

SUNTEM PESTE UN MILION PATRU SUTE DE MII !

OMENIA

Revista trimestrială a FEDERAȚIEI NAȚIONALE "OMENIA"
a Caselor de Ajutor Reciproc ale Pensionarilor din România

Anul 12 nr. 1 (45)

www.fn-omenia.ro; www.omeniatv.ro

MARTIE 2020

**"ORICE SUBSTANȚĂ
de pe acest pământ
este într-o cantitate
ALIMENT,
într-o cantitate
MEDICAMENT
și într-o cantitate
OTRAVĂ!"**

**Federația
Națională
"OMENIA"**



**a C.A.R.P.-urilor
din România,
membră
a Platformei
AGE Europe**



Un Mărțișor și un gând bun pentru anul 2020! / A symbol of spring and a good thought for 2020!	1
"Orice substanță de pe acest pământ este într-o cantitate aliment, într-o cantitate medicament și într-o cantitate otravă" / Every substance on this Earth is in one quantity food, in a quantity medicine and in another poison	2-5
"De 68 de ani promovăm îmbătrânirea activă și încurajăm participarea vârstnicilor în societate" / We have been promoting active ageing and encouraging older people to participate in society for 68 years	6-8
Bucuriile vârstei a treia / The joys of old age	9
Șah... la Palatul brăilean, pentru toate vârstele! / Playing chess... at the Braila Palace, for all generations.....	10-11
O mare familie, cu peste 12.000 de membri / A large family, with over 12.000 members	12-14
Obiectivele Platformei Europene AGE pentru anul 2020: consolidarea unei lumi în care drepturile omului stau la baza evoluțiilor sociale, economice și de mediu / AGE vow 2020: strengthening a world where human rights underpin social, economic & environmental developments.....	15
Dezbateri europene despre protejarea seniorilor în mediul online / European debates about protecting seniors in the online environment	16-17
Kaizen, recompense și simboluri / Kaizen, rewards and symbols	18-19
Singurătatea, o problemă a vârstei a treia / Loneliness, a real problem for seniors	20-21
Persoanele centenare ne împărtășesc secretele longevității / What did the centenary people do to live so long	22-23
Eminescu și Caragiale, poetul și dramaturgul care au dat măsura spiritului românesc / Eminescu and Caragiale, the poet and playwright who gave the magic of the Romanian spirit.....	24-25
Organizația Mondială a Sănătății: Respirăm otravă! / World Health Organization: We breathe poison!	26
Femeia, între adorare și discriminare / The woman between adoration and discrimination.....	27
Depresia la vârstnici / Depression in the elderly	28-29
Ultimul onor al unui General al Armatei Române / The last honor of a Romanian Army General.....	30
Răspundem întrebărilor dumneavoastră / We answer your questions	31
Să mai și râdem / Let's laugh.....	32

Un Mărtișor și un gând bun pentru anul 2020!



Ne scuturăm de pe reverul paltonului cei câțiva fulgi de zăpadă ai unei ierni, din păcate, nu prea generoase. Nici noi nu mai întinerim și nici iernile nu sunt cum erau odată, dar, de fiecare dată, venirea primăverii ne bucură sufletul și ne îndeamnă la un nou început. Un desen foarte inspirat pe care l-am văzut zilele trecute - în care trei vârstnici munceau, iar trei tineri, în spatele unui gard stăteau și priveau, butonând la telefoane, - ar fi trebuit să mă întristeze. Totuși, dimpotrivă, m-a bucurat. Ironia este subtilă, dar benefică pentru noi. Suntem o forță, dar în primul rând un exemplu pentru tânăra generație. Voluntariatul și motivarea, îmbătrânirea activă, demnă, implicarea în viața Cetății nu mai sunt rânduri goale scrise într-un proiect. Ele sunt o realitate și asta o demonstrează activitățile și atitudinea activă și civică a asociațiilor case de ajutor reciproc ale pensionarilor.

Dragi seniori,

Ca președinte al Federației Naționale „OMENIA”, în numele meu personal și al membrilor Comitetului Director al organizației noastre vă felicităm și vă mulțumim pentru eforturile pe care le-ați depus și rezultatele pe care le-ați obținut în dificila luptă de a apăra și promova drepturile seniorilor din România în anul care a trecut, dezvoltând și îmbunătățind serviciile socio-medicale și financiare. Am fost, suntem și vom fi economia omului simplu, lipsit de apărare, vitregit de soartă și de sărăcie. Acum, iată, suntem în anul 2020, un an cu perspective de bun augur, cred eu, provocări, proiecte, aniversări, decizii și alegeri de direcție.

Dar, toate la timpul lor. Momentul acesta să-l dedicăm, dragi prieteni, cu mințea și cu sufletul acelor ființe minunate, pogorâte din Maica Sfântă, care ne sunt sau ne-au fost alături, bune, mame, soții, fiice și priete-

ne. E totuși, primăvară și întărind aceste cuvinte, un mare poet al românilor, Grigore Vieru, spunea că „femeia este al cincilea anotimp, în care natura se odihnește, amintindu-și toate florile primăverii, toate privighetorile verii, toți strugurii toamnei și toate ninsorile iernii.”

Din suflet și din „OMENIE” pentru iubitele noastre doamne, cu ocazia zilelor de 1 și 8 martie, Federația Națională „OMENIA” a C.A.R.P.-urilor din România oferă în dar un mărtișor special și o floare ca mărturie a respectului și dragostei necondiționate pe care le-o purtăm.

**Vă dorim o primăvară
minunată! La mulți ani,
doamnele noastre!**

Președintele
Federației Naționale
„OMENIA” a C.A.R.P.-urilor
din România

Inginer

Gheorghe CHIOARU

“ORICE SUBSTANȚĂ de pe acest pământ este într-o cantitate ALIMENT, într-o cantitate MEDICAMENT și într-o cantitate OTRAVĂ!”

Jurnalist
Ionuț CRIVĂȚ

Cât de vulnerabili suntem noi, consumatorii, în fața tentațiilor din super și hiper marketuri? Știm cum să alegem un produs de pe raft, știm să citim eticheta cu polologia de ingrediente și compuși chimici unde ingredientul principal este de fapt în cantitatea cea mai mică? Evident că nu, astfel că în acest hățiș al consumatorilor rămâne să ne adresăm celor calificați în astfel de probleme, cum ar fi InfoCons – Asociația pentru Protecția Consumatorilor. Este costul unui produs principalul criteriu în alegerea acestuia, primând în fața calității? Au apus vremurile când mâncam salam cu soia, acum multitudinea ofertelor îl fac pe consumator, de multe ori, să nu mai știe cum să aleagă. Pe fondul acestei lipse de educație a consumatorului, mulți agenți economici, printr-o publicitate agresivă vin și încearcă să determine clientul

să ia anumite decizii fără să-i dea toate informațiile necesare. Despre acestea și despre multe alte aspecte interesante pentru noi - în calitate de consumatori responsabili - am stat de vorbă cu domnul Sorin Mierlea, președintele InfoCons.

Ce reprezintă pentru dumneavoastră InfoCons? Cum a apărut această aventură? Sunteți un fel de SMURD al consumatorilor?

De 17 ani sunt președintele InfoCons și, vă spun sincer, că nu mai țin minte ce am făcut înainte. Mă identific cu această organizație. Cred că InfoCons reprezintă un mod de viață și a apărut dintr-o necesitate a societății de aliniere la niște standarde europene, chiar înainte de integrarea României în Uniunea Europeană. Cu toate că erau și alte mișcări în domeniul protecției consumatorului, InfoCons-ul a venit cu ceva nou, cu ceva european și mult mai aproape de consumator. Îmi place comparația dumneavoastră că suntem un fel de SMURD

al consumatorilor, cu adevărat așa este și cred că urgența fiecăruia dintre noi - în afara unei probleme de sănătate - este atunci când cumpărăm un produs și constatăm că suntem păcăliți trebuie să luăm măsuri. Consumatorul, atunci când se simte înșelat poate să apeleze direct la 021.9615, InfoCons.

Cum vă desfășurați practic activitatea, respectiv cum decurge investigarea unui produs sau a unui serviciu?

Pe de o parte informăm consumatorul cu privire la drepturile și obligațiile pe care le are, monitorizăm piața, alegând anumite produse și le testăm comparativ, ca fiecare consumator să aibă acces la o informare de terță parte, să poată să-și aleagă în cunoștință de cauză produsele pe care dorește să le cumpere, având un tablou real cu toate produsele din gama respectivă. Astfel, poate să-și aleagă produsul care îi convine, cu mai multe sau mai puține E-uri, cu mai multă sare, cu mai



fie plimbat de la Ana la Caiafa, de la primărie la autoritatea X, de aici la autoritatea Z și tot așa. Suntem, deci, ghișeul unic în domeniul protecției consumatorului fiindcă, pe teritoriul României sunt foarte multe autorități gen - Societatea Națională a Apelor Minerale, Autoritatea Națională a Serviciilor Financiar – Bancare, ANPC-ul, ANSVSA, etc. Vedeți o groază de autorități, ne pierdem în acest hățiș, în numere de telefon, adrese peste adrese și alte minuni. E foarte greu pentru consumator să-și găsească o rezolvare.

puțin zahăr, cu mai multe sau puține grăsimi, cu o calitate mai bună sau mai slabă a imaginii – dacă vorbim de un televizor, un preț mai mare sau mai mic. Ei bine, avându-le pe toate poate să decidă singur în cunoștință de cauză ceea ce dorește să-și cumpere.

Pe de altă parte, în momentul în care un consumator este nemulțumit de un produs sau un serviciu poate face o sesizare către InfoCons, iar noi, în primul rând încercăm acest tip de mediere și acest concept de soluționare directă între consumator și agentul economic pentru a recupera dauna materială și morală. În condițiile în care problema este de competența unei autorități publice, care poate să investigheze, atunci ne îndreptăm către respectiva autoritate, urmărind totodată ca în termen de 30 de zile consumatorul să primească un răspuns. Astfel, consumatorul are siguranța că va primi un răspuns, o informare și de cele mai multe ori fiind inteligibilă o traducem pentru consumator.

Din expertiza și experiența pe care o avem de atâția ani pe piață, în general, consumatorii, în proporție de 90% sunt mulțumiți de rezultatele realizate în urma reclamației, asta dacă reclamația îndeplinește condițiile. De foarte multe ori, consumatorii, necunoscându-și drepturile și obligațiile pe care le au, vin cu anumite sesizări sau reclamații pentru anumite termene de schimbare a produselor din piață care nu pot fi duse la îndeplinire din punctul de vedere al respectării legislației, astfel se face o confuzie majoră între comerțul on-line și comerțul direct.

Sunt respectate drepturile consumatorilor în România?

În primul rând consumatorii nu-și cunosc și nu-și respectă dreptul de a face o sesizare, de a ridica o problemă, de multe ori creându-se această stare de spirit gen: „*Asta e România, nu ai ce să faci!*” InfoCons vine ca o platformă, un ghișeu unic în care consumatorul să nu mai

Timp de câteva decenii, românii au fost privați de unele bunuri de consum care se găseau doar în țările de dincolo de cortina de fier. După evenimentele din 1989 ne-am aliat și noi consumatorilor vestici. Ce impact a avut această trecere la democrația consumatorului?

În primul rând a creat un haos la nivelul de decizie a consumatorului. Înainte erau acele celebre sloganuri: „*Pâinea se alege cu ochii nu cu mâna*”, astăzi trecem de acea teighea de care acum 30 de ani consumatorul era de o parte, iar de partea cealaltă era vânzătorul. Astăzi putem pune mâna pe un produs, îl putem analiza, îl putem alege. Bineînțeles, acum nu mai avem un singur brand de lapte, cașcaval, televizor. Acum multitudinea și oferta îl fac pe consumator, de multe ori, să nu mai știe cum să aleagă. Pe fondul acestei lipse de educație a consumatorului mulți agenți economici, printr-o publicitate agresivă, vin și încearcă să determine clientul să ia anumite

decizii fără să-i dea toate informațiile necesare. Astfel, ne trezim în fața raftului de unt cu o sută și ceva de branduri, dar și la multe alte produse. Atunci este foarte complicat să te apuci să citești etichetele la toate, să decizi care este mai bun sau mai puțin bun.

De aceea, de foarte multe ori consumatorul ia decizia în funcție de prețul produsului. InfoCons vine cu aceste studii și teste comparative pe care le pune la dispoziția consumatorului pentru ca alegerea acestuia să fie cât mai bună. Pentru acest lucru am lansat și acea aplicație gratuită InfoCons prin care scanăm cu telefonul codul de bare al produsului având astfel toate informațiile și informațiile, nemaiputând invoca faptul că eticheta este cu un scris prea mic sau ilizibil, sau că traducerea etichetei din punct de vedere al terminologiei, de cele mai multe ori este abracadabrantă pentru consumator și nu înțelege probabil anumite terminologii care sunt destul de chimice și academice pentru un consumator obișnuit.

Sunt prețurile o unitate de măsură în concepția consumatorului român, adică este prețul criteriul suprem în funcție de care își alege produsul?

Îmi place să cred și din ceea ce văd în ultima perioadă consumatorul român nu se mai uită întodeauna la preț, mai ales că, de cele mai multe ori, agenții economici din România și mai ales producătorii, importatorii, distribuitorii au început să se joace un pic. Vedem un preț mai mic, dar cutia este la aceeași mărime cu cealaltă, gramajul este diferit, astfel și se pare că

este mai ieftin, dar de fapt, este mai scump. În ultima vreme, consumatorii care încep să fie un pic mai atenți la ce cumpără, devin mai sensibili la produs iar achiziționarea produsului nu mai este doar în funcție de preț.

Vă dau un exemplu: pateul

“ Consumatorul român, dacă mergem într-un hipermarket, o să vedem că ia produsul din raft și-l pune direct în coș. Nu se uită nici la termenul de valabilitate, nici la modul de depozitare a produsului și nici măcar, ceea ce este cel mai grav, la ingredientele produsului. Este prea răbdare să se gândească și la sănătatea sa. ”

cu ficat de gâscă versus pateul din ficat de gâscă. Trebuie să ținem minte un aspect, mai ales la produsele agroalimentare, de îmbrăcăminte etc., ingredientele sunt în ordine descrescătoare, ceea ce înseamnă că primul ingredient este în cantitatea cea mai mare, ultimul în cantitatea cea mai mică. Astfel, când luăm un pateu cu ficat de gâscă, iar ficatul este ultimul, înaintea lui mai sunt vreo 17 ingrediente, trebuie să fim conștienți că respectivul produs are doar iz de ficat de gâscă. Când este din ficat de gâscă și vedem că ficatul este pe primul sau al doilea loc, înseamnă că are cantitatea de ficat mai mare. Când discutăm despre astfel

de produse, automat unul este mult mai ieftin decât celălalt.

Există voci, și nu puține, care afirmă și regretă produsele și calitatea produselor de dinainte de 1989...

Eu nu cred că regretă produsele și nici calitatea. În primul rând regretă vârsta pe care o aveau pentru că, în primul rând erau mult mai tineri. Este adevărat că în acea perioadă standardele naționale cu privire la acele STAS-uri erau general valabile. Acum, mai ales după integrarea în Uniunea Europeană, există standardul de firmă, adică fiecare firmă vine cu standardul ei.

Eu cred că și astăzi putem găsi produse la aceeași calitate sau o calitate superioară celor de dinainte de 1989, mai ales dacă discutăm de produsele certificate bio, produse de un anumit standard. Șunca de Praga, salamul de vară, salamul de Sibiu etc., le găsim și astăzi la o calitate poate chiar mai bună, dar găsești și substituenți ale acestor produse, de care suntem tentați, ca preț. Hai mai bine să aleg un produs premium. Ce înseamnă produs premium? Să aibă carne, în primul rând, să fie primul ingredient pe etichetă. Să evităm ingrediente care conțin substanțe pe care nu le înțelegem ca terminologie - glutamat de potasiu, acid citric sau alte minuni. Să nu conțină foarte multă sare, să nu conțină zahăr. Avem șuncă de Praga, produs pe care îl aveam și înainte de 1989, dar acum sunt vreo 20 de sortimente, branduri și ajungi să nu te mai descurci între ele. Și, atunci, vine InfoCons-ul și te ajută să decizi între ele, care este mai bun calitativ, raportat la preț.

Cum facem față produselor

din import slabe calitativ și, de multe ori, chiar nocive? Cum se aplică dublul standard produselor similare, identice, care se găsesc și la noi și în afară, dar care la noi sunt inferioare?

Noi suntem printre primele organizații care au ridicat această problemă, a dublului standard, acum vreo 8 ani, s-au aliniat și alți colegi din alte țări, s-a ajuns chiar la o directivă europeană. Pe timpul președinției Consiliului Uniunii Europene deținut de România s-a închis dosarul pe dublul standard. În momentul în care discutăm de un pachet de cafea sau de detergent, care are același tip de ambalaj în Germania, Ungaria și România, ar trebui să fie și calitatea la fel. Ce înseamnă calitatea? Sunt produse care au din start ingrediente diferite și dacă citim eticheta la gumă de mestecat din București versus o gumă de mestecat din Bruxelles, vom vedea că același tip de ambalaj cu același tip de informare, același brand și producător, dar vom vedea la ingrediente că apar diferențe. Atunci putem să decidem pe care produs îl alegem. Problema este atunci când ingredientele sunt identice, dar calitatea este diferită. Analiza nu se poate face decât într-un laborator certificat. Eu cred că astfel de practici, odată cu implementarea normelor europene, vor dispărea. Indiferent că avem patru clase sau cinci facultăți, consumatorul atent va lăsa o pâine pe raft din momentul în care citește pe etichetă și găsește în pâinea respectivă 1, 2, 7, 9 terminologii pe care nu le înțelege. Nici nu știi dacă mai este pâine sau nu cumva un motor diesel!

Lăsăm mai bine produsul acolo și alegem unul care este mai aproape de cerința noastră, din perspectiva a ceea ce cunoaștem. Iar, aplicația gratuită InfoCons pentru cei care doresc s-o utilizeze îți aduce un plus de siguranță. Vezi mai bine, îți se explică și terminologia anumitor produse, a acelor aditivi. Eu cred că semnalul de alarmă trebuie tras și pe tema cantităților de sare și zahăr din produse. Tot mai multe produse conțin zahăr, sare, produse la care nici măcar nu ne gândim că ar putea să conțină aceste ingrediente. O băutură răcoritoare carbogazoasă fără zahăr are multă sare! La fel și cu E-urile. Un sandwich pentru

copii, din evaluările pe care le-am făcut, poate să ajungă și la 47 de E-uri! Rețineți, trebuie să vorbim și de o educație a gustului, formată încă din copilărie. Orice substanță de pe acest pământ este într-o cantitate aliment, într-o altă cantitate medicament dar și otravă. De cantitate e vorba! Consumatorul trebuie să înțeleagă un lucru esențial – să-și cunoască drepturile și obligațiile. Obiectivul nostru principal este educarea, informarea consumatorului încă de pe băncile școlii. Am lansat chiar un număr de telefon scurt InfoCons Junior 021.9615 destinat copilului pentru a înțelege și a începe să aibă inițiativă și atitudine.

Verifică produsul după codul de bare!



Aplicația InfoCons te ajută să fii un consumator educat și să știi ce produse să alegi! Trebuie doar să scanezi codul de bare al produsului despre care dorești să afli mai multe informații, iar dacă acesta se găsește în baza InfoCons, vei știi imediat totul despre acest produs. Baza de date și de teste comparative este în continuă creștere, noi produse adăugându-se zilnic. Aplicația InfoCons este un instrument dedicat pentru protecția consumatorilor. În baza de date InfoCons se regăsesc peste 60.000 de produse agroalimentare precum și produse de îngrijire personală.

„De 68 de ani promovăm îmbătrânirea activă și încurajăm participarea vârstnicilor în societate”

Președinte
ec. Lucian MARIȘCA

De-a lungul celor 68 de ani de activitate, C.A.R.P. Satu Mare, al cărui președinte sunt onorat să fiu, a oferit și oferă în continuare servicii financiare celor pe care băncile și instituțiile financiare tradiționale, inclusiv instituțiile financiare nebanca-re, nu le oferă pentru că sunt considerați nebankabili. Pe de altă parte, C.A.R.P. Satu Mare furnizează servicii sociale și medicale de cea mai bună calitate celor care nu și le pot permite. De 68 de ani promovăm îmbătrânirea activă și încurajăm participarea vârstnicilor în societate ca cetățeni ale căror drepturi trebuie să fie respectate, la fel ca în cazul altor categorii de cetățeni.

De asemenea, prin multiplele activități pe care le desfășurăm promovăm îmbătrânirea demnă și oferim membrilor noștri posibilitatea de a se bucura de activități re-



creative specifice vârstei lor. Datorită activității onorabile și a misiunii pe care o avem, vă mărturisesc faptul că oriunde mă duc pot să vorbesc cu zâmbetul pe buze și cu multă mândrie despre echipa cu care lucrez și căreia nu-i este indiferentă soarta acestui județ, a vârstnicilor lui, a viitorului pe care trebuie să-l clădim pentru copiii și nepoții noștri. Doresc să mulțumesc tuturor membri-

lor C.A.R.P. care ne sprijină în misiunea noastră de a le apăra drepturile și de a-i ajuta să se bucure de privilegiile pe care le merită. De asemenea, adresez mulțumiri Comitetului Director al Federației Naționale „OMENIA” a Caselor de Ajutor Reciproc ale Pensionarilor din România, partenerilor, colaboratorilor, autorităților locale și tuturor celor care ne-au fost alături de-a lungul timpului.

File din istoria C.A.R.P. Satu Mare

Istoria de 68 de ani a C.A.R.P. Satu Mare începe la 23 septembrie 1952. Atunci a fost întocmit, în limbile română și maghiară, actul constitutiv al Casei de Ajutor Reciproc din orașul Satu Mare.

Membri puteau fi pensionarii cu domiciliul în raza Raionului Satu Mare din Regiunea Maramureș. Potrivit punctului 2, „Scopul acestei case este deservirea materială, medicală și culturală a pensionarilor”. Potrivit punctului 3, la înființare ar fi urmat să fie preluat patrimoniul fostului Sindicat Transporturi Feroviare, însă acest lucru nu s-a mai întâmplat. Statutul C.A.R.P. Satu Mare, parte integrantă din Actul Constitutiv, descrie „Scopul și sarcinile”, „Membrii Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor”, „Structura organizatorică”, „Mijloace materiale”, și ultimul capitol, „Dispozițiuni finale”, unde apar și numele membrilor fondatori. Astfel, dintre membrii Adunării Generale, în număr de aproximativ 50 de persoane, în Comitetul de Conducere au fost aleși următorii 9 membri: Matko Adalbert, Lerner Majer, Dongo Carol, Buteanu Gheorghe, Delari Irma, Komaromi Francisc, Berey Carol, Szarvadi Rudolf, Ionuțiu Alexandru. Din Comisia de verificare au făcut parte 3 membri: Groza Francisc, Vasil Vasile, Ivo Iosif.

Delegați cu puteri depline să îndeplinească formalitățile pentru înființarea Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor, prevăzute de decretul nr. 204/1951 și instrucțiunile date de Ministerul Prevederilor Sociale, au fost desemnați următorii

6

VI. Dispozițiuni finale

Art. 52 Drept norme pentru conducerea operațiunilor casei de ajutor reciproc a pensionarilor, pe lângă dispozițiunile prezentului statut și a decretului Nr. 204 din 21 Noiembrie 1951, sunt obligatorii instrucțiunile și deciziile date de Ministerul Prevederilor Sociale.

Acest statut s-a adoptat de noi astăzi. 23 Septembrie anul 1952 când am ales dintre membrii adunării generale.

In comitetul de conducere	
1. Matko Adalbert	cu domiciliul în Satu Mare nr. Cornilor 10
2. Lerner Majer	" " " " " " " "
3. Dongo Carol	" " " " " " " "
4. Buteanu Gheorghe	" " " " " " " "
5. Delari Irma	" " " " " " " "
6. Komaromi Francisc	" " " " " " " "
7. Berey Carol	" " " " " " " "
8. Szarvadi Rudolf	" " " " " " " "
9. Ionuțiu Alexandru	" " " " " " " "

In comisia de verificare	
1. Groza Francisc	cu domiciliul în Cornilor 13
2. Vasil Vasile	" " " " " " " "
3. Ivo Iosif	" " " " " " " "

Delegați cu puteri depline pe:	
1. Buteanu Gheorghe	cu domiciliul în Vaslui nr. 12
2. Szarvadi Rudolf	" " " " " " " "
3. Matko Adalbert	" " " " " " " "

sa îndeplinească formalitățile pentru înființarea casei de ajutor reciproc a pensionarilor, prevăzute de decretul Nr. 204/1951 și instrucțiunile date de Ministerul Prevederilor Sociale, pentru aplicarea acestui decret. / urmează semnăturile tuturor membrilor din sau area generala/

T A B L O U

cuprinzand pe membrii fondatori ai casei de ajutor reciproc a pensionarilor, din orașul Satu Mare.

Numele și Prenumele	Domiciliul	Nr. ceoului cu care primește pensia	Nr. deciziei de pensie	Cuantumul pensiei	Semnatura

Pagina 6 din Actul constitutiv, datat 23 septembrie 1952, în care apar numele și adresele membrilor din comitetul de conducere

trei membri: Buteanu Gheorghe, Szarvadi Rudolf și Matko Adalbert. Articolul 2 al Statutului precizează scopul Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din Raionul Satu Mare. Acesta este „deservirea materială, medicală și culturală a pensionarilor. Scopul se realizează prin:

- Sprijin pentru repartizarea pensionarilor în câmpul muncii;
- Sprijin pentru trimiterea copiilor pensionarilor în instituții de copii;
- Organizarea de ateliere pentru confecționarea și repararea încălțămintei și îmbrăcămintei;
- Organizarea de conferințe, excursii;

- Propunerea de bilete pentru spectacole, teatre, concerte, circ, etc.;
- Procurarea de combustibil și mijloace pentru repararea locuințelor;
- Sprijin pentru acordarea de asistență medicală și procurarea de locuri în sanatorii și case de odihnă;
- Acordarea de împrumuturi pe termen lung sau scurt precum și ajutoarele nerestituibile în caz de nevoi excepționale.”

Așadar, C.A.R.P. Satu Mare s-a înființat în baza Legilor nr. 21/1924 și nr. 124/1950. A funcționat conform acestora până la apariția Legii nr. 13/1973. Acum își desfășoară activita-

tea pe baza Legii nr. 540 din 27 septembrie 2002 privind casele de ajutor reciproc ale pensionarilor și Legii nr. 502 din 17 noiembrie 2004 privind asociațiile pensionarilor, pe principiul asociațiilor prevăzut în Ordonanța Guvernului nr. 26 din 30 ianuarie 2000 cu privire la asociații și fundații, aprobată prin Legea nr. 246 din 18 iulie 2005.

Vechiul sediu, noul club

Organizația C.A.R.P. are un dublu rol în comunitatea locală din Satu Mare. Pe lângă faptul că este furnizor de servicii financiare, C.A.R.P. dezvoltă și încurajează legăturile interumane. În vechiul sediu situat pe Bulevardul Transilvania nr. 5 din municipiul Satu Mare, în 23 august 2016 s-a inaugurat noul club. Suprafața incintei este de 100 de metri pătrați și, așa cum spunea și președintele Lucian Marișca, pensionarii pot profita de acest spațiu pentru a-și serba zilele de naștere ori pentru organizarea unor lansări de carte sau altor evenimente menite să le umple timpul.

Schimb de experiență cu colegii de la C.A.R.P. Timișoara

C.A.R.P.-urile din toată țara au făcut un obicei din a organiza diferite vizite pentru a face schimb de experiență și a învăța unii de la ceilalți. În acest sens, C.A.R.P. Satu Mare a fost mereu deschis în a primi oaspeți care au o experiență mai vastă și îi pot ajuta pe pensionarii din Satu Mare. C.A.R.P. Satu Mare are relații bune cu mai multe asociații de același profil din țară, însă în acest sens, cu siguranță una dintre legăturile cele mai frumoase s-a realizat



cu membrii C.A.R.P. Timișoara, care au făcut o vizită în municipiul Satu Mare. Oaspeții timișoreni au subliniat atunci în cadrul discuțiilor purtate cu conducerea din Satu Mare că, îmbătrânirea activă este un concept care trebuie să devină un element de cultură națională bazat pe o societate a tuturor vârstelor.

Din acest motiv organizațiile tip C.A.R.P. s-au dezvoltat mult în ultimul timp oferind o serie de facilități membrilor și nu doar sub formă de ajutoare financiare. *“Noi la Timișoara avem un cenaclu literar, o formație, avem în cadrul organizației noastre, la sediu, șapte cabinete medicale, avem o sală de spectacole, se joacă șah, rummy. Avem o activitate destul de laborioasă și membrii se implică activ pen-*

tru că din partea statului nu am primit niciun ban, nu am primit nici scutire de impozit cu toate că legislația prevede acest lucru. Am reușit tot ce avem numai din eforturi proprii și cred că același model se poate implementa și la Satu Mare prin eforturile comune ale membrilor. Persoanele mai în vârstă pot avea o viață activă”, a explicat în cadrul întâlnirii Ștefan Petru, consilier în cadrul C.A.R.P. Timișoara. Președintele C.A.R.P. Satu Mare, economist Lucian Marișca a menționat că, pe viitor, organizația își propune să își diversifice activitatea culturală, dar și cea care privește oferirea de servicii medicale. Însă susținerea acestor activități trebuie să vină și din partea membrilor comunității locale.

Bucuriile vârstei a treia

Fiecare zi, pentru noi, pensionarii, e un motiv de bucurie, un nou început. Noi, pensionarii, ne bucurăm tot timpul că ne-a mai dat Bunul Dumnezeu încă o zi. Aceste sentimente ne încarcă pe noi mai ales primăvara, umplându-ne sufletul cu întinerirea naturii împletită cu amintirile tinereții. O extraordinară atenuare a sentimentelor îmbătrânirii, când erupe în jurul tău atâta tinerețe a naturii, cu verdele crud și florile multicolore.

Aceste stări le-am trăit zilele trecute (11 aprilie 2019), aflându-mă la o manifestare pe care n-o voi uita, la C.A.R.P. "Milcov" Focșani. Îmi este cunoscut de peste o jumătate de veac președintele Asociației, domnul Sandu Ploscaru, pensionar ca și mine, apropiat ca vârstă, dar și ca sentimente față de oamenii în vârstă, mai ales prin faptul că sloganul Asociației este "avem grijă de oameni".

Pentru pensionarii Asociației, manifestările organizate sunt de o mare diversitate și atractivitate, încât pe cei mai mulți îi fac să trăiască sentimentul că nu sunt nici uitați, nici neglijați, dar și pe acela că anii pe care Dumnezeu ni i-a mai dat sunt plini de bucurie, nu de amărăciune, tristețe și singurătate.

Am citit programul acestor manifestări cultural-educative pe parcursul unui an: un Pliant publicitar care prezintă Asociația, realizat cu măiestrie prin mijloace și forțe proprii, întâlnirea de suflet pe tema "Tradiții pascale de la Florii până la Ispas", expoziția de felicitări cu motive



pascale, 4 excursii și pelerinaje, sărbătorirea Zilei Internaționale a Persoanelor Vârstnice (1 Octombrie), "Cu seniorii în jurul brazdului" de Crăciun, cântece pregătite de grupul vocal "Milcovia" al Asociației. Iată câtă diversitate a Asociației pentru membrii săi.

La această manifestare am fost invitat, alături de Corina Aiacoboaie de la Biblioteca Județeană "Duiliu Zamfirescu" și Vasile Țibria, profesor pensionar ca și mine, amândoi de mare ajutor Asociației. Aș menționa aici colaborarea fructuoasă a Asociației cu Biblioteca Județeană, unde unii seniori au descoperit tainele IT-ului. Tot acolo, la cercurile organizate de Bibliotecă, seniorii Asociației participă activ la Cercurile de literatură și teatru al Bibliotecii, aflați în parteneriat; de fapt, seniorii sunt aproape nelipsiți de la manifestările organizate de Bibliotecă.

Ziua de 11 aprilie, dedicată sărbătorilor între Florii și Ispas, a cuprins un dialog între cei invitați și pensionari, parcurgând

pe rând momentele și trăirile religioase ale acestei perioade, din tot spațiul românesc, dar mai ales din Vrancea arhaică, pe care le cunoșteam din copilărie, atât eu, cât și profesorul Țibria. Conform tradiției, manifestarea s-a încheiat cu sceneta amintită, dar și cu o masă festivă (bineînțeleas de post), dar și cu daruri pentru pensionari.

A fost o zi în care am avut sentimentul că pensionarii mai pot trăi frumos, dacă cei alături de ei, cum este Asociația CARP "Milcov", le sunt aproape. Felicitări acestor oameni minunați, care le fac pensionarilor astfel de zile încântătoare, alături de urarea "Un Paște fericit!".

Sucesul tuturor activităților stă în munca de echipă care se desfășoară în cadrul asociației. Aici vă întâlniți și cu generația tânără: cu Găbița, cu Dana și Carmen. Mulțumim și senioarelor: Iordana, Lenuța, Vica! Sunt receptive și cu dare de mână.

Profesor Ștefan NEAGU
Monitorul de Vrancea

Șah... la Palatul brăilean, pentru toate vârstele!



Jurnalist
Virgil MATEI
Revista Casa Speranței

La Clubul Centrului Social Multifuncțional din cadrul Asociației C.A.R.P. „Ana Aslan” Brăila, zilnic, chiar și în zilele de repaus, sâmbăta și duminica, se desfășoară mici „războaie ale minții”, taberele fiind constituite din împătimiți ai jocului de șah. Cu precădere, pensionari, care au găsit în generosul spațiu al Palatului - denumire intrată în limbajul cotidian al locuitorilor de la Dunăre - un mijloc eficient și util de petrecere a timpului liber.

Îi regăsim cu regularitate pe

Constantin Căvescu, Neculai Lungu, Nicu Mihalache, Marin Teodor, Dan Pănescu, Grigore Nanu, Constantin Guzgulea, Matei Buricea, Gheorghe Plopeanu, Nicu Goleanu, Gheorghe Badiu, jucători care „mănâncă șah pe pâine”, avântându-se în luptă, cum spuneam, cu tot ce au mai de preț: inteligența.

Recent, aici, în colaborare cu Clubul de Șah „Micul Prinț”, coordonat de șlefuitorul de talente Iulian Preda a avut loc o întrecere la care au participat peste 40 de șahiști de toate vârstele. La premieră – un moment cu deosebită semnificație: celui mai tânăr concurent, un „mic prinț” de numai 5 anișori, Răzvan Dunca, i-a fost

înmănată o diplomă de către cel mai în vârstă participant, domnul inginer Constantin Căvescu. Răzvan Dunca a replicat ca la șah, oferindu-i venerabilului participant un premiu pe măsură.

Demn de remarcat este faptul că în perioada 7 – 16 februarie, la Palatul pensionarilor brăileni, cu sprijinul nemijlocit al președintelui Asociației C.A.R.P. „Ana Aslan” Brăila”, domnul economist Ilie Dudulea și al vicepreședintelui, domnul jurist Aurel Hârjoghe, s-a derulat una din semifinalele zonale ale campionatului național de șah individual, la care au participat, alături de șahiști brăileni, și sportivi din județele Timiș, Brașov, Dâmbovița, Constanța, precum și din București.

Către sfârșitul lunii ianuarie din acest an, asociația noastră i-a avut oaspeți pe membrii conducerii Uniunii Ziaristilor Profesioniști din România, în frunte cu președintele acesteia, distinsul domn Doru Dinu Glăvan, vizita fiind prilejuită de întrunirea membrilor Filialei Brăila a U.Z.P.R., constituită din ziaristi din media locală brăileană. Patru dintre aceștia, e vorba de jurnaliștii Costel Pătrășcan - caricaturist, Angela Burtea, Ghinea Mitrea și Vergil Matei sunt și membri ai Cenaclului Literar „Casa Speranței”. Cu această ocazie, delegația a fost întâmpinată de domnul președinte Ilie Dudulea și domnul vicepreședinte Aurel Hârjoghe cu care s-au întâlnit într-o atmosferă caldă, prietenească.

Înainte de debutul întâlnirii cu ziaristii, gazdele au invitat delegația să viziteze clădirea recent dată în folosință, membrii acesteia apreciind la superlativ condițiile în care se desfășoară activitatea asociației, felicitând sincer pe gazde pentru realizarea acestui ansamblu arhitectonic, cu adevărat un palat al pensionarilor, de referință în rândul asociațiilor de profil din țară.

La întâlnirea cu jurnaliștii, domnul președinte Doru Dinu Glăvan, cât și ceilalți membri ai conducerii centrale ce formează consiliul director al U.Z.P.R., jurnaliștii și publiciștii Mihai Milca, Miron Manega, Firiță Carp și Răzvan Onesa au prezentat câteva dintre preocupările pentru creșterea rolului acestei organizații profesionale a jurnaliștilor, pentru apărarea drepturilor membrilor săi, adresând totodată, îndemnul la unitate și solidaritate.

În semn de apreciere, conducerea U.Z.P.R. a acordat Filialei Brăila Placheta și Medalia

Conducerea Uniunii Ziaristilor Profesioniști din România oaspete a C.A.R.P. Brăila



„U.Z.P.R. 100, 1919 – 2019” instituite cu prilejul aniversării, în 2019 a 100 ani de la înființarea U.Z.P.R. Totodată, a acordat colegilor jurnaliști Mihaela Dan, Costel Emilian Pătrășcan și Emanoil Dobrescu distincția „Credință și Loialitate” pentru devoțiunea, străduința, perseverența și puterea de a sluji actul jurnalistic și publicistic”.

La finalul întâlnirii, oaspeții, apreciind încă odată ambianța plăcută în care s-a desfășurat întâlnirea, ospitalitatea cu care au fost întâmpinați, în semn

de prețuire pentru gazde, au semnat în Cartea de Onoare a Asociației.

Demn de remarcat este faptul că, urmare a vizitei întreprinse, cunoscându-se deschiderea Asociației C.A.R.P. „Ana Aslan” Brăila de a susține creativitatea literară și artistică, aceasta va asigura de acum înainte cadrul de întâlnire al jurnaliștilor membri ai Filialei Brăila a U.Z.P.R. într-un spațiu generos al Centrului Social Multifuncțional, o componentă importantă a acestui edificiu.

O MARE FAMILIE, cu peste 12.000 de membri



Președinte
Ing. Gherghina DRĂGUȘIN

Urmând pilda înaintașilor, strădania acestora de a mai pune o cărămidă "la temelia casei noastre" am pășit deja sub bune auspicii în a doua parte a trimestrului I din 2020. An de an asociația noastră, prin rezultatele pozitive obținute pentru întrajutorarea oamenilor, a trecut cu bine proba timpului. O dovadă concludentă este faptul că pensionarii au pășit cu încredere în această mare fa-

milie, că rândurile C.A.R.P. Alexandria, fondată la 27 mai 1952, au tot crescut iar la ora actuală numără peste 12.000 de membrii. Pentru a face față volumului de muncă tot mai ridicat, cerințelor și exigențelor anului 2020, asociația a făcut o importantă investiție: a implementat în rețeaua de calculatoare un nou program XSOFT, s-a dotat cu 5 imprimante noi, calculator server, program antivirus cu licență, plus consumabilele necesare.

În continuare, la nivelul asociației, se fac pași importanți potrivit scopului social. În

baza "Programului de ratificare a măsurilor luate de Consiliul Director", Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor Alexandria își desfășoară activitatea și în anul 2020 conform prevederilor statutare, de ajutor reciproc și de protecție socială a membrilor săi. Omenii beneficiază de facilități la acordarea de împrumuturi, în funcție de mărimea acestora, același lucru și în cazul dobânzilor la împrumut. Membrii care au împrumuturi beneficiază, în cazul depunerii în avans a ratelor, de recalcularea dobânzii achitate conform contractului semnat la acordarea împrumutului.

Ca asociație de ajutor reciproc și în anul 2020 vom fi alături de membrii cu grave probleme de sănătate care au probleme locomotorii. Pe baza actelor medicale celor îndreptățiți le vor fi repartizate fotolii rulante pe perioada vieții, în baza anchetei sociale. Ajutorul bănesc pentru deces se acordă în funcție de vechime și de contribuție conform grilei, începând cu 3 luni la 6 luni de la intrarea în asociație. Persoanele cu pensii mici, până în 820 lei primesc odată pe an ajutoare nerambursabile în valoare de 80 de lei.

Un capitol important este acela legat de acordarea de

compensații. Membrii C.A.R.P. care merg la tratament în stațiuni balneare primesc o compensație de 70 lei de persoană, o dată pe an. S-au stabilit compensații și celor care merg în excursii. Se acordă 50 la sută din costul total al transportului pentru excursii de o zi, iar pentru excursii de mai multe zile se acorda tot 50 la sută din transport. Pentru membrii cu pensii până la 800 lei se organizează, odată pe an, excursie de o zi gratuit. În cazul deplasărilor de mai multe zile cazarea și masa vor fi suportate de fiecare excursionist. La Târgul de Carte Gaudeamus – București, ce

are loc anual, se organizează o excursie gratuită pentru seniorii care vor să fie prezenți la acest “festival al noutăților literare”. De consemnat este și faptul că membrii C.A.R.P. Alexandria care doresc să vizioneze gratuit filme la cinematograful, Consiliul Director aprobă 20 de bilete lunar.

Nu se pot cuprinde în câteva rânduri obiectivele programului din 2020, un lucru este sigur: Consiliul Director va fi permanent ancorat în realitatea de fiecare zi, pentru a putea să-și îndeplinească exemplar obligațiile asumate spre binele membrilor săi.

Din nou în mâna cititorilor

Am intrat în ultima parte a trimestrului întâi din 2020. Conducerea Casei de Ajutor Reciproc Alexandria aplică deja măsuri importante în folosul membrilor săi. Consiliul Director, având alături întregul colectiv de salariați, respectând Statutul asociației, rămâne alături de oameni și nevoile lor aplicând măsuri importante în scop de caritate, non profit, întrajutorare mutuală și de protecție socială. Dovadă sunt prevederile din „Programul de ratificare a măsurilor luate de Consiliul Director, cu aplicare de la 1 ianuarie 2020”. Toate aceste prevederi sunt consemnate în articolul “O mare familie a seniorilor” semnat de dna ing. Drăgușin Gherghina, pre-

ședintele C.A.R.P. Alexandria, cu ocazia publicării primului număr din acest an al revistei “Glasul Senectuții”. Într-un spațiu tipografic generos sunt prezentate, de asemenea, rezultatele pozitive din 2019 ale asociației, succese care constituie o bună bază pentru activitatea actuală, după cum sublinia doamna Drăgușin în articolul “Privind spre viitor”.

Sumarul tinerei noastre reviste, ajunsă acum la numărul 3, cuprinde o tematică variată legată atât de activitatea asociației cât și de viața culturală. În paginile acesteia, membrii noștri, dar și alți cititori, întâlnesc condeieri importanți din municipiu și din alte localități teleormănene. Publicația este

la dispoziția celor interesați și în sala de lectură a Bibliotecii Județene “Marin Preda”. Ne bucurăm să aducem în prim plan consemnarea de la prima pagină “Caligrafii pe o lacrimă – Icoana mamei”, a poetului și publicistului Florea Burtan, membru al Uniunii Scriitorilor din România; tot acesta este autorul unei poezii cu multă sensibilitate “Casa părintească”. Pe prima pagină este și mesajul Consiliului Director cu urări de sănătate și fericire adresate fetelor, mamelor și bunicilor – ființe delicate cu ocazia zilelor de 1 și 8 martie.

Prolificul profesor Gheorghe Olteanu (Delaclănița), care în urmă cu ceva timp a fost oaspete al clubului C.A.R.P. Ale-

Revistă editată de Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor Alexandria

Se distribuie gratuit

GLASUL SENECTUȚII

O națiune care nu-și respectă vârstnicii nu are viitor!

Anul II, nr. 3, martie 2020

Publicație periodică de informare a pensionarilor teleormăneni



Găsește zilnic un motiv să zâmbești. Înconjoară-te de oameni care gândesc pozitiv!



LUMINĂ ȘI VIAȚĂ

Încet, încet natura prinde culoare, copacii înverzesc, florile își desfac bobocii, razele soarelui încălzesc pământul. Suntem la începutul primăverii, când 1 martie - zi de sărbătoare aduce un frumos obicei numit MĂRȚIȘOR. Fetele și femeile primesc un șnur alb cu roșu, cu frumoase semnificații: lumină și viață, împletirea dintre iarnă și primăvară. Ca semn al sosirii primăverii, ființelor dragi, se oferă flori, cei mai reprezentativi fiind ghioceii. Urmează o altă tradițională sărbătoare - 8 martie, ziua femininilor, a frumuseții și dragostei închinată fetelor, mamelor și bunicii. Cinstim femeia, ființă delicată, sensibilă, cea care dă viață.

Cu ocazia acestor două sărbători Consiliul Director al Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor Alexandria transmite colectivului, tuturor membrilor asociației să aibă parte de o primăvară frumoasă împreună cu cele mai sincere urări de sănătate și fericire.

La mulți ani!

Caligrafii pe o lacrimă Icoana mamei

E iarnă. Vreme de stat la taifas cu amintirile. Cu chipul de fum al celor dragi plecați departe, tare departe... De o dată când în gând, îi umezim gura cu bucurie, îi potrivim perna sub cap. Mirosul tare frumos mama, a floarea de pețin și a scaldă. Vorbește încoșor, să nu tulbure mîinic oerotoare. Mîini harnice și preocupate, obișnuite cu mușcile și treburile peacelui, să intre toată lumina de-afară, zice. Mi-e dragă lumina asta de iarnă, că eu în luna asta te-am adus pe lume, puiul meu. Clopotul bisericii bîtea a sărbătoare. Dinpre Valea Fântînișii adia mireasmă de grâu pîrguit. În salcîmi picoteau florile albe și albe. Mă-a îndemnat să intru în casă. Am intrat, m-am cuburci în sat pat și, într-o clipă, îi-am auzit glasul vesel. Și au venit urziturile, cu vorbele și darurile cuvinte. Va fi un copil frumos și bun, cu plîna caldă, și blajin, însă, cu surlele de viață tristă, nu reștit ele... Îi va fi dat să treacă prin multe încercări, drumul îi va fi cam întortocșat, dar nu se va lăsa au sters trupul cu pietele lor aurii. Apoi, s-un pod de inze...

Dinspre atelierul de tâmplărie, răzbat treburile de azi-dimineață. Tata Spune: să nu se grăbească, să iasă un împodobesc, așa cum numai ei știe, cu florile de crin și cu pasări zburătoare, cum e clopocul din lemn cântător de fag. Că să facă, mamă? Ei, zice, pentru că nu simt că mi-a venit casa! Iar tu, țese adresează soru-mii, pune

mîna și frîmîntă o azimă, mi-o nițel fume, să o coaci pe fruze pe lipan, cum vă făceam eu, până mai ieri... Să o urgi cu ou și s-o împodobesci cu cruculițe, așa cum te-am învățat...

Intra și tata în odăie. Am terminat, zice. Ți-am făcut, Marie, o dîltău fereastră, să vezi prin ea tot vadă și poteca din crîng, pe care mergeam mare. Mai îți nuie când ne-am pozat noi prima oară? Așai cozi lungi și galbene, ca soarele... Ne-am dat în lanțuri, am vîrnat cereci și pantofi de lac, să îi cumpăr mîndră și mai frumoasă din tot satul. Da, mi-amintesc, îngână mama... Pe mereu fericit cu tine... Nu fereastră m-ai făcut tu, ci altceva, ce, eu nu pricepeam, simt că se face întineric, înimă îmi date tot mai rar, aș vrea să ies afară, nu mai am puterea s-o fac... Mai adnezar, am visat în mîna și lumînări aprinse. Vorbea cu mine, mă striga pe nume, n-am putut să răspund...

Lăsa, zice tata, te faci tu bine! Averea grăului, grădina, s-o sădăm, că uite ce vîpîc dispărea, să te duc, din nou la băici, să mămă dă să se pozim, ca odinioară. Nu reușeste. Din ochii mi albaștri curg mele. Simt cum în mine se adună toate mîngăierile ei din lungii ani ce trecură.

Aveți grijă, zice, să nu mă plîngeți face noaptea, aud glasul îngerilor chemându-mă, chemându-mă... Să mă acoperți cu brebenici de salcîm, să-ni fie cărarea lină și dulce, ca miera...

Florea Burtan
poet și jurnalist

xandria, când a lansat lucrarea "Ambasadorii Alexandriei", continuă să ne încânte cu producțiile sale literare, ultima carte - din care am făcut o mică selecție în acest număr al revistei - poartă titlul "Câștigat Ridendo Mores". Am primit la redacția publicației o lucrare extrem de interesantă, pe care am prezentat-o la rubrica "Semnal" - autor Nicolae Drăgușin, fiu al Municipiului Alexandria. Cititorii fac cunoștință cu "O carte despre trecutul nostru, așa cum a fost". Ne-am făcut o datorie de onoare ca la rubrica Breviar să

reamintim cititorilor de prozator și criticul literar Gheorghe Stroe - autorul unui număr de 10 cărți -, plecat dintre noi în urmă cu trei ani. Un talent ieșit din comun, după cum aprecia poetul Florea Burtan.

La fel ca în numerele anterioare ale revistei "Glasul Senectuții" și acum consemnăm alături de poeți și scriitori, oameni cu preocupări în lumea artelor vizuale. După Sculptorul Doru Drăgușin, un demn urmaș al lui Brâncuși și maestrul penelului Teo Șerbănescu, un teleormănean aflat în orizonturi cultu-

rile internaționale, aducem în atenție o doamnă ce dovedește un talent deosebit: doamna profesoară pensionară Florica Olteanu. Picturile acesteia în număr de 13 beneficiază de un spațiu generos.

Profesorul pensionar, Ba-dea Negreanu, vechi membru al C.A.R.P., acum trecut de 80 de ani, avînd alături un mai "tânăr" dascăl - Nicolae Dina și el în rîndul seniorilor, după ani de trudă au isprăvit de documentat, scris și tipărit "Monografia comunei Ștorobăneasa", o lucrare de 382 de pagini bogat ilustrată, succint prezentată în paginile revistei. Autorii, oameni cu un mare prestigiu în comunitate, au dorit să lase moștenire ceva material "o carte de aur a satului" scrisă cu dragoste pentru oamenii locului.

Stărnesc interes și articolele care fac o incursiune romantică în trecutul municipiului reședință de județ, cum sunt: "Urbea noastră, de la felinarul cu seu, la becul cu leduri" și "Alexandria - file de istorie. Cum să nu iubesci orașul!" unde pe lângă date documentare sunt prezentate și vechi imagini ale așezării din Câmpia Burnasului.

Fiindcă primăvara bate la ușă, prin intermediul unui foto-reportaj am reamintit tinerilor, părinților și bunicii că prin grija primăriei municipiului, a edilului șef Victor Drăgușin, Parcul Pădurea Vedea o adevărată oază de verdeață și liniște - în haină nouă - își așteaptă vizitatorii.

Constantin DRAGNEA,
Vicepreședinte
al C.A.R.P. Alexandria

Obiectivele Platformei Europene AGE pentru anul 2020: consolidarea unei lumi în care drepturile omului stau la baza evoluțiilor sociale, economice și de mediu

Anul 2019 a fost un an decisiv pentru viitorul Europei prin alegerile pentru Parlamentul European și nominalizarea unei noi Comisii, pentru a menționa doar două evoluții instituționale majore ale UE. Tocmai am intrat în 2020, un nou an și un deceniu care arată la fel de interesant și de provocator pentru toate generațiile.

Care sunt principalele reperi pentru 2020 ale AGE?

Ca rețea europeană care promovează interesele a milioane de cetățeni cu vârsta peste 50 de ani din Uniunea Europeană, AGE are proiecte și așteptări ambițioase pentru 2020: *„Cel mai important, vom construi pe activitățile de advocacy de anul trecut care au atras atenția factorilor de decizie privind provocarea demografică a Europei și nevoia respectării drepturilor omului la toate vârstele. Mizăm pe buna noastră colaborare cu vicepreședintele Comisiei Europene, doamna Dubravka Šuica, al cărei portofoliu, pentru prima dată în istoria Uniunii Europene, include problemele democrației și demografiei. Prin intermediul rețelei noastre, vom colecta contribuții pentru a informa redactarea cărții verzi privind îmbătrânirea, anunțată în scrisoarea de misiune a vicepreședintelui Šuica. Această lucrare va evalua dacă sistemele naționale de protecție socială sunt potrivite pentru a face față nevoilor populației vârstnice din UE.”*

AGE vow for 2020: strengthening a world where human rights underpin social, economic & environmental developments

2019 was a decisive year for the future of Europe with the European Parliament elections and the nomination of a new Commission, to mention just two major EU institutional developments. We have just entered 2020, a new year and a new decade which look equally exciting and challenging for all generations.

What are 2020 key milestones for AGE?

As a European network voicing and promoting the interests of millions of citizens aged 50+ in the European Union, AGE has ambitious projects and expectations for 2020: *„Most importantly, we will be building on last year’s successful advocacy work which further brought attention of policy makers to Europe’s demographic challenge and the need to respect human rights at all ages. We count on our good cooperation with European Commission Vice President Ms Dubravka Šuica whose portfolio, for the first time ever in the history of the European Union, includes the issues of Democracy and Demography. Through our membership we will collect input to inform the drafting of the Green Paper on Ageing announced in Vice President Šuica’s mission letter. This paper will assess whether national social protection systems are fit to deal with the needs of EU ageing population.”*

Dezbateri europene despre protejarea seniorilor în mediul online



Sociolog
Ionuț ARDELEANU

Platforma Europeană AGE inițiază în 2020 o dezbatere despre un subiect relativ nou, însă de o importanță mare atât pentru bunăstarea persoanelor vârstnice, cât și pentru dezvoltarea socială și reducerea decalajelor între generații: alfabetizarea digitală versus fake news (știri false).

De ce sunt vârstnicii mai predispuși să răspândească știri false în mediul online?

Într-o societate modernă digitalizată, care se bazează neîncetat pe mijloace digitale pentru comunicare și informație, și cu adulții în vârstă care folosesc tot mai mult internetul, dezvoltarea

competențelor online devine imperativă. Cu toate acestea, prevalența analfabetismului digital în rândul cohortelor mai în vârstă din UE rămâne în mod izbitor scăzută față de orice alte grupe de vârstă.

În documentarea acestei problematici, Platforma AGE citează un articol recent din Guess și Tucker (2019) care arată că adulții cu vârsta de peste 65 de ani sunt predispuși până la de șapte ori mai mult să disemineze știri false.

Studiul nu a tras o concluzie cu privire la motivul pentru care utilizatorii mai în vârstă au mai multe șanse să disemineze știri false în mediul online, dar cercetătorii indică două teorii posibile. Prima este aceea că persoanele în vârstă, care au început să utilizeze internetul mai târziu, nu dețin competențe digitale în aceeași

măsură ca tinerii. A doua se referă la declinul cognitiv odată cu înaintarea în vârstă, fapt care predispune vârstnicii să cadă pradă farselor.

Un proiect european inedit

Proiectul DIGITOL, implementat de Platforma AGE și parteneri din 4 țări membre UE, va aborda nevoia emergentă de o mai bună alfabetizare digitală în rândul adulților în vârstă în filtrarea știrilor false care promovează discursuri nefondate, de instigare la ură, atitudini discriminatorii, naționalism radical sau rasism. Astfel, proiectul își propune să combată discriminarea, să promoveze coeziunea socială, solidaritatea și cetățenia activă a persoanelor în vârstă prin creșterea gradului de conștientizare cu privire la rolul



foto: www.abcnews.com

dezinformării prin intermediul social media și prin mijloace digitale.

Ce putem numi știri false?

The Hayner Public Library definește știrile false ca informații răspândite cu încercarea deliberată de a induce în eroare, în special pentru câștig financiar sau politic. Informațiile pot fi inventate, manipulate sau prezentate în afara contextului sau cu o înclinare ideologică deliberată. Satirele (știri fabricate care iau aspectul unor comentarii pline de umor, fără a fi neapărat rău intenționate), dar și opiniile pot conduce, de asemenea, la dezinformare atunci când sunt luate "de bune".

Autorii știrilor false profită de mai mulți factori:

EROARE DE CONFIRMARE: avem tendința de a interpreta noile dovezi ca o confirmare a convingerilor noastre existente.

„CAMERE DE ECOURI” (ECHO CHAMBERS): credințele noastre sunt amplificate și întărite de comunicarea și repetiția în cercuri închise de persoane cu gânduri/idei similare.

BALOANE DE FILTRARE: algoritmiile site-urilor ne izolează prezentând doar informații personalizate, considerate a fi cele pe care dorim să le vedem.

TEORIA REPETIȚIEI: cu cât întâlnim mai des o poveste sau un „fapt”, cu atât este mai probabil să credem că este adevărată.

SUPRAÎNCĂRCAREA INFORMAȚIONALĂ: capacitatea noastră de a lua decizii corecte este redusă atunci când întâlnim mai multe informații decât suntem capabili să prelucrăm.

EVITAREA INFORMAȚIILOR: evităm informațiile care ne fac să ne simțim copleșiți sau incomod.

SATISFĂCĂTOR: încetăm să căutăm informații de îndată ce găsim un răspuns care se pare satisfăcător.

Câteva sfaturi pentru a evita știrile false:

CITIȚI DINCOLO DE TITLU - Titlurile sunt adesea exagerate sau chiar falsificate pentru a atrage click-uri. Titlurile cu majuscule și puncte de exclamație încearcă să atragă atenția și să manipuleze emoțiile.

VERIFICAȚI DATA - Evenimentele vechi pot fi recirculate pentru a induce în eroare cititorii despre adevărul evenimentelor actuale.

VERIFICAȚI SURSA - Verificarea adresei URL: multe site-uri false de știri imită surse de știri autentice, făcând mici modificări la adresa URL. (De exemplu, *abcnews.com.co* este o sursă de știri nelegitimă care încearcă să înșele cititorii prin imitarea *abcnews.com*.) Revizuirea formatării: greșelile de ortografie, conținutul slab și greșelile gramaticale sunt adesea semne ale unei surse nesigure.

Kaizen, recompense și simboluri

Economist
Giorgică BĂDĂRĂU

În articolul despre “teoria ferestrelor sparte” am prezentat modul prin care William Bratton, angajat al poliției din New York a redus criminalitatea organizată, din marea metropolă americană cu 50% în numai 27 de luni, atacând criminalitatea mărunță, izolând și rezolvând problemele minore care erodau viața cetățenilor fără a-i pune neapărat în pericol fizic.

În rezolvarea problemei a pornit de la ideea că dacă repari geamul ce abia s-a spart, nu vor fi sparte și celelalte, dacă strângi gunoaiile imediat ce apar, nu vor apărea grămezi de gunoaii aruncate pe trotuare, în parcuri iar dacă ataci criminalitatea mărunță vei reduce și marea criminalitate. În acest mediu neîngrijit, în care valorile morale, etice ori legea nu sunt respectate, cetățeanul

are tendințe de a se comporta, în consecință, imoral și ilegal.

În ultimul articol “De la teoria ferestrelor sparte la Kaizen” am prezentat rețeta janoneză a valorificării ideilor mai mici, mărunte pentru a perfecționa continuu un produs, un business, o activitate.

Inovația de la cel mai mare producător de automobile din lume, Toyota, ne arată că orice lucrător era încurajat să semnaleze o eroare și să ceară o remediere pentru binele procesului de asamblare. În acest fel el se implica activ și responsabil în procesul de producție, raportând probleme vizibile de la nivelul de jos.

Un instrument Kaizen foarte apreciat și care favorizează procesul prin care angajații participă cu idei, sfaturi, invenții sau sugestii la îmbunătățirea procesului de producție este “cutia de sugestii”.

Prin acest mijloc de perfecționare a proceselor în cadrul unui business japonez peste 75% din angajați au fost

implicați în sistem, iar rata de aplicare a sugestiilor primite de conducere a fost de aproximativ 95%.

Motivațiile contrar așteptărilor unui occidental nu o constituie banii, deoarece în medie primesc 3,88 dolari pentru o idee. Pentru cea mai bună sugestie a anului, Toyota oferă angajatului o recompensă numită “Premiul Prezidențial”, râvnit de toți angajații. Nu este nici o sumă mare de bani, nici o mașină de ultimă generație, nici o vacanță în locuri exotice. Acesta este un stilou, doar atât.

Președintele Toyota menționa la un moment dat că muncitorii acestor uzine furnizează 1,5 milioane de sugestii, din care 95% sunt puse imediat în practică.

De fapt, încă de la mijlocul secolului al XX-lea psihologul B.F. Skinner a recunoscut recompensa ca un instrument puternic de formare a comportamentului.

Spre deosebire de Japonia,



În Europa occidentală și SUA, există o altă viziune în care angajații sunt încurajați să se concentreze pe rezolvarea problemelor mari, de anvergură, recompensele acordate ating sume mari, în medie 458 de dolari, iar rata de acceptare a ideilor este mult mai mică decât la japonezi, de aproximativ 38%. Din această cauză ideile de calitate, cu adevărat îndrăznețe sunt destul de rare.

Managerii japonezi apreciază recompensele mici, nu din cauza zgârceniei, ci fiindcă ei utilizează o regulă a naturii umane. Cu cât este mai mare recompensa externă, cu atât este mai mare riscul inhibării pornirii native spre excelență.

Premiile mari, fanteziste, anulează motivarea interioară. Fiecare om are nevoie de recunoașterea valorii lui, a aportului său la progres. Fiecare salariat

are nevoie de recunoaștere și vrea să fie mândru de contribuția lui la binele companiei.

Sumele mari de bani acordate ca premii /prime în lumea corporatistă, de tip occidental, pot transmite mesajul că un angajat este doar o rotiță a angrenajului uriaș, forțat să meargă înainte în această frenezie a câștigului personal.

Recompensele mari pot deveni un țel în sine, distrugând dorința naturală a angajatorului de a performa, de a găsi stimulente și creativitate doar în munca lui.

În opoziție cu acestea, recompensele mici, simbolice încurajează motivația internă a fiecărui salariat, constituind o formă adevărată de recunoaștere a valorii mai mult decât un câștig material.

Recompensele de valoare mică, simbolurile transmit mesajul pozitiv al conducerii,

mulțumită de implicarea angajatului și stimulează dorința internă a acestuia de a contribui la îmbunătățirea activității în entitatea respectivă.

Găsirea de recompense perfecte pentru angajați și colegi de serviciu ca și pentru un prieten sau partener constituie de cele mai multe ori o mare provocare și este necesar să se aplice uneori tehnici subtile prin care se poate afla ceea ce-i face plăcere.

Dar, și în viața de zi cu zi, a face mici cadouri colegilor, rudelor sau familiei înseamnă a arăta plăcere, bucurie, grațitudine.

În concluzie, după criteriile Kaizen recompensa simbol trebuie, în primul rând, să susțină țelul vizat, în al doilea rând, să-i facă plăcere persoanei care o primește și în al treilea rând să nu fie costisitoare.

Singurătatea, o problemă a vârstei a treia

Economist
Irina ANDREI

Trăim într-o eră în care tehnologia oferă contacte rapide și relativ ieftine cu colegii, foștii colegi precum și cu prietenii. Persoanele vârstnice au posibilitatea să reînnoiască sau să reia contacte sociale, care pot preveni izolarea socială și singurătatea. Termenul de tehnologie a informației se referă la stocarea, colectarea, prelucrarea și răspândirea informației. Dar, cu toate acestea în lumea modernă acesta a dobândit alte conotații, iar pe scară largă s-a uzitat de la sfârșitul anilor 1970. Tehnologia informației a fost împărțită pe trei nivele de dezvoltare: Mainframe (computerul electronic digital, construit în 1946 în SUA), PC (computer personal) plus LAN (rețea locală) și operațiuni pe Internet.

Suntem în Secolul al XXI-lea, iar în întreaga țară și pe tot globul se poate comunica cu prietenii și membrii familiei doar cu câteva click-uri de mouse sau atingeri pe ecranul telefonului inteligent. Chiar dacă procesul tehnologic al comunicațiilor și al conectivității este crescut statistic suntem mai singuri decât

am fost vreodată, iar grupul cel mai vulnerabil este cel al persoanelor în vârstă. Acest lucru se datorează faptului că cercul acestor persoane începe să se restrângă odată cu trecerea anilor. Membrii familiei se mută în alt oraș, altă țară, trecerea în neființă a soților și a prietenilor de vârstă apropiată, încheierea activității profesionale – pensionarea, sau pot fi inaccesibili din cauza mobilității limitate. Apar modificări în starea fizică, cum ar fi pierderea auzului, scăderea vederii, precum și imposibilitatea de a călători.

Bătrânețea este un proces complex și aduce după sine o serie de modificări. Aceasta a ajuns să fie asociată cu boala, cu neputința, conservatorismul, lipsa de discernământ, iritabilitatea și dependența de ceilalți. Din nefericire, bătrânețea este o etapă a vieții noastre pe care nu o putem nega și face parte din oricare dintre noi. Pentru persoanele vârstnice cea mai



bună metodă este aceea de a trăi în mijlocul familiei naturale, care să le acorde suportul și afecțiunea de care au nevoie. Pe lângă aceștia mai sunt și persoane vârstnice singure, fără copii, fără rude, care nu se pot descurca singure și au nevoie de instituționalizare. Mai multe studii au fost în ultima perioadă elaborate pentru a descoperi cauzele anumitor afecțiuni fizice, precum declinul mental și probleme cardiovasculare. Respondenții, persoane în vârstă de 60 de ani și peste, au raportat că sunt singuri ceea ce a dus la creșterea unui risc de 59% mai mare de declin mental și fizic. Studiul publicat în Jurnalul Asociației Medicale Americane de Psihiatrie a descoperit că singurătatea acționează asupra corpului într-un mod care este similar cu stresul cronic. În aceste condiții crește nivelul hormonului de stres precum și cortizolul în organism, ceea ce afectează răspunsurile imune, boli mintale și afecțiuni precum bolile de inimă și diabet. Cum era de așteptat, psihologii de la Universitatea din Chicago în urma unui amplu studiu cardiovascular multi-generațional au descoperit că singurătatea este contagioasă. Vârstnicii care sunt singuri au



un comportament care îi poate determina pe ceilalți să se îndeparteze, să nu mai vrea să fie în preajma lor, iar persoanele solitare au tendința de a se izola mai mult. În cazul persoanelor în vârstă stima de sine scade la cote alarmante.

Fundația Principesa Margareta a realizat un studiu în anul 2015 prin care a scos la iveală câte persoane sunt afectate de singurătate. Cifrele fiind alarmante, aproximativ 1,5 milioane de bătrâni. Un vechi proverb românesc spune: *“Cine nu are un bătrân să-și cumpere”*, acesta referindu-se la experiența de viață a acestora precum și la sfaturile unui bunic. Astăzi acest proverb nu mai este valorizat, vocea bătrânilor este ascultată din ce în ce mai puțin, iar traiul acestora este din ce în ce mai greu. Procesul de îmbătrânire este cauzat de factorul social precum și de cel cognitiv, iar aici contribuie și pensia mică precum și singurătatea. Important pentru vârstnici este interacțiunea cu persoanele tinere, cum spunea Pascal Brukner *“frumusețea este un capitol care se delapidază în fiecare zi, și frumoasele sunt niște suverane așezate pe un tron ce se clatină”*. Indicat ar fi să aibă

activități care să le umple timpul, acelea care îi definesc și le fac cu plăcere.

Cercetători, grupuri de consumatori, ONG-uri și centrele de advocacy sunt tot mai concentrate asupra acestor probleme și se gândesc la soluții. Se disting astfel, izolarea persoanelor în vârstă care stau foarte mult în casă și insistă să rămână acolo și singurătatea care este strâns legată de boală.

După mai multe studii s-a ajuns la concluzia că persoanele de 75 de ani și peste sunt cele mai vulnerabile, ele trăind singure. Contactul acestora cu membrii familiei sau cu prietenii făcându-se din ce în ce mai rar, chiar la o lună de zile. Șocul de a rămâne singure face ca persoanele vârstnice să devină vulnerabile, depresive, cu o generozitate scăzută și implicit cu o stare precară de sănătate. Din prea mult orgoliu persoanele de vârstă a treia nu cer prea mult ajutorul celor din jur. Pentru o stare de bine ele ar trebui să zâmbească chiar dacă sunt singure, și să profite de orice șansă de a zâmbi celorlalți sau de a începe o conversație cu persoane necunoscute. Fiind singuri sunt tentați să se marginalizeze, crezând că nimeni nu

dorește să-i viziteze. Dar, deseori, prietenii, familia și vecinii vor aprecia dacă sunt invitați la un ceai, o cafea sau o plimbare în parc.

Persoanele de vârstă a treia care trăiesc singure au posibilitatea de a interacționa cu persoane de vârstă lor prin anumite programe destinate acestora cum ar fi: o linie telefonică (Telefonul vârstnicului), un serviciu de asistență pentru persoanele în vârstă și instituții de caritate unde personalul și voluntarii apelează persoanele înscrise o dată la două zile pentru a vorbi cu acestea. Chiar dacă nu au lucrat la computer la locul de muncă, din dorința de a comunica cu nepoții care s-au stabilit în afara țării, ei învață să folosească computerul personal sau tableta prin diversele organizații care se ocupă cu persoanele în vârstă. Un calculator poate fi util și în cazul persoanelor cu dizabilități prin folosirea unui stilou cu vârf de burete sau recunoașterea vorbirii poate ajuta dacă ecranul tactil este dificil pentru degetele cu artrită sau cu circulație slabă. Faptul că au intrat în grija unui ONG le-a mai alinat singurătatea, pot merge în excursii finanțate din donații, iar voluntarii îi ajută la cumpărături.

Gradul de civilizație al unui popor se măsoară prin grija pe care o acordă persoanelor în vârstă. Dar potrivit statisticilor care ne arată că un milion și jumătate de oameni își trăiesc în singurătate bătrânețile, România nu prea se raportează la acest capitol. Aici putem enumera lipsa căminelor de bătrâni sau căminelor private care au o listă interminabilă de așteptare.

Persoanele centenare ne împărtășesc secretele longevității

Economist
Istvan FEKETE

Să mănânci sănătos, să faci cât mai mult sport, să nu fumezi, să bei alcool cu măsură, etc. Sunt foarte multe sfaturi care se dau de obicei pentru a te păstra sănătos și deci, pentru a trăi mai mult. Unele persoane centenare urmează aproape fără abatere ceea ce spun medicii. Dar altele, nici măcar nu se gândesc la asta! Au, dimpotrivă, o listă de sfaturi contrare. Iată Top 10 cele mai frecvente răspunsuri, reieșite dintr-un sondaj făcut în rândul persoanelor centenare (tabelul de mai jos).

Organizația care a făcut acest sondaj precizează că această analiză, care reunește opiniile

a diferite persoane, nu trebuie luată cu titlu de recomandări medicale, mai ales dacă se ține seama că pe primul loc se află răspunsul: „*Ignoră sfaturile tradiționale în materie de dietă*”.

Și totuși, acesta este și cazul lui Elizabeth Sullivan din Texas, S.U.A., care a trăit până la vârsta de 106 ani. Ea le povestește în 2015 reporterilor de la ABC News sub formă de „anecdotală” un episod din viața personală ce ilustrează filosofia de viață a anumitor centenari: „*M-am dus la doctor și m-a întrebat: Sunteți atentă la ce mâncați și beți? Și i-am răspuns: Sigur că nu, beau doar trei Dr. Pepper pe zi... Și atunci, mi-a zis: Doamnă, e mult prea dulce, veți muri dacă veți continua așa. Dar a murit el, înaintea mea, zece ani mai târ-*

ziu și a trebuit să-mi găsesc un nou medic”.

În România ne putem mândri cu Dumitru Comănescu care s-a născut pe 8 noiembrie 1908 la Provița de Jos, comuna Drăgăneasa, în județul Prahova și este la ora actuală al treilea cel mai vârstnic bărbat în viață din lume. Secretul longevității sale a fost și este dragostea pe care i-o oferă familia, fiii, cei trei nepoți și doi strănepoți.

Șuncă, cârnați, ciocolată și țigări...

Ca Elizabeth Sullivan, multe persoane care au atins 100 de ani nu s-au abținut de la mâncare. Americanca Pearl Cantrell, care a murit la 105 ani, mânca șuncă la fiecare masă, iar o altă americană Jeralean Talley, decedată la vârsta de 116 ani, mânca picioare de porc. Dorris Olive Netting, din Marea Britanie, bea zilnic o halbă cu bere Guinness. Franțuzoaica, Jeanne Calment, decedată în 1997 la vârsta de 122 de ani și 164 de zile (!), care deține în continuare recordul de cea mai longevivă persoană din lume, nu a renunțat niciodată la ulei de măsline, ciocolată, vin și țigări. De asemenea, aceasta fiind și o mare admiratoare a vinului roșu susținea că o viață lungă

TOP 10 CELE MAI FRECVENTE RĂSPUNSURI

1	Ignoră sfaturile tradiționale în materie de dietă	29%
2	Încearcă să mănânci sănătos	25%
3	Trebuie să rămâi activ	22%
4	Să ai o atitudine pozitivă	18%
5	Să bei alcool moderat	16%
6	Să te abții să bei/fumezi	12%
7	Păstrează relații de prietenie	10%
8	Să dormi noaptea	9%
9	Fii amabil cu cei din jur	9%
10	Să ai credință	9%



din Boston, SUA. Aceștia au studiat ADN-ul a 1.055 de persoane cu vârsta mai mare de 100 de ani, identificând 150 de markeri genetici ai longevității.

În urma acestui studiu, cercetătorii au ajuns la concluzia că, pe măsură ce depășim vârsta de 85 de ani, genele joacă un rol din ce în ce mai important în stabilirea duratei vieții. Autorii studiului spun că vor scoate în curând pe piață un test cu ajutorul căruia oricine va putea afla dacă în genomul său se găsesc semăturile genetice ale unei vieți lungi. Oamenii de știință au început să facă deja primii pași în ceea ce privește prelungirea vieții cu ajutorul modificărilor genetice. Experimentele efectuate pe viermi și pe musculițe de oțet au arătat că exemplarele modificate genetic pentru a produce mai multă sirtuină au trăit mai mult. Aceste rezultate dau speranțe oamenilor de știință, care speră să obțină efecte similare și în cazul oamenilor.

Recent, mai multe companii farmaceutice s-au anunțat interesate de conceperea unui medicament care să activeze această proteină-minune în corpul uman. Dacă sirtuina este într-adevăr elementul prin care dietele stricte conduc la o viață mai lungă, atunci aceste medicamente ar putea produce același efect fără a mai fi nevoie ca pacienții să fie supuși unor restricții culinare. Eforturile depuse de medici și de cercetători, care ne-au permis o mai bună înțelegere a factorilor ce conduc la o viață mai lungă, par a semnala că speranța de viață a oamenilor va continua să crească. Grație progresului continuu, secolul al XXI-lea va intra în istorie ca vremea în care persoanele cu vârsta peste 100 de ani, nu vor mai reprezenta cazuri excepționale.

este rezultatul a 3 factori: vinul de Porto, uleiul de măsline și un dezvoltat simț al umorului.

Să bei și să fumezi după plac - funcționează cu adevărat?

„Fumatul ucide” scrie azi pe pachetele de țigări. În Texas, Richard Arvin Overton, la 112 ani, veteran al celui de-al Doilea Război Mondial, fuma 12 țigări pe zi, bea patru pahare de whisky dimineața și mânca înghețată în fiecare seară. Acesta chiar obișnuia să spună: „A pune un pic de tărie în cafeaua de dimineață funcționează ca un medicament”... Nepaleza Bhatia Lamichhane, la vârsta de 116 ani (!), era convinsă că cele 30 de țigări pe care le fuma săptămânal i-au permis să ajungă la această vârstă. Și a început să fumeze de la 17 ani!...

Cei doi factori care determină longevitatea

Studiile realizate până acum indică faptul că longevitatea este condiționată de doi factori esențiali: genele și stilul de viață. Durata de viață a unui individ este determinată în proporție de 25% de gene, iar restul de 75% depinde

de comportamentul acestuia și de mediul în care trăiește. De la satele montane din Sardinia, Italia, trecând prin comunitatea de adventiști din Loma Linda, California și până la japonezii ce trăiesc în insulele Okinawa, oamenii de știință au identificat câteva caracteristici comune. În ceea ce privește dieta, cercetătorii au descoperit că membrii acestor comunități cu o longevitate ieșită din comun tind să mănânce rareori carne, legumele și fructele constituind principalele lor grupe de alimente. De asemenea, viața de zi cu zi a acestor persoane include perioade de activitate fizică moderată precum și dese interacțiuni sociale cu prieteni și membri ai familiei.

Genele longevității

Știind că longevitatea este condiționată în proporție de 25% de către gene, oamenii de știință au efectuat numeroase cercetări asupra persoanelor ce reușesc să treacă de pragul de 100 de ani pentru a identifica genele responsabile și mecanismele de acțiune ale acestora. Un astfel de studiu a fost efectuat de o echipă de cercetători de la Universitatea

Eminescu și Caragiiale, poetul și dramaturgul care au dat măsura spiritului românesc

Jurnalist
Ionuț CRIVĂȚ

În istoria și cultura fiecărei națiuni se nasc, momente unice și irepetabile, personalități providențiale care prin talent, forță creatoare, sensibilitate și geniu se diferențiază oarecum de celelalte, în primul rând prin actualitatea scrierilor și prin viziune. Mihai Eminescu, cel mai mare poet și Ion Luca Caragiale, cel mai mare dramaturg român, au fost contemporani, buni prieteni, dar și rivali în dragoste. Viața i-a despărțit prin micile sale răutăți, moartea i-a reîntâlnit și i-a împăcat spre nemurirea lor și a poporului român.

Pe cei doi corifei ai culturii române i-a apropiat limba română și spiritul justițiar, polemic și pamfletar cu ajutorul căruia au luptat împotriva moravurilor epocii lor, moravuri, cum bine se poate constata, neschimbate nici în zilele noastre. Din păcate însă, nu-l mai avem nici pe Eminescu și nici pe Nenea Iancu ca să ne apere. Între cei doi s-a

“Mita e-n stare să pătrundă orișunde în țara aceasta, pentru mită capetele cele mai de sus ale administrației vând sângele și averea unei generații. (...) Greșalele în politică sunt crime; căci în urma lor suferă milioane de oameni nevinovați, se-mpiedică dezvoltarea unei țări întregi și se-mpiedică, pentru zeci de ani înainte, viitorul ei. În locul sentimentului public dezinteresat avem pasiuni politice, în loc de opinii avem rivalități de ambiții”.



legat o trainică prietenie încă de când s-au cunoscut, în toamna anului 1868, în trupa de teatru a unchiului Costache Caragiale. De-a lungul timpului i-a adus împreună pasiunea pentru literatură, gazetărie, dar și pentru o domniță. Sunt celebre momentele petrecute de aceștia prin redacțiile ziarelor, în culisele teatrelor, cercuri literare, înconjurați de crema literară și culturală a vremii. Erau totuși două firi diferite, diametral opuse. Ruptura dintre cei doi pare a se fi produs din cauza Veronicăi Micle,

o damă bine, dar foarte călătoare din floare-n floare. Cu toate acestea l-a iubit nespus pe Eminescu, moartea acestuia cauzându-i o mare depresie. Se retrage la mănăstirea Văratec unde, se sinucide cu arsenic, în același an fatidic când îi pierdeam pe Eminescu și pe Creangă. Pe vremea când era cu Eminescu îl cunoaște pe Caragiale, la început în stadiul de amicitie, apoi și în sensul biblic. Când se certa cu Eminescu, se consola cu Nenea Iancu. Se pare că povestea de dragoste cu năbădăi dintre Micle și Caragiale – de care toată lumea știa, mai puțin Eminescu – s-a aflat de la Maiorescu. Evident, poetul se simte trădat de cel care până mai ieri îi fusese prieten bun și pe care nu l-a iertat niciodată. Ar fi avut loc certuri strașnice între cei doi, chiar amenințări cu revolverul. După moartea poetului, Caragiale nu și-a reprimat nici el regretul că și-a trădat prietenul. Dar toate acestea se pierd, important este ceea ce ne-a rămas de la cei doi giganti ai culturii române.

În cumplitul ceas al despărțirii de această lume a Eminescului nostru iubit, Caragiale scria, probabil cele mai emoționante rânduri care s-au scris vreodată despre Eminescu: *“Și dacă am plîns cînd l-au așezat prietenii și vrăjmașii, admiratorii și invidioșii sub teiul sfînt, n-am plîns de moartea lui; am plîns de truda vieții, de cîte suferise această iritabilă natură de la împrejurări, de la oameni, de la ea însăși. (...) Generații*

A căzut un guvern și a venit altul, îndată, toată administrația țării, și cea de Stat, de județ, 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. O clientelă pleacă, alta vine; flămânzii trec la masă, sătuii la penitență. Și așa așa mereu și pe rînd din trei în trei ani, ba și mai des uneori. Partidele politice (...) nu sunt în realitate decât două mari facțiuni, avînd fiecare, nu partizani, ci clientelă.



întregi or să suie cu pompă dealul care duce la Șerban-Vodă, după ce vor fi umplut cu nimicul lor o vreme, și o bucată din care să scoți un alt Eminescu nu se va mai găsi poate.”

Pe stada Plantelor, la numărul 9, la geamurile sanatoriului Caritatea, al doctorului Suțu, în dimineața zilei de 15 iunie 1889 licărea pentru ultima dată Luceafărul. O placă așezată deasupra unui contor de gaze și încadrată de țevi ne spune că *“în acest loc s-a aflat sanatoriul Caritatea unde a încetat din viață poetul național Mihai Eminescu.”* Peste 23 de ani, în 1912, se stingea la Berlin și Caragiale, gonit de răutățile contemporanilor într-un auto-exil. Ca o ultimă ironie, demnă de genialele sale scrieri (confirmată de unii, infirmată și atacată ca nefiid reală sau cel puțin exagerată, dar noi o relatăm) sicriul cu trupul neînsuflețit al lui Caragiale ar fi rătăcit, vreme de două săptămâni, pe traseul Berlin - Viena - Predeal - București. Mai mult, actele care înțețeau sicriul s-au pierdut, astfel că nimeni n-a știut cu adevărat când nenea Iancu a ajuns în Gara de Nord.

Pe 22 noiembrie, pe o vreme ploioasă, trupul lui Caragiale este prohodit la Biserica Sfântul Gheorghe apoi își va găsi odihna veșnică la Cimitirul Bellu, alături de Eminescu.



ORGANIZAȚIA MONDIALĂ a SĂNĂȚĂȚII: Respirăm otravă!

Nimeni nu este ferit de poluarea aerului, a avertizat Organizația Națiunilor Unite, nouă persoane din 10 pe planetă respirând acum aer poluat. Acest lucru a dus la o criză globală a sănătății în creștere, care cauzează deja aproximativ 7 milioane de decese pe an, potrivit Organizației Mondiale a Sănătății (OMS).

Arderea combustibililor fosili pentru energie, transport și industrie contribuie în mare măsură la poluarea aerului, precum și principala sursă de încălzire a planetei. Poluarea aerului ucide 800 de persoane în fiecare oră sau 13 în fiecare minut, ceea ce reprezintă de trei ori mai mult decât numărul de persoane care mor din cauza malariei, tuberculozei și SIDA, combinate în fiecare an. Unii dintre aceiași poluanți contribuie atât la schimbările climatice, cât și la poluarea aerului local, inclusiv carbonul negru sau funinginea - produsă prin arderea ineficientă în surse precum aragazele și motoarele diesel - și metanul.

Poluarea aerului din gospodărie provoacă aproximativ 3,8 milioane de decese premature în fiecare an, marea majoritate a acestora în țările în curs de dezvoltare, iar aproximativ 60% dintre aceste decese sunt printre femeii și copiii. Din păcate, 93% dintre copiii din întreaga lume trăiesc în zone în care poluarea aerului depășește orientările OMS, iar în anul 2016, 600.000 de copii sub 15 ani au murit din cauza infecțiilor tractului respirator. De asemenea,

poluarea aerului este responsabilă pentru 26% din decesele cauzate de boli cardiace ischemice, 24% din decesele provocate de accidente vasculare cerebrale, 43% din bolile pulmonare obstructive cronice și 29% din cancerul pulmonar. La copii, este asociat cu greutatea scăzută la naștere, astmul, cancerul, obezitatea, dezvoltarea slabă a plămânilor și autismul, printre alte defecte de sănătate.

Potrivit OMS, 97% din orașele țărilor cu venituri mici și medii cu mai mult de 100.000 de locuitori nu îndeplinesc nivelurile minime ale calității aerului, iar în țările cu venituri mari, 29% din orașe nu respectă liniile directe. Aproximativ 25% din poluarea aerului din mediul urban provenit din particule fine este produsă de trafic, 20% de arderea combustibilului intern și 15% de activitățile industriale, inclusiv generarea de energie electrică

021.9615
FII INFORMAT!
cunoaște-ți
drepturile și
exercită-le

InfoCons (www.infocons.ro) - Asociație Națională de Protecția Consumatorilor, unica organizație din România cu drepturi depline în Consumers International, este o asociație de consumatori neguvernamentală, apolitică, reprezentativă, de drept privat, fără scop lucrativ, cu patrimoniu distinct și indivizibil, independentă, întemeiată pe principii democratice, ce apără drepturile consumatorilor – membră fondatoare a Federației Asociațiilor de Consumatori.

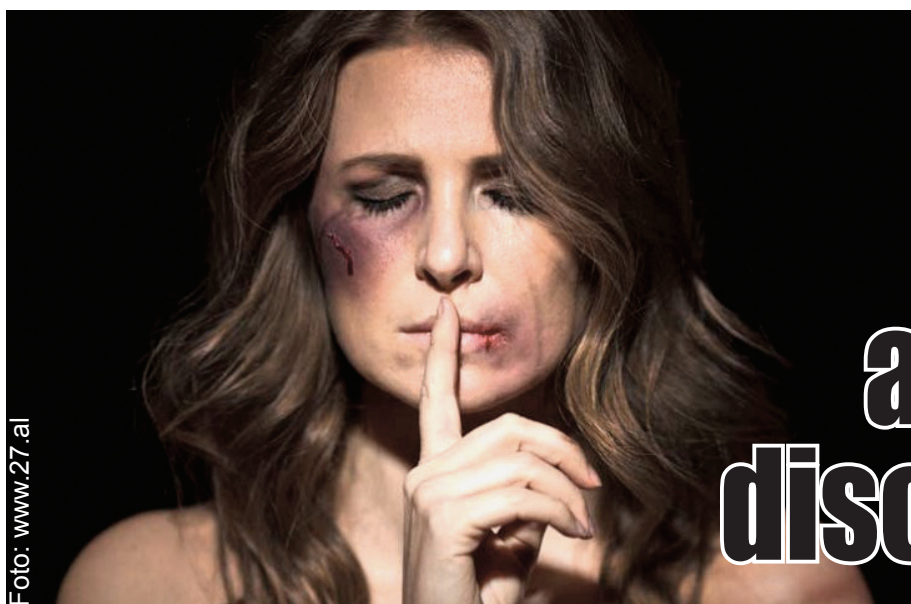


Foto: www.27.ai

FEMEIA, între adorare și discriminare

Lucia Bădiță SECOȘANU

E ZIUA TA, FEMEIE!

Femeie, ești iubită, icoană venerată
Și florile luminii-nfloresc doar pentru tine
Și nimeni nu-i ca tine slăvită, adorată
Chiar luna de pe boltă, se-nalță să te-aline!

În plețe-ți licăresc așa, de-odată, stele!
Regină ești deplină, peste întreaga fire
Sub pas ți se aștern doar flori de micșunele
Și ți se-nchină versuri de dor și mulțumire...

Întreaga fire-ți cântă și-i de iubire beată
E ziua ta și astăzi de toți ești preamărită
Făptura ta e astăzi de-o lume onorată
Și astăzi este musai ca să te simți iubită!

Te amețesc cu totul, te-ngroapă-n flori, cuvinte
O zi!... Că trece iute și nu-i așa de greu!
Apoi, te-ntorci la trudă, ești iar cea dinainte:
O sclavă pentru toți! Așa cum ești mereu...

Dar azi, că-i ziua ta, fac un efort aparte
Și-și spală cu trei vorbe întreaga nepăsare...
Ți-au arătat respect și toți sunt mândri foarte
Și cred că pentr-un an, nimic nu te mai doare!

Iar tu, eternă Evă ce porți în pântec viață,
Oftezi, zâmbești, verși lacrimi și-i lași în plata lor
Fiincă-i iubești pe toți! Și clipei dai dulceață
Când cu iubire speli, greșeala tuturor!

Lucia B. SECOȘANU

Oare ce s-ar mai putea spune despre femeie? A fost cântată, pictată, preamărită. În fine și înjurată, lovită, alungată. După cum au vrut ursitoarele, așa a fost soarta ei! Poate că este păcătoasă, după cum afirmă Biblia. Poate că este doar o victimă a patriarhatului. Oricum, în lume sunt țări în care femeia, încă luptă în secolul al XXI-lea, să dovedească faptul că este o ființă umană! În țările arabe sunt asemuite animalelor.

Încă sunt femei agresate, umilite, ucise cu bestialitate de cei care ar trebui să le acorde protecție: soții lor! Pentru că, așa au fost educați bărbații: ei sunt stăpâni și nu trebuie să fie luați „de proști”! Mă întreb ce femei le-au putut da o asemenea educație? Se pare deci că noi femeile încurajăm răul! Și roata e tot rotundă și femeile încă nu-și au locul lor pe drept meritat. Oare ele uită că sunt cele care duc ștafeta vieții pentru viitor? Consideră că este firesc așa. Trebuie să se recunoască la nivel mondial dreptul femeii la respect și să i se acorde locul ei în lume! Mă întreb cum ar fi lumea, fără femeie? E așa greu să fiți umani? Nu spun că toți bărbații sunt ticăloși, dar balanța atârnă greu în favoarea unui dezinteres cras față de ființa cea mai gingașă de pe pământ, aceea care după cum am spus este purtătoarea vieții. O femeie maltratată, nu poate face copii sănătoși! Și atunci încotro conduceți domniile voastre lumea? Și totuși, femeia încă rezistă, încă este și va fi pururea ocrotitoarea viitorului! Doamnă a bucuriilor Vieții, îți mulțumim că ești!

Depresia la vârstnici

**Psiholog clinician și
Psihoterapeut integrativ
Alina STROESCU**

Depresia este o tulburare afectivă, caracterizată printr-un sentiment persistent de tristețe, prin pierderea interesului față de orice activitate, prin pesimism și apatie.

Oricine poate fi afectat de depresie la un moment dat, indiferent de sex, vârstă, cultură ori statut social. Există un mit conform căruia tristețea la vârstă a treia este normală. Deși falsă, această credință contribuie la trecerea cu vederea a tulburării depresive la vârstnici. Astfel, simptomele sunt fie ignorate, fie confundate cu schimbări inerente, specifice înaintării în vârstă. Însă depresia nu face parte din procesul firesc de îmbătrânire, aceasta cauzând multă suferință, atât persoanei în cauză, cât și familiei acesteia.

Fenomenologia depresivă cuprinde o serie de manifestări comune, indiferent de vârstă. În cazul seniorilor, deși simptomele nu diferă cu mult față de cele apărute în rândul altor categorii de vârstă, au o specificitate și o intensitate aparte. Printre acestea amintim: lipsa poftei de viață, lipsa interesului pentru

hobby-uri și activități care înainte erau considerate plăcute, apariția unui sentiment de inutilitate, accentuarea sentimentului de incurabilitate, creșterea gradului de vinovăție legat de starea de sănătate, ideea de a fi o povară pentru ceilalți, oboseala fizică și psihică, pasivitatea, lentoarea psihomotorie, dificultățile de adormire, diminuarea capacității de concentrare, tulburările de memorie, iritabilitatea, irascibilitatea, suspiciozitatea, pierderea/creșterea în greutate.

Există diferite afecțiuni asociate depresiei, declanșate sau agravate de aceasta. Printre ele se numără diabetul, afecțiunile cardiovasculare, neurodegenerative, precum și cele care afectează sistemul imunitar. De asemenea, gândurile automate, sentimentele apăsătoare și stările profunde de tristețe contribuie la agravarea problemelor de sănătate existente.

Alimentarea insuficientă duce la slăbirea organismului, iar scăderea în greutate poate genera teama existenței unei alte boli. Problemele legate de somn pot provoca stări de iritabilitate, irascibilitate și chiar suspiciozitate. Deși există o serie de semne evidente ale unui episod depresiv, în multe cazuri

ele se manifestă în mod discret ori mascat.

În cazul depresiei mascate, simptomatologia propriu-zisă nu este atât de evidentă precum manifestările somatice. Acuzele persistente, ori modificările funcțiilor fiziologice pot fi atribuite sau confundate cu diverse alte boli.

Importanța recunoașterii depresiei la vârstnici

Există o varietate de cauze din care cineva poate intra în depresie. În plus, după o anumită vârstă, suntem mai susceptibili să resimțim regretele și să rețrăim suferințele negestionate într-un mod optim de-a lungul vieții.

Este important să cunoaștem și să identificăm semnele depresiei, deoarece aceasta poate avea o influență majoră asupra vieții de zi cu zi a persoanei vârstnice, de la restrângerea activităților la pierderea autonomiei și chiar la apariția unei dependențe față de cei apropiați.

Printre factorii de risc care apar sau se accentuează odată cu înaintarea în vârstă se numără: doliul, patologia somatică, schimbările survenite la nivel social și profesional. Practic, depresia este strâns legată de sentimentul de pierdere, fie că



FOTO: www.dolanlowfirm.com

niturilor care însoțește de multe ori această schimbare sunt pe lista factorilor de risc. În plus, din considerente financiare, ori familiale, unii seniori se văd forțați să își schimbe domiciliul.

Soluții și recomandări

În mod tradițional, se crede că persoanele trecute de o anumită vârstă nu mai simt bucuria la aceeași intensitate sau că trebuie să stea mai mult în casă pentru a se odihni. Contrar acestor preconcepții, vârstnicii pot avea o viață fericită și activă.

Asemenea oricărei afecțiuni, este mai bine să previi decât să tratezi. Astfel, seniorilor le este recomandat să se odihnească suficient, să își ocupe timpul cu activități plăcute, chiar și când nu au dispoziția necesară și să se înconjoare cu oameni pozitivi. Scăderea sau renunțarea la alcool se află pe lista de recomandări, alături de prezența unui animal de companie și de practicarea activității fizice, chiar dacă aceasta se rezumă la scurte plimbări.

În cazul instalării depresiei, este recomandat să se ia măsuri încă de la primele semne, astfel crescând șansele de vindecare. Rolul celor din jur este extrem de important, prin sprijinul și înțelegerea oferite. Relaționarea cu vârstnicul depresiv trebuie realizată cu tact și într-un mod suportiv.

Ședințele de psihoterapie sunt benefice la orice vârstă, în vederea îmbunătățirii calității vieții. Acestea, combinate, după caz, cu tratamentul medicamentos prescris de medicul psihiatru, ajută pacientul să depășească perioada dificilă pe care o parcurge.

este vorba de pierdere la nivel personal, relațional sau profesional. Impactul pe care acestea le au asupra stării emoționale a unei persoane depinde de structura sa de personalitate, de resursele interne, precum și de susținerea pe care aceasta o are din partea celor din jur.

Pierderea persoanelor apropiate și, în mod special, a partenerului de viață, provoacă o suferință foarte mare. Tristețea care însoțește doliul este amplificată de singurătate și de gândurile legate de propriul sfârșit. Episodul depresiv apare, în majoritatea cazurilor, la o lună după pierderea partenerului, dar poate debuta într-un interval de până la doi ani de la eveniment. Accentuarea stărilor depresive are loc în perioada aniversărilor și a comemorărilor.

Depresia este strâns legată și de patologia somatică asociată unei vârste mai înaintate. Astfel, afecțiunile fizice și stările depresive se potențează reciproc. O stare fizică precară influențează modul în care vârstnicul iese din episodul de-

presiv. În același timp, depresia este însoțită de scăderea motivației de a se vindeca de diverse afecțiuni fizice și chiar de a urma tratamentul prescris. În plus, există o formă secundară de depresie, cauzată de unele afecțiuni sau condiții fizice, cum ar fi: anemiile, alimentația dezechilibrată, carența nutrițională, dereglările hormonale, infarctul miocardic, insuficiența cardiacă, accidentele vasculare cerebrale, boala Parkinson etc.. Important de menționat este și rolul pe care alcoolul îl joacă în accentuarea stării de tristețe. De asemenea, deficiturile senzoriale pot favoriza apariția unei depresii. Afectarea văzului și/sau auzului pot duce la pierderea unor abilități și chiar la izolare socială.

Factorii socioprofesionali au un efect major asupra stării emoționale a vârstnicului. Astfel, pierderea poziției sociale, lipsa suportului social și singurătatea sunt intens resimțite de majoritatea. Scăderea nivelului de activitate în momentul pensionării, precum și micșorarea ve-

Ultimul onor al unui General al Armatei Române

Atraversat aproape un veac, iar cariera sa militară se identifică cu istoria modernă a României, din 97 de ani de viață, 85 petrecându-i în haina militară. A participat la cel de-al doilea război mondial din prima zi și până la sfârșit, luptând pe toate fronturile, de la Stalingrad și până în Cehoslovacia sau Berlin. A fost rănit de două ori, a stat în lagărele sovietice, dar n-ar fi pregetat, dacă s-ar putea da timpul înapoi, s-o ia de la capăt, în pofida tuturor greutăților, riscurilor și privațiunilor ce ar interveni.

Familia sa, trei generații de oșteni au făcut frontul. S-a născut în 1923, în Siliștea Gumești, satul Moromeților, unde a fost coleg de bancă cu Marin Preda. A fost crescut și educat în satul natal, cu exigență și acea înțelegere țărănească simplă, dar genială a lumii și a oamenilor, sat pe care l-a părăsit la 12 ani ca să intre copil de trupă în Regimentul 4 Călărași, la celebra cazarmă Malmaison. Tatăl său, Badea Dragnea, a fost decorat cu „Virtutea Militară” în Primul Război Mondial, iar bunicii săi, Ion Dragnea, a fost decorat cu „Steaua României” în Războiul de Independență. Am avut onoarea, pentru Revista OMENIA, să fiu cel care i-a luat ultimul interviu. Pe



strada Cobălcescu, în stânga Cișmigiului, gard în gard cu Policlinica Militară, este o clădire veche, o vilă boierească din alte timpuri. Austeră – ca o unitate militară ea servește și drept cămin, cantină pentru veteranii de război.

Pereți înalți și reci, ferestre cu giurgiuvele din lemn prin care își face loc vântul tăios. Acolo, într-un birou modest, îmbrăcat în drapelul României pe care scrie „Sacrificiul cere respect”, venea zi de zi, în baston, un general al Armatei Române, președintele Asociației Naționale a Veteranilor de Război, Marin Badea Dragnea. Copil de trupă, plecat la Stalingrad din

satul Moromeților, mutilat și decorat în război, omagiat de președinții SUA și hulit deopotrivă de contemporani, s-a luptat pe timp de pace, nu pe front, ci prin cancelariile miniștrilor, prim-miniștrilor și președinților pentru drepturile celor ca el, din ce în ce mai puțini. Ne-a părăsit la începutul acestui an cu sufletul împăcat că n-a trăit și n-a luptat degeaba. L-am condus pe ultimul drum într-o sâmbătă mohorâtă de februarie alături de fostele glorii ale sportului românesc și înconjurat de camarazi de arme. Lacrimi, durere, recunoștință eternă și un ultimul onor, Domnule General!

Ionuț CRIVĂȚ

Răspundem întrebărilor dumneavoastră

I.C.C. (Brașov) – Ce documente adoptă Adunarea Generală și Consiliul Director?

Adunarea Generală a Reprezentanților (AGR) adoptă hotărâri, Consiliul Director adoptă decizii iar președintele asociației casa de ajutor reciproc a pensionarilor dă dispoziții și ordine pentru punerea în aplicare a hotărârilor adunării generale și deciziilor consiliului director. Dispozițiile și ordinele date de președinte pot fi atât scrise cât și verbale.

Deciziile Consiliului Director, care vizează competențele atribuite prin statut (AGR), între două adunări consecutive sunt supuse validării sau ratificării de către prima Adunare Generală a Reprezentanților.

C.N. (Constanța) – Membrii Consiliului Director al asociației c.a.r.p. pot fi salariați?

Membrii Consiliului Director ai Asociației C.A.R.P. trebuie să fie pensionari cu decizii definitive, cu o vechime în asociație de cel puțin 5 ani, să fie exemple de moralitate în rândul membrilor asociației, să nu aibă afecțiuni neuropsihice și să fi desfășurat activități economico-financiare, administrative, sociale, culturale sau artistice în cadrul asociației.

Prevederea se găsește în

statutul cadru al asociației c.a.r.p. transmis asociațiilor membre ale Federației Naționale "OMENIA" și are ca bază prevederile art. 4 din Legea nr. 540/2002, care stipulează ce categorii de persoane pot fi membre.

Salariații nu pot fi membri ai asociațiilor case de ajutor reciproc ale pensionarilor, ei având case de ajutor reciproc ale salariaților potrivit Legii nr. 122/1996. Pot fi însă membri simpatizanți.

C.D. (Poiești) – Membrii altor ONG-uri de pensionari pot face parte din Consiliul Director al Asociației Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor?

Seniorii, membri ai altor ONG-uri de pensionari nu pot face parte din Consiliul Director al asociației c.a.r.p., potrivit prevederilor Legii nr. 502/2004 privind asociațiile de pensionari. Constituția României, pare mai generoasă cu dreptul la asociere.

Dar, membrii cu funcții de conducere la nivel local ai unor organizații de pensionari din componența Consiliului Național al Persoanelor Vârstnice nu pot face parte, în același timp, și din Consiliul Director al c.a.r.p.-urilor. Practic a demonstrat că nu au fost loiali asociațiilor case de ajutor reciproc ale pensionarilor, iar unii dintre ei au folosit



baza de date a acestora pentru a atrage membrii și în ONG-urile la care își desfășoară activitatea.

M.A. (Suceava) – Reprezentanții la AGR sunt aleși sau numiți?

Reprezentanții participanți la Adunarea Generală sunt aleși de membri în proporțiile prevăzute în statut (ex. 1:200). Este greșită interpretarea potrivit căreia reprezentanții sunt numiți de Consiliul Director. Rolul consiliului director este de a urmări și verifica dacă reprezentanții întrunesc criteriile de eligibilitate prevăzute de statut (vechime, integritate, activitate, etc.).

C.N. (Teleorman) – De ce trebuie să prezentăm în adunarea generală și bugetul de venituri și cheltuieli și programele asociației?

OG nr. 26/2000 privind asociațiile și fundațiile prevede prezentarea bugetului de venituri și cheltuieli dar și a programelor asociației. Entitățile economice prezintă planul de afaceri, dar la ONG-uri s-a prevăzut o formă mai simplă – programele asociației. Pentru mandatul de 4-5 ani al AGR și Consiliului Director este bine să prezinte și o strategie de dezvoltare a asociației c.a.r.p.

Să mai și râdem...



◆ ◆ ◆ ◆

- Iubitul meu este cel mai romantic bărbat din lume!

- Ce te face să crezi asta?
- A început să plângă când a văzut inima pe care i-am inscripționat-o pe capota noii mașini!

◆ ◆ ◆ ◆

- Dragul meu, știi ce citesc în ochii tăi?
- Ce iubito?
- Că vrei să te căsătorești cu mine...
- Analfabeto!

◆ ◆ ◆ ◆

Doi amanți în pat.
El, lovit brusc de un atac de sensibilitate, îi spune:
- Spune-mi ceva să mă simt ca și când ai fi soția mea.
La care ea:
- Dragă, azi nu pot, mă doare capul...

◆ ◆ ◆ ◆

- Iubitule, îți place bluza mea cea nouă?
- Foarte frumoasă și îți vine bine!
- Acum, să ți le arăt și pe celelalte opt.

◆ ◆ ◆ ◆

- Ai iubit?
- Nu.
- Cum e posibil ca o femeie așa de frumoasă ca tine, să nu aibă un iubit?
- Nu mă lasă soțul.

◆ ◆ ◆ ◆

La scoala de șoferi:
Claxonul se folosește pentru a evita un pericol iminent. Bulă:
- Aaaa .. De aia la nunți se claxonează așa mult ... și tot degeaba

◆ ◆ ◆ ◆

Undeva, pe chat, înaintea unei întâlniri:
- Cum te recunosc? Întreaba ea.
- Sunt scund, gras, am burtă și port ochelari

- Tu?
- Eu nu mai vin

◆ ◆ ◆ ◆

Ora de Sociologie:
- Numim hoț pe cel care ia proprietatea altuia – explică profesorul.
- Bulă, tu nu ești atent!
- Ba da, domnule profesor.
- Atunci spune-mi, ce aș fi eu dacă ți-aș scoate din buzunar 1.000 de lei?
- Vrăjitor, domnule profesor.

◆ ◆ ◆ ◆

- Cioc, cioc.
- Cine-i?
- Sunt eu, iubito, dragostea vieții tale.
- Neeee, ciocolata nu vorbește!

◆ ◆ ◆ ◆

Un gropar întreabă o tipă întâlnită noaptea prin cimitir:
- Frumoaso nu îți este frică prin cimitir?
- Îmi era, când trăiam.

◆ ◆ ◆ ◆

Discuție între doi hoți:
- De ce-ai furat mașina asta, mâncaț-aș?
- Mă gândeam că n-are stăpân, mâncaț-aș!
- De ce, mâncaț-aș?
- Era parcată în poarta cimitirului, mâncaț-aș.

◆ ◆ ◆ ◆

Băiatul se duce la tatăl lui și îi zice:
- Tată, tată! Ai zis că dacă iau un zece mă lași să mă joc toată ziua pe afară.
- Așa e! zise tatăl plin de speranță.
- Buun. Mă duc să mă joc jumătate de zi.

◆ ◆ ◆ ◆

Un șef de tren ajunge după trei zile acasă și face o glumă cu soția:
- Bună dimineața, biletele la control.
De sub pat îi răspunde o voce:
- Abonament ...

Omenia TV

o voce a pensionarilor din România

Aflată în al zecelea an, Omenia TV redă vocea pensionarilor din România. Singura platformă online a organizațiilor de pensionari, Omenia TV este un spațiu al schimburilor de experiență și al exemplor care pot replica bunele practici în casele de ajutor reciproc ale pensionarilor și, în același timp, în alte asociații ale pensionarilor.

Platforma online Omenia TV susținută financiar de Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București, a apărut din nevoia organizațiilor membre ale Federației Naționale "OMENIA" a C.A.R.P.-urilor din România de a fi în contact cu proiectele și strategiile Federației, de a învăța și colabora în spiritul ajutorului reciproc de la celelalte organizații, de a fi transparente în relația cu membrii, autoritățile centrale și locale, cu sponsorii.

Vă invităm să explorați bunele practici în casele de ajutor reciproc 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.

Președinte de onoare
Ing. Gheorghe CHIOARU

Director
Ec. Giorgică BĂDĂRĂU
tel. 0752.001.404

Redactor șef
Ionuț CRIVĂȚ
tel. 0736.368.692

Redactor
Ing. Vasilică FĂLCUȚĂ
tel. 0752.001.406

Redactor, corector,
Sociolog
Ionuț ARDELEANU
tel. 0752.001.437

Redactor, Grafician
Irina ANDREI

Redactor
Istvan FEKETE



NORME DE COLABORARE

Cititorii pot trimite pe adresa redacției texte și fotografii care se încadrează în tematica revistei. Răspunderea juridică pentru conținutul articolelor aparține în exclusivitate autorilor, conform art. 206 CP. Informațiile referitoare la geografia și istoria zonelor în care se află sediile asociațiilor C.A.R.P. au fost preluate de pe enciclopedii online.

Revista poate fi citită și online pe
www.fn-omenia.ro

CONTACT COLEGIUL DE REDACȚIE

**București, Sector 5,
Str. Amurgului 53, cp 051983
E-mail: fn.omenia@yahoo.com
E-mail: secretariat@fn-omenia.ro
tel/fax: 021-456-3699**

COPYRIGHT:

Este autorizată orice reproducere,
cu condiția specificării sursei.

C.A.R.P.-urile din FEDERAȚIE, în imagini

Casele de Ajutor Reciproc ale Pensionarilor, membre ale Federației Naționale „OMENIA” reprezintă adevărate organizații de economie socială destinate seniorilor, cu o activitate bogată și susținută în sprijinirea drepturilor acestora la un trai decent și o bătrânețe liniștită. Pentru exemplificare, iată și câteva aspecte din viața acestor organizații.



C.A.R.P. "Milcov" Focșani



C.A.R.P. "Ana Aslan" Brăila

© Nicu Iorga



C.A.R.P. Alexandria

E-mail: fn.omenia@yahoo.com

E-mail: secretariat@fn-omenia.ro

Website: www.fn-omenia.ro

www.omeniatv.ro

Tel/fax: 021-423.17.49; 021-456.36.99

Mobil: 0752.001.404; 0752.001.406

ISSN - 2065 - 9989

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

Tipografie tel: 0744.536.449

E-mail: dorotea_print@yahoo.com