



THE LION ROMÂNIA - DISTRICT 124

THE Lion ROMÂNIA

Numărul 29, Aprilie - Iunie 2009

UN ZÂMBET, O FLOARE,
O RAZĂ DE SOARE....



ADVERTISING ?

print it BIG.

PRINTURIOUTDOOR.RO

Cluj Napoca, Str.Becas nr.2 tel/fax : 0264 440 294 www.printurioutdoor.ro office@printurioutdoor.ro
Copyright © 2008, printurioutdoor.ro Toate drepturile rezervate.



Cuprins

Bradul de Crăciun - LC Bucharest Millennium	4
O poză face ... cât o mie de cuvinte - LC Constanța	6
"Pacea începe cu mine"	6-7
"Să redăm darul verii" - LC Botoșani și Suceava	8
In Memoriam - Vanda Condurache	9
Expoziție umanitară - LC Sibiu Decan	11
"Visele nu se risipesc"	12
Sibiu - capitala diplomației culturale	12
Tricolorul României în Golful Îngerilor	13
Colaborare lionistică	14
Parteneriat cultural	14
Turismul și noua imagine a României	15
Un gând final	15
Viața te învață să fii modest - LC Burebista	16-17
La început de primăvară - LC Iași D	18
Mirajul scenei atrage și copiii cu deficiențe de vedere - LC Genesis Cluj	20-23
Desene pe asfalt în centrul Constanței - LC Constanța	24
15 ani de la înmanarea Chartei - LC Suceava	25-26
Ziua Lions cu ONU	26-27
Dezvoltare personală	28
Leadership	29-36
Artă	38-39
Mineralele din alimente	40-41

*incepând
din
Iulie*

Patrude pe fereastra unei noi lumi. Lumea Fairtrade
<http://www.fairtrade-shop.ro>

LC Bucharest Millennium BRADUL DE CRĂCIUN

Răzvan Murariu, Secretar si Trezorer 2008-2009

În ajun de Crăciun, când toți copiii îi scriu Moșului despre ceea ce și-ar dori să găsească sub brad, copiii din Centrul de Plasament "Sf. Spiridon" din București, pe care i-am întâlnit prima dată în luna octombrie, nu se gândeau ca vor împodobi un brad, cu atât mai puțin ca vor primi si mult doritele cadouri de Crăciun.



Cu toate astea ei și-au pregătit temeinic serbarea. Fiecare și-a repetat zile la rând colindul, poezia sau rolul cu speranța ca Moșul nu-l va uita.

Și nu i-a uitat! Nici noi nu i-am uitat! După acțiunile din fiecare zi de sâmbătă a toamnei, cu atât de multe bucurii în ochi, inimă și suflet de ambele părți, am rămas cu dorința de a oferi din nou zâmbete, dragoste și speranță într-un moment de neprețuit pentru fiecare copil.

Am avut norocul să găsim oameni cu suflet mare în câteva companii precum cu Quadrant Beverage (Pepsi Romania), Germino, Prodcomplast, Ferfelis și Discovery, care au răspuns imediat rugămintelor noastre de sponsorizare cu produse pentru copii. În acest fel, fiecare din cei 100 de copiii și adolescenți de la Sf. Spiridon a primit câte o pungă plină cu jucării, sucuri, cărți și dulciuri, pregătite din timp de o parte din membrii clubului.

O altă parte erau plecați la "vânătoarea" de globuri și brad, sub care Moșul să lase cadourile.

Între timp, ne-am ocupat și "să-l convingem" pe Moș Crăciun să ni se alăture pentru a oferi el însuși cadourile. Iar Moș Crăciun a fost ca întotdeauna bun și răbdător cu toți copiii, care de-abia au așteptat să termine serbarea ca să stea în preajma lui.



De data asta Moșul nu a venit însoțit numai de reni, ci și de Crăciunițe, care au oferit alte surprize copiilor – i-au pictat pe fețe ca să fie asemenea eroilor preferați din povești. Veselia a fost pe măsura!

Dar surprize ne-au oferit și ei nouă! Am admirat uimiți micile opere de artă la care au lucrat de-a lungul anului pentru a le oferi celor care au grijă de ei. Am fost colindați, am vizionat o mini piesă de teatru, ne-au dansat și cântat din suflet. Serbarea a fost foarte frumoasă, iar aplauzele de la final au confirmat acest lucru!

Pentru astfel de momente continuăm acțiunile cu acești copii, cu speranța că implicarea noastră în copilăria lor îi va ajuta în viitor!



Eleganță, din orice unghi privești!



PAROLI www.paroli.ro

LC Constanta

O poză face ... cât o mie de cuvinte

Vasile Unguroiu, Secretar 2008-2009

Pe 13 decembrie 2008 Clubul nostru a organizat o petrecere de Crăciun, cum facem în fiecare an. A fost o bună ocazie de socializare, de revedere cu câțiva foști membri Lions și de a invita câțiva aspiranți pentru intrare în clubul nostru.

A fost o atmosferă foarte plăcută, s-a mâncat, s-a băut și s-a dansat până la 2 nopatea. Cum pozele descriu foarte bine atmosfera, vă las în compania lor..



LC Oradea

"Pacea începe cu mine"

...este tema concursului-Afis pentru pace-de anul acesta:2008/2009.

Sute de copii, din diferite orase ale tarii,s-au inscris si anul acesta, la concursul de desene adresat lor:copii de 11,12 si 13 ani,dand "glas" ,in mod plastic, simtamintelor lor despre pace,fiind stimulati sa gandeasca despre pace,sa-si impartaseasca sentimentele despre aceasta,sa-si exerseze talentul...si acestea datorita cluburilor LIONS din Districtul nostru.

Clubul Lions Oradea "22",cu sprijinul unui colectiv didactic dedicat de la Liceul de Artă din Oradea,antreneaza ,de 6 ani consecutiv ,cate 30-35 de elevi anual, la acest tip de concurs.Anul acesta din 30 de lucrari realizate,7 au fost premiate,iar marele premiu de la nivel local a devenit marele premiu si la nivelul districtului.Tipi Andreea,autoarea lucrarii,eleva in clasa a V-a insera pe dosul lucrarii(precum si oral-la vernisaj):





THE LION ROMÂNIA - DISTRICT 124

" Liniste,comfort,lipsa grijilor,siguranta,libertate,fericire.Pacea incepe cu mine, dar eu vreau ca ea sa uneasca toti oamenii intr-o inima mare:
O LUME - O INIMA."



Expozitia,venisajul si premierea lucrarilor le-am realizat abia in luna ianuarie(desi copiii nu mai aveau rabdare-stiind ca vor primi cate o rasplata fiecare)-dupa premierea la nivel de district ,la Revelionul Lions de la Poiana Brasov.

Intr-o ambianta eleganta si calda(oferita de Dora-membru Lions-in sala de protocol a firmei pe care o conduce),ne-am adunat 30 de parinti,25 de elevi,6 profesori,mass-media si bineinteles membri ai clubului nostru,spre a ne incanta privirea si inimile,pentru a aprecia arta micutilor si talentatilor copii.



S-au acordat diplome si certificate de apreciere,premii in bani si pachetele cu dulciuri-acestea din urma pentru toti participantii la concurs.Deasemenea d-lor profesoare li s-au oferit flori si cate o atentie-simbolica.Deasemenea ,o scrisoare de apreciere si felicitare ,a fost adresata de catre club-conducerei Liceului de Arta.



Doina Tatar (profesor coordonator), Erica Mang(presedintele clubului),Amelia Bucur si Rodica Dacin(membri in Comisia de Afise)au facut cateva consideratii generale despre organizarea concursului la nivel international si local,apreciind faptul ca an de an este tot mai dificil de efectuat o selectare ierarhica a lucrarilor,evolutia talentului fiind evidenta.



Site-ul local de stiri: www.contrastonline.ro relateaza doua zi dupa festivitate:

"Culoare,imaginatie,talent si alaturi de toate,marele premiu castigat pe tara.Pentru a doua oara,Oradea, aduce trofeul Cluburilor Lions in cadrul concursului "Afisul pentru pace".Cea mai buna lucrare din Romania,prezenta in acest moment in SUA,alaturi de alte 200 de tari in finala,a fost realizata de catre Tipi Andreea,eleva in clasa a V-a la Liceul de Arta din Oradea.Marti,27 ianuarie.c.castigatoarea dar si colegii sai care au participat la competitie,au fost rasplatiti de doamnele Clubului "Lions Oradea 22" intr-un cadru festiv."

Urmare a acestei actiuni,membrele Comisiei-Afis pentru pace-au fost invitate ,peste cateva zile ,la televiziunea locala TVS,prilej cu care telespectatorii judetului Bihor au luat (din nou)cunostinta despre Lions Clubs International,despre cele doua cluburi Lions si clubul Leo din Oradea si actiunile si proiectele lor spre binele comunitatii si bineinteles ,detalii despre concursul de afise.

Stimulente pentru copii,bucurie pentru parinti;

Mandrie si multumire sufleteasca pentru membrii Lions;

Cresterea imaginii Lions in comunitate: acestea le-am realizat in luna ianuarie 2009.

LC Botoșani și LC Suceava “Să redăm darul vederii”

PZ Cristina David, LC Suceava

Clubul Lions Suceava a organizat împreună cu membrii Clubului Lions din Botoșani, acțiunea “Să redăm darul vederii”, sâmbătă 14 februarie 2009, în localitatea Brehuiești, com. Vlădeni, județul Botoșani. Inițiativa a fost întâmpinată și susținută cu mult interes și deschidere de autoritățile locale. Pentru anunțarea acestei campanii de sănătate a vederii s-au distribuit afișe și 500 de taloane de programare pentru diferite ore ceea ce a permis fluidizarea intrării la consultații și scurtarea timpului de așteptare.

Evenimentul s-a materializat în organizarea unei clinici de campanie în cadrul Școlii Generale din localitate, acordarea de **consultații oftalmologice și ochelari gratuit** unui număr de 520 de persoane cu posibilități materiale reduse. Echipa a fost formată din 5 medici oftalmologi (dr. Cristina David și dr. Georgeta Martiniuc-membrii ai Clubului Lions Suceava, dr. Dorina Sîrbu – membru al Clubului Lions Botoșani, dr. Alina Totoescu, dr. Laura Cozaciuc), 5 asistente medicale și 2 opticieni.

S-au acordat gratuit aproximativ 600 perechi de ochelari pentru corectarea vederii la distanță și la citit. Cu ocazia consultațiilor efectuate s-au constatat diferite afecțiuni ale vederii (cataractă, glaucom, degenerescență maculară) despre care cei în cauză nu aveau cunoștință. Aceștia au avut ocazia să discute cu medicii Clubului Lions și cu medicii voluntari, să afle mai multe informații și să fie îndrumați către

Cu sprijinul Clubului Leo Bucovina Suceava și a celor 20 de voluntari prezenți, buna desfășurare a evenimentului și reușita acțiunii s-a datorat implicării permanente a membrilor Cluburilor Lions: Vasile Crăciunescu – președinte Lions Club Suceava, Ovidiu Dumitrescu, Angela Opincaru, Manuela David – din Suceava

Grija față de aproape, satisfacția de a dăruia darul vederii și experiența câștigată în această zi sunt o motivație în plus pentru membrii Lions de a merge mai departe în preocuparea lor pentru sănătatea vederii pentru a organiza în viitor și alte campanii de acest gen.





IN MEMORIAM: VANDA CONDURACHE



Incredibil, dar s-a scurs aproape un an de când a trecut în mod tragic, în lumea umbrelor, minunata noastră prietenă, membră a Clubului Lions D, Iași, Vanda Condurache, talentată ziaristă și dăruit om de televiziune.

În memoria sa, cele trei cluburi Lions din Iași - Lions Club Iași D, Lions Club Iași 2000, Lions Club Iași Decan - s-au reunit pentru ca, din banii strânși împreună la un bal de binefacere, să ofere o bursă unei studente merituose de la Facultatea de Jurnalistică din Iași, unde colega noastră a fost și cadru didactic.

Și, în mod fericit, s-a întâmplat ca studenta selectată, Lina Vdovii, să fie din Republica Moldova, consfințind, o dată în plus, legătura de frățietate dintre românii de pe cele două maluri ale Prutului, aspect reliefat de Prof. Daniel Condurache, soțul Vandei, cadru didactic la facultatea mai sus menționată, prezent la acest eveniment și în calitate de membru și guvernator al Clubului Rotary, Iași, punând prin aceasta, - de ce nu? - temelia unei intercolaborări lionistico-rotariene spre beneficiul tuturor.

Ne propunem să permanentizăm acest gest pentru ca spiritul Vandei să meargă mai departe, ea realizându-se astfel în continuare în profesia pe care a îndrăgit-o atât.

Poze:

Doamnele Lions D – și bursiera noastră, Lena Vdovii
Doamnele Lions D, studenta Lena Vdovii și Prof. Daniel Condurache

Domnii Lions Iași și bursiera Lena Vdovii

Doamnele și domnii Lions Iași și tânăra bursieră, Lena Vdovii

PC Rodica Ionel, LC Iași D



281 de CV-uri am primit pentru postul de Art Director

17 am selectat pentru interviu

1 am angajat

Bun venit în echipa noastră !

Brandis
brand experience

LC Sibiu Decan

Români, moldoveni, germani și italieni reuniți într-o expoziție umanitară



Sibiul rămâne un oraș al evenimentelor culturale inedite. Printre ele amintim și proiectul loja artelor lionistice care și-a propus un periplu în mai multe locații. După expoziția de la Primăria Sibiu și vernisaj din Tumul Sfatului unde lucrările de artă au fost expuse alături de cartea scriitorului Petre Carp - "Dumnezeu la Bruxelles", peste câteva zile, la CEC BANK se vernisează ultima expoziție din proiectul amintit.

După ediția din 2007, actualul salon de artă lionistic a devenit internațional, la care parteneri au fost zona 13 Lions, ARTVO, UAPR, UEEC Bruxelles și cotidianul Tribuna. Salonul a surprins critica de specialitate prin rafinamentul, înaltul nivel artistic, valoarea plastică precum și bogata dar și sinuoasă ofertă tematico-compozițională, fără a neglija cromatica abundentă

Actanții au fost din Italia: Toni Spada, Debora Faoro, Ricardo Graza, Flavia Soriga. Din România au prezentat lucrări suceveni: Lucian Pușum, Cameila Sadovei, Angela Pitariu, Cătălin Chifaru, Oana Chindușan, botoșeneni Marius Vatman, Robert Corguz, ieșeni: Iftodi Luiza, Rodica Ionel. Au mai expus din Bacău: Mihăești Remus, Romeo Radu, din Craiova: Cristina Oprea, Ion Asimionescu, Cernuț Aurora, Pâslaru Pușa, din Sibiu: Ilea Constantin, Adrian Petre Popescu, Elena Vijoli, Ilie Crețu, Radu Stanese, G. Ionescu Alina, Gheorghe Părcălăboiu, Mihai Prodea, Ana Bexa, Haralambie Tiurian, din Alba Iulia: Florin Magda, din Tg Mureș: Korodi Iulia, din Satu Mare: Daniela

Sorin Dumintrescu, din Timișoara: Narcis Luleu, Alexandra Dobra, din Republica Moldova Iulică Maxim și din RFG Edda Witt.

Proiectul Loja Artelor a fost conceput pentru a fi și un cadru adecvat pentru preluarea prerogativelor Districtului 124 Lions România, de către sibianca Adrian Cazan care în acest context a dorit să fie prima care stimulează licitația lucrărilor de artă de la CEC BANK, prin achiziționarea unei picturi, autorul urmând să doneze parte din suma de achiziție unui tânăr ce necesită urgent o operație care se poate efectua doar în China, fapt pentru care au fost contactate cluburi lionistice din această țară pentru a se alătura campaniei aferente



"Visele nu se risipesc" un motto pentru o acțiune de caritate



Membrii Clubului Rotary au organizat sâmbătă, la Hotel Ramada un Bal de caritate, cu scopul de a colecta sume cât mai consistente pentru proiectele: "Speranță prin artă" și "Acasă". Și cum deviza rotarienilor a avut ca motto "Visele nu se risipesc", în cocheta Sala Atlăss alături de organizatori au ținut să fie prezenți la apelul umanitar oameni de afaceri, personalități publice și evident lioniști de la Cluburile Brukenenthal, Millenium, Oscar și de la Decan Lions, club care în afara donațiilor individuale a mai donat, din fondul propriu de proiecte, suma de 1000 de lei. Generozitatea participanților dar și a inițiatorilor a făcut posibil ca la final să fie colectați peste 50.000 de lei.

Evenimentul a fost onorat și de guvernatorul Rotary în exercițiu cât și de viitorul guvernator lions, Adriana Cazan. Cât despre proiecte iată date sumare dar necesare: proiectul "Acasă" are în vedere acordarea unui suport financiar, pentru asigurarea condițiilor materiale necesare integrării sociale și profesionale, tinerilor proveniți din Centrele de Plasament. În cazul "Atelierului de Ergoterapie", acesta este organizat în incinta spitalului Gheorghe Dima din Sibiu, în care se încearcă tratamentul și recuperarea bolnavilor psihici prin intermediul artei. Președinte Rotary Club Sibiu, Nicolae Petria a ținut să mulțumească celor care au susținut evenimentul.

Sibiul rămâne o capitală a diplomatiei culturale și pentru italieni

De ieri, o importantă delegație italiană se află în România, cu scopul de a vizita și a derula contacte de parteneriat cu instituții publice administrative și cu medii neguvernamentale românești. Azi, 22 mai delegația italiană din CAGLIARI KARE este formată din 20 de persoane - oficialități, oameni de afaceri și de cultură, delegație condusă de împuternicitul Guvernatorului Franco Emilio Pirone, avocat Raffaele Gallus care este Past Guvernator Lions și de președintele Club Karel, doamna Pia Gattermayer. Delegația are programată o întrevvedere cu prefectul Constantin Trihenea, la ora 9.30, cu viceprimarul Sibiului, doamna Astrid Fodor, la ora 11.10, cu înalte fețe preotești. Delegația o să aiba întrevvedere și cu IPS Laurențiu mitropolitul Ardealului. Tot vineri, la ora 11.00, înainte de convorbirile de la Primărie, în holul Primăriei se va vernisa o expoziție de artă plastică realizată de artiști profesioniști din România și din Italia, eveniment ce face parte din programul Loja artelor - Principele Al. Cuza - susținut de mișcarea lionistică în parteneriat cu mai multe instituții naționale și internaționale.

Aici, se vor face și primele declarații de presă. Italienii vor vizita și expoziția



cotidianului Tribuna aflată în incinta primăriei. Tot în 22 mai, la ora 19.00, la Hotel Palace, o să fie semnat un document de parteneriat inter-cluburi Lions, document de parteneriat contrasemnat de districtele lionistice din cele două țări. Se vor semna și parteneriat pe domeniul administrativ, medical, sportiv, artistic și educațional. Deasemenea delegația o să faciliteze parteneriate între localități din Sardinia și localitățile sibiene - Rășinari, Sadu și Blăjuel. La Palace se ține o conferință de presă de 10 minute la care vor participa lideri lions din Italia și România. Delegația din Italia, a amai avut întrevvedere cu oficialități din Vâlcea și au vizitat Maânăstirea Cozia. În programul vizitei mai sunt incluse întrevvedere cu oficialități din Mediaș, Sighișoara, Tg. Mureș, Brașov și la finalul vizitei cu parteneri din București.

Tricolorul Italiei a fluturat în Sibiu, tricolorul României va flutura în Golful Îngerilor din Sardinia



Vizita delegației italiene din Cagliari-Karel, formată din oficialități, oameni de afaceri și de cultură, delegație condusă de împuternicitul guvernatorului Franco Emilio Pirone, avocat Raffaele Gallus, care este past guvernator Lions și de președintele Clubului Karel, doamna Pia Gattermayer, a ajuns la punctul final, iar rezultatele sunt peste așteptările organizatorilor evenimentului. A fost o vizită cu un program draconic, acceptat cu gentilețe de oaspeții României, care au avut șansa să-i cunoască și să-i aprecieze pe români altfel decât sunt percepuți pe calea mediatică internațională. În fapt, membrii delegației care sunt nu numai somități în domenii profesionale diferite, ci și oameni de mare influență diplomatică, au plecat din România cu un bagaj informațional complex și veridic, precum și cu mesaje de unitate și solidaritate latină adresate confrăților italieni din Europa Unită, un mesaj transmis premierului Italiei, Silvio Berlusconi, grație acelor oaspeți care se află în anturajul acestuia.

Contacte administrative

După convorbirile cu prefectul Constantin Trihenea, delegația italiană i-a solicitat acestuia să aibă în vedere posibilitatea unui schimb de experiență la nivelul Prefecturii județului Sibiu cu Prefectura din Cagliari, italienii fiind plăcut impresionați de corpul de specialiști ai instituției amintite. Tot în cadrul acestor întreveneri pe linie administrativ-teritorială au fost incluse întâlnirile cu primarii Valeriu Ivan, din Sadu, și Bucur Bogdan, din Rășinari. Cei doi au oferit materiale promoționale legate de comunitățile pe care le reprezintă și i-au înmănat past guvernatorului avocat Raffaele Gallus scrisori oficiale în care se solicită identificarea unor localități similare din Sardinia, pentru înfrățire. Pe raza județului, italienii au mai avut parte de o deplasare la Blăjeș, unde primarul Roman Toader a prezentat oferta investițională și oportunitățile de colaborare, în special în domeniul agriculturii, produselor ecologice și valorificării oieritului. Cât privește contactele cu viceprimarul municipiului Sibiu, Astrid Fodor, italienii i-au transmis primarului Klaus Iohannis posibilitatea de a dezvolta turismul cultural româno-italian, concepând programe culturale comune.

Contactele cu primarul din Călimănești au fost la fel de apreciate precum și cele cu viceprimarul Mediașului, Teodor Neamțu, și cu membrii din aparatul administrativ local. De aprecieri au beneficiat și viceprimarul Sighișoarei, Virgil Sorin Savu, și secretarul Humă Gheorghe, pentru modul în care gestionează patrimoniul UNESCO. Un punct important al vizitei a fost consacrat contactelor cu Centrul Regional de Formare Continuă pentru Administrația Publică Locală Sibiu, directorul general Mihai Baltador convenind asupra formelor de parteneriat, după ce a fost vizitat centrul amintit. Dintre instituțiile deconcentrate am reținut contactele speciale realizate pe linie medicală, stabilite prin Colegiul Medicilor de la Sibiu. Partea italiană a apreciat posibila colaborare cu un spital creștin privat din Sighișoara.



Colaborare lionistică



Cu implicarea președintelui Zonei 13 Lions România, componenții delegației italiene, membrii Lions ai Clubului KAREL au semnat un protocol de colaborare pe programe și proiecte lionistice cu omologii Clubului Oscar Lions Sibiu, în care sunt stipulate și modalități de susținere a tinerilor Lions, fapt pentru care protocolul se va extinde și la Clubul Campus Sibiu. Lionistii italieni ar fi dorit să stabilească și cadrul de colaborare între cluburile care i-au născut pe cei de la Oscar, dar părțile au convenit ca acest demers să se materializeze prin două scrisori de intenție ce urmează să fie parafate de cluburile Decan și Cagliari - Karel.

Protocolul amintit a fost semnat de președintele Clubului Karel, doamna Pia Gattermayer, de președintele Beniamino Faoro, document contrasemnat de împuternicitul guvernatorului Franco Emilio Pirone și de viceguvernatorul Adriana Cazan, în numele guvernatorului Districtului 124 în exercițiu. La solicitarea lui Raffaele Gallus, documentul a fost semnat de past guvernatorii Lions, pe mandatul cărora a fost născut clubul sibian.

Viitoare colaborări lionistice au fost stabilite pe raza județului Vâlcea, la Călimănești-Căciulata, cu primarul Ilie Amuzan și Ion Didoiu, cu membrii clubului rural din Mărginime, cu membrii clubului din Sighișoara, ultimii lăsând o impresie excelentă, cu membrii clubului din Mediaș, cu branch-ul de la Tg. Mureș și cu lionști din județul Alba.

Parteneriat cultural

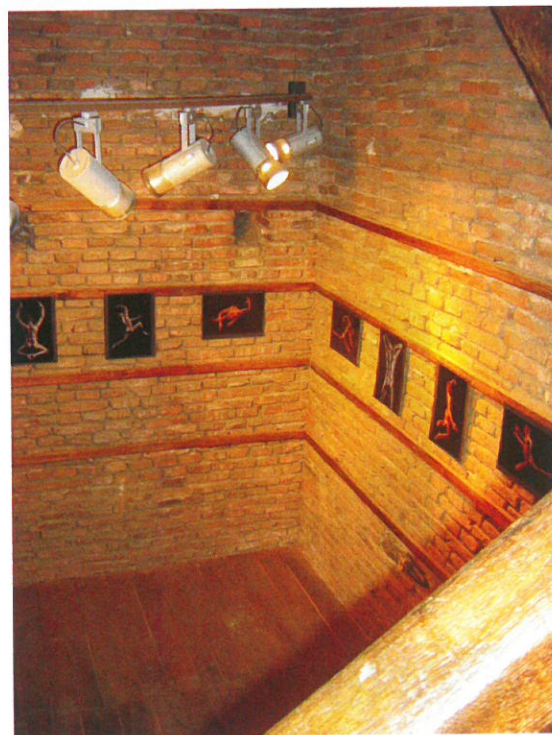
Aria relațiilor culturale româno-italiene va avea o amploare mai mare, italienii fiind încântați de programele la care au asistat. Oferta „Teatrului de Balet” și a membrilor de la Youth Orchestra - compusă din membrii Campus, programul prezentat de ansamblul folcloric „Călușarii” din Rășinari, spectacolul folcloric de la Blăjeș au avut darul de a smulge ropote de aplauze.

Expoziția de artă plastică realizată de artiști profesioniști din România și din Italia, eveniment ce face parte din programul Loja artelor - Principele Al. Cuza - susținut de mișcarea lionistică în parteneriat cu mai multe instituții naționale și internaționale, a fost deosebit de apreciată. Din partea lionistică română au participat artiști profesioniști din Alba Iulia, Craiova, Râmnicu Vâlcea, Iași, Botoșani, Suceava, Tg. Mureș, Sibiu, Mediaș, Arad, Oradea și București. Italienii sunt parteneri nu numai la expoziția de la primărie, ci și la Turnul Sfatului, cât și la CEC BANK. De mare prețuire a avut parte și expoziția Casei de Presă și Editură Tribuna, oaspeții fiind informați de istoricul celui mai vechi cotidian și de aria sa de răspândire în județ.



Turismul și noua imagine a României

Oaspeții au fost impresionați de eleganța Sibiului, de serviciile hoteliere, identificând oportunități în oferta turistică. Cât despre Ramada, care a fost cartierul lor general, doar cuvinte de laudă, la fel cum au fost cele adresate centrelor de informare Sibiu și Mediaș. Italienii au apreciat brandul cultural "Misterele din cetatea Mediașului", care le-a fost prezentat, precum și cartea "Mitul lui Orfeu și francmasoneria albastră", carte aparținând autorului Adrian Matei. Am remarcat și intervenția unui invitat care considera că brandul unui oraș trăiește și prin calitatea oamenilor acestuia, capitol la care zonele vizitate au excelat. Contacte ecumenice, universitare, juridice și nu numai Întrevederea cu IPS Laurențiu, Mitropolitul Ardealului, vizitarea Catedralei Mitropolitane și a altor lăcașe de cult, vizitarea muzeelor din Sibiu, din Sighișoara, adresarea unor scrisori diplomatice reprezentanților mediilor ecumenice evanghelic, catolic și romano-catolic au fost urmate de contactele cu universitari sibieni, și cu reprezentanți ai mediului juridic - președintele Tribunalului Sibiu, prof. univ. dr. Marcel Rusu, reputatul avocat Nicolae Ucă,



Un gând de final

Cum în urma acestui program media locală și națională au avut amabilitatea de a marca momentul, cu mențiuni speciale la adresa cotidianului Tribuna și Realitatea TV, oaspeții din Italia le mulțumesc și ne-au rugat să transmitem organizatorilor, oficialităților, lioniștilor recunoștința lor de a fi avut prilejul să cunoască o altă față a României, gânduri la care au alăturat cele mai frumoase sentimente de prietenie adresate sibienilor și cetățenilor din România, gest pentru care nu putem decât să spunem mulțumim Cagliari-Karelli, mulțumim Sardinia!, mulțumim Italia!, mulțumim ginta latină! Grazie a tutti!

PZ Adrian Popescu Presedinte Zona 1

LC Burebista VIAȚA TE ÎNVAȚĂ SĂ FII MODEST

De foarte multe ori în viață m-am întrebat și mă mai întreb de ce fac mii de oameni ceea ce fac? De ce fac bine sau de ce fac rău! Probabil că răspunsurile nu vin – poate nici în ceea ce mă privește – nu se găsesc acelea care mi-ar conveni, și asta probabil pentru că fiecare individ este dominat de adevărul său. Să-i spunem „adevăr”, chiar și celui gest pe care în mod convențional oamenii îl categorisesc minciună.



După o pauză motivată de indisciplină sufletească, de resemnări mărunte, de unele dezamăgiri provocate de cenușiul din jurul meu – mă refer în special la praful de peste tot – oarecum rușinată, m-am hotărât să iau un pix și o hârtie albă și să găsesc un motiv de a mă exprima în vreun fel.

Hârtia n-a rămas mult timp nemaculată. Mă bucur că am găsit un motiv serios foarte repede. Motiv care – sper – mi-ar putea răspunde la întrebările înșirate la începutul foii.



În ziua de 2 mai am fost, împreună cu doar câțiva colegi de club – puțini – la Mogoșoaia. Acolo se află mica minune ivită din mâinile și sufletul neobosit al lui Mihai Bibicu („Tarabostes,,): casa copiilor abandonati. O casă în adevăratul sens, o casă adevărată.

Primitoare, utilată, chiar cochetă; oricum se poate trăi foarte bine în ea. Există acolo spații verzi, câini, zarzavaturi; există oameni gospodari care fac eforturi deosebite să mențină echilibrul vieții de fiecare zi. Dar mai ales, și asta e lucrul cel mai important și grav în același timp, trăiesc acolo 21 de copii. De diferite vârste. Copii singuri ce se au numai pe ei. Copii frumoși, copii curați, copii inteligenți. Copii vii!

Cum și-au luat îngăduința cei care – probabil dintr-o întâmplare nefericită – le-au dat naștere și apoi, fără pic de remușcare să-i abandoneze? Fără măcar să clipească. Cum răspundem la întrebarea asta, cum aflăm de ce fac unii oameni rău? Rele. Foarte mulți trăiesc rău, urât și, mai cu seamă, nici nu știu acest lucru. Darmite să se mai preocupe de alții.



Grija față de alții... Cam pe-aici trebuie să căutăm răspunsuri. Mai înainte să ne întrebăm totuși: ce cale luăm? Cine suntem și cine vrem să fim? Ce facem cu noi și cu copiii noștri, cu cei lăsați de izbeliște?

Minunăția lui Mihai Bibicu, purtând un nume semnificativ – Fundația THE DOOR ROMANIA, începe să se clatine. Ajutoarele substanțiale date între 1990 – decembrie 2008 de către NORWEGIAN AID, la inițiativa Lions District 104 D din Vergen, Norvegia, au încetat. (Să nu uităm că însuși Regele Harald a deschis Centrul de la Mogoșoaia în 1999.)

Gândul meu – sigur alături de sufletul lui Mihai Bibicu – dar și al altora se îndreaptă spre întregul District din România, cu rugămintea de a nu lăsa să se distrugă un lucru atât de bun, dar, mai ales să nu se distrugă sufletele nevinovate ale celor 21 de copii care fac ceva: învață, se educă și știu, totuși, să și zâmbească.

Cei care în ziua de 2 mai am făcut o scurtă vizită la Fundație (Eugenia Băclea, Orlando Voica, Cristina Deleanu – Club Burebista, avându-l alături pe entuziastul Eugen Cristea (Cavalerii Luminii), Ion Voinescu – Președinte Tarabostes și Dr. Andrei Kozma - Past Guvernator), cu micile noastre cadouri, nu

Vă doresc să vă gândiți cu sufletul, Cristina Deleanu - „BUREBISTA”.



LC Iași D LA ÎNCEPUT DE PRIMĂVARĂ

Chiar dacă această primăvară este mai năzuroasă și se lasă așteptată, la propriu mai mult ca în alți ani, nerezistând revenirilor, uneori prea în forță, ale unei ierni ce nu se vrea dusă, membrii celor trei Cluburi Lions din Iași – Lions Club D, Lions Club Iași 2000 și Lions Club Iași Decan – s-au hotărât să-i sfideze toanele organizând o foarte reușită petrecere a zilei de 8 martie, dedicată femeii, iubirii și florilor.

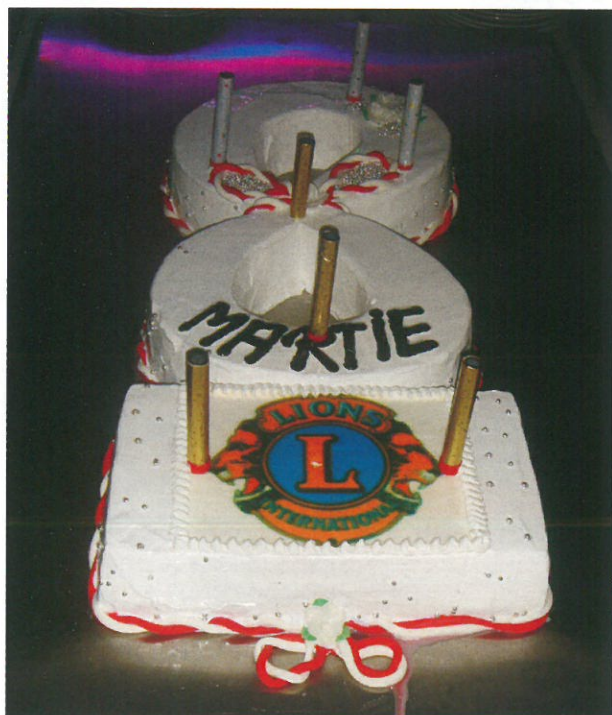
Locația – ca și pentru numeroase alte evenimente festive – a fost Restaurantul Casa Vânătorului, iar gazda, inimosul nostru coleg, Virgil Gafița (Lions Club Iași, 2000), care, de data aceasta, parcă s-a întrecut pe sine, prin grija deosebită pentru un ambient de un extrem rafinament și eleganță.

Florile, cu care au fost întâmpinate doamnele, meniul foarte apetisant și bine ales – chiar dacă, prin consistența sa, un posibil dușman pentru siluetele aniversatelor! - precum și atitudinea plină de solitudine a domnilor, toate au contribuit la atmosfera de bună dispoziție și antren în care membrii cluburilor Lions din Iași, împreună cu familiile, au petrecut împreună o frumoasă duminică de primăvară, stârnind dorința repetării unor asemenea întâlniri, atât pentru destindere cât și pentru o mai bună cunoaștere reciprocă și o mai eficientă colaborare în viitor.

„Aniversatele” în așteptarea... meniului

Frumos decoratele torturi – adevărate torturi pentru doamne!!!

Aspecte din sală



PC Rodica Ionel, LC Iași D

design
build
build



Bautrust
design & build

La Bautrust, construcțiile sunt pe mâini bune!



Electrogrup - București

Bautrust integrează soluții complete de:

**Construcții
Antreprenoriat General
Design/Build**

P-ța 1 Mai, Nr. 3, Cluj - Napoca,
400058, România, Tel.: 0264 437 929 www.bautrust.ro

LC Genesis Cluj

Mirajul scenei atrage și copii cu deficiențe de vedere

Scena rămâne un magnet pentru foarte mulți, mici sau mari, de pe scenă sau din sală. Dar când pe scenă sunt numai copii, iar dintre aceștia în majoritate sunt cei cu diverse deficiențe, atunci scena poate fi un miraj! A scrie o mică poveste despre organizarea unui festival cu și pentru copii, cu deficiențe sau nu, este greu de realizat, pentru că faptele se împletesc cu sentimentele.

Istoria acestui festival începe în anul 2007, odată cu prima colaborare dintre clubul Lions Genesis și tinerii din echipa YouthBank, un program al Fundației Comunitare Cluj, când am contribuit la susținerea unuia din proiectele lor de atragere și implicare a elevilor de liceu în activități în beneficiul comunității.

Proiectele derulate de clubul nostru până atunci pentru elevii de la Liceul pentru Deficienți de Vedere ne-au ajutat să descoperim atât interesul cât și talentul acestor copii pentru actul cultural, dar mai ales dorința acestora de a transmite către întreaga comunitate preocupările și realizările lor. Astfel, ideea acestui festival a apărut natural, ca un mijloc prin care suntem invitați să îi cunoaștem.

Tinerii de la Liceul pentru Deficienți de Vedere au propus un Festival de Teatru, **Miraje**, urmând ca la realizarea și organizarea acestuia să fie susținuți de Lions Genesis și asistați de echipa YouthBank, coordonată de neobositul Alin Vaida, elev al unui liceu clujean.

Stabilirea locației, Casa de Cultura a Studenților, o scenă adevărată, a fost posibilă cu sprijinul altui membru al lionismului clujean, Silviu Corpodean, membru al LC Transilvania.b

Prima ediție a avut loc în 23-24 aprilie 2008 și a adus pe scenă trupe de teatru de la licee din Cluj, Turda și Zalău. Atunci, în 2007, piesa trupei Calor formată dintr-un grup de elevi ai Liceului pentru Deficienți de Vedere, "Ușa", o piesă a cunoscutului Matei Vișniec, pusă în scenă sub îndrumarea



unor studenți de la Facultatea de Teatru și Televiziune, a fost un real succes și a constituit piesa de rezistență a festivalului, în cadrul unui program extrem de valoros și echilibrat, atragând cel mai mare număr de spectatori, colegi ai lor și din alte licee clujene. Printre alții, au participat la vremea aceea Ego Spero – trupa de teatru a Fundației Familiei Rațiu, Turda, cu piesa: "Vise spulberate" de Eugen Wohl, Liceul de Informatica „Tiberiu a





Față în față – trupa de teatru a Colegiului National „George Coșbuc” cu piesa: „Condamnat la Moarte” de Matei Visniec, Vizionarii - trupa de teatru a Liceului Teoretic „Mihai Eminescu” cu piesa: „Viziunea Eva Fiko, elevă a Liceului pentru Deficienți de Vedere Cluj-Napoca spunea la finalul primei ediții a festivalului: „Teatrul m-a făcut să am mai multă încredere în mine. Mă bucur că am reușit să formăm trupa Calor și să avem șansa de a participa în afara școlii cu spectacole, așa cum este participarea la Festivalul Miraje. Acest festival ne dă șansa să construim relații nu numai cu cei asemeni nouă, dar și cu publicul iubitor de artă.”

Succesul primei ediții, realizat cu multă muncă și dăruire, impactul asupra tuturor participanților, actori sau spectatori din Liceul pentru Deficienți de Vedere, interesul manifestat de colegii acestora cu alte preocupări artistice a determinat transformarea festivalului într-un festival cultural, care aduce pe scenă, alături de teatru, muzica și dansul.

„După prima ediție am primit reacții foarte bune din partea copiilor care urmează clasele Liceului pentru Deficienți de Vedere Cluj-Napoca și care au participat la festivalul de teatru din 2008, precum și din partea părinților acestora. N-am vrut să ne limităm pentru această ediție la zona locală și am dorit ca un număr cât mai mare de copii cu dizabilități să se poată bucura de beneficiile acestui eveniment”, a declarat Alin Vaida, coordonatorul festivalului cultural „Miraje”.

Popoviciu” cu piesa Marionetele, piesă în limba engleză, de John Nasch, trup de teatru a Liceului „Liviu Rebreanu”, Turda cu piesa: „Titanic Vals” de Tudor Musatescu, Viceversa – trupa de teatru a Liceului Teoretic „Mihai Eminescu” cu piesa: „Scaunele” de Eugen Ionescu, Calor – trupa de teatru a Liceului pentru Deficienți de Vedere cu piesa: „Ușa” de Matei Visniec, trupa de teatru a Liceului de Coreografie si Arta Dramatica „Octavian Stroia”, Hyperion – trupa de teatru a Liceului Pedagogic „Gheorghe Șincai”, Zalău cu piesa: „Minunile Artei” de Tudor Popescu,



Gheorghe Cîmpean, clasa a XII-a, elev al Liceului pentru Deficienți de Vedere ne spune: „Am dorit mereu să fac teatru și chiar să devin actor, iar acest festival este un pas important pentru mine.

Fiecare membru al echipei face acest lucru din plăcere; am lucrat mult la pregătirea piesei și încercăm să dăm tot ce avem mai bun”, și drept urmare îl regăsim la ediția a 2-a în calitate de prezentator.

Ediția a 2-a s-a desfășurat în perioada 6-7 mai 2009, și a adus pe scenă circa 130 de copii și tineri de la școli și licee „normale” sau pentru tineri cu dizabilități, din Cluj, Sighișoara, Sibiu și Simeria, care au prezentat piese de teatru, dansuri folclorice și de societate, și muzică.

Debutul celei de a doua ediții a avut loc în prezența unui număr impresionant de spectatori, aproximativ 400 de persoane, rude și părinți, colegi și profesori, prieteni ai „actorilor”, dar și alți oameni interesați să cunoască preocupările acestor tineri.

Locația aleasă să găzduiască „Mirajele” a fost tot Casa de Cultură a Studenților, cu ajutorul aceluși neobosit Silviu Corpodean, prin acest lucru dorindu-se motivarea copiilor participanți să interpreteze numere de teatru, dans și muzică pe o scenă cu adevărat importantă.

În prima zi a festivalului au evoluat:

Trupa de teatru Prichindel a Centrului de Educație Incluzivă Cluj-Napoca, piesa „Visul Magic”, Scenariu/Regie: Mariana Popa

Trupa de teatru a Centrului de Pedagogie Curativă Simeria, piesa „Aurul Stelelor”

Trupa Salsa Vida: Dans de societate

Trupa de teatru Dublat, piesa „Apa de lăvel” de Matei Visniec

Clubul de dans sportiv Quickstep, Dans de societate: rumba, slowfox

Trupa de teatru Calor a Liceului pentru Deficienți de Vedere Cluj-Napoca, piesa „Evreul antisemit” după Shalom Alehem, Regia: Delia Gavlitchi



Seara s-a încheiat cu un concert de muzică folk susținut de Trupa Autograf. Programul zilei de 7 mai a început cu un work shop desfășurat la Liceul pentru Deficienți de Vedere, susținut de actrițe de la Naționalul clujean. Înainte de evoluțiile programate în această zi, invitații au beneficiat de o relaxare plăcută în Grădina Botanică din Cluj, unde au fost însoțiți de tineri voluntari clujeni. Au urcat pe scenă, începând cu ora 18:

Ansamblul folcloric al Centrului de Pedagogie Curativă Simeria: Căntece și dansuri tradiționale românești
Ansamblul de dans popular Flori de Mai al Liceului pentru Deficienți de Vedere Cluj-Napoca

Trupa Contrapunct a Liceului pentru Deficienți de Vedere Cluj-Napoca: Dans de societate

Trupa de dans Stardance și orchestra muzicală a Centrului Școlar pentru Educație Incluzivă nr. 2 Sibiu





Ansamblul folcloric Tara cantecelor mele, Școala Generală Seleuș: Colaj de cântece populare de pe Târnave
Trupa de teatru a Școlii Generale Seleuș, piesa "Onoarea Clasei", Regia: Daniela Suci

Trupa de Teatru Arca Lui Noe a Casei Municipale de Cultura din Cluj cu piesa „O noapte furtunoasă”, adaptare după I.L.Caragiale, regia: Alexandru Robert NAGY.

Evenimentul s-a încheiat cu festivitatea de înmânare a diplomelor de participare, un moment interactiv electrizant susținut de Karen Attila Sebesi, realizator de emisiuni la TVR Cluj, actor, prieten și constant colaborator al evenimentelor organizate de Lions Genesis.

Acum, că am descris evenimentele, acum că a căzut cortina, ce rămâne? Rămâne bucuria proiectului finalizat, rămâne bucuria citită pe fața actorilor și spectatorilor. Dar oare cine a fost cel mai câștigat din implementarea acestui proiect? Poate mai micii sau mai marii actori, care și-au arătat talentul, sau poate tinerii care s-au implicat în organizarea acestui proiect – un festival al tinerilor organizat de tineri liceeni și care au demonstrat cu prisosință că sunt în stare să gestioneze un proiect de asemenea anvergură; poate totuși cei mai câștigați au fost elevii din liceele „normale” care au văzut că diferența între ei și cei din școlile speciale sunt neînsemnate, că îi unește interesul pentru artă, oricare ar fi forma ei de exprimare.

LC Genesis dorește includerea acestui proiect în categoria celor permanente, pentru că dincolo de reușita programului, dincolo de beneficiile directe, **MIRAJE** constituie o oportunitate de colaborarea a tuturor organizațiilor implicate și implicarea directă în comunitatea locală. Festivalul este o dovadă că activitățile în interesul comunității unesc oamenii și eforturile lor în vederea realizării unui scop comun: integrarea fiecăruia dintre noi între semenii noștri.



Liana Mureșan - LC Genesis

LC Constanța

Desene pe asfalt în centrul Constanței

Constanța, 31 mai 2009

O dimineață însorită, glasuri vesele de copii, voie bună, câteva cutii cu cretă colorată și multă imaginație. Ingredientele ideale pentru a sărbătorii așa cum se cuvine Ziua Internațională a Copiilor.

Ioan BARATĂ
Președinte LC Constanța

Paul ALEXE
Responsabil comunicare



Duminică, 31 mai, în Parcul Teatrului Național Constanța, Lions Club Constanța și Clubul Leo au organizat concursul de desene cu creta pe asfalt dedicat Zilei Internaționale a Copiilor (ediția a X-a). O inițiativă la care au răspuns "prezent" 50 de copii de la școlile și grădinițele din Constanța, printre aceștia aflându-se și un grup de 15 copii de la Centrul de plasament "Antonio". În acest an, tema concursului a fost... chiar Ziua de 1 Iunie – Ziua Copilăriei. Timp de mai bine de o oră, copiii au lăsat frâu liber imaginației, invitându-ne, cu generozitate, în lumea mirifică a copilăriei. "Lions Club Constanța organizează în mod tradițional această manifestare. Într-o perioadă în care parcă am uitat cum să ne bucurăm, desenele acestor micuți au darul de a ne readuce zâmbetul pe buze și speranța în suflet", a declarat Ioan Barată, președintele Lions Club Constanța.

Efortul copiilor a fost răsplătit cu premii oferite de parteneri cu inimă mare și suflet generos: Direcția pentru Sport a Județului Constanța, La Pizza, Academia de fotbal "Gheorghe Hagi", Carlsrom Beverage, Grupul de firme "Boromir" și Uvex Star SRL.



LC Suceava aniversează 15 ani de la înmânarea Chartei

8 mai 2009

Clubul Lions Suceava a sărbătorit pe 8 mai 2009, 15 ani de la primirea Chartei. Într-un cadru sărbătoresc, la restaurantul Zamca din Suceava, evenimentul festiv a reunit: membrii fondatori (Corneliu Orezeanu, Nelu Opincaru, Nelu Tașcă, Gheorghe Ciocan), membrii actuali ai clubului, invitați de seamă de la Cluburile "nașite" de L.C. Suceava: Lions Club Botoșani – președinte Cornel Enache, Lions Club Rădăuți – reprezentant Cătălin Botezat, Clubul Rotary Suceava – președinte Dan Cușnir, Lions Club Bistrița – președinte Sorin Herciu, Clubul de Doamne Lions Iași – Mirela Grigorovici, Clubul Leo Bucovina – președinte Luiza Curelușă, împreună cu reprezentanți ai presei și oameni de cultură din municipiul Suceava.

Invitat de onoare, Guvernatorul Districtului 124 România, Niels Schneckner a felicitat Clubul din Suceava și a înmănat fanioane și insigne președintelui Clubului, Vasile Crăciunescu, precum și președinților Cluburilor Lions din Rădăuți, Botoșani, Leo Club Bucovina și Clubului Rotary din Suceava.

Amfitrionul serii, Corneliu Orezeanu – Past District Guvernator a prezentat un



scurt istoric presărat cu amintiri încărcate de emoție, dar și fotografii de la evenimentul de înmănare a Chartei la care au participat prieteni din Clubul naș – L.C. Lyon Sud – District 103 Franța. În continuare, Ovidiu Dumitrescu a pregătit un reușit montaj de fotografii și filme de la acțiunile Clubului Lions Suceava, desfășurate în cei 15 ani de activitate. Cristina David, președinte de zonă, a înmănat Guvernatorului Niels Schneckner și membrilor fondatori prezenți o frumoasă plachetă aniversară.

Din anul 1993 până în prezent, Lions Club Suceava a derulat diverse acțiuni și proiecte:

> 1993 – 1995: Participare la constituirea Căminului de bătrâni Sfântul Ioan cel Nou de la Suceava, așezământ realizat prin strădania și cu binecuvântarea I.P.S. Pimen, Arhiepiscop al Sucevei și Rădăuților.

> 1995: Constituirea și dotarea cabinetului medical al Căminului de bătrâni Suceava cu aparatură medicală și medicamente;

> 1995 – 2002: Acordarea de asistență medicală și medicamentoasă gratuită persoanelor în vârstă, rezidenți sau nu ai Căminului de bătrâni Sfântul Ioan cel Nou de la Suceava;

> 1999 – 2006: Acordarea de burse, anual, unor studenți sau elevi merituosi, dar cu posibilități materiale reduse;

> 2001: Organizarea unui spectacol de gală, de 1 iunie, pentru strângere de fonduri din care s-a finanțat, în luna august, o tabără pentru copii supradotați din Bucovina (câștigători ai unor concursuri școlare la nivel național);

> 2004: Participarea la Programul U.D.E.L. – L.C. Suceava a facilitat și susținut participarea a două studenți în științe economice, cu rezultate profesionale deosebite, la cursurile Universității de vară Lions care s-a desfășurat timp de trei săptămâni, în luna august 2004, la Centrul Internațional Valbonne, pe Coasta de Azur;

> 2004 – 2006: Proiectul S.P.E.R. (Socializare Prin Educație și Reintegrare),

proiect realizat în colaborare cu L.C. HAARLEMMERMEER și Fundația CORDAID din Olanda (care au asigurat finanțarea inițială, în valoare de 8000 de euro). În cadrul proiectului, L.C. Suceava a achiziționat mobilier și patru calculatoare performante (cu toate accesoriile aferente), conectate în rețea, pe care le-a pus la dispoziția Asociației Umanitare Angels Hope pentru înființarea unui mini-club internet destinat copiilor și tinerilor, membri ai Asociației. Asociația Angels Hope reunește 115 persoane, cu vârste cuprinse între 1 și 60 de ani, din județul Suceava, afectate HIV-SIDA.

mai 2006: Organizarea acțiunii umanitare "Să redăm darul vederii". Proiectul s-a materializat în organizarea unei Clinici de campanie (în sala polivalentă a Liceului cu program sportiv), acordarea de consultații oftalmologice, gratuit, unui număr de aproximativ 12400 de persoane defavorizate cu



posibilități materiale reduse, din municipiul și din localitățile apropiate, de către o echipă formată din 30 de voluntari, medici oftalmologi și specialiști optometriști, din Statele Unite ale Americii și Italia, prescrierea și distribuirea, de asemenea, gratuit, a circa 20000 perechi de ochelari;

2003 – 2008: Organizarea și finanțarea, anual, a fazei locale a concursului internațional Lions de grafică, adresat copiilor cu vârste între 11 și 13 ani, **AFIȘE PENTRU PACE;**

2004 – 2008: Proiectul "Vedere clară, ochi sănătoși" se înscrie în Campania Sight First II lansată de LIONS International în parteneriat cu O.M.S. (program Vision 2020), fiind orientat în special pe ocrotirea vederii copiilor și prevenirea orbirii infantile. Medicii oftalmologi care s-au dedicat acestui proiect sunt: dr. Cristina David (cabinet oftalmologic Novaoptic) și dr. Georgeta Martiniuc (cabinet oftalmologic Glaucoș Med), membrii ai Clubului Lions. În cadrul acestui program au fost efectuate consultații gratuite la copii din grădinițele și școlile din județ; **august 2008:** Ajutarea persoanelor afectate de inundațiile care au avut loc la sfârșitul lunii iulie 2008. Acțiunile umanitare desfășurate în comuna Todirești, județul Suceava, în data de

16 august 2008: cumpărarea și distribuirea a 1040 litri de ulei, 1040 kg de orez, 520 kg de zahăr, 2150 bucăți conserve, 1040 cutii de detergent și 1040 bucăți de săpun; valoarea totală a produselor distribuite a fost de23 510 lei. În data de 19 august 2008 au fost distribuite familiilor sinistrate din comuna Straja, produse în valoare de 38 600 lei, constând din: ferestre și uși PVC cu geam termopan – 98 mp, ciment – 5,6 tone, grâu de consum – 40 de saci și haine – 39 de saci;



februarie 2009: "Să redăm darul vederii" – proiect realizat împreună cu L.C. Botoșani, constând în consultații oftalmologice gratuite și ochelari oferiți celor 500 de persoane din satul Brehuiești, jud. Botoșani;

Clubul Lions Suceava are în prezent 24 de membri: Vasile Crăciunescu – președinte, Airoaei Corneliu Doru, Andrieș Angela, Belioae Nicolai, Boudet Felix, Cerlincă Florin, Cojocariu Titel-Răzvan, Cojocariu Daniela, Costin Elvira Melania, Costin Sorin Liviu, Crăciunescu Elena, David Cristina, David Manuela Elena, Dediuc Corneliu Florian, Dumitrescu Ovidiu-Clemente, Ilie Vasile, Martiniuc Corneliu, Martiniuc Georgeta, Opincaru Nelu, Orezeanu Corneliu, Stănescu Corina, Stănescu Dorin Stelian, Steiciuc Mihai-Aurel, Tașcă Ioan.

Elevii de la Colegiul de artă "Ciprian Porumbescu" din Suceava au încântat audiența cu un program de muzică de cameră frumos ales și interpretat cu virtuozitate. Susținerea de către L.C. Suceava a evenimentelor artistice organizate de Colegiul de Artă în ultimii ani a fost apreciată de directorul acestei instituții, domnul profesor Sever Dumitrache și de doamna Lucia Pușcașu, președinta filialei Suceava a Uniunii Artiștilor Plastici din România. Evenimentul ne-a adus mai aproape, întărind sentimentele de solidaritate, de prietenie și spiritul de colaborare în proiectele de viitor ale Cluburilor Lions înfrățite. **WE MAKE A DIFFERENCE!**

Cristina David, președinte zonă, Lions Club Suceava

Eveniment Ziua Lions cu ONU

Vineri, 13 martie 2009, a avut loc la sediul Misiunii ONU din București prima aniversare a zilei Lions cu ONU din istoria Districtului nostru.

La întâlnire au participat, în calitate de oficiali: Jan Sand Sorensen, rezident coordonator ONU în România

Petru Dumitriu, Director General pentru Afaceri Globale în Ministerul Afacerilor Externe, și Niels Schneckner, Guvernatorul Districtului 124 România.





Manifestarea s-a bucurat de participarea unui număr semnificativ de membri Lions, precum și de asistența unora dintre directorii de departament ai misiunii ONU în țara noastră.

În cuvântul său, Excelența sa, domnul Jan Sand Sorensen a remarcat prezența ONU în România, precum și rolul țării noastre în activitățile acesteia, și a salutat inițiativa Districtului nostru de a marca ziua Lions cu ONU, sperând că de acum acest eveniment să devină unul anual.

Rezidentul ONU și-a manifestat deschiderea către proiecte comune, mai ales în contextul actualei crize financiare și economice mondiale, criza care nu ocolește nici Organizația Națiunilor Unite. În acest sens, Domnia sa a menționat utilitatea sprijinului financiar de către Lions a proiectelor ONU, și

disponibilitatea organizației pe care o reprezintă în vederea accesării experienței și serviciilor pe care ni le pot pune la dispoziție.

Domnul Petru Dumitriu a salutat de asemenea prezența Districtului nostru și a subliniat importanța deschiderii de către organizațiile nonprofit și nonguvernamentale către colaborare, dialog și construcție a unei societăți democratice. În alocuțiune Domnia sa a menționat multiple aspecte și planuri ale vieții cotidiene în care Lions și ONU pot colabora, remarcând importanța unor alte ocazii în care colaborarea dintre ONU și organizațiile nonguvernamentale a avut un deosebit succes.

Guvernatorul Niels Schneckner a făcut un scurt istoric al Districtului nostru și a prezentat multiple programe Lions, printre care și Sight First și Sight First II, care au fost încununate de succes. Considerând că experiența acumulată de organizația noastră în desfășurarea diverselor programe nu poate decât să ducă la elaborarea unor acțiuni și mai eficiente, și Domnia sa a menționat deschiderea pe care Lions România și Lions Clubs International o au pentru programe comune cu ONU, atât la nivel național, cât și la nivel mondial.

La sfârșitul discursului său, Guvernatorul Niels Schneckner a înmănat fanionul și insigna anului său celor doi înalți oficiali prezenți la întâlnire, menționând că speră, de asemenea, ca această primă întâlnire să marcheze începutul unei tradiții în fiecare a doua vineri a lunii martie! În încheierea manifestării, cei prezenți au ciocnit o cupă de șampanie în cadrul unui cocktail care a marcat, într-o atmosferă relaxantă și prietenească, prima aniversare a zilei Lions cu ONU la București.



Dezvoltare personală Senior Lions Leadership Institute, Praga, februarie 2009

We make a difference.

Formarea de lideri de calitate este foarte importantă pentru viitorul Lions Club International. Acest lucru implică timp, efort și energie pe care un lider eficient trebuie să le dedice pentru dezvoltarea cunoștințelor și însușirilor de bun conducător.

În inima Europei, la Praga, în perioada de 19 – 23 februarie 2009 am participat la "2008 – 2009 Senior Lions Leadership Institute", alături de 50 membrii Lions din 18 țări europene. Districtul nostru a mai fost reprezentat de: Vlad Mircea – L.C. Timișoara, Cosmin Urian – L.C. Sighișoara și LEO Agnes Kozma.

Principalul obiectiv vizat a fost dezvoltarea cunoștințelor și abilităților în arta de a conduce, ceea ce s-a materializat în traininguri de comunicare, metode de a rezolva conflictele, abilități de a formula o viziune pentru viitorul mișcării lioniste și de a defini misiunea fiecărui club Lions.

Am beneficiat de trainerii cu o înaltă pregătire lionistică care ne-au devenit adevărați mentori: Nesim Levi (Turcia) – fost Director Internațional, Bruno Alquist (Suedia) – Director Internațional, Mike Hendi (Anglia) – fost Guvernator de District. Am găsit deosebit de interesante și practice subiectele care au tratat managementul schimbării, managementul proiectelor de comunicare și clădirea unei echipe de succes, programele de mentoring și dezvoltare membership, LCIF.

Într-o atmosferă deschisă, de înțelegere și prietenie, fiecare din noi am împărtășit din experiența și convingerile personale pentru a răspunde provocărilor și schimbărilor, pentru a vedea cum acceptăm și dezvoltăm diversitatea, cum să selectăm și să realizăm proiecte care să corespundă cel mai bine nevoilor comunităților locale.

Am avut de pregătit, de asemenea, și un proiect lionistic pornind de la o temă dată. Pentru aceasta, am lucrat cu o echipă formată din Sergio Martina (Italia), Akeri Melo Isara (Finlanda), Cagatay Tiritoglu (Turcia) pe care a trebuit să-i contactez înainte de începerea cursului de la Praga și să coordonez echipa ca team leader. Am format un grup pe FACEBOOK la care toți participanții la institut au acces și acest lucru ne permite să rămânem în continuare în legătură unii cu alții, să schimbăm mesaje și fotografii, construind mai departe relația de prietenie care s-a format între noi.

Schimbul de idei, discutarea deschisă și detaliată a programelor și inițiativelor din diferite țări, activitatea în echipă, spiritul de colaborare și prietenia care s-a legat între membrii Lions participanți, toate au făcut din acest curs de instruire o experiență absolut unică și greu de uitat!

Cristina David, președinte zonă, Lions Club Suceava





LEADERSHIP

APRECIEREA MERITELOR: RECUNOȘȚINȚA, CA O ARTĂ (4)

**70 de căi de a recunoaște
munca celor din organizația Lions**
(continuare)

**16. Utilizați cuvinte EXTRA
SPECIALE în comunicarea scrisă
pentru a exprima recunoștința față
de performanțe
remarcabile.**

CUVINTE SPECIALE
Poate fi dificil să găsiți
un cuvânt potrivit pentru
a-l folosi în bilete și
scrisori sau când vorbiți
despre realizările unei
persoane. Aveți aici o
listă care v-ar putea
ajuta:

Corect	Organizat	Prietenos
Alert	Simpatic	Respectuos
Apreciativ	Practic	Ingenios
Capabil	Profesionist	Inteligent
Interesat	Descurcăreț	Logic
Amabil	Încrezător	Obiectiv
Cooperant	Sociabil	Optimist
Îndrăzneț	Conștiincios	Original
Dedicat	Serviabil	Persuasiv
Demn de încredere	Adaptabil	Punctual
Direct	Ambițios	De încredere
Efficient	Atent	Cu simț de reacție dezvoltat
Cinstit	Grijuliu	Sensibil
Înțelept	Constructiv	Pregătit
Sincer	Creativ	Tolerant
Glumeț	Categoric	Înțelept
Independent	Prudent	
Inovativ	Hotărât	
Amabil	Eficace	
Meticulos	Energic	
Deschis	Puternic	
	Onest	



*„Pot trăi două luni cu un compliment plăcut!”
Mark Twain*

**17. Trimiteți un fax plin de
recunoștință membrilor, la locul de
muncă.** Le va însenina ziua și poate fi o
sursă de mândrie dacă este împărtășit cu
colegii.

**18. Trimiteți o
felicitare
electronică, dacă
persoana căruia îi
sunteți
recunoscători are
acces la internet.**

Multe pagini de
internet, precum
www.lionsclubs.org
oferă acest serviciu
gratuit. Destinatarul va
avea o surpriză plăcută
când va vedea că ați
avut timp să-i fiți
recunoscători pentru

munca sa.

**Fiți recunoscători membrilor Lions
oferindu-le oportunități...**

**19. Lucrați cu oamenii pentru a-și
dezvolta talentele și abilitățile.** Fiți
recunoscători membrilor pentru eforturile pe
care le fac, trimițându-i la o întâlnire
specială, seminar de training sau la un
institut pentru lideri. Nu numai că le veți
aprecia potențialul, dar îi veți pregăti și
pentru un succes în viitor.

20. Întrebați oamenii ce cred. Fiți
recunoscători pentru performanțe cerându-le
să-și exprime ideile și părerile în proiecte,



activități și decizii în care sunteți implicați. Cereți-le sugestii pe diferite teme de discuție care i-ar putea interesa pe alți membri și ar putea face întâlnirile mai interesante. Mesajul este: „Opinia dumneavoastră contează pentru mine... Sunteți valoros.”

„Dacă vrei să te ridici, ridică pe altcineva.”
Booker T. Washington

Fiți recunoscători membrilor Lions prin asumarea responsabilității...

21. Oferiți-le celor devotați o șansă să-și asume mai multă responsabilitate sau să-i ajute pe alți membri Lions în același timp.

Fiți recunoscători pentru eforturile lor sugerându-le să devină mentori pentru alți membri. Poate că aprecierea cea mai mare față de realizările cuiva este să fie rugat să îi învețe pe alții.

22. Fiți recunoscători persoanelor rugându-i să vă reprezinte la întâlniri sau evenimente la care nu puteți participa.

Vor aprecia încrederea pe care le-o acordați și se vor simți bine știind că au mai multă responsabilitate.

Fiți recunoscători membrilor Lions inițiind acțiuni...

23. Păstrați totdeauna la îndemână o rezervă de felicitări cu textul

„Mulțumesc pentru treaba bună pe care ați făcut-o” astfel încât să le puteți aprecia realizările imediat ce au avut loc. Încercați să oferiți cât mai multe felicitări.

Un lider Lions din Statele Unite explică: „Întotdeauna am la îndemână felicitări în timpul călătoriilor mele și în timpul întâlnirilor ori când preiau anumite funcții importante Lions. Nu se știe niciodată când se ivește ocazia să fii recunoscător unui membru Lions dacă a îndeplinit cu succes o sarcină ori a acceptat o nouă provocare în munca sa.

Este destul de ușor și necesită un timp relativ scurt să scrii câteva cuvinte și să te

semnezi, ca să-ți arăți recunoștința față de cineva care o merită. În decursul anilor, folosind această metodă, am simțit lacrimi în ochi, ai mei și ai destinatarilor, cărora nu le venea să creadă că au devenit brusc atât de importanți.”

24. Cunoașteți-i pe colegii Lions ca oameni. Aflați care sunt lucrurile importante pentru ei. Întrebați-i despre hobby-uri, sporturi preferate, concedii, familie, etc. Astfel veți arăta că sunteți interesați și de cine sunt cu adevărat, nu doar de ceea ce pot face pentru dumneavoastră. Aceasta înseamnă recunoștință în cel mai simplu mod posibil.

25. Axați-vă pe calități mai mult decât pe defecte. Folosiți „regula 80/20”: petreceți 80% din timpul dumneavoastră pentru a susține lucrurile bune care se întâmplă, și doar 20% din timp pentru a repara ceea ce nu e bine. De cele mai multe ori lucrurile merg bine, iar atenția dumneavoastră față de oameni ar trebui să reflecte acest lucru.

26. Realizați o listă cu toți membrii Lions cu care intrați în contact de obicei.

Consultați apoi lista și gândiți-vă când le-ați fost fiecăruia recunoscători ultima dată... și pentru ce. Ar trebui să vă amintiți ultima dată când i-ați apreciat pe majoritatea dintre ei. Dacă nu vă amintiți, probabil nu faceți acest lucru destul de

des!

27. Surprindeți-i pe oameni făcând lucruri bune! De fiecare dată când participați la o întâlnire în cadrul clubului sau la alt eveniment Lions, încercați să surprindeți pe cineva făcând un lucru bun... și lăudați-l sau lăudați-o. În timp, veți vedea că ați dobândit o tendință de a vă concentra asupra lucrurilor bune pe care membrii Lions le fac.

În Statele Unite, un membru Lions obișnuiește să ofere panglici speciale de recunoștință la sfârșitul seminariilor sau



sau evenimentelor, celor care au participat. Pentru fiecare panglică oferită, le mai oferă una și îi roagă să o ofere unei persoane despre care ei consideră că a depus un efort excepțional și să-i fie recunoscători acelei persoane.

28. Verificați faptele! Asigurați-vă că oamenii merită cu adevărat să-i lăudați, înainte să o faceți. Singurul lucru mai rău decât recunoștința nesinceră este cea nemeritată sau deplasată – în special când alții, care știu adevărul, observă acest gest. **Fiiți recunoscători membrilor Lions cu cadouri simple...**

29. Oferiți propriile „Certificate de Recunoștință”. Dacă munca nu corespunde criteriilor programelor de recunoștință LCI, încurajați clubul să creeze propriile certificate pentru aprecierea serviciilor speciale, etc.

30. Pregătiți un număr de „abțibilde de recunoștință” și oferiți-le în mod neformal, ca să destindeți atmosfera și să le arătați membrilor Lions aprecierea dumneavoastră.

31. Niciodată nu subestimați puterea unei căni pentru cafea. Pot fi extraordinare cadouri în semn de recunoștință iar cei care le primesc le vor folosi cu siguranță în fiecare zi. *Un lider Lions din Europa explică despre oamenii din cultura sa că sunt „retrași”. Sunt oarecum împotriva exprimării verbale a aprecierii sau a mulțumirilor. Totuși, ei înțeleg importanța recunoștinței și trimit flori, bomboane și alte mici cadouri în semn de apreciere față de munca altruistă a voluntarilor lor.*

32. Gândiți-vă să folosiți planificatoare pe zile ca daruri de recunoștință. Le veți face un mare serviciu, iar ei își vor aminti în fiecare zi că le apreciați eforturile.

33. Puteți recompensa micile realizări cu pixuri sau bloc-notes-uri

personalizate cu un mesaj de mulțumire sau felicitări pentru munca realizată.

34. Vizitați secțiunea „Clun Suppliers” pe pagina de internet a LCI, sau unul dintre cataloagele care oferă cadouri de motivație și recunoștință, cumpărați câteva mici atenții să le aveți la îndemână când veți avea nevoie.

35. Nu treceți cu vederea ceea ce este evident. Invitați la prânz sau la cină un membru Lions sau un susținător care nu este membru, pentru a-i mulțumi.

36. Contactați un distribuitor local și comandați bomboane sau dulciuri cu ambalaje personalizate spunând

cuvinte precum

„Mulțumesc că sunteți un membru Lions excelent.” Nu sunt scumpe deloc și sunt un mod extraordinar de a exprima recunoștința pentru acțiunile zilnice care merită acest lucru.

37. Folosiți-vă de propriul hobby pentru a-i aprecia pe alții. De exemplu, dacă vă place să gătiți, exprimați-vă aprecierea față de un grup care a

lucrat la un anumit proiect oferindu-le cateva prăjituri. Nu va dura mult până când se va răspândi vorba: „Dacă primești prăjituri de la _____, înseamnă că ai făcut treabă bună.”

„Fiecare are un semn invizibil atârnând de gât, spunând: „Fă-mă să mă simt important(ă).” Mary Kay Ash

38. Nu vă fie teamă să le oferiți o banană! (vezi note)

La Compania Foxboro era necesar un progres tehnologic, astfel încât compania să reziste la început.

Într-o seară târziu, unul dintre oamenii de știință a intrat grăbit în biroul președintelui cu un prototip. Era exact ceea ce aveau nevoie pentru a-și menține afacerea în picioare. Uluit de eleganța soluției și năucit, neștiind cum să-l recompenseze, președintele s-a întins pe scaun, a cotrobăit prin sertarele biroului, a găsit ceva, s-a întins peste masă spre omul de știință și i-a spus „POFTIM!”





În mână sa se afla o banană – singura recompensă pe care reușise să pună mâna.

Din acel moment, acea mică „banană de aur” a reprezentat cea mai mare recompensă pentru realizări științifice la Foxboro.

Adaptat din „In Search of Excellence”
Tom Peters și Bob Waterman
Warner Books

39. Fiți recunoscători față de cineva oferindu-i o carte despre o temă preferată sau scrisă de un autor preferat, scriind câteva gânduri de recunoștință pe prima pagină.

Persoana respectivă își va aminti mesajul de recunoștință de fiecare dată când va lua cartea în mână.

40. Nu uitați de familia membrului clubului când selectați cadouri.

Includeți soțiile, copiii, nepoții și părinții când vă gândiți cum să le arătați recunoștința dumneavoastră,

41. Faceți o donație către LCIF ori către alte organizații susținute de Clubul Lions, în numele membrului căruia îi sunteți recunoscător.

De exemplu, o Donație de Membru Contribuabil LCIF, sau, pentru o persoană cu adevărat importantă, o Bursă Melvin Jones.

42. Mulți oameni nu au cărți de vizită.

Puteți să le arătați recunoștința pentru realizările lor oferindu-le cărți de vizită personalizate cu logo-ul Lions. Vor fi foarte mândri de realizările lor de fiecare dată când vor oferi o carte de vizită.

43. Apreciați-i pe „salvatori” cu o trusă de urgență, precum una pentru mașini, incendii, sau o trusă de prim-ajutor. Acest cadou le va arăta că sunt importanți pentru dumneavoastră, și ar putea fi adevărați salvatori... ÎN SENS STRICT!

44. Oferiți un mic cadou care îi va ajuta să ducă la bun sfârșit sarcinile; precum un dispozitiv pentru bilețele adezive (post-it), un stilou, un ceas de birou, un reportofon portabil, sau o cartelă telefonică de reîncărcare.

Fiți recunoscători membrilor Lions în diferite roluri...

45. Recunoștința nu se exprimă într-un proces de la superior la inferior (top-down). Liderii au și ei nevoie de recunoștință. Mult prea des, recunoștința este văzută ca ceva ce liderul trebuie să ofere celor care i se subordonează. De fapt, toți avem nevoie de întărire pozitivă. Data viitoare când credeți că unul sau mai mulți lideri Lions fac o treabă foarte bună, apreciați-i.

„Cele mai mari complimente pe care le pot primi liderii sunt acelea oferite de cei care lucrează pentru ei.”

James L. Barksdale

46. Cât de des sunteți

recunoscători celui care lucrează umăr la umăr cu dumneavoastră la un proiect? De ce să nu le mulțumiți celor care realizează partea lor de muncă? De ce să nu fiți recunoscători când alții participă pozitiv la imaginea clubului sau districtului dumneavoastră (sau chiar la imaginea dumneavoastră)?

„Nouă zecimi din înțelepciune o reprezintă aprecierea. Luați mâna cuiva și strângeți-o... înainte să fie prea târziu.”

Dale Dauten

47. Încurajați-i pe cei care nu au fost numiți sau aleși lideri, dar care dovedesc calități de lider în munca pe care o fac. Gândiți-vă la o veioză, o lanternă sau chiar la un bliț, ca simbol al conducerii sau al ghidării.

48. Nu uitați de cei care realizează performanțe remarcabile în mod constant. Evitați capcana de a vă





THE LION ROMÂNIA - DISTRICT 124

concentra atenția asupra unei singure realizare. Amintiți-vă numărul mare de membri Lions care mențin clubul, prin eforturile lor constante, în special cei care l-au susținut timp de mai mulți ani. Nu numai că le veți demonstra că eforturile lor sunt observate, dar îi veți inspira și pe alții.

Fiți recunoscători într-un mod unic...

49. Diversificați! Nu intrați în rutină oferind același tip de recunoștință mereu. Folosiți o varietate de aprecieri verbale, laude scrise, premii, cadouri, etc. Veți face ca aprecierea să fie un act memorabil și mult mai amuzant.

50. Dacă oferiți recompense „tangibile” pentru performanțe excelente, permiteți destinatarilor să opteze. Nu toată lumea apreciază bilete la film, iar alții nu ar purta niciodată tricouri personalizate sau șepci de baseball.

51. Împărtășiți succesul dumneavoastră!

Când sunteți apreciat pentru ceea ce ați realizat, apreciați-i și pe alții care au participat la succesul dumneavoastră.

52. Păstrați la îndemână un aparat foto, pentru a immortaliza diferite evenimente speciale sau persoane speciale. Puneți fotografiile într-un loc unde să le poată vedea oricine, iar după un timp, puneți-le într-un album, să se bucure toți de ele.

53. Aduceți un clopoțel la întâlniri sau la evenimente. Când se menționează o realizare, sau cineva spune ceva demn de apreciat, mișcați clopoțelul în semn de recunoștință.

54. Numiți ceva în onoarea lor. Când vă aflați în fața unei realizări importante, și nu puteți fi recunoscători în mod formal, numiți ceva după membrul căruia îi sunteți recunoscători. Ar putea să fie leșirea la Golf _____, sau Campania de Curățare _____.

55. Apreciați timpul cu care contribuie membrii, oferindu-le „cadoul timpului”.

Verificați în zona dumneavoastră ce servicii se pot oferi (sau rugați-i pe membrii Lions să vă ajute) și apoi oferiți-le un certificat cadou sau un cupon pentru unul dintre următoarele servicii:

- * Servicii de curățenie acasă
- * Transport sau taxi
- * Spălare mașină
- * Împachetare cadouri
- * Servicii de baby-sitting
- * Servicii de îngrijire a gazonului
- * Servicii pentru plimbarea câinelui
- * Servicii de curățat sau spălat haine
- * Cină



56. Recunoștința dumneavoastră trebuie să fie personală.

Aflați date ale unor evenimente importante din viața lor. Sărbătoriți-le zilele de naștere, aniversările și alte ocazii speciale.

57. Faceți-i pe membri să se simtă ca vedetele!

Folosiți premii de vedete, certificate sau abțibilde pentru a le

aprecia realizările excelente.

58. Aduceți o cutie de recunoștință la toate întâlnirile și evenimentele.

Umpleți-o cu felicitări, bilețele și abțibilde. Încurajați și alți membri să le folosească pentru a-și exprima recunoștința față de colegi pentru realizările lor. Fiți un exemplu și folosiți dumneavoastră înșivă cutia, cât mai des.

59. Faceți un PANOU AL FAIMEI.

Lipiți tot felul de imagini, certificate, articole de ziar despre activitățile membrilor Lions, bilețele de mulțumire, etc. la fiecare întâlnire. Încurajați-i și pe ceilalți să vină cu propriile contribuții să le lipească la întâlniri. *În India, membrii Lions care au avut contribuții importante în proiectele din spitale, clinici și școli sunt apreciați prin gravarea numelui pe o placă pe Panoul Faimei.*



60. Apreciați o contribuție specială prin crearea unui banner pentru a-i mulțumi acelei persoane și prezentarea lui la un eveniment special. Dacă vă întâlniți sau participați la un eveniment într-o locație cu indicator care se schimbă, puneți mesajul pe acel indicator, astfel ca el să fie văzut de toată lumea.

61. Creați un premiu „dați mai departe”.

Poate fi un mic trofeu sau ceva amuzant care este semnificativ pentru clubul dumneavoastră. Oferiți-l cuiva pe care-l apreciați, încurajându-l să-l dea mai departe unui alt membru la următoarea întâlnire, în semn de apreciere față de acesta. Astfel veți iniția o obișnuință de a exprima recunoștința în cadrul clubului, iar membrii se vor amuza gândindu-se la motive pentru care să-i aprecieze pe ceilalți.

62. Păstrați haina lor! Multe echipe sportive retrag uniforma jucătorilor speciali. De ce să nu folosiți o vestă, cămașă sau jachetă Lions, să o personalizați cu numele său, să o înrămați și să o arătați persoanei pe care o apreciați. Vor zâmbi văzând acest gest, dar se vor simți apreciați datorită efortului pe care l-ați depus pentru realizarea acestei recompense.



63. Oferiți-le o zi a lor! Arătați-vă aprecierea față de anumite persoane declarând anumite zile „Ziua _____”. Începeți ziua cu o întâlnire sau un eveniment special, anunțați persoana pe care o onorați și oferiți-i un certificat cu această ocazie.

64. Prezentați-i! Profitați de fiecare ocazie să-i prezentați guvernatorului, primarului sau oricărui lider al comunității care vizitează clubul. Astfel veți transmite mesajul: „Sunteți important... Vreau ca oamenii să vă cunoască.”

65. Creați premii pe diferite teme în semn de apreciere față de cei care merită.



THE LION ROMÂNIA - DISTRICT 124

Exemple: „Premiul Jongler” pentru cel care reușește să ducă la bun sfârșit cele mai multe sarcini în același timp, sau „Premiul Tăcerea este de aur” pentru cel care, în tăcere, realizează lucruri importante pentru club.

66. Munca în grup trebuie să fie o

prioritate. Echipele sportive oferă de multe ori „mingi de joc” celor care au avut contribuții directe la succesul echipei. Pentru a aprecia pe cineva care s-a ocupat de un proiect de grup, luați un obiect (minge, vestă, pălărie) pe care să-l semneze toți membrii echipei și să-l oferiți „Celui Mai Valoros Jucător” al echipei.



67. Păstrați o cutie mare sau o „ladă de comori” la toate întâlnirile și evenimentele clubului sau districtului.

Umpleți lada cu diferite lucruri precum șepci, câni de cafea, bilete la film, bonuri cadou pentru restaurant etc. Când un membru merită apreciere pentru munca sa, lăsați-l să extragă o surpriză din ladă.

68. Oferiți un simbol de soare celor ale căror eforturi au „salvat ziua”. Poate un nasture strălucitor, un abțibild holografic sau o minge portocalie strălucitoare. Încurajați-i să răspândească razele lor și peste alții la fel.

69. Apreciați membrul Lions care adaugă puțin umor fiecărei sarcini sau fiecărui proiect. Găsiți o jucărie sau un cadou cu răs înregistrat sau un cântec amuzant, care să reprezinte umorul pe care-l aduce acest membru în cadrul clubului.

70. Recompensați activitatea! Oferiți o floare sau o lumânare să-i apreciați pe cei care aduc idei noi în cadrul clubului.



Gânduri de final

Precum și alte forme de artă, Arta Recunoștinței cuprinde multe tehnici, instrumente, culori, texturi și stiluri. Recunoștința față de fiecare persoană poate fi la fel de unică precum stilul personal al unui anumit artist. Folosiți-vă deci abilitățile și imaginația să descoperiți și să implementați o mare varietate de metode pentru a vă exprima recunoștința față de contribuțiile aduse de alții. Probabil vă gândiți că este o sarcină prea mare de îndeplinit, având în vedere programul dumneavoastră supraîncărcat. Înainte să faceți ceva, gândiți-vă cât de mult a însemnat pentru dumneavoastră să auziți „Mulțumesc” ori să primiți un bilet personal.

Gândiți-vă la puterea exemplului pe care îl oferiți altora. Dacă apreciați pe cineva și îl încurajați să aprecieze la rândul său pe cineva, ați multiplicat efortul dumneavoastră.

Fiți curajos, veți trăi după Codul de Etică Lions, „Fiți atenți la critica mea și fiți liberali cu lauda mea, ca să construim, nu să distrugem.”

Nu uitați, chiar dacă veți face mai multe acte de apreciere, fiecare este ca o scoică aruncată într-un lac. Cercurile lăsate de scoică pe suprafața apei se mișcă în continuu, atingând multe maluri și atingând multe vieți.

Sperăm că ați găsit util conținutul acestei cărți și că îl veți consulta adesea, și de asemenea Ghidul pentru Premii și Recunoștință. Nu uitați, nu contează ce funcție sau titlu dețineți în cadrul asociației noastre. Meritați să fiți apreciați și ar trebui să vă obișnuiți să îi apreciați și pe alții. Cu puțin exercițiu și creativitate, și dumneavoastră puteți stăpâni Arta Recunoșterii.



Începeți în această săptămână...

Pe cine puteți aprecia pentru realizări importante?

Ce metodă creativă veți folosi?

Cum veți potrivi aprecierea membrului Lions?



ADALIN
collection

www.adalin.ro

Nobilul Adal.

Mitul inorogului Adal este făurit în jurul nobililor, a lorzilor și a moștenitorilor regali. Conform legendei, într-un ținut îndepărtat, domnea un rege care întruhipa în acea vreme perfecțiunea nobiliară, având un bun gust desăvârșit. Întreaga curte cunoștea dragostea regelui pentru artă. Astfel, nobilii încercau să-l surprindă cu daruri originale. Însă regele tânjea după ceva ce nimeni nu îi putea oferi. Își dorea un simbol al curții regale care să dăinuiască în timp și să păstreze vie valoarea nobilă, neînfricăată, de o virtute remarcabilă a curtenilor ei. A găsit toate acestea în cornul de inorog. După căutări seculare, nobilii au venit la palat cu un corn de inorog, luat de la Adal, inorogul nobil pentru care regele a plătit valoarea unui castel, spunând: "Pe atât de neprețuită îi este valoarea acestui corn, pe cât de importantă îi va fi semnificația eternă.". Simbolul căutat de rege, atât de greu obținut atunci, se regăsește în spiritul fiecărui costum Adalin, promovând eleganța, calitatea desăvârșită și garanția totală.

ARTĂ

IMAGO MUNDI sau

Ideile pot fi imagine, iar imaginea, sentință etică a lumii reale!

VASILE RADU
Critic de artă



Pictorii nord-vestului românesc s-au eliberat cu greu de sub autoritatea dinastică a Școlii de pictură băimărene, pentru acea vreme cât modernitatea acesteia acorda un pașaport de succes. Era o formulă rezolută care amesteca ingenios știința plain air-ismului, a intimismul poetic și tehnica incantației armonios tonale. Despre o atitudine acuzat socială, despre un comentariu oșios, sacadat, cu rezonanțe gălăgios comunicaționale nu putea fi vorba, decât, doar, dacă paranoia critică de odinioară nu „descoperea” cu înverșunare „ceva” în legătură cu viața grea, „plină de privațiuni”, a trăitorilor pe aceste meleaguri, „ceva” în genul „radical” al realismului burghez de la sfârșitul secolului al XIX-lea.

Dorel Topan, un artist băimărean evoluând spre deplină maturitate, abandonează fără regret aceste formule istorice. Iată-l coborât în spațiul public, trăgând de mânecă privitorul și perorând rezolutiv, acceptând preceptele vizualității realiste ca o veche tentație a artei militante.

Dar, el nu pare a fi conștient de pericolele care îl pândesc astăzi, ca și altă dată pe artist, când acceptă nonșalant vechea uniformă comunardă a intelectualului moralist. Sau, dimpotrivă, când sfâșie - cu vibrație înflăcărată, cu imaginație nativă, cu vocația predestinării - „costumul” gardianului moral în care stau ascunse, ca într-o colivie, pasărea paradisului și libertatea omului.

Are el ardoarea luptătorului, clipa lui de eroism inconștient, puterea sacrificiului de sine, armura destul de puternică pentru a para loviturile, rumoarea neîncetătoare, comentariul sfichiuit și ironic al semenilor interpeleți?

O personalitate puternică, crescând treptat din frământările pe care și le impune dintr-o aventură benignă, donquijotescă și din preaplinul unei dorințe de a da formă convențiilor vizuale sub care are indulgența nevinovată să așeze propria semnătură? Fără această jubilație ardentă, fără această predestinare utopică, lucrările sale rezumă simple judecăți de existență - cum ar spune Eugen Schileru, împreună cu acestea devin însă, grație preocupării lui, adevărate „judecăți de valoare”.



Imago mundi, („contempimago” - cum se numește conceptual în limbajul său) este inventarul întâmplărilor de proprietăți virtuale. Expresia proprietară a voinței sale candidă de a-și cuprinde și stăpâni lumea. Pentru că lumea și imaginea omului aparțin portretului său prin simpla existență declarată, ca și umbra lor. Ordinea și comunicarea ierarhiilor mesagere aparțin artistului, asemeni soarelui care declină umbrele obiectelor pe măsura coborârii sale după linia orizontului. El dizlocă ambianța prozaică, a realismului - copie virtuală a realității - preferându-i caleidoscopul ideilor sincopate care aleargă, substituind chipurile, imaginea lumii și oferind un conținut subiectiv operei sale asumate. Fără a ne paște riscul de-a fi invadați, sufocați de aceste chipuri extatice (portrete) dibuite dintr-o lume „obiectivă”, tot așa precum aceste prezențe nu pot fi socotite fantomatice, venite dintr-o suprarealitate sau fiind, taxonomic, configurate la numărătoarea entităților morale...

Dincolo de formula derizorie a fotografiei (revendicată ca un document), el fixează aceste chipuri printr-o emoție, printr-o „scanare” sensibilă, în care așează și agrementele propriului său conținut. De unde provine această bogăție? Din apriga sa ardoare artistică de a crede în sine, chiar dacă unii spun că artistul aleargă să prindă, ca într-o plasă de fluturi, ceea ce omul obișnuit nu poate vedea nicicum: durata, esența, imponderabilul, ordinea celestă! Însă, niciodată ce se ascunde în dosul orizontului său.



Atașat realului și scupulos cu ecoul unei imediatități sociale, plasat-din punct de vedere tehnic la intersecția intermediilor, autorul exersează și alte moduri artistice de a fi: zugrăveala vechilor biserici, imaginea televizată, scenografia de spectacol, care, toate la un loc, revarsă asupra noastră întreaga lor abundență și configurează un spirit neobișnuit de cuprinzător, dar care procedează ca un părinte prea sever, dispus să aplice până la capăt tradiționalul decalog educativ nu numai propriilor săi copii, dar și tuturor semenilor săi. Am face bine să-i ascultăm imprecățiile, alegațiile sale, cu o idee profund patetică și morală!

Notă biografică:

Dorel Topan (n. 10.06.1963, Săsig, Maramureș)

Studii: Universitatea de Nord, secția Arte Plastice și Decorative, Baia Mare 2001-2005, șef promoție

Membri: UAPR, secția pictură, membru al Consiliului de administrație al UAP - Filiala Baia Mare

Premii și distincții: 2007 – Premiul de Excelență în Cultură al Gazetei de Maramureș pentru expoziția personală CONTEMPIMAGO și pentru activitatea desfășurată la Teatru Municipal din Baia Mare (scenografie)

Explicații foto : Unhappy family,Dana,Mugur de ron

Mineralele din alimente (IV)

Florin Filipescu
www.bioterapi.ro

Am lăsat la sfârșitul seriei de articole dedicate mineralelor din alimente, un element important, despre care astăzi se vorbește mai puțin, și anume fosforul.

Fosforul

Fosforul este un element prezent în toate celulele organismului uman, niciun proces metabolic neputându-se desfășura în lipsa lui. Transformarea tuturor energiilor latente (potențiale) în energii exprimabile (forță psihică, forță fizică, energie metabolică) sunt intermediare de către molecule care conțin în mod obligatoriu fosfor. De asemenea, depozitarea calciului în oase, dar și în unghii și dinți, nu poate avea loc, dacă nu se realizează combinații, al căror rezultat este formarea de săruri cu fosfor (fosfatul de calciu).

De mare importanță pentru celule, îndeosebi pentru cele ale sistemului nervos, sunt anumite grăsimi care conțin fosfor, denumite fosfolipide sau fosfatide, dintre care cele mai cunoscute sunt lecitinele și cefalinele. Acestea intră în structura membranelor celulare, contribuind la schimbul adecvat de substanțe dintre celulă și mediul extern ei. Pentru neuroni (celule care alcătuiesc sistemul nervos), fosfatidele sunt compuși de bază în alcătuirea tecilor neuronale (mielinelor), exercitând atât o funcție de protecție, cât și una activă, în ceea ce privește transmiterea impulsurilor.

Fosforul, de asemenea intră în structura unor proteine foarte importante pentru organism, așa cum este de pildă fosfocreatina, compus care asigură baza energetică a mușchilor. Regăsindu-se în anumite structuri proteice, fosforul mai îndeplinește și rolul de enzimă.

O importanță deosebită, reprezintă legătura dintre calciu și fosfor. Cele două elemente realizează combinații chimice importante, contribuind împreună la formarea și menținerea în condiții optime a oaselor și a țesuturilor conjunctive. Însă, când raportul dintre cele două elemente nu este corespunzător, ele se comportă ca antagoniste și concurente, ceea ce înseamnă că elementul mai bine reprezentat are tendința de a-l anihila pe cel mai slab.

Pentru a menține la un nivel optim raportul dintre calciu și fosfor, organismul omului deține mecanisme complexe de control, care se desfășoară sub influența sistemului nervos central, precum și a sistemului endocrin. Se scrie și se vorbește foarte mult despre glanda tiroidă și disfuncțiile sale, însă mai rar se abordează problemele paratiroidelor, care sunt patru glande, aflate în spatele tiroidei. Sub coordonare nervoasă, aceste organe endocrine, produc secreții numite parathormoni, care controlează aproape în întregime metabolismul fosfo-calcic.



Totuși, chiar și în afara unor disfuncții ale paratiroidelor, care nu sunt atât de rare, pe cât în general se crede, printr-un aport de surse alimentare, care au compoziție dezechilibrată în ceea ce privește raportul dintre calciu și fosfor, pot să intervină perturbări ale metabolismului fosfo-calcic.

Alimentele de proveniență industrială (mezelurile, cremele de uns pe pâine, ciocolata, margarina, brânzeturile, etc.) au adesea adăugate, diferite substanțe cu fosfor, mai ales fosfați și lecitine de tip "E". Din acest motiv, de obicei, în organism ajunge mult mai mult fosfor decât calciu. S-a constatat, că în țările dezvoltate, hipocalcemiile sunt adesea mai frecvente decât în țările sărace, tocmai ca o consecință a excesului de fosfor din alimente. Poate și mai periculoasă, mai ales în cazul copiilor, este prezența acidului fosforic, fie el și foarte diluat, mai ales în unele băuturi răcoritoare carbogazoase.

Astfel de sucuri, nu numai că decalcifiază, dar și contribuie la precipitarea unor săruri la nivelul aparatului urinar, cu formare de microlitiază și litiaze, cunoscute sub denumirea uzuală de "nisip sau pietre la rinichi".

Cei care recurg la surse naturale de hrană, sunt scutiți de cele mai multe ori de asemenea probleme, cu condiția existenței în alimente al celor două elemente, la nivele corespunzătoare. Însă, trebuie să se știe că anumite alimente, prin conținutul ridicat de fosfor în comparație cu calciul, cer o completare a surselor calcice. Dintre produsele cu mult fosfor, dar cu prea puțin calciu, amintim: peștii, arahidele, nucile, semințele de dovleac, soia, fasolea boabe, mazărea, pastele făinoase. În alte alimente naturale, raportul dintre fosfor și calciu este echilibrat, așa cum se întâmplă în cazul unor surse ca: susanul, migdalele, alunele de pădure, oul, smochinele, stafidele, iaurtul, laptele, pătrunjelul, morcovii, țelina.

Semințele oleaginoase (floarea soarelui, alunele, susanul, macul, etc.) sunt importante, nu atât sub aspectul conținutului total de fosfor, cât prin cantitatea îndestulătoare de lecitine naturale din compoziția lor.

Principalul inhibitor al fosforului, ca și în cazul calciului, este zahărul rafinat, acesta putând crea situații de carențe, care se întâlnesc destul de des la **amatorii de dulciuri**. Fructele dulci și mierea, prin conținutul mare de fructoză, sunt mici consumatoare de fosfor, căci acest zaharid se poate metaboliza fără transformarea prealabilă în compuși intermediari cu fosfor (nu necesită fosforilare). Scăderea nivelului fosforului, mai poate fi cauzată de tratamentele mai îndelungate, cu suplimente farmaceutice, care conțin fier sau magneziu.

Necesarul de fosfor, nu este foarte mare, 1 gram asigurând doza de care are nevoie organismul într-o zi. Acesta înseamnă că 120 g de semințe de susan, 500 g de brânză proaspătă sau un litru de lapte acoperă cerințele în acest element, pe durata a 24 de ore. Totuși, în condiții de efort fizic solicitant, creștere rapidă, sarcină sau alăptare, suplimentarea necesarului de fosfor este obligatorie.

Deficitul de fosfor, se exteriorizează prin: astenie, oboseală musculară, demineralizări osoase, apariția cariilor, căderea părului, tulburări nervoase, disfuncții renale, scăderea capacității intelectuale, tulburări sexuale, stagnarea creșterii la copii. În cazul adolescenților aflați în faza de creștere accelerată, precum și în acela al gravidelor sau a femeilor care alăptează, sursele bogate în fosfor trebuie suplimentate.

Atunci când în organism se află prea mult fosfor, pot apare semne similare cu cele ale deficitului, însă cu **manifestări mai severe**. De asemenea, excesul de fosfor, poate provoca și alte dereglaje sau afecțiuni ca anemie, microlitiază sau litiază urinară.

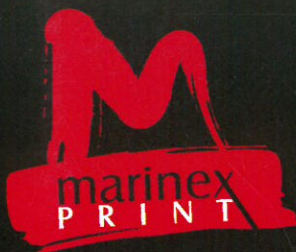


ADVERTISING ?

print it BIG.

PRINTURIOUTDOOR.RO

Cluj Napoca, Str.Becas nr.2 tel/fax : 0264 440 294 www.printurioutdoor.ro office@printurioutdoor.ro
Copyright © 2008, printurioutdoor.ro Toate drepturile rezervate.



Marinex Print

"Excelență în tipar"

B-dul București nr.25
430051, **Baia Mare**
tel.: 0262-274969,
fax: 0262-274324
mail: marketing@marinexprint.ro
www.marinexprint.ro

Str.Fulga Adrian nr.6
060232, sector 6, **București**
tel.: 021-3139214,
fax: 021-3139214
www.marinexprint.ro