

Viața noastră

Revistă trimestrială • nr. 2 - octombrie 2010
Bârlad



HOTĂRÂREA NR. 209

Anul 2010 Luna Septembrie Ziua 21

Consiliul Director, având în vedere prevederile art.13 alin.1 și 3 din Statut și art.24 alin.2 lit.d din O.G. Nr.26/2000 privind Asociațiile și Fundațiile,

CONSTATĂ

În ședința Consiliului Director din 3 Septembrie 2010, cu ocazia stabilirii manifestărilor ocazionate de **Ziua Persoanelor Vârstnice**, s-a luat la cunoștință că în anul 2004, an în care s-au împlinit 50 de ani de la înființarea Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din Bârlad, a fost editată revista „Viața noastră”.

În conformitate cu prevederile art.2 alin.1 din Statut, această casă are ca obiect de activitate, pe lângă sprijinirea materială, și sprijinirea social-culturală a membrilor săi, în acest scop, organizând diverse activități cu caracter social și cultural.

Președintele și membrii Consiliului Director consideră că viziunea Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din Bârlad, ca și a altor case, trebuie să fie următoarea:

„Banii nu sunt scopul final, ci mijlocul de a îmbunătăți condițiile materiale și sociale ale membrilor noștri”. În virtutea acestei viziuni, apreciem că se impune cu necesitate, reeditarea revistei „Viața noastră” și apariția ei trimestrială, pentru a evidenția activitatea casei, sub toate aspectele, a agențiilor din subordine, a salariaților acesteia, precum și a membrilor ei.

Apreciem că sunt îndeplinite condițiile de fond și formă prevăzute de actele normative în vigoare cu privire la reeditarea și reapariția revistei.

Studiind prevederile art.8 litera a din Legea nr. 540/2002 privind Casele de Ajutor Reciproc ale Pensionarilor și art.13 alin.1 și 4 lit a și o raportat la art.2 ali.1 litera c din Statut,

HOTĂRĂȘTE

Art. unic

Reeditarea revistei „Viața noastră”, nr. 2/2010, cu ocazia **Zilei Persoanelor Vârstnice**, **1 OCTOMBRIE 2010.**

PREȘEDINTE,

Nicolaie Mihai



CONSILIUL DIRECTOR,

Filip Stelian - vicepreședinte
Fitcal Mircea - consilier
Tănase Veruța - consilier
Râncu Liviu Adrian - consilier

Mesajul Președintelui C.A.R. Pensionari Bârlad

cu prilejul

Zilei Internaționale a Persoanelor Vârstnice

1 Octombrie 2010



În fiecare an – la 1 octombrie – se sărbătorește ZIUA INTERNAȚIONALĂ A PERSOANELOR VÂRSTNICE, în semn de respect și prețuire pentru aceia care și-au închinat întreaga lor viață și activitate țării și poporului din care fac parte.

Parcurgem o perioadă grea, pe care o resimț dureros și cei de vârstă a treia, mai ales că n-au fost obișnuiți cu atâtea privațiuni. Diminuarea pensiei reale este o lovitură grea pentru vârstnicii care nu se fac vinovați de situația economică actuală.

Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din Bârlad încearcă să diminueze lipsurile membrilor săi, venindu-le în ajutor atunci când nevoia o impune.

De aceea, cu prilejul Zilei de 1 Octombrie 2010, vă doresc să vă mențineți speranța în suflet și, bizuindu-vă pe propriile dumneavoastră posibilități, să traversați optimiști anul acesta, în care ne aflăm, știind că poporul român a ieșit întotdeauna învingător.

Fie ca înțelepciunea guvernanților să învingă, iar noi să ne putem câștiga și încrederea și dragostea în viață.

Vă doresc sănătate, noroc și multe împliniri!

Nicolaie MIHAI



Numele Bârladului e nume de legendă prin cutele căreia cercetătorii și iubitorii vechiului Târg mai caută semnele genezei sale. Și poate de aceea orașul meu de acum (pentru că m-a adoptat ca pe un fiu) miroase a proaspăt etern. Bârladul se regăsește în soarele fiecărei dimineți, călcând senin peste secole, peste secole care au depășit sigur mileniul vârstei sale. Celor sceptici și celor care surâd strâmb la citirea acestui gând, le răspund cuviincios că între informația săracă și presupunerea plauzibilă trebuie pusă sămânța încrederii. Și, poate, a credinței.

Orașul meu, orașul nostru, trăiește. Există. Cu oamenii săi; cu tineretul lui frumos și dăruit speranței; cu contrastele lui șocante;

cu straturile lui sociale noi care se reasează; cu căutările zilnice; cu gândul la o înfățișare edilitară modernă cu adevărat; cu asfaltul lui cârpit, dar și cu gropile sale tradiționale de-acum; cu șomeri

Să nu uităm !

nevenindu-le a crede că situația lor e chiar o realitate; cu școala lui îngropată în propria-i istorie și neputând depăși treapta sărăciei evidente...

Aparent, după Decembrie '89 nu s-au prea schimbat multe în Bârlad. Și totuși, efecte ale unor transformări se simt. Mulți, chiar foarte mulți au decăzut, alții au sărit peste trepte firești ale evoluției, confecționându-și blazoane din bancnote și tranzacții, devenind operanți și, în consecință, chiar temuți. Neobișnuiți până acum cu acest concept, a trebuit (trebuie!) să ne învățăm că BANUL hotărăște

care sunt barierele dintre categoriile de oameni. Și așa, iată că în orașul nostru au apărut bancherii și patronii, de care depind, într-un fel sau altul, toți ceilalți.

Ceea ce însă devine, măcar pentru mine, îngrijorător, este creșterea și răspândirea mentalității că se poate câștiga fără muncă și fără știință de carte. Iar dacă acestei mentalități îi mai adăugăm și ideea perpetuată a egalității percepute ca egalizare (veche și nocivă concepție comunistă), avem imaginea perioade actuale, caracterizate prin neputință și periculoasă așteptare. Ce așteptăm! E mai greu de spus, mai ușor de dedus.

Ceva ar trebui să fie clar: noile structuri sociale (nu numai la nivelul Bârladului) se vor reaseza, cu voia sau fără voia noastră, dar consolidarea lor nu se va face prin observare și constatări, ci prin acțiune creatoare. Îți mai amintești cred, bădie, vorba aceea care vine din vechime? „Ce nu-ți faci singur, nu-ți face nimeni”.

Gruia Novac

„Drumul spre sănătate este dat de natură!”

(Ștefan Manea, un om, o viață)

Ștefan Manea, inginer chimist, originar din Goicea Olteniei, născut în urmă cu 71 de ani, este un om de afaceri de succes, om de știință, cu dragoste de Dumnezeu, iubește semenii, natura, își respectă țara și istoria, cultura și tradițiile ei. Militează pentru sănătatea semenilor lui, drept pentru care, la vârsta de 28 ani conducea, în calitate de director, Fabrica de Medicamente Biofarm. A lucrat câțiva ani la Revista de Chimie a CAER. În 1990 a înființat compania „Hofigal”, deși a avut propuneri atractive în S.U.A., Marea Britanie, Pakistan, Italia... De ani și ani are un singur crez care l-a determinat să nu accepte nici una din ofertele primite din străinătate: „*Flora de excepție a României să fie valorificată pentru România*”. Mănat de acest crez, în ciuda dificultăților, a condus afacerea pornind cu doar 5 salariați, astăzi depășind cifra de 400. Colectivul de astăzi e apreciat în toată lumea pentru competența, pasiunea și realizările lui (80 premii și medalii internaționale, din care 45 din aur).

„Hofigal”, numele ales inițial de directorul general, vine de la cele trei direcții propuse de la început: Homeopatie, Fitoterapie și Galenice.

Activitatea „Hofigal”, potrivit credinței fondatorului ei, presupune cultivarea plantelor, în condiții avansate de ecologizare, producerea diferitelor preparate, respectând cele mai draconice condiții, cercetarea și raportarea față de cei din jur, de la medici la copii, în încercarea de a le trezi interesul, de a le transmite informația necesară și de a contribui la formarea unei educații menite să conducă la un adevărat respect și la o adevărată grijă față de propria sănătate și a celor din jur.

Ștefan Manea urmărește generalizarea unei colaborări cu școlile pentru a contribui la educarea tinerei generații de o vârstă fragedă și vizează creșterea calității vieții. El se adresează în permanență publicului larg prin mass-media și prin intermediul propriei reviste, „Natură și sănătate”, care are ca motto, un citat eminescian, „Natura nu minte niciodată”.

„Am înțeles – se exprimă Ștefan Manea – că tot ceea ce nu e natural organismului uman nu acceptă și că a cunoaște natura înseamnă a te cunoaște. Nu am renegat medicina clasică, dar e clar, că a fost o eroare să cred în miracolele ei. Încă mai cred că este importantă, dar natura (Creatorul, proiectantul universal) a lăsat soluții la toate, rolul științei fiind de a le găsi”.

Ștefan Manea a fost pasionat, deja de la o vârstă fragedă, de cele mai felurite întrebări legate de plante și de comportamentul animalelor, de cum știau acestea să-și aleagă plantele de leac, de

somnul atât de odihnitor în iarba uscată și frumos mirositoare, declarând, de altfel, fără echivoc: „*Eu cred că medicina completată de chimia organică, chimia fizică, farmacognozie, biochimie și botanică reprezintă viitorul omenirii*”.

Sfatul de viitor pe care îl dă propriilor copii și nepoți, cât și tinerilor din Hofigal, este unul singur: „*Să învețe să deosebească răul de bine și ei să fie generatori numai de bine, să nu cunoască ura, răutatea, invidia, pentru că afectează negativ sănătatea. Să fie prieteni și să admire fără pizmă, să se iubească și să se respecte pe sine și pe cei din jur, deopotrivă...*”

Acesta este omul și specialistul Ștefan Manea, directorul general S.C. Hofigal, o viață, un exemplu de urmat, un om plin de vitalitate, de dinamism și de prospețime intelectuală.

Poetul Adrian Păunescu, în articolul „Terapii – Ștefan Manea – 70 (Vocație și caracter)”, preluat din editorialul „Săptămâna turistică”, cu ocazia aniversării a 70-a a marelui cercetător, scria despre acesta: „*Dăruit propriei vocații, dar generos cu ceilalți purtători vocali, neliniștit în căutările lui, atât în natură cât și în bibliotecă, Ștefan Manea a reușit să ne distragă atenția de la această inexorabilă lucrare a aparatului de taxat vârste, în așa fel încât el, om complex, căruia cei care-l iubesc i-au pregătit meritata sărbătoare, la 70 de ani, să fie ca totdeauna, generos, când achită o notă de plată, prin care se decontează un fel de consum de eternitate. Și încă un lucru. Ștefan Manea nu se formalizează, când e să-și aducă aminte, de exemplu, că am fost lângă dumnealui, în clipe de răscruce ale vieții sale. Nu mă formalizez nici eu și declar aici, la sărbătoarea acestui goiceanoetean – european emerit: Ștefan Manea a fost lângă mine când aveam nevoie de sprijin, de un leac, de un om.*”

Resimt dureros împrejurarea că trebuie să treacă atâta viață ca să ne dăm seama, cu vehemență și claritate, că există oameni împreună cu care am putea să luăm viața de la început”.

Ștefan Manea, fondatorul Hofigal, este un ilustru specialist român în Bioinginerie și Biotehnologie, plin de experiență și de înțelepciune, „un Om – după cum afirmă Ion Predoșanu în același editorial în care a publicat și Adrian Păunescu – plin de har în cercetare și extrem de generos”, omul la care se confirmă în plus aforismul celebrului William Shakespeare: „Viața fiecărui om este o istorie”.

La mulți ani, Maestre!

Nicolaie Mihai, Președinte C.A.R.P. Bârlad



CASA DE AJUTOR RECIPROC A PENSIONARILOR BÂRLAD LA 56 DE ANI

Bârladul, târg străvechi apa cu același nume, centru în care sătenii ținutului înconjurător veneau cu produsele lor spre vânzare ori schimb și cumpărau cele de care aveau nevoie, este pomenit în diplome din secolul al XII-lea (1134, 1160 sau 1174) în legătură cu familia Rostislavici.

Legat de numele orașului, pe lângă alte explicații se poate lua în calcul și cea a lui Alexandru Boldur care afirmă că numele de Bârlad vine de la două cuvinte de origine gotică BAR+LAD – ceea ce ar demonstra faptul că localitatea există încă din sec. II-III d.Hr. Săpăturile arheologice demonstrează însă urme de locuire încă din epoca pietrei, ceea ce demonstrează o existență cu mult înainte de această dată. Treptat, Bârladul s-a dezvoltat, și în vremea lui Iura Coriatovici se pare că era capitala Țării de Jos a Moldovei (deci înainte de urcarea pe tron a lui Petru Mușat).

Localitatea este situată între dealurile Faldului la est și colinele Tutovei la vest. Locuitorii se ocupau cu agricultura, creșterea animalelor, meșteșugurile și comerțul.

Prima atestare documentară a orașului este Actul de danie dat de domnitorul Alexandru cel Bun (1400-1432) la 28 iunie 1401, act în care, în calitate de martor, apare și Negru din Bârlad. În timpul aceluiași domnitor, localitatea mai apare menționată în Tratatul de la Lublau – 1412 și în 1415, când, la Conciliul ecumenic de la Constanța, din delegația Moldovei fac parte și doi negustori din Bârlad.

La rândul lui, Ștefan cel Mare (1457-1504) acordă bârlădenilor privilegiul de a nu plăti „vama cea mică” pentru mărfurile aduse spre desfacere pe piața orașului de localnici și „le-am întărit legea lor veche” ceea ce presupune faptul că orașul avea o situație excepțională, de care s-a ținut seama la întemeierea statului și pe care domnitorul a confirmat-o.

De-a lungul secolelor orașul s-a dezvoltat și s-a implicat în activitatea economică, politică și culturală a țării. După obținerea independenței (1877-1878) și proclamarea Regatului (1881) s-au dat o serie de legi care au încurajat întreprinzătorii să înființeze ateliere meșteșugărești, mici întreprinderi sau bănci. Condițiile grele de muncă determină organizarea muncitorilor în vederea adoptării unei legislații protecționiste.

Meseriile erau organizate în bresle sau corporații foarte asemănătoare cu cele de pe la 1800 și având ca scop asigurarea bunăstării membrilor lor. Aceste corporații nu puteau, însă, exercita controlul asupra membrilor lor și au fost desființate în 1873. În perioada următoare s-a urmărit elaborarea unor legi cum ar fi Legea repausului duminical (1897), reglementarea muncii femeilor și a copiilor, ajutorarea muncitorilor accidentați în procesul de muncă sau a familiilor celor decedați. În acest scop au fost create și primele asociații de întraajutorare a muncitorilor în caz de îmbolnăviri,

accidente sau deces.

Concurența economică de la sfârșitul sec. al XIX-lea, nepăsarea guvernanților și criza economică din anii 1899-1903 au dus meșteșugarii la disperare. În 1902 a fost adoptată Legea meseriilor (Missir) prin care erau reorganizate corporațiile. S-a pus de asemenea problema găsirii unor modalități de a-i ajuta pe lucrători în diferite situații. În configurarea gândirii economice asociative interbelice o seamă de personalități ale vieții politice, economice și științifice au fost preocupate de problematica asociativă precum Dimitrie Butculescu, C.Brăiloiu, V.Bologa, Th. Diamandi, N. Iorga, I. Mihalache, Tache Ionescu etc. Așa au apărut Uniunile de credit – asociații autonome de persoane, reunite în mod voluntar în scopul satisfacerii nevoilor și aspirațiilor de natură economică, socială și culturală prin intermediul unei instituții controlate în mod democratic.

Casa de Ajutor Reciproc au apărut în diferite localități și era firesc să apară și la Bârlad. Ea s-a înființat în anul 1954, ca o organizație nonguvernamentală, nonprofit pe baza Statutului cadru emis de M.M.S.S, aprobat prin Ordinul nr.6 din 15 ianuarie 1973, a Ordonanței nr. 26 din 31 ianuarie 2000 cu privire la asociații și fundații, precum și a Legii 540/2000.

C.A.R. Pensionari este persoană juridică de drept privat, recunoscută ca atare prin Sentința civilă nr. 4814 din 14 decembrie 1999 a Judecătoriei Bârlad, fiind înregistrată în Registrul special al Judecătoriei Bârlad.

Sediul se află în Bârlad, str. N. Iorga nr.7A.

Noua conducere și-a propus să organizeze lunar activități interesante, cu participarea unor personalități cunoscute în țară.

Astfel, în luna septembrie, cu ocazia inaugurării Magazinului cu produse naturiste, a fost invitat d-nul profesor Virgiliu Stroescu, care a vorbit despre „Relația dintre sănătate și alimentație”.

În luna octombrie, cu ocazia zilei persoanelor de vârstă a treia este organizată „Ziua porților deschise”, cu care ocazie d-nul Manea Ștefan, directorul firmei Hofigal, va face o prezentare de produse.

Activitățile nu se vor opri aici.

Ca membră a Consiliului Național al Federației Naționale „Omenia” a Caselor de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din România, C.A.R.P. Bârlad s-a implicat în activitățile organizate, cea mai recentă fiind cea intitulată „Dați un leu pentru pensionarii săraci”.

Acum, la reluarea activității de editare a revistei „Viața noastră”, să urăm conducerii succes în viitoarea activitate, iar revistei – o viață îndelungată!

Prof. Maria Marin, membru CARP

C.A.R. Pensionari Bârlad, ieri și azi

Parcă a fost ieri, deși au trecut peste 15 ani, când am intrat în Casa cea veche, insalubră și neîncăpătoare, unde se desfășura activitatea de bază pentru membrii CARP. Aud glasul celor neîncrăzători, când a fost vorba de un proiect îndrăzneț, de a construi o Casă nouă, mai încăpătoare și cu posibilități noi de a ajuta membrii Casei, afirmații că ceea ce spun „sunt povești de adormit copiii” și totuși în ciuda piedicilor, împotrivirilor, a fost o Forță



care nu m-a lăsat să renunț, astfel fiecare azi a devenit ieri, zi după zi, an după an, iar azi, când privesc noul edificiu, de multe ori mă cutremur și zic, oare a fost adevărat că dintr-o sărăcie recunoscută de toți să avem așa ceva, dar nu e vis, e chiar realitatea de care beneficiem cu toții, iar ceea ce părea prea mare ieri acum a devenit neîncăpătoare. Mii de oameni au pășit pragul Casei cu încrederea că e ultima speranță de a fi ajutați în rezolvarea

problemelor financiare de moment și nu au rămas dezamăgiți, astfel că de la 8-9 mii de membri activi din anii 1995, azi înregistrăm un număr destul de mare, adică peste 25 mii de membri, care beneficiază de facilitățile oferite de Casa noastră.

În toată perioada care s-a scurs, an de an mii de membri au beneficiat de ajutoare financiare nerambursabile, dar și de împrumuturi rambursabile cu o dobândă acceptabilă, ținând cont de fluctuațiile dobânzilor bancare și inflația care a fost prezentă an de an. Pentru edificare voi prezenta câteva date privind împrumuturile acordate în ultimii 6 ani, începând cu anul 2004, când s-au sărbătorit 50 de ani de la înființarea CAR Pensionari Bârlad și a apărut primul număr al revistei, *Viața noastră*, editată de CARP Bârlad.

Anul	Împrumuturi acordate		Creștere %	Ajutoare nerambursabile		Creștere %
	Nr. cereri	Valoare		Nr. cereri	Valoare	
2004	11.738	7.911.600		1.838	168.014	
2005	10.829	11.002.790	139,1	2.675	197.404	117,5
2006	13.727	14.330.175	130,2	2.958	282.645	143,2
2007	12.970	15.681.809	109,4	3.369	337.380	119,4
2008	12.500	20.692.265	131,9	3.484	391.886	116,2
2009	12.679	25.902.142	125,2	3.244	442.057	112,8
8 luni 2010	8.452	16.895.365		1.195	82.255	

Trebuie să amintim că în acest an au fost finalizate lucrările de consolidare, modernizare a sediului vechi, atât în interior pentru funcționarea at. Frizerie, Croitorie, Magazinul economat și noul Magazin de produse naturiste inaugurat la sfârșitul lunii august, precum și refacerea fațadei, schimbând total aspectul vechii clădiri.

Privind în urmă trebuie să constat că eu, sau noi, nu avem nici un merit în ceea ce vedem, ce s-a realizat, am fost doar o unealtă de lucru în mâna lui Dumnezeu, deși de multe ori au fost tentați de a renunța pentru că au fost multe zile de alergare, de zbucium și nopți de frământări, toate acestea au fost ieri, azi trebuie să recunoaștem că suntem o mână de țărână, că timpul trece peste noi, fără putința de a-l opri, ieri nu ne mai aparține, rămâne doar o urmă. Azi avem la dispoziție un timp în care putem acționa cu bunătate, îngăduință și într-ajutorare, să lăsăm la o parte ceea ce e urât și aduce suferință celui de lângă noi, să trăim frumos, în bună înțelegere și pentru că îmbătrânim, altfel nu se poate, să îmbătrânim frumos. Cu stimă, pentru toți membrii Casei noastre!

Mihai Epure – contabil șef

GLUME

La ora de gramatică se analizează propoziția: „Iată, vaca are coadă!”. Cum analizează Bulă:

– *Iată* este subiect pentru că este scris cu literă mare și este început de propoziție. *Vaca* este atribut pentru că așa îi zice mama fiicei ei. *Are* este conjuncție pentru că leagă cuvântul *vacă* de *coadă*. *Coadă* este predicat pentru că se mișcă.

*

Un pictor cunoscut, aflat prin munți, întâlnește o turmă de oi și se adresează ciobanului:

– Bade, îmi dai voie să-ți pictez oile?

– Ești nebun, omule? Lasă-le albe așa cum sunt...

*

Câteva călugărițe lucrează într-un spital în subordinea unui medic celebru, dar spurcat la gură. Nemaiputând suporta grosolăniile sale, ele hotărăsc de comun acord să facă grevă și să părăsească încăperea când acesta va depăși limitele. Într-o bună zi doctorul le spune:

– Închipuiți-vă că am fost chemați pe un vapor chinez, pentru că s-a declanșat o epidemie de variolă la bord. Trebuie dezbrăcați marinarii până la piele și examinați unul câte unul. Știți, sunt foarte dotați chinezi...

În acel moment toate surorile au ieșit din cameră:

– Stați, nu vă grăbiți așa, strigă doctorul. Vaporul rămâne pe loc toată săptămâna.

*

Logodnica fericită:

– Iubitul, când vom fi căsătoriți vom avea trei copii!

– Cum poți să știi așa de precis, iubito?

– Păi ei trăiesc acum la mama mea!

*

Un funcționar de poștă este întrebat dacă nu se plictisește ștampilând încontinuu scrisori.

– Nu, deoarece în fiecare zi este altă dată.

C.A.R. PENSIONARI – Instituție orientată spre binele persoanelor de vârstă a III-a



În prezent activitatea Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din Bârlad este mai actuală ca oricând, impunându-se să se implice din ce în ce mai intens în rezolvarea problemelor sociale ale membrilor, persoane vârstnice, deoarece instituțiile statului, centrale și locale își limitează pe zi ce trece atribuțiile în acest domeniu.

Scopul principal al C.A.R.P. din Bârlad este sprijinirea membrilor lor prin acordarea următoarelor facilități:

* acordă împrumuturi rambursabile cu dobândă redusă, ajutoare nerambursabile și ajutoare pentru acoperirea cheltuielilor de înmormântare foștilor membri, ajutoarele rambursabile – împrumuturile – care constituie activitatea principală de ajutor reciproc desfășurată de C.A.R.P.;

* ajutoarele nerambursabile au o structură foarte diversificată în funcție de posibilitățile financiare ale Casei, de structura socială, mediul de unde provin (urban sau rural), gradul de sărăcie a membrilor asociației, precum și starea de sănătate a acestora. Ele se acordă pe bază de anchetă socială sau sumă fixă la care valoarea este stabilită de consiliul director și se acordă cu prilejul zilelor de Paște, 1 Octombrie sau Crăciun, fiind considerat sprijin financiar nerambursabil

acordat membrilor cu venituri mici;

* magazinul economat din incinta institutiei ofera membrilor produse diversificate, cum ar fi: produse alimentare (ulei, zahar, faina) la pret de achizitie, produse cosmetice, detergenți, articole de îmbrăcăminte;

* actuala conducere a pus accent deosebit pe îmbunătățirea magazinului Hofigal cu produse naturiste, prin valorificarea complexă a plantelor medicinale și arome. Sanovita promovează produse vegetariene alternative pentru cei ce doresc să reducă sau să renunțe la consumul de carne în vederea dobândirii unei sănătăți mai bune. Prin deschiderea acestui magazin realizăm avantajele unui stil de alimentație naturală care sunt nenumărate (sănătate, energie, echilibru fizic, psihic, tinerețe și imunitate).

Se spune că omul este de fapt ceea ce mănâncă. **Trebuie să decidem dacă trăim pentru a mânca sau mâncăm pentru a trăi.**

Să nu uităm că este măsură în toate. Bolile de care suferă omul sunt determinate în mare măsură de alimentație și pot fi vindecate pe calea unei alimentații corecte. În alimentația crudă se află secretul sănătății pe care de multe ori (adesea) îl căutăm fără succes. Alimentația naturistă presupune să consumăm alimente crude, proaspete, legume, verdeturi, fructe.

Dacă cunoaștem numai aceste câteva noțiuni despre importanța acestui magazin, atunci îl vom vizita permanent pentru a-i folosi produsele atât de necesare tuturor.

* Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor mai oferă pentru membrii săi anumite prestări servicii cum ar fi: salonul de frizerie și atelierul de croitorie care se desfășoară într-un spațiu modern, fiind deservit de pensionari sau personal de specialitate. În atelierul de croitorie se realizează vestimentații bărbătești, de damă, la prețuri mici față de prețul practicat în alte părți. Atelierul dispune de mașini corespunzătoare pentru desfășurarea activității. Salonul de frizerie deschis tot în incinta CARP oferă membrilor posibilitatea unui serviciu rapid, de calitate și la prețuri mici. De asemenea, atelierul de tâmplărie funcționează într-un spațiu adecvat, folosind utilaje industriale care pun la dispoziție articole de pompe funebre pentru beneficiar cu reducere de 20-30%.

* Pentru bătrânii care sunt năpăstuiți de soartă și de nepăsarea celor avuți, în lipsa unei protecții sociale, conducerea C.A.R.P. Bârlad a hotărât și s-a implicat în constituirea unui cămin pentru persoane vârstnice de care va beneficia acele persoane care nu se pot gospodări, care necesită sprijinire medicală, care sunt lipsiți de susținători legali, care nu au locuință, care sunt marginalizați, într-un cuvânt, care se află într-o situație deosebită. Căminul va oferi cazare și asistență medicală.

* Tot pentru membri C.A.R.P. funcționează trei cabinete de stomatologie, cabinet de tratamente, reflexoterapie, oftalmologie, ecograf, cabinet de înfrumusețare, toate oferind servicii de calitate, fiind deservite de personal calificat și cu reduceri de prețuri de 20-30%.

* Cabinetul juridic oferă servicii gratuite membrilor Casei.

Toate aceste multiple facilități nu ar fi fost posibile dacă conducerea unității nu ar fi fost receptivă la nevoile membrilor noștri. În acest fel a înțeles să vină în sprijinul membrilor pentru a suporta mai ușor greutățile timpurilor și pentru a contribui la fericirea, sănătatea și prelungirea vieții lor.

Lucica Burghilea, contabil pr. 1

Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din Bârlad

Deși România a realizat multe reforme necesare în ultimii 20 de ani în ceea ce privește domeniul pensiilor acordate din bugetul de stat, ea încă mai are de găsit noi soluții care să se poată plia pe situația actuală din țară. Se dorește a se stabili un sistem de pensii solid, care să reziste în timp, iar Guvernul să fie capabil să monitorizeze în continuu costurile reformelor ce se realizează în perioada de criză și nu numai.



Numărul pensionarilor a crescut în toată țara, iar asta se poate observa în special în orașele mici ce rămân populate doar cu persoane de vârstă înaintată. Această situație se regăsește și în municipiul Bârlad, care găzduiește un număr mare de pensionari, mulți dintre ei cu probleme financiare grave. De fapt, majoritatea pensionarilor din țară trăiesc astfel, însă cu toții sperăm ca această situație să ia curând sfârșit, criza financiară să se diminueze, iar acele proiecte de reformă care urmăresc îmbunătățirea nivelului de trai al vârstnicilor să fie puse în aplicare.

În municipiul Bârlad, ca și în alte câteva orașe, a fost înființată în urmă cu 56 de ani **Casa de**

Ajutor Reciproc a Pensionarilor (C.A.R.P.), care a venit întotdeauna în sprijinul acestei categorii de membri ai societății, mereu favorizate, mereu lăsate pe ultimul plan al preocupărilor guvernanților. Astăzi, Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor Bârlad este o organizație nonprofit cu fonduri private, cu peste 26.000 membri deservii de peste 30 angajați în domeniul financiar, medical sau servicii și vine în sprijinul membrilor săi prin acordarea de împrumuturi rambursabile în condiții avantajoase fără taxe și comisioane, ajutoare de deces, ajutoare nerambursabile, compensări bilete de stațiune, asistență medicală – cabinet medic de familie, stomatologie, cabinet tratamente, reflexoterapie, precum și prestări de servicii în atelierelor de croitorie, tâmplărie, frizerie. De curând, pe lângă magazinul economat care pune la dispoziția membrilor o gamă largă de produse alimentare la prețuri avantajoase, s-a deschis și un nou magazin de produse naturiste care oferă celor în vârstă atât medicamente cât și alimente ce conduc spre alegerea unui mod sănătos de viață.

Datorită acestor tipuri de acțiuni C.A.R. Pensionari Bârlad se bucură de popularitate și încredere în rândul membrilor săi, dar și de faptul că participă activ la viața comunității, la îmbunătățirea nivelului de trai a celor vârstnici. C.A.R.P. reprezintă pentru pensionarii acestui oraș un loc de refugiu, un loc unde nu se simt stânjeniți că nu au bani, așa cum se întâmplă în magazinele sau în farmaciile de unde ei își procură produsele.

Cred că fiecare dintre noi ar trebui să participe activ la viața comunității în care trăim, pentru a putea ajuta, atât cât poate fiecare modul în care ea evoluează. C.A.R.P. Bârlad a făcut un pas înainte în a ajuta o parte a comunității, o parte defavorizată și mereu pusă într-un con de umbră.

Feed-back-ul pe care angajații îl primesc din partea pensionarilor este unul pozitiv, ceea ce înseamnă că C.A.R. Pensionari a reușit să aducă un zâmbet pe fața unor oameni simpli, care au nevoie de ajutorul nostru, a tuturor.

Dacă vrem să evoluăm ca oameni, oraș, comunitate și chiar țară, trebuie ca noi să fim primii care facem primul pas.

Consilier, Adrian-Liviu Râncu

C.A.R.P. și alimentația sănătoasă – coexistență și interacțiune

Pe lângă multe facilități oferite membrilor Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor s-a avut în vedere grija față de persoanele vârstnice, și nu numai, pentru a adopta un stil de viață sănătos.

În urma Hotărârii Consiliului Director nr. 45 din 8 iunie 2010 s-a înființat un magazin de produse naturale și naturiste care ajută membrii la schimbarea obiceiurilor nesănătoase oferindu-le o alternativă la ceea ce se găsește pe piața de consum la ora actuală, la prețuri accesibile prin colaborare cu firme de profil. Acest magazin a fost inaugurat la data de 30 august 2010 și tot la această dată a avut loc și un simpozion despre alimentația vegetariană susținut de Prof. dr. Virgiliu Stroescu.

Întrucât știm cu toții că atunci când vorbim despre alimentație naturală, vorbim despre respectul față de viață, față de noi înșine, este important să subliniem că sănătatea este bunul cel mai de preț de care toți am vrea să ne bucurăm până în ultima clipă a vieții.

Tocmai de aceea, faptul că sănătatea depinde în primul rând de alegerea noastră este un lucru extrem de îmbucurător. În același timp însă, acest adevăr presupune o responsabilitate pe care, paradoxal, deși noi

înșine suntem primii beneficiari ai urmărilor pozitive, nu întotdeauna suntem dispuși să ne-o asumăm.

Un renumit doctor american spunea: „Cea mai mare provocare pentru medicina modernă este să educe și să motiveze pacienții ca să adopte un stil de viață sănătos”. În ciuda progresului impresionant al științei în general și al medicinei în special, ignoranța cu privire la factorii care condiționează sănătatea noastră persistă în modul cel mai lamentabil. Ca oameni, creați de Dumnezeu cu facultatea de a cunoaște și raționa, trebuie să apreciem la justa lui valoare marele adevăr: sănătatea nu este rodul întâmplării, ci depinde de respectarea legilor care o condiționează.

Cei mai mulți oameni consideră că este foarte important să ai acces la o asistență medicală de cea mai înaltă calitate, adică să existe spitale cu dotare modernă și personal de înaltă calificare. Apoi, foarte mulți sunt de părere că, în ultimele decenii mediul poluat a devenit cea mai serioasă cauză de îmbolnăviri și, în sfârșit, nu puțini sunt cei care ar desemna ereditatea ca fiind factorul care subminează în cel mai înalt grad bunăstarea fizică a populației globului, aducând multă

suferință în viața oamenilor.

Deși toți acești factori au o contribuție însemnată la numărul de îmbolnăviri și decese, experții au ajuns deja de mai bine de două decenii la concluzia că factorul care condiționează în cea mai mare măsură starea noastră de sănătate este stilul de viață. Alimentația sănătoasă, evitarea fumatului și a alcoolului, precum și activitatea fizică, pentru a nu aminti decât câțiva factori, ar putea prelungi viața cu 10, până la 20 de ani.

Cercetările făcute în cadrul unor institute de geriatrie privind performanțele fizice, intelectuale și psihice, au arătat că între vârsta calendaristică și cea biologică pot exista diferențe de până la 20 de ani. Stilul de viață influențează sănătatea și longevitatea. Singurul domeniu care ține de voința noastră este acela al stilului de viață: ce și cât mâncăm, viața activă sau sedentară, consumul de alcool, cafea, tutun sau alte droguri.

Chiar dacă nu putem schimba moștenirea genetică, putem schimba stilul de viață, iar schimbările efectuate pot preveni dezvoltarea unor boli pentru care suntem predispuși genetic.

Anca și Iulian Chituță,
membri CARP



Magazinul economat din incinta sediului C.A.R.P.

Relația medicamente hofigal-sănătate

Compania Hofigal Export-Import s-a înființat încă din anul 1990, devenind o companie din ce în ce mai importantă și mai respectată, câștigând un binemeritat renume în domeniul fabricării medicamentelor naturiste.

Compania Hofigal oferă produse naturale de calitate, obținute prin studii și cercetări laborioase, prin găsirea de asocieri optime a componentelor naturale. Hofigal este printre cele mai faimoase nume de marcă pentru produsele homeopate, gemoderivate și fitoterapice, galenice din România, condiționate sub formă de medicamente, suplimente alimentare, produse cosmetice, ceaiuri. Portofoliul Hofigal este alcătuit din peste 250 produse. Toate produsele sunt obținute în baza unor rețete și tehnologii proprii, brevetate în țară, unele reprezentând premiere mondiale absolute. Nici un produs Hofigal nu are contraindicații sau efecte adverse.

Colaborarea C.A.R.P. Bârlad cu firma Hofigal a început în anul 2004, ca proiect experimental, comanda de produse fiind relativ scăzută (20 sortimente), vânzările începând să crească treptat de la an la an, ajungând la aproximativ 250 sortimente. Cabinetul de produse naturiste Hofigal a deservit lunar peste 1.000 de membri C.A.R.P., valoarea produselor vândute depășind suma de 15.000 lei.

Dintre produsele Hofigal enumerăm: Spirulina, comprimate, capsule – o algă verde-albăstruie, cu un conținut bogat în vitamine (B12), aminoacizi esențiali, proteine vegetale, betacaroten, vitamina A, stimulează imunitatea, este detoxifiantă.

- Spirulina cu extract total de cătină – este recomandată persoanelor cu diete dezechilibrate, în carențe de proteine, vitamine, enzime și microelemente. De asemenea este recomandată sportivilor de performanță, persoanelor ce exercită profesii asociate cu efort fizic și intelectual, care lucrează în medii toxice sau condiții climatice deosebite, persoanelor de vârstă a treia, celor care fumează și consumă băuturi alcoolice în exces.

- Coenzima Q10 în ulei de cătină – este antioxidantă, încetinește procesul de îmbătrânire a organismului, îmbunătățește proprietățile reologice ale sângelui, energizant celular, antianemică, antiinflamatorie. Indicată în afecțiuni cardio-vasculare, paradontopatii, tulburări de menopauză, osteoporoză, obezitate, suprasolicitații fizice și intelectuale.

- Uleiul de cătină sub formă de capsule și picături, crește capacitatea de memorie, reface sistemul nervos afectat de depresie, tonic, detoxifiant, antioxidant.

- Catinofort, supliment alimentar natural cu proprietăți vitaminizante, de regenerare a organismului, antioxidant, crește rezistența la efort fizic și intelectual, indicat în afecțiuni hepatice, afecțiuni cardio-vasculare, osteoporoză, insomnii, obezitate.

- Mag anghinar (comprimate) – este un extract de anghinare și magneziu care reglează carențele organice ale acestui mineral, reface celula nervoasă, intervine ca tonic și stimulent al sistemului nervos, în oboseala psihică și fizică, în stări de astenie.

- Echinacea (capsule) – numită și vaccinul antigripal, are efect imunostimulator prin creșterea activității celulare, produce anticorpi apărând organismul de afecțiuni gripale.

- Redigest (capsule) – conține pulbere din fruct de armurariu. Asigură aportul de nutrienți și substanțe bioactive cu acțiune de completare a dietei zilnice și substituent polienzimatic eficace

pentru reglarea regimului alimentar în tulburări digestive diverse. Protejează celula hepatică, antiinfoamator și antiseptic, previne formarea calculilor biliari.

- Complet antioxidant – conține extract de semințe de struguri, biomasă, spirulină, extract din fructe de afin, fructe de cătină, frunze și flori de amarant. Are proprietăți antioxidante antiinflamatoare, revigorante și de echilibrare a metabolismului, tonic general.

Din produsele cosmetice enumerăm: *Cremă antirid* – ce are în compoziție ulei de cătină, spirulina, coenzima Q10, indicată la orice vârstă, pentru orice tip de piele, previne apariția ridurilor; *Gel contur ochi* – destinat pentru hidratarea normală a zonei oculare; *Cremă pentru îngrijirea gâtului*; *lapte pentru îngrijirea corpului*; *Gel de plajă*; *Lapte demachiant*; *Supliform gel*, pentru întreținere corporală, accelerează microcirculația la nivelul articulațiilor, previne și ameliorează fenomenele de celulită, depuneri adipoase nedorite; *Șampon 5R cu coenzima Q10* – produs biocosmetic destinat curățării părului și pielii scalpului; *Săpun moale vegetal*; *Chel Stop* – loțiune pentru oprirea căderii părului; *Cremă spirulină* – este o cremă de întreținere și revigorare.

Asist. Carmen Mihaela Rășcanu

Vârsta a treia și sănătatea

Epoca modernă impune sistemului de sănătate calitate, performanță, confort pentru pacienți, cu costuri convenabile.

Longevitatea ține de calitatea vieții, de modul cum știm să avem grijă de noi, de alimentație, de evitarea tabagismului și alcoolismului, de conduita de viață și muncă, de eliminarea stresului, dar și de accesul la îngrijirea medicală. Este cert că speranța de viață a oamenilor a crescut și odată cu ea nevoia de cunoaștere, de educație pentru sănătate.

Aflați la vârsta bilanțului, vârstnicii au parte de boli, suferințe, neputințe, pe care trebuie să le depășească cu înțelepciune, cu știință, cu experiența acumulată de-a lungul anilor. Mulți dintre cei ajunși la toamna vieții constată că au pierdut legătura în timp cu generațiile care i-au precedat. Nu au preluat sau nu au păstrat acea înțelepciune a străbunilor acumulată în veacuri pentru multe situații ale vieții, dar mai ales pentru sănătate.

Ce poate face un medic de familie în această situație?

Generozitatea, grija și suportul moral oferit le dă vârstnicilor putere în momentele de cumpănă. Curajul necesar pentru a depăși suferința vine din siguranța de a ne ști pe noi aproape, înțelegându-i și oferindu-le sfaturile și soluțiile necesare. Totodată, pacientul, mai ales cronicul, trebuie să conștientizeze faptul că limita dintre sănătos, sau oricum lipsit de o invaliditate, și bolnav este adesea imperceptibilă, iar medicul nu poate face decât ceea ce a jurat: „Primum non nocere” (În primul rând să nu faci rău).

Fragilitatea fizică, dar mai ales psihică, a acestora este pansată de cuvântul înțelept al medicului care își respectă menirea.

În toată activitatea, purtătorii halatelor albe se conduc după principiul „Acta non verba” (Fapte, nu vorbe).

Dr. Laurenția Adriana Ichim – Medic de familie la CARP

Profesia de medic stomatolog – între vocație și sacrificiu

Este evident că, dintre toate profesiile, medicina este cea mai binefăcătoare. Profesia de medic obligă la devotament în fața suferinței. În ce altă meserie se găsește abnegația, pe care medicina o impune celor ce o practică?

Dar, totodată, medicul, prin profesia sa, devine prietenul și chiar confidentul celor aflați în suferință, tineri și vârstnici, persoane a căror neputință trupească izvorăște mai degrabă din interior.

Toți acești oameni, buni sau mai puțin buni, virtuoși sau mai puțin virtuoși, conaționali sau inamici, primesc în cabinetul medical aceleași îngrijiri, fără să se țină seamă de comportamentul mai mult sau mai puțin moral de care uneori pot da dovadă.

A fi medic nu este deloc ușor; acest lucru presupune timp îndelungat de studiu, ani întregi de educație și perioade lungi de practică medicală, de multe ori chiar sacrificii și până la intrarea în drepturile depline ale profesiei.

Succesul într-un cabinet stomatologic depinde de mulți factori, în primul rând fiind pusă competența profesională a doctorului; apoi acuratețea de care poate da dovadă un tehnician dentar, și foarte importantă înțelegerea dintre cei ce formează o echipă: medic, tehnician dentar și asistentul medical.

Nu poți să fii un medic bun dacă nu ești în primul rând un bun ascultător, personalitatea fiecăruia fiind un factor foarte important în ceea ce privește relația medic-pacient.

Calitatea conversației dintre medic și pacient influențează nu numai psihicul bolnavului, dar și liniștea terapeutică. Pacienții diferențiază foarte rapid un serviciu medical plin de solicitudine, profesionalism, cu unul acordat ca și cum i-ar face o favoare.

Un bun medic stomatolog trebuie să urmărească nu numai aspectele tehnice de dotare, dar și pe cele privind relația personală medic-pacient. Opiniile pacienților sunt foarte importante, dar pot fi și foarte subiective.

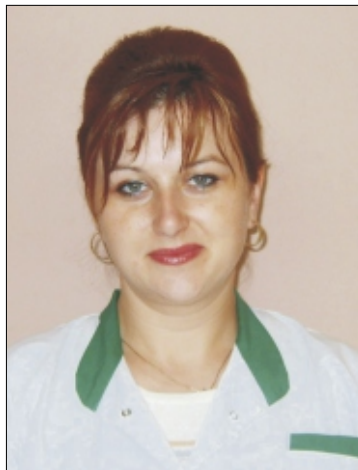
Medicul dentist în 2010 se confruntă cu multe provocări clinice, economice, dar și probleme de ordin psihologic.

Situația economică actuală este o provocare și pentru cabinetele dentare, aspecte ignorate în trecut devenind acum prioritare. „Responsabili” de frumusețea zâmbetului trebuie acum să învețe și ei să zâmbescă pentru a-și câștiga și menține pacienții, implicit gradul de satisfacție a acestora. E momentul în care se valorifică întregul potențial al cabinetului, fiecare aspect al experienței unui pacient la stomatolog (de la programarea consultului de specialitate, modalitatea de comunicare, timpii de așteptare, acceptarea unui anumit tratament), poate afecta relația finală a celor două părți. Stomatologia este deopotrivă știință și artă.

Iar arta în stomatologie se manifestă tocmai prin latura care ține de finețea cu care medicul își desăvârșește fiecare act terapeutic în parte.

Dr. Rodica Dornianu
medic stomatolog C.A.R.P. Bârlad

Evaluarea cunoștințelor și atitudinii pacienților privind transmiterea infecției în cabinetele de medicină dentară



Activitatea clinică complexă desfășurată în cabinetul dentar este asociată unui risc crescut de transmitere a agenților patogeni din sânge și salivă prin contact direct cu produse contaminate sau indirect cu instrumente și echipamente precum și prin transmiterea încrucișată („cross-infection”). Preocupările privind expunerea ocupațională a personalului de îngrijiri de sănătate orală precum și cele referitoare la siguranța pacientului în cursul tratamentului dentar capătă o importanță deosebită justificând impunerea unor norme riguroase

de comportament clinic. Procedurile de prevenire a transmiterii infecției utilizate astăzi în practica stomatologică sunt radical diferite de cele aplicate înainte de 1986, anul în care Centrul de Prevenire și Control al îmbolnăvirilor (CDC) a publicat primul său ghid de control al infecției, actualizat ulterior în 1993 și 2003.

Implicarea pacienților în propriile îngrijiri de sănătate constituie o strategie de creștere a gradului de responsabilitate asupra siguranței actului medical. Preocupările actuale ale populației legate de starea de sănătate implică un interes deosebit față de controlul infecției în cursul tratamentului dentar, nu numai în ceea ce privește infecția cu HIV dar și în legătură cu alte boli infecțioase ca hepatitele virale, tuberculoza sau virozele respiratorii, iar exigențele sunt mai ridicate ca niciodată. Pacienții sunt avizați asupra legislației și reglementărilor în vigoare pentru garantarea siguranței în cursul procedurilor stomatologice. În acest sens, la fel de importantă ca implementarea unui regim eficient de control al infecției este aplicarea acestuia într-un mod cât mai evident pentru pacient.

Riscul infecțios în practica stomatologică este strâns legat de elementele specifice ale activității clinice de îngrijiri de sănătate orală.

Încărcătura microbiană a mediului ambiant (aer, suprafețe), dispozitivele complexe și instalațiile avansate din punct de vedere tehnologic dar uneori dificil de decontaminat și sterilizat, actele terapeutice incorecte, ignoranța, lipsa compleanței față de măsurile de protecție contribuie la creșterea riscului de expunere la infecție în cursul tratamentelor stomatologice.

În plus, caracterul de urgență pe care îl îmbracă de multe ori activitatea clinică, impune tratarea unui pacient neinvestigat, în condițiile în care se practică acte terapeutice sângerânde, intervenții parenterale sau incizii de colecții purulente.

Sursele de infecție sunt reprezentate de: pacient, echipa stomatologică, instrumentar, aparatură, mediul ambiant, iatrogenie.

Cavitatea orală prezintă o încărcare microbiană remarcabilă (peste 300 de specii) care pot fi saprofite, patogene (germeni specifici: *Treponema Pallidum*, *Bacilul Koch*, *Actinomicetele*) sau condiționat patogene în funcție de condițiile oferite de gazdă (germeni oportuniști ca *Streptococul Sanguinis*, *Candida Albicans*).

Personalul medical și pacienții pot fi expuși la o mare varietate de microorganisme din sânge, secreții orale sau respiratorii, care includ: virusul hepatitei B, virusul hepatitei C, virusul herpes simplex tip 1 și 2, virusul HIV, citomeglovirusul, *Mycobacterium tuberculosis*, stafilococi, streptococi și alte virusuri și bacterii care colonizează sau

infectează cavitatea orală și tractul respirator.

În contextul configurației patologiei infecțioase actuale preocupările privind expunerea ocupațională a personalului de îngrijiri de sănătate orală precum și cele referitoare la siguranța pacientului capătă o importanță deosebită justificând impunerea unor norme riguroase de comportament clinic în viziunea aderării la standardele europene privind siguranța actului medical în cabinetul dentar.

Totodată ridicarea nivelului educațional al populației determină preocuparea pentru un mod de viață sanogen ca și pentru protecția față de potențialele surse de infecție. Atunci când un pacient consimte la tratamentul dentar el presupune un standard impecabil de control al infecției și lipsa oricărui posibil risc. Implementarea procedurilor de control al infecției costă timp și bani dar, în același timp, poate fi creatoare de practici eficiente. Preocupările actuale ale populației legate de starea de sănătate implică un interes deosebit față de controlul infecției nu numai în ceea ce privește HIV dar și în legătură cu alte boli infecțioase ca hepatitele, tuberculoza, boala Jacob-Creutzfeld. Pacienții sunt avizați asupra legislației și reglementărilor în vigoare pentru garantarea siguranței în cursul procedurilor stomatologice. În acest sens, la fel de importantă ca implementarea unui regim eficient de control al infecției este aplicarea acestuia într-un mod cât mai evident pentru pacient.

Instruirea și educarea constituie o parte esențială a unui control al infecției eficient prin importanța pe care o are înțelegerea implicațiilor acestuia și adoptarea metodelor necesare în activitatea practică curentă. Educația continuă în acest domeniu va menține un nivel ridicat și actual de cunoștințe asupra noilor proceduri.

Principiile privind prevenirea, detectarea și controlul evenimentelor adverse și siguranța actului medical sunt cuprinse în *Declarația de la Luxemburg* din 5 aprilie 2005 adoptată sub auspiciile Directoratului General al Comisiei Europene pentru Sănătate și Protecția Consumatorului în vederea evitării erorilor grave și ridicării nivelului de complianță a personalului medical față de procedurile de siguranță. În țara noastră Ordinul MS 994 din 2004 stabilește normele de supraveghere și control al infecțiilor nosocomiale în unitățile sanitare.

Procedurile de siguranță sunt definite ca manopere clinice desfășurate în condiții optime de protecție pentru pacient și personalul medical. Promovarea acestora impune instruirea unei echipe medicale care să dispună de o percepție realistă asupra riscului de transmitere a infecției și necesității adoptării strategiilor specifice de protecție.

CONCLUZII

1. Instituirea unor protocoale eficiente de control al infecției în cabinetele de medicină dentară este deosebit de importantă la fel ca și educarea publicului asupra beneficiilor acestor practici și motivarea acceptării lor.

2. Personalul medical are responsabilitatea de a asigura că informarea corespunzătoare asupra măsurilor adoptate pentru reducerea riscului de „cross-infection” în stomatologie astfel încât preocuparea pacienților asupra riscului de îmbolnăvire și evitarea tratamentelor dentare să fie reduse la minimum.

3. Utilizarea echipamentului de protecție, în special a mănușilor de cauciuc, constituie o cerință imperioasă a pacienților în viziunea prevenirii transmiterii infecției în cursul tratamentelor dentare.

4. Aspectul profesional al echipei medicale poate influența favorabil încrederea în competența medicului și asistentei dentare în cursul actului medical.

5. Pacienții vârstnici au preferințe conservatoare în ceea ce privește ținuta echipei medicale și manifestă rețineri în implicarea directă privind controlul infecției în cabinetul de medicină dentară.

6. Nivelul de educație influențează implicarea pacientului în propriile îngrijiri de sănătate orală cu efecte benefice asupra siguranței tratamentelor dentare.

7. Comunicarea eficientă medic-pacient și anamneză corectă pot stabili o interrelație constructivă și în același timp pot identifica factorii de risc la care sunt expuși atât personalului medical cât și pacienții.

8. Respectarea normativelor prevăzute în legislația actuală privind unele proceduri de control al infecției (sterilizarea și dezinfecția) este deosebit de importantă pentru protecția pacienților și a personalului medical. În același timp, în condițiile în care utilizarea unor echipamente și bariere de protecție nu este reglementată în totalitate din punct de vedere legal, cunoașterea percepției pacienților față de controlul infecției trebuie să influențeze decizia privind utilizarea unor astfel de măsuri în viziunea aderării la standardele europene privind siguranța actului medical în cabinetul dentar.

Cabinet stomatologic nr. 3 - CARP
Dr. Aura Andreea Rotaru

Bătrânețea și problemele ei

Persoana vârstnică este persoana de cele mai multe ori multiplu dezavantajată pe de o parte de scăderea resurselor fizice și pe de altă parte de scăderea resurselor financiare. Vârstnicul duce permanent o luptă pentru o existență decentă, mulți dintre ei trăiesc sub pragul sărăciei, unii renunțând la facilitățile confortului (căldură, apă, energie) din cauza veniturilor mici, alții apelând la instituțiile de ocrotire socială sau cantinele sociale. Datorită veniturilor mici nu reușesc să-și acopere taxele și impozitele resimțind povara atât economic cât și medical.

Cunoaștem cu toții proverbul: „Cine nu are un bătrân să și-l cumpere”, ne întrebăm... „Mai este de actualitate acest proverb? Este prezența vârstnicului atât de respectată? Atunci de ce vedem vârstnici atât de singuri? De ce vedem fiice și fii care își conduc părinții bătrâni pe scările unui cămin care în viziunea lor reprezintă „stația finală a călătoriei prin viață”? De ce ne este greu să auzim că trebuie să îngrijim un bătrân? Suntem oare mai necruțători? Doar atunci când ne mor părinții realizăm că ni se rup rădăcinile și regretăm că le-am oferit prea puțin peste nevoile de bază.

Există o multitudine de întrebări, pe care ar trebui să ni le punem fiecare legate de persoanele vârstnice singure, sau cu venituri mici, persoane care ar trebui să beneficieze de o asistență socio-medicală.

Singurătatea, izolarea, scăderea veniturilor apar odată cu pensionarea și creează fenomenul de frustrare. După pensionare apar mai multe probleme de sănătate mulți devenind dependenți de medicamente cheltuind astfel o mare parte din veniturile și așa insuficiente. Un mare necaz al bătrâneții este că ea nu prea are viitor. Trecerea anilor ne face pe toți mai bătrâni, mai neputincioși și pe puțini dintre noi mai înțelepți. Am mai putea spune că bătrânețea vine fără niciun efort, fiind o etapă a vieții în timp de mare complexitate și vulnerabilitate.

Noi cei din jur îi putem ajuta să se opună sentimentului de inutilitate, în sensul unei alte utilități sociale, valorificarea experienței acumulate, a înțelepciunii sedimentate, în folosul celorlalte generații. În calitate de părinți, conducători de instituții trebuie să învățăm tânăra generație, care mai cu seamă lucrează cu persoane vârstnice, să-i ajute, să nu-i jignească, să le facă un serviciu necondiționat, să le îndeplinească o rugămintă.

Să reținem că bătrânețea este un fenomen natural și este la îndemâna noastră să ne facem viața de pensionar cât mai plăcută, interesantă și utilă.

Vârsta a treia nu reprezintă o boală, nu trebuie privită cu pesimism. Chiar dacă procesul îmbătrânirii nu poate fi oprit, îmbunătățirea calității vieții oamenilor în vârstă trebuie să rămână o preocupare permanentă a fiecăruia, dar și a serviciilor de sănătate și asistență socială.

Lucica Burghilea



„Puteți reduce o problemă de sănătate sau rezolva dacă...”

„Poate că rostul omului este să înfrunte provocările dar nu să accepte suferința! Așa cum suferința și diversele boli ne sunt date, ne-a fost dat să aflăm numeroase metode prin care să revenim la starea de «bine», la starea de sănătate.” (Louis Pasteur)

5 și 2200! De ce ar fi reprezentative aceste două numere, s-ar putea întreba (pe bună dreptate) orice cititor al nostru!

Dar dacă spunem 5 ani și peste 2200 de pacienți? Asta definește în cifre cabinetul de masaj-reflexoterapie și recuperare medicală, existent la Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor Bârlad. O idee născută timid, ca și un „bebeluș prematur” căruia puțini i-au dat șanse de speranță, dar care, parcă împotriva sorților, a renăscut și a crescut ca și Făt-Frumos din povești!

E mult, e puțin? Asta doar voi, în calitate de parteneri și pacienți ai noștri o puteți spune. Dar de fapt ce e reflexoterapia și masajul terapeutic, și de ce ar fi aceste lucruri importante pentru sănătatea și viața noastră?

Reflexoterapia este o componentă a reflexologiei care se ocupă cu tratamentul prin masaj al punctelor reflexe diagnosticate ca fiind sensibile (dureroase) sau cu articulațiile interfalangiene, într-o ordine care ține seama de ecoul biologic al fiecărui organ reprezentat și fără obiecte intermediare (bețișoare, baghete). Astfel, prin masajul reflexogen se facilitează circulația sanguină și transportul toxinelor spre organele de eliminare sau detoxifiere. Masarea zonelor reflexogene pe parcursul a mai multor ședințe, implică fisurarea cristalelor de toxine, a depunerilor pe care circulația sanguină le va trimite spre organele de eliminare, îmbunătățind starea de sănătate. Buna circulație sanguină este vitală pentru fiecare organ sau zonă din organism, deoarece transportă material nutritiv, hormoni, anticorpi, oxigen, deșeurile metabolice etc. Cu cât circulația sanguină este mai anevoioasă, cu atât mai greu va surveni vindecarea. Miile de metri de material tubular prin care circulă sângele (artere, vene, capilare) în corpul nostru, se mențin în activitate prin vasoconstricție și vasodilatație, funcționarea lor depinzând de activitatea musculară. O circulație bună se menține prin activități musculare adecvate pentru fiecare zonă din corp, care se reflectă prin activități fizice, gimnastică, sport. Dacă activitatea mușchilor slăbește, țesuturile se fibrozează, circulația sanguină în acea zonă devine greoaie, articulațiile de la mâini, picioarele și coloana devin rigide, dureroase, exercitând presiuni asupra unor terminații nervoase sau vasculare. În consecință, activitatea nervilor și cea sanguină este stânjenită, fluxul sanguin perturbându-se datorită produselor toxice care se acumulează în organele afectate și în punctele lor reflexe. Toate acestea conduc cu timpul la anchiloze, dureri, boli organice, intoxicarea organismului, slăbirea puterii de apărare împotriva bolilor. Picioarele se resimt devenind reci și chiar dureroase. Dacă nu se acordă atenția cuvenită acestor stări în faza incipientă, se vor descoperi ulterior tulburări la distanță în corp, în organele de legătură.

Ce tratăm prin reflexoterapie

Reflexoterapia este utilă în tratarea a foarte multe tipuri de afecțiuni dintre care enumerăm doar câteva: ► stres, migrene, amețeli, insomnii, oboseală cronică, instabilitate emoțională, depresii, anxietate, atacuri de panică; ► afecțiuni ale coloanei, sciatica, lombosciatica, spondiloze, cifoze, reumatism, artroze, artrite, gonartroza, coxartroza etc.; ► tulburări endocrine: tiroida, paratiroida (căderi de calciu), suprarenale, deficiențe de creștere la copii, reglarea ciclului, tulburări de menopauză, osteoporoză (stoparea degradării masei osoase), disfuncții sexuale (impotență,

frigiditate etc.), tulburări de metabolism, obezitate, diabet; ► afecțiuni digestive: gastrite, enterocolite, colite, ulcer, esofagite de reflux, constipație, hemoroizi, balonări; ► afecțiuni hepatobiliare: litiaza biliară, hipercolesterolemie, bilă leneșă etc.; ► afecțiuni renale (se elimină nisipul și pietricelele) litiaze, prostatite, enurezis, nocturn, edeme (picioare umflate) etc.; ► afecțiuni circulatorii: hipo și hipertensiune, arterioscleroză, gută, sindromul mâinilor și picioarelor reci, dureri de picioare; ► afecțiuni ORL: bronșite, rinite, sinuzite, nevralgii, astm etc.

Avantajele reflexoterapiei

► poate fi aplicată la orice categorie de vârstă, profilactic și pentru afecțiuni acute sau cronice; ► marele avantaj constă în completa lipsă de toxicitate, în condițiile în care civilizația noastră traversează o epocă foarte poluantă, inclusiv pe plan medicamentos; ► nu are contraindicații majore; ► este un tratament netoxic; ► se lucrează pe cauză nu pe simptome; ► se poate face în paralel cu alte tratamente naturiste sau alopate; ► nu se întrerupe tratamentul medicamentos.

Sunt dese cazuri când funcționarea organismului, datorită unei traume, intervenție chirurgicală sau boală, nu poate fi restabilită complet numai prin masaj reflexogen și e nevoie să apelăm și la alte tehnici de masaj. Astfel, dacă vorbim despre MASAJ fie că este vorba de masaj terapeutic, drenaj limfatic sau de relaxare, dorim să introducem prin acesta atât o stare de bine „fizic” dar și „psihic”, în așa fel încât, în timpul ședinței de masaj, pacientul să uite de eventualele probleme pe care le are (pentru acesta se va crea o atmosferă specială, concepută cu responsabilitate și profesionalism).

Masajul terapeutic se folosește cu succes în cazul durerilor de spate. În acest caz, se masează coloana, mijlocul, omoplații, umerii și gâtul pentru a trata durerile musculare sau pentru ameliorarea durerilor de coloană. Durerile de spate sunt frecvente mai ales în cazul persoanelor sedentare, și ajută atât la prevenirea cât și la tratarea durerilor de spate. Masajul terapeutic ajută, de asemenea, la recuperarea fracturilor articulare. În acest caz, intensitatea cu care se face masajul crește de la ședință la ședință, în funcție de pacient, și îmbunătățește circulația sângelui în zona afectată.

Beneficiile fizice și emoționale

Masajul este destinat să producă sentimente plăcute atât la nivel fizic cât și la nivel psihic. Dincolo de faptul că face pacientul să se simtă bine, masajul pentru drenaj limfatic ajută corpul să elimine toxinele, îmbunătățește circulația sângelui și a limfei, mărește amplitudinea de mișcare la nivelul articulațiilor și elimină tensiunea musculară, induce relaxarea și reduce durerea datorită eliberării de endorfine, care sunt echivalenții naturali ai morfinei. Reducerea tensiunii musculare este în strânsă legătură cu inducerea unei stări mentale pozitive, micșorează anxietatea și depresia, îmbunătățește capacitatea de concentrare și creează stări de relaxare profundă.

Masajul terapeutic înlătură oboseala mentală și fizică și reduce stresul, atât la nivel superficial cât și profund. Masajul de relaxare ajută oamenii să depășească problemele legate de somn,

înlătură somnolența din timpul zilei și insomnia. Cercetări efectuate la universitatea Brown au demonstrat că masajul terapeutic are un loc major în combaterea astmei la copii. Masajul terapeutic este o modalitate de care pot beneficia oameni de toate vârstele, de la nou-născuți și până la persoane de vârsta a treia.

Scopul masajului terapeutic este: ► o mai bună irigare a tuturor celulelor corpului; ► eliminarea produșilor toxici rezultați din procesele energetice fiziologice; ► stimularea circulației sanguine și ameliorarea fluxului venos al sângelui; ► elasticizarea tuturor țesuturilor; ► relaxarea și tonifierea mușchilor; ► întinderea țesutului conjunctiv și al articulațiilor; ► calmarea sistemului nervos; ► reglează funcțiile hormonale; ► stimulează diureza; ► accelerarea procesului de îndepărtare a reziduurilor toxice; ► stimularea fluxului limfatic și umorilor.

Dacă până acum nu ați primit un masaj terapeutic, dacă v-ați gândit că este doar un moft, dacă v-ați lăsat copleșiți de pudoare sau credeți că nu meritați, dacă nu ați știut câte beneficii poate aduce o ședință de masaj terapeutic în planul sănătății corpului fizic, psihic sau mental, acum este momentul să încercați!

Masajul terapeutic ne oferă un mijloc de a contracara fluxul neîncetat al presiunilor profesionale și casnice. Pentru prea mulți dintre noi, rigiditatea și durerea sunt un mod de viață cu care ne-am obișnuit și de multe ori, abia atunci când ni se face masaj, descoperim că mușchii noștri sunt încordați sau ne dăm seama că o mare parte din energie ne este consumată de această tensiune.

În încheiere, vreau să urez tuturor sănătate și fericire, iar cei 5 ani de când suntem împreună să fie doar începutul pentru ceilalți 50.

Daniela Teodoru – Specialist Masaj și Reflexoterapie

ÎN ATENȚIA MEMBRILOR C.A.R. PENSIONARI BÂRLAD

Vă rugăm ca **până la sfârșitul lunii decembrie** să vă prezentați la sediul Casei pentru a intra în posesia **Legitimației de serviciu**. **De la 1 ianuarie 2011** legitimația, însoțită de B.I./C.I., este **obligatorie** pentru a beneficia de următoarele servicii:

- | | |
|---|----------------------------------|
| ► Cabinete stomatologice; | ► Frizerie; |
| ► Cabinet tratamente; | ► Atelier croitorie; |
| ► Cabinet Ecograf; | ► Atelier tâmplărie; |
| ► Cabinet Reflexoterapie și masaj; | ► Servicii funerare; |
| ► Cabinet oftalmologie; | ► Consultanță consilieri; |
| ► Salon cosmetică; | ► Consultanță Președinte; |
| ► Sală fitness; | ► Birou traduceri |
| ► Oficiu juridic; | ► Alte servicii. |
| ► Magazine economat; | |

Legitimațiile se vizează anual, după îndeplinirea obligațiilor statutare.



Compartimentul Financiar

PREOCUPĂRI JURIDICE

În cadrul C.A.R.P. Bârlad este înființat un cabinet juridic, iar din luna mai 2010, după Adunarea Generală a membrilor Casei, a crescut importanța activității pe linie juridică.

În primul rând, noul Consiliu Director acordă o mare atenție activității juridice și pentru acest aspect, volumul de muncă pe linie juridică a crescut foarte mult.

Ca prim obiectiv al Oficiului juridic a fost și este prevenirea săvârșirii de abateri și infracțiuni atât din partea salariaților, cât și a membrilor Casei.

Din luna mai și până în prezent, s-a luat măsura prelucrării de acte normative pe linia activității C.A.R.P. ori de câte ori Consiliul Director ține informări cu salariații.

Au fost analizate și prelucrate, cu salariații, toate sesizările membrilor C.A.R.P.

Cu ocazia verificărilor efectuate, s-au constatat nereguli și chiar infracțiuni săvârșite de către unii membri C.A.R.P. datorită neglijenței unor salariați.

Astfel, Nourescu Mina, membră a Casei, prin mijloace frauduloase, a reușit să facă împrumuturi fără ca să aibă posibilitatea să restituie banii.

Pentru aceste fapte de natură penală, a fost sesizat Parchetul de pe lângă Judecătoria Bârlad, dosarul având nr.2559/P/2010.

Plângere penală are și Mironică Cezara Liliana, ziaristă la „Vremea nouă”, pentru faptul că a făcut împrumut, fără să mai restituie banii. Pe rolul Organelor de urmărire penală se află și dosarul nr. 2542/P/2010 în care sunt implicate persoane, printre care și Miron Adrian de prin Tecuci.

De asemenea, pe lângă Judecătoria Bârlad, se află dosarul nr. 3976/189/2010, în care sunt judecate două foste salariate ale C.A.R.P. Bârlad și anume, Bejan Anișoara și Damian Corina. Acestea au fost trimise în judecată pentru săvârșirea infracțiunilor de delapidare, fals intelectual și uz de fals.

Un rol important în cadrul Oficiului juridic îl constituie faptul că se acordă gratuit asistență juridică membrilor C.A.R.P.

Consider că această activitate, agreată de Consiliul Director, constituie un avantaj mare pentru membrii Casei, deoarece majoritatea nu au posibilități materiale ca să consulte un avocat.

Dovadă, zilnic trec pe la Oficiul juridic mulți membri, care au diferite probleme pe linie juridică, legate de fondul funciar, dezbateri succesoriale, neînțelegeri cu vecinii, divorțuri sau probleme de natură penală.

Din acest punct de vedere, solicităm propuneri pentru îmbunătățirea activității pe linie juridică.

Av. Aurel Hobjilă, Oficiul juridic C.A.R.P.



Comisia de cenzori:

Elena Cocioabă, Maria Muntianu (președinte), Virginea Iftimie

Despre însușirea de a fi om

(Scrisoare cu grijă către toți membrii CARP)

CARP (Casa de ajutor reciproc a pensionarilor) – ce înseamnă a fi membru al acestei instituții? Înseamnă de fapt a face parte dintr-o comunitate, comunitate care are drept scop îmbunătățirea legăturii dintre oameni și sensibilizarea lor spre a înțelege nevoia și greutățile aproapelui. O calitate decisivă în a fi membru CARP consider a fi milostenia și grija reală pentru cel de lângă noi, cât și disponibilitatea noastră spre a-l ajuta. Dar din păcate noi ne gândim doar la bani.

Cei mai mulți dintre aceia ce vor citi acest articol au fost, probabil, prezenți la ultimele alegeri pentru desemnarea membrilor consiliului, cât și a președintelui CARP Bârlad. Adunarea care a avut loc în acest scop a fost cu adevărat înfricoșătoare: cu toate că erau prezenți ca votanți oameni în majoritatea lor trecuți de vârsta de 50 de ani, adunarea s-a caracterizat prin superficialitate, bătărănie, tipete, limbaj de mahala și tot felul de atitudini vulgare. M-am intimidat pe loc și cu teamă mi-am pus în gând această întrebare: „Dacă nici măcar bătrânii nu mai au bun simț și frică de Dumnezeu căci ne aflăm la doar câteva zile după Sărbătoarea Sfinților Paști – oare încotro ne îndreptăm?”. Și iată despre ce vorbim: însușirea de a fi om! Da, așa este, în aceste timpuri stricate a fi om cu adevărat nu mai reprezintă un fapt subînțeles, ci este o însușire care se găsește, din păcate, din ce în ce mai rar.

Am fost și suntem mutilați de pseudo-exemplele din filme și de la tv, de mascaradele politice cu iz de mahala, de superficialitatea și consumatorismul ce a devenit și în România religia viitorului. Iar păcatul nostru este acela că nu ni le-a vârat nimeni pe gât cu forța, ci le-am primit și le dorim de bunăvoie! Am acceptat și acceptăm de bunăvoie și din comoditate criminală a ne fi terfelită tradiția, cultura și îndeosebi credința noastră ortodoxă, aceea care ne-a salvat ca națiune și popor întotdeauna și care, prin mila și bunăvoința Domnului, am moștenit-o direct din gura Sfântului Apostol Andrei; iată: vei lua credința, tradiția, cultura și din popor vei face populație – niște numere fără substanță și personalitate, obsedate de bani și propriul lor stomac.

Și te apucă parcă aproape deznădejdea când vezi că la nivel de individ, cât și la nivel de instituție, tiparul este același. Dar totuși în CARP Bârlad nu este chiar așa. Ca membru al acestei Case de ajutor reciproc am avut ocazia și pot spune chiar onoarea, să cunosc câțiva dintre funcționarii acestei instituții. Și dragii mei – cei care veți citi aceste rânduri – ar fi ofensator să îi numim drept simpli funcționari: sunt OAMENI.



Personalul auxiliar al C.A.R.P.

Nu știu exact cum au fost cei de dinaintea lor, dar aceștia – în frunte cu președintele lor, domnul Mihai Nicolaie, sunt oameni! Oameni cu simțire în ei, care te privesc și pe tine – cel care stai în fața lor – ca un om, îți vorbesc ca unui om, se îngrijesc și încearcă cu adevărat să te asculte, dându-și în mod real silința de a te ajuta. Fie casier, doctor stomatolog, secretară, tâmplar, consilier sau președinte – îți vorbesc toți ca unui aproape, nu prefăcut, mioros-înșelător și prădător ca funcționarul de tip capitalist; nici supra-conformist, târăgănat, superficial și tâmp ca funcționarul de școală ateist-comunistă. Acești funcționari din prezent de la CARP Bârlad nu pot fi denumiți funcționari de vreun curent economico-politic, ci corect ar fi să fie denumiți drept funcționari de tip *om cu suflet și grijă în ei*.

Cu toate acestea, membrii CARP păstrează cu încăpățănare izul de formalism posac și nesincer în relația lor cu acești câțiva oameni-funcționari cu frica de Dumnezeu, care nu s-au pus în slujba CARP-ului spre a-și umple buzunarele sau a auzi tot felul de prefăcătorii sau baliverne și clișee, ci pentru a ajuta și pe cât posibil a mângâia în aceste vremuri grele pe cei care au nevoie cu adevărat de ajutor. Desigur, nu există pădure fără uscături, dar am văzut pe cei mai mulți dintre acești funcționari – în frunte cu domnul Președinte Mihai Nicolaie, silindu-se plini de compasiune să ajute omul și să îi dea speranță, uneori chiar și prin simplul fapt de a-i asculta cu atenție păsul. Acești oameni de la CARP și-au dat seama

că pentru a ajuta cu adevărat un om nu e de-ajuns doar partea materială, ci vitală e aceea de factor sufletească. Se îngrijesc cu bunăvoință și dedicare a îmbunătăți și a aduce din ce în ce mai multe facilități membrului, care este din păcate din ce în ce mai plin de griji și sărac: diverse și foarte utile servicii medicale, juridice, alimentare și fizice (precum croitoria, frizeria sau masajul), cât și servicii de înmormântare și multe-multe altele – toate acestea la prețuri cât mai mici, dar în același timp și în aceeași măsură cu funcționari blânzi, înțelegători și prietenoși. Iar dacă cumva îi veți vedea vreodată supărați sau stresați de numeroasele griji și responsabilități, ajutați-i la rândul vostru prin înțelegerea și atenția dumneavoastră: iată cu adevărat o casă de ajutor RECIPROC.

Aceștia am dori a vi le spune ca membru al CARP Bârlad și de a vă ruga din suflet să vă treziți, măi oameni dragi, să vă aduceți aminte de bunul și milostivul nostru Domn Iisus Hristos, să renunțați la clișeele vătămătoare și false și să fiți sinceri cu voi înșivă, căci numai astfel veți putea fi sinceri cu ceilalți și cu Dumnezeu; iar dacă nu vă convine lumea din jur și vi se pare stricăță și vreți cu orice chip să o schimbați în mai bine, aduceți-vă aminte că pentru a face cu adevărat așa ceva, trebuie în primul rând *să începi cu tine însuși*.

Dumnezeu să ne ajute și să ne binecuvânteze pe toți!

Andrei-Nicolae MIHAI, membru C.A.R.P.

Organe C.A.R.P. alese de Adunarea Generală la data de 6 mai 2010

Mihai Nicolaie – Președinte

Filip Stelian – Vicepreședinte

Consilieri: Fitcal Mircea

• Râncu Adrian-Liviu

• Tănase Veruța – Consilier

Comisia Cenzori: Muntianu Maria – Președinte

• Iftimie Virginea – Cenzor

• Cocioabă Elena – Cenzor

Cabinet juridic: Hobjilă Aurel – Avocat

Personal angajat al C.A.R.P. Bârlad

A. Șefi compartimente

Epure Mihai – Contabil-șef
Ciobîcă Paraschiva – Secretară
Necula Ionel – Administrator

B. Personal de execuție și specialitate

Burghilea Lucica – Contabil Principal 1
Hriscu Vlad Andrei - Contabil Principal 1
Comănescu Claudia - Contabil Principal 2
Șiberescu Tincuța – Casier Operator PC
Dumitrașcu Edith – Contabil Operator PC
Chituță Frosica - Contabil Operator PC
Vasilache Camelia-Mihaela - Contabil Operator PC
Burghilea Mihaela – Casier central Operator PC
Neagu Mariana – Casier Operator PC
Mihai Georgeta – Casier Operator PC
Pavel Livia – Casier Operator PC
Gavrilă Mariana – Casier Operator PC
Rotaru Mariana – Referent
Necula Zonia – Referent
Șiberescu Viorel – Operator PC



Mihai Roman - muncitor întreținere, Ionel Necula - administrator, Sorin Neniță - tâmplar

C. Activități auxiliare

Roman Mihai – Muncitor întreținere
Fitcal Silvia – Gestionar
Guțu Maria – Frizer
Coman Maricica – Îngrijitor
Codreanu Tatiana – Îngrijitor
Neniță Petru Sorinel – Tâmplar
Potîrniche Daniela Elena – Gestionar
Olaru Maricica – Curier
Croitoru Aristotel Corneliu – Agent pază și ordine

D. Personal medical

Ciobanu Lucica – Asistent Medical
Manole Camelia - Asistent Medical
Hrițuc Mihaela – Asistent Medical
Râșcanu Carmen – Asistent cabinet Hofigal
Teodoru Tudorița Daniela – Maseur reflexoterapeut

Responsabili de agenții

Caragică Magdalena – Agenția Murgeni
Ermesa Neculai – Agenția Fălciu
Budeanu Maria – Agenția Ciocani
Radu Eugen – Agenția Puiești
Chelaru Daniela Tița – Agenția Popeni
Ilie Nicoleta Aurelia – Agenția Vinderei
Epure Ioan – Agenția Gherghești
Dominteanu Dana – Agenția Voinești
Gavrilă Mirela – Agenția Frunțișeni
Simiuc Constantin – Agenția Slănic Moldova
Râmboi Gheorghe – Agenția Grivița

Servicii medicale

Dr. Podaru Iliana – Cabinet stomatologic 1
Dr. Șerban Maria – Cabinet oftalmologic
Dr. Ichim Laurenția – Sală tratament
Dr. Rotaru Alina – Cabinet stomatologic 3
Dr. Dornianu Rodica – Cabinet stomatologic 2
Dr. Ghioaldă Miranda – Cabinet ecografie
Stângă Loredana – Cabinet cosmetică medicală
Chituță Iulian – Magazin produse naturale
Mihai Lenuța – Magazin produse naturale

PĂRINȚI ȘI COPII

ORIZONTAL (Părinți): 1) Tatăl lui Nică din „Amintiri din copilărie”, de Ion Creangă – Mamă (reg.). 2) Mama, tata și copiii (pl.) – Tatăl povestitorului, autoritar, dur, cu principii aride, din „Printre gene”, de Mihail Sadoveanu. 3) Sloiuri de gheață (reg.) – Actor român, a jucat în filmul „Tatăl risipitor” (Octavian). 4) Con amestecat! – Părinții părinților. 5) Mama lui Cain și Abel (leg.) – Localitate în Ungaria – Afirmatie. 6) Suavă voce din lirica noastră feminină, autoarea poeziei „Mama” (Magda) – Epitet dat mamei lui Goethe. 7) Părinții soției – Cod al aeroportului Carrickfinn (Irlanda) – Nicolae Pătrașcu. 8) Vulcan în Japonia – Mulțime de oameni (fam.). 9) Gina! – Prozator român, autorul cărții „Familia Chiț-Chiț” (Ion) – Pseudonimul literar al lui Al. Iacobescu, traducătorul cărții lui Al. Dumas-tatăl „Othon, arcașul” (Ion). 10) Rudă prin alianță – Poet, prozator și dramaturg român, autorul volumelor de versuri „Cântecul mamei și al copiilor”, de proză „Fetele Didinei” și al piesei „Mireasa roșie” (Victor). 11) Tatăl lui Ulise (mit.) – Bărbat căsătorit.

VERTICAL (Copii): 1) Copilul timid – Copil de țâță. 2) Copilaș – Liric român, autorul poeziilor „Surorile”, „Cântec de leagăn” ș.a., a tradus din H. Heine „Copii eram...” (Șt.O.). 3) Poetul Nepereche, a scris „Copii eram noi amândoi...” (Mihai) – Copil, jos! 4) Copii – Fiul unchiului și al mătușii – Tip de fibră sintetică (abr.). 5) Alexandru cel mic – Copilul care și-a dorit să aibă un cal, din proza lui Fănuș Neagu. 6) Copilul lui Neculai din „Comoara dorobanțului”, de Mihail Sadoveanu – Pictor român, a redat pe pânză o „Familie de tătari” (Iosif). 7) A realizat montajul la filmele „Pruncul, petrolul și ardelenii”, „Unde ești copilărie?”, „Desene pe asfalt” ș.a. (Cristina) – Fete! 8) Cel mai mic dintre „Cireșarii” lui Constantin Chiriță – Din aceeași familie cu copii. 9) Bardul de la Mircești, autorul poeziilor „Frumoasă copilă” și „Pe albumul unei copilărie pariziene” (Vasile). 10) A părăsi încăperea – Vechi măsuri de capacitate olandeze. 11) Pieptănătură femeiască – Prozator român, a scris romanul „Surorile Veniamin” (Sergiu) – Apare Mioara fără papagal! 12) „O copilă cu fustiță scurtă”, sora lui Jănică, din „Cocostârcul albastru”, de Mihail Sadoveanu – Poet latin, comedigraf, a scris „Fata din Casinum”, „Gemenii”, „Cutiuța cu jucării” ș.a. (c. 254 î.Hr. – c. 184 î.Hr.).

Dicționar: INII, OCN, ECS, AJA, CFN, USU, PNA, AAMS.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												

TRIUNGHIURI

I. ORIZONTAL și VERTICAL:

1) Eroina din poemul „Luceafărul”, de Mihai Eminescu. 2) Melodie de Mircea Baniciu. 3) Nobilă spaniolă, a reformat ordinul carmelitelor. 4) Vagmistrul care fuge cu baba Mărioara, din povestirea „Ruini”, de Mihail Sadoveanu. 5) Eroină din operata „Contesa Marița”, de I. Kálmán. 6) Diminutiv feminin. 7) Nasta! 8) Monograma Angelei.

II. ORIZONTAL:

9) Sfântul de la 1 ianuarie (dim.). 8) Scriitorul Stanca, autorul comediei „Aurică 2”. 7) Sarmis și Brigbelu dintr-un poem postum al lui Mihai Eminescu. 6) Scriitorul român Mihai. 5) Băieți leneși (reg.). 4) Podoaba capilară lui Paraschiv! 3) Apare Călin! 2) Inițiala lui Mircea!

VERTICAL: 1) Monograma lui Victor! 2) Inima lui Adam! 3) Filozof armean (1133-1213). 4) A se înrudi (reg.). 5) Scriitorul Petrescu (1894-1957). 6) Cartier bârlădean unde au existat prăvăliile lui Take, Ianke și Cadâr (V.I. Popa). 7) Sfântul prăznuit la 14 decembrie. 8) Eroul unui cântec de H. Mălineanu.

Dicționar: COLI, GOS, NEMI.

	1	2	3	4	5	6	7	8
I 1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
II 9								



Serghei Coloșenco
vă propune spre delectare:

VÂRSTA A TREIA

(Rebo cu incastru
anagramat:

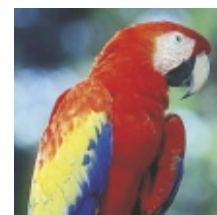
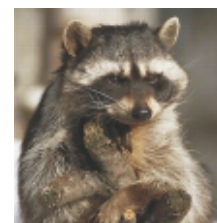
5 + 3 = XXXXXXNXX)



PLANTE MEDICINALE

(Rebo eliptic anagramat:

4 + (3) + 3 = 9)



(Rebo eliptic anagramat:

5 + (4) = 9)



FANTEZIE CU MOȘI

1) Arbore giganta din Africa tropicală, considerat sfânt, ale cărui fructe sunt numite „pâinea maimuțelor”. 2) Muzicantul bătrân dintr-o romanță de N. Pascu. 3) În mâna moșului. 4) Moșul care mormăie. 3) Om în toată firea. 6) A scris versurile romanței „Am strâns toamnă după toamnă”, de Aurel Giroveanu (Harry).

Pe cele două diagonale indicate de săgeți: 1) Soluția ghicitorii „Pe dealul rotat, șade moșul bosumflat” și 2) Moș.

De la 1 la 10: scriitor român, autorul titlurilor „Moș Nichifor Coțcariu”, „Moș Ion Roată și Unirea” și „Moș Ion Roată și Vodă Cuza” (2 cuv.).

1					10	
2	4					
3					2	3
4		7			1	
5			5			
6		6	9			8

CRİPTOGRAMĂ

(5, 7 ; 2, 8, 4, 9)

T	D	O	E	Z
U	R	H	I	N
A	G	C	O	U
R	U	T	L	C
B	S	P	U	U
A	R	B	R	T
I	N	E	Ș	I

Pornind din caseta stânga-sus și urmând o anumită cale, veți descoperi numele unui mare scriitor român (2 cuv.) de la a cărui naștere s-au împlinit la 21 mai 2010 130 de ani. Pe lângă numele acestuia, veți afla și titlul unui volum de publicistică, apărut în 1962, cu 5 ani înainte de trecerea sa în Neftință (14 iulie 1967).

ARITMOGRILĂ

	1	2	3	4	5
1	15	10	17	1	7
2	18	2	3	12	6
3	9	4	14		5
4	8	19	16	11	13

ORIZONTAL: 1) Ciuperci comestibile cu piciorul subțire și cu pălăria galbenă. 2) Referitor la limba și literatura romanilor. 3) Perioade geologice – Singura! 4) Fibră sintetică.

VERTICAL: 1) Strat subțire de var sau de ipsos, aplicat peste tencuială pentru a obține o suprafață netedă. 2) Renumit chimist american (1781-1858). 3) Spațiul atmosferic. 4) Prefix pentru doi – Cap în Africa! 5) Tatăl lui Emegar (leg.).

*

Citind literele din căsuțele numerotate de la 1 la 19, veți afla un cunoscut proverb românesc.

ARITMOGRIF

Înlocuind cifrele cu literele corespunzătoare, obțineți cuvinte legate de cuvântul din verticala centrală.

		9	6	P	1	5	5	
10	5	3	E	2	8	2	10	
11	6	4	N	3	2	12	5	
	1	13	S	4	10	5		
14	2	9	I	5	6	8	5	
3	2	1	O	6	7	10	7	
	15	13	N	3	5	9		
	14	8	A	7	10	2		
15	7	10	R	8	7	3	5	

EPIGRAME

Cenaclul umoriștilor sibieni „Nicolaus Olahus” a împlinit recent 35 de ani de activitate. Din creația unor membri marcanți am selecționat câteva epigrame.

La spital

Moștenitorii-așteaptă-o veste,
Iar doctorul le-o dă, în fine:
Nicio speranță nu mai este...
Bolnavul... se va face bine.
Ștefan-Cornel Rodeanu

Durerea vecinului

Mi s-a plâns vecinu-oftând
De durerea lui reală,
C-a aflat el, de curând,
Că nevastă-mea ne-nșală!
Nicolae Mihu

Vârsta a treia

Nu mai beau eu tescovină,
Nu duc dorul la vecină,
M-am lăsat și de tutun,
De ce mai ce, nu vă mai spun.
Ion Mărgineanu

Caniculă

Cer prognozele măsuri
Pentru-aceste perioade:
Țara toată-i în călduri,
Dar natalitatea scade.
Nicolae David

DEZLEGĂRILE

Părinți și copii: STEFAN – MAICA – FAMILII – LEON – INII – COTESCU – OCN – BUNICI – T – S – EVA – ECS – DA – ISANOS – AJA – SOCRI – CFN – NP – USU – CIURDA – L – GI – PAS – ARAMA – AFIN – EFTIMIU – R – LAERTE – SOT. Triunghiuri I: CATALINA – ADELINA – TEREZA – ALEXA – LIZA – INA – NA – A. II: VASILICA – DOMINIC – GEMENI – NADIN – COLI – PAR – CA – M. Vârsta a treia: PENSIONAR (ponei + răs). Plante medicinale: SUNĂTOARE (enot + urs + ara); ROMANIȚĂ (motan + raci). Fantezii cu moși: BAOBAB – COBZAR – BASTON – MARTIN – BARBAT – NEGRIN: ION CREANGĂ. Criptogramă: TUDOR ARGHEZI; CU BASTONUL PRIN BUCUREȘTI. Aritmogrila: GHEBE – LATIN – ERE – A – TERAN: BĂTRÂNEȚE, HAINE GRELE. Aritmogrif: COPII – TINERET – MOȘNEGI – PUȘTI – FECIORI – NEPOATĂ – BUNIC – FRATE – BATRÂNII.



Persoanele și societățile comerciale care au sponsorizat (numerar, donație, discount, catering) renovarea clădirii vechi a C.A.R.P. Bârlad și inaugurarea magazinului de produse naturiste

LICĂ ION
 COSTEA MARCEL
 ROTARU FLORINEL
 ROȘCA VIOREL
 S.C. METROPOL (reprez: Rotaru Costel)
 CHELARU DANIELA-TIȚA
 S.C. MOBIFER S.R.L. (reprez: Chiru Petru Cătălin)
 STRAT ERNEST
 RĂDESCU LIVIU
 S.C. TERMOLYDACIP (reprez: Vizureanu Dan
 Ciprian)
 BALAN GRIGORE
 MIHAI NICOLAIE
 S.C. POIANA VÂNTULUI (reprez: Balan Grigore)

S.C. DACIA PLANT
 S.C. HOFIGAL (Agent: Candea Cătălin)
 S.C. OTED GRUP
 S.C. SANO VITA
 IORDAN MARIAN
 S.C. TRATTORIA DAVINCI S.R.L. (Adm. Ec.
 Nechita Mihaela)
 MEMBRI AI CONSILIULUI DIRECTOR
 SALARIAȚI AI C.A.R.P.
 EPURE MIHAI
 MEMBRI AI COMISIEI DE CENZORI
 FUNDAȚIA MEDICER
 S.C. VIA NATURALIA

Coordonatori:

**Gruia NOVAC
 Serghei COLOȘENCO
 Nicolaie MIHAI**

Tehnoredactare:

Bogdan ARTENE

Adresa redacției:

**CASA DE AJUTOR RECIPROC A PENSIONARILOR
 BÂRLAD**

Str. Nicolae Iorga nr.7A, cod 731182
 Tel.: 0235-421340 ; e-mail: carpensionari@yahoo.com

Tipărit la S.C. IRIMPEX S.R.L. Bârlad

