

C.A.R.P. Bârlad

57 ani

de la înființare  
(1954-2011)

„Oamenii devin mari prin  
binefacere ce le lasă în urmă”  
Napoleon

# Viata noastră

Revistă trimestrială a Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „Elena Cuza” Bârlad  
Nr. 5 - octombrie 2011

Președinte: Nicolaie MIHAI

***Programul Manifestărilor dedicate Zilelor de  
1 Octombrie 2011  
("Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice") și  
9 Octombrie 2011 („Ziua Casei”).***

**1. 29 Septembrie 2011**

Sărbătoarea membrilor Casei care au împlinit 50 de ani de la căsătorie;

**2. 1 Octombrie 2011**

ora 9.00 Crosul persoanelor vârstnice;

**3. 3-8 Octombrie 2011**

Concursul Persoanelor Vârstnice la ȘAH organizat împreună cu Primăria și Sindicatul Liber al Pensionarilor Bârlad;

**4. 8 Octombrie 2011**

ora 9.00 Sănătatea și antibioticele, temă prezentată de ing. Diaconu Eugen, la sala Alexandru Ioan Cuza;

ora 12.00 Dezvelirea bazoreliefului "Elena Cuza" și Sfințirea Casei;

**5. 9 Octombrie 2011**

ora 9.00 Ziua Porților Deschise și Masă festivă;

**6. 10 Octombrie 2011**

ora 17.00 La Casa de Cultură din Bârlad – Spectacol festiv „Zâmbiți... vă rog !” – INTRAREA LIBERĂ.

**La aceste manifestări sunt invitați toți membrii Casei din mediu urban și rural.**



**Mesaj cu prilejul**  
**Zilei Internaționale a Persoanelor Vârstnice**  
**(1 octombrie)**  
**și a aniversării a 57-a**  
**a C.A.R.P. „Elena Cuza” Bârlad**  
**(9 octombrie)**

*Dragi prieteni,*

Luna octombrie a lui 2011 are, pentru membrii, simpatizanții și susținătorii noștri, o semnificație dublă: sărbătorim **Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice** (1 octombrie) și marcăm al 57-lea an de existență a C.A.R.P. „Elena Cuza” (9 octombrie), această dată fiind și **Ziua Casei Noastre**.

E un fapt deosebit că în Sesiunea O.N.U. din februarie 1991 a fost adoptată Rezoluția 46/1991 privind principiile Națiunilor Unite pentru Persoanele în Vârstă, destinate a le permite să trăiască mai bine. Acesta e, de fapt, respectul pe care societatea umană îl manifestă față de cei care și-au pus de-a lungul vieții lor întreaga capacitate de muncă în folosul evoluției lumii și a îmbunătățirii traiului fiecăruia.

C.A.R.P. „Elena Cuza” Bârlad își arată gratitudinea pentru membrii și nemembrii ei, înțelegând să facă orice efort posibil pentru creșterea nivelului vieții pentru toți aceia care și-au pus puterea de muncă și inteligența în realizarea aspirațiilor familiilor, dar și a propășirii României lor.

E frumoasă coincidența sărbătoririi celor de vârstă a 3-a, dar și a Casei care le vine în ajutor. C.A.R.P. „Elena Cuza” Bârlad are un program riguros și serios de a rezolva toate problemele cu care vă confrunțați zi de zi. Suntem siguri că vom reuși să ieșim din sfera dificultăților care, deocamdată, ne apasă, dar pentru asta e nevoie de participare și răbdare.

**Casa Noastră**, „Elena Cuza”, e în stare să treacă peste orice obstacol, dumneavoastră convingându-vă deja că avem o conducere pricepută și fermă, consilieri destoinici și cenzori-referenți vigilenți.

Iată de ce, cu prilejul acestor memorabile zile – cinstirea Persoanelor Vârstnice și Ziua Casei –, vă urăm să găsiți în Dumneavoastră tăria cerută de aplicarea soluțiilor mai dure chiar, românul știind să-și pună și speranța în Cel de Sus.

După furtună, vine și vreme bună. Țara și Oamenii ei au trecut prin momente și mai crâncene. Le-au biruit. Vom învinge și noi, cu condiția să fim uniți și înțelepți. Și poate mai toleranți.

Vă dorim sănătate, puțină fericire, împlinirea unor dorințe măcar. Nu uitați vorba veche: „Cu răbdarea treci marea!”

La mulți ani, cu bucurie și spor!

**Nicolae MIHAI**

Președintele C.A.R.P. „Elena Cuza”, Bârlad



**1 Octombrie,**  
**Ziua Internațională**  
**a Oamenilor în**  
**Vârstă**

Sărbătoare și o dovadă a prețuirii și respectului datorat vârstnicilor, 1 Octombrie a fost stabilită din 1990 ca Ziua Internațională a Oamenilor în Vârstă ca urmare a nevoii acestora de a se asocia, de a se uni, ca o ocazie de a celebra lupta cu timpul.



Limba română vede în bătrân (lat. <veteranus) mai mult un luptător decât un element al vechiului. De aceea spunem că 1 Octombrie este ziua tuturor acelor **eroi** cunoscuți sau necunoscuți. Este ziua celui care știe (prin înțelepciune), dar și a celui care a uitat, ziua care ne spune că avem un trecut care ne definește. Se pare că trecerea omului și-a identificat puncte recunoscute internațional prin magica cifra 1. Fiecare vârstă are o zi de celebrare. 1 Martie este ziua fertilității prin care feminitatea își anunță prezența în câmpul vieții ca o punte din cripta iernii cuibărind promisiuni și mângâieri. 1 Iunie, sărbătoarea copilăriei, e o explozie de viață și de soare în care „timpul pare că are nesfârșită răbdare”. Ieșind din acest calendar al anotimpurilor am putea spune că 1 mai, Ziua Muncii, reprezintă condiția omului matur, adultul responsabil, care știe că prin muncă putem schimba lumea. Creștem din momentul în care propunem ceva și nici nu știm când ne prinde o altă vârstă. Pentru a ne mobiliza, ne vom spune că vârsta e doar o stare de spirit. Mai mult, fiecare om își poartă vârstele cu sine ca modalități de a răspunde la întrebările vieții. Suntem așa cum ne simțim. Așa că, dragi „vârstnici”, oameni ce vă purtați hainele vârstelor, opriți puțin caruselul și

cercetați cârpiturile, dar și împletitura pentru a descoperi mesajul din fiecare istorie umană!

Bătrânețea definește o etapă a unui ciclu uman, însă condiția pensionarului e cea a unui cetățean, o categorie socială. Pensionarul de astăzi nu corespunde unor canoane. Pensionarii sunt oameni cu zâmbetul pe buze, uneori amar, dar deschiși, gata să spună o poveste sau o poantă, căutând să se informeze cât mai mult asupra drepturilor, dar și înjustițiilor ce uneori se comit. Pensionarul nostru e un cetățean ce frecventează un club de tenis sau de dans, ateliere de frizerie sau croitorie; se angajează în excursii, drumeții din veșnica nevoie a omului de a socializa, dar și de a supraviețui dată fiind apartenența acestuia la C.A.R.P.

1 Octombrie, plină toamnă de vânt și ploi, fructe căzute și melancolii prăfuite. Bătrânețea e anotimpul roadelor, al copiilor legănați cu o poveste pe genunchii loviți de artroză. Copiii, cărțile, lucruri ce le lăsăm în urmă, vise împlinite sau nu sunt merele căzute din pomul cunoașterii. Fiecare om are misiunea de a reface acea experiență originală. Numai după ce ai cunoscut paradisul ignoranței din copilărie, mândria și orgoliul tânărului în cucerire, parfumul iubirii vor fi ispășite, mântuite prin suferință, familie, muncă și moarte. Dumnezeu își încearcă iar și iar creația; de la unul la altul transmitem amintiri prin codul genetic, prin cărți, prin „bubele” și „ofrandele” create pământului și umanității (mai ales prin istorie).

Să ne jucăm viața ca un copil prin iubire (ca un tânăr) și prin Munca de maturitate pentru ca odată să ne spunem povestea de înțelepciune a ceea ce am văzut, încercat și crezut.

Societatea contemporană l-a orientat pe cetățeanul pensionar în lupte sindicale. Comunitatea nu mai este condusă de acel „sfat al bătrânilor”. După o viață de muncă, salariatul se pensionează, se retrage din câmpul activ al societății și își concentrează energiile pe supraviețuire, calculându-și resursele zilnice fără a ajunge o povară familiei, ci dimpotrivă o mână în plus în casă pentru buzunarul ascuns al nepotului student, plimbarea în parc „a celor mici”, supapă de aprovizionare a familiei, brațele deschise în urma unui eșec, mâncarea „ca la mama acasă”. De aceea, vom spune că pensionarii nu se plictisesc. Nu au timp.

1 Octombrie este ziua omului **fără vârstă**.

Responsabil Serviciu Administrativ,  
**Mariana HUȘTIU**

## O GENERAȚIE UMILITĂ

*(Scrisoare de dragoste către un pensionar care nu mai are nevoie să fie iubit)*

Drama pensionarilor a schimbat sensul vieții acestora. Acum au un mare avantaj, pot vorbi orice fără opreliști, dar la adresa cui?

De la o vreme, știrile bune au devenit neobișnuit de suspecte.

Optimismul compromis nu se mai sprijină decât pe propagandă!

Contrariul obiceiului de a surâde unui viitor încrunțat.

Omul mileniului trei a ajuns să se simtă liber fără rost, căci el nu poate adânci libertatea, nu o poate supune ascezei, nu o poate înălța și nu o poate sacraliza.

Este secolul puterii absolute a bogaților împotriva săracilor.

Sunt oameni care ne mint pentru că nu pot reuși altfel decât îndepărtând de ei adevărul. Sunt oameni care nu nimeresc adevărul. Sunt oameni care nu l-au cunoscut niciodată. O lăcomie de viață joasă.

Nu mai suportăm să fim recunoscători!

A fost compromisă bucuria de a ne trăi bătrânețea într-un mod decent.

Stupul omenesc a fost invadat de lăcuste.

În ultimii 20 de ani destinul moral al țării a fost lăsat în sarcina celor ce nu cred în el.

Astăzi în sala de judecată chipul omului devine o „bijuterie” a ororii morale.

Lacom, hâd de cruzime dezinhibată. Aici fiul își dezmoștenește părintele, soții își dispută verighetele, vecinii se urăsc, prietenii se detestă, frații refac povestea lui Abel și Cain, și peste toate sentimentul extremei dezonorări a ființei petrificate.

Subscriu la ceea ce spunea Mihail Sebastian: „Din nefericire, nu mă pricep să fac scrisori viitorului! Nu-l mai simt! Nu mi-l pot imagina! Viitorul îmi face rău de abis!”

În zilele noastre moartea nu mai este o îndatorire. Moartea este o recompensă.

= O țară plină de bătrâni nimănuî.=

Trăim pe un cimitir în formare. Am descoperit târziu sensul vieții!

Strămoșii mureau fără teamă de moarte, bătrânii noștri trăiesc cu teamă de viață.

Ori de câte ori oamenii politici se întâlnesc din motive electorale cu bătrânii pensionari nu mai prididesc cu promisiuni și îmbrățișări!

Unul dintre cele mai frumoase gesturi omenești, îmbrățișarea, l-am împrumutat de la maimuțe!

Toate aceste amabilități prefăcute într-o lume în care toți zâmbesc, dar nici unul din bătrâni nu este fericit! Minciuna este prelungirea adevărului atunci când adevărul este refuzat.

Sunt mulți bătrâni care au rămas singuri, cu grijele plății medicamentelor, hranei și utilităților. Ei nu mai au în stat un apărător.

A fi singur înseamnă, poate, a te antrena pentru moarte.

Dacă-l vei întâlni pe cărările vremii tale, dă-te la o parte din calea acestui bătrân pe care nici viața, nici moartea lui nu-l mai iubesc.

Sunt multe de mărturisit. Dar să-l căutăm mai întâi pe burghezul ce dorește să ne asculte. Să-l întâlnim. Și chiar să-l remunerăm. Să publicăm articole pentru care cititorul să fie plătit. Să descopere, când dă fila revistei, un pliculeț, colo cu bacșișul aferent.

Iată de ce nu mai ostenesc să mă dezburghezesc!

**Un consilier care reproduce un adevăr crud**



Mircea Fitcal

## Rețeaua ...

O problema bine gândită e pe jumătate rezolvată, așa s-a întâmplat și cu rețeaua de calculatoare din incinta C.A.R. a Pensionari Bârlad care la început a fost formată doar din 4-5 calculatoare și gândită să fie făcută prin cablu.

După o perioadă s-a ajuns la concluzia că firele de cablu erau peste tot prin birou și împiedeau bunul lucru al personalului. Din cauza acestui fapt s-a renunțat la cablu și s-a mers pe metoda de WiFi (wireless) care la început a dat roade fiind puține calculatoare și un mic volum de lucru. Odată cu mărirea rețelei, numărul de calculatoare de la 5 ajungând la 25, au început să apară și problemele. În fiecare zi erau probleme de comunicare între stațiile de lucru și server, conectarea acestora se făcea din ce în ce mai dificil din mai multe motive: cum se aglomera în sala de casierii, rețeaua imediat se deconecta și cu greu se reușea punerea ei pe linia de plutire. În tot acest timp, membrii casei care stăteau la rând deveneau agitați datorită acestui inconvenient. Văzând aceste deficiențe, Consiliul Director, împreună cu Administratorul IT, au hotărât să apeleze la o firmă specializată în rețelistică. Au găsit pe internet o firmă din Galați care a răspuns prompt cererii noastre. Au venit, au făcut un plan al structurii întregii clădiri și în 3 săptămâni a fost gata rețeaua, de data asta una profesională. Acum rețeaua este alcătuită din două switch-uri cu două Control Panel și un router iar cablurile trec prin pat de cablu fără a deranja lucrul în birou. În cele din urmă s-a ajuns la concluzia că tot rețeaua prin cablu este mult mai stabilă,

dar bineînțeles făcută cu firmă specializată.

Odată cu finalizarea acestui proiect au dispărut și problemele legate de rețea.



**Sorin BOCAN**

Operator IT C.A.R. a Pensionarilor Bârlad

## Să-i zicem poveste...

...dar, de fapt, este o parabolă cu caracter aproape biblic, deși prin plauzibilitate poate fi o alternativă la mentalitatea contemporană din ce în ce mai agresivă...

În toate epocile și orânduirile s-au produs schimbări spectaculoase ale vieții, în plan material, dar mai puțin ambițioase în cel moral. Și astăzi e la fel. Unele modificări sunt benefice, fiindcă se află în pas cu evoluția omenirii (prea aglomerată și prea puțin dedată educării!), altele sunt de-a dreptul supărătoare.

Nu mai e o noutate să auzim că vârstnicilor li se spune, fără ocol, **generația expirată**. În fiziologie, **expirație** înseamnă eliminarea din plămâni a aerului inspirat. Nici nu mai contează originea cuvântului, din moment ce generația vârstnică, **expirată** deci, trebuie (ori ar trebui) **eliminată**, după părerea optimă a generației în blugi roși cu cărămida sau zdrențuiți cu ragila. Ideea nu-i inedită, nici nu i s-ar putea stabili cu exactitate relativă vechimea, dar ea e pusă, azi, pe seama aberantului concept de „conflict între generații...”, concept mai mult exacerbat decât motivat; deși și unii maturi (ca număr de ani, nu ca gândire!) dintre demnitarii politici ai noștri (vai! chiar ai noștri?) ar dori să dispară cât mai curând „expirații” ăștia. Au uitat, până și ei, de vechiul sfat care vine de departe și de demult: **Dacă n-ai bătrâni, să-i cumperi!**

Dar să vă spun **povestea...**

Cică a dat odată un împărat porunca: în împărăția sa să nu rămână niciun bătrân, iar cine nu se supune, va fi și el ucis. Lacheii împăratului au vegheat la executarea hotărârii „șefului statului”, care, în violenta lui dictatură, se arăta foarte pornit împotriva „leneșilor” care trăiau pe spinarea celor... „activi” (încă). Dar un tânăr dintr-un sat n-a ținut seama de ordinul tâmp al „șefului statului” (împărat jucător, de!). Și-a ascuns părinții într-un loc secret, fiindcă prea-i iubea, știind cu cât drag l-au crescut pe el și pe frații lui. Au trecut câți ani vor fi trecut și Dumnezeu a dat pe pământ o secetă cum nu mai fusese până atunci. Mureau oamenii cu satele, cădeau animalele ca spicele, molimele înstăpâneau țărinile. Nimeni nu găsea calea de ieșire din greu. Bătrânul tată, ascuns de fiul său, a aflat de necaz. Îl cheamă pe ficior, îl înțeapă să meargă la împărat și să-i ceară îngăduința de **a ara drumurile împărăției**. Pe drum vor fi căzut cândva semințe de tot felul și, arate, vor încolți, scăpând astfel omenirea de foamă. Așa a făcut; împăratul i-a îngăduit propunerea și, ca să nu mai lungim vorba, a salvat lumea...

La vremea potrivită, cheamă împăratul pe flăcău și-l întreabă de unde i-a venit ideea. „Nu-i ideea mea, Împărate, ci a tatălui meu, bătrânul, pe care l-am cruțat, călcând porunca Măriei-Tale!”

Tare s-a mâhnit împăratul pentru nesăbuința lui, de care aproape uitase. Și-a dat seama de păcat, s-a rugat lui Dumnezeu de îndurare și-a vrut să-l cunoască pe tatăl flăcăului. Când a fost adus bătrânul tată, Împăratul i-a căzut în genunchi, și-a cerut iertare și i-a mulțumit pentru înțelepciunea lui, fiindcă „expiratul” scăpase omenirea de la moartea prin foamă...

Asta-i povestea. Nu v-o tâlcuiesc.

Citiți-o, recitiți-o și hotărâți, dragii noștri tineri, cât de **expirați** suntem noi, cei care ne numim (și) pensionari...

Ne mai marginalizați?...



**Gruia Novac**

1 Octombrie, 2011

# CASA DE AJUTOR RECIPROC A PENSIONARILOR „ELENA CUZA” BÂRLAD SĂRBĂTOREȘTE 57 ANI DE LA ÎNFIINȚARE (1954-2011)



La 1 Octombrie, în fiecare an, se organizează manifestări care au drept scop aprecierea persoanelor vârstnice și aducerea în prim-plan a problemelor deloc ușoare, deloc puține, care în principiu le fac viața grea. Și C.A.R.P. „Elena Cuza” Bârlad a acordat și acordă o atenție maximă acestei zile. Considerăm o datorie a noastră să ne gândim la vârstnicii care sunt tot mai marginalizați, foarte mulți dintre aceștia

trăind o nemerită și uimitoare sărăcie.

Nu trebuie să-i uităm pe cei care timp de 45-50 de ani și-au făcut datoria față de țară și față de generația actuală. Casele de Ajutor Reciproc, denumite pe scurt C.A.R.P., sunt organizații cu scop de caritate, de întraajutorare și asistență socială. Aceste Case au unit oamenii, oferindu-le o mână de ajutor pe tot parcursul funcționării lor. Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „Elena Cuza” Bârlad a luat ființă la data de 1 octombrie 1954, în baza Decretului nr. 204/1951 de asociere a persoanelor fizice, prin convenția părților, în prezent respectând condițiile prevăzute de Legea nr. 540/2002, privind Casele de Ajutor Reciproc și a Ordonanței Guvernului nr. 26/2000, privind Asociațiile și Fundațiile. Cu un număr mic de persoane, pentru început, Adunarea Constituantă a membrilor fondatori a ales ca Președinte al Casei pe d-l Armeanu Ion. În anii care au trecut de la constituirea, Asociația a avut ca Președinți oameni importanți ai orașului Bârlad, cum ar fi:

- Iacob Gheorghe, în perioada 1966 - 1974;
- Arion Vasile, în perioada 1974 - 1979;
- Saulea Gheorghe, în perioada 1978 - 1980;
- Parfene Vasile, în perioada 1980 - 1989;
- Vrabie Gheorghe, în perioada 1989 - 2001;
- Tănase Gheorghe, în perioada 2002 - 2010.

Mă aplec cu adânc respect în fața acestor oameni care și-au adus o contribuție esențială la menținerea și dezvoltarea Casei în interesul comunității. Demn de remarcat și cu același respect voi aminti persoanele care au făcut parte din Consiliul de Administrație de la înființare și până astăzi: Budacu Ecaterina, Andrei Vasile, Ioan Hristache, Lazăr Vasile, Lupu Gheorghe, Anton Ion, Dumitrașcu Gheorghe, Măță Vasile, Chihaia Maria, Lazăr Costin, Dogaru Vasile, Popa Ifeme, Tănase Efim, Tămășanu Meluță, Pavelescu Pavel, Crețu Dumitru.

De activitatea financiar-contabilă a Casei s-au ocupat persoanele cu recunoscută competență profesională, dintre care amintim următorii cenzori: Dimache Toma, Rometi

Constantin, Dolea Ion, Bădărău Constantin, Galben Dumitru, Băbuță Constantin, Bulie Ion, Strugaru Gheorghe, Galben Ion, Grapă Dumitru, Ilie Gheorghe, Oprișan Lucreția, Strat Georgeta, Râmboi Dumitru.

Funcția de Contabil șef a Casei a fost asigurată de următorii: Mereuță Ion, Popa Cornelia, Agache Maria, Epure Mihai.

În linii mari să descriem ce au făcut ei pentru Casă din anul 1954 și până în mai 2010, când și-a încetat activitatea ultimul Președinte enumerat aici:

În perioada 1954-1971 Casa, funcționând în diverse spații cu chirie, conducerea Casei de atunci a reușit să cumpere un imobil (clădirea veche) în curtea unde funcționează acum. Au acționat permanent pentru atragerea de noi membri; prin creșterea de noi membri spațiul a devenit neîncăpător atât pentru salariați cât și pentru membrii Casei; pentru rezolvarea acestei situații, dar și pentru a se putea realiza o serie de noi servicii către membrii Casei, s-a construit un nou sediu în aceeași curte. Construcția a început în anul 1996 și s-a dat în folosință în anul 1998.

În luna februarie 1999 s-a început activitatea în sediul nou, care a permis deschiderea unui număr de 6 casierii, înființarea cabinetelor medicale: medic de familie, tratamente, oftalmologie, bioenergie, club, sală tenis, cabinet juridic, bibliotecă, toate dotate cu aparatură modernă și echipamente sportive (sală tenis, fitness). În acest fel numărul membrilor a crescut considerabil, prin acordarea facilităților și reducerilor semnificative la tarifele serviciilor Casei. Au amenajat spații corespunzătoare cu spații de radioficare, aer condiționat. Pentru publicul Casei, clădirea a inclus: instalația sanitară, instalația centralei telefonice, instalația electrică, racord apă curentă, canalizare, terasamentul curții, împrejmuirea cu gard, magazie, garaj. Au renovat sediul vechi, iar atelierele de croitorie, frizerie și tâmplărie au fost dotate și modernizate. Au înființat Magazin economat și Hofigal, oferind toate produsele cerute de către membrii noștri la prețuri de producător, fără adaos comercial. Au desfășurat activități culturale diverse la clubul Casei, bibliotecă, au organizat diverse excursii la mănăstiri și alte locuri frumoase din țară, la solicitarea membrilor Casei. În anul 2004 au investit în tehnică de calcul modernă și performantă, realizând baza de date pe calculator. Au înființat Agenții în localitățile: Fălciu, Murgeni, Slănic Moldova, Grivița, Puiești, Ciocani.

În acest fel s-a venit în sprijinul membrilor, dându-le posibilitatea să rezolve prin delegat toate problemele legate de Casă. Permanent au ajutat membrii Casei atât financiar cât și material (ajutoare nerambursabile pe bază de anchete sociale sau cu anumite ocazii (Paște, Crăciun, 1 Octombrie).

În anul 2004, Casa a sărbătorit 50 de ani de la înființare, a fost un moment emoționant pentru membrii Casei. Pentru toți acei pensionari care, prin munca lor, au reușit să lase urmașilor un patrimoniu, o însemnată bogăție materială și spirituală, organizatorul acestei activități, d-l Tănase

Gheorghe, în calitate de Președinte al Casei, a adus un omagiu tuturor celor care au trudit spre binele acestei Case, oferindu-le diplome de onoare și excelență, premii și felicitări. Au fost invitați reprezentanți de la diverse C.A.R.P.-uri din țară și personalități ale municipiului Bârlad și jud. Vaslui, cu care d-l Tănase Gheorghe a avut relații frumoase și permanente.

În luna mai 2010, conducerea Casei a fost preluată de d-l Mihai Nicolaie, pentru a duce mai departe prestigiul acestei Case.

În Consiliul Director au fost aleși: Filip Stelian, Vicepreședinte, Fitcal Mircea, Râncu Liviu Adrian și Tănase Veruța, Consilieri.

Din Comisia de cenzori fac parte: Muntianu Maria, Președinte, Cocioabă Elena și Iftimie Virginea, membri.

Contabil șef, Epure Mihai.

Atenția noului Președinte al Casei, Mihai Nicolaie, a fost îndreptată de la bun început către membrii săi, îmbinând sprijinul material și financiar cu partea cultural-sportivă. Pentru a veni în sprijinul membrilor Casei a înființat mai multe Agenții prin care membrii Casei din localitățile mai îndepărtate rezolvă problemele legate de Casă prin acești delegați, fără să se deplaseze la Bârlad fiecare membru. La ora actuală, pe lângă Agențiile existente la Murgeni, Fălcu, Slănic Moldova, Puiești, Grivița, Ciocani s-au înființat noi Agenții la Zorleni, Popeni, Voinești, Gherghești, Frunțișeni, Șuletea, Vișoara, Floreni, Banca, Tutova, Băcani, Coroiești, Bogdănești.

A modernizat fațada la clădirea veche, magazinul de produse naturiste, frizerie, magazin economat, cu instalație electrică, sistem de supraveghere, rampă pentru persoanele cu handicap locomotor, mobilier. În clădirea nouă s-a modernizat Sala casierilor, la parter, iar la etajul I Sala de conferințe „Alexandru Ioan Cuza”. Conducerea actuală a Casei s-a implicat în Campania „Dați 1 leu pentru pensionarii săraci” în scopul de a-i ajuta pe cei care au mare nevoie de noi. O preocupare permanentă a constituit-o acordarea de ajutoare nerambursabile, atât pe bază de anchetă socială, cât și cu anumite ocazii (Paște, 1 Octombrie - Ziua Persoanelor Vârstnice, Crăciun), ajutoare care au constat în bani, pachete cu alimente și îmbrăcăminte.

Pe lângă cabinetele existente: tratamente, stomatologie, ecografie, îngrijire corporală, reflexoterapie, conducerea actuală a continuat lista de deschidere a altor cabinete în vederea acordării mai multor facilități, membrilor noștri, pentru a-i ajuta în privința sănătății lor. În acest sens s-a deschis cabinetul de reflexoterapie-masaj-recuperare motorie, dotat în anul 2010 cu aparatura (combină fizioterapie, ultramodernă) necesară pentru tratamentul unor

afecțiuni. De asemenea, s-a deschis cabinetul de termomasaj cu pietre de jad, recomandat în spondiloza cervicală, sciatică, arterită, reumatism, piatră la rinichi, diabet, prostată, hipertensiune. S-a redeschis cabinetul de oftalmologie, care a fost închis o perioadă de câteva luni, deservit de d-na dr. Șerban Maria.

Acest cabinet de oftalmologie, dotat cu aparatură de ultimă generație, a fost inaugurat pe data de 13 august 2011. Cabinetul este deschis în fiecare sâmbătă între orele 13-18, consultațiile fiind asigurate de d-na dr. Carmen Romanescu, medic primar oftalmolog din Iași. Cabinetul este dotat cu: biomicroscop și autorefractometru și execută la cerere ochelari de vedere și de protecție. Membrii pensionari beneficiază de consultații gratuite de 2 ori pe an, restul serviciilor vor fi contracost, membrii pensionari vor beneficia de reducere 10% din prețul afișat, deci medicul pune aparatura la dispoziție și acordă consultații în fiecare sâmbătă.

Beneficiarii trebuie să aibă asupra lor legitimația sau carnetul de membru C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad și B.I sau C.I, sunt deserviți și cei care nu sunt membri ai instituției noastre.

Ziua de 1 Octombrie 2010 a fost sărbătorită de actuala conducere cu un program derulat pe durata a 6 zile, membrii asistând la un frumos spectacol în Sala de conferințe „Alexandru Ioan Cuza”, unde a participat un număr însemnat de membri ai Casei.

Ziua de 1 Octombrie – „Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice” s-a încheiat cu premiarea membrilor vârstnici, cu o vechime de peste 30 ani în cadrul C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad, acordându-le ajutoare nerambursabile, pachete cu alimente, diplome.

Ziua de 2 Octombrie a fost „Ziua Porților Deschise” care a constat în vizitarea sediului C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad, vizitarea expozițiilor de caricaturi a pictorului-grafician Viorica Ghenghea, expusă în sediul Casei.

Aceeași zi a fost încheiată cu lucrarea științifică susținută de inginer chimist Ștefan Manea „Sănătatea în natură”, pentru vârsta a III-a. Virgil Stroescu, doctorul care e preocupat de „Dieta vegetariană”, a prezentat tema „Relația dintre alimentație și sănătate”. Amintim simpozionul cu tema „Detoxifierea organismului”, baza sănătății în viață, susținut de lector universitar dr. Mihail Ionescu și medic primar Roxana Ionescu. La data de 28 noiembrie 2010 a avut loc „Crosul Pensionarilor”, sub coordonarea, îndrumarea și supravegherea Clubului Sportiv Școlar Bârlad. Tot în noiembrie 2010 s-a înființat un ansamblu de cântece și dansuri populare și de societate sub îndrumarea și coordonarea coregrafului Aurel Gudulea.



Aici funcționează clubul „Femina” al pensionarilor, care dezbate probleme specifice femeilor, artă culinară, activități culturale, teme legate de probleme de sănătate.

Consiliul Director a hotărât, în data de 21.01.2011, ca Sala de conferințe să poarte numele domnitorului „Alexandru Ioan Cuza”.

Cu această ocazie a avut loc un program de manifestări dedicate zilei de 24 Ianuarie. S-au depus coroane la Cercul Militar Bârlad. A avut loc dezvelirea basoreliefului domnitorului Alexandru Ioan Cuza, realizat de profesorul Dorinel Filichi, la care a luat cuvântul prof. Gheorghe Clapa. Tema „Elena Cuza – Prima Doamnă a României” a fost susținută de prof. Maria Marin. Expoziția „Alexandru Ioan Cuza în numismatică” a fost prezentată de prof. Giurcanu Costel. Expoziția „Alexandru Ioan Cuza în filatelie” a fost prezentată de maestrul Daniliuc Constantin.

De asemeni s-a hotărât punerea la dispoziție a Sălii „Alexandru Ioan Cuza” pentru începerea unor cursuri de dans modern pentru copii sub îndrumarea și coordonarea instructorului voluntar Hriscu Cristina-Mihaela, dar și a unor cursuri de gimnastică aerobică, atât pentru membrii Casei, cât și pentru persoane din municipiul Bârlad și localități din jud. Vaslui.

Cu ocazia zilei de 8 Martie 2011, conducerea C.A.R.P. „ELENA CUZA” a sărbătorit acest eveniment, oferind tuturor femeilor membre ale Casei și salariaților un spectacol de suflet, dăruind cântece, dans și poezii la care au fost prezenți artiști ai Bârladului, pensionari: Stăfie Maricica, Ambăruș Marcel-Alexandru, Tufaru Octav, Vizitiu Costel.

Activitățile cultural-artistice au continuat cu sărbătorirea zilei de 1 Iunie – „Ziua Copilului”. A fost o zi specială în care copiii au trăit un moment de bucurie, un eveniment de excepție, petrecând o zi de neuitat.

În ziua de 16 aprilie 2011 în Sala „Alexandru Ioan Cuza” s-a organizat cu ocazia sărbătorilor religioase, Floriile (17 aprilie 2011) și Sfintele Paști (24 aprilie 2011), un program artistic „Lumină din suflet de copil”.

La începutul anului 2011 s-au luat măsuri asupra facilităților acordate membrilor, pentru a beneficia un număr

mai mare față de anii anteriori. S-a mărit grila ajutorului de deces în procent de 15-20%, începând cu luna ianuarie 2011. Numărul și valoarea ajutoarelor nerambursabile să fie acordate mai mult în mediul rural. Pentru cota parte tratament în stațiuni, pensionarii beneficiază de o decontare în procent de 15-20%. La cabinetele medicale consultațiile sunt gratuite, iar reducerile pentru serviciile prestate sunt în procent de 15-35%. La ateliere se beneficiază de reduceri în procent de 20-30%. Atelierul de tâmplărie reprezintă un real folos, ca urmare a prețurilor oferim o gamă variată de produse, pentru posibilitățile fiecăruia. În acest sens, în incinta Casei s-a deschis un magazin de pompe funebre unde găsim tot ce avem nevoie, pentru o asemenea situație.

Împrumuturile se acordă într-un număr tot mai mare la Casa noastră întrucât pensionarii au puține șanse să ia credite de la alte instituții bancare; dobânda a fost adaptată la vremuri de criză. Suntem singura instituție care acordăm împrumuturi unor persoane cu venituri foarte mici, singura soluție ca pensionarii să facă față cheltuielilor este împrumutul.

Informatizarea activității financiar-contabile prin achiziționarea unor calculatoare performante este un lucru demn de apreciat, începând cu data de 1 ianuarie 2011 toată evidența este pe calculator.

Activitatea unității a cunoscut o nouă compartimentare.

La aceasta dată, numărul membrilor C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad este de 27.800.

Pentru efortul, priceperea, străduința, spiritul de organizare și preocuparea de a satisface prompt cerințele membrilor, rezultatele obținute în dezvoltarea Casei din ultima perioadă (mai 2010), Președintele Casei, dl. **Mihai Nicolaie**, a fost ales, în primăvara acestui an, Vicepreședinte al Federației Naționale a Caselor de Ajutor Reciproc a Pensionarilor din România.

Această alegere va permite Președintelui o activitate mai amplă, o contribuție mai dezvoltată pentru C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad, o colaborare mai strânsă și permanentă cu autoritățile publice locale, cu Prefectura, Consiliul Județean, Primării, Mass media locală, diverse C.A.R.P.-uri din țară, care va duce la dezvoltarea bazei materiale, creșterea prestigiului Casei. Toate acestea au fost realizate împreună cu Consiliul Director, Comisia de cenzori, contabilul șef, salariați, colaboratori voluntari, în fruntea cărora a fost Președintele Mihai Nicolaie.

Printre activitățile importante, Președintele Casei a introdus „Voluntariatul la vârsta a III-a”. Această activitate de voluntariat reprezintă o soluție pentru o mai bună integrare în societate a persoanelor de vârsta a III-a. Voluntarii își pot găsi un loc potrivit în orice organizație și chiar în cadrul Caselor de Ajutor Reciproc a Pensionarilor, unde pot fi implicați cu succes în diferite activități administrative, culturale, sănătate etc.

Privind campania „Dați 1 leu pentru pensionarii săraci”, C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad a obținut locul III pe țară, după București și Moinești.

Cu ocazia zilei de 1 Octombrie „Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice” și cu ocazia zilei de 9 Octombrie când C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad împlinește 57 ani de la înființare, d-l **Tănase Gheorghe**, în semn de respect și recunoștință, va fi declarat **membru de onoare**.

Doresc tuturor multă sănătate, iar noi să fim mereu sprijin la nevoile dumneavoastră.

**Lucica BURGHELEA**

Contabil la C.A.R.P. „ELENA CUZA” Bârlad



Frizerie

## Un an de transformări la C.A.R.P. Bârlad

Încă de la intrarea pe poarta C.A.R.P. simți un an de schimbări în bine. Florile care atârnă în ghivece, cele din straturile de lângă alee, curățenia ce se vede peste tot, băncile înșiruite ca membrii să stea comod în așteptarea ridicării împrumuturilor, toate acestea te fac să intri în incinta unității pentru a vedea cum se prezintă și în interior.

S-au schimbat multe lucruri. Astfel, s-a lărgit sala în care se fac plățile și achitarea împrumuturilor. Pentru ca iarna să fie cald s-au schimbat ușile, pentru vară s-a introdus aer condiționat. S-a delimitat un birou de audiențe unde membrii vin și își spun păsurile în legătură cu diverse situații care se ivesc și care se rezolvă în totalitate. La biroul unde se primesc actele, pentru împrumut, în luna august (în perioada de concediu) s-au făcut modificări ca membrii să se simtă cât mai bine. În clădirea din spate s-a aranjat atelierul de croitorie, s-au pus pavele în exterior, s-a făcut fațada, rampa pentru persoanele cu probleme locomotorii și s-au amenajat spații funcționale în curtea din spate.

Sala de festivități a fost prevăzută cu o scenă unde au avut loc multe spectacole organizate cu diverse prilejuri, sala poartă cu cinste numele Domnitorului Al. Ioan Cuza, având expus și bustul acestuia.

În holul de la etajul II, sunt canapele, unde membrii care vin la masaj, stomatologie sau Cabinetul juridic, să își aștepte rândul într-un spațiu adecvat.

De curând au fost coopțați doi medici oftalmologi din Centrul Universitar Iași care vin sâmbăta și a căror consultație este gratuită dacă vor comanda ochelarii de la cabinet.

De asemenea, avem acum și ecograf, pe lângă vechile cabinete de masaj, cosmetică, termomasaj, tratamente, frizerie, croitorie, stomatologie, amintim totodată și de magazinele economat și naturist.

Toate funcționează cu prețuri reduse pentru membrii CARP pe baza legitimațiilor de membru.

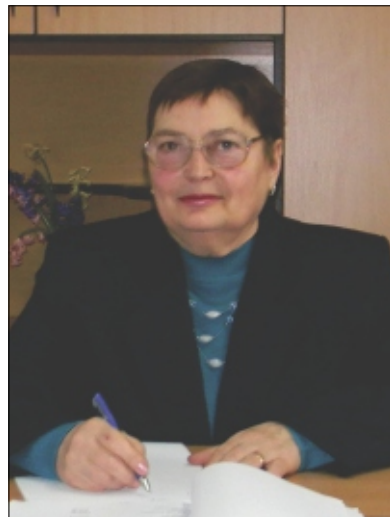
Unii membri sunt nemulțumiți că o parte din contribuțiile lor sunt folosite în astfel de "probleme", dar apreciază, cred, în subconștientul lor că aceste schimbări le încântă ochiul, că beneficiază de condițiile create.

Ce nu știu "poate" membrii este faptul că niciodată nu se va atinge nimeni de fondul depus în carnete sau de banii depuși pentru contribuția de deces.

O mare parte din banii necesari pentru investiții sau activități culturale sunt din sponsorizări, în cea mai mare parte fiind meritul Președintelui Casei, care cunoscând foarte multă lume "cu stare" apelează la ei în acest sens.

E adevărat că vremurile prin care trecem sunt așa cum sunt, aproape pentru toată lumea, dar să încercăm și noi să nu ne mai înrăim, să nu mai fim veșnic nemulțumiți și cărcotași, să participăm la activități culturale în care să uităm pentru o clipă de necazurile prin care trecem. Să nu ne mai gândim la cele prin care vom trece, căci toate decurg de la tine și indiferent dacă ne consumăm sau nu timpul e cel care le va rezolva pe toate.

Elena COCIOABĂ



## ADUNAREA GENERALĂ – ANUL 2011

În data de 29 aprilie 2011, în sala Casei de Cultură a Sindicatelor Bârlad, s-au desfășurat lucrările Adunării Generale anuale a Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „ELENA CUZA” Bârlad.

Adunarea a fost deschisă de Președintele Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor domnul NICOLAIE MIHAL. În cuvântul de deschidere, a anunțat scopul Adunării Generale și a propus pentru conducerea lucrărilor să se aleagă un prezidiu format din 12 membri delegați și un președinte al prezidiului.

S-a propus ca prezidiul să fie format din: d-na Epure Marica, Budeanu Maria, Caragică Magdalena, Râmboi Gheorghe, Ilie Nicoleta, Ermesa Neculai, Parfene Constantin, Stan Ion, Popa Catina, Gudulea Aurel, Costică Ciubuciu, Burghilea Lucica și Niolaie Mihai- președintele prezidiului.

S-a votat în unanimitate propunerea ca lucrările Adunării Generale să fie conduse de d-l Nicolaie Mihai.

S-a intonat Imnul de Stat al României.

După intonarea Imnului de Stat, domnul Nicolaie Mihai, președintele prezidiului, a propus ca pentru buna

desfășurare a lucrărilor Adunării Generale să fie formate 3 comisii:

- Comisia de redactare a procesului verbal;
- Comisia de numărare a voturilor;
- Comisia de verificare și validare a legalității Adunării Generale și de prezentare a modificărilor Statutului dispuse de Consiliul Director;

De asemenea s-a propus și un secretariat.

Propunerile Președintelui au fost supuse la vot și au fost aprobate în unanimitate de voturi.

Președintele a dat cuvântul domnului delegat Pâslaru Dumitru pentru a face propuneri privind componența comisiei de redactare a procesului verbal. Din această comisie s-a propus să facă parte membrii: Mihăilă Corina, Filip Stelian și Micu Gabi.

Propunerea s-a votat în unanimitate. Președintele prezidiului a propus ca membrii Comisiei de redactare a procesului verbal să fie și membri ai secretariatului Adunării Generale și să înregistreze înscrierile la cuvânt- primind vot în unanimitate.

Pentru propuneri în vederea constituirii comisiei de numărare a voturilor președintele a dat cuvântul domnului Fitcal Mircea.

Membrul delegat a propus ca din această Comisie să facă parte domnul Mihăilă Gheorghiță, Pâslaru Dumitru și Croitoru Aristotel Corneliu. Componenta acestei Comisii a fost supusă la vot și votată de toți participanții la adunare.

Președintele prezidiului a dat cuvântul domnului Mihăilă Gheorghiță să propună membrii pentru Comisia de verificare și validare a legalității Adunării Generale și de prezentare a modificărilor statutare.

Domnul Mihăilă Gheorghiță a propus în această comisie următorii membri: Râncu Liviu Adrian, Fitcal Mircea și Hobjilă Aurel. S-a votat în unanimitate.

După numirea tuturor Comisiilor, s-a făcut prezența în sală.

Dând dovadă de interes și simț civic la Adunarea Generală a participat un număr impresionant de membri și anume 355 de membri.

Comisia a avut în vedere că la data de 31 decembrie 2010, C.A.R.Pensionari „ELENA CUZA” Bârlad înregistra un număr de 26 227 membri, adunarea Generală a fost considerată statutară.

În aceste condiții președintele prezidiului a prezentat ordinea de zi, formată din următoarele puncte:

1. Darea de seamă cu privire la activitatea Consiliului Director;
2. Strategia și obiectivele C.A.R.Pensionari pe anul 2010;
3. Execuția bugetară și descărcarea de gestiune pe anul 2010;
4. Raportul Comisiei de Cenzori pe anul 2010;
5. Proiectul bugetului de venituri și cheltuieli pe anul 2011;
6. Modificarea și completarea Statutului de funcționare al Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „ELENA CUZA” Bârlad;
7. Discuții pe seama materialelor prezentate.

Ordinea de zi a fost supusă la vot și aprobată în unanimitate. S-a trecut la desfășurarea lucrărilor adunării Generale potrivit ordinii de zi aprobate.

1) Domnul Nicolaie Mihai a prezentat „Darea de seamă” cu privire la activitatea Consiliului Director în anul 2010.

În timpul prezentării acestui material s-a evidențiat printre altele și activitatea foștilor președinți, consilieri, cenzori, contabil șef, care de-a lungul anilor și-au adus o contribuție însemnată în dezvoltarea prestigiului Casei.

În acest sens a propus pentru acele persoane care nu

mai sunt printre noi și pentru cei 672 de membri decedați în anul 2010 un moment de reculegere.

În materialul prezentat, Președintele scoate în evidență atât aspectele pozitive cât și cele negative din activitatea pe anul 2010.

2) Domnul Epure Mihai- contabil șef în cadrul C.A.R.Pensionari a prezentat „Execuția Bugetară pe anul 2010” și „ Proiectul bugetului de venituri și cheltuieli pe anul 2011”

3) Domnul Hobjilă Aurel – avocat în cadrul C.A.R.Pensionari Bârlad a prezentat „Starea disciplinară și infrațională în cadrul C.A.R.Pensionari Bârlad în anul 2010”.

4) Domnul Nicolaie Mihai a prezentat „Strategia (Programul de activitate) al C.A.R.P. Bârlad pe anul 2010”.

5) Doamna Munteanu Maria – Președinta Comisiei de Cenzori din cadrul C.A.R.P. Bârlad a prezentat raportul Comisiei de Cenzori pe anul 2010.

După o pauză de 20 de minute s-au înscris la cuvânt următorii membri delegați: Limișcă Dumitru, Mihăilă Neculai, Gudulea Aurel, Chirilă Toader, Rânceanu Sterian, Tudor Vasile, Mihăilă Gheorghe, Vizitiu Constantin, Staș Ioan, Epure Maricica și Gheorghiu Luca.

Partea a doua a lucrărilor Adunării Generale a început cu prezentarea membrilor delegați care s-au înscris la cuvânt, prezentare făcută de Președinte de ședință.

Membrii înscriși la cuvânt au făcut precizări importante privind activitatea Casei subliniind următoarele:

- au apreciat inițiativa domnului Nicolaie Mihai de a încerca să instaleze ordinea și disciplina și să elimine defectele;
- apreciază munca domnului Epure Mihai de-a lungul anilor și regretul că această muncă nu a fost respectată;
- s-a propus înlocuirea ușilor actuale de la intrare cu uși ergonomice- să se deschidă singure;
- în cazul angajărilor, să se afișeze posturile vacante și tematica;
- cu privire la „Azilul de bătrâni” se fac propuneri de renunțare, iar cu banii recuperați să se facă un club pentru membrii Casei, în special pentru pensionari, să se acorde din acești bani facilități, ajutoare pentru membrii săraci și cu pensii foarte mici;
- s-a propus ca mașina mortuară să se deplaseze și în comunele limitrofe orașului Bârlad la același preț ca în oraș eventual cu un supliment de 4-5 litri benzină;
- a fost felicitat domnul Președinte, Nicolaie Mihai împreună cu Consiliul Director pentru realizările de până acum, precizează unul dintre vorbitori, că activitatea C.A.R.P. este urmărită din umbră, pas cu pas, lucru pentru care felicită din nou pe Președinte și îi dorește mult succes în continuare.



Cabinet stomatologic

- privind ajutoarele și pachetele se propune să fie ajutate persoanele cu venituri foarte mici;

- s-a apreciat inițiativa domnului Președinte Nicolaie Mihai pentru crearea activității culturale, echipelor de dansuri, pentru copii și persoanele vârstnice;

- s-a mulțumit Președintelui pentru condițiile create, pentru susținerea și achiziționarea de costume populare pentru desfășurarea activităților culturale;

- s-a pus în discuție problema transportului în comun, care este foarte scump- se propune ca Primăria sau C.A.R.Pensionari să facă o reducere de 50% privind prețul biletului.

- s-a solicitat o locație la Șuletea pentru ca activitatea să se desfășoare în bune condiții;

- s-a solicitat ca activitatea social- culturală să fie extinsă și în cadrul Agențiilor și să aibă în vedere și membrii Casei din mediul rural;

- membrii înscrși la cuvânt au fost de acord cu materialele prezentate și cu strategia pe anul 2011;

- s-a ridicat problema spațiului foarte mic la Agenția Zorleni, unde activitatea nu se desfășoară în bune condiții;

- apreciază C.A.R.Pensionari care dă o șansă oamenilor, precizând că și oamenii trebuie să aibă încredere în instituție;

- să mulțumim conducerii, în special domnului Președinte, care este o persoană dinamică, săritoare, care știe să poarte o discuție cu omul necăjit, să-i îndeplinească dorințele și să-i asculte oful. A dus la bun sfârșit multe lucrări frumoase pentru pensionari și consideră că va face în continuare la fel;

- s-a mulțumit domnului Nicolaie Mihai pentru înființarea ansamblului și s-a propus ca pe viitor să se facă o formație care să cuprindă foști interpreți și instrumentiști care ar dori să se facă utili și, dacă se poate, să se implice tot Președintele Casei;

- s-a ridicat problema obținerii cu greutate a biletelor de tratament;

- domnul Staș afirmă că participă pentru prima dată la o Adunare Generală și este impresionat de modul de organizare și constată că se lucrează cu multă răspundere și a observat că există o strânsă legătură între conducere și membri;

A solicitat Adunării Generale permisiunea de a recita o poezie pentru acest eveniment, compoziția aparținându-i.

În cuvântul membrilor înscrși s-a mai precizat că sunt foarte multe C.A.R.P.-uri în țară, dar o activitate atât de complexă se desfășoară doar la C.A.R.P.

Se spune: „Cine nu vrea să vadă, nu vede, cine nu

vrea să audă nu aude, dar domnul Președinte Nicolaie Mihai a realizat foarte multe la această Casă. Domnul Președinte este omul potrivit care apreciază munca persoanelor de vârstă a III-a.

Privind Căminul de bătrâni se află cu stupoare de membri că din cei trei parteneri în realizarea Centrului Rezidențial doar doi și-au îndeplinit obligațiile contractuale și tocmai Primăria, care se pretinde proprietar nu și-a îndeplinit clauzele contractuale.

Întrucât cheltuielile sunt foarte mari și veniturile C.A.R.P. Nu va reuși să echilibreze balanța de plăți, se propune să se retragă C.A.R.P. din acest parteneriat, rămânând să-și recupereze sumele investite prin negociere cu celelalte părți din parteneriat.

Cu banii reperați să se facă alte lucrări pentru membrii C.A.R.P., solicitând totodată denunțarea protooalelor încheiate cu Ministerul Muncii și Consiliul Local Bârlad.

S-a votat în unanimitate pentru a nu se continua cofinanțarea pentru această investiție și pentru începerea procedurilor de recuperare a sumelor investite.

Adunarea Generală împuternicește Consiliul Director să aducă la îndeplinire această hotărâre.

Domnul Președinte, Nicolaie Mihai a răspuns cu promptitudine tuturor întrebărilor și propunerilor ridicate de membrii înscrși la cuvânt, membrii declarându-se mulțumiți de răspunsurile, interesul, implicarea și voința Președintelui de a rezolva propunerile făcute.

În continuare președintele Nicolaie Mihai a dat cuvântul responsabilului Comisiei de verificare și validare a legalității Adunării, domnul Fitcal Mircea care a prezentat materialul privind „Modificarea, completarea și renunțarea la unele prevederi ale STATUTULUI de funcționare a C.A.R.P. Bârlad”.

S-au aprobat în unanimitate toate documentele prezentate, cu excepția investițiilor pentru „Centrul Rezidențial, Strategia (Proiectul de activități al C.A.R.P. Pe anul 2011 și Raportul Comisiei de Cenzori.

Domnul Președinte al C.A.R.P. Bârlad a încheiat Adunarea Generală mulțumind pentru prezența membrilor și pentru modul civilizat în care s-au desfășurat lucrările Adunării, asumându-și răspunderea pentru aducerea la îndeplinire a tuturor hotărârilor adoptate de delegați și a informat că Adunarea Generală a anului 2011 va avea loc în anul 2012 la Fălciu.

Adunarea Generală s-a încheiat cu intonarea Imnului de Stat al României.

**Lucica BURGHELEA**



**Cabinet masaj - reflexoterapie**



**Atelier croitorie**

# EXPOZIȚIA DE CARICATURĂ A DOAMNEI VIORICA GHENGHEA

În fiecare an, la 1 Octombrie, se sărbătorește „Ziua Internațională a Persoanelor Vârstnice”. Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „ELENA CUZA” Bârlad s-a implicat tot mai mult în organizarea și desfășurarea activității culturale artistice. De exemplu, în anul 2010, Ziua de 1 Octombrie a fost cu totul deosebită, pentru că d-l Președinte, NICOLAIE MIHAL, a venit cu ceva nou, punând la dispoziție tot necesarul pregătirii și organizării expoziției de caricatură a graficienei Viorica Ghenghea.

Expoziția a transformat spațiul alb al holului de la etaj 2 al clădirii într-un spațiu plin de culoare și viață, însuflețit de personaje hazlii, caricaturizate și însoțite de texte pline de umor.

Doamna Viorica Ghenghea a donat lucrările de grafică Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „ELENA CUZA” Bârlad. Prin această donație doamna Viorica Ghenghea a dat posibilitatea tuturor membrilor Casei să pătrundă mult mai ușor spre orizont, către artă, către frumos și util, mai ales prin prezentarea făcută de domnul profesor Dionisie Gradu.

Vă felicit din toată inima, doamnă Viorica Ghenghea, și invit toți pensionarii membri și nemembri să viziteze această expoziție.

Consider că toți cei care au fost prezenți la toate activitățile și evenimentele importante organizate de Casa de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „ELENA CUZA” Bârlad, Gruia Novac, Serghei Coloșenco, Bogdan Artene, Aurel Gudulea, Viorica Ghenghea vor fi tot timpul cât mai aproape de noi pentru a se bucura de toată atenția noastră. În cuvântul luat la vernisaj, doamna Ghenghea ne reamintește: „Nu este suficient să ne hrănim trupul, ci trebuie să ne hrănim și mintea și spiritul ca să fim pe deplin împliniți”.

Personal nu sunt inițiată în artele vizuale, dar am constatat că această formă de exprimare grafică, numită caricatură, are rolul de a crea o bună dispoziție, de a stârni râsul sau a amuza pe cei care privesc și apreciază genul satiric de grafică.

Se spune că în fața marilor valori trebuie să te închini cu respect și admirație, pentru că sunt oameni dotați cu multiple calități morale și spirituale și cu talente deosebite, care au puterea de a ne transmite energie pozitivă și puterea de a ne convinge că viața este frumoasă.

Am cunoscut-o pe doamna Ghenghea în ziua vernisajului, apoi am avut o altă ocazie să o cunosc mai bine atunci când am fost invitată la emisiunea sa, „Poveste de viață”, de la postul local de televiziune „EST 1 TV”, unde este producător și moderator al emisiunii.

Mă bucur că am avut ocazia să cunosc un asemenea artist plastic, mulțumesc domnului Președinte Nicolaie MIHAL care m-a recomandat și mi-a dat posibilitatea să merg la emisiunea doamnei Viorica Ghenghea.

Doamna Viorica Ghenghea a dorit să facă această donație Casei de Ajutor Reciproc a Pensionarilor „ELENA CUZA” Bârlad întrucât domnul Președinte Nicolaie MIHAL este omul care apreciază arta și cultura, dându-i posibilitatea să transmită mai departe mesajul creației sale.

Pentru un zâmbet gratis, o porție de râs, o bună dispoziție, merită să treceți pragul instituției noastre, să vizitați această expoziție pentru că „nici nu știți ce pierdeți”.

**Lucica BURGHELEA**

## Baladă în ritm de marș

Îmi aduc aminte noaptea când în Bârlad am venit  
Era negură în gară și orașul liniștit  
Parțial iluminat, case mici, străzi pietruite,  
Așa l-am văzut atunci, așa mi-a rămas în minte.

Sosit în noua garnizoană, căutam o gazdă bună  
Făcând multe încercări, am găsit-o după o lună:  
O familie de oameni cumsecade m-a primit  
Urându-mi moldovenește cuvinte de bun venit.

Așa a trecut vremea și după timp îndelungat  
Am cunoscut orașul care încet, încet s-a transformat  
Devenind urbe modernă, mai civilizată,  
Lăsând în urmă aspectul trist de altădată.

Dar mai presus de orice constatare  
Am descoperit oameni cu-n caracter mare:  
Blăjini, primitori, ospitalieri, loiali și iubitori  
Calități pe care le întâlnești, în viață, rareori.

Acum, Bârladul nostru este mult schimbat,  
Alte străzi, de flori flancate, când le vezi ești încântat.  
Piața e modernizată, spațioasă și dotată,  
Grădina Publică-i cochetă, cum n-a mai fost vreodată.

Viața culturală din Bârlad are astăzi noi valențe:  
Muzeele și teatrul din oraș ocupă locuri îndrăznețe.  
Biblioteca „Stroe Belloescu” e un lăcaș des frecventat  
Oferind loc de lectură și documentare foarte căutat.

Cu Centrul „Mihai Eminescu”, muzeu nou înființat,  
Bârladul e un oraș cultural mai însemnat.  
Lucrările marelui poet, oferite aici de donatori,  
Vor hrăni spiritual mii și mii de cititori.

Cu o „viață” de peste 50 de ani, C.A.R. Bârlad  
E casa de ajutor bănesc pentru cel pensionat.  
Sediul ei, acum modernizat, e încântător,  
Iar serviciile funcționează fără reproș și binevoitor.

Deși mai sunt probleme sociale de finalizat  
Putem spera că Primăria, așa cum a acționat,  
Va reuși să respecte strategia ce o are,  
Încât bârlădenii să trăiască totală transformare.



**col.(r) Ioan STAȘ**

# Creatori excepționali la senectute

*Ars longa, vita brevis / Arta e lungă, viața e scurtă*

Capodoperele științei și ale artei sunt, de obicei, create în plină maturitate biologică, atunci când curiozitatea, imaginația, curajul și, de ce nu, experiența, își dau mâna în mod fericit pentru a-i face nemuritori pe creatorii lor.

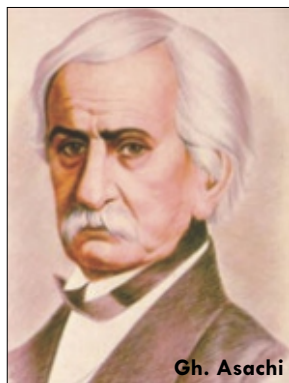
Și totuși, sunt excepții, când opere deosebit de valoroase sunt realizate la senectute, pentru că, de multe ori bătrânețea e o provocare.

A îmbătrâni frumos e o artă. Specialiștii spun că vârsta de 60 de ani este ideală pentru începutul unui anume antrenament psihic, unul în care să ajungi să înveți să te simți bine cu tine însuși și cu ceilalți, să găsești și să cultivi plăceri în care până atunci nu s-a manifestat întreaga ta putere creatoare. Una din pasiunile spiritelor este cartea atât ca obiect de studiu, cât și de creație. R. Emerson afirmă că „sunt cărți... care ocupă în viața noastră același loc cu părinții, cu cei dragi și experiențele mari”, iar marele gânditor Francis Bacon credea că „cititul îl face pe om deplin, vorbirea îl face prompt, iar scrisul îl face exact”.

În domeniul literaturii sunt scriitori care-și dau adevărata valoare nu numai la maturitate, ci chiar în jurul vârstelor de 70-80 de ani. Am ales doar câțiva din literatura română și din cea universală, din rațiuni de spațiu, unii dintre aceștia, primind cel mai prestigios premiu la vârste înaintate.



deschizându-le circuitului cultural al timpului. Activitatea literară și culturală a lui Tudor Arghezi se desfășoară pe mai bine de șapte decenii și într-o varietate de forme publicistice, despre care numai aceea a lui **Macedonski** oferise un exemplu: a trăit 87 de ani și a publicat până în ultimul an al vieții. La 82 de ani a pregătit ediția *Scrieri*, prevăzută în 61 de volume, iar în ultimul an al vieții a publicat



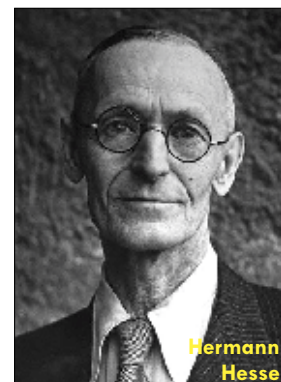
Din spațiul culturii române amintesc doar două nume: **Gheorghe Asachi** și **Tudor Arghezi**. Gh. Asachi, om de cultură, publicist, întemeietor de școală, a fost spiritul rector al vieții intelectuale ieșene între 1812-1848. Ultimul an al vieții este marcat de un gest simbolic: la 81 de ani, bătrânul cărturar ia drumul Galileii și achiziționează manuscrisele lui I. Budai-Deleanu,



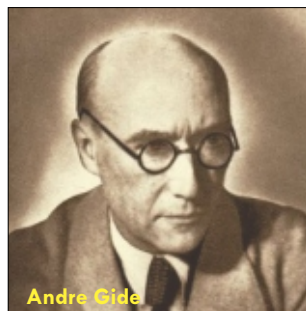
volumul de poezii *Noaptea*.

**Omar Khayam** (1040-1131), unul din marii savanți medievali, a fost poet persan, astronom, matematician (studii de algebră), profesor, medic al Casei Regale s-a manifestat creativ până după 80 de ani. Lucrările de filozofie și de științe se pare că s-au pierdut.

**Hermann Hesse** (1830 - 1914, Germania), natură poetică polivalentă, a ilustrat genul liric, drama, nuvela, romanul, scriind peste 160 de opere. În 1946, la peste 80 de ani, a primit Premiul Nobel pentru literatură. Ultimul său roman, *Jocul cu mărgelele de sticlă*, roman alegoric, o utopie a formării personalității, o sinteză a cunoașterii umane în aspirația către desăvârșire.



**Andre Gide** (1869 - 1950, Franța), autor al operelor *Fructele pământului*, *Falsificatorii de bani* (publicat la 57 de ani). În 1950 va publica ultimul volum din *Jurnal*, o înregistrare a vieții sale din 1889 și până la vârsta de 80 de ani, ulterior renunțând la scris. La 78 de ani primește Premiul Nobel „pentru scrierile sale pline de înțelegere și semnificative din punct de vedere artistic, în care problemele și condiția omului au fost înfățișate cu o cutezătoare dragoste de adevăr și o subtilă intuiție psihologică”.



**Jean-Paul Sartre** (1905-

1980, Paris) a fost un filozof francez, reprezentant al existențialismului, scriitor jurnalist și militant social. În 1964 refuză Premiul Nobel pentru literatură, căci „nici un om nu merită să fie consacrat din timpul vieții”, gest care provoacă scandal.



Exemplele ar putea continua; numele amintite mai sus au fost alese aleatoriu și rândurile de mai sus sunt pledoarii pentru valoarea capacității de creație și încurajarea celor tentați să o facă, întrucât „munca stăruitoare învinge totul” (lat. *Labor omnia vincit improbus*).

prof. Ecaterina VIERU

## Atenție! „Micul ecran...”



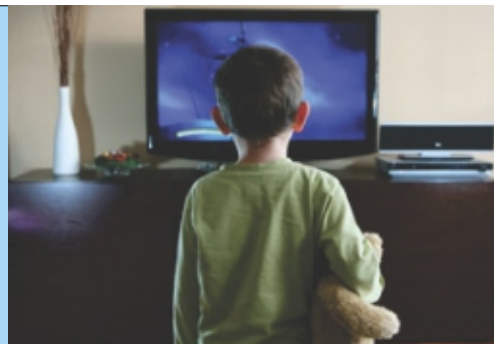
„Micul ecran”, înaintea căruia familiile din ziua de azi își petrec aproape în întregime timpul liber, poate aduce prejudicii neîndoielnice sănătății fizice și psihice a copiilor și adulților. Specialiștii în psihiatrie și psihologie, presupun că principalele boli ale oamenilor secolului XXI vor fi cauzate de televizor și computere. S-a constatat că cinescopul produce o iradiere care conduce la dereglări neurosomatice în organism. În urma acesteia, sistemul nervos se epuizează în ritm mai rapid.

Apoi, șederea prelungită în fața ecranului televizorului (ca și în fața computerului) sau chiar a cărții, conduce la tulburări astenonevrotice. Din pricina sedentarismului se dereglează funcționarea intestinului, se elimină defectuos produșii de catabolism și oamenii se îmbolnăvesc frecvent. Cel mai mult ies la iveală tulburările psihoemoționale legate de acțiunea informațională a televizorului asupra organismului.

S-a observat că adolescenților și copiilor obișnuiți să stea mai mult la televizor le slăbește memoria, asimilează mai greu, nu se pot concentra la ore, suferă de insomnie, devin agitați, irascibili, supărăcioși. Se înrăutățesc și relațiile cu părinții, îndeosebi dacă aceștia le cer să se desprindă de televizor.

Acest lucru nu trebuie să ne mire, căci televizorul înrobește sufletul.

**Mariana GAVRILĂ**



## Imaginea fidelă în contabilitate

„În a șaptea zi a săptămânii, în loc să se odihnească, Dumnezeu a creat... contabilul. Apropiindu-se de el, l-a binecuvântat și i-a spus: fii sănătos și prolific, înmulțește-te, domină industria, comerțul, afacerile și tot ceea ce se mișcă pe fața pământului...”

Pornind de la geneza cauzei primare, se poate spune că în sensul biblic, al dreptei judecăți, primul și cel mai mare CONTABIL al universului este de fapt însuși... Dumnezeu. Cum altfel ne-am putea imagina această implacabilă Justiție *post-factum*? Pentru fiecare din noi, pământenii, EL a deschis o partidă (cont) unde consemnează, atent și fără părtinire, o dreaptă socoteală între tot ceea ce am făcut bine și rău în viață, între ceea ce am dat și primit, între ceea ce aveam de dat și de primit și prin toate acestea, între ceea ce am zidit prin iubire sau invers, am dăruit prin ură.

În fața Judecătorului Suprem, ajungem întotdeauna cu „*imaginea fidelă*”, necosmetizată, apediată în sfârșit la „*valoarea justă*”! Fără Standarde Internaționale de Contabilitate, Instanța Divină pare a fi fundamentată pe deviza „*Amicus Plato, sed magis amica veritas*” - „*Mi-e prieten Platon, dar mai prieten îmi este adevărul*”.

**Claudia COMĂNESCU**





## Triumful bătrâneții

Străbatem cea mai mare parte a vieții încordați, stresați, gândindu-ne la ziua de mâine și nicidecum mai departe de atât, înconjurați de o mulțime de știri contradictorii, false sau care conțin jumătăți de adevăr... căutăm cu tot dinadinsul parcă să uităm de noi, să acumulăm haotic bunuri, să supraviețuim cu orice preț, citim tot ce ne pică în mână, cu condiția să conțină informații șocante, uităm, mai mult sau mai puțin intenționat, de propriile valori.

Niciodată nu este prea târziu să oferim dragoste și ajutor cuiva care are nevoie. Suferința fizică sau sufletească ce ne încearcă viața fiecăruia cu credință, găsim puterea de a merge mai departe. Mă refer aici la acea credință care ar trebui să ne facă mai buni decât suntem și ne îndeamnă să-i iubim pe cei de lângă noi fără să-i judecăm.

Să învățăm să găsim frumosul aproape peste tot, să-l căutam, să-l recunoaștem, să nu-l pierdem din ochi și să ni-l apropiem în fiecare clipă așa încât gândurile negre să dispară din viața noastră.

Închei acest mic articol cu un citat al unui scriitor american: "să-ți menții inima fără riduri și să fii plin de speranță, amabil, vesel, supus, acesta este adevăratul triumf asupra bătrâneții..."

**Alina HELGIU**  
Referent CARP BÂRLAD



## Pași pentru o viață mai sănătoasă

Există din ce în ce mai multe probleme care se ridică în ziua de astăzi în ceea ce privește calitatea vieții la toate vârstele: sănătatea, sportul, mâncarea sănătoasă, instituțiile pe care ne putem baza etc.

Sănătatea este cel mai important lucru de care trebuie să învățăm să avem grijă, însă noi de cele mai multe ori preferăm să facem abuz sau să consumăm produse care de cele mai multe ori ne dăunează.

Te-ai gândit să renunți la multivitaminele tale zilnice și să începi să mănânci sănătos? Suplimentele de vitamine nu sunt necesare dacă organismul beneficiază de toți nutrienții de care are nevoie pentru a se reface și a se simți bine în fiecare zi.

Specialiștii americani consideră că nu este nevoie de multivitamine dacă zilnic consumăm alimente bogate în proteine, vitamine și minerale, totul pentru a întări sistemul nostru imunitar, osos și pentru a ne crea o stare de confort de care tot timpul avem nevoie.

Un organism sănătos are nevoie de cel puțin două fructe pe zi, tot atâtea legume, trei mese bogate în proteine și pâine integrală.

Fructele pot fi consumate foarte bine la desert. Poți alege să îmbunătățești masa de prânz prin folosirea de produse bio, fructe confiate, uleiuri aromatice ce pot fi folosite cu ușurință la salate și la mâncăruri. Mai mult, atunci când ești la birou consumi morcovi, banane, mere sau căpșuni pe post de gustare, înlocuind snacksurile de altădată.

Calciul este foarte important pentru structura osoasă și întărirea întregului organism. Dacă nu mănânci lactate, încearcă măcar să alegi un iaurt cu fructe. Gustul va fi diferit și îți va face plăcere să îl consumi.

Încearcă să îmbogățești masa de la prânz cu puțin pește cu oase, acesta fiind bogat în calciu.

Mănânci fără pâine de multă vreme iar abia acum organismul s-a resimțit. Poți opta pentru cea prăjită, cereale simple sau orez, care poate fi și expandat, cartofi din belșug în supă sau ciorba de la prânz. Sunt foarte importante aceste alimente pentru favorizarea absorbției vitaminelor, deci nu le evita.

Specialiștii americani sunt de părere că multivitaminele sunt necesare, dar în cazuri speciale (femei însărcinate sau bătrâni, unde procesele organismului sunt mai lente). Celelalte persoane pot beneficia de calciu, vitamina D, vitamina C, fier și magneziu din alimentație.

Dacă totuși vrei să iei multivitamine pentru că nu poți respecta aceste reguli simple de dietă, consultă medicul tău pe care îl poți găsi în cadrul CARP Bârlad și pe baza analizelor îți va recomanda vitaminele necesare, în cantitățile potrivite. De asemenea majoritatea produselor recomandate mai sus le poți comercializa de la magazin din incinta instituției noastre.

**Georgeta RÎNCU**

# CA SĂ TRĂIEȘTI MULT ȘI BINE TREBUIE SĂ ȘTII CĂ...

Stilul de viață este responsabil de modificările bagajului genetic al oamenilor.

Tot el se face vinovat și de creșterea riscurilor de dobândire a afecțiunilor grave: cancer, boli de inimă, demență senilă...

Stilul de viață al oamenilor care trăiesc mult și bine, constă în obiceiuri simple și sănătoase.

Ni s-a spus mereu că dacă **gândim pozitiv, suntem veseli și optimiști**, viața noastră va fi și mai lungă și mai bună.

În ultima vreme circulă multe formule de genul: „excesul de sare, zahăr, alcool și grăsimi dăunează grav sănătății”, „fumatul poate să ucidă”.

Ascultați-le, dar și respectați-le!

De asemenea, încercați să evitați stresul, mâncați mai multe legume și fructe, păstrați-vă greutatea ideală, faceți multă mișcare și căutați să aveți o căsătorie liniștită, gândind că cel de lângă tine este prietenul și nu dușmanul tău.

Stăm și ne gândim câți dintre noi reușesc să adopte și să respecte aceste principii simple și sănătoase?

Nu este de ajuns să știi aceste principii, trebuie și să le respecti cu seriozitate și conștiinciozitate zilnic fără întrerupere.

Aceste principii simple și sănătoase să fie un stil de viață al tău!

Conștienți de micile principii simple și sănătoase sunt acei oameni care rar îi vezi fumând, consumând mult alcool, zahăr, sare, grăsimi, enervându-se sau gândind negativ.

Printre acești oameni se numără și Constantin Mereuță și Lefter Chira, ambii din Bârlad, pe care în anul acesta 2011, Consiliul director al C.A.R. Pensionari Bârlad în frunte cu domnul Președinte Neculai Mihai a avut plăcerea și bucuria de a le sărbători în luna mai și respectiv iulie CENTENARUL.

Longevitatea dumnealor se datorează stilului de viață adoptat.

Ținând cont de câteva reguli de viață lungă și tu vei fi sărbătorit la împlinirea vârstei de 100 de ani și chiar după.

Unele dintre aceste reguli sunt:

- Fiecare țigară fumată îți scurtează viața cu jumătate de oră.

- Căsătoria prelungește și îmbunătățește viața.

- Fii bun, spontan și vesel și vei trăi mai mult.

- Ceii iubiți și protejați, vor trăi mai mult, încearcă să te afli printre ei.

- Gândește pozitiv, înlătură stresul și vei trăi mai mult.

**Ing. Stelian FILIP**  
Vicepreședinte C.A.R.  
Pensionari Bârlad



## D'ale căsniciei

Soțul se uită atent la soția sa și-i zice:

- Rochia ta nouă este prea îndrăzneată. Se vede totul prin ea.

- Ei și? O femeie cinstită nu are nimic de ascuns...

\*

- Alo, vecină, soțul tău e acasă?

- Nu.

- Atunci dă-mi-l pe al meu la telefon !

\*

- Ai să mă iubești și după căsătorie?

- Desigur... dacă soțul tău o să fie de acord.

\*

- Draga mea, de când ne-am căsătorit nu mai beau, nu mai fumez, mănânc foarte puțin...

- Așa de mult mă iubești?

- Nu, așa de mult m-ai sărăcit!

*Culese din colecția  
ziarului MAGAZIN*

## Răsărit de soare

Vino la un răsărit de soare,  
Te-aștept pe digul cunoscut,  
Să-l vezi cât de frumos apare:  
Roșu – corai, un disc rotund.

Ce pur e un răsărit de soare !  
Curat și cu reflex zglobiu,  
Când iese maiestuos din mare,  
Cu tine vreau pe mal să fiu.

Iar pașii pe nisip să-i facem,  
În stropi de val și de visare  
Și tot mereu să ne întoarcem  
Vara, la un răsărit de soare.

**col.(r) Ioan STAȘ**

**PROGRAMUL CULTURAL ARTISTIC**  
**„UN ZÂMBET , O FLOARE , O RAZĂ DE SOARE”,**  
**organizat în ziua de 29 MAI 2011 la sala „A.I.Cuza” cu ocazia**  
**zilei de 1 Iunie, Ziua Internațională a Copilului**

1. Cuvânt introductiv – Nicolaie MIHAL, Președintele Casei .
  2. Grupul „ Magic Dance” de la Grădinița nr. 13 Bârlad -dans minorități
  3. Monologul „La cireșe la mătușă” de Ion Creangă - interpretează Dumitrașcu Theodora
  4. Poezia „Somnoroase păsărele” de Mihai Eminescu – recită Avram Miruna
  5. Poezia „Veverița”- recită Avram Mina
  6. Melodia „Cartea cu povești”-interpretează Avram Miruna și Mina
  7. „ Poem de 1 Iunie”- recită Tănase Dorotheea
  8. „ E ziua copiilor” - recită Bolgar Otilia , compoziție proprie
  9. Grupul „ Micuțele pirande” - dans țigănesc
  10. „ Copilăria, un izvor de vise” - recită Bolgar Teodora
  11. „ E ziua ta ,copile” - recită Filip Bianca
  12. Melodia „ Colega mea” - interpretează Burghilea Raluca
  13. „Aprobarea” de Ana Blandiana – recită Grădinaru Rareș
  14. „1 Iunie- ziua copilului” - recită Comănescu Vlad
  15. Melodia „ Să fim copii” - interpretează Catană Bianca
  16. Fabula „ Acul și ața” - interpretează Darie Nuria Sânziana.
  17. „Are mama o fetiță” - recită Gavrilă Emanuela
  18. „Vino, vino, vară dragă” - recită Potîrniche Ionuț
  19. Melodia „Fericirea are chipul tău” - interpretează Catană Bianca
  20. Poezia „1 Iunie” - recită Nenița Alberto
  21. Dans sportiv – Karadeniz Irem și Marinescu Miruna
  22. Poezie – recită Karadeniz Birsen
  23. Poezie – recită Karadeniz Zeynep
  24. Poezie – recită Fotache Denisa
  25. Dans turcesc – Karadeniz Irem și Marinescu Miruna
  26. „A plecat copilăria” - recită Croitoru Andreea
  27. „Lumea copiilor” - melodie interpretată de grupul „Melodi” al Școlii de Muzică și Arte Plastice „N.N.Tonitza” Bârlad
  28. „Song From A Secret Garden”- interpretează la clarinet Stan Ionuț
  29. „La Paloma” - interpretează la clarinet Tănăsă Alin
  30. „Word” - interpretează la clarinet Stan Ionuț
  31. Dans modern – grupul „Dools”
  32. „Besame Mucho”, „Tico Tico”, „Adios Muchachos”, „Brazil” - colaj instrumental clarinet
  33. „Can Can” - duet Tănăsă Alin și Stan Ionuț
  34. Toma Raluca – interpretare la pian
  35. Toma Denisa – interpretare la pian
  36. Dansul „Beyonce - Single Ladies (Chippettes)” - Aiana Manole
  37. „Bundîța” - interpretează Arteni Miruna
  38. „La oglindă” - interpretează Suceveanu Delia
  39. „Înflorit-o” - interpretează Arteni Miruna
  40. „Sunt o fată frumușică” - interpretează Suceveanu Delia
  41. „Dans de societate” - ansamblul „Mugurelul”
  42. „Dans de pe Valea Tutovei” - ansamblul „Mugurelul”
  43. „Dans de Someș” - ansamblul „Mugurelul”
  44. „Suită de dans țigănesc, arăbesc și modern – trupa „ Șukari”
  45. „Călușarii” - ansamblul „Mugurelul”
- Programul a fost conceput, coordonat și condus de:
- Nicolaie MIHAL – Președintele Casei ;
  - Mariana BOGOS - Profesor coordonator grupul vocal instrumental „ Melodi” al Școlii de Muzică și Arte Plastice „N.N.Tonitza” Bârlad
  - Emilia MOCANU – Profesor corepetitor grupul vocal instrumental „Melodi” al Școlii de Muzică și Arte Plastice „N.N.Tonitza” Bârlad
  - Ileana COSTĂCHESCU – Educator Grădinița cu program normal nr.13 Bârlad
  - Miișoara DROSU – Îndrumător coordonator trupa „Șukari”
  - Cristina Mihaela HRISCU – Instructor grupul „Dools”
  - Aurel GUDULEA – Instructor ansamblul „Mugurelul”
- La realizarea programului au mai contribuit:
- Sorin BOCAN – Administrator I.T. C.A.R.P. ;
  - Claudia COMĂNESCU – Contabil C.A.R.P. ;
  - Vlad Andrei HRISCU – Contabil C.A.R.P.

# Reflexoterapia - un alt fel de tratament pentru diabet

*MOTTO: "Arta medicinei constă în a-l distra pe pacient, în timp ce natura îi vindecă boala. Cel mai bun doctor oferă întotdeauna cât mai puține medicamente" (Benjamin Franklin).*



Te-ai saturat să iei câte un algocalmin pentru fiecare durere de cap? Mai ai încă probleme cu încheietura aceea după ani de tratamente medicale sau pur și simplu cauți metode alternative prin care să îți poți controla și ameliora diabetul? Ar putea fi oare timpul să îți îndrepti atenția către picioare pentru soluții și vindecare?

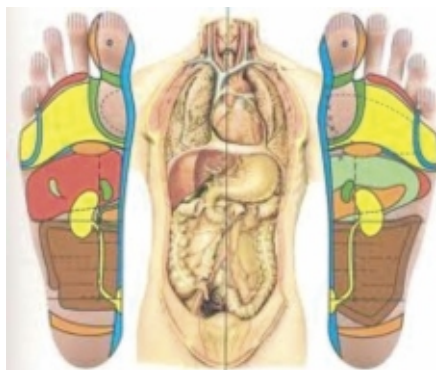
Copleșiți de atâtea maladii, dar și de atâtea medicamente moderne obținute prin artificii genetice, care uneori nu-și mai fac efectul sau sunt prea costisitoare, pacienții și chiar și medicii au ajuns să încerce mai des medicina tradițională a antichității. Mai ales în România, unde oamenii s-au saturat să vadă cum se tot măresc și se micșorează listele de gratuități și compensate. De aceea masajul reflexogen începe să fie „redescoperit” de cei mai mulți dintre pacienți, și chiar medici, în ameliorarea (uneori și tratarea) diferitelor forme de diabet.

Diabetul este o afecțiune caracterizată prin prezența zahărului în urină și în sânge, din cauza proastei funcționări a pancreasului.

Se deosebesc astfel două tipuri de diabet: tipul I este diabetul zaharat în care deficitul de insulină se datorează distrugerii celulelor beta-pancreatice ca urmare a unui proces inflamator (viral sau autoimun). La nivel psihoemoțional, cauza apariției acestei

forme de diabet este refuzul încrâncenat al satisfacțiilor și bucuriilor de zi cu zi. Lipsindu-se de ele, diabeticul de tipul I creează premisele unei autoagresiuni asupra propriei ființe.

Prin reflexoterapie (masaj reflexogen), se stimulează activitatea cerebrală în scopul mării capacității de conștientizare și înțelegere profundă a acestor aspecte. Prin stimularea reflexă a zonei metamerice corespondente la nivelul coloanei vertebrale se determină o creștere a funcțiilor digestive și endocrine de la nivelul stomacului, duodenului și pancreasului, stimulând producerea de insulină a acestuia. Astfel, după un



tratament reflexogen adecvat, combinat cu tratamentul fitoterapeutic, precum și o dietă corespunzătoare, menținută cu consecvență pe toată durata tratamentului, se ajunge în final la reducerea treptată a necesarului de insulină injectabilă, la schimbarea radicală a modului de a trăi prin apariția stării de optimism, încredere și poftă de viață.

În cazul diabetului de tip II, pancreasul secretă insulină în cantitate suficientă sau chiar mai mare decât normal, dar aceasta nu poate acționa asupra celulelor deoarece acestea nu reacționează la apariția hormonului. Potrivit specialiștilor, este așadar o transpunere mimetică, la nivel celular a atitudinii generale a diabeticului de tip II, și anume aceea de inerție, apatie, lene, lipsă de reacție. În mod constant, diabeticul de tip II adopta tipare comportamentale, tabieturi care îi oferă o sursă de confort și de stabilitate din care nu ar ieși nici în ruptul capului.

Simultan cu aceasta, el evită evenimentele din viață care l-ar putea transforma, refuza efectiv să participe la ele și să le accepte semnificația. Aceste evenimente, de cele mai multe ori neplăcute, îl obligă la ieșirea din confort și adoptarea unei atitudini mai energice, mai ofensive.

De aceea în tratamentul reflex al diabeticului de tip II se vor stimula în mod special zonele reflexe ale sistemului endocrin (hipofiza, epifiza, suprarenale, tiroida, pancreas, gonade) și zonele sistemului digestiv, plexul solar, ficatul, precum și zonele metamerice reflexe de la nivelul coloanei vertebrale. Tratamentul vizează atât o creștere a funcționalității aparatelor și organelor prin stimulare reflexă, cât și o creștere a dinamismului, optimismului, încrederii în forțele proprii necesare diabeticului pentru a se vindeca.

Bineînțeles că nu ne hazardăm susținând că reflexoterapia vindecă complet toate formele de diabet, dar cu siguranță putem spune a ameliorat extraordinar afecțiunile multor pacienți. Prin simplul său mecanism de a antrena circulația sanguină și de a elimina

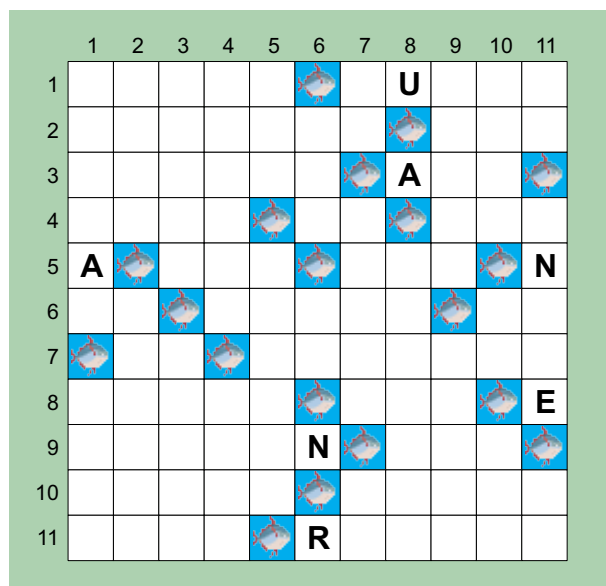


toxinele, precum și prin reglarea secreției de insulină, masajul reflexogen ajută considerabil pacienții cu diabet, scăzându-le constant glicemia pe parcursul ședințelor. Bineînțeles, tratamentul prin reflexoterapie, masaj etc. nu este suficient pentru tratarea completă a bolii, în acest sens fiind necesară asocierea cu alte forme de tratament (atât alopate - tratamentul clasic - cât și naturist), mișcarea în aer liber sau practicile sportive.

Specialist în reflexoterapie și recuperare motorie

**Daniela T. TEODORU**

**ORIZONTAL:** 1) Rețea de pescuit făcută din ață subțire – Tip de năvod pentru pescuit activ marin în larg, până la adâncimi de 50 m. 2) "... lui Baranov" se referă la mărimea ochiurilor unei plase pescărești (nom.) – Armă primitivă folosită la pescuit. 3) Îngrăditură de nuiete, fixată în apă, pentru păstrarea peștilor vii –



Unealtă de pescuit formată din trei fâșii de plasă, care se așază vertical în apă cu ajutorul unor bucăți de plumb prinse la partea lor inferioară (pl.). 4) Râu în Anglia – Ion Turcu – Icrele peștilor. 5) Unealtă de pescuit cu fundul adânc și cu gura ținută deschisă printr-un arc de lemn – Pseudonimul poetului I.D. Pietrari. 6) Plasa! – Unealtă de pescuit asemănătoare cu o prăjină, folosită la împingerea năvodului de la o copcă la alta, pe sub gheață (pl.) – Lică Albu. 7) Andrei Pescaru – Plasă de pescuit

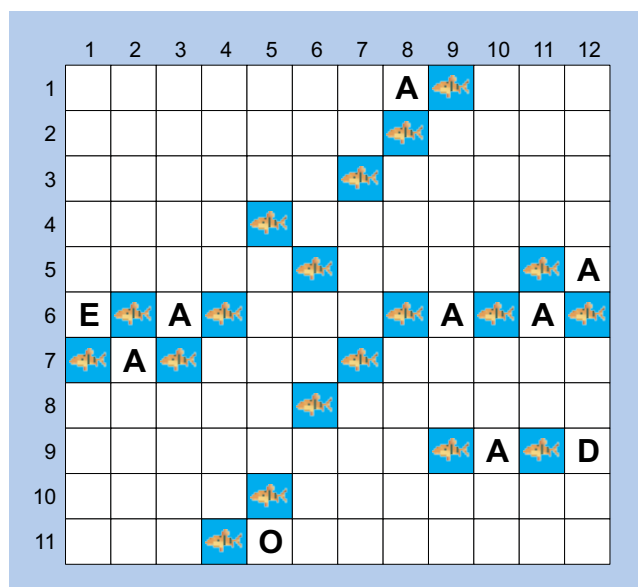
prevăzută la cele două capete cu câte un băț gros, permițând pescarului să o tragă prin apă (dim.). 8) Malul întărit al unei ape unde se poate pescui cu undița – Râu în Germania. 9) Șeful unei echipe de pescari – Ceh din Banat. 10) Necropolă în vechiul Egipt – Denumire dată la trei șiruri de carmace a 25-30 cârlige, în linie dreaptă unul de altul. 11) Portar (inv.) – Unealtă folosită de pescari pentru prinderea racilor. **VERTICAL:** 1) Prăjină cu care se prind racii – Cunoscută păstrăvărie sibiană. 2) Unelte primitive de pescuit alcătuite din împletituri de nuiete – Unealtă de pescuit din trecut. 3) Localitate în Elveția – Unelte de pescuit din ațe pescărești care se împletesc, cu sau fără noduri, în formă de ochiuri rombice egale. 4) Pescarul ce folosește vintirul – Mare fluviu asiatic. 5) Fire textile simple folosite la diferite plase pescărești – Icrele sturionilor, de culoare cenușie sau neagră. 6) A se ivi – Cap de somn! 7) Peste! – Instrument pentru pescuit raci (reg.) – Coada undiței! 8) Unealtă de pescuit alcătuită dintr-un săculeț de plasă cu coadă. 9) Plasă de pescuit de dimensiuni mari, cu care se adună peștele de pe suprafețe întinse de apă – Parii rotunzi de care se leagă capetele plaselor instrumentelor de pescuit activ. 10) Ca un năvod plin cu pești – Leasă! – Locul pescarului cu undița. 11) În vârful undiței – Frânghiile de care se suspendă cârligele carmacelor – Cap și coadă de mreană!

Dicționar: TEES, I.C.D., ARL, PEM, UȘER.

**ORIZONTAL:** Nume de pești.

**VERTICAL:** 1) Locuințe vechi – Tăietură (reg.). 2) Iarbă crescută a doua oară – Râu în insula Corsica. 3) De după amurg (fem.) – Recunoașterea oficială a rugăciunii în Turcia. 4) A oferi cuiva mâncare sau băutură – Orașel în Franța. 5) Ued în Maroc – Localitate în Spania. 6) "Insulă", în toponimia celtică – Idee! – Fibroză hepatică congenitală (abr.). 7) Cap de taur! – Coeficient de temperatură pozitiv (abr.) – Limbă vorbită în insula Sumatera (Indonezia). 8) Cocotier sălbatec din Brazilia – Distincte. 9) Trepidare – Floare albastră. 10) A merge desculț sau în papuci – Strașnici. 11) Capră-neagră din Munții Pirinei – Prefix... dulce – Ghetete! 12) Scriitor argeșean (Ion) – Mare stat asiatic.

Dicționar: CROT, EZAN, CAER, RIS, INIS, ACEH, LOA, IZAR.



Pagină realizată de  
**Serghei  
COLOȘENCO**

## 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

