

Seniorii au cuvântul

Viața pe datorie!



Pensionarii trec, de peste un an și jumătate, printr-o perioadă extrem de dificilă în condițiile în care pensiile nu s-au mai majorat, iar nivelul de trai a scăzut până la linia de demarcație dintre o viață decentă și limita de supraviețuire. Criza politică și economică se tot adâncește, iar coșul zilnic al omului de rând, cu precădere al pensionarului român, e tot mai peticit. Dar, din păcate pentru acești oameni, bunicii și părinții noștri, asta este poate cea mai mică problemă, dacă poate fi numită așa. Prioritățile lor, după o viață de muncă și de plătit taxe, im-

pozite și asigurări, este să-și cumpere medicamentele necesare fără de care nu ar supraviețui, spitalizări, operații și prioritar să-și achite facturile la lumină, întreținere, gaze și alte utilități. Pe ultimul loc a rămas hrana zilnică, în primul rând să fie cu dările la zi, că de foame au mai răbdat ei și în alte vremuri. E dramatic ceea ce se întâmplă cu ei, este neverosimil că s-a ajuns aici. În aceste condiții, sute și sute de pensionari apelează la Casele de Ajutor Reciproc ale Pensionarilor, singura lor speranță.

(Continuare în pagina 2)

EDITORIAL

Ionuț CRIVĂȚ

Poiana lui locan



Dragi cititori, în starea sa naturală, românul, fire latină și slavă deopotrivă, se pricepe cu desăvârșire la politică și economie, dar mai ales la analize și comentarii pe marginea acestor discipline. Ar mai fi și la fotbal, dar cum și aici stăm la fel de prost, suntem la fel „calificați” să ne dăm cu părerea, că tot vine Campionatul Mondial.

(Continuare în pagina 3)

OFERTA DE PRIMĂVARĂ

02 martie - 29 mai 2026

Cu o pensie mai mare și un istoric mai bun puteți împrumuta **70.000 de lei!**

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



OFERTĂ LA „OMENIA”

Asociația C.A.R.P. „OMENIA” vine cu cea mai generoasă ofertă de împrumuturi:

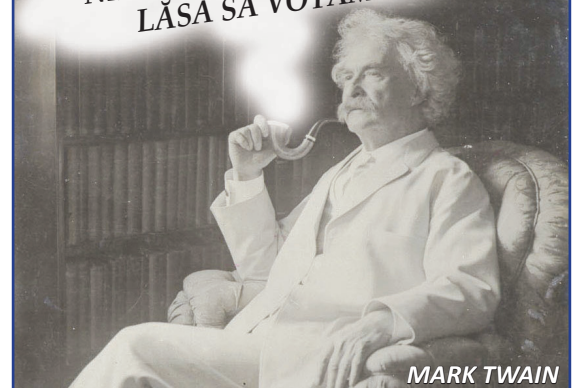
- PENTRU CAZURI SOCIALE CU DOBÂNDĂ DE 3% PE AN;
- PÂNĂ LA NIVELUL FONDULUI DE COTIZAȚIE CU DOBÂNDĂ DE 5% PE AN;
- LA TERMEN: ÎNTRE 20 - 40 DE ZILE;
- URGENTE: PE LOC SAU A DOUA ZI.

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

Alege publicația nr. 1 a seniorilor din România

MAXIMA LUNII

DACĂ PRIN VOT AM PUTEA SCHIMBA CEVA, NIMENI NU NE-AR MAI LĂSA SĂ VOTĂM



MARK TWAIN

Seniorii au cuvântul

Viata pe datorie!



(urmăre din pagina 1)

De fiecare dată, Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București este alături de seniori cu ajutoare financiare rambursabile accesibile și în condiții extrem de avantajoase, nu ca la bănci sau la IFN-uri, acest lucru venind pe lângă sutele de pachete cu alimente pe care le distribuie lunar celor mai defavorizați și lipsiți de sprijin financiar și familial. De aceea, așa cum facem periodic, am încercat să luăm câteva impresii ale oamenilor care ne trec pragul zi de zi, pentru un împrumut, pentru un ajutor, pentru o speranță, așadar, seniorii au cuvântul:

M.V., 72 de ani: Mă întrebam de ce am venit la Asociația C.A.R.P. „OMENIA” București?!

Sunt înscrisă de mulți ani la dumneavoastră, primul a fost soțul, după ce s-a pensionat. Mi-a zis, hai să te înscrii și tu, avem un ban pus de-o parte pentru zile negre, așa cum avea tata, la C.A.R., e mai sigur. Până luna trecută n-am făcut niciun împrumut, acum ne-au ajuns nezarurile. Soțul e foarte bolnav, avem nevoie de bani pentru operație, doctorul de la stat te trimite la clinică privată, acolo unde lucrează el pe bani mulți. Bani din pensie am pus ceva de-o parte, dar mai avem nevoie. Unde să te duci... Numai aici, la OMENIA, am găsit salvarea.

I.C., 78 de ani: Facturile, medicamentele și dacă mai rămâne ceva până la pesie și ceva pentru mâncare. Ei se ceartă la televizor și apoi se duc la restaurante, iar noi ne plimbăm cu sacoșa goală prin piață după niște roșii stricate,

Ec. Giorgică Bădărău,
Președintele Asociației C.A.R.P.
„OMENIA” București:

„Niciodată nu ne-am lăsat seniorii la greu, la noi toți vin cu speranță. Anul 2026 este un an dificil din prisma măsurilor de austeritate luate de guvernul României, măsuri care au bulversat viața seniorilor, deoarece și ei, seniorii, aveau proiecte de viitor, fie cu familia restrânsă, fie cu familia lărgită. Astfel, au avut nevoie în momentele de mare criză, de ajutorul nostru, de împrumuturi imediate pentru plata utilităților, medicamentelor și hrana de zi cu zi. Da, anul 2026 este un an de austeritate, iar vârstnicii vor avea de suportat această situație neplăcută, ținând seama că veniturile lor nu vor crește, dar în schimb cheltuielile da, vor cunoaște o expansiune (bunuri, servicii, utilități),



iar nivelul lor de trai va fi mult mai scăzut, va fi, practic, în regres. De aceea apelează la noi, la casele de ajutor reciproc ale pensionarilor, pentru că suntem singura lor soluție între băncile care le trântesc ușa și IFN-urile cu dobânzi astronomice”.

și alea ținute la preț până să le arunce la gunoi. Ce faceți dumneavoastră, faceți foarte mult pentru noi, pentru pensionari. Fac acum împrumut, am un fond bun, depun bani în fiecare lună, că stau banii bine aici la dumneavoastră. Îl aud pe câte unul, cât am stat aici la ghișeu, că vrea să se retragă! De ce frate să te retragi, când aici ai bănușul tău în siguranță, și că la nevoie faci un împrumut care să te ajute când îți arde buza și buzunarul!

A.P., 69 de ani: Mă înspăimântă ceea ce se întâmplă, ce văd la televizor și, apoi, a doua zi, la prețurile care cresc și tot cresc. Am muncit toată viața,

de la 17 ani, am plecat de la țară și m-am întors la țară, acum la pensie. Ca profesoară am crescut sute de studenți, i-am educat și îndreptat, cred eu, pe drumul cel mai bun. Acum, pământul pe care l-am primit de la părinții mei trebuie lucrat, iar din pensia de profesor abia dacă pot să-mi procur medicamentele. Așa că am apelat la dumneavoastră pentru un împrumut care mă va ajuta să nu las ce mi-a mai rămas de la dragii mei părinți pradă buruienilor. Vă mulțumesc și, totodată, mulțumesc doamnei casier zonal care deservește zona unde locuiesc eu. Felicitări Casei de Ajutor Reciproc „OMENIA” că este alături de noi, de pensionari.

De multe ori, atunci când bunicii își privesc nepoții, au senzația că nu doar vârsta îi separă, ci un întreg ocean tehnologic. Tinerii sunt absorbiți de ecrane, vorbesc o limbă amestecată cu englezisme și, uneori, îi exclud din lumea lor pe cei care nu îi înțeleg. Dar dincolo de ecrane și cuvinte ciudate, dorința lor de conexiune este la fel de mare ca a seniorilor. Secretul?

Pentru seniori, telefonul a fost un obiect fix, în hol. Pentru tineri, acesta este „biroul”, „televizorul”, „poșta” și „parcul”, toate în același timp. Când un nepot stă pe telefon în prezența dumneavoastră, nu o face neapărat din lipsă de respect. În lumea lor digitală, acolo se întâmplă totul: își iau notele de la școală, își caută prima slujbă sau păstrează legătura cu prietenii plecați departe.

Sfat practic: În locul unei dojene precum „*lar stai pe drăcia aia?*”, încercați: „*Arată-mi și mie ceva interesant ce ai văzut azi pe internet*”. Acest lucru îi va muta atenția de la ecran către dumneavoastră, transformând o activitate solitară într-un moment de comunicare.

Dacă îi auziți vorbind, s-ar putea să credeți că aveți nevoie de translator.

Să învățăm să ne reascultăm

Limbajul nepoților pe înțelesul buniciiilor

Iată ce înseamnă, de fapt, câteva dintre expresiile lor preferate:

- **Vibe:** Înseamnă „atmosferă” sau „stare”. Dacă spun că un loc are un *vibe* bun, înseamnă că se simt liniștiți și bineveniți acolo.

- **A da „seen” (sin):** Vine de la verbul englezesc „a vedea”. Se referă la momentul în care cineva citește un mesaj, dar nu răspunde. Pentru tineri, acest gest este adesea perceput ca o mică jignire sau o ignorare voită.

- **Slay (slei):** Este un termen de laudă supremă. Dacă nepotul spune că mâncarea e „*slay*”, tocmai ați primit cel mai mare compliment: înseamnă că sunteți excepțional(ă) și că ați reușit ceva impresionant.

- **Fake (feic):** Ceva fals, nesincer sau de mântuială. Tinerii de azi sunt foarte sensibili la minciună și prețuiesc mult autenticitatea, chiar dacă uneori par distrași.

Arta de a asculta fără a „preda” o lecție

Tinerii fug de critică așa cum se feresc seniorii de „curent”. Ei știu că bunicii au o experiență de viață uriașă, dar trăiesc într-o lume care se schimbă atât de repede, încât sfaturile din anii trecuți li se par uneori greu de aplicat în jungla digitală de astăzi.

Sfat: Ascultați în mod activ. Lăsați-i să termine ce au de spus, chiar dacă limbajul lor „zgârie” uneori timpanul. În spatele fiecărui cuvânt ciudat se ascunde o emoție reală. Vreți să dărâmați zidul tăcerii? Propuneți-le ca timp de 15 minute în care nepotul vă învață ceva pe telefon (cum să trimiteți o poză, să vă faceți cont pe WhatsApp etc.), iar următoarele 15 minute îl veți învăța dumneavoastră ceva practic, ce nu se găsește pe internet (cum se coase un tiv sau cum se joacă un remi adevărat).

Ionuț ARDELEANU

(urmare din pagina 1)

EDITORIAL

Poiana lui locan

Vă propun, în acest sens, o scurtă poveste, o reinterpretare a unor vremuri pe care le trăim acum, într-un fel sau altul. Rămânem la politică, pentru că asta este chestiunea arzătoare la ordinea zilei, fie c-o dezbatem din fotoliu, uitându-ne la TV, fie din piața Rahova, între un kilogram de cartofi și o legătură de pătrunjel, sau în mediile mai rarefiate, respectiv în băncile parlamentului. Într-un roman, a cărui acțiune se desfășoară cu câteva clipe înaintea izbucnirii celui de al doilea Război Mondial, Morometii de Marin Preda, există un capitol distinct a cărui acțiune se desfășoară în poiana fierăriei din sat. Acolo, duminică dimineața, se strâneau știutorii de carte și de politică, iar, pe lângă ei, alde gură cască, să mai prindă și ei ceva din ce se mai întâmplă dincolo de satul lor, de Siliștea Gumești.

Lângă fierăria lui locan, Cocoșilă, grav, călcând cu bastonul țărâna și cu ziarul Dimineața prins la chimir se așează pe un butuc. Nu tot ziarul, câteava pagini, cele cu știri politice și debateri. Moromete, lângă el, cu nasu-n foile tipărite, începe să citească despre „Mari debateri în parlament în chestiunea prelungirii

stării de asediu și a cenzurii presei”, continuând cu ...

„Încredințat că sunt în asentimentul întregii opinii publice, cer plecarea de îndată a guvernului...”

— He! Cade guvernul! exclamă Ion al lui Miai, fericit că înțelesese în sfârșit și el ceva din ceea ce se citise.

E bine! zise Dumitru lui Nae cu gura mare și-și întinse picioarele lui lungi cât putu mai încolo. Cade guvernul! Vin țărâniștii iar la putere, pleacă liberalii, vine alde...

Moromete protestă încă o dată împotriva venirii țărâniștilor. Cocoșilă îl combătu din principiu, spunând să nu mai facă atâta gălăgie: țărâniștii au votat legea conversiunii. Moromete răspunde că minte, liberalii au votat-o. Se amestecă și Dumitru lui Nae, săriră aproape toți și din învălmășeala de glasuri care se iscă nu se mai înțelese câteva clipe aproape nimic.

Vi se pare cunoscută această secvență, nu vi se pare că o revedem zi de zi pe ecranele televizoarelor?

Locul țaranilor din Poiana lui locan l-au luat acum parlamentarii

a căror știință de carte, morală și conștiință nu ating nici pe departe naivitatea personajelor lui Preda. Alături de ei, analiști, fesbuciști și ticktokăriști, ..., care nici măcar atât nu reușesc. Întreaga țară s-a transformat, prin televiziuni, radio, și burtiere galbene cu breaking news-uri, dar mai ales pe mediile on-line de socializare, într-o mare poiană națională. Dar nu a lui locan. Oamenii aceia, după ce balmăjeau o oră despre politică, se înjurau între ei și partidele pe care le simpatizau, se întorceau la treaba lor, la târlă, la oi, în bătătură, la câmp și la sapă, la secerat, la muncă.

Dar, să încheiem tot în nota moromețiană.

— Păi, asta e politică ce faceți voi?! zise Țugurlan.

— Îmi spuse ăsta, arătându-l cu capul pe Ion al lui Miai: „Hai, mă, Țugurlane, pe la fierărie, să discutăm politică! Îi arde să asculte palavrele lui Moromete.

Ei, bine, palavrele lui Moromete nu produceau mari transformări, pe când ale epigonilor săi de azi...

Recomandări pentru timp liber și bunăstare emoțională

Grădina de balcon sau din curte, un mic colț de liniște, la îndemâna oricui

Pentru mulți dintre noi, grădina înseamnă amintiri: miros de pământ după ploaie, roșii culese direct din grădină sau flori îngrijite cu răbdare. Chiar dacă spațiul este mai mic – un balcon sau o curte modestă – bucuria grădinăritului poate fi aceeași. Pentru această activitate nu este nevoie de experiență sau de unelte complicate. O grădină mică se poate crea simplu, pas cu pas, iar fiecare plantă devine o mică bucurie zilnică.

Începeți cu plante care nu pun probleme

Dacă sunteți la început, alegeți plante „prietenose”: pătrunjel, busuioc, mentă sau ceapă verde pentru balcon; iar în curte, roșiile mici, salata sau ridichiile sunt ideale. Acestea cresc repede și vă oferă satisfacția primelor rezultate.

Pentru un plus de culoare și stare de bine, puteți adăuga și flori ușor de îngrijit, precum: Mușcatele – rezistente și foarte decorative, ideale pentru balcon; Petuniile – în culori vii, perfecte pentru

jardiniere; Crăițele (gălbenelele decorative) – foarte ușor de crescut și rezistente la soare; Begoniile – potrivite pentru zone mai umbrite; Lavanda – frumoasă, parfumată și utilă pentru relaxare.

Un ghiveci, o jardiniere sau chiar un vas mai vechi pot deveni locul unde începe grădina. Important este să aveți pământ bun și un loc cu lumină. Nu vă descurajați dacă nu totul iese perfect din prima – grădinăritul se învață din mers.



Îngrijirea – un ritual plăcut

Udarea plantelor poate deveni un moment de liniște în fiecare zi. Nu este nevoie de multă apă, ci de regularitate. Observați plantele – ele „spun” când le este bine. Un alt avantaj este că aceste activități mici vă mențin activi și vă oferă o rutină sănătoasă.

Ideii ușor de pus în practică

- Un colț de balcon cu plante aromatice pentru gătit;
- Flori colorate care aduc veselie și lumină;
- Masă mică sau un scaun lângă plante, pentru câteva momente de odihnă.

Grădina, oricât de mică, devine un loc personal, unde ne putem regăsi liniștea. Ne ține activi, ne scoate în aer liber și ne oferă sentimentul că avem grijă de ceva viu. În plus, poate fi și un bun prilej de socializare – puteți împărtăși semințe sau sfaturi cu vecinii sau prietenii.

Ionuț ARDELEANU

Programul activităților din cadrul Centrului de Zi „OMENIA”

Dragi seniori, membri și viitori membri ai Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, acesta este programul pe anul 2026 al activităților socio-culturale care au loc zilnic în cadrul Centrului de Zi „OMENIA” (Strada Oltului nr. 4, Sector 5), locul unde vă așteptăm cu mult drag și unde sunteți întotdeauna bineveniți!

LUNI:

- Cerc creație: 10.00-12.00
- Cerc digitalizare: 12.00-14.00

MARTI:

- Cerc mâini îndemânate: 9.30-11.30
- Repetiții grup vocal: 11.30-13.30

MIERCURI:

- Consiliere socială: 07.30-14.30
- Activități informative: 07.30-14.30
- Program de vizitare Centru de Zi: 07.30-15.00
- Bibliotecă: 09.00-15.00
- Mediere obținere mijloace de mers: 07.30-15.00
- Cerc limbă engleză: 09.30-11.30

JOI:

- Cerc limba engleză: 09.30-11.30
- Cerc literar: 12.00-14.00

VINERI:

- Cerc limba engleză: 09.30-11.30
- Activități recreative (jocuri de societate, vizionare filme): 11.30-14.00



**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.*



Seniori, alegeți-vă stațiunile!

Peste 100.000 de bilete de tratament balnear

Pentru anul 2026, Guvernul a aprobat aproximativ 114.000 de bilete de tratament balnear care vor fi distribuite prin Casa Națională de Pensii Publice (CNPP).

De aceste bilete pot beneficia pensionarii din sistemul public de pensii, asigurații sistemului public de pensii, respectiv, persoanele cu dizabilități, veteranii de război sau persoanele persecutate politic (care pot beneficia de bilete gratuite în limita locurilor disponibile).

Reamintim că, cererile pot fi depuse la sediul Casei Județene de Pensii, respectiv Casa de Pensii a Municipiului București de care aparțineți sau online, prin email. Un sejur durează în total 16 zile, dintre care 12 zile sunt dedicate efectiv tratamentului balnear.

Proiectul de Hotărâre a Guvernului privind acordarea biletelor de tratament balnear pentru anul 2026, derulate prin sistemul organizat și administrat de Casa Națională de Pensii Publice, a fost avizat și de Ministerul Finanțelor.

Prin acest proiect de hotărâre se asigură, pentru anul 2026:

- un buget total de 410.000 de mii de lei, alocat din bugetul asigurărilor sociale de stat, la capitolul „Asigurări și asistență socială – Ajutoare sociale în natură”;
- până la 50.896 de bilete de tratament balnear, repartizate în maximum 16 serii, în unitățile de tratament aflate în proprietatea Casei Naționale de Pensii Publice;
- posibilitatea suplimentării numărului de bilete prin contracte subsecvente încheiate cu alte unități de profil, în limita fondurilor aprobate;
- acordarea unui procent de maximum 15% din totalul biletelor în mod gratuit categoriilor de persoane beneficiare ale legilor cu caracter reparatoriu.

Prima serie din anul 2026 a început pe la sfârșitul lunii aprilie, iar pentru primele serii, până la finalizarea licitației de contractare a locurilor pentru celelalte stațiuni, potrivit site-ului Casei de Pensii a Municipiului București, se vor distribui biletele doar pentru stațiunile care aparțin de Societatea de Tratament Balnear și Recuperare a Capacității de Muncă „T.B.R.C.M.”-S.A., respectiv:

AMARA – Hotel Ialomița, **BUZIAȘ** – Hotel Silvana, **BALA** – Hotel Ceres, **COVASNA** – Hotel Dacia, **GEOAGIU** – Hotel Ceres, **MONEASA** – Hotel Codru Moma, **OLĂNEȘTI** – Hotel Livadia, **ORADEA 1 MAI** – Hotel Ceres, **PUCIOASA** – Hotel Ceres, **SĂRATA MONTEORU** – Hotel Ceres.



Sejururi pentru toți membrii
Asociației C.A.R.P. „OMENIA”
București



HOSTEL FĂGĂRAȘ - EFORIE NORD

PERIOADA	NOPTI	CAMERĂ DUBLĂ
05.06 - 10.06	5 NOPTI	600 LEI
10.06 - 15.06	5 NOPTI	600 LEI
15.06 - 20.06	5 NOPTI	750 LEI
20.06 - 25.06	5 NOPTI	800 LEI
25.06 - 30.06	5 NOPTI	800 LEI
30.06 - 05.07	5 NOPTI	900 LEI
13.07 - 18.07	5 NOPTI	1.050 LEI
18.07 - 23.07	5 NOPTI	1.150 LEI
23.07 - 28.07	5 NOPTI	1.150 LEI
28.07 - 02.08	5 NOPTI	1.150 LEI
02.08 - 07.08	5 NOPTI	1.150 LEI
07.08 - 12.08	5 NOPTI	1.150 LEI
12.08 - 17.08	5 NOPTI	1.250 LEI
17.08 - 22.08	5 NOPTI	1.050 LEI
22.08 - 27.08	5 NOPTI	900 LEI
27.08 - 01.09	5 NOPTI	850 LEI
01.09 - 06.09	5 NOPTI	750 LEI
06.09 - 11.09	5 NOPTI	650 LEI
11.09 - 16.09	5 NOPTI	550 LEI



Pentru înscrieri sau mai multe informații sunați la numărul de telefon **0752.001.419**
Tiberiu MOGOȘ

Rubrica ONG-urilor

300.000 de seniori afectați grav de singurătate

La începutul acestei luni, un concert caritabil a marcat 10 ani de activitate ai Asociației Niciodată Singur – Prietenii Vârstnicilor. În spatele acestui eveniment a stat o realitate mai puțin vizibilă: sute de mii de seniori din România trăiesc în singurătate, iar pentru mulți dintre ei interacțiunile sociale sunt extrem de limitate. De zece ani, Asociația Niciodată Singur – Prietenii Vârstnicilor construiește comunități și intervenții care aduc prezență, sprijin și sens în viețile acestora. Organizația pornește de la convingerea că bătrânețea nu trebuie să fie o povară, ci o etapă a vieții trăită cu demnitate, sens și bucurie, aducând prietenie, prezență și sprijin în viețile seniorilor marcați de izolare și singurătate.

Ultimul studiu, realizat în octombrie 2025 în parteneriat cu Kantar, arată că aproximativ 300.000 de seniori din România, adică 3 din 5 resimt singurătatea la un nivel foarte ridicat, cu efecte directe asupra sănătății emoționale și fizice.

Anul trecut, organizația a ajuns la 800 de beneficiari, prin implicarea a peste 300 de voluntari din cele 9 orașe în care activează. Activitatea lor s-a concretizat în peste 6.300 de ore de voluntariat, 10 excursii de o zi dedicate seniorilor și voluntarilor (peste 300 de participanți) și sprijin material acordat pentru mai mult de 100 de seniori cu venituri reduse. Asociația și-a extins programele și prezența în tot mai multe orașe din țară, cu scopul de a ajunge la un număr cât mai mare de seniori vulnerabili.

Seniorii au cuvântul

Cea mai prețioasă avere, amintirile!

Cu bune și cu rele a venit primăvara, iar acum ne pregătim pentru vară! E bine. E cald, soare și multe planuri de sezon. Bine, cine-și permite. Cine nu, își aduce aminte „cum era odată!”. Și iar e bine. Pentru că, dacă ni se pot lua casa, mașina, nevasta... amintirile sunt singura avere pe care nu ți-o poate lua NIMENI. Și noi,ăștia din generația noastră, avem, amintiri cu duiumul. Sigur ne aduc regrete, dar și o mare satisfacție când ne gândim că am înfruntat griji, nevoi și câte și mai câte, dar le-am dovedit pe toate, iar acum la vârsta odihnei putem spune „păi pe vremea mea...” Nu aduc în discuție cum era pe vremea noastră, că știm cu toții cum a fost. Deci, ce putem face acum este să povestim nepoților și cui are chef să asculte întâmplări de atunci. De ce? Păi simplu: pentru conservarea unui trecut ce se vrea a fi uitat, sau și mai rău, tăvălit în noroi. Și nu mi se pare drept să ștergem cu cârpa viețile a milioane de truidori care au construit o țară de vis, cu muncă cruntă, neodihnă și renunțări, ca nepoții noștri să trăiască într-o lume fără probleme. Și, deși era greu, știam că ne putem întoarce acasă. Acasă, unde eram stăpâni pe acei câțiva metri pătrați. Acolo ne strângeam cu familia la un televizor unde îl vedeam pe „tovarășu” până ni se apleca. Noroc că programul era limitat la două ore... Vă amintiți? Dar eram șmecheri! Prindeam programele bulgarilor cu ligheanul de aluminiu, și urmăream filme din care nu înțelegeam mare lucru, că nu erau traduse, erau în bulgară!



Foto: www.wonderingwatercolor.com

Ce vreau să spun: trăiam. Eram într-o luptă cu fiecare clipă, căutând să „ne descurcăm”. Și ne descurcam. N-aveam telefoane șmechere care să ne mănânce timpul, așadar citeam. Îmi amintesc că la serviciu, era un stand cu cărți. Cu de toate! Uneori, dacă nu se mișca cum trebuia vânzarea, ni se impunea să cumpărăm un număr „X” de cărți. Ni se „băgau pe gât” ca și biletele la teatru, film, spectacole de estradă. Trăiam frumos. Poate că n-aveam chef întotdeauna să mergem la teatru, dar dacă tot aveam bilete... Nu ne duceam noi, trimeteam pe mama, sora sau o vecină. Adică, o duceam răuuu... Ni se băga pe gât cultură cu polonicul. Cu mâncarea era iarăși rău: „Nicio masă fără pește”, era sloganul care ne umplea de năbă-

dăi! Și da fraților: Salamul conținea soia! Mai e cazul să spun ce campanie de informare se poartă azi, în care se elogiază beneficiile peștelui și al boabelor de soia? Nu e cazul... Dacă atunci puteai cumpăra pește să mănânci omega trei până ți se apleca, acum numeri cu grijă mărunțișul din portofel... Sunt nostalgică? Da! Îmi doresc ca școala să mai fie școală ca „pe vremea mea”, respectul să nu fie o noțiune uitată, și mai vreau să mă simt acasă oriunde calc pe pământ românesc. Îmi doresc ca oricine să poată face un concediu „la mare”, să mai poată merge „la o bere” cu prietenii fără să rămână creștinul fără bani de pâine. Mulțumesc lui Dumnezeu că mi-a fost dat să trăiesc într-un timp în care se spunea „vă rog” și „mulțumesc”. Acum e sfârșit de primăvară și mâine, poimâine, copiii iau vacanță. Și, apropo de copii, pe 1 Iunie e ziua lor! Cumva trebuie să-i sărbătorim, să simtă că-s iubiți și importanți în viața noastră. Desigur, vom încerca să le facem bucurii. Cum? Păi cumpărându-le ce-și doresc. Eu gândesc că cel mai minunat cadou, ar fi să-i facem să înțeleagă câtă bogăție sălășluiește într-un simplu „mulțumesc” și „te rog frumos” Și poate veți avea timp să le mai spuneți și că bătrânețea este o boală care nu iartă pe nimeni! Și, când ești bătrân, este o adevărată binecuvântare când un tânăr îți oferă scaunul în tramvai! Sfaturile nu vă costă nimic, dar sunt cel mai prețios cadou!

Lucia Secoșanu

● PORTRET DE SENIOR ● PORTRET DE SENIOR ●



Doamna FLOAREA CHERCIU, este membră activă în grupa voluntarilor de multă vreme, timp în care s-a afirmat ca o persoană plăcută, sociabilă, cu un echilibru emotional remarcabil. Copilăria și-a petrecut-o în arșița Bărăganului, în comuna Mihăilești, județul Giurgiu. După absolvirea școlii generale, a lucrat ca filatoare, muncă dificilă pe care a prestat-o timp de cincisprezece ani. Mai apoi, s-a tranferat la sere, altă experiență de muncă grea, unde a lucrat până la revoluție, când „s-a ales praful de toate”... Adică serele au fost închise. Povara trudei a lăsat grea amprentă în viața domniei sale și a fost pensionată pe caz de boală, până la îndeplinirea condiției de pensionare pentru

limită de vârstă. Acum este văduvă. Încercare a vieții care a făcut-o să răzbată singură cu boala, copii și provocările vieții. Binecuvântată cu doi copii (băiat și fată), este nostalgică din lipsa nepoților. Cu toate cele povestite, Florica noastră este optimistă, fiind convinsă că Dumnezeu ne ajută în tot ce avem de înfruntat, dacă avem credință. Mai este convinsă că trebuie să ne luăm de piept cu viața și să nu cedăm când apar necazuri. Este ca o furnicuță activă, iubește natura (excursiile) și dacă nu poate evada mai departe de casă este mulțumită și cu o plimbare în parc, unde-și încarcă bateriile! Îi place să tricoteze, să dezlege integrale, să citească. Și, în această gamă, sfătuiește cititorul să „nu lase creierul să lenevească”. Minunată atitudine ce îndeamnă la curaj și activitate pentru a putea fi stăpâni pe picioarele și viața noastră! Asta e Florica noastră: curajoasă, activă, empatică, blândă, adică „un om să-l pui la rană!” (L.S.)



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.

ANUNȚ!

Membrii Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București, **care se confruntă cu PROBLEME SOCIALE din cauza veniturilor reduse**, sunt rugați să se adreseze biroului de asistență socială, situat în cadrul Centrului de Zi „OMENIA” (Str. Oltului nr. 4).

PERSOANELE ELIGIBILE pentru a beneficia de **ajutoare materiale** (alimente, produse de igienă) și **financiare nerambursabile** trebuie să îndeplinească următoarele criterii:

- să fie **MEMBRE** active ale Asociației C.A.R.P. „OMENIA” București;
- să aibă **venitul lunar individual sub 2.200 de lei**;
- să fi **ÎMPLINIT** vârsta legală de pensionare (**62 de ani femeile, 65 de ani bărbații**).

Ajutoarele se acordă în limita fondurilor disponibile, în funcție de sponsorizări și au prioritate persoanele cu situația socio-economică cea mai dificilă!

Luna mai este fundamentală în istoria românilor, concentrând evenimente majore care definesc perioada de întemeiere a statului român modern: 10 Mai (Ziua Regalității, Independența, Încoronarea), și, respectiv, 9 Mai, când are loc proclamarea Independenței de Stat în 1877.

Ziua de 10 Mai a mai fost sărbătoare națională în perioada în care forma de guvernământ în România era regatul. 10 Mai are o semnificație deosebită în istoria poporului român, potrivit site-ului www.familiaregala.ro, deoarece la 10 mai 1866, Carol I a fost proclamat Domnitor al României, iar la 10 mai 1881, a fost proclamat regatul. Data de 10 Mai este legată și de proclamarea Independenței de Stat a României, căci, cu toate că aceasta avusese loc la 9/21 mai 1877, în cadrul sesiunii extraordinare a Adunării Deputaților, a doua zi, respectiv la 10/22 mai 1877, legea pentru desființarea tributului către Înalta Poartă a fost promulgată de Carol I.

Imediat după Războiul de Independență (1877-1878), un obiectiv central al guvernului român a fost recunoașterea în plan extern a independenței și a transformărilor ce i-au urmat în statutul politic al țării. Încă din toamna anului 1878, Carol I a luat titlul de Alteță Regală, acesta fiindu-i recunoscut în

Istoria la zi

160 de ani de la urcarea pe tron a lui Carol I



anul următor. Acesta a fost un prim pas către modificarea statutului politic și internațional al țării. La 10 mai 1881, când se împlineau 15 ani de la urcarea pe tronul statului român, au avut loc festivitățile prilejuite de proclamarea regatului și încoronarea domnitorului Carol I ca Rege al României. Președintele Parlamentului a înmănat, cu acest prilej,

regelui Carol I și reginei Elisabeta coroana făurită din oțelul unui tun capturat de la turci, în timpul Războiului de Independență (1877-1878).

Din 1866 și până la momentul abdicării regelui Mihai I (1927-1930; 1940-1947), la 30 decembrie 1947, ziua de 10 Mai a fost Ziua Națională a României și se sărbătorea cu mult fast.

Casierii din București și din alte județe



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

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

SECTORUL 1

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

SECTORUL 2

Str. Mașina de Pâine, nr. 22, Bl. 50, Sc. A, parter, Ap. 8, interfon 08. Detalii la tel. 0752.001.438. Mijloace de transport - 21, 66, 182, 143, 682 (stația Teiul Doamnei);

SECTORUL 3

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

SECTORUL 4

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

SECTORUL 6

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

Bdul Iuliu Maniu nr. 69, bl. 5P, sc. 3, Parter, ap. 88. Detalii la tel.

0752.001.440. Mijloace de transport - 136, 236, 336, 61, 62 (stația Valea Lungă)

BUFTEA, JUDEȚUL ILFOV

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

GHERMĂNEȘTI, JUDEȚUL ILFOV

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

BALOTEȘTI, JUDEȚUL ILFOV

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

DRĂGĂȘANI, JUDEȚUL VÂLCEA

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

PUCIOASA, JUDEȚUL DÂMBOVIȚA

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



25% REDUCERE
la toate aparatele auditive

1+1 GRATUIT
la protezarea
bilaterală*

*în limita stocului disponibil,
la aparatele Reach (40 și 80),
BiCore (40 și 80) și Fokus 3



Programează-tă în cabinet
la 031 9111 sau pe clarfon.ro,
în perioada 01 - 31.05.2026.

COLEGIUL DE REDACȚIE

Director

Ec. Giorgică BĂDĂRĂU

Manager de proiect

Alina PERJOIU

Redactor-șef

Ionuț CRIVĂȚ

0736.368.692

Redactori:

Ionuț ARDELEANU,

Lucia Bădiță SECOȘANU

Andreea ȘTEFAN

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 3100-5047; ISSN-L 3100-5047

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