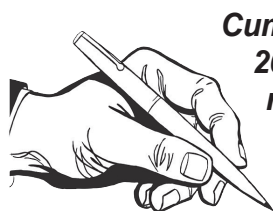


EDITORIAL

Ionuț CRIVĂȚ

Am început anul cu bine...



Cum am început anul 2024? Bună întrebare. Aș vrea să trăiesc o zi din viața funcționarului român, să fiu și eu o rotiță în sistemul românesc de servicii publice, să văd cum se vede din interior, că din afară mă sperie și mă înfurie cumplit. Sau cum spunea Nenea Iancu, simț enorm și văz monstruos!

(continuare în pagina 3)

Împrumuturi pentru toate buzunarele

ANUL 2024, cu prosperitate și siguranță la OMENIA!



Nici n-am pășit bine în noul an că, deja din primele zile ale lui 2024, sediul Asociației C.A.R.P. "OMENIA" București a fost asaltat de zecile de pensionari veniți să-și plătească ratele în curs și cotizațiile lunare, dar cei mai mulți veniți pentru accesarea unui nou împrumut. Cheltuielile cu sărbătorile de iarnă sunt considerabil mult mai mari decât într-o perioadă obișnuită a anului oricât ai fi de cumpătat. Și asta n-ar fi tot. Pe lângă semnele bune ale anului 2024, indexarea

pensiilor din această lună, respectiv recalcularea din septembrie, vin la pachet cu o serie de scumpiri la utilități, alimente și medicamente. De aceea, soluția cea mai la îndemâna vârstnicilor rămâne tot casa de ajutor reciproc a pensionarilor. Oferta noastră la împrumuturi, de 10 ori valoarea fondului de cotizație este încă valabilă, iar valoarea maximă a sumei împrumutate este sub echivalentul în lei a 10.000 de euro. Cu 4.800 de lei puteți împrumuta 48.000 de lei!

ANUNȚ
Asociația
C.A.R.P.
"OMENIA"
București
angajează
CASIERI
ZONALI
Detalii în pagina 7

OFERTĂ LA „OMENIA”

Asociația C.A.R.P. "OMENIA"

vine cu cea mai generoasă ofertă de împrumuturi:

- PENTRU CAZURI SOCIALE CU DOBÂNDĂ DE 3% PE AN;
- PÂNĂ LA NIVELUL FONDULUI DE COTIZAȚIE CU DOBÂNDĂ DE 5% PE AN;
- LA TERMEN ÎNTRE 30 - 90 DE ZILE;
- URGENȚELE 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

Caricatura lunii de Costel Pătrășcan

TOATE LEGUMELE
SUNT PLANTATE, ÎNGRIJITE
ȘI RECOLTATE DE
ROMÂNII...

! ÎN ROMANIA
SAU ÎN SPANIA ?



C. PĂTRĂȘCAN

Prin prezent și viitor cu maestrul Ion Cristoiu:

„Pandemia a impus asemenea aberații încât oamenii nu se mai miră de nimic”

Trăim vremuri extrem de tulburi și nesigure care, din păcate, în loc să trezească în oameni îngrijorarea și neliniștea, tind să devină o normalitate, o banalitate chiar. Războiul, dezastrele naturale, reșezarea centrelor de putere, înarmarea și setea de teritorii ne aruncă, iată, nu într-un viitor luminos ci în urmă cu câteva secole. Urmăriți în cele ce urmează, așa cum v-am obișnuit la fiecare început de an, un interviu în exclusivitate pentru publicația noastră cu scriitorul și gazetarul Ion Cristoiu.

Maestre Ion Cristoiu, din păcate, direcția la ora actuală este – porniți înainte popoare spre marea înarmare. Cum de am ajuns aici?

Cred că sunt printre puținii care remarcă o chestiune stranie. Nu numai că toate statele se înarmează, dar nu mai luptă nimeni pentru pace. Lupta pentru pace nu era o luptă de stânga și nici comunistă. Unde sunt toate demonstrațiile cu tineri care se legau cu lanțuri împotriva bombelor și războiului? Ceva s-a întâmplat cu omenirea, cred că din cauza pandemiei. Ea a impus asemenea aberații încât oamenii nu se mai întrebă și nu se mai miră de nimic. Un exemplu, vorbeam cu cineva din America și îl întrebam ce mai scrie presa americană despre ce se întâmplă în Gaza. Păi nu mai scrie nimic. Li se pare normal să moară copiii... a devenit o normalitate!!! Războaiele devin firești, devine firească și invadarea Ucrainei și invadarea Gazei. Nimeni nu se mai neliniștește că se iau bani de la educație, sănătate, lucrări publice și se investesc în apărare și nimeni nu se întrebă următoarea

chestiune: cu armele acestea ce se va face la un moment dat? Cred că una din cauze este faptul că generația tânără nu știe ce este acela un război. Pe de o parte tinerii nu au imaginație, chiar că n-au, iar pe de altă parte, ei cred



că războiul este acela de pe Netflix, în care te oprești, dai înainte, dai înapoi. E o paralizie în fața înarmării, ați mai văzut dumneavoastră o mișcare pentru pace?

Ca să înțelegem mai bine conflictul din Ucraina ar trebui mai întâi să-i cunoaștem personajele. Despre Putin se știe, poate, mai multe decât știe el despre sine. Despre Zelenski?

Zelenski este un actor și lumea uită asta. Tot ceea ce face el face din instinctul de actor. Asta îi va aduce și inevitabilul sfârșit atunci când nu va mai avea rating. Cine cunoaște cât de cât actorii, el e actor din naștere, știe că actorii se pot nenoroci, în exclusivitate fie din cauza ratingului, fie a publicului. La un

moment dat, pentru un actor, sala rece și goală este ceva cumplit, însă sala plină care vibrează, e cu totul altceva. La fel și Zelenski, el trăiește prin acest rol. În momentul în care nu va mai fi eroul și nu vor mai fi aplauze, va fi ter-

minat. Foarte multe lucruri pe care le-a făcut el și care au fost în dauna poporului ucrainean au fost și din această cauză, a vedetismului. Ca actor el a intrat în pielea marelui erou, dar nu va rezolva nimic. Va rămâne la final cu 20% din teritori cucerit și cu un popor sleit. Marii conducători de popoare se gândesc mai puțin la gloria lor de napoleoni și mai mult la popor.

Toate marile conflicte s-au rezolvat printr-un război, chiar și la noi România s-a făcut mare printr-un război și tot printr-un război am și pierdut-o. De ce are nevoie omenirea de război?

Pentru că am ajuns într-o fază – cum a fost înainte de primul război mondial și cel mai mare, când parcă s-au

adunat toate, când fiecare voia câte un loc la masa puterii, iar acele probleme nu se puteau rezolva decât printr-un război. La fel ca și acum, când trăim o perioadă de reșezare a lumii. Până la războiul rece am avut o lume multipolară. Bipolaritatea a început în 1956 când ultimele două mari puteri coloniale, Franța și Anglia au intervenit în Războiul din Suez. Și, atunci au venit alte două mari puteri, Uniunea Sovietică și SUA și le-au oprit pe primele două. Drumul spre bipolaritate presupunea o bătălie și într-o parte și în alta, în interiorul fiecărei tabere, pentru putere. Până la urmă s-au impus URSS și SUA. A venit sfârșitul Războiului Rece și a rămas o singură putere, caz unic în istorie – SUA. Dar, încetul cu încetul a crescut nevoia de împărțire a lumii și ne îndreptăm iar spre o bipolaritate și cred că va fi vorba de China și Statele Unite. Toată această reșezare a lumii nu se va putea face decât cu un război. S-au întâlnit Biden cu Xi Jinping! Ei, și! Istoria ne-a demonstrat că adevăratele rezolvări au fost după războaie. Imaginați-vă că se întâlneau Hitler, Churchill și Roosevelt... Trebuie să pierzi sau să câștigi pe câmpul de luptă. După ce ai pierdut sau ai câștigat poți să discuți. Până atunci... Din nenorocire, războiul din Ucraina a arătat că teama de un război nuclear duce la întoarcerea celui clasic, cel din tranșee. Cred că cineva va rupe această convenție tacită, dar nu o super putere. Ca și la pandemie, va veni cineva și va folosi tactici, și omenirea va spune - uite că am supraviețuit chiar dacă este război nuclear. Totul tinde, din păcate, să devină o normalitate.

Ionuț CRIVĂȚ

Există multe mituri despre îmbătrânire, iar ideea că schimbarea obiceiurilor și introducerea unor rutine sănătoase nu mai pot avea impact asupra organismului după o anumită vârstă este cea mai departe de adevăr. Convingerile precum “ce îmi/ți mai trebuie la vârsta mea/ei”, “mai pot eu să schimb ceva la 70 de ani?” sunt des întâlnite, perpetuate de o cultură care de cele mai multe ori limitează potențialul. Cu toate acestea, există lucruri pe care le putem face chiar și la vârsta de 70-80 de ani și care pot avea un impact semnificativ asupra sănătății și pot crește șansele de a trăi mai mult.

1. Menținerea unui calendar social plin

Singurătatea poate avea un impact mare asupra sănătății noastre mintale și fizice, adulții în vârstă fiind în special expuși riscului, deoarece de-a lungul timpului o parte dintre aceștia

Pentru anul 2024

Obiceiuri pe care le putem adopta pentru a ne îmbunătăți viața

au pierdut legătura cu familia și prietenii din cauza mutărilor, limitărilor fizice sau chiar deceselor. Câteva modalități de a menține calendarul plin:

- Păstrarea legăturii cu familia și prietenii chiar și prin apeluri vocale și video. Membrii care au nevoie de sprijin pentru utilizarea smart phone-urilor pot trece oricând pragul Centrului de Zi „OMENIA”.

- Voluntariatul. Cercetările arată că voluntariatul are atât beneficii fizice, cât și psihice pentru adulții în vârstă.

- Învățarea unui lucru nou. Multe organizații publice și private oferă cursuri la preț redus sau chiar gratuit (de exemplu prelucrarea lemnului, lecții de muzică, dans etc.)

pentru adulții în vârstă.

- Adoptarea unui animal de companie. Studiile sugerează că deținerea unui animal de companie poate ajuta adulții în vârstă să rămână activi fizic și chiar să-și păstreze abilitățile de gândire și memorie.

2. Verificarea anuală a sănătății urechilor și a ochilor

Vizita anuală la medicul de familie pentru controlul de rutină este pentru multe persoane o tradiție, cu toate acestea, avem tendința de a neglija vederea și auzul, care necesită, de asemenea, o atenție specială pe măsură ce îmbătrânim. Un motiv important pentru un control anual: persoanele care au probleme cu auzul și nu le

corectează sunt mai susceptibile de a dezvolta demență. În plus, pierderea vederii poate crește riscul de cădere, împreună cu o serie de alte probleme de sănătate, potrivit Centrelor pentru Controlul și Prevenirea Bolilor, citat de Revista AARP (SUA).

3. Sănătatea orală

Sănătatea orală precară a fost, de asemenea, asociată cu boala Alzheimer și cu demența. Așadar, periajul de două ori pe zi (cu o pastă de dinți care conține fluor) și utilizarea aței dentare în mod regulat, precum și vizite la un dentist de două ori pe an pot avea un impact pozitiv asupra sănătății generale.

Ionuț ARDELEANU

(urmare din pagina 1)

Cum arată România lucrului bine făcut, dar nu de acum, dintotdeauna? Vă dau două exemple. De mulți ani, grație unor împrejurări fericite sunt, prin adopție, cetățean în cel mai spectaculos, frumos și curat, după părerea mea, oraș și stațiune de munte din România. Adică, Sinaia. Ca să evit nebunia care se creează la fiecare sfârșit de săptămână pe drumul cunoscut spre munte, pe Valea Prahovei, unicul de altfel pe care îl avem, merg cu trenul.

Călătoresc de obicei cu un tren particular, mai ieftin și mai cumsecade. Pe lângă un regio de stat Videle – Roșiori – Caracal, asta este Orient Expresul, dar face cam vreo 2 ore și 45 de minute. Așa că, după sărbători, ca să mă respect, ce mi-am zis! Hai, domnule, cu un tren rapid, de la noi. Zis și făcut. Comand din timp și cumpăr on-line „beletul”, ca să fiu

sigur. Ajung la Gara de Nord cu vreo 45 de minute mai devreme, până trage trenul, până mă urc, până, până... Trenul trebuia să plece la 18 și 17 minute. Abia la 18:15 a fost tras la peron. Lume multă, îngheșuală, copii, bagaje, chirăială. În 2 minute sari de pe peron în tren. Câte suflete eram pe linia 10 a unui tren din Gara de Nord? Cam tot atâtea câte pleacă într-o zi obișnuită la serviciu pe o linie scurtă din Bangladesh. Zeci, zeci de oameni! Vreo 30 de vagoane, multe notate cu bis! Al meu era primul de după locomotivă, adică m-am urcat cam pe unde începea porumbul să-ți bată în geam. Îl întreb pe domnul controlor, funcționar la stat, de această minune. Îmi răspunde că trebuie să mă adresez, în scris, dacă am nemulțumiri.

Spre finalul sărbătorilor

de iarnă, adică pe 3 ianuarie, am condus-o, la aeroport, pe sora-mea, cetățean american, stabilită în Statele Unite de 22 de ani. Cursa Otopeni - Charles De Gaulle - Washington Dulles, cursă dus-întors. La mine, la piciorul blocului, este o prăvălie într-un garaj care funcționează non-stop. Fie iarnă, fie vară, noapte sau zi. De anul nou au lipsit hangii și mușterii de serviciu, duși și ei pe la cășile lor, să mai bea și stând la masă, nu numai la varice. Dar, a doua zi până-n zece, că-i vedeam pe geam, erau acolo, la datorie. Pe aeroportul nostru internațional, unicul, ghișeele se deschid când vor ele. La prima oră a după-amiezii. Ca la prăvăliile de țară. Patronul, dacă vede că nu are clientelă, închide magazinul mixt, pleacă să mănânce, doar-me vreo 2 ore ca să-și facă siesta, iar spre după amia-

ză, târziu, revine la teighea. Așa și la noi, pe aeroport. Între timp, pentru că ai nevoie de o anumită parafă, trebuie să aștepti până se deschide ghișeul. Dar, ce să vezi, parafa de aci nu e bună, e bună aia de Paris. Care musai trebuie pusă acolo. Cum la noi, în afară de timp cam toate întârzie, soră-mea a pierdut avionul spre SUA, că a întârziat avionul din România și n-a mai avut timp să mai pună o ștampilă pe pașaport.

În fine, după ce s-au liniștit treburile, o întreb pe soră-mea dacă în zborul plăcut oferit de căile aeriene române a primit ceva pe avion. Nici măcar apă! Păi vezi, dacă le-ai cerut în română! Așa-ți trebuie. Tu, cetățean american... Concluzia, și în aer și pe jos suntem praf la nivel de operativitate, punctualitate și infrastructură. Ura și la gară!

EDITORIAL

Am început anul cu bine...



Onoare și virtute

Monumentul Eroilor Transmisioniști, în Sectorul 5

Sectorul 5 al Capitalei se poate lăuda cu un nou monument de artă și istorie. La finele anului trecut, la intersecția străzilor Antiaeriană, Petre Ispirescu, Drumul Sării, Calea 13 Septembrie și Bulevardul Ghencea, a avut loc ceremonia de dezvelire a Monumentului Eroilor Transmisioniști, operă a sculptorului Valentin Tănase, directorul Studioului de Arte Plastice al Armatei. Acesta a fost realizat în semn de omagiu pentru eroii transmisioniști căzuți pe câmpul de luptă, în timpul războaielor la care Armata Română a participat.

Totodată, acest monument marchează și cei 150 de ani de la înființarea acestei categorii de arme. La eveniment au fost prezenți șeful Statului Major al Apărării, generalul Gheorghiuță Vlad, șeful Direcției Comunicații și Tehnologia Informației, generalul-maior Adrian Brînză, comandantul Comandamentului Comunicațiilor și Informaticii, precum și primarul sectorului 5, Cristian Popescu Piedone.

Pe cât de emoționantă, pe atât de spectaculoasă a fost întreaga manifestare, cu parada militară a Regimentului 30 Gardă și Protocol Mihai

Viteazul și fanfara muzicilor militare. Un sobor de preoți condus de Preasfințitul Părinte Varlaam Ploieșteanul, Episcop-vicar patriarhal a săvârșit sluba de pomenire a eroilor și de sfințire a monumentului dedicat acestora. Cinste acestor eroi ai României și felicitări celor de azi care nu i-au uitat și continuă să le cinstească memoria.



Alexandru Ioan Cuza

Prințul Unirii și făuritorul armatei române moderne

Fără îndoială făurirea statului modern român va fi de-a pururi legată de numele Unirii Principatelor Române, mai precis la dubla alegere la 5, respectiv 24 ianuarie 1859, ca domn a lui Alexandru Ioan Cuza. Impropiu și derizoriu numită Mica Unire, uriașul moment a reprezentat unul din ceasurile astrale ale națiunii române.

În cadrul reformelor realizate de marele Cuza, pe plan economic, social și administrativ, crearea unei armate moderne capabilă să răspundă intereselor și ide-

alurilor naționale în războaiele și provocările viitoare a reprezentat dezideratul suprem. Anul acesta se împlinesc 160 de ani când la 12 februarie 1864, la inițiativa lui Cuza, în Parlamentul țării s-a votat proiectul de lege pentru organizarea armatei în România, care a constituit nucleul primului sistem de apărare a României și prevedea ca armata să aibă în componență trupe permanente cu rezerve formate din grăniceri și dorobanți, ce puteau fi chemate sub arme în vremuri de restriște.



pagină realizată de Ionuț CRIVĂȚ

Sfatul specialistului

Importanța jocului în învățarea și dezvoltarea copiilor

Învățarea prin joacă este una dintre cele mai importante moduri prin care copiii învață și se dezvoltă.

Jocul este o activitate în care copiii își dezvoltă capacitatea de explorare, de imaginație și luare a deciziilor. Tipul de joacă în care se angajează copiii și scopurile acestuia se schimbă de-a lungul timpului, de la copilărie până la adolescență.

Copiii posedă un impuls natural de a se juca, iar jocul aduce un nivel de plăcere și interes, ceea ce înseamnă că poate fi menținut fără recompense externe. Cum susține jocul dezvoltarea și învățarea copilului tău?

Dezvoltare fizică - jocul activ folosind musculatura, cum ar fi cățărutul, alergarea, jocurile cu mingea, săpatul, săriturile și dansul. Acest lucru sprijină sănătatea generală și sentimentul de bunăstare al



copiilor, creșterea fizică, aprecierea pentru beneficiile stilurilor de viață active și abilitățile pentru independență în auto-ajutorare, cum ar fi îmbrăcarea sau hrănirea.

Dezvoltare socială și emoțională - jocul dramatic și imaginativ care include jocul de rol poate dezvolta abilități și valori sociale și emoționale pozitive. Acest lucru oferă copiilor oportunități de exersare despre cum să lucreze cu alți copii, să negocieze idei, să

facă alegeri și să ia decizii, dezvoltă încrederea în sine prin experimentarea succesului și provocărilor, învață să-și controleze emoțiile, să reducă comportamentul impulsiv sau să reducă stresul pe măsură ce înțeleg și acționează asupra sentimentelor și evenimentelor care i-ar putea îngrijora, dezvoltă empatie și corectitudine pe măsură ce învață să se joace alături de alți copii.

Dezvoltarea cognitivă - atunci când copilul dumnea-

voastră se joacă individual și cu alții, abilitățile sale cognitive, cum ar fi gândirea, amintirea, învățarea și atenția sunt toate în curs de dezvoltare.

Dezvoltarea alfabetizării și a calculelor - jocul necesită gândire, limbaj, interacțiuni, curiozitate și explorare. Prin joc, copiii își dezvoltă abilități și înțelegeri, inclusiv: o înțelegere sporită a cuvintelor și a utilizării lor, abilități de ascultare și vorbire, abilități de scriere prin mâzgălire, pictură și desen, de efectuare de numărare, numerotare, raportul număr-cantitate, de calcule etc.

Succesul copiilor ca elevi depinde de baze solide dezvoltate încă din copilărie. Învățarea bazată pe joc promovează abilitățile, înțelegerea și dispozițiile esențiale pentru învățarea și bunăstarea copilului pe tot parcursul vieții.

Alina MIHĂESCU,
psiholog logoped



În tradiția populară românească, lunile anului sunt considerate a fi "cei 12 fii ai Anului" sau ramurile unui copac foarte bătrân. Fiecare dintre fiii Anului avea în trecut, în lumea satului românesc, o anume denumire și mai ales o semnificație aparte. Fiecare lună sugera prin numele ei, fie o activitate importantă din viața oamenilor, fie amintea de o anume tradiție.

Cel mai mare dintre fiii și fiicele anului, Ianuarie sau "Gerar" mai era cunoscut în trecut și sub denumirea de "Genarie", "Ghenarie" sau „Căilindariu”. Este luna în care se țineau petreceri de începerea Noului An și în care se vedea cum va fi vremea în perioada următoare: dacă

în ianuarie nu e timp foarte geros, atunci așa va fi vremea în martie și aprilie. Dacă însă era frig, cu siguranță în februarie și în martie avea să ningă. De asemenea, ianuarie este o lună foarte importantă din punct de vedere spiritual, deoarece marchează începutul anului, iar acest moment este văzut de oameni ca un nou început de drum.

În mitologia romană, Ianus era zeul roman al ușilor, al alegerilor și al începuturilor, precum și al sfârșiturilor. Este unul dintre zeii timpurii ai Romei, considerându-se că după el a fost numită luna ianuarie. Prima lună a anului este numită după zeul Ianus, în special datorită faptului că acesta a fost adesea

reprezentat cu două fețe: una care privește înainte, respectiv una care privește înapoi. Inițial, Ianus era înfățișat cu o față cu barbă, respectiv una fără, considerându-se că acest lucru ar fi simbolizat bătrânețea și tinerețea, sfârșitul și un nou început.

Gardian al raiului, se spune că, la origini, Ianus ar fi fost un muritor, originar din Tesalia care a ajuns să domnească în Latium, în vremea sa fiind introduși banii, legile și agricultura în zonă. Un alt mit spune că Ianus ar fi fost prezent în Roma la momentul răpirii Sabinelor, respectiv în momentul în care, din dorința de a se răzbuna, sabinii au atacat zidurile Capitoliului. Ianus ar fi făcut ca în fața

lor să țâșnească un șuvoi fierbinte de apă care le-ar fi forțat retragerea.

Următorul rege al Romei, după Romulus, Numa, a ridicat în onoarea lui Ianus un templu cu o poartă dublă, una îndreptată spre răsărit, și una spre apus. În perioadele de război, porțile erau deschise pentru ca zeul să le vină în ajutor romanilor, iar în vremurile de pace, erau închise.

Romanii considerau că luna ianuarie a fost adăugată calendarului de către Numa. Asocierea dintre Ianus și calendar ar fi fost întărită de construcția a 12 altare, fiecare pentru câte o lună a anului, în templul dedicat zeului.

Istvan FEKETE

Poveste de iarnă

Unde-s zăpezile de altădată!

Plouă mohorât și toate reumatismele din lume își fac fericite de cap! Nu că zic, dar vreau să spun că nu știu cum ne-ar fi mai bine: să fie frig tare și să fim obligați să consumăm mult gaz, lemne, curent electric ca să nu murim de frig, astfel să ne vină o factură descreierată la căldură, sau să dăm aceiași bani pe medicamente?! Asta e: pensie mică, prețuri mari...

Și totuși mă gândesc acum, când sunt și eu bunică, cum se descurcau bunicii noștri pe vremea când noi eram copii? Erau după război, era foamete, sărăcie, bruma de gospodărie cu care erau obișnuiți fusese transferată la stat, se confiscase cam tot. Li se naționalizaseră casele, trebuiau să dea „cotă” la stat și câte și mai câte! Și au trăit. Au născut prunci pe care i-au crescut mari și sănătoși, care la rândul-le ne-au făcut pe noi, tot mari și sănătoși... O țin minte pe bunica mea care avea ca „venit stabil” doar ouțele pe care i le dăruiau cele câteva găinușe... Strângea ouăle și i le ducea „doamnei farmacist” să facă rost de câțiva leuți!

Dar bunăstarea se oprea din toamnă până-n primăvară, când domniile lor (găinile) intrau în concediu de refacere... Adică nu mai făceau ouă! Tot la capitolul avuție mai avea, ce-i drept un petic de grădină, care îi asigură legume pentru tot anul... Toamna se făceau zacuscă, murături, bulion. Un vișin și-un gutui îi dăruiau dulceață, prunul magiun, și tot așa... Dar, valuta forte, erau ouăle. Cu ouă putea cumpăra gaz, zahăr, ulei...

Și trăia. Fără pensie, fără ajutor de la stat, fără pretenții. E drept că trăia la țară. Aer curat, produse „bio”, apă vie din fântână. Nu știa ce-i boala, nu dădea banii pe doctorii...

Dragilor, mi-e dor de bunica! Vreau să redevenim oa-

meni. Să fim tratați cum se cuvine, cu respect și grijă, pentru ca viitorul să se păstreze cu valori ce vor servi generațiile care ne urmează. Puterea exemplului este cea mai puternică armă. Ea apără viața. Puterea exemplului dă garanția că pruncii de azi, viitorii adulți și respectiv seniorii de mâine, vor fi tratați cum se cuvine!

Foto: www.anotimpuri277951905.wordpress.com

Așa cum eu, pe când eram copil eram convinsă că bunicii sunt un fel de sfinți pe care trebuie să-i ascuți și să-i venerezi fără să întreb „de ce”, tot așa trebuie să se întâmple și pe viitor. Pentru că fără bunici, noi am fi fir de praf pe drum pustiu! Fără trecut, n-avem viitor. Nu suntem roboți! Suntem ființe vii, cu o inimă și un suflet care-și cer dreptul la recunoaștere! Refuz să cred că suntem ultima generație ce-și mai aduce aminte ce înseamnă ”sărut mână mamaie/tataie”! Da! Mi-e dor de bunica, de boabe fier-te, turtoi, mere coapte, gutui în fereastră, ștergere care miroso a busuioc... Mi-e dor de bunicul care mă lua cu el pe

câmp și-mi povestea despre fiecare plântuță: la ce e bună și când s-o culegi... Mi-e dor de găinile lor, de pisica și cățelul lor, de preșurile țesute-n casă din cărpe tăiate fâșii și făcute ghem mare, din care apărea minunea aia care împodobește podeaua copilăriei mele! Și mi se rupe sufletul de dor după omul de zăpadă (făcut de bunicul)

care mă aștepta în curte în fiecare an, când mă duceam la bunici în vacanța de iarnă! S-au schimbat vremurile, dar iată că s-a schimbat și vremea! Ninsorile au cam devenit amintire! Nămeții care străjuiau drumul au dispărut de mult! La fel și casa bunicii care se pitula cuminte-n omăt și pufăia domol din horn, ocrotind înăuntrul ei tihnă și iubire...

Mi-e dor de puritatea rece a sărutului fulgilor de nea ce-mi intrau pe după guler și-mi spuneau că e bine, frumos și totul e curat! Acum când gândul mi se întoarce în trecut, mi se pare că zăpezile de altădată erau un simbol al purității vieții! Dar totul e doar amintire... Și acum văd o lume murdară și la propriu și la

figurat. O lume pe care nu cred că o va mai face să fie curată nici un detergent, oricare ar fi el! Și cum n-am putere să întorc timpul, nu-mi rămâne decât să mă rog lui Dumnezeu să ne aducă înapoi candoarea zăpezilor de altădată! Și-L rog fierbinte să readucă pe Pământ omenia, iubirea, respectul pentru muncă și pentru cei care o prestează...

Mă rog să avem pensii decente pentru ca să putem avea sufletul despovărat de grija zilei de mâine, astfel, ca în seara asta să putem povesti nepoților cum era odată. Să le spunem cât de albastru era cerul, cât de albă era zăpada, cât de verde era câmpul și ce frumos cântau păsărelele-n crânguri... Da... Vreau să mai simt mirosul pădurii, al zăpezii și al pâinii coapte de bunica! Vreau sărbători, vreau hore câmpenești spontane și autentice! Mai vreau să pot spera într-un viitor sigur cu pace și armonie! Și desigur, vreau ca toate astea să fie bogăția noastră viitoare... Vreau „zăpezile de altădată”!

Lucia Bădița SECOȘANU

ACTIVITĂȚI LA CENTRUL DE ZI "OMENIA"

**Dragi seniori,
vă așteptăm
de luni până
vineri, la activitățile
de socializare
și de petrecere
a timpului liber
pe care Asociația
C.A.R.P. „OMENIA”
București vi le pune
la dispoziție
în cadrul cercurilor
și atelierelor
tematice.**

*Prin noi
OMENIA
există!*



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

Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București

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 – 36 de luni

Servicii cu tarife subvenționate – 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.



Detalii la telefon: 0752.001.437

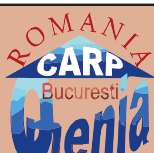
Publicația numărul 1 a seniorilor din România pune la dispoziția membrilor Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București

- VÂNZĂRI / CUMPĂRĂRI
- MATRIMONIALE
- CONVOCĂRI
- PIERDERI
- ÎNCHIRIERI

Așteptăm anunțurile dumneavoastră și în anul 2024



**Banca
pentru
alimente
București**



*În folosul seniorilor,
Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București
și Asociația Banca pentru Colectarea
și Distribuția Alimentelor,
au dezvoltat o colaborare de succes
prin care **mii de pensionari
cu venituri mici**, lipsiți de sprijinul
familiei și aflați în imposibilitatea
de a-și asigura hrana zilnică
au beneficiat de alimentele donate.*



Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București, angajează urgent CASIER ZONAL



cu diplomă de absolvire studii medii
în localitățile Popești Leordeni (IF),
Măgurele (IF), Pantelimon (IF), Berceni
(IF), Glina (IF), Brănești (IF), Voluntari
(IF), Tunari (IF), Otopeni (IF), Chitila (IF)

CONDIȚII:

- domiciliul stabil în localitățile respective;
- studii medii cu diplomă de bacalaureat;
- fără cazier judiciar;
- cunoștințe operare PC

RELAȚII LA:

☎ 021.423.17.49; 0752.001.445;
0752.001.434; 0752.001.412

de luni până vineri, între orele
09.00 - 15.30

🌐 www.carp-omenia.ro



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.

Casierii din București și din alte județe

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, Par-

ter, 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;

PUCIOASA, JUDEȚUL DÂMBOVIȚA

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

Your Future Sounds
Clarfon

-70% REDUCERE
LA CIC FLOW +
APARAT AUDITIV INTRAAURICULAR

Începe anul cu un auz **MAI BUN**
Cea mai bună ofertă se repetă în
LUNA IANUARIE

PREȚ VECHI **4600** Lei
PREȚ NOU **1380** Lei

12 CANALE
Discrete și invizibile
Performanță elvețiană



031 9111 clarfon.ro
 Clarfon Aparate Auditiv

COLEGIUL DE REDACȚIE

Manager de proiect
Alina PERJOIU

Redactor-șef
Ionuț CRIVĂȚ
0736.368.692

Redactori:
Lucia Bădiță SECOȘANU,
Ionuț ARDELEANU,
Istvan FEKETE

Grafician DTP
Irina ANDREI

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