

EDITORIAL

Ionuț CRIVĂȚ

Pensia mea, ce-ați făcut cu ea?



O serie de întrebări legitime s-au aflat, la începutul lunii ianuarie 2025, pe buzele tuturor pensionarilor. Fie ei „speciali” sau „normali”, în sensul că s-au uitat în portofel, sub saltea, după caz în conturi, și-au pus problema dacă mai vine, cât vine și prin cine vine în anul în care tocmai am pășit, răsplata lor pentru anii de muncă și de contributivitate.

(continuare în pagina 3)

Legea pensiilor, în cifre

Peste 3,8 milioane de pensii (82,56%) au fost majorate în anul 2024 în urma procesului de recalculare, cea mai amplă reformă a sistemului public de pensii, iar creșterea medie pentru pensionarii care au beneficiat de majorări a fost de 622 de lei. Procesul de recalculare a vizat recalcularea tuturor pensiilor în plată, la data de 31 august 2024, impactând circa 4,6 milioane de pensionari.

Pentru seniori

2025 să fie un an cu OMENIE!



Chiar din primele zile ale lui 2025, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București a fost luată cu asalt de vârstnicii care și-au epuizat economiile cu prilejul sărbătorilor de iarnă. Cu toate recalculările, vin acum la noi și accesează noi împrumuturi care îi vor ajuta să treacă cu bine iarna și perioada de austeritate.

Anul în care tocmai am intrat se anunță mai strâns la pungă, având în vedere scumpirile care au început încă

din prima zi a lui ianuarie 2025. Astfel că, în număr mare, seniorii au apelat la unicul lor sprijin în vreme de criză, la casa de ajutor reciproc a pensionarilor, care le este alături, orice ar fi, prin împrumuturi acordate pe loc sau a doua zi, prin dobânzi decente și oferte avantajoase.

Dragi seniori, nu uitați că și în noul an Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București este alături de dumneavoastră!

OFERTĂ LA „OMENIA”

Asociația C.A.R.P. „OMENIA”

vine cu cea mai generoasă ofertă de împrumuturi:

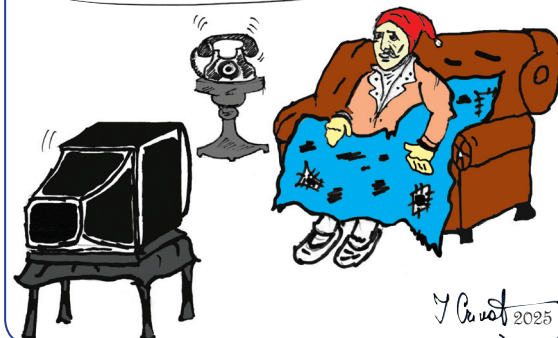
- PENTRU CAZURI SOCIALE CU DOBÂNDĂ DE 3% PE AN;
- PÂNĂ LA NIVELUL FONDULUI DE COTIZAȚIE CU DOBÂNDĂ DE 5% PE AN;
- LA TERMEN: ÎNTRE 20 - 40 DE ZILE;
- URGENTE: PE LOC SAU A DOUA ZI.

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

Alege publicația nr. 1 a seniorilor din România

CARICATURA LUNII

PENTRU CEI CARE SUFERĂ DE FRIG S-A DESCHIS
O LINIE TELEFONICĂ FIERBINTE UNDE POTI SĂ
VORBESTI CU CINEVA CARE STĂ LA CĂLDURĂ...



Y. Crivăț 2025

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

Centrul de Zi, în casă nouă!

Semne bune anul are! Se spune sau nu se spune așa? Este și cazul nostru, al Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București care, printre obiectivele pe care și le-a propus în cursul anului trecut, a fost și renovarea Centrului de Zi. Așa că avem cu ce ne lăuda. Reamintim că la sfârșitul anului trecut noua înfățișare a fost inaugurată și sfințită în cadrul unei frumoase activități dedicată zilei naționale a României.

În termeni tehnici asta înseamnă reabilitarea Centrului de Zi, conform noilor cerințe, prin utilizarea cu mobilier nou, deosebit de frumos, gresie de foarte bună calitate, antiaderentă, adaptată siguranței persoanelor vârstnice, refacerea instalației electrice, compartimentarea camerelor pentru desfășurarea activităților specifice Centrului, într-un cuvânt asigurarea unor condiții decente.

„S-au făcut eforturi deosebite pentru îmbunătățirea infrastructurii necesară desfășurării activităților de socializare și petrecere a timpului liber din cadrul Centrului de Zi „OMENIA”. Acum spațiile sunt mai generoase și mult mai funcționale, ambianța îndeamnă la o participare mai numeroasă din partea seniorilor. Iată că, ceea ce am promis, de fapt am și planificat cu multă responsabilitate, acum



a prins viață”, mărturisea domnul Ec. Giorgică Bădărău, președinte Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București.

Felicităm și noi pe această cale conducerea instituției și, totodată, îi invităm pe seniori să se bucure de aceste realizări minunate, în cadrul activităților și cercurilor tematice de mâini îndemnatice, pictură, literatură, engleză, digitalizare, creație, cor și alte activități socio-culturale dedicate sărbătorilor importante precum 1 martie, 8 martie, Sfințelilor Paști, Ziua lei, Ziua Limbii Române, Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice, 1 Decembrie și alte evenimente care vor fi găzduite aici. Astfel, Centrul



de Zi al Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București se transformă în locul unde îmbătrânirea activă și sănătoasă se întâlnește cu potențialul oricărui senior.

Ionuț CRIVĂȚ

Democrația trebuie protejată

Gândirea critică, o soluție împotriva știrilor false

Pe măsură ce ne apropiem de următoarele alegeri, este mai important ca oricând să fim informați și să gândim critic despre informațiile pe care le consumăm. Știrile false și conținutul înșelător se pot răspândi rapid, influențând opiniile și creând confuzie sau temeri inutile. Cum putem totuși să ne protejăm pentru a face alegeri mai conștiente?

1. Verifică sursa

Verifică întotdeauna de unde provine informația. Este un canal de știri de încredere sau un site necunoscut? Sursele de știri consacrate au mai multe șanse să verifice informațiile înainte de a le publica.

2. Fii atent/ă la titlurile emoționale

Știrile false folosesc adesea titluri senzaționale sau emoționale pentru a atrage atenția. Dacă ceva pare prea șocant sau exagerat, merită să investighezi mai mult înainte de a crede



sau distribui informația.

3. Verifică informațiile din mai multe surse

Nu te baza pe o singură sursă. Caută aceeași știre pe platforme multiple. Dacă mai multe surse credibile raportează aceeași poveste, este mai probabil să

fie adevărată.

4. Analizează înainte să distribui

Înainte de a trimite un mesaj sau de a distribui o postare, întreabă-te: „Este adevărat? De unde știi asta?” Evită să răspândești informații neverificate, chiar dacă par interesante sau importante.

5. Învață să identifici imaginile și videoclipurile false

Tehnologia face ușoară manipularea fotografiilor și videoclipurilor. Folosește metode precum căutarea imaginilor pe Google Lens sau caută semne de editare pentru a le verifica autenticitatea.

Practicând gândirea critică, putem rămâne informați, lua decizii mai bune și evita să cădem pradă dezinformării. Haideți să ne concentrăm pe împărtășirea responsabilă a informațiilor și pe încurajarea discuțiilor constructive în comunitățile noastre!

Ionuț ARDELEANU

Începutul de an este momentul perfect pentru a reflecta asupra stării noastre de bine și pentru a lua în considerare modalități de a ne îmbunătăți viața de zi cu zi. Adoptarea unor schimbări mici și ușor de gestionat poate avea un impact profund asupra sănătății, iar vestea bună este că nicio dată nu este prea târziu pentru a începe! Iată câteva obiceiuri simple care pot aduce beneficii mari pentru sănătate:

1. Mai multă mișcare, mai puțin sedentarism

Nu trebuie să participăm la maratoane pentru a ne menține activi. O plimbare de 15 minute după masă sau câteva exerciții ușoare de întindere dimineața pot îmbunătăți starea de spirit, circulația și menține musculatura.

2. Hidratare corespunzătoare

Mulți dintre noi uităm să bem suficientă apă, mai ales în lunile reci. Ar fi ideal să ne facem un obicei din a bea un pahar cu apă imediat după trezire și pe întreg parcursul zilei pentru a susține nivelul de energie și o digestie optimă.

3. Alimentele integrale sunt o alegere excelentă

Adăugarea mai multor fructe, legume și cereale integrale în alimentație nu trebuie să fie complicată. Înlocuirea gustărilor dulci cu o mână de nuci sau

Sănătatea înainte de toate

An nou, obiceiuri noi: Schimbări mici cu beneficii mari



Foto: Metro Trans

un fruct pentru a hrăni corpul cu nutrienți esențiali este alegerea câștigătoare.

4. Somnul de calitate

Un somn de calitate este fundația unei sănătăți optime. Creează-ți o rutină înainte de culcare — cum ar fi reducerea intensității luminii și evitarea ecranelor — pentru a te relaxa și a beneficia de un somn mai odihnitor.

5. Practicarea recunoștinței

O mentalitate pozitivă poate face minuni pentru starea de bine. O su-

gestie ar fi să începem sau încheiem ziua enumerând trei lucruri pentru care suntem recunoscători. Este un obicei mic care poate aduce multă bucurie.

Anul acesta, să ne concentrăm pe schimbări mici și constante, mai degrabă decât pe rezoluții copleșitoare. Construind obiceiuri mai sănătoase pas cu pas, vom pune bazele unui an mai sănătos și trăit într-un mod mai conștient.

Ionuț ARDELEANU

(urmare din pagina 1)

EDITORIAL

Pensia mea, ce-ați făcut cu ea?

Dacă la finele lunii noiembrie ale anului trecut, chestiunile arzătoare la ordinea zilei erau legate de pensii, recalculare, cotizații, indexări etc., luna decembrie a venit cu tavălugul alegerilor parlamentare și prezidențiale. Decizia Curții Constituționale de anulare a prezidențialelor, vânatoarea de legioniari, arsenal pentru pornirea unei răzmelite găsit într-un portbagaj, „agenturili” străine, Tik Tok și multe altele, au fost potrivite în așa fel încât să nu ne tihnească sărbătorile de iarnă. Brusc, chestiunea pensiilor a fost trecută la rubrica știrile pe scurt. Cronologic, totul s-a desfășurat pe repede înainte. Depune noul guvern jurământul, se apropie sfârșitul de an și o ordonanță de urgență, zisă și trenuleț, ne este făcută cadou. Ordonanța Trenuleț (OUG 156/2024) a fost publicată în Monitorul oficial în buza Anului Nou. Câteva măsuri din Ordonanța de austeritate, ca să-i spunem așa, în forma publicată inițial în Monitorul Oficial, ne anunță că pensiile speciale nu se mai actualizează

cu rata medie anuală a inflației, iar cele normale îngheață, valoarea punctului de referință menținându-se la nivelul de 81 de lei. S-a solicitat Avocatului Poporului să atace la Curtea Constituțională a României această ordonanță pe motiv că respectivul act este neconstituțional. Ca să vezi, același Avocat care, venit din concediu, a considerat că legea pensiilor militare (pensii care nu au mai crescut de aproape 10 ani!) are probleme cu nerespectarea principiului egalității în drepturi și cu indicarea sursei de finanțare.

În fine, a doua chestiune legată de pensii este cea cu privire la venirea lor. Vorbeam zilele trecute cu doamna poștaş, care le aduce părinților mei pensia. Nu știa nici ea când vin taloanele. Zilele libere au atras după sine și o întârziere la plata pensiilor cash sau pe card. Nu știu, domnu` Crivăț, vă anunț eu, nu știu nici noi!

Iar de aici, ajungem la cea de-a treia chestiune, cea cu închiderea

oficiilor poștale, un proces care începe și se va desfășura în etape. Evident, pe lângă angajați, vor avea de suferit pensionarii care, mulți dintre ei nu sunt deprinși cu digitalizarea. Mai ales cei din mediul rural. Cei care viețuiesc într-un orașel mic mai au un bancomat, un chioșc, un magazin unde pot achita cu cardul.

Dar, ce te faci cu cei care atunci când adie vântul, în sudul țării, în pustietatea tele-oltenească se oprește curentul și n-au cum să plătească cu cardul? Sau să scoată bani de pe card din ATM-ul atârnat într-un salcâm ca să nu-l fure careva pentru fier vechi? La asta trebuie să se gândească și la cele scrise mai sus actualii și viitorii guvernanți. Să se gândească la pensionarii acestei țări deoarece, ca să-l citez pe un consătean de-al meu și oarecum rudă, Ilie Moromete, dar într-un alt context spunea: „Ascultă aicea, nu se poate să facă ei una ca asta, nu se poate pentru că e pericol!”

De Ziua Culturii Naționale sărbătorim

175 de ani de la nașterea lui Eminescu!

Luna aceasta, pe 15 ianuarie, s-au împlinit 175 de ani de la nașterea poetului nostru național, Mihai Eminescu, jurnalist, prozator, dramaturg și gânditor, ales post-mortem membru al Academiei Române. Eminescu a fost supranumit „Luceafărul poeziei românești” și a rămas cel mai important reprezentant al romantismului din literatura română, un remarcabil erudit și militant activ pentru dreptul la existența națională a poporului român. Totodată, această dată, conform Legii nr. 238 din 7 decembrie 2010, a fost aleasă ca Zi a Culturii Naționale, în care marcăm nu doar nașterea „Luceafărului” poeziei românești, dar reflectăm și asupra remarcabilei culturi naționale și asupra esenței românismului din sufletul fiecărei persoane cu simțire națională.

Poetul nepereche - cum i se mai spune - s-a născut la Botoșani și a copilărit la Ipotești, mutându-se, în adolescență, la Cernăuți pentru a urma cursurile gimnaziale unde, la vârsta de 16 ani, a publicat primul poem, „De-aș avea”. La vârsta de 19 ani a început studiul filozofiei la Universitatea din



Viena, unde a întâlnit scrierile unor autori care îi vor influența puternic opera, precum Platon, Spinoza, Leibniz, Kant, Rousseau și Schopenhauer, dar

și filozofia orientală prin opere precum Ramayana, Mahābhārata și Vede. Tot în această perioadă începe să publice în revista Convorbiri literare. La 22 de ani a plecat la Berlin pentru a-și continua studiile. Activitatea jurnalistică a lui Mihai Eminescu s-a desfășurat între anii 1875 și 1877, la Curierul de Iași, iar din 1877 la Timpul, oficiosul Partidului Conservator, față de care Eminescu era apropiat ideologic. Epuizat de munca de zi cu zi și, probabil, suferind de tulburare bipolară, Eminescu s-a retras din gazetărie în iunie 1883. În urma unei căderi nervoase în anul 1886, probleme sale de sănătate mintală au fost interpretate, probabil eronat, ca simptome de neurosifilis, poetul fiind tratat cu injecții de clorură de mercur. Marele poet se stinge la 15 iunie 1889, în sanatoriul doctorului Alexandru Șuțu, fiind înmormântat două zile mai târziu la cimitirul Bellu din București. Moartea a fost datorată, cel mai probabil, intoxicației cu mercur. Fără nicio îndoială putem afirma că Eminescu reprezintă chintesența gândirii, frumeseții și spiritualității poporului român.

24 ianuarie 2025: 166 de ani de Unire

În cuget și-n simțiri!

În România se sărbătorește luna aceasta, pe 24 ianuarie, 166 de ani de la Unirea Principatelor, moment marcat în întreaga țară prin ceremonii religioase și militare, depuneri de coroane sau spectacole, se celebrează dubla alegere, în unanimitate, a colonelului Alexandru Ioan Cuza, reprezentantul „Partidei Naționale”, ca domn al Moldovei (5 ianuarie) și al Țării Românești (24 ianuarie). Impropiu spus Mica Unire, deoarece reprezintă un moment colosal, actul propriu-zis fiind certificatul de naștere al statului român modern.

Deși scurtă, domnia lui Alexandru Ioan Cuza a fost perioada de maximă dezvoltare a României moderne. Prin recunoașterea Unirii depline, crearea primului Parlament unic al României și a primului guvern unitar, prin reformele sale – adoptarea primei Constituții românești, reforma electorală, secularizarea averilor mănăstirești, reforma agrară, a învățământului, domnia lui Alexandru Ioan Cuza a pus bazele dezvoltării moderne a României. În anii care



au urmat, cu ajutorul unioniștilor din cele două țări, Domnul Cuza a realizat unirea politică și administrativă. Șirul de reforme inițiate de Cuza și venirea mai apoi pe tronul Principatelor Unite a lui Carol I a făcut ca actul de la 1859 să fie ireversibil. Semnificația acestui moment trebuie

înțeleasă acum, în vremurile pe care le trăim, mai mult decât atunci la făurirea lui, pentru că, parcă niciodată românii nu au fost mai dezbinați, mai porniți unii împotriva altora, ca și cum ar avea în față pe cel mai cumplit dușman, nu tot un român. (I.C.)

INFO PENSIONARI

Mica recalculare
merge înainte

Directorul Casei Naționale de Pensii a anunțat că mica recalculare a pensiilor, de care vor beneficia un milion de pensionari, va avea loc, în pofida înghețării pensiilor. „Mica recalculare este prevăzută de noua lege a pensiilor, fiind vorba despre acele venituri cu caracter nepermanent, care pe vechea lege nu erau luate în calculul pensiei. Pentru aceste venituri s-au plătit contribuții la bugetul de stat, ele respectă principiul contributivității”, a spus Daniel Baciu.

Pensionarii
își caută de lucru

Românii sunt nevoiți să caute alternative pentru a-și suplimenta veniturile, având în vedere climatul economic tot mai instabil, conform unui studiu realizat de platforma DeLucru.ro. Și pensionarii sunt îngrijorați, mai ales pentru că se tem că nu vor reuși să își plătească facturile sau că nu le vor ajunge banii pentru alimente și medicamente. Numărul pensionarilor care caută să lucreze pentru că nu le ajunge pensia a crescut cu 29% în primele zile ale lunii ianuarie.

Vouchere de 1.000 de lei

Guvernul ia în calcul acordarea de vouchere cu valoare de până la 1.000 de lei pentru pensionarii cu venituri foarte mici, după lipsa indexării pensiilor cu 12,1% care ar fi trebuit să aibă loc începând cu ianuarie 2025. Ajutorul se acordă o singură dată și beneficiarii ar putea primi sume cuprinse între 600 și 1000 de lei. O decizie finală va fi luată, cel mai probabil, după ce va fi adoptat bugetul pe acest an, fiind nevoie de mai multe calcule pentru a vedea dacă statul își permite susținerea acestei măsuri.

Pensia socială,
înghețată

Pensia socială care era programată să crească cu 10,4% începând cu 1 ianuarie 2025, va rămâne la același nivel. Decizia de majorare a fost suspendată, astfel că pensionarii vor continua să primească suma de 1.281 de lei. Dacă măsura ar fi fost pusă în aplicare, indemnizația socială pentru pensionari ar fi crescut cu 134 de lei, atingând suma de 1.415 lei, comparativ cu 1.281 de lei, cât este în prezent.

Sfatul Specialistului

Demersul terapiei logopedice
în cazul dislaliei (I)

Foto: careoptionsforkids.com

Dragi părinți și bunici, continuăm și anul acesta cu sfaturi utile primite de la specialiști în domeniul psihologiei, sfaturi de care avem nevoie atunci când copiii și nepoții noștri se confruntă cu probleme de comunicare, învățare și socializare.

Demersul logopedic cuprinde șase etape:

1) **Etapă pregătitoare** care constă în exerciții de motricitate generală, motricitatea aparatului fonoarticular, exerciții de respirație, dezvoltarea auzului fonematic, lateralitate, schema corporală, structuri perceptiv-motrice. Această etapă se exersează în fiecare ședință terapeutică în primele 5-15 min.

Exercițiile fizice urmăresc fortificarea trunchiului, gâtului și membrelor și se execută într-un mod ritmic pentru facilitarea introducerii ritmului la nivelul vorbirii și obligatoriu sunt însoțite de exerciții de respirație.

Pentru ca organele articulatorii să poată efectua mișcările necesare producerii corecte a vorbirii au nevoie de o mobilitate bună. Exercițiile de gimnastică fonoarticulară ajută la îmbunătățirea mișcărilor articulatorii și fonatorii implicate în pronunție, precum și la relaxarea musculaturii feței. Exercițiile de miogimnastică cuprind exerciții faciale, linguale, mandibulare, labiale, ale valului palatin și laringale.

Exercițiile de respirație sunt importante în pronunția corectă, deoarece prin aerul expirat se produce vibrația

corzilor vocale necesare în emiterea sunetelor, iar copiii cu tulburări de limbaj nu au musculatura necesară actului de vorbire îndeajuns de dezvoltată.

Educarea auzului fonematic înseamnă dezvoltarea capacității de identificare și diferențiere a sunetelor. Mulți copii dislalici, deși dețin o motricitate articulatorie bună în pronunțarea corectă a sunetelor, totuși din cauza tulburărilor de auz fonematic, se află în imposibilitatea diferențierii a unuia sau mai multor fone-me și astfel s-au deprins cu o pronunție defectuoasă.

Surse bibliografice

Bodea Hațegan, C. (2016). *Logopedia Terapia tulburărilor de limbaj. Structuri deschise*. București: Editura Trei.

Boșcaiu, E. (1973). *Prevenirea și corectarea tulburărilor de vorbire în grădinițele de copii*. București: Editura Didactică și Pedagogică.

Guțu, M. (1975). *Logopedia*. Cluj-Napoca: Universitatea Babeș-Bolyai.

Jurcău, E., & Jurcău, N. (1989). *Cum vorbesc copiii noștri*. Cluj-Napoca: Editura Dacia.

Păunescu, C., & all. (1987). *Tulburări de limbaj la copil*. București: Editura medicală.

Verza, E. (2003). *Tratat de logopedie (Vol. I)*. București: Ed. Fundației Humanitas.

Vrășmaș, E., & Stănică, C. (1997). *Terapia tulburărilor de limbaj*. București: Editura Didactică și Pedagogică, R. A.

Psiholog logoped
Alina MIHĂESCU

Proiect cofinanțat de Fundația United Way România

„Vârstnici activi, vârstnici integrați social”

Conștientă de situația tot mai precară și lipsită de orice perspectivă pozitivă a vârstnicilor din România, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București a dezvoltat de-a lungul timpului o serie de servicii socio-medice adaptate nevoilor membrilor săi. Totodată, în parteneriat cu importante organizații neguvernamentale a inițiat și s-a implicat în multe proiecte umanitare. Astfel, în perioada 01.01.2024 – 31.12.2024, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București a derulat împreună cu Fundația United Way România (în calitate de cofinanțator) proiectul „Vârstnici activi, vârstnici integrați social”.

Acest proiect, devenit deja o tradiție, a urmărit o serie de obiective dedicate segmentului de populație și de vârstă cel mai afectat de transformările socio-economice din ultimii ani, cum ar fi îmbunătățirea calității vieții persoanelor vârstnice aflate în risc de excludere socială din cauza sărăciei, a stării de sănătate precare, a sentimentului de inutilitate și singurătate, instalat odată cu pensionarea și înaintarea în vârstă. S-a mai urmărit, de asemenea, implicarea seniorilor în activități de socializare și voluntariat și asigurarea nevoilor materiale de bază.

Grupul țintă a fost format din 60 de persoane vârstnice vulnerabile, cu risc de izolare și excludere socială. Aceștia au beneficiat de suport social și psiho-emoțional. De asemenea, lunar au fost distribuite cel puțin 60 de pachete cu produse alimentare și/sau igienico-sanitare. Dintre cele 60 de persoane vârstnice, 20 sunt greu deplasabile, astfel au primit lunar suport social și psiho-emoțional la domiciliu, iar cele deplasabile, respectiv 40 de persoane, la sediul Centrului de Zi al Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București. Cele 60 de persoane au fost implicate în activități de socializare și petrecere a timpului liber.

Cu o mobilizare atât de bună și o activitate susținută și complexă nici rezultatele nu s-au lăsat așteptate. Astfel, ca urmare a implementării proiectului, 60 de persoane vârstnice au beneficiat lunar – pe parcursul unui an – de servicii sociale și de ajutoare materiale nerambursabile constând în pachete cu alimente și produse igienico-sani-



tare. Mulțumim Fundației United Way România care a sprijinit acest proiect și sperăm în colaborări viitoare la fel de benefice și necesare, destinate persoanelor de vârstă a treia.

Fundația United Way România este o fundație românească înregistrată în iunie 2004 și afiliată la United Way Worldwide, SUA. Viziunea acestei organizații este aceea a unei comunități prospere, capabile de a-și susține membrii să-și atingă potențialul maxim iar

misiunea este aceea de a îmbunătăți calitatea vieții în comunitate, prin încurajarea donațiilor individuale, corporatiste și a voluntariatului.

Fundația are ca obiective principale acordarea de sprijin în oferirea de servicii educaționale, de sănătate și de integrare a persoanelor defavorizate din România pentru ca aceștia să aibă o viață mai bună, urmărind implicarea unui număr cât mai mare de parteneri – organizații, companii, instituții și persoane private în activități de responsabilitate socială, filantropie și voluntariat.

OFERTA DE IARNĂ

valabilă până la 31 martie 2025

Credite de 10 ori
valoarea fondului de cotizație

Exemple:

cu 300 lei > 3.000 lei
cu 500 lei > 5.000 lei
cu 1.000 lei > 10.000 lei
cu 2.000 lei > 20.000 lei
cu 3.000 lei > 30.000 lei
cu 4.000 lei > 40.000 lei
cu 4.800 lei > 48.000 lei



Banca
pentru
alimente
București



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



Prin noi
OMENIA
există!



Asociația C.A.R.P. "OMENIA" București

Str. Amurgului, nr. 53, Sector 5, București,
tel. 021.423.17.49, 0725.218.959

VĂ OFERĂ

Pe loc sau a doua zi,
ÎMPRUMUTURI rambursabile în 6 – 36 de luni

Servicii cu tarife subvenționate – consultații și tratamente medicale generale, oftalmologie, audiometrie, stomatologie, etc.; **Ajutoare materiale și financiare nerambursabile**, compensarea parțială a costurilor de spitalizare și a tratamentelor în stațiune, ajutoare de deces; **Activități de socializare** și terapii ocupaționale în cadrul Centrului de Zi OMENIA. **Gratuit sau prin decontare de la CNAS** – cărje, bastoane, cadre de mers, fotolii rulante, etc. Asociația organizează **excursii** și **pelerinaje** cu transport subvenționat.



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

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

SECTORUL 1

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

SECTORUL 2

Str. Mașina de Pâine, nr. 22, Bl. 50,

Casierii din București și din alte județe

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

SECTORUL 3

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

SECTORUL 4

Str. Izvorul Rece nr. 3, Bl. S14, Sc. B, Ap. 3, Parter, interfon - 003. Detalii la tel. 0752.001.416. Mijloace de transport - 76, 381, 116, 141.

SECTORUL 6

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

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

62 (stația Valea Lungă)

BUFTEA, JUDEȚUL ILFOV

Bulevardul Mihai Eminescu, nr. 6 Camera 3 (sediul cooperației de consum). Detalii la tel. 0766.180.331;

GHERMĂNEȘTI, JUDEȚUL ILFOV

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

BALOTEȘTI, JUDEȚUL ILFOV

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

POPEȘTI LEORDENI, JUDEȚUL ILFOV

Șos. Olteniței nr. 23. Detalii la tel. 0766.818.346;

DRĂGĂȘANI, JUDEȚUL VÂLCEA

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

PUCIOASA, JUDEȚUL DÂMBOVIȚA

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

Your Future Sounds
Clarfon

Sună la 031.9111

TESTEAZĂ-ȚI AUZUL
GRATUIT
LA CLARFON



Urmărește-ne pe  și primești CADOU o pereche de antifoane.

COLEGIUL DE REDACȚIE



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

Manager de proiect
Alina PERJOIU

Redactor-șef
Ionuț CRIVĂȚ
0736.368.692

Redactori:
Ionuț ARDELEANU,
Lucia Bădiță SECOȘANU

Grafician DTP
Irina ANDREI

CONTACT - Str. Amurgului 53, Sector 5,
București, CP 051983

E-mail: redactia.omenia@gmail.com;
carp.omenia@yahoo.com;
tel. 021.423.17.49 - 0725.218.959

ISSN - 2065-9989

Tipărit la S.C. DOROTEA PRODCOM S.R.L.
Tipografie: tel. 0744.536.449 E-mail: dorotea_print@yahoo.com
Mobil: 0752.001.404; 0752.001.406