

**DRP dă startul
sesiunii de finanțare
nerambursabilă
2022!** ➔ Pagina 2



DEPARTAMENTUL PENTRU
ROMÂNII DE PRETUTINDENI

**Asociația Militarilor
Veterani și Veteranilor cu
Dizabilități "Sf. Mare
Mucenic Dimitrie-Izvorătorul
de Mir" (A.M.V.V.D)** ➔ Pagina 9



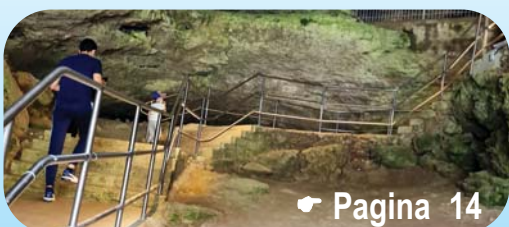
**ÎNCEPÂND DIN LUNA
MARTIE, „VOCEA TA” ARE
O NOUĂ
RUBRICĂ:**



**De la
suflet
la suflet**

➔ Pagina 10

**Peștera diavolului
– Devil's Cave –
Teufelshöhle**



➔ Pagina 14

**„A FI x A FACE = A AVEA” -
Lorand Soares Szasz,
tânărul care vorbește despre
educație pe înțelesul tuturor!**



➔ Paginile 5-6

**„Încrederea în
Dumnezeu este
mai presus de
orice” - interviu
poveste de
suflet**



➔ Pagina 12

DRP dă startul sesiunii de finanțare nerambursabilă 2022!



Departamentul pentru Românii de Pretutindeni dă startul astăzi, 23 februarie, sesiunii de finanțare nerambursabilă pentru anul 2022. Ghidul de finanțare nerambursabilă din acest an vine cu o serie de noutăți privind procesul de evaluare, perioada de depunere a proiectelor, dar și prioritizarea domeniilor de finanțare.

Cererile de finanțare se vor depune până la 30 iunie a.c. Prin excepție, pentru proiectele a căror perioadă de implementare se întinde pe întregul an în curs, perioada de depunere a cererilor se încheie la 31 martie a.c.

Cererile de finanțare se vor

evalua periodic. Astfel, prima sesiune de evaluare va începe după 31 martie 2022.

Anul acesta, domeniile prioritare sunt educația și cultura.

Cererea de finanțare și documentele prevăzute în Ghidul de finanțare pot fi trimise doar în format electronic (scan PDF), la adresa de e-mail proiecte@dprp.gov.ro. Este necesar ca fiecare anexă să fie atașată ca un singur document PDF, denumit ca atare. (de exemplu, Statut.pdf). Nu sunt acceptate alte formate (JPEG, PNG etc.).

După transmiterea pe e-mail a documentației, solicitantului i

se transmite numărul de înregistrare al cererii. Ulterior, responsabilul de proiect solicită, prin e-mail, documente suplimentare sau clarificări, în funcție de specificul proiectului la care solicitantul are obligația de a răspunde în cel mult 3 zile lucrătoare.

Pentru a facilita procesul de constituire a dosarului, regăsiți mai jos Ghidul de finanțare nerambursabilă 2022. De asemenea, de la punctele 01-13, sunt atașate documentele de interes, în format editabil:

Sursa:

<http://dprp.gov.ro/web/sesiune-de-finanțare-2022/>

ȘCOALA DE LIMBA ROMÂNĂ- NÜRNBERG

Vineri de la 14:30 și / sau Sâmbăta de la 10:00

Pentru adulți și copii

Înscrieri la numărul de telefon: 0160 33 73 128

Participarea gratuită!



Cu sprijinul:



DEPARTAMENTUL PENTRU ROMÂNII DE PRETUTINDENI

EDITORIAL

Primăvara prin ochi incerți



Aș fi dorit ca în acest editorial să vorbesc despre însemnătatea

lunii Martie pentru români, Ziua de 1 Martie - simbolul mărțișorului, ziua de 8 Martie - ziua internațională a femeii, dar, din păcate, nu pot. Las articolele de fond din acest număr al ziarului VOCEA TA să descrie aceste două date importante și mă voi canaliza spre ceva, care de câteva zile mie nu îmi dă pace. Războiul ce tocmai a început și se află chiar lângă noi, în Europa.

Privesc cum unii dintre colegii mei de muncă, care provin din cele două țări, respectiv: Rusia și Ucraina, trăiesc cu o tensiunea acumulată, dar și felul cum ei reacționează.

Așa cum am spus, am colegi care vin din cele două țări și care se înțeleg perfect. Nu pot spune că acum nu mai au aceeași relație, dar îi văd cum discută împreună sau cu ceilalți colegi, ce ar putea face ei, ca acest război să ia sfârșit. Colegii care vin din Rusia, au în subconștientul lor acea „vină” pe care nu o pot descrie. Sunt de peste douăzeci de ani în Germania, au familii în Rusia, fac concedii acolo, iar ceea ce se întâmplă acum, pur și simplu nu pot accepta. Am văzut într-una din zilele trecute cum colegul nostru care provine din Rusia a adus colegilor din Ucraina dulciuri, apoi într-o altă zi un buchet de flori și lumânări, spunându-le acestora că este pentru oamenii nevinovați care au murit în aceste zile acolo.

Am văzut în ochii lor lacrimi, a tuturor, inclusiv a colegilor care nu au de-a face cu niciuna din aceste două țări. Am văzut cum solidaritatea își găsește casă în firma noastră și unde un coleg rus a format o inițiativă de a se colecta ajutoare pentru cei din Ucraina. Îi văd cum suferă, îi văd cum încearcă să arate că nu este vina lor, ci a unui conducător care nu gândește, așa cum spun ei, care nu are suflet, iar de inimă nici nu mai spunem nimic.

Am avut cu ei o ședință, ca și director regional, i-am chemat pe toți colegii la aceeași masă și i-am lăsat în primul rând să vorbească, să spună ceea ce cred. Am văzut că niciunul dintre ei nu acuză pe nimeni, cum o mare parte din ei s-au oferit să ajute și cum îi susținea psihic pe colegii din cele două țări.

De asemenea, o colegă mi-a spus că unul din orașele atacate, respectiv Kharkiv este orașul unde s-a născut, unde a fost profesor universitar o perioadă lungă și unde, momentan are familia. Plângea. Nu știam ce să îi zic. Îmi spunea că avea programat un concediu - după cinci ani de zile să meargă să își vadă familia, dar acum, nu știe nici măcar dacă îi va mai vedea vreodată. Întâi pandemia, apoi războiul, parcă totul este făcut contra ei, îmi povestea. Îmi e greu să îi întreb zilnic cum se simt, îmi văd colegii apatici, fără vlagă, afundați în treburile lor de aici, dar cu gândurile acolo, la țările și familiile lor.

Îmi doresc din suflet să se termine odată acest (nici nu pot să zic, război) și să putem trăi în anul 2022 într-o lume liniștită, prietenoasă și liberă.

Dumnezeu să fie cu noi!

Ionela van Rees-Zota

Simțim, iubim și trăim românește! (2)

Ca și în dragoste, trebuie timp, răbdare și etape. Așa că, vă invit să iubim și în luna mărtisorului și să citim despre tradiții în Ardeal, precum și alte gânduri ale cititorilor noștri.

Dragobetele era sărbătorit în unele locuri și la data de 1 martie, deoarece se considera că el este fiul Dochiei și primul deschizător de primăvară.

În Ardealul de sud-vest (de pildă, în zona Orăștiei), Dragobetelui îi corespunde sărbătoarea Popelnicului. Tinerii merg să culeagă planta omonimă, cu ale cărei frunze își spală părul. Popelnicul se culege după un ritual prestabilit: fetele merg pe ascuns, nespălate și nemâncate, încă de la sfârșitul nopții. Ele lasă ca ofrandă pâine și ouă sau pâine cu sare și culeg planta. Tinerii fac hore în câmp și, dacă vremea este frumoasă, merg să culeagă ghiociei.

Uneori, flăcăii petreceau din plin de Dragobete și prin satele vecine, pentru a le merge bine peste vară. De la această sărbătoare nu lipseau nici cei mai în vârstă, ziua Dragobetelui fiind ziua în care trebuia să aibă grijă de toate orăntăniile din ogradă, dar și de păsările cerului. În această zi, nu se sacrificau animale pentru că astfel s-ar fi stricat rostul împerecherilor. Femeile obișnuiau să atingă un bărbat din alt sat, pentru a fi dragăstoase tot restul anului, în timp ce bărbații erau atenți să nu le supere pe femei, pentru că altfel nu le-ar fi mers bine. Sărbătoarea dragostei era socotită de bun augur pentru treburile mărunte, însă nu și pentru cele mai importante. Deoarece exista credința că Dragobetele îi va ajuta pe cei gospodari să aibă un an mai îmbelșugat decât ceilalți, oamenii respectau această sărbătoare la fel ca și pe cele religioase – nu munceau, doar își făceau curățenie prin case. Cele care lucrau erau fetele mai

îndrăznețe care chiar își doreau să fie "pedepsite" de Dragobete. Chiar dacă mai "pedepsea" femeile, se considera că Dragobetele ocrotea și purta noroc tinerilor, în general, și îndrăgostiților, în mod special. Pe vremuri, oamenii bătrâni țineau aceasta zi pentru friguri și alte boli.



Andreea Ursu, realizator-moderator

„Inima pentru inima” Somax Tv, Coordonator al Asociației Ridică-te și Umbla filiala Bt „eu o singură dată am primit un tort de Dragobete”, dar ea este sufletul a nenumărate acțiuni de caritate, bucurând suflete triste, singure sau aflate în diferite dificultăți.

Sincer, nu am sărbătorit niciodată. Dar se pune accent mult pe data de 14 februarie, în nici un caz pe Dragobete. Pe 24 februarie soțul este atent și mă bucur de fiecare dată, deși nu trebuie o anume zi să sărbătorim frumoasa viață pe care o trăim împreună.

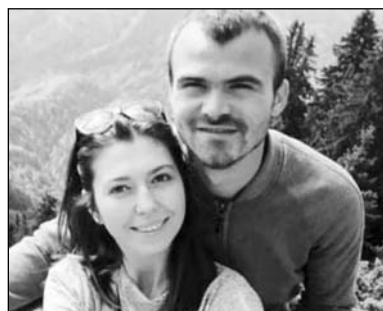
De mică am învățat de la părinți și bunica mea de pe mamă, că trebuie să fii bun, să dăruiești. Aveam 10 ani, când m-am întâlnit prima oară cu suferința. Atunci a murit bunicul meu (de pe mamă, era cel mai bun) și i-am văzut lacrimile curgând pe fata, suferința. De atunci, am început să mă gândesc cum să fac să-i iau acea suferință. Iată așa am înțeles eu, încă de mică, să fiu alături de cei care sunt în diferite nevoi: sufletești sau materiale. Ceea ce fac este din dragoste pentru aproape.

„Iubește-ți aproapele ca pe tine însuși.” Cu acest verset am plecat în viață.



Aura Corjos, profesor Limba română - Germania

În familia noastră nu se așteaptă un prilej special pentru a celebra iubirea. Dragostea reciprocă este sursa principală de energie pentru toate activitățile sau provocările pe care le avem. Deci îmbrățișările și declarațiile de dor și de iubire sunt firești pentru noi. Însă atunci când este vorba de sărbătorile dedicate Iubirii, le vedem ca pe un prilej de recunoștință pentru bucuria de a iubi și a fi iubiți. Sufletește ne simțim mai atașați de Dragobetele din tradiția românească, poate și pentru că premerge Mărtisorului care vine cu atmosfera și mirosul de primăvară. Iar Iubirea are o putere regeneratoare și în ea stă puterea vieții ca și în primăvară. Felul nostru preferat de a sărbători Dragobetele este să celebrăm viața cu sufletul plin de bucurie oriunde ne-am afla!



Adriana Lazăr, Italia, student Asistență socială

Când vine soțul și îți oferă o floare și un pupic și o auzi și pe fiica ta „Bravo, tati, așa trebuie să o iubești pe mami!” te topești și te și amuza

vorbele ei.

Păi... să știi că până a avea copiii, Valentinsday era principalul eveniment frumos din viața noastră. Atunci ne făceam cadouri sau luam masa la un restaurant. Acum sunt zile ca și celelalte din cursul săptămânii. Nu cred că mai ținem cont de o anumită zi să mergem să mâncăm la un restaurant sau să ne facem câte un cadou. Acum totul e spontan, lucrurile decurg altfel. De exemplu, vine soțul de la muncă cu un trandafir, fără să fie o zi a îndrăgostiților sau ceva anume. Acum percepem diferit lucrurile, să zicem că ne-am maturizat.



Dana Axinte, Italia - organizator evenimente, manichiurist

Nu am sărbătorit Dragobete de mult timp, de când eram domnișoară. Trebuie să zic că nu o aștept ca pe o mare sărbătoare, dar nu este nici o zi oarecare. Cu toate acestea, așa cum ne place nouă românilor, abia așteptăm o ocazie să gătim ceva bun și deosebit, și asta facem și noi în fiecare an: un tortuleț în formă de inimă, un vin bun și pace. Apoi eu sunt mai cu moț. Mie îmi plac surprizele și deci cadourile le prefer în zilele obișnuite, nu de sărbători când se așteaptă toată lumea la câte ceva. Și apoi ne iubim mult în fiecare zi.

Sursa de inspirație pentru partea de cercetare este <https://folclor-romanesc.ro/dragobete-obiceiuri-si-traditii/>.

Oana-Roxana Gherasim

Motto: Se face primăvară-n noi!

**Mereu
Avem
Răbdare!
Timpul
Iată
E
de primăvară!**

Cine zice că trebuie să tragem linia doar la sfârșit de an și că doar atunci trebuie să facem calcule, greșește!

Minunea se ascunde peste tot și în

toate! Noi înșine suntem minune! Mereu! De noi depinde calitatea vieții și cărna destinului se află în mâinile noastre. Plutim pe marea vieții conduși de Divinitate.

Și e divin!

Avem secunda de acum, trăim și simțim adierea vântului prietenos de primăvară. Simțim freacă în inimă, iar cântecul păsărelelor se cuibărește în lăuntru nostru, poate până acum, din cauza iernii geroase, înghețat. Se face primăvară! Iată, primăvară! Primăvară

și în noi!

Viața are răbdare cu noi! Oprește-te din drumul tău grăbit! Privește Cerul și simte imensitatea albastră a unui prezent continuu. Mulțumește și mulțumește-te că exiști, că pășești pe alea trezită la viață sub urma pașilor tăi. Tresaltă de bucurie, căci din Cer te ating raze căldute de primăvară.

E timpul de visare! Adună fire de iarbă cu petale gingașe de flori de câmp, înmulțește-le cu verdele crud și pune-le în ciocul berzelor. S-au întors și ele de



drag și dor!

Iată cum sufletu-ți vibrează!

E
de primăvară!

Oana-Roxana Gherasim

Carte de identitate provizorie

Pentru aceste două circumstanțe detaliate mai jos (cea a cetățenilor români cu domiciliul în străinătate și reședința în România și cea a cetățenilor români cu domiciliul în străinătate care doresc să-și schimbe domiciliul în România) există reglementări speciale.

ELIBERAREA CĂRȚII DE IDENTITATE PROVIZORII CETĂȚENILOR ROMÂNI CU DOMICILIUL ÎN STRĂINĂTATE, CARE LOCUIESC TEMPORAR ÎN ROMÂNIA DOCUMENTE NECESARE:

- cererea pentru eliberarea actului de identitate cetățenilor români cu domiciliul în străinătate și reședința în România;
- pașaportul, aflat în termen de valabilitate, cu menționarea țării de domiciliu, în original;
- certificatul de naștere și/sau de căsătorie, eliberat de oficiile de stare civilă române, în original;
- certificatul/hotărârea judecătorească de divorț definitivă/irrevocabilă, după caz, în original; dacă cetățeanul nu poate prezenta certificatul/hotărârea judecătorească de divorț, dovada statutului civil și, după caz, a numelui se poate face cu certificatul de naștere sau de

căsătorie cu mențiuni pe care solicitantul le are la data depunerii cererii pentru eliberarea actului de identitate; în cazul modificărilor intervenite în străinătate cu privire la datele de stare civilă, solicitantul actului de identitate prezintă certificatul de naștere sau de căsătorie cu mențiunile aplicate care să dovedească statutul civil și numele pe care solicitantul le are la data depunerii cererii pentru eliberarea actului de identitate;

- extrasul de carte funciară sau documentul cu care se face dovada adresei de reședință din România, în original; extrasul de carte funciară trebuie să fie obținut cu cel mult 30 de zile anterior datei depunerii cererii;
- două fotografii mărimea 3/4 cm, având la bază o bandă albă de 7 mm;
- documentul cu care se face dovada achitării contravalorii cărții de identitate provizorii.

ELIBERAREA ACTULUI DE IDENTITATE LA SCHIMBAREA DOMICILIULUI DIN STRĂINĂTATE ÎN ROMÂNIA DOCUMENTE NECESARE:

- cererea pentru eliberarea actului de identitate ca urmare a schimbării

- domiciliului din străinătate în România;
- certificatul de naștere, în original;
- certificatul de căsătorie, în cazul persoanelor căsătorite sau al soțului supraviețuitor, în original;
- certificatul/hotărârea judecătorească de divorț definitivă/irrevocabilă, după caz, în original;
- certificatele de naștere ale copiilor cu vârsta de până la 14 ani, care își schimbă domiciliul împreună cu solicitantul actului de identitate;
- extrasul de carte funciară sau documentul cu care se face dovada adresei de domiciliu, precum și, după caz, cel cu care se face dovada adresei de reședință, original și copie; extrasul de carte funciară trebuie să fie obținut cu cel mult 30 de zile anterior datei depunerii cererii;
- pașaportul românesc valabil sau expirat, cu menționarea statutului de domiciliu, în original sau certificatul de cetățenie română, în original;
- actul de identitate și/sau pașaportul, eliberat/eliberate de către autoritățile străine, în original;
- documentul cu care face dovada achitării contravalorii actului de identitate.



Sursa:

http://www.ploiesti.ro/SPCLEP/Pagini%20acte%20identitate/Romani_strainatate.htm

Herzliche Grüße
Alexandra-G. Chiribes
EU Rechtsberaterin und EU Projektleiterin
Gutjahrstr. 10, 44287 Dortmund
Mobil 017660416253
Email: alexandrachiribes@gmail.com



Fără să ne afecteze personal, în viața de zi cu zi, trecem neobservând situația din jurul nostru. Alegând să facem voluntariat reușim să descoperim vulnerabilitățile comunității noastre și le putem consolida. Indiferent de domeniul în care te-ai decis să activezi ca voluntar, o să descoperi ceea ce se întâmplă cu adevărat în comunitate. Dacă alegi, de exemplu, să activezi în domeniul orientării și formării profesionale vei observa satisfacții oferite în ochii oamenilor ajutați să se integreze mai ușor pe piața muncii. Dacă alegi să activezi în acțiuni de solidaritate vei putea să empatizezi cu persoanele defavorizate, vârstnice și vei putea cântări cantitatea de tristețe canalizată în aceștia. Dacă alegi să pui umărul alături de alți voluntari în domeniul protecției mediului o să poți observa cu ușurință necesitatea acțiunilor pentru dezvoltarea spațiilor verzi și ocrotirea mediului natural.

Împărtășești o pasiune

Ai abilități dezvoltate în sfera artelor, știi să dansezi, să faci poze, să cânti la un instrument sau performezi într-un anumit sport? Poți să folosești cu ușurință cunoștințele tale și să împărtășești altora din pasiunea ta. Să împarți ceva la care te pricepi cel mai bine, îți va oferi o plăcere nespăsată atât ție ca formator cât și celorlalți cursanți. Datorită ție drumul lor în viață poate căpăta o altă întorsură, își pot descoperi pasiuni neștiute.

Faci o schimbare

Prin voluntariat reușești să te descoperi, să înveți cum să fii un om mai bun, mai calculat și controlat, cu toții avem momente de slăbiciune când realizăm că nu ne putem controla. Lucrând cu oamenii vei învăța să citești un om la prima vedere pentru că vei întâlni diferite caractere. Totodată ai prilejul

NOUĂ MOTIVE SĂ DEVII VOLUNTAR

Observi realitatea zilelor noastre

să lucrezi împreună cu persoane defavorizate, bătrâni, copii pe care la un moment dat îi vei ajuta direct sau indirect. Vei avea ocazia să faci o schimbare asupra modului tău de a vedea lucrurile și totodată o schimbare de conștiință. Una dintre cele mai mari schimbări, produse ca efect al voluntariatului este chiar asupra ta. Prin participarea la diverse activități, îți vor revine multiple sarcini unde ești pus în situația de a descoperi noi abilități pe care nu erai conștient că le dobândești, de asemenea, ai prilejul să te dezvolți profesional și personal, astfel, cunoștințele dobândite din voluntariat îți vor prinde bine și la locul de muncă.

Acumulezi experiență

Atunci când vine vorba despre acumularea de experiență, voluntariatul este un reper important pentru tinerii care doresc să își formeze o bază de cunoștințe. Acțiunile de voluntariat pun la dispoziție celor interesați o gamă variată de opțiuni. De la a vorbi în public, a fi un bun negociator și până la a cunoaște mai multe domenii de pe piața muncii, voluntariatul vine în sprijinul celor la început de drum profesional. În Germania, voluntariatul este considerat drept experiență de lucru, astfel că cei care aleg să fie voluntari, își pot găsi mai ușor un job.

Voluntariatul este un sprijin important pentru sistemul educațional și social. De multe ori, activitățile propuse prin diverse proiecte, contribuie mai mult la dezvoltarea adolescenților decât unele metode de educație clasice folosite de părinți sau în învățământ.

Îi ajuți mai ușor pe ceilalți

Privești în jurul tău, în comunitatea în care trăiești și poți observa că cineva are nevoie de ajutor și că ai putea să îi faci viața mai ușoară și mai fericită. Ca și voluntar, ar trebui să fii pregătit să îi împarți timpul cu ceilalți. Nu trebuie tot timpul să fie ceva semnificativ, câteodată poți doar să ascuți povestea cuiva sau să dai o mână de ajutor. Ajutând pe cei din jurul nostru, este benefic nu doar pentru cei pe care îi ajuți, ci și pentru tine. Ajungi să cunoști oameni noi, să descoperi noi abilități, îți mărești încrederea în tine, respectul propriu și îți aduce fericire. Poți începe cu gesturi mici, precum căratul cumpărăturilor unui vecin în vârstă sau activezi ca voluntar la un centru comunitar

sau într-o asociație. Audrey Hepburn a spus la un moment dat : "Pe măsură ce îmbătrânești, vei descoperi că ai două mâini – una pentru a te ajuta, cealaltă pentru a-i ajuta pe ceilalți. » Nu uita asta!

Te distrezi

Poate cea mai neștiută parte de cei mai mulți oameni este că voluntariatul nu este doar o muncă pentru care nu ești plătit ci, din contră, aici toate faptele tale sunt răsplătite prin zâmbete și amintiri care îți rămân o viață. Cu toții vrem să ne distrăm după o zi plină de activități care ne consumă energia. În organizațiile de voluntariat, distracția este nelipsită, deoarece oamenii au nevoie de un moment în care să se destindă, să uite de anumite probleme și să se simtă bine alături de cei care au ajuns să le fie prieteni.

În plus, distracția nu este doar atunci când are loc o petrecere. Puteți să vă simțiți bine și când faceți anumite proiecte împreună, pentru că de fiecare dată există o persoană în grup care este pusă pe glume și care destinde atmosfera de lucru. Puteți să vă distrați și plecând în afara țării, pentru că sunt o mulțime de organizații care oferă ocazia de a fi voluntar în străinătate.

Și încă un avantaj : petrecerile și mini-vacanțele în grup pe timp de vară sunt tot ce ți-ai putea dori. Un grătar în natură, o petrecere într-o pădure, un week-end la cineva acasă reprezintă modalități de a te distra și a-ți crea amintiri frumoase.

Lucrezi în echipă

Voluntariatul presupune lucrul cu oameni. Pe unii îi întâlnești în momentul în care devii voluntar, pe alții îi știi deja dinainte. Atunci când se conturează o idee a unui nou proiect, formarea unei echipe de lucru este primul pas. Fiecare membru are sarcinile bine stabilite, pe care le respectă și împreună cu restul echipei duc la bun sfârșit proiectul.

În prezent, în companiile multinaționale, se pune foarte mult accent pe lucrul în echipă. Cu această ocazie, ai șansa să te dezvolți personal, deoarece ai de îndeplinit anumite sarcini și trebuie să te organizezi în așa fel încât să respecti termenul limită. Ești mereu atent la etapele pe care trebuie să le parcurgi și la colegii tăi. Atunci când ai colegi pe care te poți baza și care îți vin în ajutor cu o idee

sau un sfat, poți spune că te afli într-o echipă !

Întâlnești oameni noi

Să fii voluntar înseamnă să ai abilități de comunicare foarte bune, să fii prietenos și tot timpul pregătit să cunoști persoane noi. Dar toate acestea se pot învăța și pe parcursul voluntariatului. E important să fii deschis către orice idee și orice tip de gândire, să interacționezi și să încerci să înveți de la fiecare om câte ceva.

Când ești voluntar, intri eventual într-un mediu multicultural sau multiethnic unde îți poți îmbogăți cultura generală, descoperind tradiții și obiceiuri diferite de cele natale.

Un alt avantaj al voluntariatului în ceea ce privește oamenii pe care îi cunoști, este acela că ai șansa de a forma o prietenie de durată cu unii dintre ei, prietenie care trece de granițe și care rezistă la mii de km distanță.

Îți creezi amintiri

Voluntariatul îți oferă mediul potrivit în care îți poți crea amintiri. Fie că lucrezi la un proiect și cineva face o glumă sau un anumit gest ca să vă amuze, fie că mergeți la o petrecere și vă distrați copios, toate aceste momente se transformă peste ceva timp în amintiri frumoase, care vor fi o parte a voluntariatului toată viața.

În plus, voluntariatul te provoacă din multe puncte de vedere, ajungând în situația în care îți înfrunți anumite temeri. Tocmai aceste momente, când ieși din zona de confort, îți lasă amprenta asupra vieții tale și îți oferă momente de neuitat. Ești pus în situația de a vorbi pentru prima dată în public, de a propune o idee de proiect, sau de a conduce o echipă. Toate aceste activități, prin prisma faptului că par dificile și crezi că nu o să le duci la bun sfârșit, îți rămân întipărite în minte, pentru că au reprezentat etape importante în activitatea ta de voluntar și în dezvoltarea ta personală.

Sursa:

<https://rovirtus.ro/9-motive-sa-devii-voluntar/>
Herzliche Grüße

Alexandra-G. Chiribes
EU Rechtsberaterin und EU Projektleiterin
Gutjahrstr. 10, 44287 Dortmund
Mobil 017660416253
Email: alexandrachiribes@gmail.com

„A FI x A FACE = A AVEA” - Lorand Soares Szasz, tânărul care vorbește despre educație pe înțelesul tuturor!

Prin intermediul doamnei Robina și a ziarului Vocea TA, ziarul Diasporei – ziar scris de români cu foarte mare dragoste pentru români, am reușit să vă îl aducem în prim-plan pe Lorand Soares Szasz, care ne oferă câteva informații esențiale: de ce este importantă educația și investiția în noi; cum putem obține succesul, ieșind din zona de confort și marele eveniment al lunii Aprilie – întâlnirea antreprenorilor de pretutindeni, eveniment organizat de doamna Robina, al cărui invitat special este chiar Lorand, tânărul care promovează educația prin cele mai ușoare mijloace, mijloace la îndemâna tuturor: cititul.

Raluca Păun (VT): Cine este Lorand? Fă-ți, te rog, o scurtă autodescriere (autocaracterizare) pentru cititorii noștri.

Din 2008 susțin cursuri și evenimente în toată lumea, dedicate antreprenorilor. Au participat la aceste cursuri și prezentări deja peste 200.000 de persoane, în sală, și peste 500.000 de on-line. Îmi place să călătoresc prin lume cu familia mea și îmi plac mașinile și în general “jucăriile” cu motor.

Raluca Păun (VT): Cum ți-ai găsit drumul care îți este atât de înfloritor? Cu ce te ocupi?

Lorand Soares Szasz: Antreprenoriatul și educația antreprenorială am descoperit-o întâmplător. Pe când aveam 24 de ani am fost angajat ca asistent pentru un business coach (antrenor de afaceri) în Portugalia. El a fost primul care m-a expus la această lume complet nouă pentru mine. Până atunci nu știam cu ce se mănâncă afacerile și nu știam nimic de



copiii, dar în momentul în care am intrat în lumea afacerilor, acolo m-am regăsit.

Raluca Păun (VT): În decursul carierei ai întâmpinat greutăți? Cum le-ai depășit? Ce/cine te-a ajutat? Care îți este principiul după care te ghidezi în afaceri?

Lorand Soares Szasz: Deși, din exterior, povestea mea poate să pară impresionantă, cum am ajuns de la grădinar în Porto la multimilionar în euro în România, adevărul e că acest parcurs a fost presărat cu dificultăți, eșecuri, falimente, pierderi financiare, emoționale și personale. Țin minte câteva momente cheie în care eram la un pas să mă opresc și să renunț la tot. În 2008 Decembrie, doar după șase luni de la întoarcerea noastră din Portugalia în România, investisem toți banii în afacerea mea și nu reușisem să semnez niciun contract. Eram tânăr, eram lipsit de experiență și foarte probabil și de credibilitate. Ajunsesem să nu mai avem bani de chirie și de mâncare. Asta, după ce eu promisesem soției mele că dacă vine cu mine în România, ea fiind portugheză, nu o să avem probleme financiare și nu o să mai trebuiască să lucreze niciodată. Probabil că

majoritatea oamenilor s-ar fi oprit în acel moment și ar fi căutat un loc de muncă sau s-ar fi întors în diasporă. Dar noi am mers mai departe. Am perseverat și a meritat. Am avut astfel de momente de mai multe ori în parcursul nostru și am convingerea că o să mai avem provocări. Este o utopie să ne dorim să nu avem provocări. Eu îmi doresc provocări. Îmi doresc provocări din ce-n-ce mai mari, pentru că înseamnă că progalez, nu stau pe loc. Problema e când provocările sunt aceleași an după an. Persoana care a fost alături de mine în fiecare moment și care m-a susținut necondiționat, chiar și atunci când cei din jur nu au crezut în mine sau visul meu, a fost și este soția mea. Ea a fost cea care m-a impulsionat și m-a ajutat să depășesc aceste momente grele, prin simplul fapt că avea încredere în mine și că era alături de mine. Un rol important au jucat și mentorii mei care în momente cheie au venit cu mesaje, mai mult sau mai puțin directe, care m-au ajutat să nu renunț. De exemplu, în Decembrie 2008, când eram pe punctul de a renunța, am găsit într-o carte a lui Brian Tracy un citat al lui George Bernard Shaw care spunea așa: “Oamenii de succes își încep succesul undeva majoritatea se opresc!

Nu renunța!”. Desigur că nu citatul în sine a avut o putere magică asupra mea, ci faptul că aveam o mentalitate puternică și eram orientat pe găsirea de soluții. Dar a fost încă o confirmare că ar trebui să perseverez în atingerea visului meu.

Raluca Păun (VT): Ce înseamnă succesul pentru tine? Care este cheia succesului tău?

Lorand Soares Szasz: Succesul pentru mine înseamnă realizarea progresivă a unor obiective mărețe. Când îmi propun ceva măreț și îl realizez, consider că am succes. Acel obiectiv măreț poate să fie să petrec 3 luni în concediu cu familia, să câștig 20.000 de euro pe lună, să fiu milionar, să trăiesc sănătos și să am energie până la 100 de ani sau orice altceva. De asta succesul e diferit pentru fiecare persoană, pentru că obiectivul este diferit. Dar, în esență, succesul este realizarea obiectivelor pe care ni le propunem. Cât despre cheia succesului, consider că există o formulă prin care putem să atingem succesul fiecare dintre noi. Aceasta formulă este: A FI x A FACE = A AVEA. Indiferent care este obiectivul tău măreț (A AVEA), ca să ajungi la acel obiectiv, să ai acel rezultat, e nevoie să faci anumite acțiuni (A FACE), iar pentru a ști ce și cum să faci ca să atingi un obiectiv, ai nevoie să înveți și să devii mai bun (A FI). Să luăm un exemplu simplu. Vrei să câștigi un maraton (A AVEA). Pentru a câștiga ai nevoie de pregătire fizică și mentală. Ai nevoie să faci antrenamente, să îți dezvolti mentalitatea și să îți pregătești corpul pentru a rezista și a câștiga (A FACE).

(continuare în pagina 6)

NOU

Cărți la minut

O poți asculta chiar acum pe platforma Upriserz!

Lorand Soares Szasz: Înainte de toate, sunt soț și tată. Împreună cu soția mea, Vânia, care e portugheză, avem o fetiță de 5 ani pe nume Melissa. Pe lângă aceste două roluri importante mai sunt fondatorul și CEO-ul Upriserz, cea mai mare platformă educațională pe bază de abonamente, pentru antreprenori și profesioniști din Europa de Est, sunt investitor în câteva firme și sunt pasionat de educație.

coaching. Șeful meu mi-a pus la dispoziție biblioteca lui și m-a trimis la cursuri de formare. Atunci s-a deschis o lume complet nouă în fața mea. De atunci am citit peste 700 de cărți și am investit sute de mii de euro în educația mea. Nu am visat de mic copil să fiu antreprenor sau educator. Am lucrat în multe locuri înainte. Am fost și grădinar, ajutor de bucătar, receptionist și am lucrat și într-un colegiu particular cu

(urmare din pagina 5)

Dar ca să știi cum să faci aceste lucruri ai nevoie să înveți, dacă se poate de la cineva care a câștigat deja un maraton și ai nevoie să devii un altfel de om (A FI). Dacă ne uităm la această formulă, putem să concluzionăm că cheia succesului este să:

- știm să definim corect obiectivul nostru (A AVEA);
- știm care sunt acțiunile care sunt necesare pentru a atinge un obiectiv (A FACE);
- știm ce să învățăm și cum să devenim pentru a putea face ce e necesar pentru atingerea obiectivului (A FI). Secretul este să ne concentrăm pe A FI, nu pe A AVEA sau a face. Suntem Fii între umane nu AVEnte umane. :)

Și de aici putem vedea care ar trebui să fie prioritatea noastră. Oamenii fac liste cu ce vor să obțină și to do list-uri, dar nu fac to be list-uri!

Raluca Păun (VT): Ce abilitate te-a condus spre succesul tău, abilitate ce stă în spatele a ceea ce te definește pe tine?

Lorand Soares Szasz: Succesul nu este dobândirea unei singure abilități. Este un șir lung de trăsături de caracter care ne ajută să obținem succesul. Enumăr câteva: perseverența, dedicarea, consecvența, dorința de a deveni mai bun și de a servi cât mai multe persoane prin produsele sau serviciile tale (dacă ești antreprenor) etc. Dacă ar fi totuși să aleg o singură abilitate care consider că m-a ajutat cel mai mult în viață, ar fi perseverența. Nu m-am dat bătut în momentele în care majoritatea ar fi renunțat. Asta mă caracterizează!

Raluca Păun (VT): În fața monitorului/ecranelor oamenii îl văd pe Lorand: un tânăr care vorbește despre educație pe înțelesul tuturor. Dar cine este în spate?

Lorand Soares Szasz: Eu nu știu tot și de aceea continui să învăț. Sunt antreprenor și am și eu provocările mele deși ajut zeci de mii de antreprenori să își administreze mai bine afacerea. Sunt tată și sunt

preocupat de educația pe care o dau mai departe fetiței noastre și cum îmi arăt dragostea față de ea. Sunt soț și lucrez zilnic la construirea unei relații durabile cu soția mea. Am fricile mele. Am frustrările mele. Am ieșirile mele, în care îmi pierd răbdare. Fac lucruri prostești uneori și greșesc mult. Sunt un om normal care este pasionat de a se educa și de a-i educa și pe ceilalți.

Raluca Păun (VT): Cum îți alegi echipa/oamenii cu care colaborezi?

Lorand Soares Szasz: Suntem atenți la trei aspecte.

A. Caracter. Vrem să ne asigurăm că persoana care vine să lucreze cu noi e pe aceeași lungime de undă cu noi. Are principii și valori care "se pupă" cu valorile firmei. Vrem să știm că educația face parte din viața lui/ei și că e dispus să învețe tot mai mult și la noi.

B. Experiența, cunoștințele sau atitudinea. Și am pus intenționat sau pentru ca nu toți oamenii pe care i-am angajat aveau

pe relații. Chiar dacă este o persoană minunată, după un timp ori noi ori ea, ori amândoi, o să ne frustrăm.

Raluca Păun (VT): Am interes că ai scris și cărți. Ne poți spune, te rog, titlurile?

Lorand Soares Szasz:

Am 6 cărți publicate până în acest moment: "De la grădinar la business coach"; "Drumul tău către succes"; "Primii 12 ani în propria ta afacere"; "Grăunțe pentru succes"; "Inspirație pe plus"; "On-line de simplu". Și acum lucrez la prima carte în engleză, despre educația financiară și încă o carte la care sunt co-autor despre vânzări. Ambele vor fi publicate în 2022.

Raluca Păun (VT): „Oamenii de succes caută circumstanțele potrivite; dacă nu le găsesc, atunci le creează.” – „spune” o frază cunoscută, ce ar trebui să fie un model de gândire pentru noi toți. Îmi poți da trei astfel de nume ale unor oameni de succes care te-au impresionat?



cunoștințe și experiență în piața muncii. Pe mulți dintre ei i-am format noi, dar au atitudine. Au acel drive (dorință) de a face mai mult, de a realiza, de a crește, de a contribui. Asta contează mult.

C. Potrivirea cu job-ul. Suntem foarte atenți să ne asigurăm că stilul de personalitate a candidatului se potrivește cu job-ul pentru care recrutăm. De exemplu: nu o să angajăm pe postul de contabilă o persoană care are nevoie mare de diversitate, îi place să preia inițiativa și să inventeze și care e orientată

Lorand Soares Szasz: Sunt mulți antreprenori și inovatori care mă inspiră, dar aleg să dau câteva exemple de antreprenori români care se încadrează perfect în această descriere: Frații Ștefan de la Autonom Rent-a-car, Frații Pavăl de la Dedeman, Daniel Metz de la NTT Data, Daniel Dineș de la UiPath și lista continuă. Din fericire, avem din ce-n-ce mai mulți antreprenori români care merită dați ca exemplu de bune practici!

Raluca Păun (VT): Ne poți recomanda, te rog, trei cărți: una de dezvoltare personală, una de



dezvoltare spirituală și una de business/ marketing, cărți pe care tu le găsești a fi neapărat citite sau a fi punctul de plecare pe calea miraculoasă a autodepășirii propriei condiții, prin citit?

Lorand Soares Szasz: "Lider fără funcție" - Robin Sharma și "De la grădinar la business coach" - Lorand Soares Szasz; "Puterea prezentului" - Eckhart Tolle; "Mitul întreprinzătorului" - Michael Gerber.

Raluca Păun (VT): În luna Aprilie vei veni în Germania pentru o conferință organizată de doamna Robina: întâlnirea antreprenorilor români din Europa. Vei fi invitat în calitate de business coach?

Lorand Soares Szasz: Sunt invitat în calitate de educator. Nu este eficient să faci coaching cu 200 de persoane într-o sală. Coaching-ul este un proces de unu la unu. La evenimentul din Germania aș dori să vin cu informații, care să-i ajute pe cei care au o firmă și pe cei care sunt angajați să câștige mai mult și să trăiască frumos!

Raluca Păun (VT): Ai o familie foarte frumoasă.

Cum reușești să menții echilibrul între afaceri și casă/familie?

Lorand Soares Szasz: E ca mersul pe bicicletă. Niciodată nu sunt 100% echilibrat. Uneori muncesc mult și lipsesc câteva zile de acasă, alteleori plec în concediu câte o lună cu familia. Tot timpul mă asigur că nu sunt prea înclinat într-o parte sau alta ca să nu cad. :)

Raluca Păun (VT): Un cuvânt de încheiere și un gând bun pentru cititorii noștri, te rog!

Lorand Soares Szasz: Un lucru pe care aș fi vrut să-l știți și să-l cred de la începutul carierei mele în diasporă: NU CONTEAZĂ DE UNDE VI, CONTEAZĂ ÎNCOTRO TE DUCI! Nu contează ce studii ai! Nu contează din ce familie vi! Nu contează unde te-ai născut! Nu contează ce ai făcut până acum și ce știi! Tot ce contează este ce o să faci de acum înainte! Nu te lăsa influențat de ce cred ceilalți și de etichetele pe care ți le pun! Nu permite ca judecata lor să devină realitatea ta! Luptă pentru ce îți dorești și fii perseverent când vor veni încercările!

Theodora-Raluca Păun (Vocea TA)



Relaxarea măsurilor anti Covid în Bavaria începând de joi, 17.02.2022

În **Bavaria** nu mai există restricții de contact pentru persoanele vaccinate și recuperate.

2G plus devine 2G, persoanele nevaccinate pot intra din nou în universități, săli de sport și alte zone cu un test negativ.

Iată noile reguli:

Stand: 18.02.2022

Restricțiile de contact existente pentru persoanele vaccinate și convalescente în mediul privat (anterior, maxim 10 persoane) vor fi eliminate.

Restricțiile de contact pentru persoanele nevaccinate rămân neschimbate.

2G plus devine în general 2G pentru:

- Sport și cultură (cu teatre, opere, săli de concerte, scene, cinematografe) pentru spectatori
- Evenimente publice și private în spații neprivatizate
- Târguri comerciale,

conferințe, congrese

• Obiecte ale Administrației Bavareze a Palatelor, Grădinilor și Lacurilor de Stat din Bavaria în interior

• Facilități de recreere (inclusiv tururi în interior, peșteri de spectacol și mine pentru vizitatori, locuri de joacă în interior, săli de jocuri și bănci, case de pariuri)

3G în loc de 2G

Următoarele zone vor fi accesibile în condiții 3G:

• Propria activitate fizică activă (inclusiv antrenament sportiv practic)

• Sectorul educației cu instituții de învățământ superior, formare profesională, formare continuă și perfecționare, educație extracurriculară și școli de muzică

- Biblioteci și arhive
- Muze, expoziții
- Săli de sport, solarii
- Participare activă proprie în

ansambluri de amatori (de exemplu, orchestră de suflat, teatru de amatori)

Începând de joi, 17.02., persoanele nevaccinate vor avea din nou acces la viața publică, dacă prezintă un test negativ.

În cazul comerțului cu amănuntul, al prestărilor de servicii și al activităților artistice, nu se mai aplică limita anterioară de un client/10 m² / spațiu comercial.

Obligația privind purtarea măștii de protecție de tip FFP2 rămâne în vigoare.

Se ridică limitele pentru capacitatea exterioară existentă pentru grădinile zoologice și botanice, monumentele comemorative, parcurile tematice, bărcile de excursie neprogramate și tururile ghidate.

Obligația de a colecta date de contact va fi eliminată, la fel ca și obligația anterioară de a vinde numai bilete personalizate la evenimentele sportive și culturale majore.



Copiii și adolescenții cu vârsta sub 18 ani

O noutate în Bavaria este așa-numita clauză generală pentru tineri: conform acesteia, elevii minori care sunt testați în mod regulat la școală vor avea acces la viața socială.

Timp de luni de zile, nu li s-a permis să viziteze sau să folosească anumite zone 2G, de exemplu cinematografele sau teatrele.

Sportul, muzica și actoria

sunt din nou posibile de ceva timp pentru tinerii nevaccinați.

Numărul maxim de spectatori va fi majorat la 25000 (față de 15.000 anterior), în special pentru evenimente culturale și sportive (de exemplu, meciuri din Bundesliga).

Limitele actuale de capacitate (50%, 75% în sectorul cultural) rămân neschimbate.

Obligația purtării măștii de protecție de tip FFP2 continuă să se aplice.

Laura Cozma



De la 1 martie, contractele nu mai pot fi reînnoite automat fără un preaviz de o lună.

În prezent, contractele pot fi reziliate numai cu un preaviz de 3 luni.

Acest termen a fost scurtat. Începând cu 01.03.2022, contractele pentru o obligație continuă pot fi reziliate cu o perioadă de preaviz de cel mult o lună înainte de expirarea duratei prevăzute a contractului.

Notă importantă

În cazul în care contractele au fost încheiate înainte de 1 martie 2022, se aplică în continuare vechea regulă conform căreia este legală o prelungire automată a contractului de până la 1 an. Consumatorii ar trebui să rezilieze contractele vechi în timp util pentru a evita reînnoirea acestora.

În cazul contractelor de telecomunicații, modificarea s-a aplicat deja de la 1 decembrie 2021 pentru contractele noi și cele existente.

Contractele de furnizare a energiei electrice și a gazelor naturale trebuie să fie încheiate în formă de text. În conformitate cu articolul 41 alin. 1 S. 1 EnWG, încheierea contractului este, de asemenea, permisă per:

- E-mail
- SMS
- Fax sau scrisoare

Contractele încheiate exclusiv prin telefon nu sunt valabile până când nu vor fi confirmate în scris.

Regulile jocului Eurojackpot se schimbă

MODIFICĂRI/SCHIMBĂRI ÎN MARTIE 2022 ÎN GERMANIA

Legea privind contractele echitabile ale consumatorilor

Joci la loterie? Atunci această știre ar putea fi relevantă pentru tine.

Pe lângă tragerea la sorți obișnuită de vineri, va fi introdusă o altă tragere la sorți de marți, 25 martie 2022.

Acum puteți câștiga un total de 120 de milioane de euro la jackpot, în loc de 90 de milioane de euro.

Formula de joc (5 din 50 și 2 din 10) este schimbată în 5 din 50 și 2 din 12, astfel încât probabilitatea de câștig scade.

Plăcuța de înmatriculare verde pentru scutere

Cine conduce un moped, un scuter, un e-scooter sau un S-pedelec de până la 50 de metri cubi, începând cu 1 martie 2022 va avea nevoie de o plăcuță de înmatriculare verde.

Dacă aveți încă o plăcuță de înmatriculare albastră, vehiculul dumneavoastră nu va mai fi asigurat în traficul rutier.

Vaccinarea obligatorie în unități

Deși se vorbește adesea doar despre vaccinarea obligatorie a personalului medical, vor fi afectate și cabinetele medicale și stomatologice, clinicile de zi și centrele de dializă.

Angajații sunt obligați să furnizeze dovada adecvată și anume fie dovada vaccinării, fie dovada recuperării sau un certificat medical din care reiese că nu este posibilă vaccinarea împotriva virusului Covid-19.

Legea ar trebui să intre în vigoare până la 15 martie 2022.

Trecerea la ora de vară

Pe 27 martie (duminică), ceasurile trebuie să fie date înainte.

Ca-n fiecare an, schimbarea are loc în ultima duminică din martie, când ora 03:00 va deveni ora 04:00.

Asta înseamnă o oră de somn mai puțin. Ora de vară se aplică în mod uniform în toate statele membre europene.

Bonusul Corona

Angajații din serviciul public al landurilor federale vor primi un bonus Corona în valoare de 1.300 de euro, scutit de taxe și impozite (cu excepția landului Hessen).

Stagiarii și studenții vor primi 650 de euro. Sindicatele și angajatorii au ajuns la un acord în acest sens în noiembrie 2021.

Acest lucru este valabil, de exemplu, pentru angajații din autoritățile de stat, spitalele universitare, școlile, centrele de îngrijire de zi, poliția și pompierii, precum și pentru serviciile de întreținere a drumurilor și companiile de gestionare a deșeurilor.

Până la 31 martie, angajații din serviciul public pot primi în continuare acest bonus fără să fie impozitat.

Relaxarea măsurilor anti Covid-19

Având în vedere scăderea numărului de infecții și varianta mai ușoară de omicron, va intra în vigoare relaxarea treptată a măsurilor anti-Covid în martie 2022:

Din 4 martie

Regula 3G (persoane vaccinate, recuperate și persoanele nevaccinate cu un test zilnic) pentru industria de catering.

Același lucru ar trebui să se aplice și în cazul ofertelor de cazare (hoteluri).

Discotecile și cluburile pot fi redeschise cu regula 2G plus (persoanele recuperate și vaccinate cu un test actualizat zilnic sau cu a treia vaccinare).

2G plus se aplică și în cazul evenimentelor majore

• În cazul evenimentelor în sală, este permisă o ocuparea maximă a 60 % din capacitatea maximă respectivă (numărul de spectatori nu poate depăși 6 000).

• În cazul evenimentelor în aer liber, este permisă ocuparea maximă a 75 % din capacitatea maximă respectivă (numărul de spectatori nu poate depăși 25 000).

Din 18 martie

Regulile de admitere în comerțul cu amănuntul vor fi eliminate. Regula 2G va fi anulată.

La nivel național, toate persoanele au acces liber și vor fi ridicate controalele la intrarea în magazine.

Este recomandată purtarea măștii de protecție de tip FFP2.

Întâlnirile private pentru persoanele vaccinate și recuperate sunt din nou permise "fără limitarea numărului de participanți".

Pentru persoanele nevaccinate, restricțiile actuale vor rămâne în vigoare până la 19 martie 2022.

Din 20 martie

Se renunță la toate măsurile restrictive mai aspre

Munca la domiciliu nu mai este obligatorie (Home Office).

Angajatorii pot continua să le ofere angajaților posibilitatea de a lucra în Home Office.

Măștile de protecție trebuie purtate în continuare, în special în interior și în mijloacele de transport în comun.

Începând cu luna martie, în grădină este interzisă orice tăiere extensivă a gardurilor vii și a copacilor

Dacă vrei să-ți tunzi gardurile vii și să tai copacii, trebuie să te grăbești.

Sezonul închis începe pe 1 martie și durează până la sfârșitul lunii septembrie.

Conform Legii federale de conservare a naturii, tăierea gardurilor vii și a copacilor fără motiv este interzisă din martie.

Copacii și arbuștii oferă un habitat pentru multe animale sălbatice în această perioadă.

Cei care încă mai pun mâna pe foarfeca de tuns gardul viu riscă o amendă consistentă. Contravenția administrativă poate fi sancționată cu până la 10.000 de euro.

Laura Cozma

De Ziua Națională Constantin Brâncuși

A fost sărbătorită ZIUA NAȚIONALĂ CONSTANTIN BRÂNCUȘI - unul dintre cei mai mari sculptori ai secolului XX, fiind omagiat, an de an, la aniversarea nașterii sale, 19 februarie, printr-o zi dedicată, marcată la nivel național începând din anul 2016.

De ziua ta, Maestre,

Te așteptăm la MASA TĂCERII și cu toții ne-am așezat gândind la cel mai mare sculptor al secolului XX, cum lucrând piatra ai descoperit spiritul ei și ai urmărit gândurile materialului din care ai lucrat. Ai fost într-o armonie perfectă. Ai scos la lumină esența materiei cu daltă fermecată, zămislită din sufletul românesc, ai însuflit dorurile sculptându-le cu migală. Rădăcinile adânci ale operei se găsesc în tradițiile și miturile românești.

Aici la MASA TĂCERII auzim piatra grăind cugetările dăltuite cu grijă.

Din când în când, răzbate prin timp sunetul lovirii de daltă, ca un plâns de durere. Durerea dorurilor dusă pentru locurile natale, de care ai fost nevoit să te depărtezi.

Alături e CUMINȚENIA PĂMÂNTULUI, o femeie ghemuită acoperită de valuri misterioase, ce vin de undeva din începuturi.

Scaunele în formă de clepsidră mai măsoară timpul încă. Contemplăm eternul feminin. Undeva, într-un loc mai retras o RUGĂCIUNE, o femeie pătrunsă de smerenie profundă și evlavie se reculege în genunchi.

Privim la POARTA SĂRUTULUI, o poartă care face trecerea spre o altă viață. Motivul sărutului e prezent pe stâlpul porții, iubirea coboară în inimi.

Și după moarte iubirea rămâne. Lângă POARTA SĂRUTULUI o distingem pe DOMNIȘOARA POGANY, învăluită de dragoste și pasiune, de o iubire

nemărginită privind spre COLOANA INFINITULUI, aflată în depărtare. Privim și noi într-acolo. Un stâlp către cer, parcă sprijină bolta; o coloană fără sfârșit ce duce spre veșnicie. Zărim, îndreptându-se spre nemărginirea coloanei, PASĂREA MĂIASTRĂ cu cântecul său nepământeț, ce fâlfâie din aripile sale și poposind pe ultima cioplitură a scris pe cer cu litere tricolore CONSTANTIN BRÂNCUȘI.

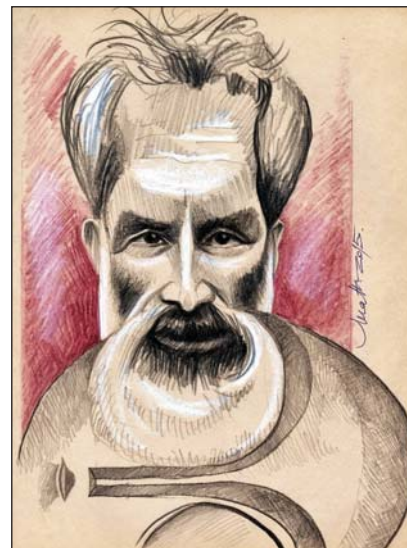
Prin sculpturile sale din categoria Păsărilor, susține că întotdeauna a căutat esența zborului. Un zbor spre nemurire.

Când spunem Brâncuși ne putem gândi la artă, esență, înțelepciune, lumină, spațiu.

A simțit „ritmurile universale” în „piatră, în blocul ei mut”.

A realizat opere valoroase pline de semnificații.

A creat pentru a încânta și bucura oamenii.



(Autor: Silvia Hodaș - din Codăești, județul Vaslui; grafică: Eduard Mattes - din Israel, ambii fiind membrii LSR - Filiala Iași - Nord Est)

Büffelbrunnen (cunoscut azi sub numele de Costinești) - 17 mai 1937



Fotografia este realizată cu trei ani înainte de plecarea masivă a germanilor din Dobrogea, după ce colonizaseră și după ce realizaseră minuni în aceste locuri, veți vedea - inclusiv plantațiile de vie de la Murfatlar, vreme de aproape un secol. Poate că aceste amănunte vor putea face ca istoria (mai ales postbelică) a Dobrogei să fie privită cu alți ochi. Dar să revenim la Büffelbrunnen, adică la Costinești. Ar fi interesant de aflat scopul realizării acestei serii de fotografii - simpla curiozitate nu pare a fi o justificare convingătoare. Să se fi pus la cale planul repatrierii germanilor cu trei ani înainte? În perioada 1840-1940 satul Costinești a fost populat și de așa numiții germani dobrogeni, localitatea purtând, în limba acestora, denumirea de Büffelbrunnen (în română „Fântâna Bivolilor”). După cum putem citi în Wikipedia, de unde am preluat acest text extraordinar (cu convingerea că puțini au știut/știu aceste amănunte ce țin de istoria României), numele de „Costinești” l-a luat de la Emil Costinescu (latifundiar și om politic la sfârșitul secolului al XIX-lea).

Germanii dobrogeni (în germană Dobrudscha-Deutsche) au fost o populație germană stabilă, pentru mai mult de 100 de ani, în Dobrogea. Colonizarea lor a început în jurul anului 1840, majoritatea acestora

părăsind teritoriul dobrogean în anul 1940. Germanii dobrogeni au fost singurul grup etnic german de pe teritoriul României care nu s-au așezat pe aceste pământuri venind direct din Germania, ci din alt spațiu colonizat de germani, și anume din Basarabia și Rusia de Sud. De asemenea, au fost singura populație germană care a trăit vreodată sub directa stăpânire otomană (până în 1878 Dobrogea a fost o componentă integrală a acestui stat).

La 22 iulie 1763, Ecaterina a II-a a Rusiei a semnat un manifest, invitând germanii să emigreze și să lucreze pământul în Rusia, asigurându-i că își pot păstra limba și cultura. În anii 1803-1804, până către 1812, au venit în special coloniști din sudul Germaniei și din zona renană. [1] Prin Tratatul de la București din 1812, care pune capăt războiului ruso-turc dintre 1806-1812, partea de răsărit a Moldovei a fost cedată de Imperiul Otoman Imperiului Rus, care a anexat-o și i-a dat denumirea de Basarabia. Țarul Alexandru I al Rusiei a chemat coloniști germani care s-au instalat în Basarabia în perioada 1814-1824. Acești coloniști veneau din sudul Germaniei, dar și din nord-est, Mecklenburg, Pomerania și Ducatul Varșoviei, și au înființat mai multe sate în Basarabia. Țarul i-a atras promițându-le libertate de organizare, libertate religioasă, scutire de serviciul militar și

scutire fiscală timp de zece ani. Spre sfârșitul secolului al XIX-lea s-a introdus serviciul militar obligatoriu și pentru germanii din Basarabia și s-a încercat rusificarea lor. Nemulțumiți de noua situație, dar și de faptul că nu le mai ajungea pământul pentru copiii lor, mulți au decis să plece în Dobrogea.

Migrarea germanilor către Dobrogea, s-a făcut în trei faze:

- primul val: 1841 - 1856
- al doilea val: 1873 - 1883
- al treilea val: 1890 - 1891

Primii coloniști germani din Rusia s-au strămutat în Dobrogea în perioada 1841-1856. Erau familii de țărani germani basarabeni, din Basarabia și de germani transnistreni din regiunea Cherson, plecați din locurile de origină din motive economice. După 30 de ani au început să vină și emigranți originari din provincia sud-germană Suabia. Întrucât Dobrogea era provincie a Imperiului Otoman, colonizarea imigranților germani s-a făcut după legile otomane. Au fost singurii germani de pe teritoriul Imperiului Otoman. Au contribuit la dezvoltarea economică a Dobrogei. În urma Congresului de Pace de la Berlin, din iulie 1878, prin care s-a recunoscut independența României, Dobrogea a intrat în componența României. Ca urmare, până în 1885, mulți turci au părăsit România, și Dobrogea a suferit o relativă depopulare. România a încercat să repopuleze unele zone cu populație de origine germană. Până în anul 1878, cât timp Dobrogea a făcut parte din Imperiul Otoman, așezările întemeiate de germani s-au bucurat de autonomie administrativă fiind conduse de primari aleși din rândul comunității germane, singura obligație fiind cea a de plăti la timp impozitele. După intrarea Dobrogei sub administrație românească, în majoritatea satelor locuite de germani au fost numiți primari români și au fost în proprietate cu terenuri veterani ai Războiului de Independență din 1877-1878.

Comunitatea germană din Dobrogea a fost din nou afectată în timpul Primului Război Mondial, când, la fel cu toți germanii din Regatul României, erau considerați potențiali inamici. A fost interzisă folosirea limbii germane în locuri publice, mulți bărbați au fost puși sub arest la domiciliu, au fost rechiziționate animale și mijloace de transport iar unele așezări au fost distruse în timpul luptelor purtate între trupele românești și cele bulgare, care invadaseră Dobrogea.

Germanii dobrogeni trăiau în special din agricultură. Existau și meșteșuguri (morari, rotari) cu meserii legate direct de agricultură. De exemplu, în Cogeaalac se aflau, în proprietatea unor germani, moara de ulei (Rösler), vopsitoria (Görres), lăptăria (Heim), ateliere de fierari (W. Gallert, Johann Körner, K. Walter), de tâmplari

(Chr. Reihard, Adolf Körner), de croitorie (Dora Heil, Riecke Muster, Chr. König).

Cel mai mare sat catolic era Karamurat (azi Mihail Kogălniceanu). Cel mai important centru protestant era Atmadscha (azi Atmagea), în apropiere de Tschukurova (azi Ciucurova). O altă localitate, Büffelbrunnen (Fântâna bivolului) (azi Costinești), era și un loc unde își petreceau vacanțele sașii transilvăneni. La Murfatlar au fost înființate vii care rodesc și în prezent. Alte localități au fost Tariverde, Fachria (azi Făclia), Kobadin (azi Cobadin), Sarighiol (azi Albești), Groß Pallas (azi Palazu Mare), Cogeaalac și Malkotsch (azi Malcoci), localități existente și astăzi, precum și satul Kolelie (ulterior Colelia), care a dispărut. (Atmagea, Ciucurova, Malcoci sunt toponime turcece.)

Sursa: Georg Lorenz

Cronicile germane



Der kürzeste Weg zwischen zwei Menschen ist ein Lächeln. (Chinesisches Sprichwort) – Drumul cel mai scurt dintre doi oameni este „zâmbetul”.

Reich sind nur die, die wahre Freunde haben. (Thomas Fuller) – Bogați sunt aceia care au prieteni adevărați.

Wie geht's dir? - wenn dich heute jemand fragt, wie es dir geht, denke einmal bewusst über diese Frage nach. Wie geht es dir eigentlich heute? Gibt es etwas, das dich bedrückt? – dacă cineva vă întreabă azi cum sunteți, gândiți-vă conștient la această întrebare. Cum ești azi, de fapt? Este ceva care te poate deprima?

Wer sehen will, muss die Augen schliessen. (Paul Gauguin) – Cine vrea să vadă, trebuie să închidă ochii.

Păun Theodora-Raluca (Sursa: Traducere din „Ein Dankeschön für dich“)

Asociația Militarilor Veterani și Veteranilor cu Dizabilități "Sf. Mare Mucenic Dimitrie-Izvorătorul de Mir" (A.M.V.V.D)

Asociația Militarilor Veterani și Veteranilor cu Dizabilități "Sf. Mare Mucenic Dimitrie-Izvorătorul de Mir" (A.M.V.V.D) a fost înființată în anul 2013 și a fost recunoscută ca fiind utilitate publică prin Hotărârea Guvernului Nr. 531/2017.

În prezent, la nivel național, asociația deține 42 de sucursale în țară și 4 în diaspora, un total de 46 de sucursale cu 45.500 de membri.

Scopul A.M.V.V.D. este de a construi un Centru de Recuperare și Refacere (CRRV - AMVVD) la standardele europene, de a acorda sprijin membrilor asociației, persoanelor cu probleme medicale și sociale deosebite, veteranilor și veteranilor cu dizabilități, activi, în rezervă sau retragere, indiferent de grad și funcție, precum și membrilor familiilor acestora și urmașilor celor decedați: soț, soție, copii.

Pentru realizarea scopului stabilit, asociația își propune realizarea următoarelor obiective:

- Promovarea spiritului de solidaritate și înțelegere umană, precum și a coeziunii de grup atât în rândul personalului activ cât și relaționarea cu societatea civilă;
- Atragerea fondurilor necesare

sprijinirii persoanelor cu probleme medicale și sociale deosebite;

- Organizarea de cursuri, simpozioane, mese rotunde, spectacole artistice și concursuri pe diferite teme în scopul strângerii de fonduri;

- Întreținerea de relații cu publicul și grupul țintă în sfera puterii, a legislativului și administrației la nivel central sau local precum și în sfera audio-vizualului și presei scrise cu privire la nevoile și problemele cu care se confruntă persoanele din rândul militarilor veterani și veteranilor în activitate, pensionați, în rezervă sau retragere, precum și membrilor familiilor acestora, în vederea conștientizării opiniei publice asupra acestora;

- Promovarea ideii de implicare, responsabilitate și voluntariat în comunitate, susținerea ideii de solidaritate umană și ajutorare a persoanelor din rândul militarilor veterani și veteranilor în activitate, pensionați, în rezervă sau retragere, precum și a membrilor familiilor acestora, cu colectare de fonduri și donații;

- Implicare în elaborarea proiectelor de acte normative care privesc sistemul asigurărilor de sănătate din România: prin înaintarea de memorii, proiecte de lege, colaborare cu O.N.G.-uri cu domeniu de



activitate asemănător;

- Colaborarea și organizarea de schimburi de experiență cu organizații similare din țară și străinătate;

- Colaborarea cu persoane fizice și juridice din țară și din străinătate pentru realizarea obiectivelor și îndeplinirea misiunii;

- Cunoașterea și promovarea standardelor sociale și sanitare ale Uniunii Europene având ca țel atingerea acestora în cel mai scurt timp;

- Mediatizarea cazurilor dificile soluționate cu ajutorul Asociației sau al altor organizații similare.

De a lungul anilor, A.M.V.V.D. a desfășurat mai multe activități socio-culturale pentru militarii români și nu

numai. Activitățile au constat în:

- Donare de alimente, încălțăminte, îmbrăcăminte centrelor de copii și bătrâni;
- Participarea și organizarea evenimentelor în scop de înțelegere;
- Activități în pragul sărbătorilor;
- Participarea la comemorarea eroilor căzuți în Teatrele de Operații.

Noi, Asociația Militarilor Veterani și Veteranilor cu Dizabilități, ne dorim să deschidem cât putem de repede acest Centru de Recuperare și Refacere pentru Veterani. Cu ajutorul lui Dumnezeu și cu ajutorul dumneavoastră vom reuși!

Asociația Militarilor Veterani și Veteranilor cu Dizabilități "Sf. Mare Mucenic Dimitrie-Izvorătorul de Mir" (A.M.V.V.D)

TRECE LEBĂDA PE APE... Elena Cesar von Sachse



Duhhh... Ce-o fi un duh?... Vei vedea, draga mea.

În întunericul nopții, doar Luna își împrăștia razele argintii peste lacul unde o lebedă plutea pe suprafața ei, într-o unduire lină. Altminteri, totul părea nemișcat. De undeva din îndepărtata pădure se auzea o melodie, ce aluneca aidoma unei mângâieri printre crengile copacilor seculari.

În atmosfera de vrajă ce se simțea de jur-împrejur apărură niște luminițe colorate, ca de licurici, ce se mișcau rapid în jurul apei, ca în final să se așeze pe iarba mătăsoasă a poienitei.

În momentul în care lebedă ajunsese la mal, se transformă într-o zână minunată, iar stelutele zburătoare luară chipul unor spiriduși mititei.

Unul dintre ei spuse:

- Zână a Viselor Frumoase, Duhul Viselor Urâte vrea să-ți vorbească. Noi am încercat să-l oprim, căci nimeni nu are nevoie de vise urâte. Cu atât mai mult copiii.

- Așa este, dar corect ar fi să aflăm ce vrea să-mi spună, le răspunse Zâna.

În acel moment apărură încă

trei luminițe rapide și zgometoase. Văj, văj, văj, se auzi scurt. Apoi se lăsă o tăcere desăvârșită.

- Spiriduși, unde sunteți? Arătați-vă, nu mai faceți pe misterioși! - îi strigă Luna de pe cer.

- Aici - se auzi răspunsul întârziat, apărând fiecare într-un foc de artificii, în hohote de râs și veselie.

- De ce ați întârziat? - îi întrebă Zâna Viselor Frumoase?

- L-am păcălit pe Duhul Viselor Urâte.

- Cum?

- L-am închis într-un butoi cu vin - răspunse spiridușul Ștrengărel.

- Ne-am gândit că, dacă se îmbată, renunță să te caute. Nu de alta, însă de la el nu mă aștept la nimic bun - explică spiridușul Veselie, într-un hohot de râs.

- Cică vrea să ajungă la o înțelegere - adăugă Ghidușel, cel de-al treilea spiriduș, învârtindu-se într-un picior, ca un neastâmpărat.

- Nu face el ce vrea. Suntem cu tine, Zâno! - o asigură Ștrengărel, încercând să fie foarte

serios.

Fălfăitul unor aripi îi anunță pe toți că vor avea musafiri.

- Ce să spun, bine l-ați mai închis. Vine Duhul! Ascundeți-vă, să auzim ce gânduri are - le șopti Luna.

Duhul luase chipul unei pasări cu pene negre și aripi mari ce lăsa în urma sa un abur întunecat. Se roti deasupra lacului, cercetând mai întâi de jur-împrejur.

- Ce-mi văd ochii? - se miră el. - În loc de o lebedă, văd o duzină. Cred că mi se trage de la vin.

Convins că pe lac nu e decât o lebedă, întrebă:

- Tu ești, Zâno?

- Nu! - răspunse Ghidușel.

Pe loc, toate lebedele luară chipuri de spiriduși.

- Vrem să știm ce vrei cu ea?

- Nu-i treaba voastră! - se dezmetici Duhul pe dată.

- Asta să o crezi tu!

Și se porni o păruială de zile mari. Fiecare își folosi îndemânarea și fantezia ca să încerce să-l facă praf pe nedorit.

- Spiriduși, ați înnebunit?! Lăsați-mă în pace! Zâno, Lună, scăpați-mă de ei! - răcni Duhul.

- Opreți-vă, prieteni! - îi rugă Zâna pe atacatori. - De ce mă cauți? - îl întrebă apoi pe noul venit

- Vreau să închei cu tine o înțelegere. Desigur, și cu tine, Luno, căci tu ești Regina Noptii și a Viselor.

- Să auzim ce vrei! - spuse Luna, clipind din ochii neîncetătoare.

- Deși spiridușii vor să mă țin departe de voi, menirea mea e să le amintesc oamenilor că viața are și momente mai întunecate. Numai așa vor putea înțelege importanța unui vis frumos, la urma urmei. Și, în fond, nu există lumină fără întuneric și nici frumos fără urât. Așa că, poți să

mă crezi pe cuvânt: fără mine, nici tu nu ești.

O clipă Zâna căzu pe gânduri...

- Ai dreptate! - răspunse ea apoi, transformându-se din nou în lebedă și îndepărtându-se lin pe apă.

- Atunci de unde vine atâta împotrivire?! Ajutoarele tale, au făcut din fântâr, armăsar - strigă Duhul în urma ei.

- Eu m-am împotrivit, nu altcineva. Nu vreau să intri în visele copiilor - spuse Luna, retrăgându-se și ea în nemărginirea cerului de vară, și lăsând în urma ei doar un voal subțire, aparținând unui nor răătăcit.

Spiridușii dispărură și ei, cum veniseră, într-un vârtej prelung, în timp ce Duhul Viselor Urâte striga în urma lor:

- Nu întotdeauna ceea ce ne sperie, e un coșmar.

Stătu puțin pe gânduri și spuse nemulțumit:

- Oare de ce fug toți de mine? Chiar că nu-i înțeleg. În felul meu și eu vreau să fac tot bine...

- Bunico, eu nu am avut niciodată vise urâte.

- Mă bucur, draga mea. Asta însemna că te ocrotesc Zâna Viselor Frumoase și Regina Lună. Copiii au suflete curate și vise frumoase. Visele urâte se strecoară și ele uneori, dar numai pentru scurt timp. Dar acum urmează povestea literei E.

Bătrâna desenă cu bețișorul ei următoarea literă.

- Parcă seamănă cu un pieptene stricat căruia i-au rămas doar trei dinți - se amuză Ana.

Sursă foto: pixabay

Cartea lunii

„Monștrii cu bot de catifea” de Simonei Poclid este, cred, cel mai puternic roman al unui autor tânăr (și nu numai) publicat în 2020. Simona Poclid mai are destul până să împlinescă trei decenii de viață (indelicatetea de a preciza vârsta vrea aici să fie o expresie a uimirii elogioase față de forța ei de exprimare narativă) și este deja la a treia carte. (Christian Crăciun)



Theodora-Raluca Păun

ÎNCEPÂND DIN LUNA MARTIE, „VOCEA TA” ARE O NOUĂ RUBRICĂ: De la suflet la suflet

Invitatul nostru permanent este doamna Daniela Mihaela Cucu. Dumneai este psiholog clinician principal la Centrul de Sănătate Mintală Copii Botoșani, cu experiență profesională ca psiholog de 26 de ani.

Dacă și dvs. aveți întrebări pe care doriți să le adresați prietenii noastre, vă aștept să mă contactați pe adresa de E-Mail oanaroxanagherasim3@gmail.com. Vă asigur de confidențialitate, precum și de calitatea răspunsurilor pe care le veți primi.

Roxana Gherasim: În afară de regulile de protecție Covid 19, ce alte măsuri de autoprotecție trebuie să adoptăm? Este gândirea pozitivă antidot împotriva îmbolnăvirii/trecerii prin boală?

Daniela Mihaela Cucu: Da, bine punctat. Gândirea în armonie cu Universul o practic zilnic, îmi dă energie. Apoi mersul pe jos prin aer curat e o sursă ieftină și sigură de energie. Măncarea

sănătoasă e cel mai bun medicament. Mie îmi place să-mi prepar singură mâncarea acasă. Ador legumele, dar cel mai mult îmi plac scrijelele (cartofii copti la plită sau pe tigaia încinsă).

R.G.: Cum să depășim durerea pierderii cuiva drag care a trecut prin aceasta boala și care a pierdut lupta cu viața? Care sunt etapele prin care trebuie să trecem în urma unei pierderi?

D.M.C.: Eu mi-am pierdut primul copil imediat după naștere. Atunci am simțit că am murit și eu. Eram paralizată emoțional de durere. Un an mi-a trebuit să fac primii pași cu adevărat spre vindecare. Pierderea unei persoane dragi este o particularitate a adaptării la durere și suferință în general. Cu cât avem sprijin din partea altor persoane dragi, ne vom adapta mai ușor la pierderea suferită. Cei care au pierdut pe cineva drag și nu pot depăși momentul se pot adresa la un psihoterapeut. Bineînțeles că și familia, și

prietenii, și nu în ultimul rând Dumnezeu ajută, dar de multe ori este nevoie de un consult de specialitate. Omul se ferește de multe ori, dar nu este bine. Ești perfect normal dacă te adresezi în astfel de momente unor persoane competente în soluționarea problemei cu care te confrunți.

Cât despre etape, da. Ai precizat foarte bine. Este necesar să parcurgem în ordine etapele. Doar așa vom trece mai ușor și mai sănătos peste durerea suferită.

Mai întâi este NEGAREA: „De ce mi se întâmplă mie?”

Apoi ACCEPTAREA: „Asta s-a întâmplat.”

Urmează ACȚIUNEA: „Ce pot să fac acum?”

În urma unei pierderi ne maturizăm, devenim mai înțelepți. De fiecare dată când mi se întâmplă ceva rău, după ce fac față situației dificile, îmi spun: „Ce am învățat din asta?” Eu cred că totul este posibil. Doar că imposibilul ia mai mult timp.



R.G. Recomandă o carte în domeniul pentru cei care doresc să afle mai multe despre trauma pierderii cuiva drag.

D.M.C. Am să mă opresc la a numi „Psihologia pierderii și terapia durerii”, scrisă de Iolanda Mitrofan și Doru Buzducea.

Oana-Roxana Gherasim

SFATUL PSIHOLOGULUI

Explicațiile psihologului Andra Tănăsescu: Principiul repetiției – de ce repetăm aceleași tipare?



Principiul repetiției sau compulsiunea la repetiție are două perspective: (1) psihopatologia, care reprezintă procesul inconștient, prin care persoana se plasează activ în situații neplăcute, repetând astfel experiențe vechi, fără a-și aminti de prototipul lor și (2) psihanaliza - desemnează existența unui „simptom” care, practic, devin fenomene de repetiție. Simptomul reproduce, mai mult sau mai puțin deghizat, anumite elemente ale unui conflict din trecutul individului.

În opinia psihologului Andra Tănăsescu, vicepreședinte al Institutului de Neuro-Programare Lingvistică (INLPSI), putem înțelege, deci, că principiul repetiției se referă la faptul că suntem ghidați, conștient sau inconștient, să retranscriem aceleași scenarii vechi, pe care le cunoaștem deja și care ne produc o plăcere imediată, prin simplul fapt că ne mențin în zona de confort.

„Asta nu înseamnă că suntem masochiști când alegem aceleași tipare toxice pentru relațiile noastre sau alte situații

din viața noastră. Principiul repetiției face referire la o nevoie neuronală profundă, o nevoie a creierului nostru, de face un minim de efort în acțiunile de zi cu zi. Din acest motiv, ne va ghida să alegem ceea ce ne este deja cunoscut, pentru e nu fi nevoiți să căutăm moduri noi de reacție la ceva nou, diferit. Iar asta, indirect, se traduce în plăcere imediată, pentru că lipsa de efort, de schimbare și familiarul în sine sunt o parte percepută ca fiind plăcută. Deci, dacă te-ai surprins vreodată întrebându-te „Cum am ajuns iarăși aici? Nu am învățat nimic?!”, îți pot spune că da, poate ai înțeles rațional lecția însă nu ai integrat-o emoțional și nu ai făcut nimic să „cureți” locul în care a fost gândul sau emoția care te tot aduce înapoi la același tipar”, explică psihologul Andra Tănăsescu.

Principiul plăcerii/neplăcerii

Mai mult decât atât, specialistul consideră că prin plăcere

înțelegem satisfacerea unei nevoi, iar acest principiu vizează funcționarea mentală în sensul că ansamblul activității psihice are ca scop să evite neplăcerea și să procure plăcerea. „Pentru că „neplăcerea” este legată de creșterea cantității de excitație – vezi ce simți de fiecare dată când trebuie să faci o schimbare - iar plăcerea de reducerea acesteia, principiul plăcerii este considerat a fi un principiu economic. Practic, acest principiu se bazează pe ideea că vom căuta să obținem plăcerea imediată, în detrimentul celei date de ceva care ne oferă rezultate bune într-un timp mai lung – ca de exemplu, a alege o salată în locul unei prăjituri”, declară Andra Tănăsescu.

Acest principiu al plăcerii a fost preluat de către S. Freud de la Fechner („principiul de plăcere a acțiunii”), care susținea că nu numai finalitatea urmărită de acțiunea umană este plăcerea, dar și actele noastre sunt determinate de plăcerea sau de neplăcerea procurate în prezent.

Astfel, tiparele pe care le retrăim, aparent la nesfârșit, sunt de fapt lecții pe care avem nevoie să le privim atent și emoții sau convingeri cu care să lucrăm conștient pentru eliberarea de ele sau modificarea lor.

„Simpla conștientizare a „căilor greșite” este un pas enorm și totodată incomplet în rezolvarea unor astfel de tipare. După observarea și conștientizarea lor, este important să le lucrezi cât să te poți elibera cu adevărat de credințele limitative și emoțiile care te ancorează în situații de genul. Creierul nostru va căuta în permanență calea de

a obține plăcerea imediată, cu cel mai mic efort, deci dacă nu prelucrăm lucrul care ne face să ne păstrăm „loialitatea” față de acel tip de situație, el ne va conduce, constant, înapoi către oameni și situații similare”, conchide psihologul Andra Tănăsescu, vicepreședinte al Institutului de Neuro-Programare Lingvistică (INLPSI).

Andra Tănăsescu, vicepreședinte al Institutului de Neuro-Programare Lingvistică Somato-Integrativă, este Psiholog, Coach Wing Wave, Trainer NLP și Consultant Panorama Socială. A urmat studiile în psihologie,

cu specializări în terapia de cuplu și familie, dans terapie, somato-terapie, NLP și lucrul cu proiecțiile sinelui. Și-a propus ca prin ceea ce face să aducă în viața fiecărei persoane cu care lucrează un plus de conștientizare, cunoaștere și încredere în propriile forțe. Obiectivul ei este să ofere cât mai multe din experiența ei, atât personală cât și profesională, astfel încât să producă schimbări semnificative în viețile celorlalți.

Sursa: Andra Tanasescu, Dr. Tanase Tasente (Director General Plus Communication)

CALL CENTER / +40 748 111 111
+40 269 224 101

**ROMÂNIA
GERMANIA**

ÎNCHIRIERI AUTOCARE
TRANSPORT GRUPURI MUNCITORI LA ADRESĂ
TRANSPORT RAPID ȘI SIGUR
BILETE AUTOCAR • SERVICII COLETĂRIE • CURSE SPECIALE

www.atlssib.ro

CUTIA CU AMINTIRI

În 1994, la Constanța, de vorbă cu “Profesorul” Gheorghe Constantin: “Nu poți să discuți despre România, fără să nu vorbești și despre Iași”

Gheorghe Constantin, zis și “Nea Gică” sau “Profesorul”, este un nume de legendă pentru fotbalul românesc. Deși a trecut de 60 ani, nu-i dai nici 45. Înalt, suplu, el este întotdeauna un interlocutor desăvârșit. Bucuros să-și aducă aminte de perioada sa ieșeană, “Profesorul” ne-a acordat un interviu în exclusivitate, discuția fiind purtată într-unul din impunătoarele birouri ale clubului FC Farul Constanța, domnia sa fiind actualul director tehnic al echipei de fotbal cu același nume. Iată ce ne spune “Nea Gică”:

- Am jucat fotbal la Iași, la echipa CFR Locomotiva, în perioada martie 1951-octombrie 1954, eram pe atunci un puști, dar am fost primit foarte bine de cei mai în vârstă. Am fost coleg de echipă cu Streașină, Carabulea, Scutaru, Diaconescu, frații Buimistruic, Savin Ușu, Drumea, Leonte, Dram, Ștefănescu, Manolescu, Tene, Naste (tatăl fostului portar) ș.a. Apoi, în sezonul competițional 1981-1982, am fost antrenorul principal al formației Politehnica Iași, pe care am promovat-o, pe cinstite, din Divizia B în “A”. Când am ajuns la echipă, toată lumea spunea să dau “vedetele” afară, că ele nu se țin de treabă și mai vând și meciuri! Dar, eu nu i-am ascultat și i-am lăsat în cadrul lotului pe Simionas, Romilă, Ursu, Cioacă și Ciocărlan, împreună făcând o echipă care a terminat detașat pe primul loc al Seriei I a Diviziei B.

- Care au fost și celelalte repere ale carierei dumneavoastră?

- Cu Steaua București am câștigat patru campionate și patru cupe, am jucat de 39 ori în naționala de seniori a României, timp de 12 ani, atunci când se disputau puține meciuri internaționale. În ritmul de astăzi, cred că aș fi prins peste 120 de selecții. Am obținut multe succese și ca antrenor, atât la Steaua cât și la echipa națională.

- Să vă punem o întrebare la “modă”: cum caracterizați jocul României la Campionatul Mondial de fotbal din SUA, dar și nivelul competiției, în general?

- La Campionatul Mondial de fotbal din SUA, calitatea și trăsătura principală a formației României a fost omogenitatea. Jucătorii evoluează împreună de mulți ani, se înțeleg excelent între ei. De asemenea, echipa are fotbaliști de elită, precum Hagi și Ilie Dumitrescu. De fapt, cam toți cei care activează peste graniță au dat un randament superior. La acest efort s-au înscris, desigur, și cei care joacă în țară. Ca nivel general, ca noutăți, recent încheiatul Campionat Mondial

nu a adus prea multe. După părerea mea, singurele echipe care s-au impus și care au avut ceva de spus au fost Brazilia (constantă într-un joc spectaculos), Suedia și România. Aceste formații au jucat bine pe ansamblu, plăcându-mi mai ales driblingurile lui Romario, contraatacurile noastre, jocul bun la cap și tenacitatea suedezilor.

- Credeți că formația României are șanse să se păstreze printre cele mai bune echipe din lume, mai ales că în curând vor debuta și preliminariile Campionatului European, acolo unde, unele selecționate puternice, dar necalificate la turneul final din SUA, vor să se “răzbune”, printre ele figurând și Franța, adversara noastră din grupa I?

- Eu cred că România va rămâne în elita fotbalului european și mondial, deoarece, ați văzut și dumneavoastră, nu sunt jucători mai valoroși ca la noi. În alte țări, însă, “profesionalismul” în fotbal este însușit mai bine. Iar la viitoarele Campionate Europene nu văd nici un motiv ca România să nu se poată califica la turneul final. Cred că avem toate șansele de reușită.

- În acest moment, Hagi joacă la FC Barcelona, una dintre cele mai bune echipe din lume. Ilie Dumitrescu și Dan Petrescu vor evolua în Anglia. Vor face ei față noilor rigori?

- Un jucător bun face față oriunde. De fapt, este mai ușor să joci într-o mare formație, când toți coechipierii sunt la nivelul tău sau chiar superiori ție! Dar, totul mai depinde evident și de stilul echipei și cum te încadrezi tu în joc. Luând enumerările dumneavoastră, pot spune că Hagi, care a mai jucat în Spania, se va adapta repede la FC Barcelona, într-un campionat în care se joacă mai... latin! Poate puține probleme, la început, vor avea Ilie Dumitrescu și Dan Petrescu, dar cu tehnica și inteligența lor cred că până la urmă se vor adapta și ei destul de bine.

- Domnule Constantin, cum caracterizați nivelul fotbalului practicat în campionatele interne ale României?

- Eu cred că actuala Divizie Națională a țării noastre nu este cu nimic mai slabă decât celelalte campionate externe. Noi suntem mai “jos” doar la angajamentul fizic, deoarece fotbaliștii din alte țări au fost mai bine alimentați decât cei de la noi, ei având și o viață mai ordonată, fiind instruiți încă de mici ce înseamnă a fi un adevărat jucător profesionist. În schimb, în România, sunt

fotbaliști mai talentați și mai tehnici. Față de unele țări avem și o tactică mai bună.

- Se vorbește foarte mult de faptul că, în campionatele noastre sunt meciuri trucate și arbitri cumpărați. Cum priviți această problemă?

- Ca să mă pronunț în această problemă trebuie să fiu informat precis și să am probe. Ce se vede este una, dar mai trebuie să aștept concrete! Apropo, în sezonul trecut am vizionat la televizor meciul AC Milan-Reggiana. A câștigat, surprinzător, Reggiana!!! Dar pot să spun că dacă uneori iese “fum”, probabil că s-a făcut și... “foc”. Acest lucru este un regres, este doar un progres fals pentru echipele care practică aceste metode. Este ceva artificial, iar la momentul adevărului se va vedea totul!

- Nu peste multe zile, va începe o nouă ediție de campionat. Care sunt favoritele dumneavoastră, în Divizia Națională și ce obiectiv are actuala “iubire”, FC Farul Constanța, în ediția 1994-1995?

- Nu știu să fac pronosticuri și nu joc la “Pronosport”. Totuși, cred că Steaua, Dinamo, Universitatea Craiova și Rapid sunt favoritele ediției viitoare, deși mai poate “sări” și o altă formație. Iar obiectivul pentru FC Farul Constanța este un loc în Cupa UEFA. De la noi au plecat Călin - la Poli Timișoara și Marian Popa - la Steaua. Lotul constanțean a fost împorospătat doar cu juniori, nimic deosebit.

- Să trecem puțin și la Divizia A. Cine credeți că va promova din cele două serii?

- Din Seria I, probabil să favoritele pentru promovare vor fi FC Selenia Bacău, Dacia Unirea Brăila, Gloria CFR Galați și Politehnica Iași, dar despre formația din Iași vreau să mai discutăm. Din Seria a II-a, favoritele sunt: Politehnica Timișoara, Unirea Alba Iulia și FC Bihor Oradea. Dar să revenim la Iași...

- Pofțiți...

- Vreau să vă spun că pe mine mă interesează foarte mult Iașul, oraș de care mă leagă amintiri din adolescență, eu venind să joc fotbal în Iași la 18 ani. Iașul este un oraș cu o mare tradiție culturală și chiar fotbalistică. Nu poți să discuți despre România, fără să nu vorbești și despre Iași. De aceea, este un mare păcat că acei oameni care conduc județul, orașul, cât și cei cu posibilități financiare mari, nu se gândesc și la sport, la fotbal în special. Trebuie să se înțeleagă că nu se poate face



sport de performanță fără condițiile materiale asigurate. După cum văd, de un număr mare de ani, Poli Iași a rămas a nimănui. În fiecare an, se pierd jucători valoroși. Asta înseamnă că, pentru a trăi, clubul este forțat să vândă jucători. Doar prin acest sistem, însă, performanța nu se poate face! Eu rămân totuși încrezător și cu sufletul la Politehnica Iași și le urez tuturor jucătorilor, antrenorilor și conducătorilor de la cluburile de fotbal mult succes în noua ediție de campionat și o promovare în prima ligă.

- Domnule Gheorghe Constantin, eu vă mulțumesc foarte mult pentru gândurile dumneavoastră bune și vă invit la un meci de fotbal, pe bătrânul stadion din Copou.

- Să știți că în acest an, împreună cu soția mea, ne-am programat o vizită la Iași, deoarece avem niște probleme de rezolvat acolo. Până atunci însă, pentru toți oamenii din orașul dumneavoastră care mă cunosc și își mai amintesc de mine, doresc să le transmit multă sănătate și bucurii.

DAN TEODORESCU - august 1994

NR: Fostul fotbalist și antrenor Gheorghe Constantin, zis și “Profesorul” s-a născut la București, pe 14 decembrie 1932 și a trecut în “lumea umbrelor” tot în Capitala României, pe 9 martie 2010, la vârsta de 77 de ani.

Ca jucător la fotbal a fost atacant și a evoluat la Unirea Tricolor București, Venus București, Avântul Reghin, CFR Iași, CFR Sighetu Marmăției, Steaua București și Kayserispor (Turcia). Pentru Steaua, în intervalul de timp 1955-1969, el a jucat 264 meciuri și a înscris 148 goluri. Tot cu Steaua, Gică Constantin a reușit să-și treacă în palmares patru titluri naționale, patru Cupe ale României și trei titluri de golgheter al campionatului.

A jucat pentru naționala României în perioada 1956-1967, un număr de 39 partide și a înscris 12 goluri.

Ca antrenor a pregătit Steaua București, SC Bacău, FCM Galați, Politehnica Iași, Steaua Mecanică Fină București, Gloria Buzău, FC Rapid București. A fost un idol al generației sale!

SCHENGEN CULTURAL

La Radio România Iași: “Schengen Cultural”, de Dan Teodorescu, invitație la “Bună dimineața”, cu Mihai Florin Pohoăț



Un nou eveniment cultural va avea loc în ziua de 26 februarie 2022, ora 11.00, la

Cercul Militar Iași, cu oaspeți din Vaslui și gazde din Iași și cu o nouă apariție editorială „Schengen Cultural”, o carte de vizită pentru România, transpusă de reputatul scriitor și jurnalist Dan Teodorescu într-un volum de 618 pagini, cu lansare în public pe 26 martie 2022, ora 11, tot la Cercul Militar Iași.

Este un volum semnat de ieșeanul Dan Teodorescu, cu o prefață a scriitorului Mihai Batog-Bujeniță.

Dan Teodorescu are până acum 31 de volume editate de publicistică, poezie, interviuri și sport.

În 2021, la TVR București, a primit un premiu la nivel național la secțiunea CARTE, din partea UZPR.

În anii din urmă a primit numeroase premii și pe marea scenă a Ateneului Român din București din partea APSR.

Dan Teodorescu a mai primit multe premii și din partea LSR de la Cluj, dar și de la alte asociații sportive și culturale din țară și străinătate.

“Schengen Cultural”, ultima apariție editorială a scriitorului și jurnalistului Dan Teodorescu, președinte al Ligii Scriitorilor Români, Filiala Iași – Nord Est și vicepreședinte al Filialei Iași a Uniunii Ziariștilor Profesioniști din România este prefațată chiar de autor, astăzi, vineri 11 februarie 2022, în intervalul orar 9:10-9:20, din Matinalul “Bună dimineața” – garanția

trezirii zilnice fără griji, pe toate frecvențele Radio România Iași: 90,8 – 94,5 și 96,3 Mhz FM, 1053 KHz AM dar și live pe www.radioiasi.ro, emisiune realizată de Mihai Florin Pohoăț. Producător – Petronela Cotea Mihai.

Să mai menționăm că, în timpul emisiunii, Dan Teodorescu a vorbit la superlativ pe calea undelor și de ziarul în limba română “Vocea Ta”, editat la Nürnberg (Germania) de Ionela van Rees-Zota (născută la Moinești), unul dintre mentorii lui fiind Domnul General Cosmonaut Dr. Ing. Dumitru-Dorin Prunariu.

(Sursa: Radio România Iași)

„Încrederea în Dumnezeu este mai presus de orice” - interviu poveste de suflet

Roxana Gherasim: Un gând bun de început vine din partea unei doamne minunate. Cine se dezvoltă dincolo de acest chip minunat?

Adriana Bitner Ciobanu: Bun găsit vă spun și eu, atât ție, Roxana, cât și cititorilor ziarului „Vocea ta”. Numele meu este Adriana Bitner Ciobanu, locuiesc în Germania de 27 de ani. Am o familie minunată: 4 copii și 11 nepoți.

R.G. Cum ai luat decizia de a veni în Germania?

A.B.C. O dragoste, pe care o credeam fără sfârșit, m-a adus departe de țara mea de suflet, România. Deși căsnicia a fost sortită eșecului, am dorit să rămân în Germania, unde mi-am adus și copiii deoarece viața fără ei era imposibilă, singurătatea fiind un impediment, care nu mă lăsa să trăiesc în acel prezent. Nu a fost ușor să-i aduc, deoarece atunci se intra doar cu viză, dar am continuat să sper și, iată că, acum îi am lângă mine.

R.G. Ai spus că nu a fost ușor. Dacă ai face o comparație între Germania de atunci și cea de astăzi, cum ai privi lucrurile?

A.B.C. Compromisul stă uneori la baza unor decizii pe care le iei pe termen lung. Așa a fost și

în cazul meu. Cât despre comparația de care zici, voi explica punctul meu de vedere. Aș vrea să precizez că nu vreau să spun nimic rău despre România. Când am venit eu în Germania, condițiile erau altele, mărcile aveau o altă valoare, salariile erau pe măsură și îți permiteai destul de multe: de la plata chiriilor, mult mai mici decât sunt astăzi, până la siguranța unui loc de muncă. Mi-au plăcut foarte mult corectitudinea, respectul pe care le aveau nemții pe-atunci, precum și seriozitatea când venea vorba de un loc de muncă. Da era da și nu era nu.

R.G. S-au schimbat acum aceste aspecte? Sunt nemții greșit înțeleși și poate catalogați drept oameni reci?

A.B.C. Unele aspecte, da, s-au schimbat. Când am vorbit de respect nu m-am referit că acum nu ar exista, dar în toate a fost un început. Poate și o reciprocitate. Vă mai dau un exemplu, ca să fiu și mai corect înțelesă, mai ales de cei care locuiesc în Germania. În magazine puteai să intri fără teama că ești acuzat de furt sau că vei fi controlat în sacșoșă pe care o aveau, de fapt, din altă parte.

R.G. Ce ar trebui să știe cineva care dorește să se mute în Germania?

A.B.C. În primul rând ar

trebui să aibă cunoștințe, măcar minime, de limbă germană. Este total greșit să te gândești că vorbești limba engleză și că te vei descurca. Nu. Aici trebuie să știi limba țării. Engleza se vorbește în spitale sau în alte instituții mari, dar ai un atu dacă discuți și în germană. Lucrurile se leagă foarte mult între ele: ai nevoie de limbă germană pentru a găsi serviciu, ulterior locuință și așa mai departe. Nu veniți de dragul că este Germania, că este o țară lăudată de toată lumea. Dacă veniți în necunoscut apare stresul, disconfortul, vă descurajați, nu mai faceți compromis și așa mai departe. Cel mai mare inconvenient ar fi că, dacă nu știți la ce vă supuneți când plecați din România, riscați să pierdeți și economiile făcute doar de dragul de a încerca.

R.G. Totuși sunt și lucruri pozitive la care cei de acasă ar trebui să se gândească când sunt pe punctul de a lua așa decizie? Să nu uităm că mulți vin cu tot cu familii, copii.

A.B.C. Da, bineînțeles că sunt și aspecte cu plus. De exemplu locurile de muncă se găsesc și pentru femei și pentru bărbați, dar esențialul este, așa cum am precizat să se știe cât de cât limba germană. Se trăiește mai bine decât în România, asigurările de sănătate și, nu numai, sunt la cote înalte, dar nimic nu vine pe tavă. Ai program de 4 ore, 4 ore le muncești. Acest aspect ar trebui să fie foarte clar atunci când luai decizia de a vă muta.

R.G. Să ne întoarcem la persoana dvs. Care ar fi calitățile, dar și defectele care v-ar defini?

A.B.C. Aș începe cu defectele mele și să știți că încă lucrez la ele. Sunt foarte slobodă la inimă și dau totul dacă mi se cere, chiar cu riscul de a rămâne eu fără. Un alt defect este încrederea în oameni, pentru că eu gândesc că dacă eu sunt corectă, toată lumea este la fel și nu e așa mereu. Ar mai fi că eu nu caracterizez oamenii după cum arată, ci după suflet. Nu știu dacă e o calitate acest lucru sau un defect. Cred totuși că e mai mult o calitate decât un defect. Pe mine nu mă interesează funcția cuiva, și nici haina, ci sufletul. O altă calitate este faptul că am reușit să mă apropiu de Dumnezeu, care mi-a arătat că a fost și este mereu lângă mine. Asta îi învăț pe toți care îmi cer ajutorul: credeți în Dumnezeu. Nu am nimic cu nicio altă religie! Încrederea în Dumnezeu este mai presus de toate și acest lucru mi s-a dovedit în ultima perioadă mai mult decât oricând.

R.G.: Ai deschis un subiect sensibil, un subiect pe care vreau să vă rog să-l povestim cititorilor noștri, fiind ferm convinse că vor avea ce să învețe din gândurile și trăirile dvs, din lecția practică de viață pe care Bunul Dumnezeu v-a dat-o.

A.B.C: Da, cu mult drag. Trei



luni de zile am fost în comă, din cauza virusului care dă atâtea bătaie de cap multora dintre noi. Am fost de 5 ori în comă și o data intubată, cu zero șanse de supraviețuire. S-au făcut rugăciuni foarte puternice pentru mine și iată astăzi trăiesc și sunt cu cei dragi. Dumnezeu și-a arătat puterea, m-a salvat și mi-a zis că mai am multe de făcut pe acest Pământ, multe misiuni pe care trebuie să mi le duc la îndeplinire.

R.G. Multe persoane care sunt în comă mărturisesc despre tărâmul de dincolo. Nu aș vrea să vă răscolesc, dar ne dați relatare despre o astfel de experiență?

A.B.C. Da. Am simțit că mor, că patul se scufundă cumva cu tot cu mine, apoi un sentiment că mă ridic. Nu mai simțeam nicio durere. Cerul era de un albastru minunat. Repetam cuvintele „Iartă-mă, Doamne, iartă-mă”! Am văzut foarte multă verdeț, am văzut foarte mulți oameni care erau lângă mine. Trebuie să vă spun adevărul: nu am văzut Iadul. Nu mi l-a arătat nimeni. Am văzut 2 bărbați care mergeau lângă mine. Eu trebuia să prind un avion și mergeam foarte repede printr-o pădure. Am acuzat acei bărbați că din cauza lor am pierdut avionul. Ei mi-au zis că avionul se va prăbuși și de aceea nu mă vor lăsa să urc în el. Simt că aceștia erau Sfinții Arhangheli Mihail și Gavril pentru că de foarte mulți ani i-am ales străjerii mei păzitori pe care și atunci i-am rugat să mă lase pe Pământ.

R.G. Care a fost momentul cu impact foarte puternic pe care l-ați simțit, odată ce v-ați revenit din comă?

A.B.C. Odată trezită din comă, am realizat că am uitat foarte multe aspecte. M-a marcat faptul că nu mai știam cum arată casa mea. A trebuit ca fiica mea să îmi facă poze pentru că în mintea mea, aveam cu totul și cu totul altă casă.

R. G. Procesul de vindecare continuă, dar din ce ne-ați relatat, observăm că suferiteți sunteți practic alta.

A.B.C Cu siguranță așa este. Minunile continuă în viața mea, recuperarea nu este ușoară, dar zilnic fac progrese. Să aveți

încredere în Dumnezeu. Doar așa reușesc și veți reuși și dv să treceți frumos prin viață, oricât de multe încercări ați avea. Cu siguranță revenirea mea este o minune, dar fără să vreau să-l supăr pe Dumnezeu aș spune că ai mei copii și nepoți sunt cele mai frumoase minuni. Aceste minuni, copiii și nepoții, îi lăsăm în urma noastră. Nu casele și bogățiile materiale.

R. G. Așadar secretul de a reuși este în mâna lui Dumnezeu, dar și în legătura dintre noi și El. Ce putem descoperi ca urmare a acestei legături?

A.B.C. Ce putem descoperi? Că tot ce este frumos de la Dumnezeu vine! Că Dumnezeu ne trimite oameni frumoși în viața noastră. Mie mi-a trimis foarte multe persoane care s-au rugat pentru mine, persoane cărora le mulțumesc și pe care mi-ar plăcea să le cunosc cândva, deși știu că poate nu este posibil acest lucru. Medicii și asistentele medicale, precum și auxiliarii mi-au fost alături în acest proces de recuperare. Nu mă puteam ține pe picioare, eram foarte slăbită.

R.G. Care este secretul de a reuși mereu? Știm că viața, iată, ne încercă.

A.B.C. Nu cedați! Fiți optimiști! Nu clacați! Nu dați în depresie! Sunt semnale pe care mi le dau mereu și mie. În rest, nu fac rău nimănui. Dacă pot să fac un bine, îl fac necondiționat. Acest lucru mi-am propus: să trăiesc cu bun simț, cu respect pentru cel de lângă mine, să trăiesc într-o lume a disciplinei. Eu simt că Dumnezeu m-a resetat pentru o nouă viață. Întoarcerea mea a semănat foarte multă dragoste între oameni.

RG. Un gând pentru cititorii noștri, ca la final de poveste.

A.B.C. Da, am să transmit un gând al unui părinte drag de la Vaslui: să spuneți din suflet „te iubesc,” nu doar persoanei iubite. Dacă veți spune din suflet, vibrația acestor cuvinte se va întoarce cu bine asupra dvs. Să aveți mereu gânduri curate, chiar dacă nu le primiți așa cum le transmiteți. În acest caz să-l rugați pe Dumnezeu să îi ierte și să le dea gânduri.

Eu nu mai am reținerea de a spune „te iubesc”. Dacă vreți, încercați și dv.

Oana-Roxana Gherasim

Un salut călduros pentru toate îngrijitoarele de pretutindeni!



pretutindeni!

Alzheimerși un fiu în depresie. Mi-am dat seama că aici voi reuși să uit de problemele mele. Acești oameni aveau nevoie de mine, am fost prezentă în această casă trup și suflet. Am lucrat fără să mă plâng și zi și noapte pentru că îmi fac cu drag meseria. Nu am fost lăsată singură. Familia s-a implicat. Fata, nepoata, nu m-au tratat niciodată ca o badante sau ca o străină. Am fost și sunt tratată ca cineva din familia lor. Mi-au acceptat să îmi aduc fetița să stea cu mine și să meargă la școală aici. Nu mi-au cerut bani pentru asta. Nu am un salariu mare 1.200 euro, dar sunt liniștită și mulțumită. Bătrâna a murit după 3 luni. Am rămas doar cu bătrânul și nu îmi lipsește nimic. Pe drum, venind din țară, mi-au zis mulți că lucrez pe bani puțini. Așa o fi, dar eu nu îmi vând sănătatea pe bani și pentru mine este importantă stabilitatea și liniștea.

Mulțumim doamnei pe această cale pentru povestea împărtășită cu noi, din care am înțeles că, este important să facem rai din ce avem și pe unde mergem, ca omul sfințește locul și nu invers.

Emilia Georgiu!

Așa cum am spus, îmi doresc să citim și lucrurile frumoase și pozitive din branșa îngrijitoarelor de bătrâni de pretutindeni. Azi mulțumesc doamnei Hanercu Marinica (îngrijitoare în Italia) și vă las mesajul ei, pe care dorește să îl împărtășească cu noi.

Mai aștept de la voi povești frumoase și pozitive, din care avem ce învăța!

Story time episodul 2:

„Bună seara, aveți mare dreptate în mesajul către îngrijitoare, trebuie să scoatem în evidență și lucrurile frumoase. Eu sunt badante în Italia de 2 ani jumătate, am venit în această familie imediat după moartea soțului meu; eram distrusă, am lăsat acasă 3 copii; ajunsă la postul de muncă am găsit o bătrână în cărucior cu roțile bolnavă cu demență senilă, bătrânul cu

Expresii românești și originea lor

Continuare din numărul trecut

Dintre expresiile și zicalele pe care le folosim în fiecare zi, semnificația sau sensul original al multor dintre ele s-a pierdut. Chiar și mulți dintre cei care abuzează de ele în fiecare zi nu au nici o vagă idee de unde au pornit..

Pielea ursului din pădure

Expresia provine dintr-o fabulă de La Fontaine. Doi prieteni au vândut unui

blănar blana ursului pe care îl vor vâna a doua zi. Pornesc ei la vânatoare, se întâlnesc cu ursul, dar, cuprinși de groază, unul se urcă într-un copac iar celălalt face pe mortul. Ursul nu mănâncă stârvuri, și după ce l-a mirosit pe cel de jos a plecat. Prietenul din pom coboară și-l întreabă pe cel de jos ce i-a spus ursul la ureche. „Mi-a spus să nu-i mai vând pielea până nu-l vânez”. Sau în alte fabule i-ar fi spus să-și aleagă cu grijă prietenii. Folosim expresia pentru a stabili că numai ce este în

mână nu e minciună, sau se mai folosește atunci când un prieten ne dezamăgește.

Dacă tăceai, filozof rămâneai

Maxima este extrasă din lucrarea „Mângâierile filozofiei” care aparține filozofului antic Boethius. Acesta se afla în închisoare pentru niște declarații care n-au plăcut regelui. Maxima trebuie folosită cu discernământ în împrejurarea când tăcerea poate fi mai inteligentă decât cuvântul.

Vorbe de clacă

Cu înțelesul de „vorbe fără miez, de flecăreală”. Expresia este legată de mica adunare de vecini de la sat,

numită clacă. Vecinii se adunau și ajutau la muncă pe unul dintre ei. Acolo se spuneau tot felul de snoave, de ghicitori și de bârfe din sat.

Sursa: Firoiu Marian



Legendele săptămânii



Plimbându-te prin acele grădini, e ca și cum te-ai afla pe tărâmul acela numit Paradis. Cât cuprindeai cu privirea, era plin de copacii din specii pe care nu le mai întâlnisem vreodată. Unul singur îmi atrăsese mai mult atenția. În zare, aproape de un hâu, crescut parcă într-o piatră, se înalța un copac cu o coroană deosebită și scoarță multicoloră. Coroana atingea pământul asemeni unei Ilene Cosanzene ieșite de la scăldat, iar trupul îi lucea în lumina străvezie care se reflecta prin frunzele jucăușe.

Fântânile mă duceau cu gândul la grădinile mirabellene. La pământul natal al lui Mozart. Chiar una dintre grădini îmi seamăna a fi Grădina piticilor, proiectată la sfârșitul secolului al XVII-lea. Piticii, construiți din marmura albă de Unterberger, alcătuiesc cea mai veche grădină de acest gen din Europa. Erau așezați într-un cerc deschis și lucrați într-o tematică diferită de ceea ce știam despre piticii de grădină. Aceștia din urmă pătau în diverse culori spațiul verde. Figurine pe cât de agreabile, pe atât de respinse de esteticieni. Am dat sămă apropii de prima

statuetă în miniatură și să mă bucur încă o dată de măiestria cu care colectivul de artiști condus de Ottavio Mosto a reușit să redea personajele haioase, extrem de criticate și chiar înălțurate la un moment dat. La începutul secolului al XX-lea, figurinele au fost căutate și găsite în grădina unor case din Salzburg, Bavaria, Pongau și Hausruck, în urma licitației la un secol după ce au fost sculptate. Prințului bavarez Ludovic nu i-au fost pe plac, vrând chiar să îi arunce într-un cuptor cu var.

Prima pitica pe care am analizat-o a fost cea cu sorț cu fructe. Avea o mână ridicată în care ținea un măr, dar și o tolă în partea stângă. Am fost dintotdeauna fascinată de mișcările mâinilor. Prinsă de mirajul scobiturilor făcute în roca metamorfică, nu am realizat că mâna începuse, de fapt, să se miște. M-am trezit cu mărul până în dreptul gurii. Am dat să îmi ridic privirea spre ochii figurinei, dar am fost oprită de vocea Clarei:

Marianne, e timpul să ne strângem și să începem prima poveste.

Marianne Autor

SPORT JO BEIJING

Fără medalii pentru România la Jocurile Olimpice de iarnă de la Beijing

Pe 20 februarie 2022, Jocurile Olimpice de iarnă de la Beijing s-au încheiat cu o grandioasă festivitate de închidere, regizată de chinezul nominalizat la Premiul Oscar, Zhang Yimou.

În cadrul ceremoniei din China, germanul Thomas Bach, președintele CIO, a declarat oficial închise Jocurile Olimpice de iarnă de la Beijing. Menționăm că următoarea ediție a Olimpiadei de Iarnă va avea loc în 2026, în Italia, la Milano-Cortina D'Ampezzo. Până atunci, în 2024, se vor desfășura Jocurile Olimpice de vară de la Paris, din Franța.

La festivitatea de închidere a JO de Iarnă de la Beijing 2022, portdrapelul României a fost sportiva Andreea Grecu, de la bob.

La Beijing s-a concurat sub semnul celor trei S - SIMPLU, SIGUR, SPLENDID- al Noului An chinezesc. S-a păstrat și motto-ul actualei ediții: „Mai repede, mai sus, mai puternic, împreună!”

Au fost prezenți sportivi din 91 de țări, printre ele fiind și România, cu o



delegație de 22 sportivi, dar numai 21 au concurat din motive medicale.

România nu a cucerit nici o medalie la Beijing 2022, cea mai bună clasare fiind locul 9, ocupat de tricolori în proba de sanie - ștafetă echipe, cu Raluca Nicoleta Strămăturaru, Valentin Crețu, Vasile Marian Gîțlan și Darius Lucian Șerban.

Alte clasări onorabile au fost:

- Bob -monobob feminin Andreea Grecu - Locul 12;

- Bob - 4 persoane masculin - Mihai Tentea, Ciprian Daroczi, Raul Dobre, Cristian Radu - Locul 13;

- Sanie - dublu masculin - Vasile Marian Gîțlan ,

Darius Lucian Șerban - Locul 14;

- Bob - două persoane masculin - Nicolae Ciprian Daroczi , Mihai Cristian Tentea - Locul 16;

- Bob - două persoane feminin - Andreea Grecu, Katharina Wick - Locul 18;

- Schi fond - sprint clasic echipe - Paul Constantin Pepene / Raul Mihai Popa - Locul 18.

În clasamentul general pe medalii, pe primul loc s-a clasat Norvegia, cu 16 medalii de aur, 8 de argint și 13 de bronz (37 medalii la total).

Au urmat în clasament Germania (12 - 10 - 5 - 27), China (9 - 4 - 2 - 15), SUA (8 - 10 - 7 - 25) și Suedia (8 - 5 - 5 - 18).

DAN TEODORESCU

Peștera diavolului – Devil's Cave – Teufelshöhle



„Peștera Diavolului” este cu siguranță unul din locurile pe care ar trebui să le viziteze orice persoană care locuiește în apropierea orașului Pottenstein, oraș din districtul Bayreuth – Franconia Superioară sau este în vacanță în Bavaria (o să public un articol cu miliarde de motive pentru a vizita BAVARIA). Vizita poate fi organizată ca o excursie de o zi, urmată de un prânz copios la Heiner's Forellenröcherei (în traducere liberă: afumătura de păstrăv lui Heiner), despre care povestesc în articolul viitor.

Nouă ne place foarte mult să vizităm locuri noi în fiecare w/e și să îmbinăm utilul cu plăcutul, în sensul în care ne și plimbăm pe jos în mijlocul naturii, dar și vizităm diferite obiective turistice/muzee/parcuri despre care aflăm lucruri noi. Astfel facem mișcare, testăm restaurante locale, iar pe Tibi, băiețelul nostru de cinci ani îl orientăm spre activități dinamice și plăcute. Unul din locurile descoperite întâmplător pe hartă este această peșteră foarte mare, Peștera Diavolului, al cărui tur durează aproximativ 45 de minute la o

temperatură de 9 grade, fie vară, fie iarnă. V-aș recomanda să aveți un hanorac destul de gros, pantaloni lungi în rucsac și încălțăminte adecvată, asta dacă faceți excursia vara. Totodată ar fi utilă și o lanternă pentru a verifica toate colțurile calcaroase îndepărtate. Drumul de la noi de acasă până acolo durează aproximativ 25 de minute, iar ultima parte, prin sate, este de o frumusețe rară – pe șoselele care taie pădurile de brad, trecând parca printr-un tunel natural, verde. Ce minunată poate fi natura!

Am rămas foarte plăcut surprins de modul de organizare al turului. Întreaga vizită este acompaniată de un ghid turistic care prezintă informații despre peșteră, vorbește despre stalagmite și stalactite și prezintă foarte frumos fiecare parte a acesteia, totul desfășurându-se într-un decor multicolor care pune în evidență frumusețea fărâșită de natură, ascultând pe fundal o muzică ce te duce cu gândul la momentul genezei.

Peștera își are denumirea de Peștera Diavolului încă de sute de ani, denumire dată de locuitorii regiunii. În anul 1922, inginerul Prof. Dr. Hans Brant a dat ordinul de a se săpa prin ea un pasaj, iar după aproximativ 9 metri au descoperit cursul natural al acesteia. Un lucru interesant este faptul că naturii îi ia undeva la 13 ani să creeze 1 mm de formațiune calcaroasă.

În turul peșterii veți observa Grota Urșilor, unde au fost descoperite rămășițele unui urs de peste 3 metri înălțime, care ar fi cântărit undeva

la 400 kg. În aceasta grota vizitatorii pot vedea inclusiv reconstrucția unui schelet de urs.

Cam atât cu descrierea peșterii. Vă las pe voi să descoperiți restul! Vă voi atașa câteva poze din arhiva personală pentru a vă forma o idee și voi scrie mai jos câteva informații utile:

Adresa: B470, 91278 Pottenstein;
Prețul/adult este 5 euro, iar copil peste 4 ani este de 3 euro;

Temperatura pe tot parcursul anului este de 9 grade, iar turul de 45 minute, așa că un hanorac și încălțăminte adecvată vă vor ajuta să vă bucurați de excursia subterană;

Vă recomand să fiți acolo în prima parte a zilei; noi am ajuns la ora 11 și deja timpul de așteptare era de o oră, iar până la finalizarea turului nostru, era casa închisă (deci în jurul orei 13-14 riscați să nu mai prindeți bilete);

O lanternă v-ar ajuta să vedeți toate colțurile ascunse și îndepărtate din peșteră;

Pozele se fac fără bliț;
info@teufelshoehle.de este site-ul pe care puteți afla mai multe informații; informațiile prezentate mai sus sunt traduse din pliantul de la intrare sau din spusele ghidului;

Fix la intrare este un restaurant unde mâncarea este oarecum variată, dar noi am preferat afumătura de păstrăv de lângă, despre care voi povesti separat. Este într-adevăr ceva deosebit și merită o atenție și o descriere separată.

Theodora-Raluca Păun

Piersicuțe – rețeta doamnei Skegolev!

Rețetă veche! În memoria doamnei Skegolev!

Mie îmi plac foarte mult rețetele vechi. Vorbesc de acele rețete care se transmit din tată în fiu, rețete autentice, rețete care nu mor niciodată. Tot ce este vechi, mă atrage prin misterul timpului apăs, prin farmecul aparte, prin „mirosul de vintage”. Parcă simt oamenii de atunci, le simt trăirile, îi simt vie și aievea, lângă mine. La fel m-am simțit când am pășit pentru prima dată în Heiner's Forellenröcherei, din Pottenstein. Acolo, am mâncat pentru prima dată păstrăv afumat după o rețetă foarte veche, transmisă din generație în generație, care încă se păstrează vie prin acest fapt! La fel se întâmplă și cu Rețeta de Piersicuțe a doamnei Skegolev, pe rușește: скеголев.

Doamna Skegolev a fost o doamnă de origine rusă, care s-a mutat în blocul în care a locuit soacra mea în copilărie. Era o bătrână plăcută, cumsecade, tare pricepută în lucrul manual, și aici includ: umpluturile cu lanșetă, adică milierele; tricotașul; goblenul, cu sau fără hartă (și eu cos la goblen; îmi place și mă relaxează), și cel mai important, bucătăreala. Mai jos vă las rețeta Piersicuțelor, un desert delicios și de-a dreptul spectaculos, desert pe care doamna Skegolev l-a pregătit pentru cununia soarelui ei mei.

Chiar dacă doamna Skegolev nu mai este printre noi și a zburat lin, spre cer, cu un singur dor, dorul de nepotul plecat în SUA, este totuși vie, prin rețetele sale! Să purcedem, zic, spre rețeta autentic-rusească (adaptată rusească, rețeta la origini fiind una italiană – fac aceste completări deoarece știu că unele persoane sunt mai catolice decât Papa), Piersicuțe, prima din șirul rețetelor doamnei Skegolev!

Ingrediente:

Corpul piersicuțelor (cojile)
300 gr. untură;
300 gr. zahăr (cel mai bine ar fi zahăr pudră);
3 ouă;
Jumătate de pachet de praf de copt (1/2 praf copt);
Aproximativ 1 kg făină (în rețetă este specificat sub forma „făină cât cuprinde”);
Umplutură
300 gr. Zahăr;
Esență de rom;
Jumătate de litru de lapte (1/2 lapte);

2 linguri de cacao;
Scobitura de la piersici;
Decor
Colorant roșu și galben (puteți folosi și galben cu verde, dacă le vreți, în parg);
Zahăr;
Frunze/mici crenguțe (iederă, gard-viu etc.).

Mod de preparare:

Se freacă untura cu zahărul până se topește cel din urmă (eu am folosit robotul că e mult mai ușor);
Se adaugă ouăle treptat, până la omogenizare;
Se încorporează praful de copt în făină;
Se adaugă făina peste compoziția formată, și se frământă până se obține un aluat elastic, ușurel de manevrat;
Se formează mici bilețe, care se pun pe o tavă tapetată cu foaie de copt (vezi poza);
Se introduce tava în cuptorul preîncălzit la 180 grade și se lasă la copt pentru aproximativ 15-20 minute (până când devin aurii);

Se scot și se scobesc în interior, rapid, cât sunt calde;

Scobitura se amestecă cu cacaoa;
Laptele se amestecă cu zahărul și cu esența de rom și se încălzește, pe foc, până când zahărul este dizolvat;

Setoarnă laptele amestecat cu zahăr și esență, peste scobitura amestecată cu cacao, până la formarea unei umpluturi ușor de luat cu lingura (Atenție: turnați treptat laptele, deoarece în funcție de cât de mult scobiți, veți avea nevoie de tot laptele sau mai puțin);

Se umple jumătățile de coji cu umplutura formată și se lipesc câte două;

Se vopsesc cu colorant (jumătate din piersică va fi roșie, iar cealaltă jumătate, galbenă);

Setăvălesc prin zahăr;
Se pune frunzulița ca decor.

INFO:

Le păstrați la temperatura camerei;
Piersicile vor fi fragede datorită unturii;

Încercați a le face cu untură; rezultatul va fi net superior decât în cazul celor făcute cu unt (părerea mea);

Puteți să puneți cantitățile la jumătate și să obțineți mai puține piersici. Din cantitățile prezentate mai sus, eu am obținut 30 de bucăți;

Vă sfătuiesc să faceți scobitura cât sunt



abia scoase din cuptor, deoarece procedeul este foarte ușor. Folosiți o linguriță pentru această etapă! Și, ideal ar fi, să le faceți în doi, pentru a vă mișca rapid. Știu că este puțin dificil, dar merită rezultatul;

Atenție: turnați treptat laptele deoarece, în funcție de cât de mult scobiți, veți avea nevoie de tot laptele sau mai puțin;

Se coc până când devin aurii. Am zis 15-20 minute deoarece diferă în funcție de cuptorul fiecăruia.

Theodora-Raluca Păun

Anunțuri

- Particular vând teren constructibil 503 mp situat central în Tulcea, Str. Gavrilov Corneliu 270A (fosta 23 August). Preț negociabil. Tel. 49602175309
- Căutăm asistentă medicală pentru Cabinetul medical din Röthenburgerstr în Nürnberg a medicilor Weber și Buzea. Cerințe: limba germană, minim nivelul B1, calificare de asistentă. Informații la telefon: 0152 52861524, 49602175309.

Glumă • Bancuri

Merge Bulă la un magazin alimentar și întreabă:

-Bună ziua, fiți amabilă, aveți pâine?

-Da avem, de care doriți?

-Păi aveți de mai multe feluri?

-Da, de azi, de ieri și de alaltăieri.

-Bineînțeles că doresc una de azi!

-Reveniți, vă rog, peste 2 zile!

♦♦♦
Ce meserie au părinții voștri? întreabă profesoara.

-Tata e inginer, zice Gheorghe.

-Tata e mecanic, zice Ionel.

-Tata e șef, zice Bulă.

-Cum așa Bulă? – întreabă mirată profa.

-Are 500 de oameni sub el.

-Cu ce se ocupă deci?

-Taie iarbă-n cimitir.

Sursa: libertatea.ro

Ihre persönliche Ansprechpartnerin:

Privat- und Firmenkundenberaterin
Mihaela Balint

Fon 040 637093-47
Mobil 0174 5918099
mihaela.balint@viactiv.de
viactiv.de/mihaela-balint

VIActiv
Krankenkasse



VIActiv TOP 10

Cele mai bune prestații pentru toți cei care vor să se îndrepte spre o stare mai bună de sănătate în viitor

VIActiv Bonus
O primă anuală de până la 100 de euro pentru prevenție periodică și un stil de viață sănătos

VIActiv Prämie
O cotizație lunară returnată pentru un an fără vizite medicale (cu excepția celor pentru prevenție)

VIActiv Kurse
550 de euro - preluarea costurilor pe an pentru cursuri certificate de sport și sănătate a Yoga, Pilates, jogging și altele.

VIActiv Sportcheck
La fiecare doi ani o subvenție de 140 de euro pentru o consultație medico-sportivă cu consiliere individuală

VIActiv Fitness
Antrenament de forță gratuit în peste 300 de studii de fitness certificate de pe tot teritoriul Germaniei

Igienă dentară profesională
60 de euro ca subvenție anuală pentru profilaxie dentară sustenabilă la un medic stomatolog la alegere

Osteopatie
360 de euro pe an pentru tratarea prin metode de medicină alternativă a durerilor de spate și a multor alte afecțiuni

Vaccinuri de protecție la plecarea în călătorii
Rambursare de 100% pentru toate vaccinurile de protecție la plecarea în călătorii recomandate de Comisia Permanentă pentru Vaccinări (STIKO)

VIActiv Privat
Protecție suplimentară individuală pentru condiții favorabile în colaborare cu Casa de Asigurări de Sănătate Barmeria

VIActiv Natur Privat
Tarif suplimentar avantajos pentru medicină alternativă în colaborare cu partenerul nostru prenatura

Indicație importantă: Se menționează de fiecare dată subvenția, respectiv suma rambursată maximă anuală. Descrieri detaliate ale prestațiilor pentru toate clientele se găsesc online la viactiv.de/top10

DANSURI POPULARE ROMÂNEȘTI

CIULEANDRA BAVARIA ADULȚI ȘI COPII

Cursuri de dansuri populare în fiecare zi de JOI

Pentru copii: 17:30- 18:30

Adulți: 18:30- 20:00



Înscrieri se fac permanent!

Adresa: Petersauracherstr. 47-49
90449 Nürnberg

Mai multe informații la telefon:

0911 25 34 55 62

0160 33 73 128



Nu lăsa tradiția să moară, nici în țară, nici afară

Și dacă în articolele anterioare vorbeam despre Ansamblurile de dansuri populare „Ciuleandra „Datina Traunreut” și despre religie „Așezământul Bisericesc de la München “, astăzi vreau să vă vorbesc despre un loc unde românii se simt ACASĂ, unde pot vorbi românește, unde pot juca românește, unde pot să-și facă o cruce în tihnă înainte de a lua masa numită des „ca la mama acasă” la „Restaurantul Transilvania “ din Münchenerstr. 79 85232 Bergkirchen. Pentru că tăblița Bergkirchen stă doar la 100 de metri de München, toți din împrejurimi numim Restaurantul Transilvania din München. Acest restaurant este condus de doi tineri ambițioși, care s-au întâlnit la munca de jos, făcând curățenie într-un hotel. Nemulțumiți fiind de munca depusă, mai mulți colegi vorbeau între ei cu ce s-au ocupat în România, Marius Dobai spunând cu mândrie că el a fost director la un renumit restaurant din România zeci de ani buni. Ionuț Bărnănescu l-a întrebat dacă ar avea curajul să deschidă aici un restaurant. Naivitatea lor de a reuși și-a spus cuvântul. S-au unit într-un vis. Unul știa limba germană, unul nu.. unul avea cunoștințe în gastronomie, unul nu, până aici s-au completat perfect, dar să pornești o afacere fără bani în buzunar era doar cu un vis mareț aici; a fost loc de mare iscusință, luptă, muncă și ajutor Dumnezeuiesc. Dragilor, vă scriu despre acest restaurant pentru că a devenit punctul de laudă a localității Bergkirchen, unde Primarul și ziaristii locali și-au făcut apariția pentru a-i cunoaște pe românașii noștri harnici și puternici. Spun puternici pentru că au reușit să aducă un restaurant îmbălsit și murdar la un restaurant de lux pentru că au rezistat pandemiei și pentru că și prin ei, noi românii suntem priviți cu mare respect. Asta o spun și număr mare de clienți care le calcă pragul și premiul care l-au câștigat ca și cel mai căutat restaurant din împrejurimi!

Dragi cititori, vreau să iau un mic interviu celor doi asociați și să aflăm cheia succesului lor.

A.T: De unde ați avut puterea și bani să deschideți

Restaurantul ?

M.D: Poate experiența acumulată în țară mi-a dat curaj. Am fost mana dreaptă la unul din cele mai mari servicii de catering din zona Ardealului (restaurant, motel, laborator de cofetărie, club de biliard, laborator de patiserie, brutărie și multe altele; acolo am învățat cu adevărat ce înseamnă gastronomia. Și pe această cale, vreau să le mulțumesc foștilor patroni: familia Mureșan, care m-au format și m-au făcut să simt că mai am o familie dragă sufletului meu. Bani i-am împrumutat de la stat și de la prieteni.

I.B: Și ne-am unit toate economiile noastre în acest vis..

A.T: Cu ce greutăți v-ați luptat la început ?

M.D: Am primit foarte greu împrumutul bancar și după ce am deschis primul restaurant ne-am cramponat foarte tare de mentalitatea unor patroni, care nu ne-au acceptat în final că suntem români.. Am fost nevoiți să închidem pentru că nu mai suportam șicanele patronilor de la care am închiriat localul. Deși au încălcat niște legi punând camere ascunse în restaurant, am hotărât să nu ne luptăm cu ei prin tribunale. Noi ne-am adunat forțele și am căutat mai atent un alt restaurant unde am pus toate condițiile pe foaie și doar după, am semnat.

Am găsit o bază sportivă unde Președintele Eduard Wilhelm ne-a ajutat și ne-a înțeles proiectul. Chiar și pe perioada pandemiei ne-a scutit de chirie câteva luni, fapt care ne-a ajutat foarte mult să ne

revenim. Nu avem cuvinte de mulțumire să-i dea Dumnezeu sănătate.

I.B: Eu pot să spun că m-am bucurat mult când am semnat, dar îmi venea și să plâng când am văzut cum arăta localul.. Era dezastru, începând de la mizerie, decor și mobilier...

A.T: Ați reușit să schimbați aproape tot, ați înnoit mobilierul, ați transformat restaurantul într-un restaurant de lux și terasa într-o oază de relaxare cu multe flori și mobilier frumos...acum sunteți mulțumiți sau mai aveți și alte probleme?

M.D: Mulțumiți încă nu putem fi. Problema mare cu care noi ne confruntăm este personalul.. Este foarte greu să-ți găsești oameni care să facă măcar ce au promis că știu să facă.. Nu vreau să fiu răutăcios și să dau din casă prin câte decepții am trecut, dar încă mai caut personal pentru bucătărie și sală.. Pe câțiva i-am găsit și ne bucurăm de colaborarea noastră frumoasă.

I.B: Noi am depus multă muncă aici și ne dorim ca personalul să răspundă măcar cerințelor clienților noștri.. Din păcate teoria noastră se intersectează cu practica unor oameni dezinteresați și de aici se ivesc din păcate probleme, pe care noi încercăm să le rezolvăm. Deși ne atașăm prieteneste de toți cei care lucrează la noi, totuși știm să facem diferența între muncă și prietenie în favoarea clienților noștri, care înseamnă mult pentru Restaurantul Transilvania.



A.T: Din câte știu nu v-ați oprit doar în a oferi clienților bunătăți culinare ați reușit să faceți multe evenimente frumoase, ce planuri de viitor aveți?

M.D: Draga mea Adriana, mi-e greu să-ți vorbesc în calitate de reporter pentru că noi am reușit împreună să facem lucruri frumoase în folosul comunității. Tu cu ideile tale frumoase, care foarte des s-au intersectat cu ale mele a făcut să ne unim forțele și tot ce am numit noi evenimente au ieșit minunat. Noi ne-am ocupat de partea restaurantului, tu de partea artistică și combinația a fost pe placul clienților noștri. Vreau să spun tuturor că nu degeaba te-am numit „surioară” și-mi place să facem proiecte împreună. Simt oamenii care-și pun inima pe tavă și după câștig, dacă o mai fi...Cu acești oameni lucrez cu cel mai mare drag. Da, avem în plan multe evenimente frumoase și anul acesta cum ar fi de „Ziua femeii “, „Ziua copilului “, vrem să facem și un festival mare anul acesta unde să strângem românii din toată Germania și să aducem interpreți din țară, un picnic pe terenul de fotbal unde părinții și copiii să petreacă clipe de neuitat, Halloween, Vine, vine Moș Crăciun și multe altele.. Pandemia ne-a oprit doi ani să mai facem evenimente, dar cred că de anul acesta să putem da drumul la tot ce ne-am propus.

A.T: Dragă Ionuț, am văzut că pe lângă munca depusă, tu ți-ai dezvoltat și o dorință mare

de-ale tale, aceea de a cânta?

I.B: Pe lângă munca depusă în restaurant, eu încerc să-mi împlinesc un vis de când eram mic, de a cânta.

Piedici sunt și aici, dar nu mă las. E greu să strâng formația să repetăm având toți și alte joburi, dar cu ajutorul lui Dumnezeu dăm înainte. Iubesc să cânt și nu pot renunța la visul meu, momentan le fac în paralel.

A.T: Wow ce pot să spun decât „FELICITĂRI “. Sunteți un exemplu demn de urmat. Cred că toți care ați citit acest articol v-ați dat seama că puteți reuși atâtea timp cât nu vă pierdeți curajul la prima luptă pierdută „la munții de obstacole care apar .Prin muncă, răbdare și perseverență, putem reuși. O ultima mea întrebare... Ce le transmiteți românilor care vă calcă pragul ?

M.D: În primul rând vreau să le mulțumim și îi rog să încerce să-și facă rezervări din timp pentru că nu vrem să dezamăgim pe nimeni. Multă sănătate tuturor !

I.B: Că-i așteptăm cu drag și că ne pare rău dacă nu totdeauna am putut fi la nivelul așteptărilor. Ne dăm silința zilnic să ne perfecționăm. Mulțumim!

Dragi cititori, la München mai sunt două restaurante românești la care vreau să ajung în curând să-i întreb cum răzbat ei în aceste vremuri grele și să le mulțumesc în numele tuturor românilor că există.

Adriana Tillich

Colectiv redacțional

Director și fondator:

Ionela van Rees-Zota (Membră a Uniunii Ziaristilor Profesioniști din România, Membră a Uniunii Jurnaliștilor din Germania)

Redactor-șefi:

Liliana Moldovan
Dan Teodorescu - membru UZPR și APSR

Redactor-șef adjunct:

Theodora- Raluca Păun

Redactori:

Nadia Marin
Oana- Roxana Gherasim
Raimond Romilă Bihuneti
Adriana Tillich
Beatrice Chirla
Ion-Marius Tatomir
Viorel Maier
Psiholog: Andra Tănăsescu
Iulia Teleșpan
Ioana Diaconu
Mariana Pachis - regizor și scenograf

Adriana Bittner- Ciobanu
Viorel Băetu
Elena Cesar von Sachse

Austria:

Ioan Godja

România:

Elena Chiriță (Membră a Uniunii Ziaristilor Profesioniști din România)

Logo designer

Alexander van Rees

Tehnoredactor:

Adrian Aurel Cif

Ziar editat de:

DACIA e.V.

Petersauracher Straße 47, 90449 Nürnberg

Mobil 0049 160 33 73 128

E-mail: asii.romani@yahoo.com

Tipar executat la:

PRODCOM Tg. Jiu – RO

• Răspunderea pentru conținutul articolelor publicate aparține, conform art. 206 Cod Penal, în exclusivitate persoanelor care le semnează.

ISSN 2191-7272

Centrul Cultural Româno- German „DUMITRU DORIN PRUNARIU” din Nürnberg vine în ajutorul dumneavoastră cu următoarele activități:

CENTRUL CULTURAL ROMÂNNO-GERMAN DE AJUTOR ȘI INTEGRARE

Dezvoltarea și promovarea voluntariatului;
Dezvoltarea unor relații de colaborare între Asociații și Instituțiile din zona metropolitană Nürnberg;

Însușirea unor informații menite să îi ajute pe tineri în viața socială;
Cooptarea de noi membrii în cadrul asociației prin intermediul tinerilor participanți la activitățile centrului;

Propagarea culturii, tradițiilor și obiceiurilor românești.
Formarea unor tineri capabili și pregătiți informațional privind colaborarea cu autoritățile și instituțiile statului pentru eventualele situații în care este nevoie de intervenția lor pentru rezolvarea unor probleme sociale, culturale etc.;

O bibliotecă românească ce are peste 15.000 de volume sortate;

Consultanțe juridice;
Consultanțe sociale și de integrare;
Cursuri de limba germană și română pentru adulți și copii;
Teatru de păpuși pentru suflete mari și mici;
Consiliere psihologică;
Consultare pentru orientare profesională;
Birou de asistență pentru femei;
Asistență pentru integrare în Germania;
Îndrumări pentru înscrierea la creșă, grădiniță și școală;
Ateliere pentru cei mari și mici;
Consultanță în domeniul sănătății;
Ziar tipărit pentru comunitate;
Agenție de Presă AȘII ROMÂNI;

Cursuri pentru dezvoltare personală;

Dansuri populare românești pentru adulți și copii;

Întâlniri frecvente cu seniorii din zonă;

Magazin second-hand cu produse de îmbrăcăminte, încălțăminte etc

**Dacă vă place ceea ce facem, vă așteptăm în rândul voluntarilor noștri.
Contactează-ne și vedem ce putem înfăptui împreună.**

Pentru informații și programări:

Luni: 10:00- 12:00

Joi: 10:00-12:00

Vineri: 13:00-15:00

Adresa: Petersauracherstr 47-49, 90449 Nürnberg

Telefon: 0049 160 33 73 128



Deutsch-Rumänisches Kulturzentrum

Beratung - Information - Integration



Centrul Cultural Româno-German

Consultanță - Informare - Integrare

ANGAJĂM:

Căutam în domeniul de construcții personal care deține cunoștințe în facturare, măsurători și oferte. De preferință tehnicieni, subingineri, ingineri, arhitecți. Se oferă contract de muncă nedeterminat și o ambianță plăcută la locul de muncă.

MALER- und STUCK GmbH

FRANZ STROBEL

Fachunternehmen

Triesdorfer Str. 23 • 90449 Nürnberg

- Fassadenrenovierung
- Sämtliche Malerarbeiten
- Tapezier- und Teppichbodenverlegearbeiten

Tel. 09 11 / 67 67 14
Fax 09 11 / 688 09 03
info@malermeister-strobel.de
www.malermeister-strobel.de

- Vollwärmeschutz
- Sämtliche Putz- und Stuckarbeiten
- Trennwände
- Trockenbau
- Abgehängte Decken
- Eigener Gerüstbau
- Abbrucharbeiten
- Wohnungsaufösungen

BildbeschBautechniker - Abrechnung Vollzeit, Festanstellung: Erstellung von Aufmaßen, Mengenermittlungen und Abrechnungen Zusammenstellung der Abrechnungsunterlagen für Nachträge fristgerechte Rechnungsstellung Erstellung der Baudokumentation WIR BIETEN IHNEN: Unbefristete Festanstellung in Vollzeit Attraktive Vergütung sicheren Arbeitsplatz und ein angenehmes Betriebsklima

Cosmonaut dr. ing. **DUMITRU-DORIN PRUNARIU**

Deutsch-Rumänisches Kulturzentrum

BERATUNG • INFORMATION • INTEGRATION CONSULTANȚĂ • INFORMARE • INTEGRARE

Centrul Cultural Româno-German

