta un fel de idol, un magistr, s-a compromis devenind o presă de război, banală, și care a pus la lucru un întreg arsenal de trucuri de a ascunde realitatea. Ar trebui să se scrie o carte despre toate mijloacele prin care s-a ascuns adevărul în legătură cu războiul din Ucraina. După aceste luni de război constatăm o schimbare fundamentală la nivelul societăților occidentale. Cea mai importantă este dispariția păcii, dispariția luptei împotriva înarmării, mi-



litarizării, o atitudine majoră a occidentului democrat. La ultimul summit NATO nu a fost nicio problemă, de regulă veneau militanți din toată lumea să protesteze, acum nimic. Toate acestea vor avea consecințe uriașe în anii următori pentru societatea occidentală. Pe acest fond a apărut o incredibilă goană după înarmare a statelor lumii, goană care nu a mai existat după al doilea război mondial. State precum Germania, care și-a asigurat bunăstarea socială prin micșorarea bugetului de la apărare, a trecut acum la înarmare. Principala consecință a acestei tendințe este luarea din alte părți, de la sănătate, de la protecție socială și vârfarea banilor în înarmare. Două războaie mondiale își au cauza într-un sindrom al neamțului căruia dacă îi pui în mână un pistol simte nevoia să tragă. Cred că dacă Vladimir Putin și-a propus o lovitură mortală dată democrațiilor occidentale se pare că a reușit, deoarece, a împins aceste țări către înarmare și militarizarea societății, lăsând nevoile civililor în plan secund.

În decembrie 2019 a venit pandemia pentru că nimeni nu și-a imaginat că va fi pandemie, anul acesta a venit războiul pentru că nimeni nu și-ar fi imaginat că va fi război. Pacea când o așteptăm?

Firea umană este creatoare de iluzii, iar una dintre iluziile fundamentale ale omului - de-a lungul istoriei sale - este că așa ceva nu este posibil. Pandemia, dar mai ales restricțiile, ne-au arătat că totul este posibil, izbucnirea acestui război, la fel. Decăderea presei, adică presa transformată în foaie de propagandă, înarmarea, de asemenea, totul este posibil și trebuie să ne așteptăm la orice. Pace nu poate fi, va fi probabil un conflict înghețat, deoarece acest război nu este pe vârful icebergului, este un război al lumilor, un război în care în spatele SUA se află occidentul (care este o parte foarte mică) și „coloniile din est”, iar dincolo trei sferturi din omenire care stă în spatele Rusiei și care nu se manifestă dar așteaptă momentul în care jandarmul lumii de până acum - care este America - să se piardă.

La ce trebuie să ne așteptăm în lunile ce urmează?

Nu războiul din Ucraina a provocat criza actuală, economică, alimentară, etc., ci pandemia. În perioada pandemiei planeta a stat pe loc, mai ales occidentul. S-au pompat bani, nu s-a produs nimic. Singura speranță a fost aceasta, ne vaccinăm, ne vindecăm de boală și se va termina pandemia, iar economia va începe să duduie. Ori, n-a apucat să se termine pandemia, cu toate restricțiile, cu tot efectul ei economic, că am intrat într-un război care din nenorocire implică o țară producătoare de petrol, o țară de a cărei producție a depins occidentul. Era simplu dacă nu mai era acest război. Gazul, petrolul, curgeau în continuare. Acest război a afectat globalizarea, la fel ca pandemia. Spre exemplu, o mașină este compusă din produse fabricate în mai multe țări, asta înseamnă globalizare și ea a avut foarte mult de suferit.

(Continuarea în numărul următor)

Ionuț CRIVĂȚ

Cunoaștem acest lucru deja: stresul este dăunător pentru sănătatea noastră. Pentru seniori, stresul este și mai periculos, acesta accelerează procesul natural de îmbătrânire al sistemului imunitar, celulele albe fiind prea "obosite" pentru a fi în măsură să lupte. Acest lucru crește riscul de cancer, boli de inimă și boli infecțioase precum COVID-19, potrivit unui studiu citat de către una dintre cele mai cunoscute reviste americane dedicate seniorilor (AARP Magazine).

După cum explică autorii studiului, „Am descoperit că expunerea la stresul social a fost asociată cu o distribuție a celulelor T care indică îmbătrânirea imună accelerată”. Participanții care au experimentat niveluri mai ridicate de discriminare pe parcursul vieții și stres cronic au avut niveluri mai scăzute de celule T naive (santinelele imune ale corpului) care circulă în sângele lor și niveluri mai ridicate de celule T mature care au detectat agenți

Specialiștii avertizează

Stresul poate îmbătrâni prematur sistemul imunitar



patogeni în organism.

Pe lângă încercarea de a limita stresul din viața de zi cu zi, cercetătorii sugerează o dietă nutritivă și exerciții fizice pentru a ajuta la menținerea

dezvoltării sănătoase a celulelor T. O glandă numită timus, care se află în fața și deasupra inimii, servește drept incubator pentru celulele T, dar pe măsură ce îm-

bătrânim, timusul nu mai produce atât de multe celule imunitare.

În plus, cercetătorii care au efectuat studiul actual au descoperit că legătura dintre stres și îmbătrânirea imună accelerată nu a fost la fel de puternică atunci când au controlat factori precum dieta dezechilibrată și exercițiile fizice efectuate rar. „Acest lucru înseamnă că oamenii stresați tind să aibă o dietă și rutine de mișcare inconsistente, explicând parțial de ce au o îmbătrânire imunitară mai accelerată”, a declarat autorul principal al studiului, Eric Klopach, cercetător la Școala de Gerontologie Leonard Davis a Universității din California de Sud, SUA.

Ionuț ARDELEANU

(urmare din pagina 1)

Dar, undeva spre final, o frază ruptă din banalitatea și prostia exprimării obișnuite politicianului român, mi-a atras atenția.

De cele mai multe ori, pentru mine, personal, ori că turuie un politician ori mașina mea de spălat când stoarce izmenele e totuna. Atât de mult contează. Ei bine, ca să n-o mai lungesc, aud din gura demnitarului”:

„...Și noi să guvernăm, și românii să trăiască decent!”

Unde ești domnule Caragiale, cui ne-ai lăsat? Tot Cațavencului dumitale care jinduind la deputăție își dorea ca România să fie bine și tot românul să prospere. Nu-l mai avem pe Cațavencu, avem epigonii săi, plagiatorii. Nici măcar la valoarea onorabilului Nae Cațavencu nu se mai

ridică ai noștri, cei de azi.

De când nenea Iancu l-a pus pe domn Nae să spună treaba cu prosperitatea, situațiunea s-a cam schimbat, în rău am putea zice. De la a prospera și până la a trăi decent este cale bătută. De la decent până la a trăi pur și simplu e atât de scurt drumul și mai ales timpul.

Dumneata i-ai avut pe ai tăi. Mai romantici, rapace uneori, răzbnători, corupți, „scrofuloși”, șantajști și decrepiți. Ai dumitale aveau, așa, un aer candid, erau școliiți, unii chiar aveau conștiință națională, erau mai cumsecade.

Ai noștri, Nene Iancule, sunt lacomi, inculți, și mediocri, proști de-a dreptul și corupți până la al șaptelea neam. Unii se

EDITORIAL

Plagiatorii lui Cațavencu

dau naționaliști și patrioți și-și leagă steagul de gât ca pe un jujeu, alții, dimpotrivă sunt progresiști și fac din femeie bărbat și viceversa, iar din familie o comunitate mixtă. Iar la mijloc, coane Iancule, sunt ăia deștepți care le cântă-n strună tuturor. Și le cântă bine. Talentați băieți! Mai este ca pe vremea domniei tale? Când lumea era mai așezată, mai firească, normală, mai omenească. Chiar și când spunea Rică Venturiano în Vocea Patriotului Naționale că ori toți să muriți, ori cu toții să scăpăm.

Iată, dragi cititori, o mostră de contemporaneitate a domnului Caragiale, care scria în „1907 din primăvară până'n toamnă”, un celebru eseu

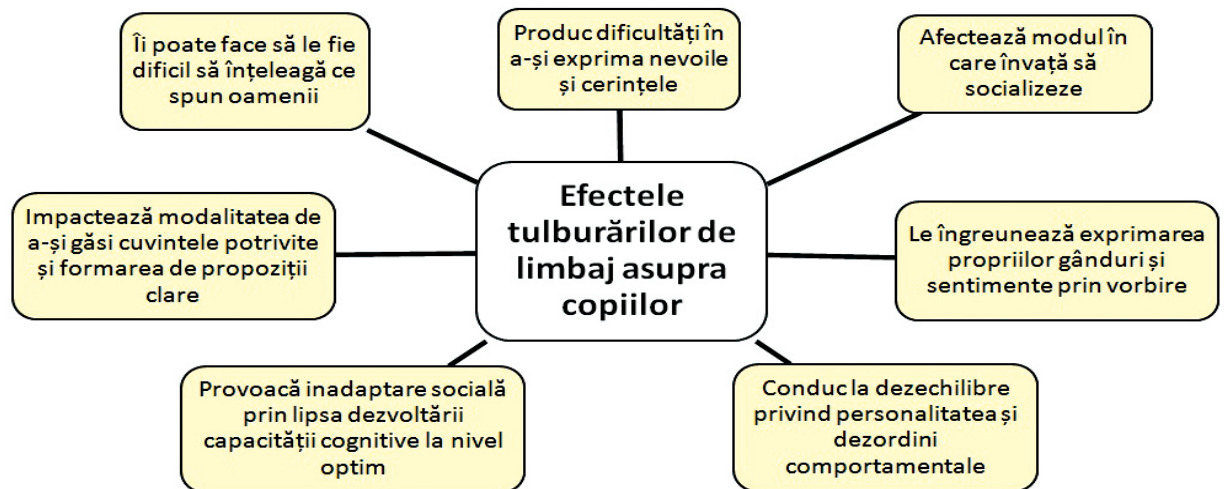
despre marea răscoală a țaranilor, referindu-se la clasa politică românească. Gândiți-vă că au trecut mai bine de 115 ani de atunci și într-o frază i-a zugrăvit pe politicienii noștri post decembriști. „A căzut un guvern și a venit altul, îndată, toată administrația țării, și cea de Stat, și cea de județ, și cea comunală — de la prefecți și secretari generali de ministere, până la cel din urmă agent de poliție și până la moașa de mahala — se înlocuiește... pentru mai mare expeditivitate chiar pe cale telegrafică. O clientelă pleacă, alta vine; flamânzii trec la masă, sătuii la penitență. Și asta așa mereu și pe rând din trei în trei ani, ba și mai des uneori”.

**Sfatul
specialistului**

Dobândirea abilităților de comunicare începe devreme în copilărie, în mijlocul familiei, și este fundamentală pentru capacitatea de a obține acces la cunoștințe transmise cultural, de a organiza și împărtăși gânduri și sentimente și de a participa la interacțiuni și relații sociale. Astfel, tulburările de limbaj pot avea un impact negativ asupra capacității de a comunica și, de asemenea, de a dobândi cunoștințe noi și de a participa pe deplin în societate.

O tulburare de limbaj se referă la deficiența înțelegerii și/sau a producerii limbajului vorbit sau scris și poate implica tulburări cu forma limbajului (morfologie, sintaxă, fonologie), conținutul limbajului (semantică) și/sau funcția limbajului în domeniul comunicării sociale (pragmatică).

Efectele tulburărilor de limbaj asupra copiilor (partea a doua)



Dificultățile pragmatice asociate cu tulburările de limbaj pot avea ca rezultat implicații sociale, cum ar fi dificultățile de interacțiune socială. Lipsa de cunoștințe, cu privire la regulile sociale și conversație, poate duce la excludere sau izolare socială, reticență de a interacționa cu semenii și dificultăți în menținerea con-

versațiilor. La rândul său, acest lucru poate duce la scăderea motivației, a încrederii în sine, la dificultăți în stabilirea și menținerea relațiilor sociale. De asemenea, tulburările de limbaj pot da naștere la dezordini comportamentale și dezorganizarea personalității. Acest lucru poate proveni din frustrare cauzată de dificultățile

de comunicare, prin reținere și teamă de a vorbi, creând o stare de rigiditate, de inerție, izolare și subapreciere prin scăderea stimei de sine.

Efectele tulburărilor de limbaj asupra copiilor sunt sintetizate în figura de mai sus.

Alina MIHĂESCU,
psiholog logoped

Dialog pozitiv

Stima de sine poate fi îmbunătățită indiferent de vârstă

În ultimii ani se tot vorbește despre „stima de sine” și se tot fac studii despre aceasta. „Stima de sine”, în psihologie, este folosită pentru a descrie simțul general al unei persoane despre propria valoare personală. Imaginea de sine se bazează pe modul în care ne vedem, cum am spune mai clar despre noi, cât de mult ne valorizăm și ne placem. Nivelul scăzut al stimei de sine ne poate influența la locul de muncă inclusiv în cadrul interacțiunilor cu colegii.

În ultimi ani stima de sine a fost promovată ca o componentă vitală a vieții fericite și a relațiilor interpersonale împlinite. S-a constatat că stima de sine poate fi afectată indiferent de vârstă însă acest fenomen poate căpăta amploare pentru persoanele cu vârste între 60 și 70 de ani. Acest lucru se datorează multor cauze, cum ar fi limitările și dizabilitățile legate de sănătate, accentuarea stării



de singurătate. Vârstnicii se confruntă cu multe provocări, adaptarea la pensie, scăderea productivității, decesele prietenilor apropiați și ale membrilor familiei. Persoanele vârstnice au dezavantajul că pot deveni dependente de un ajutor constant, acest gând le îngrozesc deoarece activitățile de altădată nu le mai pot face și au nevoie de o altă persoană pentru activitățile de zi cu zi. Tot cercetările ne spun că dacă în acest interval menținem un sentiment pozitiv al valorii

de sine, împiedicăm efectele negative ale îmbătrânirii. În cadrul unei cercetări științifice l-a care au participat 147 de persoane trecute de 60 de ani, specialiștii le-au urmărit starea de sănătate, dacă sunt singuri sau căsătoriți, dar și statutul lor economic. Astfel una dintre cele mai importante concluzii ale studiului este aceea că vârstnicii care aveau o stimă de sine mai scăzută erau predispuși la boli asociate cu înaintarea în vârstă, spre deosebire de ceilalți. Sarah Liu, coautoarea

cercetării a precizat că „stima de sine este asociată cu starea psihologică bună și cu cea de sănătate, prezența ei este una dintre soluțiile care ajută la prevenirea multor probleme medicale. Beneficiile sunt cu atât mai semnificative în rândul persoanelor vârstnice”.

Pentru a îmbunătăți stima de sine ar fi eficientă folosirea mesajelor pozitive. Afirmările pozitive au și avantajul că îmbunătățesc starea mentală a vârstnicului. Este bine ca persoanelor vârstnice să le transmitem mesaje pozitive subliminale deoarece acestea consolidează percepțiile favorabile despre îmbătrânire. Ajutorul pe care îl dăm persoanelor vârstnice prin recăpătarea stimei de sine și încrederea în ei înșiși are beneficii pentru ambele părți. Problemele care pot apărea din aceste cauze se estompează și vor fi depășite mai ușor atunci când vârstnicul este fericit.

Irina ANDREI

Vremea începe să se încălzească din ce în ce mai mult, iar acest lucru este un bun prilej pentru a sta mai mult timp cu geamurile deschise în casă, inclusiv pe timpul nopții. Mulți români au obiceiul să doarmă cu geamul deschis în sezonul cald, dacă nu deschis de tot, atunci măcar rabatat sau întredeschis. Totuși, unii consideră că acest lucru nu este benefic și că poate duce la apariția unor răceli sau nevralgii.

A lăsa fereastra deschisă sau rabatată pe parcursul nopții, mai ales în nopțile caniculare de vară, este cel mai bun mod în care ne vom putea odihni. Specialiștii au răspuns la o întrebare care stă pe buzele multor oameni: este bine sau nu, să dormim cu fereastra deschisă?

Desigur că nimeni nu se gândește să lase geamul deschis toată noaptea atunci când afară sunt temperaturi scăzute, când plouă, ninge sau suflă vântul cu putere. Însă atunci când vremea este plăcută, este chiar recomandat să dormim cu geamul deschis sau măcar să îl lăsăm deschis

Sfaturi utile

De ce este bine să dormim cu fereastra deschisă



pentru o perioadă, înainte să ne culcăm. Fereastra deschisă asigură o bună ventilație a camerei și, astfel, scade cantitatea de dioxid de carbon din încăperea. Acest lucru înseamnă că aerul din dormitor va fi mult mai curat, iar acest lucru va contribui semnificativ la calitatea somnului.

Petrecem mai multe ore dormind, așa că dacă „sigi-

lăm” dormitorul înainte de culcare și închidem atât ușa, cât și geamul, aerul din cameră va fi recirculat de mai multe ori până dimineața și tocmai din acest motiv observăm că, atunci când ne trezim, este un miros greu în încăperea. Lăsând geamul deschis sau rabatat, scăpăm de această problemă, și astfel ne asigurăm că în dormitor este un ni-

vel ridicat de oxigen și ne putem bucura de un somn mai odihnitor.

Dacă este prea frig pentru a dormi cu geamul deschis, este recomandat să aerisiți bine dormitorul înainte de culcare. Lăsați geamul deschis cel puțin o jumătate de oră, în anotimpul cald sau circa 10 minute, în anotimpul rece. Chiar dacă temperatura din cameră va scădea cu câteva grade Celsius, veți observa cum calitatea somnului se îmbunătățește simțitor.

Totuși dacă nu doriți să lăsați geamul deschis toată noaptea, din diverse motive, puteți încerca să lăsați ușa de la dormitor deschisă, astfel încât aerul proaspăt să poată circula între încăperi și să intre și în camera în care vă odihniți, dar fără ca disconfortul termic să se simtă.

Istvan FEKETE

Seniorii internauți

Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București este alături de voi și pe Facebook

Rețelele de socializare au dobândit în ultimii ani o tot mai mare audiență și interes în lume. Dragi prieteni virtuali ai asociației noastre, vă așteptăm cu mult interes pe pagina noastră de Facebook, cu opinii, păreri și întrebări pe care le aveți legate de activitatea noastră, de împrumuturi, de acțiunile noastre de protecție socială. Este un mod rapid, modern și interactiv de comunicare cu dumneavoastră și, totodată, cu partenerii noștri.

Tot în mediul online venim în întâmpinarea membrilor și viitorilor membri cu cele două site-uri ale Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, respectiv Federației Naționale „OMENIA” a C.A.R.P.-urilor din România, dar și cu postul nostru de televi-



Carp Omenia

1 K prieteni • 49 comuni



Prieteni Mesaj

ziune online, www.omeniatv.ro.

În plus, pentru seniorii care vor să pătrundă tainele internetului, să navigheze și să comunice virtual cu alți seniori, cu prietenii, cu nepoții și copiii, avem în cadrul Centrului de Zi al aso-

ciației noastre, „Cercul bunicilor internauți”. Aici, membrii noștri au învățat să-și facă propria pagină de Facebook, să posteze impresii și comentarii. Totodată vizitează pagina noastră de Facebook pe care o apreciază

mult și unde pot da like-uri la fiecare postare nouă, contribuind astfel la promovarea imaginii Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București. Așadar, dragi seniori, ne vedem pe... Facebook!

Alina PERJOIU

Căldură mare mon cher!

Lunga vară fierbinte

Iulie a sosit furios nevoie mare, scuișând foc și pară. După o vreme ploioasă și rece, soarele revarsă valuri clocotite și năucitoare peste oraș. Lumea se târăște epuizată „spre” și „de la”, „către...” unde, speră (în zadar) că va afla o oază de răcoare. Asta e! E luna lui cuptor și n-avem ce face. Oftăm, transpirăm și bombănim. Cu sâng. Bombănim dacă în autobuz nu e aer condiționat, dar și dacă este, pentru că „o să ne ia dracu, cu aerul ăsta!” Dar timpul le rezolvă pe toate și în curând vine toamna cu ploi, frig și alte texte pentru bombăneli... În rest e bine. Trebuie să recunoaștem că vara e totuși îndrăgită. E sezonul vacanțelor așteptate de toți care, vin cu alte bombăneli: nu-s bani, toate-s scumpe, nu găsești cazare că n-ai făcut rezervare, și altele...!

Cam asta înseamnă vară pentru cei mai mulți. Dar, mai există o categorie de oameni, care deși bombănesc și ei ca tot românul, că oameni sunt, au și alte bucurii vara. Mă refer în special la cei din alte vremuri, seniorii, care au trăit pe vremea când dragostea de tradiții era sfântă și sărbătorirea lor era adevărata bucurie... Aceștia, s-au bucurat că se mai sărbătorește straiul strămoșesc și de „Ziua lei” doamne, domnișoare, dar și domni, au îmbrăcat cu respect straiul străbun, mândri că sunt urmași ai dacilor... Orașul a înflorit. Lumea părea mai ușoară, grijile păreau uitate și pandemii, scumpiri și războaie, s-au topit în exuberanța generală...

Păcat că, asta se întâmplă doar odată pe an. Nu degeaba se spune că esențele tari se păstrează în clondire mici. Simpla purtare a iei noastre strămoșești, a înviat iară sentimente de mândrie și inimile



tuturor au bătut emoționate la unison: ROMÂNEȘTE! Apoi, s-a sărbătorit „Ziua drapelului”, alt simbol național iubit și venerat din timpuri de demult. Și iarăși, inimile noastre au bătut ROMÂNEȘTE! Aceste omagieri, ne vorbesc despre cine am fost ca nație... Tristă antiteză la vermurile pe care le trăim. Interese străine de inima noastră vor să ne facă să uităm dragostea de țară și neam. Astfel, cu atât mai mult aceste sărbători, ne aduc un dram de speranță pentru viitor. Suntem stăpânii acestor meleaguri, cu bunele și relele lor și nu vom permite nimănui să se amestece în rostul nostru. Amin!

Lucia Bădiță SECOȘANU

PLÂNG PENTRU VOI...

*Plâng pentru voi și scriu despre voi
Cei ce vă stingeți neștiuți în nevoi...
Și-n vorba-mi amară ca lacrima voastră
Nu-ncape-adevărul ce-n lume adastă.
Plâng pe Isusul devenit păcătos,
Care murdar și bolnav, urduros
Zace-înghețat și se stinge de foame
Și doar răzbunarea din gând îl adoarme.
Și plâng răutatea din lumea întreagă,*

*Ce se strecoară în orice desagă!
Iar noi o purtăm fără să știm
Și-i creștem plămada, ca să murim!
Până atunci, ne ucidem Isușii
Iar mâinele nostru e rupt în fâșii
Și plâng pentru voi cât am lacrimi și pot...
Isusul din mine se stinge... E mort!*

(L.C.)

Maică bună

Mamă care-aștepti bucurie
Sfântă răstignită de milenii
Ți-a fost dat ca fii să îți fie
Veșnicii eroi pe apa vremii...
Ți-a fost dat ca fii să îți moară
Apărându-ți cerul și pământul
Ți-a fost dat să suferi, să te doară
Viața lor, plângându-ți necuvântul...
Mamă bună ce născut-ai prunci
Să-ți slăvească munții și câmpia
Să-ți slujească sfintele porunci,
Maică dreaptă, maică România
Ți-a fost dat ograda să îți fie
Așezată între măracini
Blândă și prea bună Românie
Cruzi s-au dovedit ai tăi vecini.
Ți-au furat cât au putut și-acum,
Cu de-a-ntregul vor să te răpească!
Mamă bună cu norocu-n drum
Mamă cu catrință românească
Ești a noastră cât vom fi și noi
Iară noi, născuți din sfânta-ți glie
Vajnici fii de daci, eterni eroi,
Te-om sluji măicuță Românie...
Cine-o vrea să-ți mai sfâșie straiul
Să priceapă de n-a priceput
Că a noastre-s apele și plaiul
Și al nostru-i tot acest avut!
N-om lăsa o palmă de pământ
În bejenie slujind stăpânii
Țara mea de holdă și de cânt
Nu te-or mai îndurera străinii!
De n-o fi destul cuvântul PACE
Stavilă să steie la hotar,
Îți jurăm măicuță că vom face
Trupurile noastre stăvilar!
Și vom aștepta urgia lor
Fără teamă, până trece norul...
Fii dacilor surâd când mor
Și renasc mai mulți păzind izvorul!
Ești aici și vei rămâne veșnic
Cât va fi în Univers, Pământul.
Pentru noi, ființa ta e sfeșnic
Ce ne luminează LEGĂMÂNTUL
Mamă crunt lovită de nevoi
Mamă care-aștepti o bucurie
Nu mai plânge! Fii-ți sunt eroi
Ce-or sluji pe veci ființa-ți. VIE!

de Lucia SECOȘANU

38 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!

ANUNȚ

Vând aparat de termomasaj CERAGEM, 1.000 de lei. Detalii la telefon: 0723.362.731



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

VĂ OFERĂ

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

Cu dobânzi între 0,17% și 1,79% pe lună.

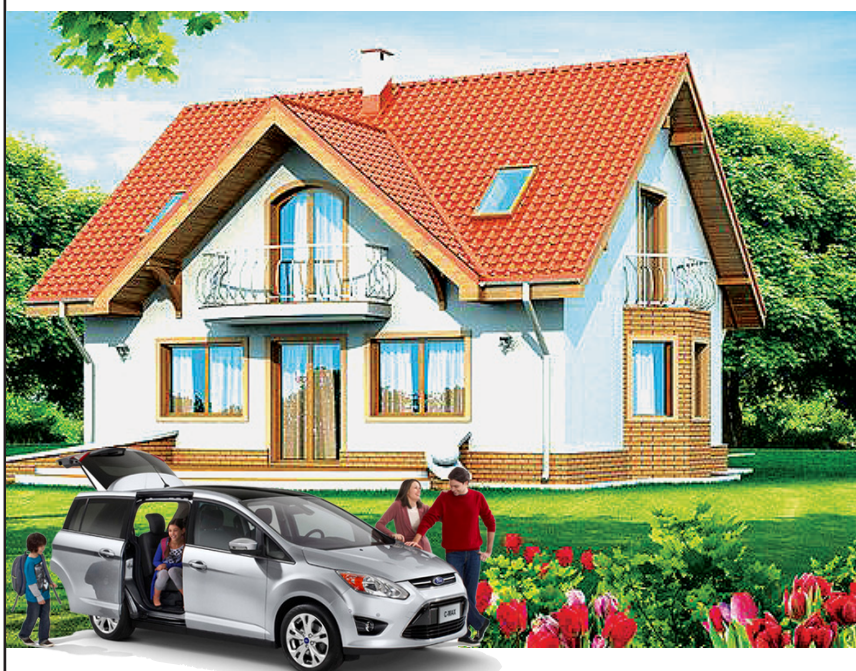
Servicii cu tarife subvenționate – kinetoterapie, consultații și tratamente medicale generale, oftalmologie, audiometrie, stomatologie, etc.; **Ajutoare materiale și financiare nerambursabile**, compensarea parțială a costurilor de spitalizare și a tratamentelor în stațiune, ajutoare de deces; **Activități 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.

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



Omenia TV o voce a pensionarilor din România

Singura platformă online a organizațiilor de pensionari, Omenia TV este un spațiu al schimburilor de experiență și al exemplurilor care pot replica bunele practici în casele de ajutor reciproc ale pensionarilor și, în același timp, în alte asociații ale pensionarilor.

Pentru a viziona postul de televiziune online OMENIA TV puteți accesa motorul de căutare www.google.ro, dar și site-ul Federației Naționale „OMENIA” care vă vor direcționa către postul TV. De asemenea, puteți căuta simplu www.omeniatv.ro.

Casierii din București și din alte județe

Vă punem la dispoziție adresele și numerele de telefon ale casierilor fixe din București și din țară (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 mai multe informații, 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 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).

Bdul Iuliu Maniu nr. 69, bl. 5P, sc. 3, Parter, ap. 88. Detalii la tel. 0752.001.440. Mijloace de transport - 136, 236, 336, 61, 62 (stația Valea Lungă)

BUFTEA, JUDEȚUL ILFOV

Bulevardul Mihail Eminescu, nr. 6 Camera 3 (sediul cooperăției de consum). 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.

PUCIOASA, JUDEȚUL DÂMBOVIȚA

Aleea Ardealului, nr. 49. Detalii la tel. 0752.001.418

Vino la **CLARFON** și bucură-te de cele mai bune soluții pentru auzul tău!

Your Future Sounds
Clarfon



- ★ Reducere de **1.000 lei** la **ORICE APARAT AUDITIV**
- ★ **50% reducere** la **AL DOILEA APARAT AUDITIV**
- ★ **20 rate** fără dobândă



Sună ACUM!

 **031.9111**

COLEGIUL DE REDACȚIE

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



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

Manager de proiect
Alina PERJOIU

Grafician DTP
Irina ANDREI

Redactor-șef
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