

INSIGHT



DECEMBRIE 2016 - IANUARIE 2017 / DECEMBER 2016 - JANUARY 2017



EXEMPLARUL TĂU GRATUIT / YOUR COMPLIMENTARY COPY

Din **4** decembrie 2016 ai încă un zbor duminică,
pe ruta București - Tel Aviv.

BUCUREȘTI - TEL AVIV - BUCUREȘTI

zbor suplimentar duminică

Nr.zbor	De la	Către	Decolare	Aterizare
RO159	București	Tel Aviv	09.00	11.35
RO160	Tel Aviv	București	12.25/12.35*	15.10

* 12.25 decolare din Tel Aviv în perioada 4 - 18 decembrie 2016;
12.35 decolare din Tel Aviv în perioada 25 decembrie 2016 - 19 martie 2017.



TAROM
ROMANIAN AIR TRANSPORT



Dragi pasageri,

Am mai încheiat un an plin de momente frumoase alături de dumneavoastră și suntem recunoscători că ați ales TAROM ca partener de încredere în călătorii. V-am însoțit atât spre vacanțele mult dorite, în plimbările spontane în miez de primăvară sau toamnă, cât și spre destinațiile de business. Acum, în pragul unui nou an, ne dorim ca 2017 să fie la fel de surprinzător, energic și fascinant precum anul pe care îl lăsăm curând în urmă.

În această ediție, vă invităm să descoperiți alături de noi orașele Tel Aviv, Barcelona, Londra sau Istanbul, după preferințe și obiceiuri. Fie că sunteți un romantic incurabil, un amator al destinațiilor călduroase sau un pasionat de vestigii istorice și de locuri pline de semnificații, lăsați-vă fascinat de frumusețea biblică a „Colinei Primăverii”, așa cum i se spune popular Tel Aviv-ului, aflați despre istoria de 3000 de ani a celui mai vechi port din lume la muzeul Jaffa, explorați străzile de shopping aglomerate și aleile liniștite din cele patru cartiere ale Orașului Vechi. În Londra, Big Ben-ul vă privește cum explorați orașul pas cu pas. Spania a pus deja masa și vă așteaptă cu o paella aburindă și un pahar de Sangria, iar în Istanbul deja e forfotă mare în bazar și negustorii așteaptă să vă umple bagajele cu cadouri pentru acasă. Dacă veniți de pe alte meleaguri, atunci vă sugerăm să rămâneți câteva zile prin gălăgioasa noastră capitală și să îi descoperiți edificiile culturale, la ceas festiv, în miez de anotimp rece, când pare că Micul Paris se transformă în cea mai frumoasă prințesă din povești, odată cu primirea straielor luminoase de sărbătoare. Noi rămânem alături de dumneavoastră, parteneri de nădejde în călătoriile spre cele mai frumoase amintiri și pornim cu pas hotărât în noul an, cu zâmbetul pe buze și cu poftă de explorări de noi destinații.

Dear passengers,

Another year is coming to an end, filled with beautiful moments by your side and we are grateful that you chose TAROM as your trustworthy travel partner. We have accompanied you to your much-desired holidays, to spontaneous walks in mid-spring or autumn, as well as to your business destinations. Now, at the turn of another year, we wish 2017 will be just as surprising, energetic and fascinating as the year we will soon leave behind.

In this issue, we invite you to discover the cities of Tel Aviv, Barcelona, London or Istanbul, as per your preferences and customs. Whether you are a hopeless romantic, a lover of warm destinations or a fan of historical vestiges and meaningful places, let yourself be fascinated by the Biblical beauty of the “Spring Hill”, as Tel Aviv is popularly known, find out about the 3000-year history of the oldest port cities in the world at the Jaffa Museum, explore the crowded shopping streets and the quiet alleys of the four neighbourhoods in the Old City. In London, Big Ben will be watching you explore the city step by step. Spain has already laid the table and is waiting for you with a steaming paella and a glass of Sangria, and Istanbul's bazaars are already crowded and merchants can't wait to fill your luggage with gifts for those at home. If you visit us from abroad, then we suggest you spend a few days in our noisy capital and discover its cultural buildings, at a festive time in the middle of the cold season, when Little Paris seems to turn into the most beautiful fairy princess, once dressed in its holiday lights. We will be by your side, your trustworthy partners in your journeys to the most beautiful memories and we are heading decisively into the New Year, with a smile and the desire to explore new destinations.

Echipa
TAROM
TAROM TEAM



**REALITATEA AUGMENTATĂ
PENTRU SMARTPHONE**
BLACK SEA'S FLOATAGE

CONTENT
DECEMBRIE 2016 - IANUARIE 2017
DECEMBER 2016 - JANUARY 2017

LONDRA, ÎN MIEZ DE IARNĂ
LONDON, IN MIDWINTER



TEL AVIV
CITY-BREAK DE IARNĂ
PE „COLINA PRIMĂVERII”
WINTER CITY BREAK ON “SPRING HILL”

O FELIE DIN DELICIILE SPANIEI.
GUSTĂ BUCĂTĂRIA CATALANĂ
A SLICE OF SPAIN'S DELIGHTS.
TASTE THE CATALAN CUISINE



ISTANBUL
3000 DE ANI DE GRANDOARE
3000 YEARS OF MAJESTY

BUCUREȘTI, O POVESTE CULTURALĂ
BUCHAREST, A CULTURAL STORY



Primul serviciu de Premium Banking din România.

 **Raiffeisen**

Premium
Banking

“ Mereu mi-am dorit să pot lucra de oriunde. Am aceeași ambiție și în ceea ce privește banca mea: să îmi fac operațiunile bancare oricând am nevoie, din tren, din aeroport sau chiar în timp ce mă plimb cu câinele meu. ”

Relu Bojan,
Project Manager & Trainer industria IT



Pășește într-o lume a privilegiilor.

Alege mobilitatea oferită de Serviciul Raiffeisen Premium Banking și ai acces online gratuit pentru a efectua tranzacții sigure, oricând și de oriunde.

Acesta este modul Premium de a face banking.

www.raiffeisenpremium.ro ☎ 0800 811 111



PAUL NEGOESCU
„DOUĂ LOZURI”, O COMEDIE DE PUBLIC
CE-ȘI AȘTEAPTĂ CONTINUAREA
“TWO LOTTERY TICKETS”, A COMEDY FOR THE
AUDIENCE AWAITING ITS SEQUEL

ANDREEA VASILE
„FĂRĂ POVEȘTI, LUMEA
AR FI MAI SĂRACĂ”
“THE WORLD WOULD BE
POORER WITHOUT STORIES”



ARMONIE ÎNTRE TRUP ȘI MINTE
MIND-BODY BALANCE

CITY BREAK
TAROM TOURS



INSIGHT

Publisher/AD Manager

Robert Vasilescu
 robert@deltamedia.org
 Cell: 0040-726 153 996

Maria Capelos
 Cătălina Coca
 Valentin Țigău
 Georgiana Voinea

Translation & Proof reading

Biroul de Traduceri
 Champollion (English)

Foto

Shutterstock.com

Advertising contributors

Claudiu Stana
 Andra Nistor
 Ani Honcioiu

Editor in Chief

Olivia Vereha

Art Director

Toni Kiss

Editors

Alina Barbu

Proof reading

Marius Iancu (Romanian)

Revistă realizată de

Delta Media Publishers

This magazine is produced
 by Delta Media Publishers



Address: 54-56 Theodor
 Pallady Boulevard,
 Bucharest, Romania

Printed by

R.A. Monitorul Oficial

TAROM

Biroul Publicitate

Address: 224F Calea
 Bucureștilor, Otopeni,
 Romania

Phone: 0040-21 204 12 56

publicitate@tarom.ro

www.tarom.ro

www.facebook.com/tarom.ro

ISSN 1583 - 4964



CEA MAI SIMPLĂ
METODĂ DE PLĂȚĂ
A FACTURILOR ȘI
A RATELOR

Debit Direct Interbancar

SIGURANȚĂ
TOTALĂ A
TRANZACȚIILOR



SEMNARE MANDAT
ÎNTR-UN SINGUR PUNCT
(la banca ta sau la
furnizorul de servicii)



ZERO PLĂȚI
NEAUTORIZATE



UITĂ DE GRIJA
PLĂȚII FACTURILOR LA TERMEN



MANDATUL DUREAZĂ
CÂT VREI TU

GENERAREA FACILĂ A MANDATULUI PRIN am.transfond.ro
(aici se găsesc toate datele despre furnizori și bănci)

AVANTAJ EGAL!

PLĂȚITORI (persoane fizice sau juridice)

- Control asupra sumelor plătite prin stabilirea unui plafon maxim
- Format unic al mandatului, indiferent de furnizor sau de bancă

FURNIZORI DE SERVICII

- Încasarea banilor la termen
- Informații actualizate referitoare la starea mandatelor
- ZERO riscuri de rambursare pentru colectări neautorizate



PLĂȚITORI



www.am.transfond.ro



FURNIZORI DE SERVICII



Realitatea augmentată pentru smartphone

Revoluția tehnologică a fost cu siguranță pe lista obiectivelor companiei Apple de la începuturile sale. De aceea, odată cu fiecare anunț de nouă lansare, așteptările cu privire la produsele acesteia depășesc cu mult nivelul obișnuit al oricărui alt eveniment. Se pare că în curând, cel mai probabil în cazul iPhone8, am putea să beneficiem de realitatea augmentată, sunt de părere specialiștii. După modulul foto dual prezent în cadrul iPhone 7, mulți tind să creadă că Apple va face un pas și mai departe și vor integra această tehnologie în următorul smartphone din serie.

Presupunerile specialiștilor sunt susținute și de o serie de achiziții realizate recent de către colosul tech. Trei dintre acestea sunt FlyBy Media, FaceShift și Metaion, ceea ce indică o direcție de dezvoltare puternică spre regândirea funcției foto a dispozitivelor mobile create de Apple. Încă nu s-a vehiculat o dată anume pentru viitoarea lansare, dar luna septembrie a anului viitor ar putea fi un moment cheie pentru fanii produselor concepute de Steve Jobs.

Augmented reality for smartphone

The technological revolution has definitely been on the list of Apple's company objectives since its beginnings. That is why, once every new launch announcement is made, expectations regarding its products overflow by far the usual level of anticipation of any other product. It seems that soon enough, most probably once with iPhone8, we could benefit from augmented reality, specialists say. After the dual photo module present in the iPhone7, many tend to believe that Apple will take a step even further and they will integrate this technology in the next smartphone from the series.

The specialists' assumptions are supported by a series of acquisitions made recently by the tech giant. Three of these are FlyBy Media, FaceShift and Metaion, which indicate a strong direction of development towards redesigning the photographic function of Apple's mobile devices. There is no rumour regarding the date of the next launch, but the month of September, next year, might be a key moment for the products conceived by Steve Jobs for his fans.

The Lego Batman vine în cinematografe

Warner Bros. Pictures ne așteaptă începând cu data de 10 februarie în cinematografele din toată lumea pentru a urmări cel mai nou film din seria Lego Movie: The Lego Batman. În timp ce povestea din spatele filmului rămâne aceeași ca fir narativ, imaginea și conceptul sunt cele care îl transformă în cel mai așteptat film al iernii. În rolurile principale îi vom auzi pe Michael Cera, Will Arnett și Zach Galifianakis, iar comicul de limbaj va fi la el acasă cu siguranță. Seria The Lego Movie a câștigat fani în întreaga lume încă din anii 1980, dar o dată cu lansarea filmului cu același nume în 2014, a căpătat proporții uriașe, mulți critici considerând-o un adevărat fenomen cinematic.



The Lego Batman coming in cinemas

Warner Bros. Pictures waits for us starting February 10 in cinemas all over the world to watch the latest Lego Movie series film: The Lego Batman. While the story behind the movie stays the same as narrative, the image and the concept of it are what makes this the most awaited for movie of the next winter. In the main roles we will hear Michael Cera, Will Arnett and Zach Galifianakis, and the language humor will definitely feel like home here. The Lego Movie series has earned fans in the whole world ever since the 1980s, but once the movie bearing the same name was launched in 2014, it has gotten to immense proportions, many critics considering it to be a true cinematic phenomenon.

Greață, vărsături, vertij?

Cocculine®

previne și tratează simptomele asociate răului de transport



...să călătorești senin,
te gândești la...



MOD DE ADMINISTRARE

Comprimatele se administrează pe cale orală.

Profilactic: 2 comprimate de 3 ori pe zi
în ajunul și în ziua călătoriei.

Curativ: la apariția simptomelor 2 comprimate.

Dacă este necesar, se poate repeta doza,
nedepășind 6 comprimate pe zi.

La copii sub 6 ani se administrează
după dizolvarea în apă.



www.boiron.com

Acest medicament se poate elibera fără prescripție medicală. Se recomandă citirea cu atenție a prospectului sau a informațiilor de pe ambalaj. Dacă apar manifestări neplăcute, adresați-vă medicului sau farmacistului. **Viza de publicitate nr. 60 / 27.08.2015**

Bienala de flamenco în Olanda și Belgia

Să începem anul în pași de dans! Dacă aveți drum prin nord-vestul continentului în luna ianuarie ați ales cea mai potrivită perioadă din an pentru a participa la un eveniment cu totul și cu totul special. Între 13 și 29 ianuarie are loc Bienala de flamenco, în mai multe orașe din Olanda și Belgia. Dincolo de a asista la numeroasele spectacole, puteți lua parte și la workshopuri de flamenco alături de cei mai pricepuți instructori și dansatori din lume sau în ateliere alături de muzicieni de renume. Timp de două săptămâni, fie că sunteți în Amsterdam, Utrecht, Den Haag, Rotterdam, Eindhoven, Maastricht, Amersfoort sau Antwerpen asigurați-vă că ați rezervat o fereastră de timp și pentru câțiva pași în ritmuri spaniole.



Flamenco Biennale in Belgium and the Netherlands

Let us begin this year in dance steps! Should you make way in the north-western side of the continent in January, you have chosen the most adequate period of the year in order to participate to a truly special event. Between the 13th and the 29th of January the Flamenco Biennale is taking place in several cities in Belgium and the Netherlands. Aside from taking part in numerous shows, you can also join flamenco workshops together with the most talented instructors and dancers in the world or workshops with renown musicians. For two weeks, may you find yourself in Amsterdam, Utrecht, Den Haag, Rotterdam, Eindhoven, Maastricht, Amersfoort or Antwerpen make sure you save some time for a few Spanish dance steps.

Festivalul Lampioanelor la Londra

Pentru cei care sunt pasionați de cultura asiatică avem vești bune. Vor avea parte de un eveniment tematic spectaculos în inima capitalei Marii Britanii. Festivalul Lampioanelor din Regatul Unit va avea loc în fiecare zi la Chiswick House and Gardens între 19 și 29 ianuarie de la ora 17.00. Acolo vă așteaptă expoziții, piese de teatru, peste 50 de instalații luminoase și show-uri de realitate virtuală. Acesta este al doilea an în care festivalul deschide porțile londonezilor și turiștilor pasionați de tradițiile chinezești. Tema din 2017 este explorarea Drumului Mătăsii.



The Magic Lantern Festival in London

For those who are passionate about the Asian culture we have great news. They will enjoy a themed event this year in the heart of Great Britain's capital. The Magic Lantern Festival in the United Kingdom will take place every day at Chiswick House and Gardens between the 19th and the 29th of January, starting 17.00. There are exhibitions, theater plays, over 50 luminous installations and virtual reality shows that await for you. This is the second year in which the festival opens its gates to londoners and tourists who are passionate about Chinese traditions. The 2017 theme is exploring the Silk Road.

COMANDĂ ONLINE PE
WWW.DOUGLAS.RO



EXCLUSIV LA
DOUGLAS

DOUGLAS MAKE-UP
BUBBLE PALETTE
86 DE CULORI ȘI 10
ACCESORII DE MACHIAJ

119LEI



EOS
BALSAM DE BUZE
29LEI



EISENBERG
YOUTH ELIXIR 30ML,
GEL ILUMINATOR ȘI CU EFECT DE
LIFTING PENTRU FAȚĂ ȘI OCHI
397LEI



DOUGLAS HOME SPA
BREATH OF AMAZONIA - CREMĂ
DE CORP REGENERANTĂ 200 ML
67LEI



LA DOUGLAS GĂSEȘTI MII DE PRODUSE
DE ÎNGRIJIRE, MACHIAJ ȘI PARFUMERIE
ȘI CELE MAI ATRACTIVE IDEI DE CADOURI.

Cum ne vom juca în 2021?



La fel ca orice altă zonă în care tehnologia are un cuvânt de spus, evoluția industriei jocurilor video a explodat în ultimele două decenii. Iar mulți sunt de părere că în viitorul apropiat ne vom confrunta cu o schimbare de paradigmă în ceea ce privește delimitarea dintre realitatea virtuală și cea de zi cu zi. CEO-ul Electronic Arts, Andrew Wilson consideră că foarte curând nu vom mai putea face distincția clară între joc și viețile de zi cu zi și cele două se vor întrepătrunde încet, încet și vor depinde unele de celelalte grație evoluției incredibile din domeniul IoT (Internet of Things). Astfel că, am putea să ne „creștem” personajele din jocurile video preferate în timp ce ne facem cumpărăturile sau conducem spre birou. „Numărul de ouă pe care le am în frigiderul meu, care are o funcție wifi, ar putea însemna că Simșii mei au ce mânca astăzi. Distanța pe care o parcurg în Tesla spre birou ar putea însemna că primesc mai multă energie în Need for Speed. Dacă mă duc la un antrenament de fotbal, grație pantofilor mei de sport conectați la internet aș putea primi noi cartonașe sau energie în jocul meu de FIFA. Această lume în care jocurile și viața încep să se întrepătrundă va fi vizibilă în viitorul foarte apropiat, cu siguranță mai devreme de 2021,” spune Wilson.

How will we play in 2021?

Just like any other area in which technology has a say, the evolution of the gaming industry has exploded in the past two decades. Many think that in the near future we will see a paradigm shift in what concerns the demarcation between virtual reality and day-to-day reality. The CEO of Electronic Arts, Andrew Wilson considers that very soon we will no longer be able to clearly distinguish between the game and our lives and the two will slowly mingle and depend on one another, thanks to the incredible evolution of IoT (Internet of Things). Therefore we could “grow” our favorite video game characters, while we go shopping or drive to work. “The amount of eggs I have in my internet-enabled fridge might mean my Sims are better off in my game. That length of distance I drive in my Tesla on the way to work might mean that I get more energy in Need for Speed. If I go to soccer practice in the afternoon, by virtue of internet-enabled soccer boots, that might give me energy or new cards in my FIFA game. This world where games and life start to blend I think really comes into play in the not-too-distant future, and almost certainly by 2021,” Wilson says.

Epavele Mării Negre

Patruzeci de nave scufundate în urmă cu mai multe sute de ani au fost găsite pe fundul Mării Negre, în apropiere de Bulgaria. Descoperirea a fost făcută accidental în cadrul unui proiect de cercetare condus de Black Sea Maritime Archaeology Project în colaborare cu Universitatea din Southampton care avea ca scop studierea evoluției geografiei Mării Negre. Încă nu s-au confirmat datele exacte la care vasele s-au scufundat, dar din primele analize se pare că s-ar fi scufundat cândva între secolele al IX-lea și al XIX-lea și că sunt relicve care ar putea oferi informații prețioase despre modul în care se făcea comerț sub dominația imperiilor care au stăpânit regiunea pe parcursul unui mileniu întreg.



Black Sea's floatage

Forty ships which sunk hundreds of years ago have been found on the bottom of the Black Sea, close to Bulgaria. The discovery has been made by accident, during a research project led by Black Sea Maritime Archaeology Project in collaboration with the University of Southampton which had as purpose studying the evolution of Black Sea's geography. The exact dates when the ships sunk were not yet confirmed, but after the first analysis, it seems they sunk between the 9th and the 19th century and they are relics which might offer priceless information on the way commerce was done under the domination of the empires that have ruled the region for an entire millennium.



*Discover Romania
with a Hertz Car*

**For a better journey,
drive with us**



Hertz®

To rent your car visit: www.hertz.ro

Email us at: reservations@hertz.ro

Call us at: Tel. +40212041278

+40214078200



Olivia Vereha
 REDACTOR-ŞEF / EDITOR IN CHIEF
 TAROM INSIGHT

Perspective

Știți cum an de an, de îndată ce se lasă bine-bine toamna pe străzi, apare clasică întrebare „tu ce faci de Revelion?” Mi-ar fi plăcut ca anul acesta pe care abia ce l-am închis lucrurile să fi stat altfel, dar poate reușim în anul care vine. De ce nu înlocuim această întrebare cu „tu ce faci în anul care vine?” Noaptea dintre ani, oricât de așteptată ar fi, este formată doar din 12 ore pe care le petrecem fie alături de cei dragi, fie la un eveniment supra-dimensionat, fie într-un city-break pentru care ne-am pregătit de foarte din timp. Dar ce e cu adevărat important este ceea ce îi urmează. Haidеți să facem acest experiment și să ne punem pe hârtie dorințele pentru 2017. Uite, începem noi.

Sperăm ca în 2017 să vă fim parteneri de zbor în toate călătoriile voastre, ne propunem să vă aducem în paginile revistei Insight cele mai interesante personaje, să îi descoasem pentru a afla minunatele povești pe care le au de spus, să vă ajutăm să descoperiți fiecare destinație alfel decât cu harta în față, să vă oferim cele mai utile sfaturi de business, să vă vorbim despre inovație, gadgeturi și despre cele mai bune cărți sau activități de timp liber. Vom încerca să nu ne abatem de la scopul nostru și sperăm să ne confirmați, ediție cu ediție că am reușit să vă bucurăm pe parcursul călătoriilor petrecute împreună.

Tu ce faci în 2017?

Perspectives

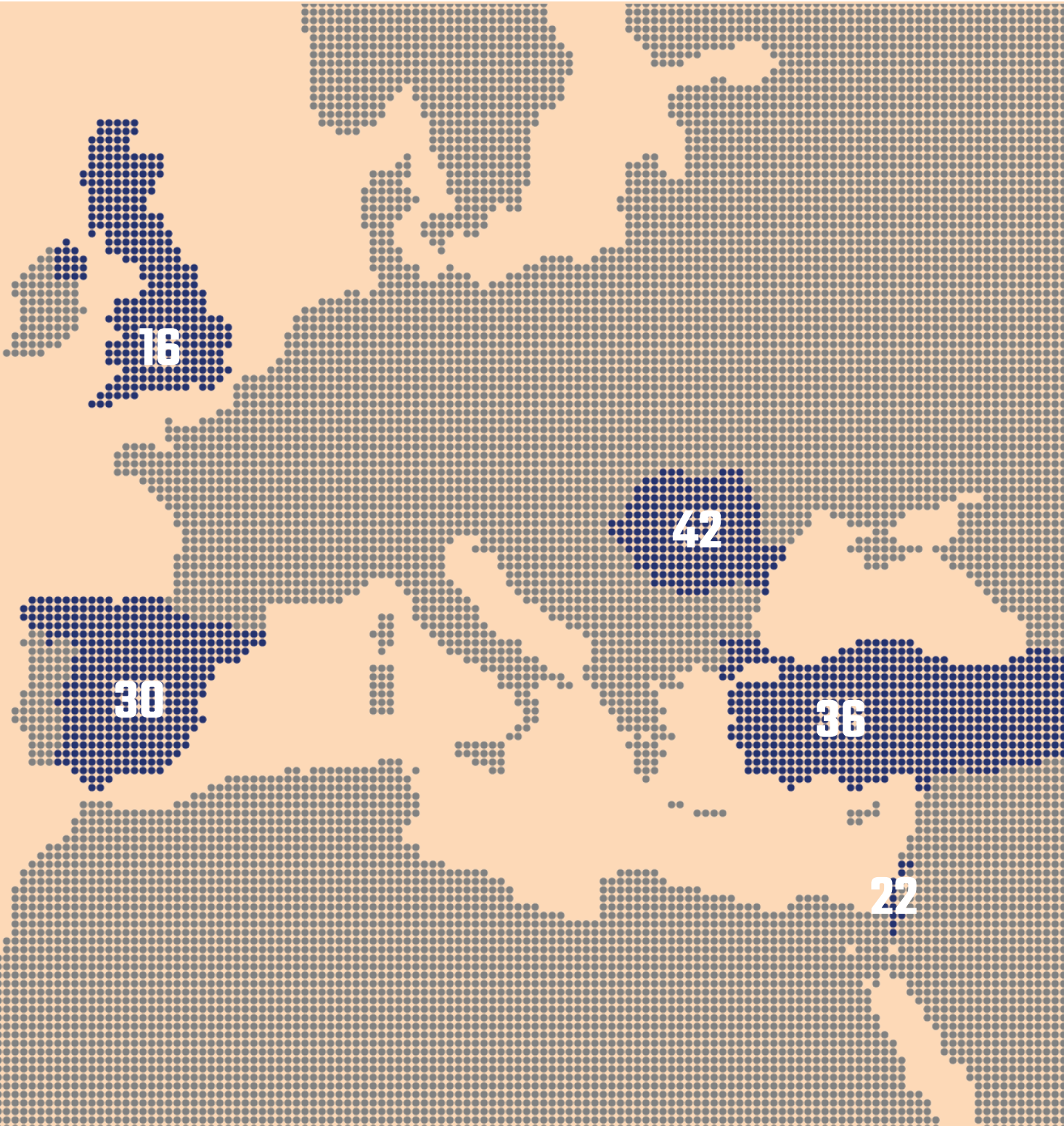
You know how, year after year, as autumn installs itself on the streets, the classical questions starts being asked: „what are you doing for New Year's Eve?” I would've liked the year we just closed to be different, but maybe we can make it happen in the next one. Why don't we replace this question with “what are you doing next year?” The night between years, no matter how anticipated it is, is only made of 12 hours that we spend wither together with the dear ones, or at some super-sized event or in a city break that we prepared for long time before. But what really matters is what follows this night. Let's make this experiment and put our 2017 wishlist on paper. Look, we'll start.

We hope that in 2017 we are your travelling partners in every journey you take, we hope to bring ou the most interesting characters in the pages of Insight magazine, to question them so that we find out the amazing stories they have to tell, to help you discover each destination other than aided by a map, to offer you the most useful business advice, to talk to you about innovation, gadgets and about the best books or leisure time activities. We will try to stay true to our goal and we hope you can confirm us, issue after issue, that we managed to bring you joy throughout the journeys we spend together.

What are you doing in 2017?



TRAVEL



LONDRA

În miez de iarnă



London, in midwinter

de/by Georgiana Voinea

Londra este una dintre capitalele europene ce apar constant în topurile celor mai scumpe orașe din lume, alături de Zürich, Geneva sau Oslo. Imaginea Londrei, ca oraș inaccessibil, este ușor de menținut, având în vedere costurile remarcabile ale serviciilor. Un fapt mai puțin cunoscut, însă, este că metropola britanică oferă o foarte mare selecție de activități de care vă puteți bucura gratuit sau la un cost relativ mic. Iată câteva idei ce ar putea să vă convingă să alegeți Londra pentru următorul weekend break.

Explorați muzeele și galeriile de artă. Spre deosebire de majoritatea capitalelor europene, unde un bilet de acces la muzeu poate costa oriunde între 5 și 25 de euro, toate muzeele și galeriile de artă din Londra oferă acces gratuit la exponatele permanente, păstrând costurile suplimentare doar pentru anumite expoziții sau evenimente cu durată limitată. Pe lângă binecunoscutele British Museum, Tate

London is one of the European capitals constantly showing up in the lists of the most expensive cities in the world, along with Zurich, Geneva or Oslo. The image of London as an inaccessible city is easy to maintain, given the remarkable costs of services. A lesser known fact, though, is that the British metropolis offers a wide selection of activities you can enjoy for free or for a relatively low price. Here are a few ideas that might convince you to choose London for your next weekend break.

Explore museums and art galleries. As opposed to most European capitals, where a ticket to a museum may cost anywhere between €5 and 25, all museums and art galleries in London have free access to permanent exhibitions, requiring additional prices only to certain limited exhibitions or events. Aside from the famous British Museum, Tate Modern and Tate Britain, access is free to the Natural





Modern și Tate Britain, de gratuitate se bucură și cei ce aleg să viziteze Muzeul de Istorie Naturală, Muzeul Victoria & Albert, Muzeul Stiinței sau Muzeul Transporturilor. Cele mai căutate galerii sunt Galeria Națională, din celebra Piață Trafalgar, Galeria din Centrul Barbican sau Galeria Saatchi. Pentru cei mici, Muzeul Copilăriei Victoria & Albert conține una dintre cele mai mari colecții de jucării, jocuri și costume din lume.

Admirați panorama orașului. Pasionații de peisaje urbane sunt aici în elementul lor. Londra oferă o serie de puncte din care orașul poate fi admirat de sus, în toată splendoarea sa. Mai mult, drumul până la aceste puncte este de cele mai multe ori spectaculos și demn de capturat de aparatul de fotografiat. Puteți face o plimbare prin celebrul Regent's Park, până la Primrose Hill, sau puteți admira arhitectura modernă a Canary Wharf din Parcul Greenwich. Alte puncte de observație sunt Palatul Alexandra și Parliament Hill, în nordul orașului, sau Richmond Park, în sud.

Recreați fotografii celebre. Echipați-vă cu îmbrăcăminte calduroasă, aparatul foto, umbrela și ochelarii de soare – este posibil să aveți nevoie de ambele în cursul unei singure zi – pentru un tur al celor mai celebre obiective ale orașului. Cele mai recomandate zone pentru fotografii sunt: promenada sudică a Tamisei pentru Big Ben și Parlament, Podul Westminster pentru London Eye, Podul Millennium pentru Catedrala St. Paul, zona

History Museum, the Victoria & Albert Museum, the Science Museum or the Transport Museum. The most popular galleries are the National Gallery, in the famous Trafalgar Square, the Barbican Art Gallery or the Saatchi Gallery. For kids, the Victoria & Albert Museum of Childhood contains one of the largest collections of toys, games and costumes in the world.

Admire the view of the city. Those who love urban landscapes will feel at home here. London offers a series of spots where you can admire the city from above, in all its splendour. Moreover, the road to these spots is often spectacular and worth a few photos. You can take a walk through the famous Regent's Park, up to Primrose Hill, or you can admire the modern architecture of the Canary Wharf in Greenwich Park. Other observations points are the Alexandra Palace and Parliament Hill, in the north of the city, or Richmond Park in the south.

Recreate famous photos. Dress warmly, take your camera, your umbrella and your sunglasses – you might need both during a single day – for a tour of the most famous attractions of the city. The most recommended areas for photos are: the southern side of the Thames promenade for Big Ben and the Houses of Parliament, Westminster Bridge for London Eye, Millennium Bridge for St. Paul's Cathedral, the Waterloo railway station area

welcometoBucharest

Download the UBER app,
use your Mastercard and this code and
enjoy free airport-hotel-airport transfer!

In value of a total cumulated amount of 40lei.
Use the welcometoBucharest code within the Uber app.
Find a list of partner locations at www.mastercard.ro



mastercard.





gării Waterloo pentru artă modernă și graffiti, inclusiv lucrări ale celebrului Banksy, Piccadilly Circus pentru fotografie de stradă și binecunoscutele panouri publicitare și, nu în cele din urmă, Abbey Road, unde se află celebra trecere de pietoni ce apare pe coperta albumului Beatles.

Asistați la schimbarea gărzii la Palatul Buckingham. În fiecare zi, în fața Palatului Buckingham, începând cu ora 11.30, are loc procesiunea de schimbare a gărzii, ce durează circa 45 de minute și are loc în zilnic în perioada aprilie-iulie și o dată la două zile în perioada august-martie, în funcție de condițiile de vreme. Soldații din garda reginei ce participă la procesiune sunt îmbrăcați în uniforme tradiționale roșii cu căciuli negre.

Spectacole gratuite. Bucurați-vă, în oricare zi a săptămânii, de show-urile de comedie gratuite organizate de Angel Comedy Club sau, în cazul în care sunteți în Londra într-o zi de miercuri, puteți alege clubul The Miller.

Iubitorii de muzică se pot îndrepta spre Camden, unde clubul The Forge organizează concerte gratuite de jazz în fiecare luni. Zona Camden oferă, de asemenea, o varietate de baruri și cluburi cu program live, iar prețurile nu depășesc, adesea, 10 lire de persoană. Cele mai cunoscute cluburi sunt Underworld, Electric Ballroom, Barfly sau Koko. Camden este, de asemenea, o parte a Londrei foarte căutată pentru cumpărături și cultura alternativă. Nici o vizită în această parte a Londrei nu ar trebui să excludă Cyberdog, un magazin de îmbrăcăminte și accesorii transfuturiste ce a devenit, prin natura designului, o atracție a locului, sau o plimbare prin Stables Market, unul dintre cele mai mari târguri vintage din oraș.

for modern art and graffiti, including works by the famous Banksy, Piccadilly Circus for street photos and the famous billboards and, last but not least, Abbey Road, with the iconic pedestrian crossing on the cover of the Beatles album.

Watch the changing of the guard at the Buckingham Palace. Every day, in front of the Buckingham Palace, the guard change starts at 11.30 a.m. and it lasts about 45 minutes, taking place every day in the period April-July and once every two days in the period August-March, according to weather conditions. The soldiers in the Queen's guard who take part in the procession are dressed in the traditional red uniforms with black hats.

Free shows. Any day of the week, enjoy the free comedy shows organised by Angel Comedy Club or, if you're in London on a Wednesday, you can choose the club The Miller.

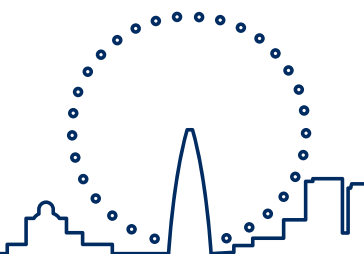
Music lovers can head to Camden, where the club The Forge organises free jazz concerts every Monday. Camden area also has a wide range of bars and clubs with live shows, and prices do not usually exceed €10 each. The most famous clubs are Underworld, Electric Ballroom, Barfly or Koko. Camden is also a part of London that most people visit for shopping and alternative culture. No visit to this area should exclude Cyberdog, a shop with futuristic clothing and accessories that has become, thanks to its design, an attraction in the area, or a walk through the Stables Market, one of the largest vintage fairs in the city.

Zboruri TAROM la Londra / TAROM Flights to London

📍 Acum, și check-in online / Now, online check-in

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București Henri Coandă - Londra - Heathrow				
12:30	14:05	1,2,3,4,5,6,7* (30.10.2016-25.03.2017)	RO 391	318
Londra - Heathrow - București Henri Coandă				
14:50	20:05	1,2,3,4,5,6,7* (30.10.2016-25.03.2017)	RO 392	318
Iași - Londra - Luton				
21:00	22:20	2,5,7* (30.10.2016-24.03.2017)	RO 395	733
Londra - Luton - Iași				
23:05	4:10	2,5,7* (30.10.2016-24.03.2017)	RO 396	733

(*) 1 - Luni/Monday, 2 - Marți/Tuesday, 3 - Miercuri/Wednesday, 4 - Joi/Thursday, 5 - Vineri/Friday, 6 - Sâmbătă/Saturday, 7 - Duminică/Sunday.



TELE

City-break de iarnă pe „Colina Primăverii”

////////////////////

Winter City Break on “Spring Hill”

de/by Valentin Țigău



AWW



Oraș foarte vechi și foarte tânăr, în același timp, Tel Aviv-Yaffo este destinația aureolară a zilelor de iarnă. Ți se oferă - în lumina blândă a soarelui - alb și cosmopolit, marcat de arhitecturi revoluționare (în anii treizeci surprindea prin experimentul Bauhaus perfect, așa cum azi te uimește crescând zeci de etaje pe verticală) și de semnele unei istorii de aproape patru milenii. Între Jaffa, întemeiată de Yafet, fiul lui Tata Noe și Tel Aviv-ul imaginat de sioniști la finele veacului al XIX-lea, se află reperatele tale de călător atins de aripa curiozității.

Tel Aviv - sau „colina primăverii”, cum i se zice în termeni pe deplin afectuoși - merită cunoscut pe-ndelete, „bătut la pas”, admirat cu harta în mână și cu... jurnalul la purtător, ca să-ți notezi conștiințios fiecare „wow!”. Din orice punct al orașului ai începe explorarea și în orice direcție vei porni, ți se va revela una dintre dimensiunile lui speciale. Nimic nu plictisește, totul atrage.

Înainte și după Bauhaus

Să începem, însă, explorarea din acel loc pe care comisia UNESCO a decis să-l includă în lista Patrimoniului Universal. Să începem din „Cartierul Alb”, cu nu mai puțin de 4.000 de clădiri ridicate după anii '30 ai veacului trecut. Arhitecți evrei, refugiați din Germania lui Hitler, „însămânțează” în dunele de la marginea orașului o poveste care avea să cuprindă apoi lumea. Stilul (sau curentul) Bauhaus aici se dezvoltă plenar, dând stabilitate unei lumi care, până atunci, părea să se afle mereu pe nisipuri mișcătoare. Străzi aerisite, case cu linii drepte și armonizate într-un oraș-grădină care lasă și plămânul, și privirea, și sufletul să respire. Un alb imaculat și indicibil, semn al speranței și al credinței că acolo unde omul a stăpânit o dată armăsarul istoriei, va ști să facă asta din nou. Se zice că este cea mai compactă și cea mai nealterată viziune Bauhaus din toată lumea. Nicăieri altundeva, stilul acesta arhitectonic nu s-a mai identificat atât de pregnant cu un loc. Și-atunci, înțelegi de ce, în 2003, UNESCO îl trece pe lista siturilor urbane protejate.

Înainte de Bauhaus, Tel Aviv cunoaște însă alte etape de construcție. Orașul cosmopolit de azi, cu o uriașă dezvoltare economică (e al doilea, în Israel, după Ierusalim), a fost fondat, oficial, în 1909, dar totul a început chiar mai devreme, în anii 1870-1880, când emigranții evrei veniți din Europa de Est (inclusiv din teritoriile românești) hotărâsc să ridice, între dunele de la nord de vechiul port Jaffa, un oraș sionist. Neve Tzedek („Oaza Dreptății”) și Neve Shalom („Oaza păcii”) sunt primele așezări devenite, azi, cartiere boeme ale Tel Aviv-ului modern. Dar centrul de influență al noii cetăți va fi Ahuzat Baiyt („Domeniul Casei”), care va purta, din 1909, numele de Tel Aviv. Printre vizionarii orașului avea să se numere și Meir Dizengoff, ales, ulterior, primar. În casa lui, e imaginat

A very old, and at the same time very young city, Tel Aviv-Yaffo is the crowning destination for for the days of winter. It stretches out - in the gentle sunlight - white and cosmopolitan, filled with revolutionary architecture (in the 1930s it amazed with its perfect Bauhaus experiment, just as it amazes now as it grows vertically dozens of stories), and the signs of history going back almost four thousand years. It is there, between the Jaffa founded by Yapheth, son of Noah, and the Tel Aviv imagined by the Zionists in late 19th century, that the traveler's curiosity lies.

Tel Aviv, or 'spring hill', as it is affectionately known, deserves to be known thoroughly, 'step by step', admired with a map in one hand and a diary in the other, so you can note carefully each 'wow!'. No matter where you start your exploration, and no matter in what direction, you will be rewarded with something special. Nothing is boring, everything is attractive.

Bauhaus, before and after

Let's start our exploration from the place that UNESCO has decided to place on its World Heritage list. We begin in the White City, with no less than 4,000 buildings erected after the 1930s. Jewish architects who had fled Hitler's Germany 'sowed' on the edge of the city a story that would grip the world. The Bauhaus style (or current) developed here fully, providing stability to a world that until then had seemed to always be on shifting sands. Airy streets, houses with straight lines, harmonized in a garden city that allows the lungs, the eyes and the soul to breathe. An immaculate and indescribable white, a sign of hope and faith that wherever man has ruled the steeds of history, it would do so once again. It is said that it is the most compact and unaltered Bauhaus vision in the world. Nowhere else has this style identified so closely with a given place. One can understand therefore why UNESCO declared it a protected urban site in 2003.

Before Bauhaus, Tel Aviv went through various other stages of construction. Today's cosmopolitan city, with a huge economic development (second in Israel only to Jerusalem), was officially founded in 1909, but it had its beginnings even earlier, in the 1870s-1880s, when Jewish migrants from Eastern Europe (including Romanian territories), decided to build, in the dunes north of the old port of Jaffa, a Zionist city. Neve Tzedek (Oasis of Justice) and Neve Shalom (Oasis of Peace) were the first settlements, and they are now bohemian neighborhoods in modern day Tel Aviv. However, the center of gravity of the new city became Ahuzat Baiyt (Homestead), which in 1909 was renamed Tel Aviv. Among the visionaries of the city was Meir Dizengoff, who was eventually elected mayor. It was in his house that the White



SEASON'S CHOICE

Cartierul Alb și tot sub acoperișul său avea să fie citită Declarația de Independență din 1948. Iată încă un argument pentru ca tu, călătorul, să nu treci nepăsător pe lângă semnele lăsate de el în metropolă...

După Războiul de Independență al Israelului, Jaffa, cetatea milenară, avea să se unească cu noul Tel Aviv, într-un singur oraș. E și motivul pentru care, pe multe hărți, numele orașului e scris așa: Tel Aviv-Yaffo.

Câteva cuvinte despre Jaffa

Cu siguranță suntem nedrepti alocând doar câteva sute de cuvinte pentru istoria de aproape 4000 de ani a cetății Jaffa. Se zice că ar fi fost înființată în preajma anului 1800 î.e.n, iar după unii, întemeietorul cetății ar fi fost însuși Yafet, fiul lui Noe. Povestea primelor secole din istoria ei le găsim săpate pe tăblițele de la Tel Amarna, datând din 1350 î.e.n. Acolo e consemnată sub numele Yapu. Arheologic, e demonstrat ca fiind unul dintre cele mai vechi porturi de la Mediterană, și atât de pregnant

City was conceived of, and it was also there that the 1948 Declaration of Independence was read. One more argument for you, the traveler, to pay heed and not pass idly by the signs he left in the metropolis...

After Israel's War of Independence, the ancient city of Jaffa united with the new city of Tel Aviv. This is the reason for which the city is called Tel Aviv – Yaffo on many maps.

A few words about Jaffa

We are surely not doing it justice when we want to describe in a few hundred words Jaffa's four thousand year history. It is said to have been



prezent în istoria acesteia, încât Mediteranei i s-a mai zis și Marea Yaffei...

De-a lungul timpului, a fost stăpânită de egipteni, canaaneni, filistenii și evrei și e amintită chiar în Vechiul Testament, în Cartea lui Iosua, ca punct de limită al domeniului tribului ebraic Dan, ca port unde s-au descărcat cedrii importați din Fenicia și destinați construcției templului din Ierusalim și ca punct de

founded around 1,800 BCE, and some believe that the founder of the city was no other than Japheth, son of Noah. We find the story of its first few centuries of history on the tablets of Tel Amarna, dating back to 1,350 BCE. Its name in those texts is Yapu. Archeologists have shown that it is one of the oldest ports on the Mediterranean Sea, and was so important in its history that the Mediterranean was sometimes called the Sea of Jaffa...

Along the years it was ruled by Egyptians, Canaanites, Philistines and Jews, and it is mentioned in the Old Testament, in the Book of Joshua, as the furthest point of expansion for the Hebrew tribe of Dan, used as the port for sailing in from Phoenicia the cedars used in building the Temple in Jerusalem, and the

plecare al profetului Iona în nefericita lui călătorie. Cucerită de fenicieni și de greci, de romani și de bizantini, de arabi și de cruciați, iar în cele din urmă de turci, Jaffa redevine spațiu vital israelian în secolul al XX-lea.

Ce să nu ratezi în Tel Aviv-Yaffo

Câteva puncte de atracție pe care să nu le ocolești: Muzeul Etzel (istoria fondării statului Israel), Mall Azrieli (cu cei trei zgârie nori cu baza rotundă, pătrată și triunghiulară), Piața Carmel și Dizengoff Center. Biserica Sfântului Petru și Turnul cu Ceas...

Unde poți pleca din Tel Aviv

Dacă ai ajuns în Orașul Alb de pe Colina Primăverii doar pentru câteva zile, concentrează-te să îl vizitezi în toate colțurile lui (și investește într-o minicroazieră, ca să-l poți admira și din larg, în întreaga-i splendoare!). Dacă ai însă mai mult timp, alege să-l părăsești câteva zile (sau ore) pentru o călătorie la Ierusalim – nu rata Zidul Plângerii, Drumul Crucii, Biserica Sfântului Mormânt – și de acolo urcă pe Muntele Măslinilor, pentru un ceas de reculegere. Sau du-te până la Marea Moartă, pentru o zi de relaxare și SPA.

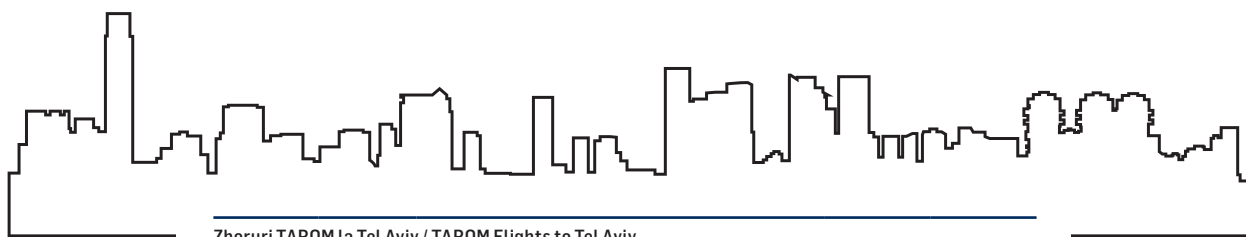
place where the prophet Jonah took a ship to go on his hapless voyage. Conquered by Phoenicians, Greeks, Romans, Byzantines, Arabs and Crusaders, eventually the Turks, Jaffa became a vital place for Israelis in the 20th century.

What not to miss in Tel Aviv-Yaffo

A few attractions that should not be missed: the Etzel Museum (the history of the founding of the State of Israel), Azrieli Center (with its three high rises, round, square and triangular), Carmel Market and the Dizengoff Center, St. Peter's Church, and the Clock Tower...

Where you can go from Tel Aviv

If you go to the White City on Spring Hill for only a few days, concentrate on visiting every nook and corner (and invest in a mini-cruise so you can admire it from the sea in all its splendor!). If you have more time on your hands, you should set aside a few days (or hours) for a trip to Jerusalem – do not miss the Wailing Wall, the Way of the Cross, and the Church of the Holy Sepulcher – then climb the Mount of Olives for an hour of recollection. Or go to the Dead Sea, for a day of relaxation and spa.



Zboruri TAROM la Tel Aviv / TAROM Flights to Tel Aviv

📍 Acum, și check-in online / Now, online check-in

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
------------------------	---------------------	-----------------------------------	------------------	---------------------

București Henri Coandă - Tel Aviv

16:25	19:00	4,7* (04.11.2016-23.03.2017)	RO151	73W
20:55	23:30	1,2,3,6* (31.10.2016-25.03.2017)	RO153	318
6:00	8:35	1,5* (31.10.2016-24.03.2017)	RO155	73W
9:00	11:35	7* (01.01.2017-19.03.2017)	RO159	73W

Tel Aviv - București Henri Coandă

20:05	22:50	4,7* (04.11.2016-23.03.2017)	RO152	73W
0:30	3:15	2,3,4,7* (01.11.2016-26.03.2017)	RO154	318
9:25	12:10	1,5* (31.10.2016-24.03.2017)	RO156	73W
12:30	15:15	7* (01.01.2017-19.03.2017)	RO160	73W

Iași - Tel Aviv

7:00	9:50	2,5* (01.11.2016-24.03.2017)	RO157	733
------	------	-------------------------------------	-------	-----

Tel Aviv - Iași

10:40	13:40	2,5* (01.11.2016-24.03.2017)	RO158	733
-------	-------	-------------------------------------	-------	-----

(*) 1 – Luni/Monday, 2 – Marti/Tuesday, 3 – Miercuri/Wednesday, 4 – Joi/Thursday, 5 – Vineri/Friday, 6 – Sâmbătă/Saturday, 7 – Duminică/Sunday.

Articol în cooperare cu RRI /
Article in cooperation with RRI





FESTIVALUL INTERNAȚIONAL AL SCURTMETRAJELOR

Dacă începutul lunii februarie vă găsește în Franța, vă recomandăm să ajungeți în regiunea Auvergne, mai exact în orașul Clermont-Ferrand, unde are loc Festivalul Internațional al Scurtmetrajelor. Cu o audiență anuală de aproximativ 100.000 de participanți, festivalul este al doilea cel mai mare eveniment dedicat industriei cinematografice, după Cannes. În anul 2014, competiția a atras peste 160.000 de înscrieri și 3.500 de profesioniști, de la directori și producători, până la actori și tehnicieni. Având în vedere că evenimentul reprezintă platforma de lansare pentru mulți tineri pasionați de scurtmetraje, organizatorii îi încurajează la fiecare ediție să aplice și să participe într-una dintre cele

If you visit France at the beginning of February, we recommend you to go to the Auvergne region, in the city of Clermont-Ferrand, which hosts the International Short Film Festival. With a yearly audience of about 100,000 people, the festival is the second largest event dedicated to the cinema industry, after Cannes. In 2014, the competition attracted over 160,000 applications and 3,500 professionals, from directors and producers to actors and technicians. Given that the event is the launching platform for many young people who love short films, organisers encourage them at every edition to apply and take part in one of the three categories: national, international and digital ("Lab").



INTERNATIONAL SHORT FILM FESTIVAL

trei categorii: națională, internațională și digitală („Lab”). Ca urmare a succesului înregistrat de festival în anul 1979, de când a avut loc prima vizionare de scurtmetraje, și până în prezent, organizatorii au fondat în primăvara anului 2000 o bibliotecă a „filmelor scurte”, unde vizitatorii au acces la diferite producții și arhive. Denumit „La Jetée”, centrul găzduiește peste 40.000 de filme disponibile publicului, precum și multe alte resurse. În 2017, festivalul va avea loc între 5 și 11 februarie, iar ceremonia oficială de deschidere va fi pe 3 februarie. Prețul unui bilet începe de la 3,5 euro pentru studenți, însă pe site-ul oficial veți găsi și alte oferte avantajoase dacă doriți să participați ca spectatori.

Following the success that the festival has had since 1979, when the first short film projection took place, organisers founded in the spring of 2000 a short film library, where visitors have access to various productions and archives. Called “La Jetée”, the centre hosts over 40,000 films available to the audience, and many more resources. In 2017, the festival will take place between 5 and 11 February, while the official opening ceremony is scheduled for February 3rd. Tickets start from €3.5 for students, but you will find many other smart offers on the website if you wish to attend the festival.



O felie din deliciile Spaniei. Gustă bucătăria catalană



A slice of Spain's delights.
Taste the Catalan cuisine

de/by Alina Barbu

Stârnește-ți pofta de vacanță în Catalonia. Vei descoperi cele mai bune restaurante din lume, cu bucătari încoronați cu stele Michelin, dar și simplitatea mâncărurilor tradiționale, din roadele pe care le dă pământul.

Catalonia este de departe una dintre regiunile vedetă ale Spaniei. Barcelona, orașul marcat de Antoni Gaudí, este una

Get in the mood for a holiday in Catalonia. You will discover the best restaurants in the world, with chefs awarded with Michelin stars, as well as the simplicity of traditional dishes, made with products of the land.

Catalonia is by far one of the star regions of Spain. Barcelona, the city marked by Antoni Gaudí, is one of the most



////////////////////////////////////
**BUCĂTĂRIA CATALANĂ A CUCERIT LUMEA
PRIN CREAȚIILE SPECTACULOASE ALE LUI
FERRAN ADRIÀ ȘI AL SĂU ELBULLI SAU PRIN
RESTAURANTUL EL CELLER DE CAN ROCCA,
NUMIT DE DOUĂ ORI PÂNĂ ACUM CEL MAI
BUN DIN LUME.**

THE CATALAN CUISINE CONQUERED THE WORLD
WITH FERRAN ADRIÀ'S SPECTACULAR CREATIONS AND
HIS ELBULLI OR WITH THE RESTAURANT EL CELLER DE
CAN ROCCA, TWICE NAMED THE BEST
RESTAURANT IN THE WORLD.

////////////////////////////////////





dintre cele mai vizitate destinații din lume. Plajele întinse de pe Costa Brava, care l-au inspirat pe Salvador Dali, sunt pline de turiști avizi de soare. Girona este căutată de cei care descoperă farmecul medieval, iar inima regiunii și ai săi munți sunt o încântare pentru iubitorii de natură. Dincolo de atracțiile turistice clasice de pe harta Cataloniei, aceasta este mai nou o destinație gastronomică tot mai vânată de gurmanzi.

O bucătărie în armonie cu regiunea

Pe o terasă în portul Barceloneta vei fi tentat să comanzi o carafă cu Sangria și o uriașă paella, în care orezului parfumat cu șofran se îmbină delicios cu fructele de mare. Dar dacă ești în Catalonia, gândește-te mai departe de paella și chorizo. Alege numeroasele tapas (aperitive specifice spaniole), sau butifarra (un tip de cârnați neafumați), sau fideuà (tăieței fini serviți cu fructe de mare).

E drept că bucătăria catalană a cucerit lumea prin creațiile spectaculoase ale lui Ferran Adrià și al său elBulli sau prin restaurantul El Celler de Can Rocca, al fraților Rocca din Girona, numit de două ori până acum cel mai bun din lume. Totuși, până la faima internațională, adunată de bucătarii celebri ai regiunii, Catalonia a fost și rămâne una dintre regiunile pline de gust ale Peninsulei Iberice.

Bucătăria de aici este una dintre cele mai bogate, complexe și sofisticate din întreaga Spanie, despre care localnicii spun adesea că este barroc și

vizitate destinații în lumea. The wide beaches of Costa Brava, which inspired Salvador Dali, are full of tourists greedy for the sun. Girona is sought by those who discover the medieval charm, and the heart of the region and its mountains are a delight for nature lovers. Beyond the classic tourist attractions on the map of Catalonia, it is also a gastronomic destination increasingly sought after by food lovers.

A cuisine in harmony with the region

On a terrace in the Barceloneta harbour you will be tempted to order a carafe of Sangria and a huge paella, in which the saffron scented rice is deliciously mixed with seafood. But if you are in Catalonia think further than paella and chorizo. Choose the countless tapas (Spanish specific appetizers), or butifarra (a sort of non-smoked sausages), or fideuà (thin noodles served with seafood).

It's true that the Catalan cuisine conquered the world with Ferran Adrià's spectacular creations and his elBulli or with the restaurant El Celler de Can Rocca, owned by the Rocca brothers from Girona, twice named the best restaurant in the world. However, before the international fame acquired by the famous chefs of the region, Catalonia was and remains one of the most tasteful regions of the Iberian Peninsula.

This cuisine is one of the richest, most complex and most sophisticated in the entire Spain, often described as barroc i saboròs





saboros, adică barocă și savuroasă. Felurile sale de mâncare cu pește și fructe de mare sunt magistrale, alăturările de cărnuri și fructe sau cărnuri și nuci sunt spectaculoase, brânzeturile nu lipsesc, ciupercile sălbatice sunt o constantă în mâncărurile din zona montană, iar uleiurile de măsline de aici sunt apreciate în toată lumea. Se spune că măslinii care cresc pe coastele însorite ale Cataloniei sunt printre cei mai vechi din Spania, unii mai bătrâni de 1000 de ani.

Mănâncă printre localnici

Catalanii nu înțeleg de ce unii oameni preferă pâinea cu unt, când există ceva de zece ori mai bun de atât: pa amb tomàquet – adică felii de pâine prăjită frecate cu roșii, ulei de măsline, usturoi și sare. Această gustare e o mândrie locală, pentru că poartă în ea culorile steagului catalan, așa că multe localuri o au permanent în meniu, alături de brânzeturi proaspete. Formatge de tupí și gorritxa sunt specialități ale zonei. Prima este o brânză de capră înmuiată în ulei de măsline, iar cea de-a doua este preparată tot din lapte de capră cu mușcăiuri atent selecționate.

Pe localnici îi vei găsi toamna în căutarea ciupercilor de pădure, iar dacă ai noroc, îi poți însoți într-o astfel de experiență timp de câteva zile, la cules de bolets. Dacă excursiile în natură nu sunt neapărat ceea ce cauți, atunci mergi direct la standurile din Piața Boqueria, în Barcelona, pentru a-ți face o idee despre cât de mare este varietatea acestor bunătăți.

Din ianuarie până în martie, calçot (o varietate de ceapă verde, mai mare și mai dulce) va fi vedetă în piețele locale și în meniurile tradiționale. Cel mai adesea e rumenită pe foc, la grătar, și e servită cu un sos picant romesco, preparat din roșii, ardei, ceapă, usturoi, migdale și ulei de măsline. Cepele verzi sunt, de obicei, primul fel al meselor în familie

by the locals, meaning baroque and tasty. Its fish and seafood dishes are amazing, the meat and fruit or meat and nuts combinations are spectacular, cheese varieties are always present, wild mushrooms are a constant in the dishes from the mountain area and the varieties of olive oil in this region are appreciated worldwide. It is said that the olive trees that grow on the sunny coasts of Catalonia are among the oldest in Spain, some of them older than 1000 years.

Eat with the locals

Catalans don't understand why some people prefer bread and butter, when there is something ten times better: pa amb tomàquet – slices of toast rubbed with tomatoes, olive oil, garlic and salt. This snack is a local pride, because it contains the colours of the Catalan flag, therefore many restaurants permanently have it in their menus, along with fresh cheese. Formatge de tupí and gorritxa are the specialties of the area. The first one is a goat's cheese dipped in olive oil while the second one is also made with goat's milk and carefully chosen moulds.

In autumn, you can find the locals looking for forest mushrooms, and if you're lucky, you may join them in such an experience for a few days, to pick bolets. If hikes are not necessarily what you are looking for, then go straight to the stalls of the Boqueria Market, in Barcelona, to get an idea of how vast the variety of these goodies can be.

From January to March, the calçot (a variety of green onion, only bigger and sweeter) will be the star in the local markets and in the traditional menus. It is most often grilled over fire and served with a spicy romesco sauce, made with tomatoes, peppers, onions, garlic, almonds and olive oil. Green onions are usually the first dish of the Sunday family

de duminică, urmate de de cărnuri și cârnați. Dacă vrei să le guști găsite ca la carte, caută restaurantele aflate pe lângă ferme, pe dealurile Collserola, din apropierea Barcelonei.

Bucuria gusturilor în bucăți mici

Deși inițial nu făcea parte din tradiția culinară catalană, cultura tapas a devenit o emblemă a regiunii și este exploatarea mai ales în Barcelona, orașul unde localurile tapas sunt numeroase și pline aproape tot timpul. Micile aperitive pe care le poți comanda sunt o explozie de gusturi și arome în care bucătarii se străduiesc să adune tot ce e mai bun în cantități foarte mici. Pe felii de baghetă ai putea primi de la bucăți bacalao (cod sărat) până la tortilla de patatas (omletă spaniolă cu cartofi). Cel mai adesea tapas vor veni, însă, alinate frumos pe scobitori: brânzeturi, măsline, chorizo, ouă de prepeliță, Jamón serrano, iar varietatea îți va surprinde plăcut papilele gustative. Și cu toate că o oprire în câteva baruri de tapas ar putea ține loc de o cină completă, scopul lor nu e să te simți sătul, ci să îți deschidă apetitul de mâncare și mai ales de socializare.

Barurile tapas sunt mai mult decât un simplu pretext pentru mâncare și un vin bun. Sunt locuri pe care spaniolii le aleg pentru relaxare, pentru întâlniri cu prietenii sau întâlniri romantice, de obicei la ora la care are loc paseo - plimbarea ritual pe care o fac seara, fără o țintă anume, la finalul unei zile pline.

meals, followed by meats and sausages. If you want to taste them cooked by the book, look for the restaurants situated near farms, on the Collserola hills, around Barcelona.

The joy of flavours in small pieces

Even though initially it was not part of the Catalan culinary tradition, the tapas culture has become a symbol of the region and is exploited most of all in Barcelona, the city with countless tapas restaurants, which are almost always full. The small appetizers you can order are an explosion of tastes and flavours where the chefs strive to gather what is best in very small quantities. On slices of baguette you could get anything from bacalao (salted cod) to tortilla de patatas (Spanish omelette with potatoes). However, most often tapas will come nicely lined up on toothpicks: cheese, olives, chorizo, quail eggs, Jamón serrano, and the variety will pleasantly surprise your taste buds. And even though a stop in a few tapas bars could replace an entire dinner, their purpose is not to fill you up, but rather to open your appetite for food and in particular, for socializing.

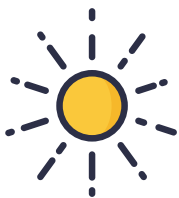
Tapas bars are more than a mere pretext for food and good wine. They are places that Spanish people choose to relax, to meet friends and to have romantic dates, usually at the time when the paseo takes place – the aimless ritual walk they have during the evening, at the end of a busy day.

Zboruri TAROM în Spania / TAROM Flights in Spain

📱 Acum, și check-in online / Now, online check-in

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București Henri Coandă - Madrid				
8:10	11:15	1,2,3,4,5,6,7* (30.10.2016-25.03.2017)	RO415	733
Madrid - București Henri Coandă				
12:15	17:10	1,2,3,4,5,6,7* (30.10.2016-25.03.2017)	RO416	733
Iași - Madrid				
21:00	0:15	3,6* (02.11.2016-25.03.2017)	RO419	733
Madrid - Iași				
1:05	6:05	4,7* (03.11.2016-26.03.2017)	RO420	733
București Henri Coandă - Barcelona				
8:30	10:40	1,3,4,5,7* (30.10.2016-25.03.2017)	RO421	73W
8:30	10:40	6* (05.11.2016-21.01.2017)	RO421	73W
Barcelona - București Henri Coandă				
11:30	15:35	1,3,4,5,7* (30.10.2016-25.03.2017)	RO422	73W
11:30	15:35	6* (05.11.2016-21.01.2017)	RO422	73W
București Henri Coandă - Valencia				
21:00	23:35	5,7* (02.12.2016-22.01.2017)	RO431	318
21:00	23:35	5,7* (03.12.2016-19.03.2017)	RO431	318
Valencia - București Henri Coandă				
0:25	4:45	1,6* (03.12.2016-23.01.2017)	RO431	318
0:25	4:45	1,6* (04.12.2016-20.03.2017)	RO431	318

(*) 1 – Luni/Monday, 2 – Marți/Tuesday, 3 – Miercuri/Wednesday, 4 – Joi/Thursday, 5 – Vineri/Friday, 6 – Sâmbătă/Saturday, 7 – Duminică/Sunday.





Prospețime, diversitate și calitate



Constantin Brutaru este directorul magazinului Selgros Băneasa din septembrie 2015. La cei 38 de ani ai săi, Constantin coordonează trei magazine – cele din Băneasa, Pantelimon și Ploiești. Am purtat o discuție pentru a afla cum poate ajunge un ardelean la București, via Selgros.

Cum a început povestea Selgros?

M-am angajat la magazinul din Brașov când aveam 23 de ani. Am evoluat rapid; țin minte că am întrebat încă de la interviu dacă am șanse să promovez. Începeam ca lucrător comercial și îmi doream mai mult. Am acceptat când mi s-a spus că, dacă vreau și dacă muncesc, nu există restricții. La 28 de ani am devenit director de magazin la Târgu Mureș, după trei ani petrecuți la Oradea ca șef de departament.

Cum ai ajuns la București? Ce este diferit?

Provocarea cea mai mare a fost să mă adaptez presiunii de aici – problema nefiind vite-

za, ci tensiunea, care se resimte și în oameni. Norocul meu e că formăm o echipă unită și că modul de lucru la Selgros este unitar.

Sunt clienții din București diferiți de cei de la Târgu Mureș?

Ne-am construit sortimentul astfel încât să satisfacem și cele mai exigente gusturi. Pretențiile gastronomilor care se aprovizionează de la Băneasa sunt foarte ridicate; în consecință, avem și produse speciale, care se găsesc numai aici.

Ce oferiți clienților? Care ar fi motivele pentru care ar prefera Selgros?

Conceptul nostru de club vine cu un avantaj important – cel al relației personalizate. Colegii care interacționează cu clienții răspund întrebărilor acestora și preiau sugestii. Ne cunoaștem clienții și ei ne cunosc pe noi. În plus, avem programe de fidelizare pentru clienții profesioniști (retaileri și gastro).

Cum devii membru al clubului Selgros?

Până nu demult am condiționat posibilitatea de a face cumpărături de existența unei entități juridice. Acum oferim posibilitatea și pasionaților de bună-tățuri de a se aproviziona din același loc cu profesioniștii, trebuie doar să își dorească.

Aveți un mesaj pentru cititorii noștri?

Treceți pe la noi, în oricare dintre cele 21 de magazine. Veți găsi mereu prospețime, diversitate și calitate – toate reflectând pasiunea pe care o punem în ceea ce facem.

Club pentru profesioniști și *pasionați*. De bună-tățuri.



SELGROS
cash & carry

ISTANBUL

3000 de ani de grandoare



3000 years of majesty

de/by Olivia Vereha

Poate unul dintre cele mai controversate orașe din lume, Istanbulul nu încetează să ne surprindă la fiecare vizită pe care o facem în inima statului turc. Cu o istorie de peste 3000 de ani, orașul a fost ca un magnet pentru oameni de pe întreg globul încă din vremuri străvechi. În secolul al șaisprezecelea deja era locuit de aproape șapte sute de mii de persoane, ceea ce l-a făcut al doilea oraș ca mărime din lume, după Beijing.

Unul dintre punctele de cotitură din istoria orașului a fost anul 324, atunci când a primit numele de Constantinopol și a devenit capitala Imperiului Roman și, grație poziționării sale geografice, una dintre cele mai tranzitate regiuni la nivel global. O mie de ani mai târziu, după un parcurs tumultuos, populația a scăzut dramatic până când Constantinopolul s-a transformat în capitala Imperiului Otoman.

Perhaps one of the most controversial cities in the world, Istanbul does not cease to amaze us at every visit we make in the heart of Turkey. With a history of over 3000 years, the city has been a magnet for people all over the world since Ancient times. In the 16th century it was already inhabited by almost seven hundred thousand people, which made it the second largest city in the world, after Beijing.

One of the turning points in the history of the city was the year 324, when it was named Constantinople and it became the capital of the Roman Empire and, thanks to its geographic position, one of the most transited regions worldwide. A thousand years later, after a tumultuous series of events, the population decreased dramatically until Constantinople became the capital of the Ottoman Empire.





În timp, Istanbulul își revine și aici își găsește un cămin, peste un milion de oameni, dar la începutul secolului XX, sub comanda lui Atatürk, primește o nouă lovitură. Îi este "furat" titlul de capitală (titlu oferit Ankarei), iar populația începe din nou să îl părăsească. Astăzi, pare că orașul a înflorit din nou, numărând peste zece milioane de locuitori.

Dacă sunteți pentru prima dată sosiți în Istanbul, porniți explorarea din piața Sultanahmet, centrul istoric al orașului, unde veți descoperi muzeul Sfânta Sofia, Moscheea Albastră, palatul Topkapı, Palatul scufundat (sau Basilica Cisternă) și coloana șerpuită, un monument adus de Constantin cel Mare din ținutul elen.

Moscheea Albastră, unul dintre cele mai cunoscute obiective turistice din lume, este o construcție impunătoare cu șase

In time, Istanbul recovers and becomes home to over a million people, but at the beginning of the 20th century, under the rule of Atatürk, it received a new blow. Its title of capital is "stolen" (and given to Ankara), and the population starts to leave once again. Today, the city seems to have flourished once more, with over ten million inhabitants.

If you go to Istanbul for the first time, start exploring in the Sultanahmet square, the old city centre, where you will discover the Hagia Sophia, the Blue Mosque, the Topkapı Palace, the Sunken Palace (or Basilica Cistern) and the Serpent Column, a monument brought by Constantine the Great from the Hellenic land.

The Blue Mosque, one of the best-known tourist attractions in the world, is an impressive building with six minarets



minarete de peste 60 de metri înălțime, placată la interior cu zeci de mii de plăci ceramice. Este o clădire ce poate primi în interiorul său peste 10.000 de oameni și care poate fi vizitată oricând, aceasta deschizându-și porțile zi de zi, gratuit, pentru mii de turiști. Palatul Topkapi a fost locul în care s-au luat toate deciziile istorice legate de acest oraș timp de aproape jumătate de mileniu și tot aici a locuit și Suleyman Magnificul. Dacă ajungeți la acest obiectiv, merită să vizitați atât palatul cât și haremul, iar de vă prinde ora prânzului prin zonă, delectați-vă cu preparate domnești la restaurantul Palatului.

Muzeul Sfânta Sofia, biserică timp de 400 de ani, este o perlă arhitecturală pe care niciun vizitator ajuns în Istanbul nu trebuie să o rateze. Restaurată în repetate rânduri, Hagia Sofia reușește să păstreze toate detaliile specifice timpurilor

over 60 metres tall, covered in dozens of thousands of small ceramic tiles inside. It is a building that can receive over 10,000 people and that can be visited anytime, opening its gates day after day, for free, for thousands of tourists. Topkapi Palace was the place where all historical decisions related to this city were taken for almost half a millennium and this is where Suleiman the Magnificent lived. If you get to this attraction, you should visit the palace and the harem as well, and if you're in the area at lunch time, enjoy royal dishes at the restaurant of the Palace.

The Hagia Sophia museum, a church for 400 years, is an architectural pearl that no visitor of Istanbul should miss. Restored several times, Hagia Sophia manages to preserve all the details specific to the times it has withstood. Basilica Cistern is not meant for those easy to impress. It



căroră le-a rezistat. Basilica Cisterna nu este destinată celor ușor impresionabili. Este o construcție subterană realizată la comanda lui Justinian pentru a asigura alimentarea cu apă a Palatului. Dar o vizită aici poate fi copleșitoare, datorită coloanelor uriașe spectaculos decorate.

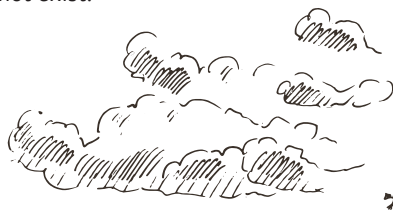
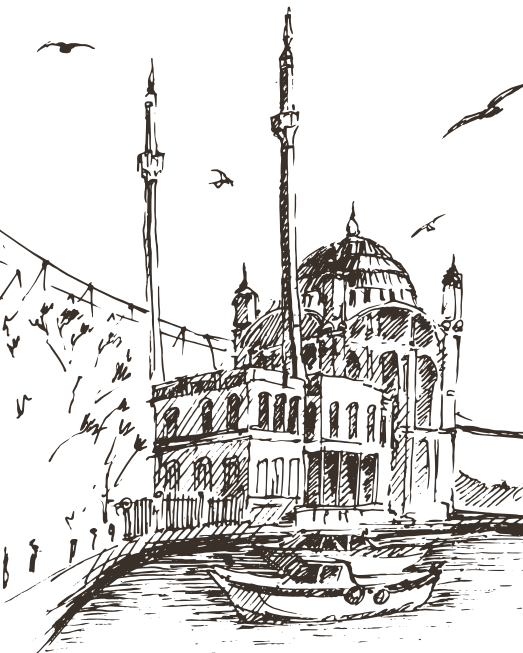
Într-una din zile rezervați-vă timp și pentru a vizita piețele orașului, pentru că nu puteți veni în Istanbul fără a experimenta modul în care se practică aici comerțul. Mai mult decât o sesiune de shopping, a te târgui cu comercianții este obligatoriu aici și este, înainte de orice, o experiență culturală. Treceți prin piața de condimente și musai prin Marele Bazar, o piață cu peste 4000 de magazine ai căror vânzători vă vor lua pe sus din stradă și vă vor ademini să le cumpărați mărfurile.

În final, important este să rezistați tentației de a anula biletele de avion pentru întoarcere și să vă promiteți că veți reveni pe cât de des posibil în acest furnicar splendid de oameni, istorie, cultură și arhitectură, pentru că nu există noțiunea de „prea mult timp” petrecut în Istanbul.

is an underground construction built at the command of Justinian to provide the water supply of the Palace. A visit to this place can be overwhelming, though, due to the huge columns with their spectacular decorations.

Save time on one of the days to visit the city markets, because you can't come to Istanbul without experiencing the way trade is made here. More than a session shopping, bargaining with the merchants is compulsory and, above all, it is a cultural experience. Go to the spices market and do not miss the Grand Bazaar, a market with over 4000 stores, whose salesmen will lure you from the street and try to convince you to buy their goods.

In the end, what is important is to resist the temptation to cancel your return tickets and to promise you will come back as often as possible in this splendid city swarming with people, filled with history, culture and architecture, as the concept of “too much time” spent in Istanbul does not exist.



Zboruri TAROM la Istanbul / TAROM Flights to Istanbul

📱 Acum, și check-in online / Now, online check-in

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București Henri Coandă - Istanbul				
8:35	10:50	1,2,3,4,5,6,7* (30.10.2016-25.03.2017)	R0261	318
15:55	18:40	1,2,3,4,5,7* (30.10.2016-24.03.2017)	R0263	AT7
16:25	18:40	6* (05.11.2016-25.03.2017)	R0263	318
Istanbul - București Henri Coandă				
11:40	11:55	1,2,3,4,5,6,7* (30.10.2016-25.03.2017)	R0262	318
19:35	20:15	1,2,3,4,5,7* (30.10.2016-24.03.2017)	R0264	AT7
19:35	19:50	6* (05.11.2016-25.03.2017)	R0264	318

(*) 1 - Luni/Monday, 2 - Marți/Tuesday, 3 - Miercuri/Wednesday, 4 - Joi/Thursday, 5 - Vineri/Friday, 6 - Sâmbătă/Saturday, 7 - Duminică/Sunday.

EURODIET. STIL DE VIAȚĂ

Greutatea ideală nu a fost niciodată mai ușor de obținut și menținut - descoperă metoda noastră!

ESTE ȘTIINȚIFICĂ

Aplicabilă numai sub supravegherea unui medic și cu monitorizare de cel puțin o dată pe lună.

ESTE TERAPEUTICĂ

Reglare și control al obezității, diabetului zaharat și sindromului metabolic exclusiv prin dietă.

ESTE SIGURĂ

Program de nutriție personalizat, bazat pe nevoile pacientului.

ESTE RAPIDĂ

Permite pierderea de până la 10% din greutatea inițială în fiecare 45 de zile de program urmate și permite scăderea cu 3-4 cm a circumferinței taliei în primele 10 zile de la începerea programului.

ESTE UȘOARĂ

Nu necesită cântărirea alimentelor și metode laborioase de preparare a mâncărilor.

ESTE VARIATĂ

Cu o gamă de 80 de produse gustoase, dulci sau sărate, satisface orice preferințe pentru fiecare masă a zilei.

ESTE TESTATĂ

Peste 1 milion de persoane din Europa se bucură de rezultatele metodei.

FĂRĂ FOAME

Datorită corpiilor cetonici - substanțe organice produse în urma arderii - care inhibă pofta de mâncare diminuând foamea excesivă, rezultatul fiind creșterea eficacității dietei.

BUCCURŢEŞTI

O poveste culturală
Bucharest, a cultural story
de/by Olivia Vereha







Cum ar fi dacă ai călători un an întreg în tot felul de locuri doar pentru a te duce la spectacole, concerte și evenimente culturale în acele orașe ? Noi credem că ar fi teribil de interesant, așa că am decis să vă povestim despre acele obiective culturale unde credem că e musai să ajungeți, dacă vacanța vă poartă în frumoasa capitală a României.

Teatrul Național București, ridicat, după cum spunea criticul Pantazi Ghica, pe locul unde se afla „o băltoacă mare, verde-neagră, în care orăcăiau broaștele”, este clădirea care pune zâmbete pe fețele oamenilor ajunși la kilometrul

Imagine travelling a whole year to all sorts of places just to go to shows, concerts and cultural events in those cities. We think that would be terribly interesting, so we decided to tell you about those cultural attractions that we believe you simply must visit, if your holiday brings you to the beautiful Romanian capital.

National Theatre Bucharest, built, as the critic Pantazi Ghica used to say, on the spot where a “huge, greenish-black puddle with croaking frogs” used to be found, is the building that puts a smile on the face of anyone who reaches the kilometre



zero al Capitalei. Recent renovat, Teatrul Național face o pereche cromatică frumoasă cu clădirea Spitalului Colțea de peste bulevard, ludică, vioaie, parcă special pusă acolo să îmbuneze sobrietatea Universității. Inaugurarea construcției a avut loc în 1852, cu premiera piesei de teatru „Zoe sau Amantul împrumutat”, iar primii vizitatori au avut prilejul să admire peste 300 de statui, un foaier placat cu marmură de Carrara și superbele loje aranjate pe trei rânduri. La exterior, clădirea aducea foarte mult cu o pălărie cu boruri largi, formă în care o puteți vedea și astăzi, deși, timp de trei decenii, aceeași clădire a fost complet renovată și schimbată din ordinul conducătorului statului. După 2012, teatrul a intrat într-un amplu proces de restaurare care a făcut posibilă nu doar recâștigarea clădirii istorice, ci și dublarea numărului de locuri din sălile de spectacole.

Foarte aproape de Teatrul Național se află o altă clădire istorică pe care nu trebuie să o ratați - Ateneul Român. Una dintre cele mai populare săli de concerte din București, clădirea Ateneului are o poveste foarte frumoasă. Locul în care s-a început construcția ei în 1886 este fosta grădină a Văcăreștilor, iar o mare parte din fondurile pentru ridicarea ei au fost strânse prin chetă publică. Orice român știe foarte bine celebra zicală „Dați un leu pentru Ateneu” care era strigată pe

zero of the capital. Recently renovated, the National Theatre is a beautiful chromatic pair to the building of the Colțea Hospital across the boulevard, playful, lively, standing there as if to tame the sobriety of the University. The inauguration of the theatre took place in 1852, with the premiere of the play “Zoe or the Borrowed Lover”, and the first visitors could admire over 300 statues, a foyer tiled with Carrara marble and the gorgeous boxes lined on three rows. On the outside, the building looked a lot like a wide-brimmed hat, a shape that has recently been restored, although for three decades the same building was completely renovated and changed by order of the head of state. After 2012, the theatre entered a complex restoration process that made it possible not only to regain the historic building, but also to double the number of seats in the halls.

Very close to the National Theatre is another historic building you should not miss – the Romanian Athenaeum. One of the most popular concert halls in Bucharest, the building of the Athenaeum has a wonderful story. The spot where the construction began in 1886 is the former garden of the Văcărești family, and much of the money for the building was collected by public subscription. Any Romanian knows the famous saying: “One leu for the Athenaeum” that was

YOUR PLACE
YOUR CLASS



Plan a visit, to our **New Block**, meet your new neighbors, make new friends, find your dream.

Indoor swimming pool, the best beauty parlor and the best gym are here for you.

Get your references from any of our satisfied customers. Choose the apartment suitable for your needs and move right in!

Sales Point InCity Residences

188 Calea Ducești, block A
Telephone: 021 407 84 79

www.incityresidences.ro
sales@incityresidences.ro



Dacă mai aveți timp, luați Capitala la pas și vizitați și următoarele edificii culturale:

- Teatrul Masca
- Teatrul Nottara
- Teatrul Bulandra
- Opera Națională București
- Teatrul Mic
- Teatrul Foarte Mic
- Teatrul de Comedie
- Teatrul de Revistă

If you still have time, go for a walk and visit the following cultural buildings in the Capital:

- Masca Theatre
- Nottara Theatre
- Bulandra Theatre
- Bucharest National Opera House
- Small Theatre
- Very Small Theatre
- Comedy Theatre
- Music Hall Theatre

străzi la finalul secolului al XIX-lea. De atunci, clădirii nu i-au mai fost aduse modificări timp de peste 100 de ani, până s-a decis alocarea de fonduri pentru restaurarea sa, proces care a durat 10 ani, iar Ateneul a fost redeschis la timp pentru ediția din 2005 a Festivalului Internațional George Enescu. De aveți vreme să intrați aici, priviți bolta Ateneului, unde se află o frescă impresionantă care ilustrează 25 de scene importante din istoria României. În cazul în care vremea este de partea voastră, poposiți, la ieșire, pe una dintre băncile din grădina din fața ateneului pentru a avea timp să vă bucurați de peisajul Căii Victoriei și de zumzetul melodic al orașului.

Ați auzit de Teatrul Muncitoresc CFR Giulești? Probabil că nu. Dar de Teatrul Odeon? Ambele denumiri fac referire la

called on the streets at the end of the 19th century. Ever since, the building has not been changed for over 100 years, until the authorities decided to allocate funds for its restoration, a process that lasted 10 years, and the Athenaeum was reopened just in time for the 2005 edition of the George Enescu International Festival. If you have the time, enter and look at the dome of the Athenaeum, with an impressive fresco depicting 25 important scenes in the Romanian history. If the weather is on your side, stop on one of the benches in the garden in front of the Athenaeum to enjoy the view of Calea Victoriei and the melodic buzzing of the city.

Have you heard of the CFR Giulești Workers' Theatre? Probably not. How about Odeon Theatre? Both names refer



Târgul de Crăciun BUCUREȘTI

Primăria Municipiului București vă invită la Târgul de Crăciun București, în perioada 1 – 30 decembrie 2016, în centrul orașului - Piața Constituției. Evenimentul, devenit o tradiție a Capitalei, deschide oficial sezonul sărbătorilor de iarnă printr-o serie de atracții care celebrează Crăciunul autentic românesc, așteptându-i pe cei mari și pe cei mici cu delicii culinare din bucătăria autohtonă, spectacole artistice, obiecte realizate manual, decorațiuni de Crăciun și personaje de poveste.

Târgul de Crăciun București poate fi vizitat zilnic, în intervalul orar 10:00 – 22:00 și include: târg de meșteșuguri cu peste 100 de căsuțe, zonă gastronomică, casa lui Moș Crăciun, patinoar, carusel, trenuleț, concerte, spectacole tradiționale românești și campania umanitară „Dăruiește, fii mai bun! Și tu poți fi Moș Crăciun!” – care îndeamnă publicul să doneze cărți și jucării pentru copiii aflați în dificultate.

Vă invităm să descoperiți un București cum nu l-ați mai văzut! Centrul Vechi, Piața Universității și Piața George Enescu vor aduce magia sărbătorilor de iarnă în centrul Capitalei prin colinde, spectacole, ateliere de creație, expoziții, cadouri, lumini festive și multe alte surprize!

INTRAREA ESTE LIBERĂ!



Bucharest Christmas MARKET

Bucharest City Hall invites you to Bucharest Christmas Market, from 1st December to 30th December 2016, in the City Center – Constituției Square. The event, a tradition of the capital, officially opens the winter holiday season through a series of attractions that celebrates genuine Romanian Christmas, waiting for the big ones and for the little ones with authentic Romanian cuisine, performing arts, crafts, Christmas decorations and fairytale characters.

Bucharest Christmas Market can be visited daily between 10:00 a.m. to 10:00 p.m. and includes a craft fair with over 100 cottages, a gourmet area, the house of Santa Claus, a skating rink, carousel, train, traditional concerts, performances and the humanitarian campaign "Give, be better! You can be Santa Claus too!" – where visitors can donate toys and books for children in need.

We invite you to discover Bucharest like you've never seen it before! The Old City Center, University Square and George Enescu Square will bring in the heart of Romania's capital the magical spirit of winter holidays through carols, performances, creative workshops, exhibitions, presents, festive lights and many other surprises!

FREE ENTRY!

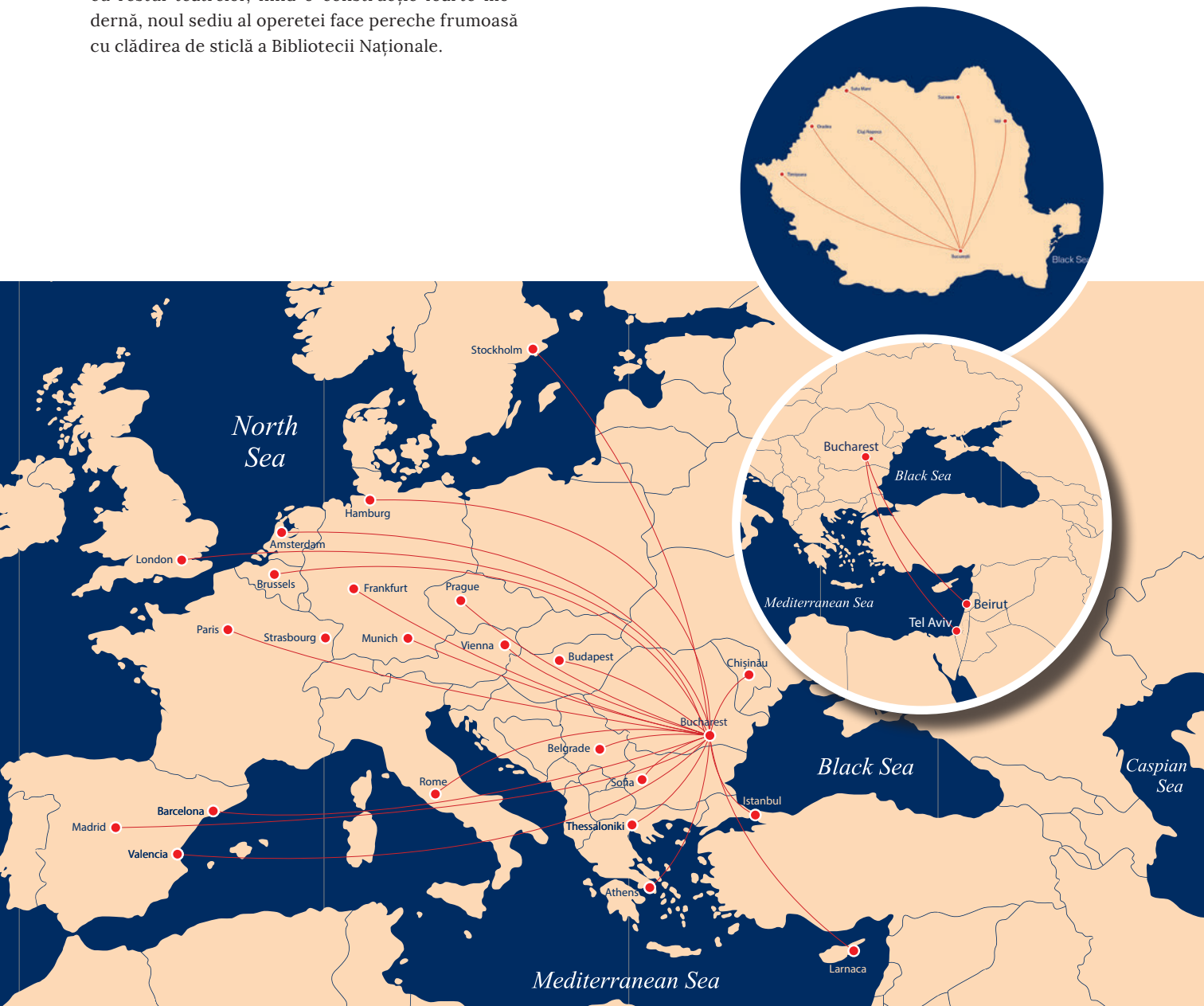
VISIT ROMANIA

una și aceeași clădire, amplasată pe Calea Victoriei, „ascunsă” în spatele Universității și la un pas de Capșa. Construit între cele două mari războaie, Odeonul nu este un teatru impresionant ca dimensiuni, dar cele două săli ale sale sunt foarte spectaculoase. Una dintre ele, Majestic, are un tavan glisant, iar cea de-a doua este construită din platforme modulare, pentru a putea găzdui mai multe soiuri de spectacole și pentru a oferi de fiecare dată o altă experiență. De vizitat obligatoriu!

Teatrul de Operetă și Musical „Ion Dacian” este cea mai nouă clădire destinată evenimentelor culturale din București. Mai mult, este primul construit special pentru spectacole de teatru muzicale, operetă și teatru-dans. Deși pare că face notă discordantă cu restul teatrelor, fiind o construcție foarte modernă, noul sediu al operetei face pereche frumoasă cu clădirea de sticlă a Bibliotecii Naționale.

to one and the same building, located on Calea Victoriei, “hidden” behind the University and just a step away from Capșa. Built in the inter-war period, Odeon is not an impressive theatre as regards its size, but its two halls are very spectacular. One of them, Majestic, has a sliding ceiling, and the second is built from modular platforms to be able to accommodate several types of shows and to provide a different experience every time. A must-see.

The “Ion Dacian” Operetta and Musical Theatre is the newest building intended for cultural events in Bucharest. Moreover, it is the first one built specially for musical, operetta and theatre dance shows. Although it may seem to strike the wrong note when compared to the rest of the theatres, as it is a very modern building, the new operetta house fits nicely next to the glass building of the National Library.



London, Paris,
New York... BUCHAREST

Professionalism knows no boundaries.



Pacienții zilelor noastre se tem deseori de vizita la clinica stomatologică. Unul din principalele motive îl reprezintă frica ședințelor interminabile, timpul de așteptare. Dorind să depășească acest obstacol, dr. Dragoș Popescu, specialist în implantologie și chirurgie parodontală, general manager al clinicii **DentalMed** București, a implementat cu succes un concept dezvoltat în Statele Unite, și anume "one stage surgery".

Etapele premergătoare acestui pas sunt esențiale – evaluarea radiologică a staturii dento-alveolar al pacientului prin investigații de tip RX panoramic și Computer Tomograf (CT), completată de examinarea clinică a pacientului. Toate aceste informații se constituie în Planul de Tratament. Odată stabilite fazele tratamentului, intervențiile chirurgicale aplicate prin conceptul "one stage surgery" deschid de obicei șirul tratamentelor restaurative. Echipa de medici specialiști în chirurgie maxilo facială, implantologie, parodontologie și estetică dentară reabilitează chirurgical într-o singură intervenție întreaga cavitate bucală.

Sedința de tratament poate dura de la una la patru ore, în funcție de complexitatea cazului. Pe întreg parcursul intervenției chirurgicale pacientul este sub efectul sedării intravenoase (i.v. sedation), care asigură un confort sporit al pacientului în timpul operației; medicul anestezist monitorizează permanent pacientul pe toată durata ședinței de tratament.

Reușim astfel să realizăm cu succes operații extreme de inserare implanturi dentare, operații parodontale, aditii și autotransplantații de os, sinus lift surgery și extracții – toate în cadrul unei singure ședințe chirurgicale de tratament. Celor mai mulți dintre pacienți le este greu să creadă că cea mai importantă fază a reabilitării lor orale s-a sfârșit fără durere, într-o ședință de doar câteva ore, fără spitalizare, și că își pot relua activitățile profesionale și sociale fără probleme încă de-a doua zi. Sunt comprimate astfel tratamente de luni de zile în acest concept revoluționar "one stage surgery". Stresul pacientului se reduce astfel la minim, iar rezultatele obținute sunt remarcabile.

UN NOU CONCEPT ÎN MEDICINA DENTARĂ: ONE STAGE SURGERY

BOALA PARODONTALĂ – „Silent killer” PENTRU 1 din 3 PACIENȚI

Deși afecțiunile parodontale (parodontoza – numită și „silent killer”) afectează în mod surprinzător 1 din 3 persoane, rezultatul final fiind pierderea dinților, această boală este tratată cu superficialitate de către majoritatea pacienților.

CE NU SE ȘTIE DESPRE BOALA PARODONTALĂ

- **Dinți sănătoși nu înseamnă dinți fără carii.**

Un dinte aparent sănătos poate să ascundă o afectare parodontală depistabilă doar de către medicul stomatolog. În situația în care diagnosticarea bolii parodontale se face într-o fază în care dintele se mai poate salva printr-o intervenție de microchirurgie parodontală (Flap Debridement cu Regenerare Osoasă și Tisulară), pacientul are șansa de a-și păstra pe arcadă dinții naturali. Sunt însă foarte multe situații în care pacientul este diagnosticat mult prea târziu, când singura soluție de reabilitare rămâne aceea prin inserarea de implanturi dentare.

- **Boala este evolutivă având un final sigur: pierderea dinților.**

• **Cauza este exclusiv microbiană, existând însă și o predispoziție genetică**, care se combină cu factori favorizanți precum fumatul, stresul, boli imune, diabet.

- **Pacienții tineri nu sunt feriți de atacul bacterian și implicit de boala parodontală.** Devine astfel obligatorie prezentarea la medicul stomatolog pentru controale regulate, menite a realiza un diagnostic precoce al Parodontopatiei, pentru copiii cu antecedente parodontale în familie. Date fiind toate aceste considerente, clinica **DentalMed** a creat un sistem special de investigare, diagnostic și tratament al bolii parodontale, pe care îl parcurg toți pacienții clinicii.

CUM SE TRATEAZĂ BOALA PARODONTALĂ?

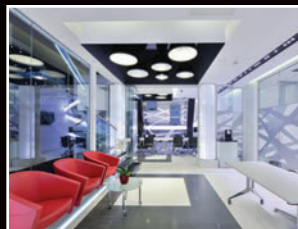
- **Tratamentul activ al bolii parodontale este doar de natură chirurgicală, în situația în care pungile parodontale depășesc 4-5 mm.**

Infecția aflată în pungile parodontale se elimină prin chiuretaj minuțios, se adăunează biomateriale de ultimă generație pentru a ajuta refacerea masei osoase diminuată datorită bolii și, nu în ultimul rând, se reduce gingia la nivelul inițial prin tehnici specifice de sutură.

- **Boala parodontală nu poate fi vindecată, prin intervenție se realizează stoparea din evoluție a acesteia.**

Tratamentul chirurgical al bolii parodontale se completează obligatoriu cu controale și mentenanță periodică profesională (la fiecare 2 luni ședința de igienizare - detaraj, periaj, airflow). În plan secundar există și tratamentele antiinflamatorii și vaccinuri, însă acestea sunt component cu rol CEL MULT ajutător, și nicicum determinant în tratamentul parodontozei.

Motivați fiind de dorința de a oferi pacienților noștri tratamente premium, înglobând cele mai noi tehnologii, Clinica **DentalMed** a inaugurat în 2011 Centrul de Excelență în Chirurgie și Implantologie. Totodată, anul 2011 a reprezentat finalizarea procesului de extindere a clinicii în aceeași locație, de la 200 mp la 700 mp, cuprinzând 11 unituri, sală de chirurgie, Computer Tomograf Morita, spații pentru miculocvii, amenajări pentru live surgery, printr-o investiție de 1,5 mil euro.



DentalMed
este Partener Oficial al
FC Steaua București

DentalMed
Luxury Dental Clinic



FURNIZOR AL CASEI REGALE A ROMÂNIEI

Tel.: +4 021 402 87 35
+4 0372 330 305
email: contact@dental-med.ro
web: www.dental-med.ro

Colibița, locul unde „marea” întâlnește muntele

////////////////////
Colibița, the place where “the sea”
meets the mountain

de/by Maria Capelas

România frumoasă, autentică nu este o simplă metaforă, este o realitate pentru care mulți europeni ne invidiază, în sensul bun al cuvântului, și militează pentru păstrarea ei.

Există o multitudine de locuri în această țară care ne pot oferi zile de detașare totală de zgomotul vieții cotidiene, unde natura, oamenii, tradițiile ne asigură relaxare și bucuria descoperirilor pe care simțim nevoia să le împărtășim la întoarcere. Unul dintre aceste locuri este satul Colibița, din județul Bistrița-Năsăud, așezare situată pe Valea Bistriței, între Munții Bârgău și Munții Călimani.

Satul Colibița se bucură de o amplasare minunată, între acești doi munți, aparținând uneia dintre „bârgaiele” județului, numită comuna Bistrița Bârgăului, situată undeva în dreapta Prundului Bârgăului. Pentru că, pe măsură ce mergi dinspre Bistrița spre Vatra Dornei, intri într-un șir, nesfârșit parcă, de comune, cunoscute sub denumirea de Bârgaie: Rusu Bârgăului, Josenii Bârgăului, Mijlocenii Bârgăului, Susenii Bârgăului, Prundul Bârgăului, Tiha Bârgăului și Mureșenii Bârgăului.

Despre regiune s-a scris prima dată tocmai în 1760, iar localitatea Colibița a fost până în 1940 o renumită stațiune climaterică recomandată datorită concentrației ridicate de ozon și iod din aer, celor care sufereau de afecțiuni pulmonare. Pe la 1850 se pare că aici locuiau în colibe doar vreo 14 oameni, de unde și denumirea satului. În perioada comunistă, în 1979, aici s-au construit barajul și lacul de acumulare Colibița. Satul a fost strămutat în apropiere, construit din temelii odată cu construcția barajului, ale cărui ape au acoperit fosta vatră a satului. De aici și legendele pe care cu siguranță le veți auzi de la săteni, cum că pe fundul lacului se mai află casele locuitorilor strămutați și vechea biserică din Colibița, iar atunci când scade nivelul apei vă vor spune că au văzut cu ochii lor crucea de pe acoperișul bisericii.

Frumusețea satului înconjurat de munți și a lacului care este atât de mare încât îți trebuie aproape două ore ca să-l înconjori va compensa orice efort făcut pentru a ajunge aici. Lacul este ca o mică mare de lângă munte, unde se poate face plajă bucurându-te în același timp de aerul extrem de ozonat. Locuitorii, care trăiesc din prelucrarea lemnului, sunt vorbăreți, primitivi și vă vor spune cu mândrie ce posibilități de petrecere a timpului liber vă oferă zona lor: excursii și drumeții la Tăul Zânelor și izvorul de apă minerală Borcuț, ciclism montan, caiac, alpinism, plimbări cu sania, pescuit în lacul Colibița bogat în păstrăv, clean și caras, vizite la Castelul Dracula, lângă pasul Tihuța, la Casa Săsească din Livezile, multe zone de rezervație naturală, siturile arheologice de la Dorolea și Livezile și ofertele pot continua. Rămâne să le descoperiți singuri făcând măcar un scurt popas la Colibița, între cei doi străjeri muntoși a căror priveliște îți taie răsufarea, Strunioru și Bistricioru!

The beautiful authentic Romania isn't just a metaphor, it's a reality for which many Europeans envy us, in the good sense of the term, and for whose preservation they fight for.

There are many places in this country that can offer us days of complete detachment, far from the daily life's noise, where the nature, people, traditions make us loosen up and enjoy the discoveries we need to share when coming back home. One of these places is the Colibița village, from the Bistrița Năsăud County, a place situated on the Bistriței Valley, between Bârgău Mountains and Călimani Mountains.

The Colibița village is the proud owner of this setting, between these two mountains, as it belongs to one of the counties of the "Bârgău" family, called Bistrița Bârgăului, situated somewhere in the Prundul Bârgăului's right. Because, as you walk from Bistrița to Vatra Dornei you get in a seemingly infinite streak of localities known as Bârgaie: Rusu Bârgăului, Josenii Bârgăului, Mijlocenii Bârgăului, Susenii Bârgăului, Prundul Bârgăului, Tiha Bârgăului and Mureșenii Bârgăului.

The first mention of the region was in 1760, and the Colibița locality was up until 1940 a well-known climatic resort recommended to people suffering of pulmonary diseases, because of its high ozone and iodine concentration in the air. It seems like around 1850 only 14 people used to live here in cottages, hence the village's name. In the communist period, in 1979, the dam and the Colibița reservoir were built here. The village has been moved closer to them, built from the ground along with the barrier's construction whose waters drowned the village's former area. Hence the stories you'll surely hear from the villagers, about how the houses of the inhabitants that moved away and the Colibița church are still on the bottom of the lake, and when the water's level drops they can swear they've seen with their own eyes the cross on the church's roof. The beauty of this village surrounded by mountains and the lake that is so big you need almost two hours to walk all around it, will compensate any effort made to get here. The lake is like a small sea beside the mountain, where you can sunbathe and, at the same time, get all the benefits of the air extremely rich in ozone. The inhabitants, who make a living out of carving wood, are talkative, hospitable and will proudly tell you how you can spend your free time in their area: trips and hikes to Tăul Zânelor and the mineral water headwater Borcuț, mountain biking, kayak, rock climbing, sleigh rides, fishing in the Colibița lake rich in trouts, chubs and carps, visits to the Castle of Dracula, near the Tihuța gate, to the Casa Săsească (the Saxon House) from Livezile, various natural reservation areas, the archaeological sites from Dorolea and Livezile and the offers may continue. It is up to you to discover them by yourself by making a short stop to Colibița, between the two mountains standing guard, whose scenery makes you hold your breath. Strunioru and Bistricioru!

SHOPPING TRADITIONAL



Țesături din lână

Țesăturile de lână au apărut în casele românești din nevoie, dar în timp ele au căpătat și un rol decorativ astăzi fiind în topul preferințelor turiștilor în materie de cadouri tradiționale românești. Țesute în două sau patru ițe, scoarțele oltenesti sunt printre cele mai frumoase colorate dintre toate. Motivele decorative preferate sunt cele vegetale și zoomorfe, iar modul de prezentare al decorațiunii este de obicei pe lungimea scoarței. Aceleași motive se regăsesc pe alocuri și în Muntenia, dar aici culorile nu mai sunt atât de puternice, ci mult mai pastelate. Preponderent, în țesăturile din această regiune se remarcă decorurile geometrice.

În Dobrogea scoarțele sunt compuse din trei straturi, iar modelul cel mai des întâlnit este unul linear, într-o combinație contrastantă de culori: roșu cu negru sau verde, violet cu galben sau orange. În nordul țării, în Moldova aceste covorașe sunt de dimensiuni foarte mari, depășesc trei metri, și de obicei sunt ornamentate cu plante stilizate, iar cele din Maramureș au adesea pe ele litere chirilice care marchează anul în care au fost țesute.

Wollen carpets

The wool carpets have shown up in Romanian homes out of need, but in time they have also received a decorative role, today being some of the most popular traditionally Romanian gifts among tourists. Sewn in three or four strings, the carpets made in Oltenia are some of the most beautifully colored of all. The preferred decorative motifs are the vegetal and animal ones and the pattern is usually presented on the length of the carpet. The same motifs can be found here and there in Muntenia as well, but here the colors are less bright, but pastels. Geometric decorations are predominant in the carpets sewn in this region. In Dobrogea, they are made of three layers, and the most common pattern is a linear one, in a contrasting combination of colors: red with black or green, violet with yellow or orange. In the northern side of the country, in Moldova these carpets are great in size, over three meters, and they are usually decorated with stylized plants, and the ones in Maramureș often have Cyrillic lettering on them, marking the year they were made in.



InFertility



Centru de medicină materno-fetală și fertilizare in vitro

Colaborarea îndelungată dintre Centrul Medical Medsana și clinica Genesis Athens se extinde în România prin deschiderea clinicii Medsana-Genesis, Centru de medicină materno-fetală și fertilizare in vitro. Clinica Genesis Athens este un centru de referință la nivel mondial, renumit pentru tehnicile inovative de reproducere umană asistată și ratele de succes remarcabile.

În clinica supraspecializată Medsana-Genesis oferim acum servicii medicale complete dedicate femeilor și cuplului: consultații, analize și investigații din sfera obstetricii, ginecologiei și specialităților conexe. Astfel, pacienții beneficiază de cele mai noi și performante metode de investigație și, nu în ultimul rând, de o echipă multidisciplinară de specialiști în medicină reproductivă și embriologi de talie internațională.

The long lasting collaboration between Medsana Medical Centre and Genesis Athens Clinic it is extending in Romania through the opening of the new Medsana-Genesis Clinic, Fetal Maternal Medicine and Fertility Center. Genesis Athens is a worldwide reference center renowned for its innovative human reproduction techniques and exceptional success rates.

The highly specialised Medsana-Genesis Clinic is now offering complete medical services dedicated to women and couples: examinations, analyses and investigations in the field of obstetrics, gynaecology and related specialties. Our patients benefit from the newest, most successful investigation methods and a multidisciplinary team of experts in reproductive medicine and internationally renowned embryologists.



Dr. Andreas Vythoulkas

Medic acreditat în România al Clinicii Genesis Athens, Medic Specialist Obstetrică Ginecologie, supraspecializare în infertilitate la Clinica Genesis Athens.

Accredited Doctor of Genesis Athens Clinic, MD Obstetrics and Gynecology, highly specialized in Infertility in Genesis Athens Clinic.

Dr. Konstantinos I. Panthos

Doctor în Ginecologie al Universității Atena, medic primar al Departamentului de Reproducere Umană și Coordonator al centrului de fertilizare in vitro în cadrul clinicii Genesis Athens și spitalului Royal Womens, Universitatea Melbourne, Australia.

PhD in Gynecology, Athens University, MD of the Human Assisted Reproduction department and Coordinator of the IVF Center of Genesis Athens and Royal Womens Hospital, Melbourne University, Australia.



Ceramică maramureșeană

În nordul țării, într-un sat vechi de 700 de ani, se poate găsi unul dintre cele mai frumoase tipuri de ceramică pe care ți-a fost dat să le vezi. Similă cu ceramica de la Marginea, cea produsă aici, în Săcel, Maramureș este un tip aparte grație culorii roșii unice pe care o are lutul din care este făcută. Sătenii de aici încă păstrează tradiția și tehnica din moși strămoși, astfel că lutul se scoate din puțuri adânci de până la 15 metri, se lucrează pe roată, se arde într-un cuptor care împrumută elemente din stilul roman, construit în anul 1700 și apoi este lustruit cu piatra. Pentru o scurtă perioadă de timp, aceste oale nu s-au mai produs în Săcel din cauza industrializării zonei și a faptului că lutul roșu era din ce în ce mai greu de extras, dar etnograful au insistat asupra reluării tradiției, iar interesul turiștilor pentru regiune i-a determinat pe olari să își reia meseria

Maramureș ceramics

In the north of the country, in a village that's 700 years old you can find one of the most beautiful types of ceramic you have ever been given the chance to see. Similar to the Marginea ceramic, the one produced here, in Săcel, Maramureș is a special type thanks to its red color the clay it's made of. The villagers here still hold the tradition and the technique from their ancestors, therefore they are pulling the clay out of 15 meters deep fountains, they shape it on the wheel, they burn it in an oven that borrows elements from the roman style, built back in 1700 and then it is polished with a stone. For a brief period of time, this pottery has not been produced in Săcel anymore, because of the industrialization and because the clay was getting more and more complicated to extract, but ethnographers have insisted on reinstating the tradition, and the touristic interest for the area have determined the potters to start working again.



Introducing... Aronson Villa, Băile Tuşnad, Harghita County

May 2014: love at first sight – she, a venerable lady with interwar roots, coyly watching from between fir trees, we, a group of Bucharest translators looking for an alternative to well-trodden paths.

June 2015: let the work begin – after a long period of preparations, plans, sketches, permits and certificates, we unveiled the villa and went on to the minute rebuilding operations: she's beautiful and blushing every time the architect pays a visit.

Summer 2016: waiting for the grand opening – she'll be making her entrance in her best attire at a Garden Party with all her dear ones: parents, godparents, lovers and friends.

ARONSON VILLA TUSNAD

Follow the project:

www.facebook.com/Aronson-villa-the-project

www.aronson.ro

or, if you're in the area,
you can find her on 5 Brazilor Street / 138 Oltului Street
in the city of Băile Tuşnad, Harghita County



Lecția 28

Lesson 28



ROMÂNĂ

INVITAȚIA

- Dragă Emil, te invit la o masă de seară.
- Mulțumesc mult. Când are loc această masă?



- Masa începe sâmbătă la ora 19.00.
- Pot să particip. Unde mergem?



- Am rezervat o masă la un restaurant în apropierea Operei. Îți scriu adresa.
- Vin cu plăcere. Pe sâmbătă!



FRANÇAIS

L'INVITATION

- Cher Emil, j'aimerais vous inviter au dîner.
- Merci beaucoup. Ce serait pour quand?



- C'est pour samedi, à 19h.
- Je peux vous rejoindre. Nous irons où?



- J'ai réservé une table dans un restaurant près de l'Opéra. Je vais vous communiquer l'adresse par écrit.
- Je viendrai volontiers. Alors, à samedi!



ITALIANO

L'INVITO

- Caro Emil, ti invito a cena.
- Grazie mille. A che ora è la cena?



- È sabato alle 19.00.
- Posso venire. Dove andiamo?



- Ho prenotato un tavolo in un ristorante vicino all'Opera. Ti scrivo l'indirizzo.
- Vengo con piacere. A sabato!



ENGLISH

INVITATION

- Dear Emil, I would like to invite you to dinner.
- Thank you so much! When is this dinner?

- On Saturday, at 7 p.m.
- Sure, I can come. Where is it?

- I booked a table at a restaurant near the Opera. I'll write the address for you.
- I'll be happy to attend. See you on Saturday!



DEUTSCH

DIE EINLADUNG

- Lieber Emil, ich lade dich zu einem Abendessen ein.
- Danke sehr. Wann findet dieses Essen statt?

- Das Essen beginnt am Samstag um 19.00 Uhr.
- Ich kann teilnehmen. Wohin gehen wir?

- Ich habe einen Tisch in ein Restaurant in der Nähe der Oper reserviert. Ich schreibe dir die Adresse.
- Ich komme gerne. Bis Sonnabend!



ESPAÑOL

LA HABITACIÓN, EN EL HOTEL

- Querido Emil, te invito a cenar.
- Muchas gracias. ¿Cuándo nos vemos para la cena?

- La cena será el sábado, a las 19 horas.
- Puedo venir. ¿A dónde vamos?

- He reservado mesa en un restaurante cerca de la Ópera. Te mando la dirección.
- Estaré allí con mucho gusto. ¡Hasta el sábado!





PEOPLE



PAUL NEGOESCU

**„Două lozuri”, o comedie
de public ce-și așteaptă
continuarea**



**“Two Lottery Tickets”, a comedy
for the audience awaiting its sequel**

de/by Maria Capelas



Paul Negoescu este scenarist, regizor și producător, în cei peste zece ani de carieră realizând cincisprezece scurtmetraje, debutul în lungmetraj făcându-l cu filmul „O lună în Thailanda”. Cel de-al doilea lungmetraj a fost comedia „Două lozuri”, un film independent, făcut cu un buget foarte mic, având în distribuție deopotrivă actori profesioniști și neprofesioniști.

Ce te-a determinat să dai la regie? A fost o întâmplare, știai cu ceva timp înainte că asta este ceea ce vrei să faci?

Mi-am dat seama cu adevărat că asta e ceea ce vreau să fac abia prin anul al treilea de facultate, când am descoperit, din întâmplare, că prin film pot să-mi fac autoterapia. Dar ca să ajung la facultatea de film a trebuit să trec prin alte întâmplări, din care prima ar fi faptul că la vârsta de un an, la tăierea moșului, am ales din tava de obiecte o bucată de peliculă Orwo. Dar șirul întâmplărilor și al coincidențelor fericite e lung și a continuat mult și după admitere.

Cum ai ajuns să faci „Două lozuri”? De ce acest subiect?

Prin octombrie 2013 m-a sunat Dragoș Bucur să mă întrebe dacă sunt dispus să fac un film în care să apară și cursanții școlii lor de actorie, dar inițial l-am refuzat, pentru că aveam deja un proiect la care lucram și știam condițiile în care ar fi trebuit să lucrăm: buget infim, distribuție fixă, timp puțin de pregătire și de filmare. Dar Dragoș a fost destul de insistent, a revenit după o săptămână cu un alt telefon și, după un alt șir de întâmplări, am ajuns să fiu implicat în proiect până-n gât. Dragoș și-a dorit să fie comedie, fără să fie o impunere, dar așa îmi doream și eu, pentru că fiind un film privat, fără finanțare de la stat, era important să aibă cât mai mulți spectatori, ca să-și recupereze investiția. Și am ales un subiect care să-mi permită să mă supun temei: să fie ofertantă pentru comedie și să-mi ofere și posibilitatea să folosesc toți cursanții școlii de actorie, care erau vreo 14 la număr. Important era să aibă toți o partitură cât mai vizibilă, să nu fie doar figuranți în film.

Cum a fost să scrii scenariul după un subiect de Caragiale? Nu a fost o barieră?

Nu a fost, pentru că filmul nu e o adaptare propriu-zisă a nuvelei „Două Loturi” scrisă de Caragiale, e doar inspirat din povestea lui Lefter Popescu, care află că a câștigat la două loterii și apoi realizează că a pierdut ambele bilete. Dar povestea din film e construită cu alte personaje, se întâmplă în vremurile noastre, e doar un bilet care se pierde în loc de două, iar povestea nu se petrece în București, ci într-un oraș din provincie de unde cei trei pornesc pe un drum cu peripeții spre Capitală. Ce am încercat să păstrăm de la Caragiale a fost absurdul, fără să-nțercăm să-l copiem, cum se face adesea când e vorba de o ecranizare, ci interpretându-l în așa fel încât sper să-i fi plăcut chiar și lui Caragiale.

Paul Negoescu is a screenwriter, director and producer, with fifteen short films in his career of over ten years, who made his feature film debut with “A Month in Thailand”. The second feature film was the comedy “Two Lottery Tickets”, an independent one, with a small budget, and a cast consisting of professional and amateur actors.

What made you apply to study film directing? Did it happen by chance, did you know beforehand that this is what you wanted to do?

I truly realised this is what I wanted to do in the third year of university, when I discovered, by chance, that I could do my self-therapy through film. But to get to the faculty of film I had to experience other things, one of which being that, at the age of one, when they cut a lock of my hair, I chose a piece of Orwo film from the platter of objects. But the series of happy coincidences is long and it continued long after my admission to university.

How did you come to make “Two Lottery Tickets”? Why this topic?

It was around October 2013 that Dragoș Bucur called to ask me if I was willing to make a film with the students of their acting school, but at first I refused him because I already had an ongoing project and I knew the conditions we would have had: scarce budget, fixed cast, little time to prepare and to shoot. But Dragoș insisted, he called back a week later and, after another series of events, I came to be involved in the project up to my neck. Dragoș wanted it to be a comedy, without imposing it, but this is what I wanted, too, because since it was a private film, without state funding, it was important to have as many spectators as possible to make a good return on the investment. So I chose a subject that would allow me to respect the task: a good film for comedy, which would give me the chance to use all the students of the acting school, who were about 14. What we wanted is that all of them would have a visible part, and that they wouldn't be just extras in the film.

What was it like to write the screenplay based on a text by Caragiale? Wasn't it a barrier?

It wasn't, because the film is not an actual adaptation of the novella “Two Lottery Tickets” written by Caragiale, it's just inspired from the story of Lefter Popescu who finds out he has won two lotteries and then realises he lost both tickets. But the story in the film is built with other characters, it happens in our time, there's just a ticket that gets lost instead of two, and the plot does not take place in Bucharest, but in a small town that the three leave on an adventurous journey to the Capital. What we tried to keep from Caragiale was the absurd, without trying to copy it, the way it is usually done in film adaptation, but by interpreting it in such a way that I hope Caragiale would have liked it himself.



Crezi că România contemporană seamănă cu cea a lui Caragiale?

Categoric, și asta nu e doar dovada că a fost un foarte bun diagnostician al vremii, ci și a faptului că noi nu ne-am schimbat atât de tare ca popor în ultima sută de ani, deși am trecut prin multe schimbări sociale, unele chiar radicale.

S-a modificat scenariul pe parcursul filmărilor?

S-a modificat în sensul că i-am scris finalul abia după a treia zi de filmare, așa că a existat mai degrabă o completare decât o modificare. Atunci când am început filmările, scenariul nu era scris decât în proporție de 80%, câteva personaje nu existau și mai erau câțiva cursanți cărora nu li se repartizase încă un rol. Dar nu, o modificare majoră nu a existat, și asta în primul rând deoarece că am avut puține zile de filmare, din cauza bugetului foarte mic.

Cum au perceput străinii acest tip de umor?

Evident că l-au perceput ușor diferit, dar asta se întâmplă cu orice film, chiar dacă nu e comedie. E firesc în primul rând ca la traducerea în engleză sau în alte limbi să se piardă nuanțe, substraturi sau chiar și unele glume să nu se înțeleagă. Dar per total, cel puțin la proiecțiile la care am asistat, s-a răs destul de mult, comparabil cu proiecțiile din România.

Do you think contemporary Romania looks like that of Caragiale?

Definitely, and this is not just proof that he was a great diagnostician of his time, but of the fact that we haven't changed so much as a people in the last hundred years, although we have undergone many social changes, some of them radical.

Did the screenplay change during filming?

It changed in the way that I wrote the end only after the third day of filming, so there was a supplementation, rather than a change. When we started filming, the screenplay was only 80% written, a few characters did not exist and there were a few students who hadn't got a part yet. But no, there was no major change, primarily because we had few days to film due to the small budget.

How did foreigners perceive this type of humour?

They clearly perceived it a little differently, but this happens with any film, even if it's not a comedy. It's natural that, first of all, when translating it into English or other languages, some nuances and undertones may be lost or even some jokes may not be understood. But overall, at least at the screenings I've seen, people laughed a lot, compared to those in Romania.

Ai avut multe limitări în acest film, actori neprofesioniști, buget mic. Cum te-ai descurcat cu ele și în special cu o sumă atât de restrictivă?

Știam de la început care sunt condițiile, așa că am plecat la drum ținând cont de lucrurile astea și încercând să le integrez cât mai bine în conceptul filmului. Așa că ne-am propus ca filmul să nu lase niciodată impresia că dorește să fie mai mult decât își permite. Și probabil asta e „calitatea” filmului, care l-a făcut să fie îmbrățișat de atâta lume, și anume faptul că nu are mari pretenții. Nu are nici pretenția de a fi un film de mare artă, care să ofere spectatorilor cine știe ce revelație, dar n-are nici pretenția de a fi o pastişă de film comercial hollywoodian, făcut cu un buget de 1.000 de ori mai mic. Are ceva unic al lui, iar spectatorii simt asta.

Cât de riscant și de dificil este să lucrezi cu actori neprofesioniști?

Există mulți neprofesioniști care sunt suficient de fotogenici și relaxați în fața camerei încât reușesc să fie foarte autentici pe ecran, așa că riscul și dificultatea de a lucra cu ei depind foarte mult de capacitatea regizorului de a alege persoana potrivită pentru rolul respectiv. Cu un casting bine făcut, lucrurile pot să meargă ușor la filmare (deși dacă ele merg prea ușor poate fi semnalul că ceva nu e bine). În cazul filmului nostru nu a existat un casting propriu-zis, pentru că actorii, fiind cursanți ai școlii de actorie, erau deja stabiliți. A existat doar un mini-casting pentru roluri și un alt mini-casting pentru completarea altor roluri cu foști absolvenți ai aceleiași școli. Iar lucrul cu ei a fost destul de inconstant, în sensul că au fost și sincope, în special din cauza emoțiilor. Dar pe lângă emoții au venit și cu multă energie bună, pentru că ei nu se aflau acolo pentru salariu, ci din dorința de a face lucruri.

Cât de dificil este în România să faci filme? Mai bine zis să ai bugete pentru ele?

Bani în România pentru filme sunt. Problema cea mai mare e legislația care îngreunează accesul tinerilor la finanțări, favorizându-i pe cei cu state vechi. Și ne aflăm chiar într-o poveste caragiească: cam ca în majoritatea domeniilor de la noi, lumea se plânge că legea e proastă, dar când vine vorba de modificarea ei, apar tot felul de biserițe și grupuri de interese care se opun schimbării. Am participat la scrierea a două proiecte de lege în ultimii trei ani și de fiecare dată s-a găsit câte o persoană ori cu greutate, ori cu influență în mediul politic, care să nu fie dispusă să-și lase din mână avantajele.

La ce lucrezi acum? Care este următorul film semnat Paul Negoescu pe care-l vom vedea?

Lucrez la un proiect pe care îl începusem înainte să mi se ofere ocazia să fac „Două Lozuri”. Mi-e destul de greu să vorbesc despre el, pentru că încă am destule necunoscute;

You had many limitations in this film, amateur actors, a low budget. How did you deal with them and, in particular, with such a restrictive sum of money?

I knew from the beginning which the conditions were, so I started the journey keeping them in mind and trying to integrate them as well as possible in the concept of the film. So we wanted the film to leave no impression that it wanted to be more than it could be. Perhaps this is the “quality” of the film, which made it be embraced by so many people, namely the fact that it is not pretentious. It doesn't claim to be an art film that gives spectators who knows what epiphany, but it doesn't claim to be a copy of a commercial Hollywood film with a budget 1,000 times smaller either. It has something unique, and the spectators feel it.

How risky and difficult is it to work with amateur actors?

There are a lot of amateurs who are photogenic and relaxed enough in front of the camera that they manage to be very authentic on screen, so the risk and the difficulty of working with them depend a lot on the director's capacity to choose the right person for that part. With a good casting, things can go smoothly when filming (although if they're too smooth, it may be a sign that something isn't right). In the case of our film, there was no casting per se, because the actors were already the students of the acting school. There was just a mini casting for the parts and another mini-casting to supplement other parts with alumni of the same school. And working with them was pretty inconsistent, there have been gaps, especially because of nervousness. But besides that, they came with a lot of good vibes, because they weren't there to get their pay, they just wanted to do things.

How difficult is it to make films in Romania? Or rather to have the budgets for them?

There is money for films in Romania, but the biggest problem is the legislation, which encumbers young people's access to funding, favouring more established figured. And we're actually in some kind of story by Caragiale: like in most fields in our country, people complain the law is bad, but when it comes to changing it, there are all sorts of cliques and groups that oppose change. I took part in writing two draft laws in the last three years and every time there was some important person, or someone with political influence, who didn't want to lose their advantages.

What are you working on now? Which is the next film by Paul Negoescu that we will see?

I am working on a project that I had started before getting the chance to make “Two Lottery Tickets”. I find it hard enough to talk about it, because there are still many unknown factors, even the title is just temporary for now. But

PAUL NEGOESCU

Născut / Born: 1984

Ocupație/Job: Regizor, scenarist, scenograf/Director,
screenwriter, art director

Studii/Studies: Universitatea de Artă Teatrală și
Cinematografică "I.L. Caragiale" București

**Membru al Academiei Europene de Film / Member of the European
Film Academy**

**Membru al juriului în diferite festivaluri de film din Europa /
Member in various cinema festivals across Europa**

Filme regizate/Directed movies:

Două Lozuri

Never Let it Go

Vreme de câine

O lună în Thailanda

Orizont

Fabulosul destin al lui Toma Cuzin

Examen



chiar și titlul este, momentan, doar temporar. Dar vom începe filmările probabil în primăvară și sper ca până în iarna viitoare să fie gata. Sper doar ca de data asta să am scenariul gata înainte de începerea filmărilor. Și în afară de filmul ăsta, ne gândim și la posibilitatea să facem o continuare la "Două Lozuri", dar trebuie să vedem ce ar presupune exact, pentru că acum deja sunt așteptări mult mai mari.

Cum se relaxează Paul Negoescu? Ce-i place să facă în timpul liber?

Timpul liber mi-l petrec cât pot cu fiica mea, în familie. Dacă nu fac asta, probabil că stau pe net și încerc să citesc toate link-urile pe care mi le salvez atunci când nu am timp să le citesc.

we'll start filming next spring, probably, and I hope that by next winter it will be ready. I just hope this time I'll have the screenplay ready before we start filming. And aside from this film, we're considering the possibility to make a sequel to "Two Lottery Tickets", but we have to see what exactly it would entail, because now the expectations are much higher.

How does Paul Negoescu relax? What does he like to do in his spare time?

I spend my free time with my daughter, in the family, as much as I can. If I don't do this, I'm probably on the Internet trying to read all the links I save when I don't have the time to read them.



REGINA MARIA PONDERAS ACADEMIC HOSPITAL

DE VORBĂ CU PROF. DR. CĂTĂLIN COPĂESCU,
fondatorul chirurgiei bariatrice laparoscopice în România

INTERVIEW WITH CĂTĂLIN COPĂESCU, MD-PHD,
founder of laparoscopic bariatric surgery in Romania

În ultima decadă stă pe buzele tuturor problema obezității și, din ce în ce mai des, auzim despre tehnici revoluționare care ajută oamenii să slăbească fără eforturi prea mari și, cel mai important, să dea uitării bolile grele asociate obezității. Tehnica poartă numele de chirurgie bariatrică, iar Prof. Dr. Cătălin Copăescu ne va explica în ce constă și cum a început totul. De numele doctorului Cătălin Copăescu se leagă cea mai complexă cazuistică în domeniul chirurgiei bariatrice laparoscopice din România, dar și înființarea în 2010 a primului centru complet dedicat bariatricii, inovarea și extinderea serviciilor chirurgicale de avangardă la nivel european și regional.

In the past decade, more people have started talking about obesity and the problems it's causing. We're hearing more and more about revolutionary ways of helping people lose weight without drastic efforts and ways that help them fight the difficult health complications that obesity sufferers often encounter. Those revolutionary techniques define what specialists call bariatric surgery, and Prof. Dr. Cătălin Copăescu will tell us next where it all started and how he has mastered it.



Câte operații bariatrice ați efectuat până în prezent?

La începutul anilor 2000, am realizat primele operații de chirurgie laparoscopică bariatrică din România, introducând pe rând în practica curentă procedeele de gastric banding, gastric bypass, gastric sleeve și diverse biliopancreatică. Până la sfârșitul deceniului trecut, operasem peste 2000 de pacienți care prezentau obezitate asociată sau nu cu diabet zaharat de tip 2, prin abord laparoscopic.

În 2011, am inaugurat primul spital din țară dedicat bariatricii: Ponderas Academic Hospital, care este în prezent cel mai bine dotat și experimentat centru din sud-estul Europei, cu tehnologie medicală de avangardă și o echipă multidisciplinară capabilă să trateze cele mai complexe cazuri bariatrice. Aici am reușit să creăm mediul la care am visat - un centru de excelență dedicat tratării fără compromis a pacientului metabolic, un cadru care îi oferă acces la tratamente moderne, alinate la standardele internaționale, medici bine pregătiți și dedicați îngrijirii pacientului, iar în total, până în prezent avem peste **7.000 de pacienți** care au apelat la chirurgia bariatrică prin intermediul echipei noastre medicale.

Care este cea mai frecventă dintre metode?

În prezent, **gastrectomia longitudinală** sau gastric sleeve este utilizată din ce în ce mai mult în SUA și Europa, dar și la noi în țară, ca strategie de corectare a bolilor metabolice și cardiovasculare asociate obezității, venind cu avantajul unei tehnici chirurgicale laparoscopice, cu spitalizare de scurtă durată și cu risc scăzut al morbidității post-operatorii.

Care a fost cel mai greu pacient pe care l-ați operat?

Dacă ne referim la greutatea pacientului, cel mai greu a cântărit un pic peste 300 de kilograme. A fost un caz complex, care a necesitat un plan operator în mai multe etape. Aceste cazuri medicale în care vorbim de un număr foarte mare de kilograme în plus sunt o provocare mai mult din punct de vedere anestezico-chirurgical, dat de volumul corpului pacientului.

Din alta perspectivă, mai aproape de riscurile medicale, așa spune că pacienții cu grad mare de dificultate pentru noi, echipa medicală, sunt acei pacienți care au mai multe suferințe generate de evoluția cronică a obezității și a suferințelor asociate. Pacienții cu obezitate morbidă, mai degrabă centrală (adică în jurul organelor vitale), au dezvoltat diabet zaharat tip 2, iar în urma acestui diabet apare și boala coronariană, unii au deja 3-4 stenturi coronariene, au suferințe renale și se află pe dializă, prezintă tulburări de circulație la nivelul membrilor, dureri articulare și, nu în ultimul rând, respiră cu mare dificultate. Acești pacienți, cu ample suferințe din cauza obezității, implică o pregătire riguroasă înainte de operație, care se întinde uneori la câteva săptămâni înainte de operație - în anumite cazuri necesită și spitalizare pentru ameliorarea, până la un maxim posibil, a acestor comorbidități. Aceste cazuri cu grad mare de complexitate sunt întâlnite în centrul nostru de excelență în chirurgia bariatrică aproape lună de lună.

În ce constă pe înțelesul tuturor operația de micșorare a stomacului?

Gastric sleeve, cunoscută și ca micșorarea stomacului sau gastrectomia longitudinală, constă în secționarea stomacului de-a lungul său pe cale laparoscopică. Astfel, se îndepărtează porțiunea dorsală a stomacului, ce constituie aproximativ 80% din volumul stomacului. În urma acestui proces, centrul foamei localizat în stomac sunt eliminați. În circuitul digestiv rămâne un tub gastric cu un volum redus (aprox. 100 ml), ce te obligă să consumi alimente în cantități reduse. În plus, după această operație, umplerea rapidă a stomacului redus în dimensiuni îți va da senzația de sațietate, limitând cantitatea de alimente consumate.

How many surgeries have you performed so far?

In the early 2000s, I started performing the first bariatric laparoscopic surgeries in Romania, introducing gastric banding, gastric bypasses, gastric sleeves and biliopancreatic diversions one by one as current practices. By the end of the decade, I had performed well over 2,000 surgeries, laparoscopic or even robotic, on patients that suffered from obesity associated or non-associated with type II diabetes.

In 2011, we successfully opened the first Romanian hospital dedicated to bariatrics: Ponderas Academic Hospital, which currently benefits from the most modern, even avant-garde equipment and the most medical experience in Romania thanks to our talented multidisciplinary team which is capable of treating even the most complex bariatric cases. There, we have managed to create exactly the environment we had all been dreaming about - a centre of excellence dedicated to treating all patients, without compromise, a place which gives everyone access to modern treatments that follow international standards, a place that brings aboard well trained specialists who are dedicated to providing care to all patients. So far, more than **7,000 patients** have undergone bariatric procedures with the help of our team.

Which procedure is chosen most often?

Today, **longitudinal gastrectomy** or gastric sleeve is the go-to procedure in the USA and Europe, as well as in our country, as a strategy of correcting metabolic and cardiovascular diseases associated with obesity, being preferred because laparoscopic techniques are minimally invasive, which means shorter hospitalizations, quicker recoveries and lower risks of post-op morbidities.

What was the most difficult patient you have operated?

If you're asking about patient weight, our most notable case was a person which weighed just over 300 kilograms. That was an extremely complex case, which required a pre-op plan that spanned over many phases. These extreme cases, where we have to deal with a large number of excess weight are more of a challenge from a surgical-anaesthetic perspective, given by the patient's large body volume.

From another perspective, talking about medical risks, I'd say that the most challenging patients for us, the medical teams, are those who suffer from many diseases generated by the chronic evolution of obesity. Patients with morbid obesity, mainly central (meaning around the vital organs) have developed type II diabetes, then this diabetes has led to coronary disease. They have 3-4 coronary stents, they have kidney problems and are on dialysis, they have circulatory problems which affect their limbs, and also joint pains and difficulties breathing. These patients suffer a great deal because of obesity and require rigorous preparations before going in for surgery. These preparations can span for weeks before the operation - some cases even require hospitalization in order to improve their health condition. These very complex cases are met and solved every month in our excellence centre.

How would you explain stomach reduction surgery to a layman?

Gastric sleeves, also known as stomach reduction surgery or longitudinal gastrectomy, is a procedure that involves sectioning the stomach along its side through a laparoscopic procedure. This way, the dorsal part of the stomach, which makes up about 80% of its volume, is removed. During this process, the hunger centres located in the stomach are also removed. What remains along the digestive tract is basically a gastric tube with a small volume (approx. 100 ml), which helps patients eat less. What's more, after this procedure, the remaining small stomach gets filled faster, giving the patient a feeling of being full while eating less overall.

SILVIA STEGARU



de/by Olivia Vereha

Are 1.50 m înălțime, dar o forță și o energie cum rar e dat să întâlnești. Silvia are 28 de ani și sapă în piatră, la Codette, cariere pentru tinerele eleve de liceu care și-ar dori să descopere lumea IT-ului și, zi de zi, se încrâncenează în încă o luptă cu stereotipurile.

Cine e Silvia în puținul timp care îi rămâne liber între profesorat, doctorat și Codette?

Surprinzător, dar între toate activitățile astea îmi rămâne și ceva timp liber - pe care mi-l petrec întâlnindu-mă cu prieteni, citind, urcând pe munte sau chiar jucând Mortal Kombat cu prietenul meu.

De unde îți iei toată energia pentru a da o nouă șansă nouă fetelor și pentru a schimba mentalitatea că ele nu au ce căuta în meserii „ingineresti”?

Energia o „fur” din comunitate - țin permanent legătura cu fetele din Codette, mai ales cu cele din organizare, care au multe idei, iar acum începem să le punem în aplicare. Alături de mine e și Giorgiana Vlăsceanu, și ea co-fondatoare Codette. Împreună ne organizăm foarte bine și împărțim ce e de făcut, sau chiar ne întâlnim și lucrăm împreună.

Din când în când primesc câte un mesaj de la persoane cu care n-am mai vorbit înainte și care îmi spun cât de mult înseamnă Codette pentru ele, pentru fiicele lor, elevele lor, surorile lor; persoane care vor să ajute, cât de puțin. Este minunat să știi că lucrezi pe un proiect care are un impact atât de mare - schimbăm lumea, persoană cu persoană!

Ești asistent universitar și ai contact zi de zi cu studenții și cu mediul profesoral din România. Care ți se pare cel mai dureros punct din învățământul universitar românesc?

Din păcate, realitatea din ziua de azi este că avem o lipsă de profesori cruntă, mai ales pe domenii informatice. Primul obstacol este salariul, pentru că practic alegi între un salariu de programator (foarte mare) și unul de profesor (foarte mic). Apoi, te lovești de birocrația și lipsa de flexibilitate a sistemului educațional clasic. Îmi place să predau, dar experiența la un curs non-formal este întotdeauna mai relaxată decât la ore, pentru că nu mai e focusul pe note, ci pe cunoștințe, iar entuziasmul participantelor la workshopurile Codette este de neegalat!

Ai fost premiată cu bursa Google Anita Borg pentru excelență tehnică și leadership. Cum ai ajuns să primești această bursă și ce a însemnat ea pentru tine?

A fost greu, pentru că mai întâi a trebuit să trec de o barieră personală și să aplic. Ce înseamnă excelență tehnică - sunt eu așa? Li se întâmplă multora, dar mai ales fetele au acest așa-numit sindrom al impostorului, care le împiedică să recunoască în mod obiectiv realizările lor, minimizându-le importanța. Primirea bursei a venit la pachet cu un boost de

She is just 1.50 m tall, but she has more strength and energy than you can usually find. Silvia is 28 years old and she carves in stone, at Codette, careers for young female high school students who would like to discover the world of IT and and she strives, day by day, to win the fight against stereotypes.

Who is Silvia in the little time she has between teaching, PhD studies and Codette?

Surprisingly, but in between all these activities I still have some spare time - which I spend meeting friends, reading, climbing mountains, or even playing Mortal Kombat with my boyfriend.

Where do you get your energy to give a new chance to girls and to change the mindset that they have nothing to do with “engineering” jobs?

I “steal” my energy from the community - I am permanently in connection with the girls in Codette, especially those in organising, who have a lot of ideas that we’re now starting to apply. Giorgiana Vlăsceanu is also by my side, another co-founder of Codette. Together we organise very well and we share what there is to be done, or we even meet and work together.

Every now and then I get a message from people with whom I have never spoken before and who tell me how much Codette means to them, to their daughters, their students, their sisters; people who want to help, even if just a little. It is wonderful to know you’re working on a project that has such a great impact - we change the world, one person at a time!

You are a teaching assistant and you are in contact with students and the teaching environment in Romania every day. What aspect do you find the most challenging in the Romanian higher education?

Unfortunately, the reality today is a severe lack of professors, especially in computer science. The first obstacle is the wage, because you practically choose between a programmer’s wage (very high) and a professor’s one (very low). Then you deal with bureaucracy and the lack of flexibility of the classical educational system. I love teaching, but the experience of a non-formal course is always more relaxed than in class because the focus is no longer on the grades, but on knowledge, and the enthusiasm of participants to Codette workshops is unparalleled!

You received the Google Anita Borg scholarship for technical excellence and leadership. How did you come to receive this scholarship and what did it mean to you?

It was difficult - because first of all I had to overcome a personal barrier and apply. What does technical excellence mean - do I have it? It happens to a lot of people, but girls in particular suffer from this so-called impostor syndrome, which does not allow them to recognise their achievements

încredere în mine, dar nu doar atât. Când am primit bursa am avut acces la mentori, training-uri, resurse, persoane care m-au sprijinit și care încă mă ajută. De exemplu, 2016 este al treilea an în care am oportunitatea să ajung la conferința Grace Hopper Celebration of Women in Computing - cea mai mare conferință pentru femei programator din lume (anul ăsta au fost aproximativ 15.000 de femei programator prezente!) - totul ca urmare a faptului că la un moment dat am primit bursa Google Anita Borg. Nu mă așteptam să mă susțină atât de mult și pe termen lung, iar accesul la conferință înseamnă pentru mine crearea de noi legături, colaborări și aducerea de parteneri / sponsori pentru evenimentele noastre.

Ce ți-ai propus să „rezolvi” prin Codette?

Îmi doresc foarte mult ca pe viitor să fie mai multe fete care explorează domeniul IT&C. Dar aici sunt mai mulți factori care influențează problema: o neîncredere generală a fetelor în abilitățile proprii când vine vorba de domeniul STEM; lipsa de încredere acordată de către persoanele care le înconjoară când vine vorba de orice, de la programare la electronică etc. Mi-aș dori, în același timp, să aflăm și care e adevărul legat de anumiți factori care ar putea îndepărta femeile de domeniul ăsta: există diferențe salariale pentru mediul IT? La ce nivel se manifestă stereotipurile de tipul femeii (a)tehnice la locul de muncă? Dar discriminarea? Dar misoginismul? Sunt întrebări pentru care deocamdată nu avem un răspuns, iar subiectele în sine sunt ușor tabu - nu se vorbește despre ele, nu există studii la nivelul României (doar legate de salariu, dar nu specific pentru IT&C). Dar discuțiile acestea trebuie deschise și, în timp, sper să putem înțelege mai bine care e situația reală în România.

Cine te inspiră zi de zi? Cine îți sunt mentori, chiar dacă ei poate nu știu asta?

Sunt multe persoane care mă inspiră! Primul programator a fost o femeie, Ada Lovelace, care a pus bazele programării. Fără Hedy Lamarr nu am fi avut telefoane mobile sau WiFi. Anita Borg a fost prima persoană care a observat faptul că nu erau multe femei în IT&C și a propus sloganul „50/50 by 2020!”. Datorită lui Grace Hopper („Amazing Grace”) avem în ziua de azi limbaje de programare independente de platforma pe care rulează și compilatoarele. Sunt atâtea femei uimitoare care au construit mediul tehnologic de azi!

Vorbind de prezent, am și câteva exemple de femei contemporane pe care le admir - și am avut norocul să le cunosc pe toate! Este vorba de Rose Robinson (Her Syster’s Keeper), Telle Whitney (CEO Anita Borg Institute), Valerie Barr (Co-chair ACM-W), Tarah Wheeler (hacker, antreprenoare și autoare) și Megan J. Smith (CTO al Statelor Unite) - dar o să vă las vouă plăcerea de a afla cu ce se ocupă aceste doamne minunate!

unbiasedly, minimising their importance. Getting the scholarship came with a confidence boost, in myself and more. When I got the scholarship I had access to mentors, training, resources, people who have supported me and who still help. For instance, 2016 is the third year when I have the chance to attend the conference Grace Hopper Celebration of Women in Computing - the largest conference for female programmers in the world (this year the audience had about 15,000 female programmers!) - as a consequence of the fact that at some point I received the Google Anita Borg scholarship. I didn't expect it to support me so much and in the long term, and access to the conference means to me creating new connections, collaborations and bringing partners/sponsors for our events.

What you aim to “solve” with Codette?

I really wish that more girls would explore the IT&C field in the future. But several factors are involved here which influence the problem: a general mistrust of girls in their own skills when it comes to STEM fields; lack of confidence shown by people surrounding them when it comes to anything from programming to electronics, etc. I also wish we would learn the truth about certain factors that could make women avoid this field: are there wage differences in the IT world? At what level can we see stereotypes like the (a)technical woman in the workplace? What about discrimination? What about misogyny? These are questions to which we still do not have answers, and the topics themselves are slightly taboo - we don't talk about them, there are no studies at the level of the country (except those related to the wage, but not specifically for IT&C). But these discussions should be generated and, in time, I hope we can understand better the real situation in Romania.

Who inspires you every day? Who are your mentors, even though they may not know it?

There are many people who inspire me! The first programmer was a woman, Ada Lovelace, who lay the foundations of programming. Without Hedy Lamarr we wouldn't have mobile phones or WiFi. Anita Borg was the first person who noticed that there were not many women in IT&C and she proposed the motto “50/50 by 2020!” Thanks to Grace Hopper (“Amazing Grace”) we have programming languages that are independent of the platform on which compilers run. There are so many amazing women who have built the technological environment of today!

Speaking of the present, I have a few examples of contemporary women I admire - and I have been lucky enough to meet them all! They are Rose Robinson (Her Syster’s Keeper), Telle Whitney (Anita Borg Institute CEO), Valerie Barr (ACM-W Co-chair), Tarah Wheeler (hacker, entrepreneur and author) and Megan J. Smith (CTO of the United States) - but I will leave you the pleasure to find out what these lovely women do!



SILVIA STEGARU

VÂRSTĂ / AGE: 28

NĂSCUTĂ ÎN / BORN IN: BUZĂU

STUDII / STUDIES: FACULTY OF AUTOMATIC CONTROL AND COMPUTER SCIENCE (BACHELOR, MASTER, PHD - ONGOING)

PREMII/AWARDS:

May 2012: Locul 18 în etapa internațională a competiției Eurobot (echipa AC-MECS / Wonderbots) / 18th place at the international stage of the Eurobot competition (team AC-MECS / Wonderbots)

May 2014: Finalizare program “Innovation Labs” (echipa Coffee Coders) / Completed the “Innovation Labs” programme (team Coffee Coders)

May 2014: Signature award de la SAP “Best IT product / service” la competiția “Compania anului”, organizată de JA România / Signature award from SAP “Best IT product / service” at the competition “Company of the Year”, organised by JA Romania

July 2014: Google Anita Borg Memorial Scholar / Women Techmakers Scholar

January 2016: Gala LSRS - Studentul anului în România - Mențiune specială pentru excelență / LSRS Gala – Student of the Year in Romania – Special mention for excellence

April 2016: Forbes România “30 sub 30” / Forbes Romania „30 under 30”



Prima mea mentoră oficială mi-a fost desemnată chiar prin bursa Google Anita Borg, Irina Ioana Brudaru. Irina m-a ajutat foarte mult să cresc și mă ajută de fiecare dată când am nevoie - chiar dacă e la jumătate de lume distanță, în San Francisco. E mereu doar la un „hang out” distanță! Faptul că am primit un mentor m-a inspirat, alături de alte patru bursiere din România și Polonia, să pornesc un program de mentorat online pentru fete de oriunde în lume, „Learn IT, Girl!”. Deși nu mă mai ocup de program, preferând să mă concentrez pe ce pot face în țară, mă bucur să văd că s-a încheiat cu succes a doua ediție.

Dacă ai putea transmite un singur mesaj tuturor fetelor care acum ies de pe băncile liceelor, confuze și nesigure către ce carieră să se încumete, care ar fi acela?

Încearcă programarea! S-ar putea să te surprindă!

Ce se face la liceu nu cuprinde decât o foarte sumară bază și, din păcate, nu e de ajuns ca să poți vizualiza ce poți face mai departe. Dar programarea te poate ajuta, indiferent de domeniul ales: poți scrie programe care să ajute medicii să salveze vieți, programe pentru a controla airbag-urile unei mașini, sau poți să te joci construind roboți programați de tine. Încearcă un curs online, sau intră pe grupul Codette și putem să te ajutăm cu recomandări! Dar nu renunța înainte de a încerca - nu ai nimic de pierdut dacă încerci, dar dacă nu încerci, ai pierdut oportunitatea unei cariere sigure, bine plătite, care te poate duce oriunde pe glob și care, mai ales, te-ar putea face fericită!

My first official mentor was assigned to me through the Google Anita Borg scholarship, Irina Ioana Brudaru. Irina helped me a lot to grow and she helps me every time I need her - even if she's halfway across the world, in San Francisco. She's always just a Hangout away! The fact that I got a mentor inspired me, along with patru other scholarship beneficiaries in Romania and Poland, to start an online mentorship programme for girls anywhere in the world, „Learn IT, Girl!”. Although I am no longer in charge of the programme, preferring to focus on what I can do in the country, I am glad to see its second edition came successfully to an end.

If you could send a single message to all the girls who finish high school now, confused and uncertain about the career they may dare to choose, which would that be?

Try programming! It might surprise you!

What they study in high school only contains the very basics of it and, unfortunately, that is not enough to be able to see what you can do further on. But programming can help you, no matter what field you choose: you can write programmes that help doctors save lives, programmes to control a car's airbags, or you can play building robots you have programmed. Try an online course, or visit the Codette group and we can help you with recommendations! Just don't give up before you try - you have nothing to lose if you try, but if you don't, you have lost the opportunity of a safe, well-paid career that can take you anywhere in the world and that can make you happy, above all!

Deșeurile de echipamente de iluminat | Lighting equipment waste

De 9 ani, o asociație non-profit colectează deșeurile de echipamente de iluminat în România.

Dacă le-am pune împreună, toate aceste deșeuri ar putea construi 8 blocuri de câte 4 etaje fiecare.

Cine și de ce se ocupă de deșeurile de echipamente de iluminat în România?

Din 2007, de când România a implementat Directivele Europene privind protecția mediului, producătorii/ importatorii de echipamente de iluminat au obligația, potrivit legii, să asigure gestiunea deșeurilor pe care aceste produse le generează. Așadar, în același mod în care au procedat în toate țările din Uniunea Europeană, General Electric, Philips Lighting România și Osram România au fondat o organizație non-profit, pe noi - Asociația Recolamp - pentru a dezvolta și organiza în numele lor o infrastructură națională care să asigure colectarea și reciclarea deșeurilor de: becuri, tuburi fluorescente, corpuri de iluminat, produse LED etc.

În prezent, reprezentăm 185 de producători participanți în asociație, iar de la înființare și până acum, am colectat peste 3.000 de tone de deșeuri de echipamente de iluminat. Dacă toate deșeurile ar fi puse împreună, ar putea fi construite opt blocuri de câte patru etaje, cu câte patru apartamente pe etaj.

De ce trebuie colectate selectiv aceste deșeuri și cât ne costă?

Containerele de colectare pentru aceste deșeuri, ridicarea lor de către colectori autorizați, sortarea, transportul, reciclarea, întocmirea documentelor de care companiile au nevoie pentru a putea face dovada că nu au aruncat la gunoi deșeurile periculoase - căci atunci când vorbim de lămpi arse, avem de a face cu deșeuri periculoase - toate acestea sunt gratuite pentru toți partenerii noștri, la nivel național. Chiar și numărul de telefon la care se pot solicita informații este gratuit: 0800.888.666.

Ce doriți să le transmiteți cititorilor INSIGHT?

Să aibă drumuri bune și spornice, iar în toate demersurile pe care le întreprind, să aibă grijă și de planetă! În ceea ce privește becurile arse, Recolamp le oferă o soluție simplă, eficientă, fără costuri și, mai ales, care asigură corectă reciclare pentru a se asigura sănătatea oamenilor și a mediului înconjurător.



Roxana Șunică
Marketing Manager
Asociația Recolamp
roxana.sunica@recolamp.ro

For 9 years now, a not-for-profit association collects lighting equipment waste in Romania.

If we put it all together, all this waste would build up 8 apartment blocks of 4 floors each.

Who manages the lighting equipment waste in Romania and why?

Ever since 2007, when Romania implemented the European Directives regarding environment protection, producers/ importers of lighting equipment have the legal obligation to assume responsibility for the waste generated by their products. Therefore, following the procedure they implemented in all European countries, General Electric, Philips Lighting Romania and Osram Romania founded a not-for-profit organization, us - Recolamp Association - to develop and manage on their behalf a national infrastructure that can assure the collection and recycling of: lamps, fluorescent tubes, luminaries, LED products, etc.

Currently, we represent 185 Romanian producers which are participants to the association, and since our founding we have collected over 3.000 tons lighting waste equipment. If we put them altogether, all this waste would build up 8 apartment blocks of 4 floors each.

Why do we need to separately collect this waste and how much does it cost us ?

Dedicated collection containers, pick-up of waste by an authorized collector, sorting, transportation, recycling, paperwork needed by the waste generators in order to prove that they did not throw away at the garbage bin hazardous waste - because when we refer to burned out lamps, we deal with hazardous waste - all these are offered free of charge for all our partners, nationwide. Even the telephone number available for further information is a toll-free one: 0800.888.666.

What would you like to transmit to the INSIGHT readers?

We wish them safe and successful trips and we kindly remind everybody of the needs of this planet! For what concerns lighting equipment waste, Recolamp offers a simple, efficient, free of charge solution and, moreover, an infrastructure that assures collection and recycling in safe conditions for environment and for people's health.



3000 tone deșeuri echipamente de iluminat

3000 tonnes lighting waste equipment

www.recolamp.ro

Cristian Cadar

Predă fără să uite că și el are de învățat de la studenți

He teaches without forgetting that he can learn from his students as well

de/by Maria Capelas



După ce a terminat Colegiul Național Sf. Sava, Cristian Cadar și-a continuat studiile universitare și doctorale în Statele Unite, la MIT și Stanford. Acum se numără printre românii care au ales o carieră universitară în străinătate, respectiv la Londra, unde își desfășoară și activitatea de cercetare.

Un rol important în formarea sa profesională l-a avut perioada de liceu, sperând că și adolescenții de azi au aceleași oportunități pe care le-a avut el în liceu și ca participant la olimpiadele de informatică. Este convins că ceea ce este mai bun și valoros în România constă în potențialul ei, pentru că, spune el, "Cred că e ușor să devii super-critic atunci când te lovești zi de zi de anumite probleme ale societății românești, dar de la o anumită depărtare este clar că multe lucruri evoluează pozitiv și că România are un potențial enorm".

L-am întrebat cum vede el astăzi, din poziția unui tânăr care a reușit să aibă o carieră de vârf, provocarea pe care

After graduating from the Sf. Sava National College, Cristian Cadar continued his graduate and postgraduate studies at MIT and Stanford. He is now one of the Romanians who have chosen an academic career abroad, namely in London, where he also works as a researcher.

According to him, the high school period played a very important role in his professional development, and he hopes that high school students nowadays have the same opportunities he had as a student and as a participant in the National Computer Science Olympiads. He is convinced that what is best and most valuable in Romania is its potential, because, he explains, "I think it's easy to become super-critical when you encounter certain problems of the Romanian society day after day, but from a certain distance it becomes clear that many things are evolving positively and that Romania has a great potential".

I asked him how he sees now, from the position of a young man who managed to build a top-notch career, the challenge

societatea o aruncă tinerilor din România și cum pot ei să-i facă față. Răspunsul lui Cristian a fost: „Este adevărat că tinerii României de astăzi se confruntă cu multe provocări, pe plan familial, profesional și social, care erau absente cu doar un deceniu înainte. În același timp, cred că oportunitățile oferite de o societate deschisă și dinamică compensează într-o mare măsură, și e important ca tinerii să profite de aceste oportunități. De exemplu, pentru studii, pot profita de nenumăratele programe universitare și post-universitare oferite de universitățile de top europene și nord-americane, iar după studii pot profita de programele de finanțare și de incubatoarele de afaceri naționale și europene pentru a-și comercializa ideile de care sunt pasionați.”

Domeniul lui de cercetare se află la intersecția dintre ingineria software („software engineering”), sistemele de calculatoare („computer systems”) și securitatea digitală (software security). „În particular, spune Cristian, grupul meu de cercetare dezvoltă noi tehnici pentru îmbunătățirea fiabilității și securității programelor software. De exemplu, tehnicile create de noi au găsit numeroase erori („bugs”) în produse software larg folosite. Sunt convins că mulți dintre cititori se confruntă zilnic cu astfel de erori și, având în vedere că sistemele software devin din ce în ce mai complexe și din ce în ce mai răspândite, tehnicile automate pentru verificarea, testarea și îmbunătățirea programelor sunt din ce în ce mai necesare.” Așa că visul lui pe termen mediu în ceea ce privește cercetarea este „să creem astfel de tehnici automate care să poată fi aplicabile sistemelor software din ce în ce mai complexe. În ceea ce privește partea de predare, mă consider privilegiat să pot influența cariera atâtor studenți și este, de asemenea, o plăcere să predau unor studenți atât de talentați ca cei care vin să studieze la Imperial College London.”

Dorința de explorare, fie că este vorba despre domeniul lui de activitate, fie despre viața personală, este o caracteristică definitorie a lui Cristian Cadar. Așa că în timpul liber îi place mult să călătorească, atât în Anglia, unde „peisajele rurale sunt minunate”, cât și internațional, printre destinațiile lui favorite din ultimii ani numărându-se Alaska, Queensland și Maasai Mara.

În ceea ce privește rolul lui de conferențiar universitar, se consideră privilegiat să predea unor studenți atât de buni și să coordoneze o echipă de doctoranzi și post-doctoranzi absolut extraordinari. Scopul lui este, după cum spune, „să încerc să-i ajut să se dezvolte profesional, dar fără a le îngrădi libertatea necesară și fără să uit că am și eu multe de învățat de la ei.”

that the society poses to the young people in Romania and how can they cope with it. Cristian's answer was the following: “It is true that nowadays the Romanian youths are faced with many challenges that were not there a decade ago, in terms of family, career and society. At the same time, I think that the opportunities offered by an open and dynamic society make up for it to a great extent, and it is important for the young people to take advantage of these opportunities”. For example, regarding their studies, they can take advantage of the countless undergraduate and postgraduate programs offered by top European and North-American universities, and after graduating they can benefit from funding programs and business incubators in order to trade the ideas they are passionate about.”

His field of research is somewhere between software engineering, computer systems and software security. “In particular, he explains, my group of research develops new techniques to improve the reliability and safety of software programs”. For example, the techniques we created found many bugs in widely used software products. I'm convinced that many of the readers deal with such bugs on a daily basis and, considering that software systems are becoming increasingly complex and widespread, automated techniques to verify, test and improve the programs are increasingly necessary.” Therefore, his medium-term dream concerning research would be “to create such automated techniques which could be applied to increasingly complex software systems. As for teaching, I consider myself privileged to be able to influence the careers of so many students and it is also a pleasure to teach such talented students as those who come to study at the Imperial College London”.

The desire to explore, whether it's about his field of activity or his personal life, is a defining trait of Cristian Cadar. Therefore, in his spare time, he likes to travel, both in England, “where the rural landscapes are wonderful”, as well as internationally, his favourite destinations in the last year being Alaska, Queensland and Maasai Mara.

Regarding his position as an associate professor, he considers himself privileged to teach such good students and to coordinate a team of absolutely amazing doctoral and post-doctoral students. According to him, his purpose is “to try to help them develop professionally without restricting their freedom and without forgetting that I have a lot to learn from them as well”.





ANDREEA VASILE

„Fără povești, lumea
ar fi mai săracă”



„The world would be poorer without stories”

de/by Maria Capelas

După ce în urmă cu mulți ani a cochetat cu televiziunea, apoi a terminat Facultatea de Litere, Andreea Vasile a hotărât că vrea să fie actriță. Ceea ce a și făcut, urmând o a doua facultate, cea de teatru și film. Ultimul film în care a jucat se numește „Fixeur”, în regia lui Adrian Sitaru.

Ce visai când ai hotărât să te faci actriță și la ce visezi acum?

Ce visam acum 10 ani nu mai are nicio legătură cu realitatea de acum. Nu e nici mai prost, nici mai bun, e ce mi se întâmplă acum. Și tocmai de asta cred că am încetat să mai fac proiecții în legătură cu viitorul, pentru că viața te învață că ele n-au nicio legătură cu ce ți se întâmplă sau cu ce are ea de oferit. Și că, dacă rămâi prins în visele și dorințele tale, s-ar putea să nu fii niciodată mulțumit cu ce ți se întâmplă. Și cred că e al naibii de valoros prezentul ăsta despre care vorbește toată lumea, pentru că viitorul se construiește pe ce faci în prezent, nu doar pe vise sau dorințe. Pe ce poți să faci, pe ce nu știi, da' te încâpățânezi al naibii de tare să înveți, pe

After flirting with television many years ago and then graduating from the Faculty of Letters, Andreea Vasile decided she wanted to be an actress. Which she did, going to a second faculty, for theatre and film. The latest movie she played in is called “Fixeur”, directed by Adrian Sitaru.

What did you dream about when you decided you wanted to become an actress and what are your dreams now?

What I dreamed 10 years ago has nothing to do with the reality now. It isn't worse, or better, it is what is happening to me now. And this is why I believe I stopped daydreaming about my future because life teaches you that has nothing in common with what is happening to you or with what life has in store for you. And that, if you get stuck in your dreams and desires, you might never be satisfied with what happens to you. And I think the present everyone is talking about is damn valuable because



© Cornel Lazari

nesiguranțe și inexactități pe care le depășești sau înveți să le stăpânești și pe nevoia de a crește, de a cere mai mult de la tine, de a ști mai mult și de a face mai bine. Cu fiecare pas pe care îl faci.

Este actoria „o călătorie” printre destine și lumi diferite?

Știu sigur ce nu e actoria. Știu că viața oamenilor nu depinde de asta, dacă neurochirurgul greșește într-o secundă din cele zece ore de operație pe creier, pacientul moare. Dacă eu greșesc pe scenă, nu se rupe nicio coardă în cer. Tocmai de asta mi-e teamă să folosesc cuvinte mari cum ar fi „călătoria prin destine”, pentru că eu cred că altcineva se ocupă de destine și de țesăturile dintre ele. Dar cred că meseria mea face ceva ce neurochirurgul nu poate face: îți

the future is built on what you're doing in the present, not just on dreams and desires. It is built on what you do, what you don't know but set your mind to learn, on uncertainties and inaccuracies that you overcome or learn to control, and on the need to grow, to demand more from yourself, to know more and do better. With every step you take.

Is acting “a journey” through destinies and different worlds?

I know for sure what acting isn't. I know people's lives don't depend on it, I know that if a brain surgeon makes a mistake in just a second of those ten hours of brain surgery, the patient dies. If I make a mistake on stage, nothing bad will happen. This is exactly why I'm afraid to use big words like “journey through destinies” because I believe

Umor serios,
nu glumă!



**ȘI DAMENII AU NEVOIE DE POVEȘTI:
FĂRĂ POVEȘTI, VIEȚILE NE-AR FI SEARBEDE,
SEPTICE ȘI FĂRĂ PERSPECTIVE.**

**PEOPLE NEED STORIES, WITHOUT STORIES OUR
LIVES WOULD BE BLAND, SEPTIC AND WITH
NO PERSPECTIVE.**

creează o poveste. Și oamenii au nevoie de povești; fără povești, viețile ne-ar fi searbede, septice și fără perspective. Povestea te face să îți dorești să trăiești mai frumos. Tocmai de asta cred că un film bun sau o piesă de teatru bună nu sunt altceva decât niște povești extraordinare, care dacă n-ar fi scoase la iveală, lumea întregă ar fi mai săracă, mai puțină, mai limitată. Așa că, da, pentru mine actoria înseamnă, în primul rând, accesul la poveste și posibilitatea să o împărtășesc cu ceilalți. Și poate spune cea mai frumoasă poveste dintre toate, povestea pe care s-a întemeiat lumea asta.

Ce reprezintă pentru tine o călătorie adevărată?

Călătoria adevărată e cea în care înveți ce n-ai știut, descoperi ce n-aveai habar, vezi ce doar ți-ai imaginat. Călătoria adevărată nu-i musai despre tine, cât, mai degrabă, o conștientizare a tot ceea ce te înconjoară, oameni, locuri, momente. Văd muzee, dar îmi place mai tare să descopăr cum trăiesc alți oameni. Îmi place să călătoresc, dacă ar fi după mine, mi-aș petrece o mare parte din viață în avion.

În timp ce raspundeam la întrebări, eram în avion. În avionul de întoarcere. Și, din păcate, oricât de mare truism ar fi, cele mai frumoase călătorii se termină. Trebuie să pleci mereu, ca să poți ajunge în altă parte. Mă întristez de fiecare dată când plec de undeva și mă bucur invariabil când ajung, dar îmi place alternanța asta. Și cel mai greu într-o călătorie frumoasă e ora în care trebuie să pleci. Pentru că te face să conștientizezi că toate călătoriile frumoase sunt ale naibii de scurte, că trebuie să pleci și că singurul bun real pe care îl iei cu tine e povestea pe care ți-a construit-o călătoria cu pricina. Și călătoria fără poveste e ca substantivul fără adjective.

someone else handles destinies and their nets. But I believe my job does something a brain surgeon can't do: it creates a story for you. And people need stories, without stories our lives would be bland, septic and with no perspective. The story makes you want to live more beautifully. That is why I believe a good movie and a play are nothing more than extraordinary stories which would make the world poorer, smaller and more limited if they weren't taken out to light. So yes, for me acting means above all the access to the story and the possibility to share it with others. And it can tell the most beautiful story of all, the story which the world was built on.

What does a true journey mean for you?

A true journey is the one where you learn what you didn't know, you discover what you had no idea about and you see what you have only imagined until then. A true journey is not necessarily about you, but rather an awareness of everything that surrounds you, people, places, moments. I see museums, but I prefer to discover how other people live. I like to travel and if it were up to me, I would spend a great part of my life on an airplane. I was on an airplane while I answered the questions. On the way back home. And, unfortunately, no matter how obvious it may seem, the most beautiful journeys eventually come to an end. You always have to leave before going to another place. I get sad every time I leave a place and I'm invariably happy when I arrive, but I like this alternating between states. And the most difficult part of a beautiful journey is the time you have to leave. Because it makes you aware that all the beautiful journeys are damn short, that you have to leave and that the only real things you take with you is the story that the journey has created. And a journey without a story is like a noun without adjectives.



RESOURCES



Mituri despre project management



Myths about project management



de/by Olivia Vereha

Project managementul pare să fie job-ul secolului actual. Unora le place, unii detestă să fie într-o poziție de o asemenea responsabilitate, pentru alții este floare la ureche, iar alții se pregătesc continuu pentru a livra rezultate din ce în ce mai bune. Ca în cazul oricărui loc de muncă, în jurul acestei profesii s-au născut tot felul de experți care ne spun care sunt rețetele pentru a deveni un manager bun și ne dau sfaturi despre cum să devenim cei mai de succes peste noapte. În mod evident, așa s-au născut și o mulțime de mituri despre acest job.

Un prim mit legat de project management face referire la faptul că ai nevoie de o diplomă care să ateste că ești un specialist care, cel puțin, a învățat ce are de făcut pentru a administra o echipă de proiect. Nimic mai fals. Abilitățile de care are nevoie un project manager, deși pot fi rafinate și cizelate, nu sunt specifice oricui și nu pot fi deprinse de oricine. Capacitatea de a evalua membrii unei echipe, de a-i motiva să lucreze împreună și să își respecte deadline-urile, abilitatea de a sesiza punctele în care s-ar putea ivi probleme de comunicare, capacitatea de a aloca suficiente resurse pentru a asigura un parcurs ușor al proceselor, toate acestea alături de nenumărate altele cad în sarcina coordonatorului de proiect, care, la fel ca un dirijor, trebuie să se asigure că la final aplauzele durează cât mai mult.

Și pentru că tot vorbeam despre aplauze, de multe ori percepția asupra project managerului este că acesta se orientează exclusiv spre rezultate, că un șef bun are ca focus livrarea proiectului în parametri excepționali și că îl interesează mai puțin echipa și nevoile acesteia. Cu alte cuvinte: productivitate și rezultat, înaintea factorului uman. Din nou o eroare. În timp ce într-adevăr, responsabilitatea unui project manager este de a duce lucrurile la bun sfârșit, asta nu înseamnă că modul în care ajunge la aceste rezultate nu

Project management seems to be this century's job. Some like it, some hate being in a position with such responsibility, for some it's a piece of cake and others have to constantly prepare in order to deliver increasingly better results. As with any other workplace, there are many experts in this profession telling us the recipes to become a good manager and give us advice on how to become the most successful overnight. Naturally, this is how many myths about this job came along.

A first myth about project management refers to the fact that you need a diploma to certify you are a specialist that has at least learnt what they have to do to manage a project team. Nothing more wrong. The abilities a project manager needs, though they can be refined and polished, are not characteristic to everyone and can't be learnt by just anyone. The ability to evaluate the members of a team, to motivate them to work together and to respect their deadlines, the ability to see the places where communication problems might appear, the capacity to assign enough resources to ensure a smooth path for the processes, all these along with many others devolve upon the project manager who, like an orchestra director, needs to make sure that, in the end, the cheers last as long as possible.

And because we were just talking about cheers, many believe that a project manager is only result-oriented, that a good boss focuses on delivering the project in exceptional parameters and that they are less interested in the team and its needs. In other words: productivity and results are put before the human factor. This is wrong again. The responsibility of a project manager is indeed to successfully accomplish things, but this doesn't mean that the way they get to these results isn't important. Management is above all about people, and businesses don't become successful



este important. Managementul este în primul rând despre oameni, iar business-urile nu au succes din piatră seacă. Un al treilea mit legat de această funcție spune că nu poți fi un project manager bun pentru proiecte IT, de exemplu, dacă nu ești specializat în acel domeniu. Abilitatea de a înțelege dimensiunile, complexitatea și importanța unui proiect, respectiv a task-urilor care îl compun și resursele de care ar fi nevoie pentru a-l realiza nu țin de cât de bun programator este liderul echipei. O echipă completă de proiect este formată din multe roluri - pornind de la cele administrative, la cele de execuție, de strategie sau de comunicare. Un angajat capabil de a gestiona aceste zone în așa fel încât ele să se completeze și să funcționeze fără cusur împreună nu trebuie să fie specialist în toate dintre aceste roluri, ba chiar ar putea să nu fie specialist în niciunul.

Project managerii urmăresc metodologii clare, prin urmare oricine ar putea de fapt să le facă munca. Nu toate produsele și serviciile livrate pe piață pot fi construite urmând o metodologie. Nu toate companiile lucrează cu același tip de metodă și nu au aceeași structură ierarhică. Unei reviste online nu îi poți organiza activitatea urmând o structură de tip Agile de exemplu, pentru că dinamica proceselor din interior este diferită de dinamica proceselor unei companii software. Un bun project manager poate jongla cu mai multe metodologii și poate prelua din fiecare ceea ce se potrivește cel mai bine în primul rând oamenilor din echipă și apoi produsului pe care îl dezvoltă.

out of thin air. A third myth about this position says that you can't be a good project manager for IT projects, for example, if you're not a specialist in that field. The ability to understand the dimensions, the complexity and the importance of a project, or the tasks that make it up and the resources you need to do it, respectively, doesn't mean the leader of the team has to be a good programmer. The full project team consists of many roles – starting from the administrative ones, to the execution, strategy and communication parts. An employee capable of managing these fields in order to make them complete one another and work together flawlessly doesn't have to be a specialist on all of these roles, they might not even be a specialist in any of them.

Project managers hate hard-set methodologies, therefore anyone can actually do their job. Not all the products and services delivered on the market can be made following a methodology. Not all companies work with the same type of method, nor do they have the same hierarchical structure. You can't organize an online magazine's activity by following an Agile kind of structure, for example, because the dynamics of interior processes is different than the dynamic of a software company's processes. A good project manager can play with several methodologies at the same time and can take from each of them whatever fits best the people from their team and later what fits best the product they're developing.

Arta delegării



The art of delegation

de/by Olivia Vereha

Una dintre cele mai dificile practici pe care trebuie să le învețe un manager este delegarea eficientă. Dificilă pentru că fie refuzăm să o facem - din teama că nimeni nu poate să îndeplinească un task mai bine ca noi -, fie din cauză că lipsa unei înțelegeri a delegării ne face să ne temem că este o sarcină complexă și care ia prea mult timp. De aceea, se întâmplă des să ajungem la o stare de epuizare, pentru că amânăm tocmai apelarea la soluția salvatoare.

La polul opus, odată ce ne luăm inima în dinți și începem a împrăști treaba în stânga și în dreapta, riscul care apare este altul: a delega prea mult și către oamenii nepotrivți. Pentru că atunci când vorbim de distribuirea volumului de muncă într-un mod corect și eficient nu facem referire exclusiv la a scăpa de presiunea unei multitudini de task-uri, pasându-le la întâmplare celor aflați mai jos pe scara ierarhică.

Iată câteva sfaturi pentru o delegare sănătoasă care nu va aduce decât lucruri bune în businessurile fiecăruia dintre voi.

- A. Nu delega înainte de a înțelege întregul proces. Atunci când ai pe masă un proiect aflat în stadiul de concept și nu ai niște etape bine definite alături de specialiști pentru el, a începe să delegi este o mare greșeală. Pentru că este posibil să aloci o sarcină care se poate extinde, amplifica sau modifica substanțial pe parcurs, iar persoana desemnată să o îndeplinească s-ar putea să nu mai facă față, chiar la început părea cel mai potrivit individ pentru ea.
- B. Ce câștigă echipa? Dacă ai un angajat vechi în echipă, care este foarte bun la îndeplinirea unui anumit tip de task-uri, tentația cea mai mare este ca atunci când dai peste ele în planificare să i le aloci direct lui. Înainte de a face asta, gândește-te dacă persoana respectivă nu este plafonată, dacă nu își dorește de fapt să lucreze ceva mai ieșit din comun și dacă nu cumva ai un junior care poate, cu

One of the most difficult practices a manager has to learn is efficient delegation. It is difficult because, either we refuse doing it out of fear no one can do a task better than us, or because the lack of understanding delegation makes us worry it is a complex assignment that takes too much time. This is why we often come to a burnout stage, because we postpone exactly the life-saving solution.

On the opposite side, once we muster the courage and start sharing the work left and right, the risk that might occur is different: delegating too much and to the unsuitable people. Because when we talk about distributing the volume of work in a correct and efficient way we don't mean just getting rid of the pressure that many tasks may pose by randomly passing them to those lower on the hierarchy.

Here are some tips for a healthy delegation that will only bring good things to the businesses of each of you:

- A. Don't delegate before you understand the whole process. When you have on the table a project that is only in the concept phase and you don't have some clear stages defined by specialists, starting to delegate is a big mistake. Because you might give an assignment that will get bigger, amplify or modify substantially along its way, and the person delegated to accomplish it might not be able to cope, even if at first they seemed like the right person for it.
- B. What does the team win? If you have an old employee in the team, who is really good at finishing a certain type of task, the greatest temptation is that when you encounter such tasks in the planning stage you give them directly to this employee. Before doing that, you should think about whether that person capped, whether they want to work on something different or whether you have a junior that can take on these tasks with the help of a senior.



ajutorul seniorului, să preia aceste taskuri. Oferă oamenilor posibilitatea de a învăța și de a descoperi lucruri prin task-urile delegate, pentru a-i menține motivați.

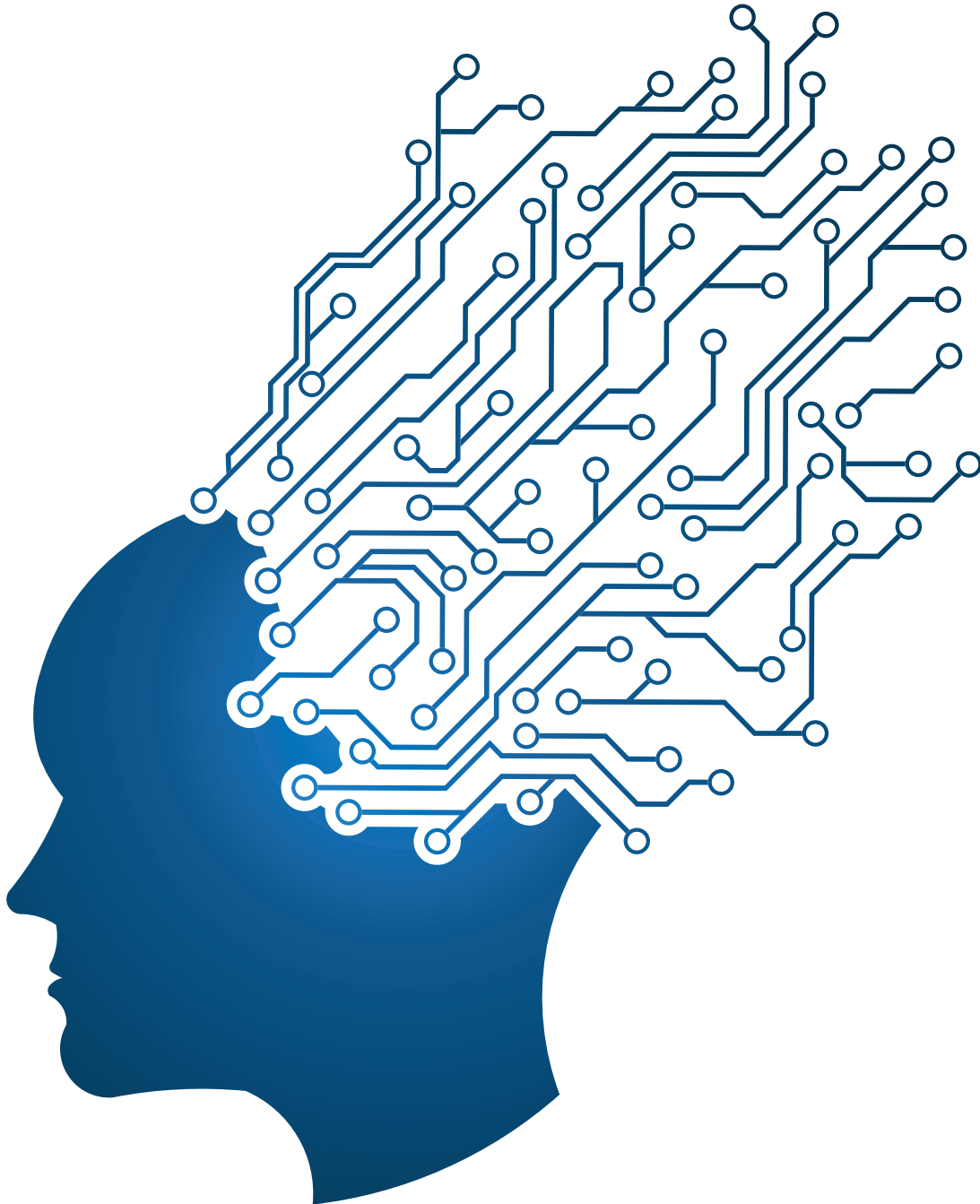
- C. Explică-ți așteptările. Atunci când îi spui unui angajat că are de făcut un raport anual, dă-i un exemplu deja realizat, explică-i care sunt responsabilitățile lui, explică-i care sunt punctele în care trebuie să fie extrem de atent și stabilește cu el sesiuni intermediare de feedback, dacă e prima dată când îndeplinește un asemenea task. Dacă îi ești un bun profesor și îi explici care sunt responsabilitățile lui pe viitor vei economisi timp prețios, pentru că nu va trebui să mai treci prin atât de mult feedback și corectură.
- D. Nu uita de unde ai plecat. Și tu ai făcut greșeli pe parcursul carierei tale și cu siguranță nu ai nimerit totul bine din prima. Nu aștepta perfecțiune de la angajații tăi, pentru că nimeni îți poate oferi asta, și, în același timp, dacă ai standarde ridicate, asigură-te că toată lumea din echipă le-a înțeles și lucrează umăr la umăr să le atingă sau chiar să le depășească. Oamenii nu pot citi gânduri.
- E. Mulțumește și recunoaște meritele. Este extrem de important pentru angajații tăi să știe că au îndeplinit bine un task, că au învățat ceva nou și că evoluează la locul de muncă, iar managerul lor îi apreciază. Nu uita de feedback. Mai ales de cel pozitiv.

Give people the possibility to learn and discover things through delegated tasks to keep them motivated.

- C. Explain your expectations. When you tell an employee that they have to make an annual report, give them a draft example, explain what their responsibilities are, explain the points which they have to pay extra attention to and set intermediate feedback sessions with them, if it's the first time they have to fulfil such a task. If you are a good teacher and explain them what their responsibilities are in the future, you will save a lot of precious time because you won't have to give so much feedback and proofing.
- D. Don't forget where you came from. You too have made mistakes along your career and you certainly didn't do everything right from the beginning. Don't expect perfection from your employees because no one can give it and, at the same time, if you have high expectations, make sure everyone in the team has understood them and is working shoulder to shoulder to accomplish them or even exceed them. People can't read minds.
- E. Acknowledge and thank merits. It is extremely important for your employees to know when they did a task well, that they have learnt something new and are evolving in the work place, and that the manager appreciates them. Don't forget the feedback. Especially the positive one.

MACHINE LEARNING

de/by Olivia Vereha



Conceptul de „machine learning” nu este în esență nimic nou. Începând cu revoluția tehnologică, inventatorii au avut un singur scop general care s-a ridicat deasupra tuturor celorlalte obiective ca un soi de umbrelă: cum facem să creăm dispozitive care să ușureze munca omului, să îl degreveze de îndeletniciri care îi afectează sănătatea, cum îi putem da timp să se preocupe de lucrurile cu adevărat importante și cum îi permitem să își exploreze creativitatea și ingeniozitatea.

Dezvoltat în primă etapă ca parte din studiile dedicate inteligenței artificiale, în ultimul sfert de veac, acest domeniu s-a dovedit a fi atât de complex încât a ieșit de sub umbrela inițială și este acum studiat de sine stătător, fiind mai adesea asociat cu alte concepte precum „data mining” sau statistică.

Cum funcționează?

O definiție sumară a conceptului spune că machine learning-ul este o metodă de analiză de date prin care se automatizează construcția modelelor analitice. Folosind algoritmi care învață din colecții de informații, dispozitivele electronice pot descoperi concluzii ascunse fără a li se spune în mod explicit unde să caute. În cuvinte mai simple, este modul în care calculatoarele învață singure să gândească acțiuni fără a mai avea nevoie de input din partea utilizatorului.

În era în care ne aflăm, în plin boom tehnologic, având la dispoziție nenumărate instrumente cu care putem duce această explorare la următorul nivel, machine learning-ul nu mai are ca scop doar eliminarea unor task-uri din programul oamenilor, ci merge mult mai departe, fiind capabil să ofere unui „creier artificial” abilitatea de a se adapta singur nu doar procesului de recunoaștere a unor modele, pattern-uri, ci și atunci când este expus unor noi tipuri de informații. Cel mai bun exemplu al modului în care este utilizat conceptul, cu un impact considerabil asupra manierei în care ne vom deplasa în viitor, este mașina fără conducător auto. Alte exemple cu care ne întâlnim zi de zi sunt algoritmii prin care pe paginile magazinelor online, la cumpărarea unui produs ni se recomandă produse similare alese atât pe baza celui selectat, cât și pe baza comportamentului nostru în online, în general, în browser.

Specialiștii clasifică machine learning-ul în trei categorii distincte, pornind de la simplu către foarte complicat. Într-o primă categorie intră acele cazuri în care dispozitivului i se dau două seturi de date, cele de input (adică cele pe care le va primi constant în timp) și cele de output (adică ce anume își dorește persoana să obțină). Scopul dispozitivului este să descopere singur care sunt mecanismele prin care poate face legătura între cele două. Dacă facem un pas mai departe ne întâlnim cu cel de-al doilea model, în care dispozitivul

The concept of “machine learning” is not essentially new. Starting with the technological revolution, researchers had one general purpose that rose above all the other objectives like a sort of umbrella: how to create devices that facilitate human work and relieve people of tasks that might affect their health, how to give them time to pursue the things that are truly important and how to allow them to explore their creativity and ingenuity.

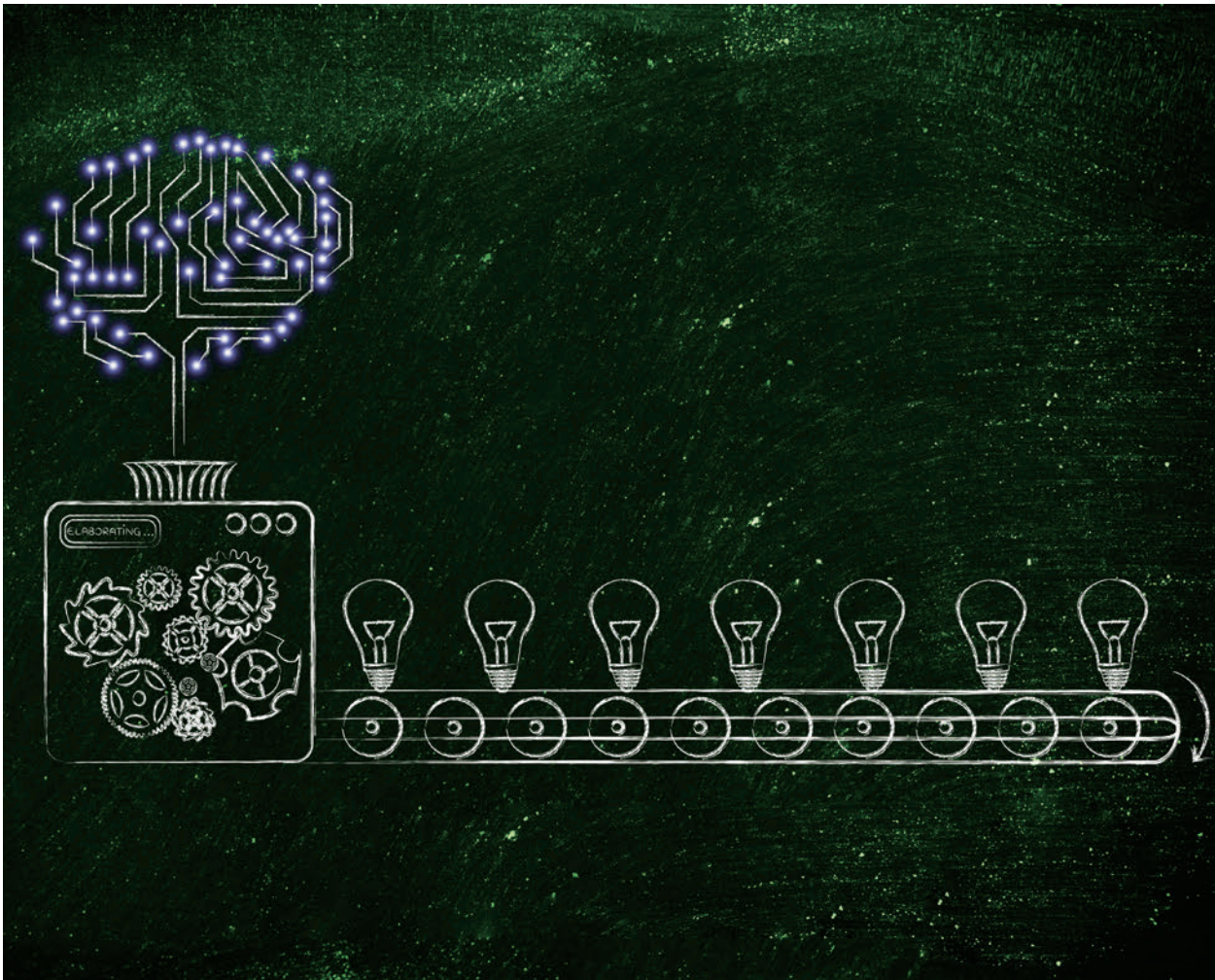
Initially developed as part of the studies dedicated to artificial intelligence, in the last quarter of a century, this field has proved to be so complex that it broke through the initial umbrella and it is now studied by itself, often being associated with other concepts such as “data mining” or statistics.

How does it work?

A brief definition of the concept states that machine learning is a method of data analysis which helps automate the construction of analytical models. Using algorithms that learn from collections of information, electronic devices can discover hidden conclusions without being explicitly told where to look for them. In simpler words, this is the way computers learn to think actions by themselves without needing user input.

In our times, in full technological boom, having at our disposal countless instruments with which we can bring this research to the next level, the purpose of machine learning is not just eliminating some tasks from people’s schedules anymore. Instead, it goes a lot further, being able to give an “artificial brain” the ability to adapt by itself, not only to the recognition process of some models and patterns, but also when it is exposed to new types of information. The best example of how this concept is used, with a significant impact on the manner in which we will travel in the future, would be the self-driving car. Other examples which we come across every day are the algorithms used by online shopping websites that recommend similar products based on the products already selected, as well as based on our online behaviour in the browser in general.

Experts classify machine learning into three different categories from simple to very complicated. The first category comprises those cases where the device is given two data sets, the input data (namely the data it will constantly receive over time) and the output data (i.e. what the user wants to achieve). The purpose of the device is to discover by itself the mechanisms through which it can relate the two. If we take one step further, we encounter the second model, in which the device is given only the input, generating the final result by itself, based on the identified patterns and on the characteristics of the provided data.



beneficiază doar de input, generând singur rezultatul final, pe baza pattern-urilor identificate și a caracteristicilor datelor care i-au fost furnizate.

Cel de-al treilea caz, și cel mai complex dintre ele, este acela în care dispozitivul este lăsat să interacționeze cu mediul din apropierea sa pentru a învăța să dezvolte propriile comportamente, explorând și procesând informațiile pe care le acumulează prin observare directă. Ilustrarea cea mai bună pentru acest caz este exemplul roboților care se adaptează la mediu, care învață continuu obstacolele pe care le pot întâlni și iau decizii pe baza unui model de optimizare.

Esențial în orice domeniu

Important de observat este că machine learning-ul nu este de folos doar pentru a ne deplasa sau pentru a primi oferte personalizate de la magazinul nostru online preferat, ci va avea impact asupra tuturor domeniilor.

The third case, and the most complex of them, is the one where the device is left to interact with the surrounding environment in order to learn to develop its own behaviour by exploring and processing the information it gathers through direct observation. The best example to illustrate this case are robots that can adapt to the environment, that constantly learn the obstacles they may come across and take decisions based on an optimisation model.

Essential in any field

It is important to notice that machine learning is useful not only to move around or to receive customised offers from our favourite online shop, but that it will also have an impact on all fields.

Banks use it to discover new patterns and to identify new business opportunities, as well as to prevent fraud. Government institutions use it to prevent risks and to keep the population safe. In the health system, machine

Băncile se folosesc de asta pentru a descoperi pattern-uri noi și pentru a identifica noi oportunități de business, dar și pentru a preveni fraudele. Instituțiile guvernamentale îl folosesc pentru a preveni riscurile și pentru a ține populația în siguranță. În sănătate, machine learning-ul are un impact uriaș ajutând medicii să diagnosticheze pacienții mult mai repede și pentru a prescrie tratamente în timp util, pentru salvarea vieților acestora. În ceea ce privește resursele, capacitatea actuală de a analiza compoziția terenurilor, de a optimiza transportul petrolului și al gazelor naturale, de pildă, și de a prezice durata de viață a echipamentelor sau ale siturilor de exploatare sunt doar câteva dintre avantajele studierii acestui domeniu.

De ce tocmai acum? Pentru că zi de zi, din ce în ce mai multă informație devine disponibilă, iar necesarul hardware pentru a o putea procesa are un cost din ce în ce mai redus. A înțelege tot volumul colosal de date prin care ne ducem viețile zi de zi ne va putea ajuta pe viitor să ocolim obstacole, să înțelegem și să reducem riscurile, să sesizăm oportunitățile mai repede și să acționăm mai sigur și mai eficient.

learning has a huge impact, helping doctors diagnose patients a lot faster and prescribe treatments in real time in order to save their lives. In terms of resources, the current ability to analyse land composition, to optimise oil and gas transportation for instance, and to predict the lifetime of equipment and exploitation sites are just some of the advantages of studying this field.

Why precisely now? Because day by day, more and more information becomes available, and the hardware needed to process it costs increasingly less. Understanding the enormous volume of data which surrounds our every day lives will help us avoid obstacles in the future, understand and reduce risks, seize opportunities a lot faster and act more safely and more efficiently.



Inovație în reciclare

Innovative recycling

de/by Georgiana Vainea

Principiul reciclării este, la prima vedere, unul foarte simplu: re folosirea produselor vechi și a deșeurilor în fabricarea de noi bunuri de consum. Dincolo de această definiție de bază apar însă o multitudine de întrebări din ce în ce mai complexe: Care este cel mai eficient mod de a recicla? Cum se pot răspândi obiceiurile de reciclare la o scară din ce în ce mai largă? Cum construim infrastructura necesară și, nu în cele din urmă, care sunt cele mai inovative forme de reciclare?

Procesul de reciclare a evoluat enorm de la conceptul inițial de reutilizare a plasticului, hârtiei și recipientelor metalice. În prezent, numeroase produse pot fi reciclate, de la tricourile vechi din bumbac la chiștoacele de țigări. Fie că reciclăm materiale de bază precum aluminiul, fie că re folosim metale rare și sintetice complexe, trebuie să avem în vedere că o cantitate mult mai mare de resurse și energie ar fi utilizată în fabricarea bunurilor de consum de la zero. Acesta este unul dintre motivele pentru care oamenii de știință au dezvoltat metode noi de utilizare a materialelor deja existente. Iată câteva dintre cele mai importante inovații din domeniu:

Înlocuirea recipientelor de polistiren cu plastic de tip PET. Polistirenul este un produs foarte des întâlnit - de la caserola de prânz până la cutia în care ne este livrat noul monitor. Este atât de des întâlnit încât e ușor de omis faptul că acest compus nu este reciclat. O serie de companii au venit cu ideea înlocuirii acestuia cu plastic de tip PET, reciclat la o scară foarte largă. Una dintre aceste companii este InCycle, ce produce pahare de cafea de unică folosință 100% reciclabile.

Reciclarea bumbacului. Este binecunoscut faptul că procesul de creștere a bumbacului necesită cantități foarte mari de apă. Până acum, când un articol din bumbac se deteriora, nu exista o metodă ușoară de a reutiliza fibrele. Cercetătorii din Suedia, în colaborare cu o suită de firme

The principle of recycling is, at first sight, very simple: reusing old products and waste to make new consumer goods. Beyond this basic definition there is a myriad of increasingly complex questions. Which is the most efficient way of recycling? How can we spread recycling habits to a larger scale? How do we create the necessary infrastructure and, last but not least, which are the most innovative forms of recycling? The recycling process has evolved greatly from the initial concept of reusing plastic, paper and metallic cans. Currently, numerous products can be recycled, from old cotton T-shirts to cigarette butts. Whether we recycle basic materials such as aluminium, or we reuse rare metals and complex synthetic materials, we must consider that a larger amount of resources and energy would be used to make consumer goods from scratch. This is one of the reasons why scientists have developed new methods to use existing materials. Here are some of the most important innovations in the field:

Replacing polystyrene containers with PET plastic. Polystyrene is a very common product - from lunch boxes to the box our new computer screen is delivered in. It is so frequently used that it is easy to omit the fact that this compound is not recycled. A whole series of companies had the idea to replace it with PET plastic, which is widely recycled. One of these companies is InCycle, which makes disposable coffee cups that are 100% recyclable.

Recycling cotton. It is well-known that the growth process of cotton requires large quantities of water. Until recently, when a cotton item was damaged, there was no easy method to reuse its fibres. Swedish researchers, working with a series of Swedish companies in the textile industry, have found a new method to transform used cotton into staple fibres, making the first dress out of recycled cotton.



suedeze din industria textilelor, au găsit o nouă metodă de transformare a bumbacului uzat în celofibră, fabricând prima rochie din bumbac reciclat.

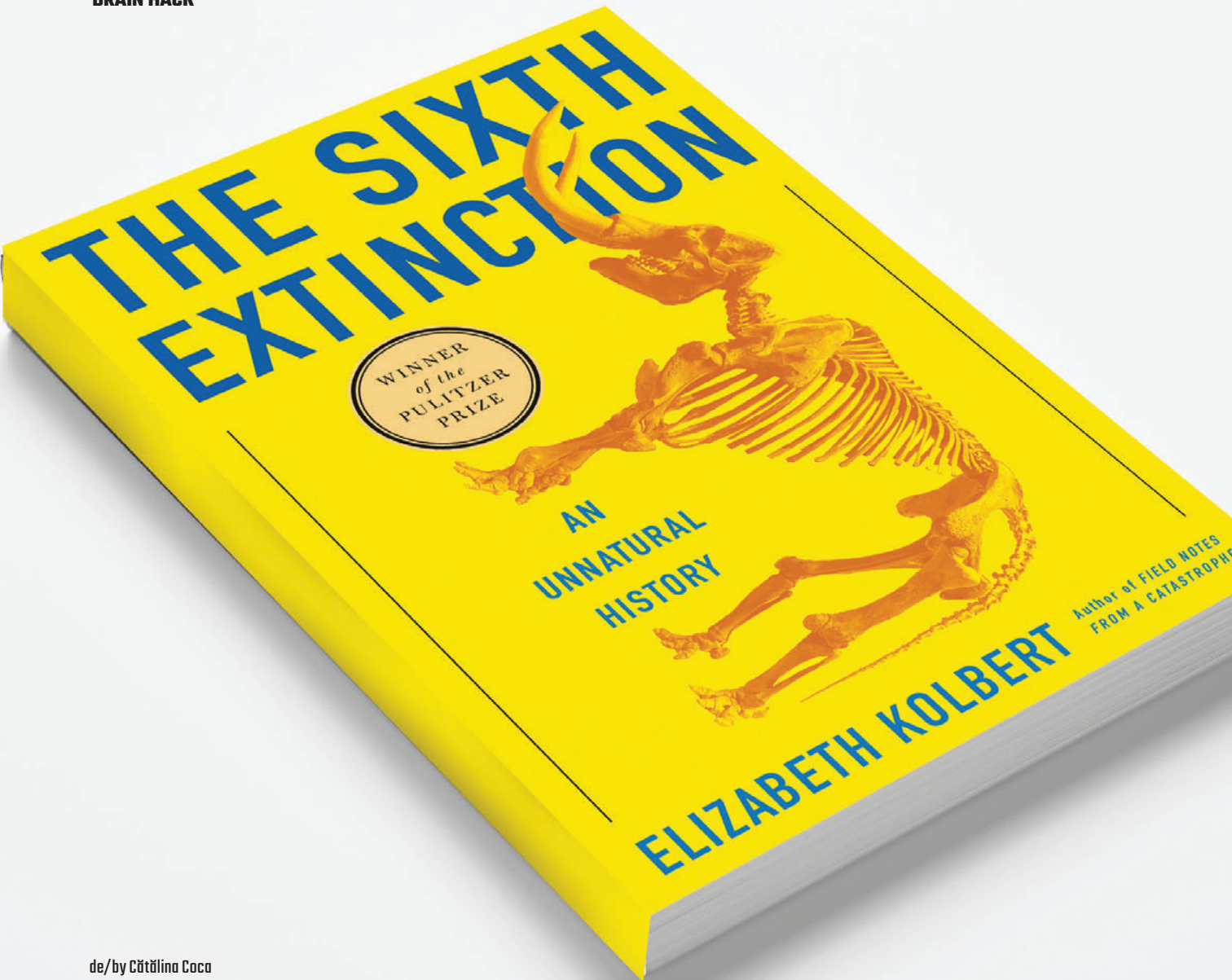
Folosirea cauciucurilor vechi pe post de combustibil. Numărul cauciucurilor auto uzate, aruncate anual, se ridică la aproape 300 de milioane numai în Statele Unite. Din 1990 și până în prezent, rata de reciclare a acestora a crescut de la 17% la peste 80%. Un cercetător australian a propus acum utilizarea cauciucurilor drept combustibil, înlocuind cărbunele în combinatele siderurgice. Pe lângă faptul că duce la curățarea depozitelor de deșeuri de milioane de cauciucuri, această metodă are și avantajul unor emisii mult mai mici de gaze de seră.

De la anvelope uzate ajungem de această dată la **baterii noi**. Un studiu recent arată că electrozii din grafit din bateriile litiu-ion de tipul celor ce alimentează autoturismele electrice pot fi înlocuiți foarte eficient cu elemente de carbon din anvelopele uzate.

Tot în fabricarea bateriilor pot fi folosite și...chiștoacele de țigări. Un nou studiu arată că fibrele de celuloză din filtrele de țigări pot fi utilizate în producerea așa-numiților „supercapacitori”, dispozitive de stocare a energiei electrice ce pot înlocui anumite tipuri de baterii. Deși nu reprezintă un motiv suficient de bun pentru a încuraja un obicei nociv, noile tehnologii ar duce la diminuarea cantității de deșeuri și la producerea de noi tipuri de acumulatori.

Using old tyres as fuel. The number of used car tyres, disposed of every year, amounts to almost 300 million only in the United States. Since 1990, their recycling rate has grown from 17% to over 80%. An Australian researcher proposed using tyres as fuel, replacing coal in steel mills. Besides leading to millions of tyres being evacuated from landfills, this method also has the advantage of much lower greenhouse gas emissions.

From used tyres we go to **new batteries**. A recent study shows that electrodes in graphite from lithium-ion batteries of the type that supply electric vehicles with energy can be effectively replaced with carbon elements from used tyres. Making batteries can also be done by using... cigarette butts. A new study shows that the cellulose fibres in cigarette filters can be used to make the so-called “supercapacitors”, electricity storage devices that can replace certain types of battery. Although they are no sufficient reason to encourage a harmful habit, new technologies would lead to a reduction in the amount of waste and to producing new types of rechargeable batteries.

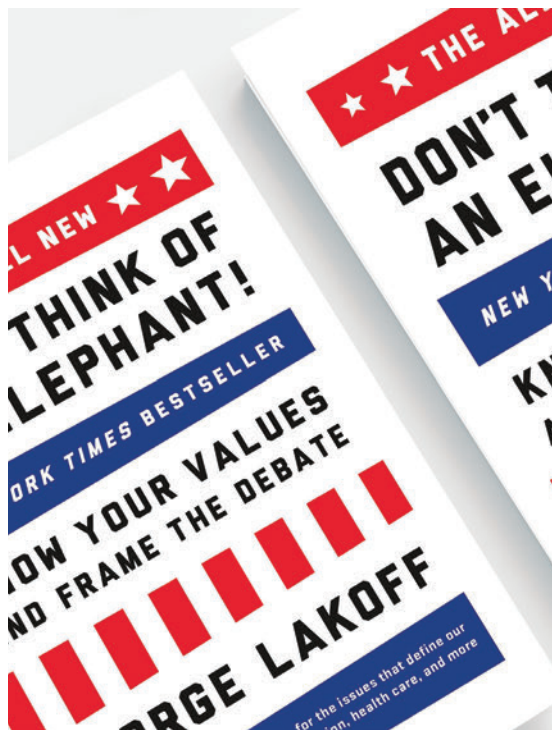


de/by Cătălina Coco

The Sixth Extinction: An Unnatural History - Elizabeth Kolbert

Câștigător al unui premiu Pulitzer, declarat Bestseller de către New York Times, volumul tratează un subiect pe cât de sensibil, pe atât de previzibil: cea de-a șasea extincție care va afecta toate organismele vii de pe Terra, și cea mai puternică din toate care au existat. Dacă dispariția dinozaurilor a fost cauzată de un asteroid, de data aceasta noi, oamenii, suntem principalii vinovați de ceea ce se va întâmpla în viitorul mai mult sau mai puțin îndepărtat. Cartea se bazează pe o serie de studii și interviuri realizate cu experți din diferite domenii și tratează cu precădere problema florei și faunei din anumite habitate precum Marea Barieră de Corali sau pădurile tropicale din Panama. Până la finalul secolului 21, Elizabeth estimează că procesul va duce la dispariția a până la 50% din toate speciile existente pe Pământ.

Winner of a Pulitzer Prize and a New York Times Bestseller, the volume covers a theme as sensitive as it is predictable: the sixth extinction that will have an impact on all the living beings on the Earth, also the most powerful of all times. If the dinosaurs' extinction was caused by an asteroid, this time we, humans, are the main ones to be blamed for what is going to happen in the more or less distant future. The book is based on a series of studies and interviews conducted with experts from different fields, and it particularly covers the issue of flora and fauna in certain habitats like the Great Barrier Reef or the tropical rainforests in Panama. Elizabeth estimates that by the end of the 21st century, the process will lead to the extinction of almost 50% of the current species on Earth.



Don't Think of an Elephant!: Know Your Values and Frame the Debate - George Lakoff

Expert în lingvistică și științe politice, Lakoff a devenit de-a lungul timpului unul dintre consilierii partidului Democrat din Statele Unite ale Americii, care a conturat discursul și mesajul politic al liderilor. Autorul explică modul în care Conservatorii gândesc și cum valorile tradiționale pe care aceștia le susțin pot fi reformulate de Progresiști în discursul lor. Plecând de la ideea că americanii votează ținând cont mai mult de valorile tradiționale, decât de programele politice sau chiar de propriile interese, Lakoff a sintetizat în volumul de față cele mai importante subiecte ale alegerilor din 2004, tratând totodată și perioada postelectorală.

A linguistics and political sciences expert, Lakoff has become in time one of the advisers of the Democratic Party of the United States of America, who has shaped the leaders' speech and political message. The author explains the way Conservatives think and how the traditional values they support can be reframed by progressives for their speech. Starting from the idea that Americans are more likely to vote taking into consideration traditional values rather than political programmes or even their own interests, Lakoff has summarised in this volume the most important topics of the 2004 election, discussing at the same time the post election period.



BUDUREASCA VINURI NOBILE ROMÂNEȘTI

**Vinuri disponibile în timpul acestui zbor.
Vă dorim degustare plăcută!**

În inima podgoriei Dealu Mare, într-o oază de liniște, se ridică însoritele coline ale viilor Budureasca - loc străvechi, cu rădăcini adânci în istoria și cultura vinului.

La Budureasca producem vinuri roșii, albe și rose, vinificate în stilul modern al lumii noi. De altfel, prin producerea vinului perpetuăm o îndeletnicire originară a acestor meleaguri, fapt care ne-a inspirat și în alegerea denumirii colecțiilor și vinurilor noastre: Origini, Budureasca Bristena, Oro Manisa, Daphix și Zenovius.

Calitatea vinurilor Budureasca este confirmată de portofoliul de peste 160 de medalii obținute pentru clasarea pe unul din primele trei locuri la prestigioase concursuri internaționale de profil.

Crama Budureasca, finalizată în anul 2013 în urma unei investiții de peste 6 milioane de euro, are o suprafață construită de 5200 mp, fiind cea mai nouă și mai mare cramă din Dealu Mare și una dintre cele mai moderne din România, cu o capacitate de producție și stocare de 3 mil. de litri de vin.

Așezată în mijlocul a 300 de hectare de vie, îngropată pe 3 dintre laturi pentru a se încadra perfect în peisaj și pentru a beneficia de un control termic ridicat, crama oferă ocazia unor privescări pitorești și a degustării vinurilor Budureasca la ele acasă.

Armonie între trup și minte

Mind-body balance

de/by Alina Barbu

Un organism mai tonic și eliberat de toxine, o minte mai pregătită să facă față stresului zilnic și relaxare profundă. Sunt doar câteva dintre beneficiile imediate pe care le poți primi dacă practici yoga.

Yoga reprezintă mai mult decât exerciții fizice în poziții complexe și mai mult decât tehnici de relaxare prin respirație și meditație. Yoga este de secole încoace o combinație perfectă de stimuli și mișcări pentru trup, minte și spirit, care îți pun în mișcare toate resorturile organismului. Iar partea cea mai frumoasă este că nu are nevoie de echipamente speciale sau pregătire prealabilă pentru a te bucura de ea. Un spațiu mic și o saltea potrivită sunt tot ce ai nevoie pentru a te destinde prin yoga.

A body that is more toned and clean of toxins, a mind that is more prepared to deal with daily stress and deep relaxation. These are just some of the immediate benefits you can get if you do yoga.

Yoga is much more than physical exercise in complex positions and relaxation techniques through meditation and breathing. For centuries, yoga has been the perfect combination of stimuli and exercise for body, mind and spirit, which truly energize your body. And the nicest part is that you don't need special equipment or prior training to enjoy it. A small space and the right mattress are all you need to relax doing yoga.



Câteva posturi de bază sunt ceea ce ai nevoie ca să începi să explorezi lumea miraculoasă a orelor de yoga. Efectele asupra corpului și stării de spirit se vor vedea în scurt timp, iar după o perioadă mai lungă te poți bucura de adevărate schimbări ale întregului regim de viață.

Libertatea spiritului

Cu toții căutăm soluții ca să ne eliberăm de stres. Pentru mulți exercițiile fizice în sala de fitness sau sporturile de contact fac minuni, dar în final s-ar putea să te trezești la fel de obosit și în stare de alertă. Yoga, pe de altă parte, implică o serie de tehnici de relaxare, care practicate cu regularitate pot aduce o stare de calm. Pe lângă antrenarea corpului, yoga îți antrenează și mintea și te ajută să te concentrezi mai bine. Exercițiile de respirație practicate în yoga, numite pranayama, sunt create și îmbunătățite de mii de ani pentru a calma agitația din programul încărcat de peste zi.

Mai flexibil și mai tonic

Cele mai multe din posturile pe care trebuie să le menții în timpul ședinței de yoga, posturi numite asane, pun în mișcare cu blândete toți mușchii și articulațiile din organism, ceea ce va face ca flexibilitatea să crească pe măsură ce avansezi

You need a few basic poses to start exploring the miraculous world of yoga classes. Its effects on your body and mood will be seen shortly, and after a longer period of time you can enjoy real changes of your whole lifestyle.

Freedom of spirit

We are all looking for solutions to get rid of stress. For many of us, physical exercise at the gym or contact sports do wonders, but in the end you may feel just as tired and alert. Yoga, on the other hand, involves a series of relaxation techniques, which may induce a state of calmness when practised regularly. Besides training the body, yoga also trains your mind and helps you focus better. The breathing exercises practised in yoga, called pranayama, have been created and improved for thousands of years to calm the frenzy of your full schedule.

More flexible and more toned

Most of the postures you need to maintain during a yoga class, postures that are called asanas, smoothly train all your muscles and joints, which makes you become more flexible as you advance and become increasingly certain of the motions made in harmony with breathing. Moreover, in yoga

INTRAREA SEVASTOPOL STREET NO 1,
BUCHAREST, DISTRICT 1



0725.41.65.86 / BOOKING@THAISPA.RO
WWW.THAISPA.RO

Our trained therapists from Thailand, Indonesia and the Philippines do personalized therapies to meet your individual needs of detoxification, de-stress, anti-ageing or weight & inch loss. We combine traditional Asian wellness practices with Indian therapies and the best of international treatments.

We cover a wide menu of services for: Body Care, Facial Care, Hair Care, Nail Care, Make-up.



Relax, you are in good hands!



și devii tot mai sigur de mișcările puse în concordanță cu respirația. În plus, în yoga îți vei folosi greutatea propriului corp pentru a-ți dezvolta și întări masa musculară. De aceea yoga îți va aduce aceleași rezultate ca ședințele prelungite la sală, în care ridici greutăți, faci fandări și flotări. Iar în timp, totul se va vedea pe corpul tău, care va fi mai tonifiat și mai antrenat.

Somn mai liniștit și un flux nou de energie

Puțini sunt cei care reușesc să doarmă între 7 și 9 ore pe noapte, atât cât ar fi recomandat pentru ca organismul să primească energie suficientă. Yoga poate fi o soluție nu numai pentru insomniaci, ci și pentru cei care nu reușesc să aibă un somn odihnitor, stresați de problemele zilnice. Yoga reușește să relaxeze sistemul nervos, care este responsabil de somnul liniștitor, și are asane speciale ce pot fi exersate chiar înainte de ora de culcare, tocmai pentru a induce o stare de liniște organismului. Nu numai pentru că somnul e mai liniștit și mai profund vei primi o doză în plus de energie. Yoga reglează și nivelul hormonului numit cortizol, responsabil cu starea de bine generală. Iar respirațiile controlate din timpul yoga sunt mai puternice și mai profunde, ceea ce va duce la o mai bună oxigenare a plămânilor și a sângelui, un alt element esențial pentru nivelul de energie pe care îl primește organismul.

Pornește în explorarea yoga cu optimism și vei observa cum postura, echilibrul, forța sunt mult îmbunătățite. Iar beneficiile continuă cu un metabolism accelerat, circulație a sângelui în parametri optimi, respirație mai ușoară, memorie mai bună și un sistem imunitar mai puternic.

you will use the weight of your own body to develop and strengthen your muscles. This is why yoga will give you the same benefits as long hours at the gym where you lift weights, do lunges and push-ups. And, in time, your body will show it all, becoming more toned and better trained.

Better sleep and new energy

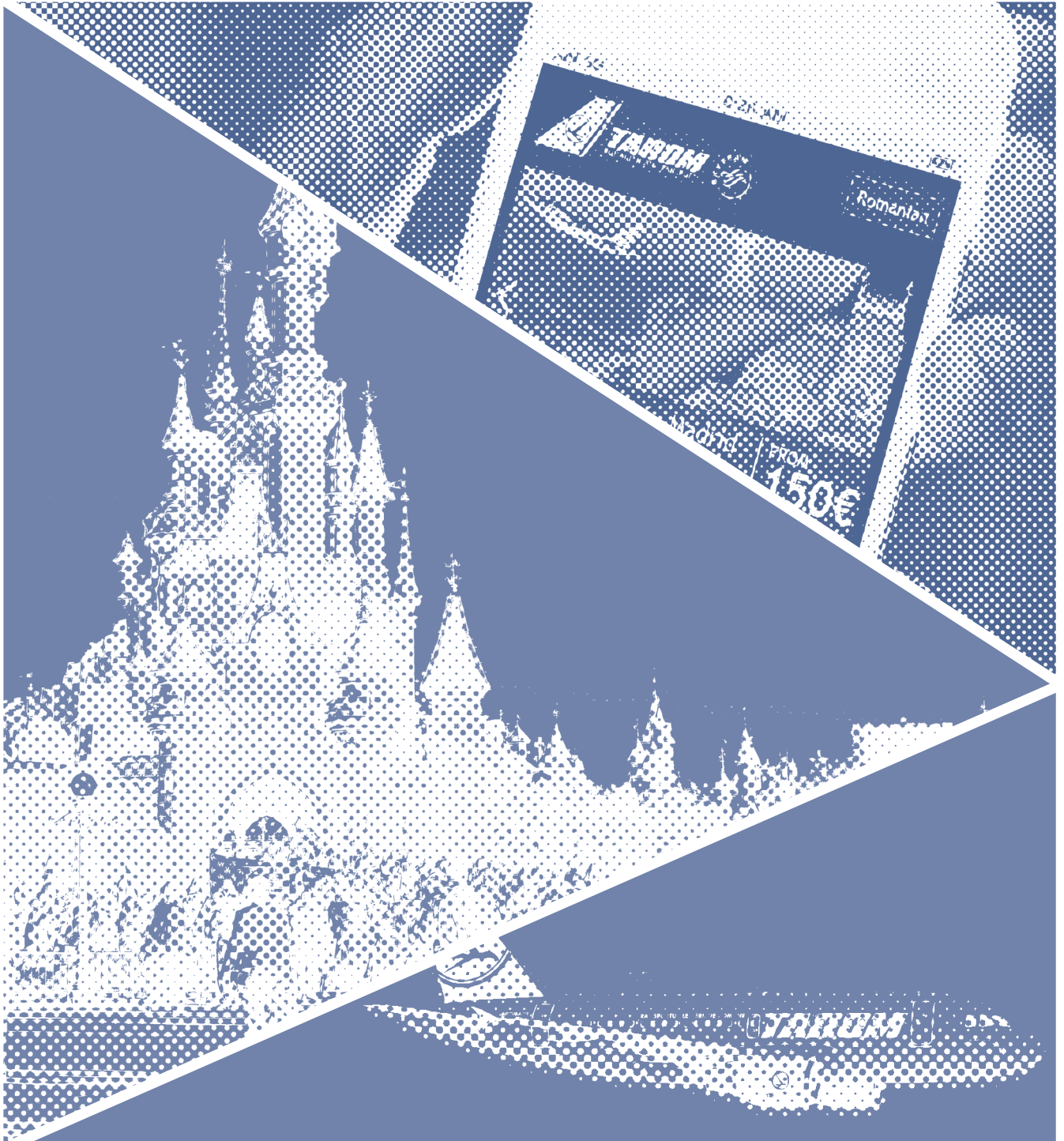
Few are those who manage to sleep between 7 and 9 hours a night, the recommended time to allow the body to receive enough energy. Yoga can be a solution not just for insomniacs, but also for those who cannot get restful sleep, due to stress caused by daily problems. Yoga helps relax the nervous system, which is responsible for restful sleep, and there are special asanas that can be practised right before bedtime, to induce a state of calmness in the body.

It is not just because your sleep will be more restful that you will get extra energy. Yoga also regulates the levels of the hormone called cortisol, responsible with general wellbeing. And the controlled breathing during yoga is stronger and deeper, which will oxygenate your lungs and blood better, which is another essential element for the level of energy that your body receives.

Start exploring yoga with optimism and you will see how your posture, balance and strength will be much improved. The benefits continue with accelerated metabolism, optimal blood circulation, easier breathing, better memory and a stronger immune system.



FOCUS



Rute Interne / Domestic Routes România / Romania

Plecări din București Departures from Bucharest

*Harta poate suferi modificări pe
perioada prezentată. /
*The map may be modified during
the current edition.



● Zboruri operate de Compania TAROM / Flights operated by TAROM

Rute din România / Routes from Romania

Europa / Europe

Plecări din Cluj-Napoca, Iași, Sibiu

Departures from Cluj-Napoca, Iași, Sibiu

PARTENERI / CODE-SHARE PARTNERS



Cod / Code: A3
Cooperare / Cooperation: Athens
Sediu / Home base: Greece



Cod / Code: SU
Cooperare / Cooperation: Moscow
Sediu / Home base: Russia



Cod / Code: UX
Cooperare / Cooperation: Madrid, Barcelona, Bilbao, Palma de Maiorca, Valencia, Vigo, Menorca, Tenerife, Gran Canaria
Sediu / Home base: Baleares, Spain



Cod / Code: AF
Cooperare / Cooperation: Paris, Lyon, Marsele, Nice, Pau, Bordeaux, Detroit, New York, Washington
Sediu / Home base: France



Cod / Code: JU
Cooperare / Cooperation: Belgrade
Sediu / Home base: Serbia



Cod / Code: BT
Cooperare / Cooperation: Riga via Vienna/Brussels
Sediu / Home base: Latvia



Cod / Code: AZ
Cooperare / Cooperation: Rome, Bari, Bologna, Catania, Florence, Genova/Naples, Pisa, Trieste, Turin, Venice, Verona
Sediu / Home base: Italy



Cod / Code: OS
Cooperare / Cooperation: Vienna
Sediu / Home base: Austria



Cod / Code: SN
Cooperare / Cooperation: Brussels
Sediu / Home base: Belgium



Cod / Code: FB
Cooperare / Cooperation: Sofia
Sediu / Home base: Bulgaria



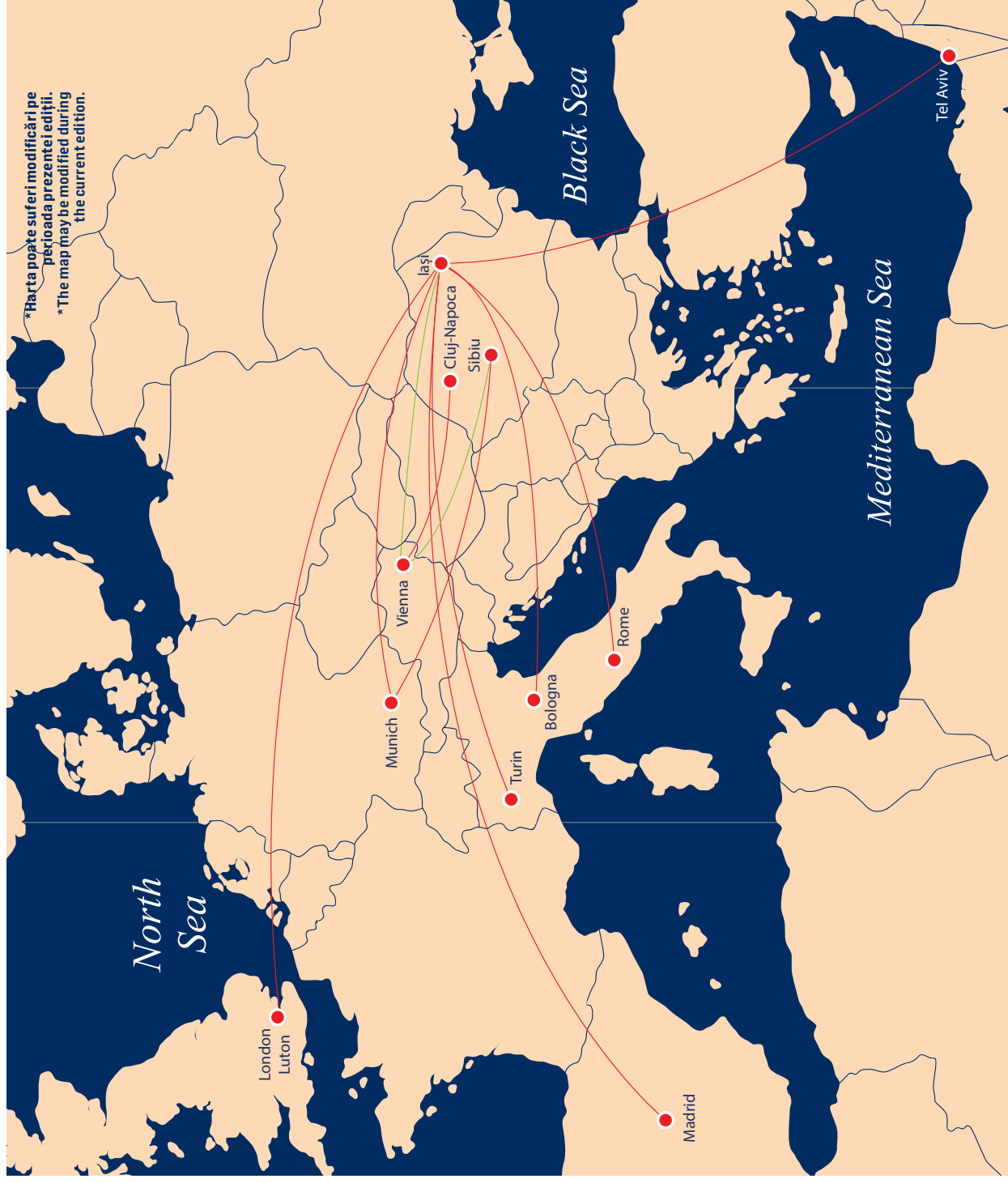
Cod / Code: OK
Cooperare / Cooperation: Prague,
Sediu / Home base: Czech Republic



Cod / Code: KL
Cooperare / Cooperation: Amsterdam
Sediu / Home base: Netherlands



Cod / Code: ME
Cooperare / Cooperation: Beirut
Sediu / Home base: Lebanon



*Harta poate suferi modificări pe
peșoada prezentei ediții.
*The map may be modified during
the current edition.

Zboruri operate de Compania TAROM / Flights operated by TAROM

Zboruri Code-Share operate de parteneri / Code-Share flights operated by partners

Zborurile în regim Code-Share sunt operate de compania TAROM și/sau de compania parteneră. / The Code-Share flights are operated by TAROM and/or the airline partner.

Rute Intercontinentale / Intercontinental Routes

Oriental Mijlociu, America de Nord / Middle East, North America

Plecări din București, Iași

Departures from Bucharest, Iași



Harta poate suferi modificări pe perioada prezentei ediții.
The map may be modified during the current edition.

● Zboruri operate de Compania TAROM / Flights operated by TAROM

● Zboruri Code-Share operate de parteneri / Code-Share flights operated by partners

Flota

Pe cursele interne și externe, TAROM operează cu cinci tipuri de avioane, având în dotare 21 de aeronave.

The fleet

TAROM operates five types of aircraft on its domestic and international flights. The fleet includes 21 airplanes.



[4] AIRBUS A 318-111

Capacitate/Capacity: 148+99Y, 268 + 81Y
Viteză de croazieră/Cruising speed: 850 km/h
Anvergura/Wingspan: 34,1 m

Lungime/Lenght: 31,452 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 61,5 t
Distanța maximă de zbor/Range: 2.780 km



[4] BOEING 737-700

Capacitate/Capacity: 148 + 102Y
Viteză de croazieră/Cruising speed: 870 km/h
Anvergura/Wingspan: 34,3 m
Lungime/Lenght: 33,6 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 68 t/65,7 t
Distanța maximă de zbor/Range: 4.900 km/4.100 km



[4] BOEING 737-300

Capacitate/Capacity: 134Y (88+126Y)
Viteză de croazieră/Cruising speed: 800 km/h
Anvergura/Wingspan: 28,9 m
Lungime/Lenght: 33,4 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 56,5 t/60,1 t
Distanța maximă de zbor/Range: 2.780 km/3.400 km



[2] ATR 72-500

Capacitate/Capacity: 68BY
Viteză de croazieră/Cruising speed: 520 km/h
Anvergura/Wingspan: 27,05 m
Lungime/Lenght: 27,166 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 22,8 t
Distanța maximă de zbor/Range: 950 km



[7] ATR 42-500

Capacitate/Capacity: 48BY
Viteză de croazieră/Cruising speed: 550 km/h
Anvergura/Wingspan: 24,56 m
Lungime/Lenght: 22,68 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 18,6 t
Distanța maximă de zbor/Range: 1.200 km



Informații utile pentru îmbarcare

Check-in advice



Recomandări la îmbarcare

Pe Aeroportul Henri Coandă București trebuie să vă prezentați pentru efectuarea formalităților de check-in, în timp util, dar nu mai târziu de 45 de minute înainte de ora prevăzută pentru decolare. Pentru zborurile code-share operate de companiile partener, precum și pentru zborurile TAROM operate din străinătate, ora de închidere a formalităților poate să varieze în funcție de reglementările locale. Astfel, TAROM recomandă pasagerilor să se informeze în momentul achiziționării biletului de călătorie în legătură cu timpul-limită de prezentare la check-in. Nicio decolare nu poate fi amânată din cauza întârzierii pasagerilor. Se anulează rezervarea locurilor pasagerilor care nu se prezintă la aeroport la ora indicată, transportatorul având posibilitatea de a dispune de aceste locuri. Pasagerii care doresc servicii speciale (mâncăruri speciale la bord, asistență medicală pe durata călătoriei sau asistență pentru deplasarea la sol etc.) sunt rugați să solicite acest lucru încă din momentul rezervării.

Check-in advice

Check-in for all flights departing from Henri Coanda International Airport will close 45 minutes prior to departure. For code-share flights operated by partner airlines and flights originating from overseas, check-in closing times may vary according to local regulations. We recommend that passengers check all flight details when purchasing their tickets. Late arrival at check-in may result in the cancellation of the passenger's reservation and TAROM reserves the right to reallocate the seat(s). Special services (such as special meals, medical assistance during the flight and wheelchair assistance) should be arranged during the flight reservation process.

Meniu

Meniurile TAROM sunt preparate luând în calcul atât destinația către care se îndreaptă pasagerii - mâncarea fiind adaptată la cultura și obiceiurile culinare ale celor care călătoresc, cât și timpul petrecut la bord. Toate meniurile oferite la bord în clasele economic și business - sandwich, meniu rece, meniu cald - sunt livrate cu flyere individuale care conțin informații referitoare la componența meniului, gramaj și alergeni; informațiile sunt furnizate în limbile română și engleză.

Menu

TAROM menus are prepared taking into account both the passengers destination - food is adapted to the culture and eating habits of the travellers - and time spent on board. All onboard menus for economy and business class - sandwich, cold/hot meals - are delivered with accompanying flyers containing information regarding the menu's composition, quantities and allergens; information is provided in Romanian and English.

Tarife speciale

Copiii sub 2 ani care nu ocupă un loc individual și au însoțitor beneficiază, în general, de o reducere de 90%. Copiii între 2 și 12 ani, precum și copiii sub 2 ani care ocupă locuri individuale și care sunt însoțiți de un adult pot beneficia de reduceri în funcție de prevederile tarifelor aplicabile. Dacă mai mulți copii sub 2 ani au un singur însoțitor adult, numai un singur copil beneficiază de reducerea de 90%, ceilalți copii beneficiind de reducerea percepută pentru copiii între 2 și 12 ani, chiar dacă nu ocupă locuri individuale. De tarife reduse mai beneficiază și grupurile turistice sau de tineret.

Special fares

Children under the age of 2, who do not occupy a separate seat, may be eligible for a 90% reduction of the full fare ticket price. Children aged 2 to 12 and children under 2 occupying a separate seat and accompanied by an adult may receive a fare reduction in accordance with the provisions of respective full fares. If one adult accompanies several children under the age of 2, only one child will receive the special fare; the others may benefit from a separate offer for children aged 2-12, even if they do not occupy a separate seat. Tourist and youth groups may also be eligible for reduced fares.

Noutăți în sezonul de iarnă 2016

Winter Season News 2016

30 octombrie 2016 - 25 martie 2017
October 30, 2016 - March 25, 2017

Zboruri din București /

Flights from Bucharest

Barcelona	6 zboruri pe săptămână / 6 flights per week
Beirut	2 zboruri pe săptămână / 2 flights per week
Belgrade	7 zboruri pe săptămână / 7 flights per week
Budapest	16 zboruri pe săptămână / 16 flights per week
Chișinău	23 zboruri pe săptămână / 23 flights per week
Cluj-Napoca	36 zboruri pe săptămână / 36 flights per week
Hamburg	4 zboruri pe săptămână / 4 flights per week
Iași	32 zboruri pe săptămână / 32 flights per week
Larnaca	4 zboruri pe săptămână / 4 flights per week
Madrid	7 zboruri pe săptămână / 7 flights per week
Prague	4 zboruri pe săptămână / 4 flights per week
Salonic	4 zboruri pe săptămână / 4 flights per week
Stockholm	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week
Sofia	13 zboruri pe săptămână / 13 flights per week
Tel Aviv	9 zboruri pe săptămână / 9 flights per week
Timișoara	32 zboruri pe săptămână / 32 flights per week

Zboruri din Iași /

Flights from Iași

Madrid	2 zboruri pe săptămână / 2 flights per week
---------------	---



Bagaje

Bagaj de cală. Compania TAROM aplică următoarea politică de bagaje:

- Pentru pasagerii clasei Economic – se transportă gratuit o piesă de maximum 23 kg (dimensiuni maxime: L x l x h=158 cm).
- Pentru pasagerii clasei Business – se transportă gratuit maximum 3 piese (dimensiunea maximă per piesa L x l x h = 158 cm) cu maximum 23 de kg fiecare.
- Pentru infanți (copii cu vârsta între 0-2 ani) – se transportă gratuit o piesă de maximum 10 kg (dimensiuni maxime L x l x h = 115 cm) și un cărucior pliabil.
- Membrilor SkyTeam Elite și Elite Plus, le este permisă o piesă de bagaj suplimentară standardului corespunzător clasei de călătorie.

Bagaj de cabină. Orice bagaj pe care îl luați cu dumneavoastră în cabina de pasageri reprezintă bagajul de cabină.

- În cazul în care călătoriți la bordul unei aeronave de tip Boeing și Airbus bagajul transportat în cabină nu trebuie să depășească următoarele dimensiuni: 55 x 40 x 20 cm (L x l x h).
- În cazul în care călătoriți la bordul unei aeronave de tip ATR 42 / ATR 72, bagajul transportat în cabină nu trebuie să depășească dimensiunile de: 35 x 30 x 20 cm (L x l x h).
- De asemenea, puteți avea ca bagaj de cabină și: o geantă, o servietă, o geantă cameră foto / video, un laptop, un obiect de dimensiuni mai reduse sau similare cu cel de: 55 x 40 x 20 cm, respectiv 35 x 30 x 20 cm pentru ATR 42 / ATR 72.

Greutatea totală a bagajului de cabină nu trebuie să depășească 10 kg.

Baggage

Checked baggage. TAROM applies the following baggage policy:

- For the Economy class passengers – a piece of maximum 23 kilos is transported free of charge (maximum dimensions: length x width x height =158 cm);
- For Business class passengers – 3 pieces of maximum 23 kilos each are transported free of charge (maximum dimensions: L x w x h =158 cm).
- For infants (children aged between 0-2 years) – free transport of a piece of baggage of maximum 10 kilos (maximum dimensions: L x w x h = 115 cm) and one collapsible baby carriage;
- SkyTeam Elite and Elite Plus members are allowed to transport an extra piece of baggage according to the class they travel in.

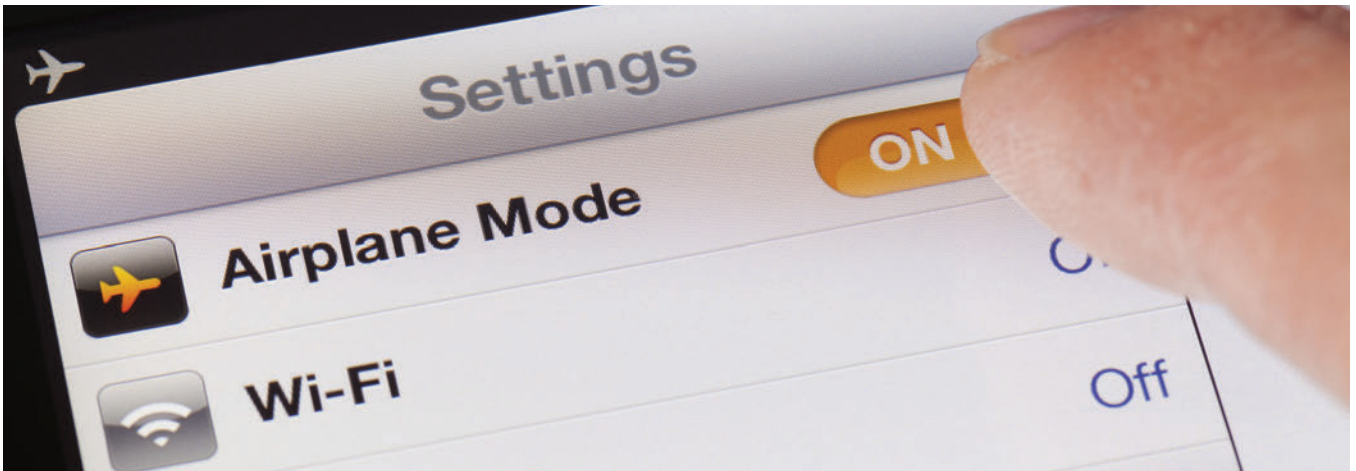
Hand baggage. Any piece of baggage you wish to bring with you in the cabin is considered hand baggage.

- In case you are travelling aboard a Boeing or Airbus aircraft, the hand baggage should not exceed the following dimensions: 55 x 40 x 20 cm (length x width x height),
- In case you are travelling aboard an ATR 42 / ATR 72 aircraft, the hand baggage should not exceed the following dimensions 35 x 30 x 20 cm (length x width x height),
- Also you can bring the following items as hand baggage: a handbag, a briefcase, a camera and its bag, a laptop, or another object of similar or smaller dimensions than: 55 x 40 x 20 cm, respectively 35 x 30 x 20 cm for ATR 42 / ATR 72.

The total weight of the hand baggage should not exceed 10 kilos.

Dispozitive electronice la bord

Electronic Devices on Board



La bord este interzisă aparatura care poate interfera cu echipamentele avionului. Aparatele electrice de ras și radiourile pot fi folosite doar cu aprobare. Telefoanele mobile și tabletele pot fi folosite în timpul zborului doar pe **modul avion**. Dacă aparatele dumneavoastră nu au această facilitate, vă rugăm să le închideți pe toată durata zborului. Aparatele electronice de mari dimensiuni precum laptop-uri sau DVD playere nu pot fi utilizate în timpul decolării sau aterizării. Ele vor fi închise și depozitate în compartimentele de deasupra scaunelor.

The use of electronic equipment, which may interfere with aircraft equipment, is forbidden. Electric shavers, radios, may only be used with the crew's approval. Mobile phones must be turned off. Mobile phone and tablets can be used during the flight only on **airplane mode**. If your devices don't have this feature, please make sure they remain shut down during the entire flight. Larger appliances such as laptops or DVDs cannot be used during take-off or landing. They must remain shut down and deposited in the overhead compartments.

Animale de companie

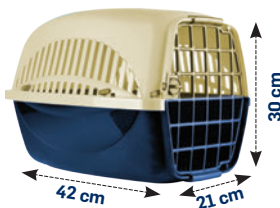
În cabina

TAROM acceptă la transport în cabina de pasageri numai câini și pisici (maximum 5 kg, inclusiv greutatea cutiei și maxim o cușcă per pasager). Acestea pot fi transportate în cușcă standard IATA (dimensiuni maxime admise: 42 x 30 x 21 cm) sau în cușcă de tip „soft bag” (cușcă din material textil, impermeabil, în conformitate cu reglementările internaționale).

Cainii utilitari, care aparțin pasagerilor cu dizabilități, sunt permisi în cabina de pasageri și beneficiază de un regim special.

Pentru transportul la bordul aeronavei (cabina sau cala), animalele de companie trebuie să îndeplinească următoarele condiții:

- Să fie anunțate încă din momentul în care pasagerul își rezervă biletul de călătorie.
- Să fie sănătoase, curate și să nu fie gestante.
- Să respecte condițiile de acces în teritoriul de destinație/transit, după caz.
- Să nu provoace disconfortul celorlalți pasageri.
- Transportul animalelor de companie nu este permis în cala aeronavelor Airbus A318.



Pets

Carried in the passenger cabin

TAROM accepts transport of pets in the passenger cabin only for dogs and cats (of maximum 5 kilos, weight that includes the cage and only one cage per passenger is allowed). The pets allowed in the passenger cabin should only be transported according to IATA regulations (maximum dimensions: 42 x 30 x 21 cm) or in “soft bag” type of cage (made of textile, moisture-resistant material in compliance with international regulations).

Utilitarian dogs that belong to passengers having a disability are allowed in the cabin according and benefit from special conditions. For the transport on board of an aircraft (either passenger or baggage cabin) the pets should comply with the following conditions:

- The passenger should announce its intention to bring a pet from the moment he makes the reservation.
- The pets should be healthy, clean and should not be pregnant.
- The pets should comply with the pets access conditions of the country of destination and/or transit.
- The pet should not disturb the passengers in any way.
- The transport of pets is not allowed in the cargo container of Airbus A318 aircraft.

Călătorii TAROM rezervate și de pe mobil

TAROM trips reserved on your mobile

Un drum către agenția de bilete pentru rezervarea biletelor de avion? Mai bine păstrează-ți timpul pentru lucruri mai distractive: astăzi călătoria ta este la câteva click-uri de smartphone distanță. Și asta pentru că TAROM pregătește noi surprize pentru pasagerii săi.

A trip to the booking office to make a reservation for your airplane tickets? You should save your time for more amusing things: today, your trip is just a few smartphone clicks away. And that's because TAROM is preparing new surprises for its passengers.

Data viitoare când călătorești cu TAROM îți poți rezerva biletele și de pe smartphone-ul tău dotat cu sisteme de operare iOS, Android sau Windows Phone. În cazul accesării de pe telefonul mobil a adresei www.tarom.ro, site-ul detectează automat tipul de terminal mobil folosit și te redirecționează către versiunea pentru telefoane mobile.

Pentru rezervare, poți folosi un smartphone cu sistem de operare iOS, Android sau Windows Phone, echipat cu un browser. Întrucât accesarea motorului de rezervări pentru telefoane mobile se face utilizând un browser standard de internet, nu mai este nevoie să instalezi o aplicație dedicată pe smartphone. Deoarece interfața versiunii pentru mobile a fost optimizată la maximum pentru o cantitate rezonabilă de date esențiale transmise în cursul procesului de rezervare online, poți rezerva de pe mobil și în cazul în care dispui de o conectivitate slabă, respectiv viteză redusă de acces în internet.

Plata călătoriei se face online, folosind o soluție profesională dedicată, ce garantează securitatea datelor trimise prin rețeaua mobilă de date. La sfârșitul procesului de rezervare, vei primi pe adresa de e-mail indicată în cursul rezervării atât confirmarea călătoriei, cât și biletul electronic emis online în urma confirmării plății. De asemenea, împreună cu biletul de avion, poți cumpăra online și o asigurare de călătorie pentru ruta rezervată online.

Mobile check-in

TAROM oferă noul său serviciu, Mobile Check-in, un produs care vine cu beneficiile unei călătorii rapide atât la check-in, cât și la îmbarcarea în avion fără a fi necesară utilizarea cărții de îmbarcare de hârtie. Mobile Check-in este disponibil pe toate telefoanele mobile cu acces la internet și nu necesită descărcări suplimentare de aplicații. Mobile Check-in este disponibil pentru zborurile TAROM cu 30 de ore și până la 60 de minute înainte de ora de decolare.

Next time you'll travel with TAROM you'll be able to make a reservation for your tickets on your smartphone that has iOS, Android or Windows Phone operational systems. If you go online www.tarom.ro on your phone, the website automatically detects the type of mobile terminal that has been used and redirects you to the mobile phone version.

To make a reservation, you can use a smartphone with an iOS, Android or Windows Phone operational system that also has a browser. Since accessing the reservation engine for mobile phones is made by using a standard Internet browser, installing a dedicated smartphone app is no longer necessary. Because the interface of the mobile version has been optimized to the maximum degree for a reasonable amount of essential data that were transmitted during the online reservation process, you can also make a mobile reservation if you have low connectivity, reduced Internet access speed.

Paying for the trip is also made online by using a dedicated professional solution that guarantees the security of the data that were transmitted through the mobile data network. After having finished the reservation process, on the e-mail address indicated during the reservation, you will receive the trip's confirmation and the electronic ticket emitted online after the payment confirmation. Furthermore, together with your airplane ticket you will be able to purchase online a voyage insurance for the route that you have reserved online.

Mobile check-in

TAROM offers its new Mobile Check-In service - a product that comes with more benefits for a quick check-in and boarding the aircraft not needing to hold a paper boarding pass. Mobile Check-In is accessible on all mobile phones with internet access and requires no additional application downloads. Mobile Check-In is available for TAROM operated flights from 30 hours up to 60 minutes before departure .



Mobile Check-in vă permite să:

- Vă înregistrați;
- Selectați locuri folosind o hartă a locurilor;
- Trimite-ți cartea de îmbarcare pe telefonul mobil și / sau adresa de e-mail*.

* Pentru a afișa sau a colecta cartea de îmbarcare (în cazul în care nu o primiți pe telefonul mobil sau e-mail), alegeți una dintre următoarele modalități:

- Faceți click pe link-ul conținut în mesajul text primit pe telefonul mobil sau adresa de e-mail;
- Prezentați-vă la ghișeul „Drop Off” din aeroport.

Mobile Check-In allows you to:

- Check-in;
- Select seats using a seat map;
- Send your boarding pass to your mobile phone and / or email address*.

* To display or collect (in case you do not receive it on the mobile phone or email) your boarding pass, choose from any one of the following ways:

- Click on the link contained in the text message received on your mobile phone or email address.
- Go to the Baggage Drop Off desk at the airport.



Aeroporturi disponibile pentru Mobile Check-in

Alicante / Atena / Baia Mare / Barcelona / Beirut / Belgrad / Bologna / București / Budapesta / Chișinău / Cluj-Napoca / Frankfurt / Hamburg / Iași / Istanbul / Larnaca / Londra-Heathrow / Londra-Luton / Madrid / München / Oradea / Praga / Roma / Salonic / Satu Mare / Sibiu / Sofia / Stockholm / Suceava / Tel Aviv / Timișoara / Torino / Valencia / Viena

Pentru plecările din Beirut, Belgrad, Sofia, Tel Aviv și toate aeroporturile din țară (excepție - București), puteți utiliza serviciul de mobile check-in, dar cartea de îmbarcare va fi ridicată de la ghișeul de check-in conform procedurilor autorităților de frontieră locale.

Note:

Asigurați-vă că telefonul mobil are funcționalitatea de acces de date și acces la internet și că furnizorul de servicii de telefonie mobilă nu blochează descărcarea de imagini pe telefon. Abonamentul de telefonie mobilă include servicii de acces de date.

Pentru a efectua mobile check-in:

↳ Vizitați site-ul nostru folosind un telefon mobil și veți fi

Airports available for Mobile Check-in

Alicante / Athens / Baia Mare / Barcelona / Belgrade / Beirut / Bologna / Bucharest / Budapest / Chișinău / Cluj-Napoca / Frankfurt / Hamburg / Iași / Istanbul / Larnaca / London-Heathrow / Londra-Luton / Madrid / Munich / Oradea / Prague / Rome / Satu Mare / Sibiu / Sofia / Stockholm / Suceava / Tel Aviv / Timișoara / Torino / Thessaloniki / Valencia / Vienna

For departures out of Beirut, Belgrade, Sofia, Tel Aviv and all domestic airports (except Bucharest) you can check-in yourself using your mobile phone, still you need to pick up the boardingpass from the check-in counter due to immigrations authorities regulations.

Notes:

Make sure that your mobile phone is equipped with data access functionality and a web browser, and that your mobile service provider does not block image downloads to your mobile phone. Your mobile service plan includes data access service.

In order to perform your mobile check-in:

↳ Simply visit our site using a mobile phone and you will



Asigură-te că te-ai... ASIGURAT!



Asigurările pot fi achiziționate de pe site-ul TAROM, concomitent cu achiziționarea biletului de avion online, dar și din orice agenție TAROM din țară. Ca să câștigați timp la efectuarea rezervării, vă sugerăm să alegeți încă de acum pachetul de care aveți nevoie și să verificați acoperirea asigurării dumneavoastră. În funcție de zborul selectat online, vi se oferă automat unul din cele 2 pachete de asigurări:

Domestic Flights Cover pentru zboruri interne în România, ce acoperă următoarele riscuri:

- anularea, întreruperea sau abandonul călătoriei
- pierderea, furtul sau deteriorarea bagajelor
- întârzierea bagajelor
- plecare ratată
- conexiune ratată
- întârzierea călătoriei

Air Travel Protection Plus este disponibil pentru zborurile externe cu plecare din România către orice destinație TAROM și acoperă următoarele riscuri:

- cheltuieli medicale de urgență
- repatrierea în caz de îmbolnăvire sau accident
- repatrierea în caz de deces
- deces în urma unui accident
- invaliditate în urma unui accident
- cheltuieli juridice
- + Domestic Flights Cover

asiguraridecalatorie@tarom.ro



redirecționat automat către versiunea de mobil a website-ului TAROM, unde veți găsi funcționalitatea de mobile check-in, sau tastați direct m.tarom.ro pe browser-ul telefonului mobil;

- Selectați opțiunea «mobile check-in» și apoi «start check-in»;
- Introduceți numărul cardului de călător frecvent sau biletul electronic (13 cifre) și numele, numărul zborului, data de plecare, aeroportul de plecare;
- Dați click pe numărul de zbor / rută, apoi selectați locul, introduceți numărul de telefon mobil și adresa de e-mail, verificați dacă respectați instrucțiunile referitoare la transportul bunurilor periculoase în bagaje și apoi click pe «confirmă»;
- Actualizați informațiile dumneavoastră de pașaport, dacă vă sunt cerute, și confirmați că datele sunt corect introduse ca în pașaport;
- Cartea de îmbarcare este afișată pe ecran și, de asemenea, este trimisă pe telefonul mobil și / sau adresa de e-mail.

Toți pasagerii care dețin bilete electronice pot folosi mobile check-in, cu excepția următorilor:

- Pasagerii care necesită asistență medicală;
- Minorii neînsoțiți;
- Pasagerii care călătoresc împreună cu copiii sub vârsta de doi ani;
- Pasagerii care călătoresc pe o targă;
- Pasagerii care necesită scaun cu rotile;
- Deportații;

be automatically redirected to the mobile version of the TAROM website or type directly m.tarom.ro on your mobile browser;

- Select the “mobile Check-In” option and then “start check-in”;
- Retrieve your frequent flyer card number or your electronic ticket (13 digits) and name, flight number, departure date, departure airport;
- Click on the flight number, route then select your seat; enter your mobile phone number and email address; check that you comply with the dangerous goods requirement for baggage and click confirm;
- Update your passport information, if required, click that the data are correctly introduced as in the passport and confirm;
- Your boarding pass is displayed on the screen and also the mobile boarding pass is sent to your mobile phone and / or email address.

All passengers holding e-Tickets can use mobile check-in, except:

- Passengers requiring Medical Assistance;
- Unaccompanied Minors;
- Passengers travelling with infants;
- Passengers travelling on a stretcher;
- Passengers requiring wheelchair;
- Deportees;



Make sure you travel... INSURED!



The insurance policies may be purchased on-line on TAROM website together with a plane ticket, and also from any TAROM domestic office. To gain time when making a reservation, we suggest to choose right now the package you need and to check the coverage of your insurance. Depending on the flight selected on-line, you are automatically offered one of the following insurance packages:

Domestic Flights Cover for TAROM domestic flights which cover the following risks:

- a. cancellation, interruption or abandon of travel
- b. loss, theft or deterioration of baggage
- c. baggage delay
- d. missed departure
- e. missed connection
- f. travel delay

Air Travel Protection Plus is available on all TAROM international flights leaving Romania and covers the following risks:

- a. emergency medical expenses
- b. repatriation in case of disease or accident
- c. repatriation in case of death
- d. accident-related death
- e. accident-related invalidity
- f. legal expenses
- g. + Domestic Flights Cover

asiguraridecalatorie@tarom.ro

Rezervări online

Online Bookings

www.tarom.ro

Motorul de rezervări prin internet pus la dispoziție de compania TAROM la adresa www.tarom.ro este o alternativă sigură, comodă și eficientă la rezervarea clasică prin agenție; serviciile sunt disponibile online 24 de ore pe zi și accesibile de la orice calculator conectat la rețeaua World Wide Web. Formularul de rezervare rapidă aflat pe prima pagină a site-ului vă ghidează în alegerea datelor călătoriei, iar restul procesului de rezervare a fost simplificat, astfel încât să dedicați un minimum de timp pentru finalizarea rezervării. Chiar dacă plătiți online cu un card de debit sau de credit ori efectuați plata la orice agenție TAROM, toate biletele emise sunt electronice. În cazul în care plătiți online, biletul și itinerariul călătoriei se emit automat și imediat. Acestea vor fi trimise la adresa de e-mail indicată la momentul rezervării online.

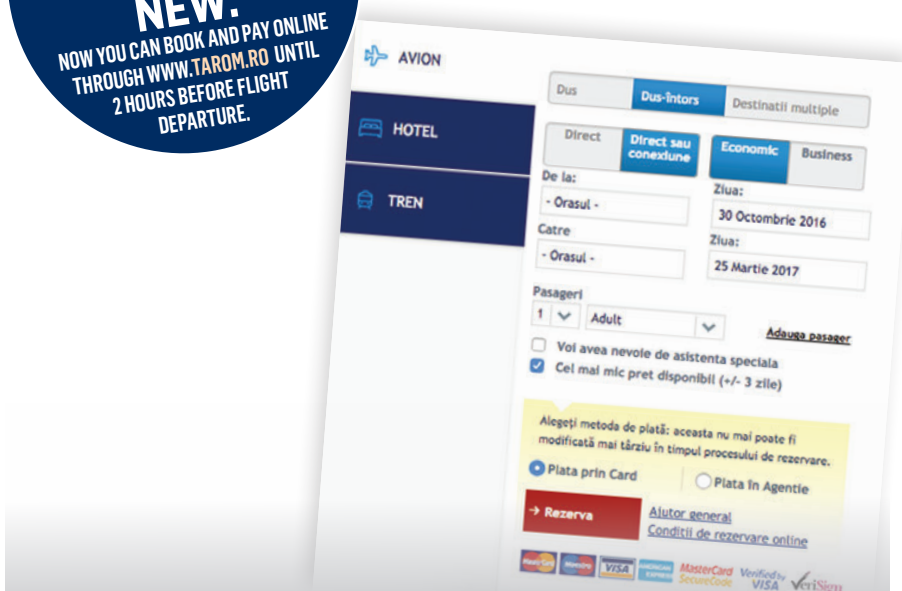
Costul total al biletului va fi debitat automat din contul cardului de credit/debit în procesul de rezervare online. Autorizarea plății se face printr-un procesator extern ce colectează sumele în numele companiei TAROM. Pentru protecția datelor dumneavoastră, comunicația cu acest procesator se face criptat, utilizând un certificat SSL pe 256 de biți, astfel încât confidențialitatea informațiilor furnizate să fie garantată.

Important: În cazul în care ați ales să plătiți contravaloarea biletului la agenție sau prin alte mijloace de plată alternative puse la dispoziție de agențiile TAROM, biletul electronic se va emite numai după confirmarea plății. Dacă doriți să efectuați plata după momentul încheierii rezervării, vă rugăm să vă adresați celei mai apropiate agenții TAROM. Lista completă a agențiilor TAROM o găsiți la www.tarom.ro/contact.

Pentru mai multe informații, vă rugăm să consultați secțiunea „Asistență online” de pe website-ul TAROM.

NOU:
ACUM PUTEȚI SĂ REZERVAȚI ȘI SĂ
PLĂȚIȚI ONLINE PRIN SITE-UL
WWW.TAROM.RO CU PÂNĂ LA 2 ORE
ÎNAINTE DE ORA DE DECOLARE

NEW:
NOW YOU CAN BOOK AND PAY ONLINE
THROUGH WWW.TAROM.RO UNTIL
2 HOURS BEFORE FLIGHT
DEPARTURE.



The online booking system available at www.tarom.ro is a secure, convenient and efficient alternative to making a reservation made through a TAROM agency or an authorised agent; TAROM's online facilities are available and accessible 24 hours a day, 7 days a week from any computer, tablet or phone with an internet connection. The quick booking form on our homepage will guide you through the booking process which has been simplified, to help you make your reservation as quickly as possible.

Whether you pay by debit/credit card or cash, all TAROM tickets are now electronic. If you book and pay online, your ticket and itinerary will be issued immediately. Confirmation details will be sent to the e-mail address specified at the time of the booking. The ticket price will be automatically debited from the credit/debit

card specified during the online booking process. Payment authorisation is facilitated through an external provider, acting on behalf of TAROM. To ensure our passengers' security, all communication through the third-party processor is encrypted by using a 256 bit SSL certificate.

Important: in case you choose to pay the counter value of the ticket at an agency or by alternative methods of payment provided by any of our agencies, the electronic ticket will be issued only after payment confirmation. If you wish to pay after the moment of booking completion, please contact the nearest TAROM agency. The complete list of our agencies can be found at: www.tarom.ro/en/contact.

For more information please click the "Online Assistance" button on the TAROM website.

CONTACT:
www.tarom.ro
e-mail: technical.assistance@tarom.ro
pentru plăți online/online payments:
contact@tarom.ro

Helpline: (+4021) 9361
Tel.: (+4021) 303 44 44 /
(+4021) 303 44 00 / (+4021) 204 64 64

Check-in online

Online check-in

CONTACT:
www.tarom.ro
onlinecheckin@tarom.ro



Compania TAROM a pus la dispoziția pasagerilor săi un motor care asigură înregistrarea (check-in-ul) rapid, comod, sigur și eficient. Prin adresa **www.tarom.ro**, acest serviciu este disponibil 24 de ore pe zi de la orice calculator conectat la internet, fiind accesibil prin formularul de înregistrare rapidă aflat pe prima pagină a site-ului TAROM, prezentat în imaginea de mai sus. Călătorind singuri sau cu familia ori cu grupul de prieteni, pasagerii care utilizează acest mijloc modern de înregistrare au avantajul că își **pot alege locurile pe care vor călători**.

Înregistrarea online poate fi utilizată de orice persoană care se află în posesia unui bilet electronic valabil pe unul din zborurile operate de Compania TAROM (codul RO - ex. zborul RO261) sau în colaborare cu partenerii săi AIR FRANCE (AF), KLM (KL), AirEuropa (UX) - zboruri care au codul de companie RO (ex. zborul RO9385).

La fel ca și în cazul rezervărilor online, confidențialitatea datelor personale ale pasagerilor care se înregistrează pe internet este asigurată de criptarea SSL pe 256 biți a acestor date.

Acest serviciu este **disponibil în intervalul de timp cuprins între 30 de ore înainte de ora de decolare și o oră înainte de ora standard de decolare**. Pasagerii care se înregistrează online (de acasă, de la birou) au avantajul că se pot prezenta direct la poarta de îmbarcare din aeroport - dacă au doar bagaje de cabină. Dacă au bagaje de predat la cală, atunci se vor prezenta la ghișeul „**Drop-off Baggage**”, evitând astfel cozile de la ghișeele de check-in.

Pasagerii care întâmpină dificultăți în încercarea de a se înregistra online la un zbor primesc asistență în timp util de la un serviciu specializat.

Compania TAROM își încurajează pasagerii să folosească acest mijloc simplu, rapid, modern și sigur de înregistrare web.

The online check-in system available at **www.tarom.ro** is a convenient, rapid, secure and efficient alternative to a traditional airport check-in. The online check-in is available 24 hours a day from any computer connected to the internet by accessing the quick search form located on the main TAROM web page, as shown on the picture to the left. Whether travelling alone or with family and friends, online check-in gives passengers the benefit of **choosing/ changing seats on the plane**.

Online check-in is available to all passengers in possession of an electronic ticket for flights operated by TAROM (airline code RO - e.g. RO261), or by its code-share partners on flights bearing the RO code (e.g. RO9385) - Air France (AF), KLM (KL), AirEuropa (UX). TAROM can assure passengers that the 256 bit SSL encryption guarantees the confidentiality of information sent over the Internet.

Online check-in is **available from 30 hours before your flight until 1 hour before your scheduled departure time**. Passengers choosing to check-in online from the comfort of their home or office, can proceed directly to the gate -if they only have cabin baggage. If passengers have hold baggage, then they can simply drop their bags off at the “**Drop-off Baggage**” point, thus avoiding queues at the traditional check-in desks. Passengers who encounter difficulty in the online check-in process receive special assistance. TAROM encourages passengers to utilise this quick, modern and secure way to check-in for their flights.

Informații și rezervări

Information and booking

Pentru rezervări vă puteți adresa agențiilor TAROM, agențiilor de turism sau puteți accesa: www.tarom.ro
You can book tickets at any TAROM office, through any travel agent, or online: www.tarom.ro



Rezervarea locurilor

Rezervarea poate fi făcută pe internet (www.tarom.ro), la agențiile TAROM sau la agențiile de turism. Dacă în rubrica „Reservation Status” apare codul „OK”, locul este confirmat ferm. Codul „RQ” indică faptul că încă nu s-a confirmat. Se poate întrerupe călătoria în orice punct de pe rută, dacă este indicat pe bilet. Călătoria trebuie să se efectueze în limita perioadei de valabilitate a biletului.

Booking tickets

You can book tickets online at www.tarom.ro, through all TAROM agencies or other travel agencies. “OK” in the “Reservation Status” column on the ticket shows the seat is confirmed, “RQ” indicates the seat has not yet been confirmed. Your trip can be stopped at any point on the route if the transit destination is so indicated on the ticket. Your trip needs to take place within the time limit specified on the ticket.

Birouri în România / Domestic offices

BUCUREȘTI

Call Center TAROM

Tel: (004) 021.9361
(004) 021.204.64.64
(004) 021.303.44.00
(004) 021.303.44.44
E-mail: rezervari@tarom.ro

Sediul Splai

Adresa: Splaiul Independenței, nr. 17
Tel: (004) 021.316.02.20
Fax: (004) 021.316.44.44
E-mail: agsplai@tarom.ro

Sediul Victoriei

Adresa: Str. Buzești, nr. 59-61, Pta. Victoriei
Tel: (004) 021.204.64.02/04/08/12/13/14
Fax: (004) 021.204.64.24/27
E-mail: agvictoria@tarom.ro

Sediul Aeroport Henri Coanda

Adresa: Calea Bucureștilor 224F,
Terminal Plecări

Tel: (004) 021.204.13.55
(004) 021.201.49.49
E-mail: agotopeni@tarom.ro

BAIA MARE - agbaiamare@tarom.ro

Bd. București nr.5
Tel./Fax: (004) 0262.221.624

BOTOȘANI - agbotosani@tarom.ro

Piața Revoluției nr.13
Tel./Fax: (004) 0231.518.222

BRĂSOV - agbrasov@tarom.ro

Str. Republicii nr. 38, etaj 1, ap. 10
Tel.: (004) 0268.406.373
Fax: (004) 0268.406.374

CLUJ-NAPOCA - agcluj@tarom.ro

Piața Mihai Viteazu nr. 11
Tel.: (004) 0264.530.116,
(004) 0264.432.669
Fax: (004) 0264.432.524

CONSTANȚA - agconstanta@tarom.ro

Str. Ștefan cel Mare nr. 15
Tel.: (004) 0241.662.632
Fax: (004) 4.0241.614.066

CRAIOVA - agcraiova@tarom.ro

Calea București nr. 2
Unirea Shopping Center
Tel./Fax: (004) 0251.411.049

IASI - agiasi@tarom.ro

Str. Arcu nr. 3-5
Tel: (004) 0232.267.768
Fax: (004) 0232.217.027

ORADEA - agoradea@tarom.ro

Piața Regele Ferdinand nr. 2
Tel./Fax: (004) 0259.431.918

PLOIEȘTI - agploiesti@tarom.ro

Bd. Republicii nr. 141
Bl. 31, C1/C2
Tel./Fax: (004) 0244.595.620

SATU MARE - agsatumare@tarom.ro

Piața 25 Octombrie nr. 9
Tel./Fax: (004) 0261.712.795

SIBIU - agsibiu@tarom.ro

Str. Nicolae Olahus nr. 5,
Centrul de Afaceri, intrarea B, parter
Tel./Fax: (004) 0269.211.157

SUCEAVA - agsuceava@tarom.ro

Str. Nicolae Bălcescu nr. 2
Tel./Fax: (004) 0230.214.686

TÂRGU MURES - agtargumures@tarom.ro

Str. Tineretului nr. 2, etaj 1, camera 18
Tel.: (004) 0265.236.200
Fax: (004) 0265.250.170

TIMIȘOARA - agtimisoara@tarom.ro

Bd. Revoluției 1989 nr. 3-5
Tel.: (004) 0256.493.563,
(004) 0256.200.003
Fax: (004) 0256.490.150



ADP - Magnus Winter/Bransch

O călătorie neplanificată
An impulse flight

O destinație specială
A special destination

Hotelul visurilor mele
The hotel of my dreams

O călătorie de neuitat
An escape to remember

FLYINGBLUE

Deoarece călătoria continuă și dincolo de aeroport, Flying Blue te însoțește la fiecare pas. Cu cât călătorești mai mult cu TAROM, AIR FRANCE, KLM și partenerii noștri SkyTeam, cu atât te bucuri de mai multe mile și alte beneficii. Și pentru a-ți utiliza milele, partenerii Flying Blue îți oferă oportunitatea de a crea experiențe noi ce se potrivesc stării tale de spirit. Înscrie-te on-line. **Lasă Flying Blue sa te ducă mai departe.**

Because travelling continues beyond the airport, Flying Blue accompanies you at each step of your journey. The more you fly with TAROM, AIR FRANCE, KLM and our SkyTeam partners, the more Miles and benefits you will enjoy. And to spend your Miles, Flying Blue partners offer you the opportunity to create new experiences to suit your mood. Register online. **Let Flying Blue take you further.**





Împlinește-ți visele în 2017

Ne apropiem cu pași repezi de 2017! Dacă unul dintre obiectivele tale e să vizitezi anul acesta câteva destinații de pe lista ta de dorințe, tarifele promoționale SkyTeam Go Round the World te vor ajuta. Rezervă-ți călătoria Round the World începând de acum și până la sfârșitul lui martie 2017 și profită de o **reducere de 15%**. Până să-ți dai seama, vei cutreiera în jurul lumii prin orase îndepărtate și palpitante și locuri de o frumusețe ametoitoare.

Urmează-ți visele

Fie că iei avionul pentru un an sabatic în locuri mai puțin umblate sau că îți organizezi în sfârșit acea călătorie îndelung planificată pentru a-ți întâlni partenerii internaționali de afaceri, SkyTeam te duce oriunde vrei. Vei călători cu 20 companii aeriene de top și poți selecta între trei și cinci opriri din peste 1.060 destinații în mai mult de 175 țări. Pur și simplu alege destinația folosind Plannerul Round the World, rezervă online, și vei avea șase luni la dispoziție să explorezi lumea cu un singur bilet flexibil.

Câteva idei de început – totul cu o reducere de 15% până la sfârșitul lunii martie!

Bineînțeles că poți să-ți planifici oricând propriul traseu. Cu noile călătorii tematice SkyTeam Round the World, ne poți lăsa pe noi să ne ocupăm de planificare și tu poți doar să cauți surse de inspirație. Vacanțe la plajă, Istorie & cultură, Metropole ale lumii, Lumea naturală și Vinuri ale lumii... alege o temă folosind Plannerul SkyTeam Round the World de pe skyteam.com, și vei primi o serie de itinerarii de făcut înconjurul planetei. Ești doar la câteva clicuri distanță de îmbarcare și decolare. Simplu.

Iată un exemplu de Vacanță la plajă

Ești gata de soare, mare și nisip? Zboară la Denpasar și bucură-te de soare în minunatul Bali. Plimbă-te pe nisipurile imaculate ale Insulei Mahé din Seychelles. Rătăcește pe străduțele romantice din centrul vechi din Palma de Mallorca și bucură-ți privirea cu plajele celei mai mari insule din Baleare. Următoarea oprire? Cancun! Savurează o Piña Colada delicioasă în timp ce te bronzezi pe magnifica Playa Delfines. Nu uita de șlapi și crema de protecție solară! Iată doar un exemplu de tur tematic SkyTeam Round the World. Caută-le și pe celelalte pe skyteam.com și lasă-te purtat de inspirație în călătoria vieții.

Decolează cu o reducere de 15%!

Consultă skyteam.com pentru toate detaliile legate de tarifele promoționale și pentru a-ți rezerva călătoria.

Condiții pentru tarifele promoționale

Plannerul SkyTeam Round the World te ajută să-ți construiești traseul, să calculezi milele și să rezervi călătoria Round the World cu preț redus online.

- Rezervările trebuie făcute înainte de 31 martie 2017 pentru zborurile cu orice companie aeriană membră SkyTeam
- Călătoria trebuie să înceapă până la 30 iunie 2017
- Mergi în ritmul tău, între 10 zile și șase luni
- Sunt permise minimum trei și maximum cinci opriri
- Sunt permise minimum trei și maximum 15 transferuri
- Zborurile totale nu trebuie să depășească 26.000 mile
- Tarifele sunt valabile cu condiția disponibilității
- Oferta începe la jumătatea lunii decembrie 2016.

Make your big dreams come true in 2017

We're approaching 2017! If one of your resolutions is to travel to some of your bucket list destinations this year, SkyTeam's Go Round the World promotional fares make it easy. Book your Round the World trip now through the end of March 2017, and take advantage of a big **15% discount**. Before you know it, you will be globetrotting between places of astounding natural beauty and exciting, faraway cities.

Follow your dreams

Whether you fly away for that off-the-beaten-track sabbatical, or finally make that long-planned trip to meet your global business contacts, SkyTeam takes you where you want to go. You will travel with 20 leading airlines, and you can select three to five stops from more than 1,060 destinations in more than 175 countries. Simply choose your destinations using the handy skyteam.com Round the World Planner, book online, and you will have six months to explore the globe on one flexible ticket.

A few ideas to get you started – all with a 15% discount through the end of March!

Of course you can always plan your own itinerary. Or, with SkyTeam's new themed Round the World journeys, you can leave the planning up to us and just be inspired. Beach Vacations, History & Culture, World Metropolis, Natural World and Wines of the World... just click on a theme using the SkyTeam Round the World Planner on skyteam.com, and several itineraries for circling the planet pop up on your screen. Now you are just a few clicks away from boarding and take-off. Easy.

Here is a Beach Vacation themed example

Ready for sun, sea and sand? Fly to Denpasar and soak up the rays in beautiful Bali. Stroll along the pristine sands of Mahé Island in the Seychelles. Ramble through Palma de Mallorca's romantic Old City streets and feast your eyes on the beaches of the biggest Balearic island. Next stop? Cancun! Enjoy a delicious Piña Colada while sunbathing on magnificent Playa Delfines. Don't forget your flip-flops and sunscreen! This is just one example of the new SkyTeam Round the World themed tours. Check out the rest on skyteam.com and let your inspiration guide you to the trip of a lifetime.

Take off with a 15% discount!

Visit skyteam.com for all the details on the promotional fares and to book your trip.

Promotional fare conditions

The SkyTeam Round the World planner helps you build your itinerary, calculate the miles and book your discounted Round the World trip online.

- Booking must be made before March 31, 2017 on flights with any SkyTeam member airline
- Travel must start by June 30, 2017
- Go at your own pace, from 10 days up to six months
- A minimum of three and a maximum of five stops is permitted
- A minimum of three and a maximum of 15 transfers is permitted
- Total travel may not exceed 26,000 miles
- Fares are subject to availability
- Offer starting date - from mid December 2016.



SKYTEAM®

SKYTEAM'S ROUND THE WORLD PLANNER IS YOUR GATEWAY TO THE GLOBE

SkyTeam's new Round the World booking tool lets you schedule and book your multiple-stop journey in one simple online session. You'll fly around the globe using just one ticket. And you'll set the pace – with 10 days to one year to complete your trip. Easy. But with 20 member airlines offering you gateways to more than 1,060 airports in 177 countries, choosing 3 to 15 destinations to stop in along the way could take just a little while longer. Get started with the SkyTeam Round the World Planner on skyteam.com

Caring more about you™



Dacă poți visa la orice, ar trebui să poți ajunge oriunde!

Cardul BT Flying Blue îți aduce Mile de Zbor.



Cu toții visăm să ajungem în toate colțurile lumii. O țară exotică, un weekend la Barcelona cu persoana dragă, o excursie la New York sunt mult mai aproape cu cardul de călătorii BT Flying Blue.

Cu BT Flying Blue, bun venit în lumea Zburătorilor

De fiecare dată când folosești cardul BT Flying Blue pentru cumpărăturile zilnice, primești Mile Premiu. Cu acestea poți cumpăra bilete de avion, poți plăti pentru bagajul suplimentar, poți face upgrade la o clasă de zbor superioară sau poți face shopping online la Flying Blue Store.

Cardul îți oferă o mulțime de avantaje în călătoriile tale: asigurare gratuită, 3 rate fără dobândă la biletele de avion pe care le cumperi direct de la AIR FRANCE, KLM sau TAROM, BT24 Internet Banking & Mobile Banking gratuit 6 luni.

FLYINGBLUE



BANCA BT TRANSILVANIA®



www.bancatransilvania.ro/flyingblue

Zbor plăcut!

Fly comfortably!



1 ROTIȚI GLEZNELE

Cu picioarele ridicate, rotiți gleznelor simultan, mișcând vârful unui picior în sensul acelor de ceasornic, iar pe celălalt, în sens invers (15 secunde). Repetați, schimbând sensul mișcărilor.

ANKLE CIRCLES

Lift feet off the floor. Draw a circle with the toes, simultaneously moving one foot clockwise and the other foot counter-clockwise (15 seconds). Repeat by making reverse circles.



2 JOC DE CĂLCĂIE

Ținând călcăiele pe podea, întindeți vârful picioarelor în sus; cu vârful picioarelor lipite de podea, ridicați călcăiele. Repetați la interval de 30 de secunde.

FOOT PUMPS

With both heels on the floor, stretch your toes upward as high as you can, then reverse the action in one fluid motion; with your toes on the floor, lift your heels. Repeat the exercise in 30 sec. intervals.



3 ÎNDOIȚI GENUNCHII

Ridicați piciorul cu genunchiul îndoit, în timp ce contractați mușchii coapsei. Repetați mișcarea și la celălalt picior, cu o frecvență de 20 - 30 de mișcări pentru fiecare picior.

KNEE LIFTS

Lift your leg and keep your knee bent, contracting your thigh muscles. Repeat the movement with your other leg. Repeat 20 - 30 times for each leg.



4 ROTIȚI UMERII

Împingeți înainte umerii, apoi înapoi, apoi în jos, într-o ușoară mișcare circulară.

SHOULDER ROLL

Move your shoulders forward, then upward, then backward, then downward, using a gentle circular motion.



5 ÎNDOIȚI BRAȚELE

Țineți brațele într-un unghi de 90 de grade (coatele jos, mâinile înainte). Ridicați mâinile la piept și reveniți, alternând ambele brațe. Faceți acest exercițiu la intervale de 30 de secunde.

ARM CURL

Hold your arms up, at a 90-degree angle (elbows down, hands up). Lift your hands up to your chest and back, alternating arms. Execute this exercise in 30-seconds intervals.



6 GENUNCHII LA PIEPT

Prindeți genunchiul cu ambele mâini și țineți-l la piept 15 secunde. Cu mâinile pe genunchi, reveniți la poziția inițială. Alternați cu celălalt picior. Repetați de 10 ori.

KNEE TO CHEST

Grasp left knee and hold it to your chest for 15 seconds. Keeping hands around your knee, slowly go back to your initial position. Alternate legs. Repeat 10 times.



7 APLECARE ÎNAINTE

Cu tălpile pe podea, aplecați-vă ușor înainte, coborând mâinile până vă prindeți gleznelor și rămâneți astfel 15 secunde. Reveniți la poziția inițială.

FORWARD FLEX

With both feet on floor, slowly bend forward lowering your hands until you can hold your ankles. Hold the position for 15 seconds. Slowly go back up.



8 RIDICAȚI BRAȚELE

Ridicați ambele brațe deasupra capului. Cu o mână, apucați încheietura celeilalte mâini și trageți ușor într-o parte. Țineți strâns 15 secunde și repetați în cealaltă parte.

OVERHEAD STRETCH

Raise both arms over your head. With one hand grasp the wrist of the opposite hand and gently pull to one side. Hold position for 15 seconds and then repeat with other arm.



9 DEZMORTIȚI-VĂ UMERII

Duceți mâna dreaptă către umărul stâng. Puneți mâna stângă pe cotul mâinii drepte și presați ușor către umăr. Țineți strâns 15 secunde. Repetați în cealaltă parte.

SHOULDER STRETCH

Reach right hand over left shoulder. Place left hand behind right elbow and gently press towards your shoulder. Hold position for 15 seconds and then repeat with other arm.



10 ROTIȚI GÂTUL

Cu umerii relaxați, aplecați urechea către umăr și apoi rotiți ușor gâtul înainte și spre cealaltă parte, menținând fiecare poziție timp de cinci secunde. Repetați de cinci ori.

NECK ROLL

Shoulders relaxed, lean your ear towards your shoulder and gently roll your neck forward and to the other side, holding each position for five seconds. Repeat five times.



AMSTERDAM, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BELFORT 3*	230	325
HOTEL OMEGA 3*	261	378
HOTEL MERCURE CITY 4*	327	444
HOTEL BILDERBERG JAN LUYKEN 4*	394	523
HOTEL MOVENPICK CITY CENTER 4*	399	548

ATENA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL APOLLO 3*	130	168
HOTEL BEST WESTERN PYTHAGORION 3*	158	189
HOTEL CHIC 3*	174	208
HOTEL FRESH 4*	201	267
HOTEL POLIS GRAND 4*	176	223
HOTEL STANLEY 4*	178	225
HOTEL ELECTRA PALACE 5*	308	379



BARCELONA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BALMES 3*	331	438
HOTEL ABBA RAMBLA 3*	365	491
HOTEL COLON 4*	382	477
HOTEL BARCINO 4*	350	450
HOTEL AC SANTS 4*	338	416
HOTEL COLONIAL 4*	318	467
HOTEL GOTICO 4*	356	465
HOTEL FRONT MARITIM 4*	336	403
HOTEL HCC ST.MORITZ 4*	383	494

BELGRAD, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL KASINA 3*	142	169
HOTEL QUEEN ASTORIA DESIGN 4*	151	189
HOTEL DESIGN MR.PRESIDENT 4*	189	235
HOTEL ZIRA 4*	168	222
HOTEL CITY 4*	147	203

BEIRUT, 3 nights (BB) - euro/pers from:

3 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL NAPOLEON 4*	273	386

HOTEL PLAZA 4*	266	330
HOTEL VIE BOUTIQUE 4*	350	425
HOTEL LE COMMODORE 5*	351	426

BOLOGNA, 3 nights (BB) - euro/pers from:

lași-Bologna-lași

3 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BEST WESTERN RE ENZO 3*	254	315
HOTEL IL GUERCINO 3*	252	311
HOTEL AMADEUS 4*	232	293
HOTEL MERCURE CENTRO 4*	314	398

BRUXELLES, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL QUENNE ANNE 3*	235	261
HOTEL BEST WESTERN CITY CENTRE 3*	238	283
HOTEL BEDFORD 4*	247	299
HOTEL CHAMBORD 4*	256	312
HOTEL MARIVAUX 4*	283	336



BUDAPESTA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL UNIO 3*	168	210
HOTEL SILVER 3*	147	175
HOTEL MERCURE BUDA 4*	201	261
HOTEL RADISSON BLU BEKE 4*	232	311
HOTEL ATRIUM 4*	210	275
HOTEL HILTON CITY 5*	244	300
HOTEL AQUINCUM 5*	238	313

FRANKFURT, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL EXCELSIOR 3*	175	218
HOTEL CLARION COLLECTION CITY 4*197	255	255
HOTEL NATIONAL 4*	239	299
HOTEL MONOPOL 4*	177	226
HOTEL RADISSON BLU 4*	294	392

ISTANBUL, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL PRESTIGE 3*	160	208
HOTEL DIVAS 3*	137	172
HOTEL ARMAGRANDI SPINA 4*	142	180
HOTEL PIERRE LOTTI 4*	177	235
HOTEL LADY DIANA 4*	150	190
HOTEL NOVOTEL BOSPHORUS 4*	173	299
HOTEL ARMADA 4*	165	212
HOTEL RICHMOND 4*	202	276

HAMBURG, 2 nights (BB) - euro/pers from:

Valabilitate 09.05-29.10.2016

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL NOVUM STADTZENTRUM 3*	235	307
HOTEL CENTRO HAMBURG 3*	240	292
HOTEL CONTINENTAL NOVUM 3*	290	478
HOTEL NH COLLECTION CITY 4*	320	448
HOTEL INTERCITY HAUPTBANNHOF 4308	308	415
HOTEL RAMADA CITY CENTER 4*	302	414
HOTEL MOVENPICK 4*	348	487

LARNACA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL FLAMINGO BEACH 3*	165	203
HOTEL LORDOS BEACH 4*	214	239
HOTEL PALM BEACH 4*	220	292
HOTEL GOLDEN BAY BEACH 5*	227	282

LIMASSOL, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL MEDITERANEEAN BEACH 4*	244	330
HOTEL ST. RAPHAEL 5*	277	383
HOTEL LONDA 5*	350	402
HOTEL GRAND RESORT 5*	278	382

LONDRA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BAYSWATER INN 3*	300	395
HOTEL ORCHARD 3*	274	350
HOTEL CITYCONTINENTAL KESINGTON 3*	285	371
HOTEL ROYAL NATIONAL 3*	280	364
HOTEL PRESIDENT 3*	296	390
HOTEL CAESAR 4*	343	464
HOTEL COPTHORNE TARA 4*	320	427
HOTEL CORUS HYDE PARK 4*	316	423



MADRID, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL REGENTE 3*	299	379
HOTEL MERCURE CENTRO 4*	358	472
HOTEL RAPHAEL ATOCHA 4*	287	356
HOTEL SANTOS PRAGA 4*	273	335
HOTEL AYRE GRAN COLON 4*	303	393
HOTEL INTERCONTINENTAL 5*	391	524

MÜNCHEN, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL GERMANIA 3*	228	293
HOTEL NH MESSE 4*	213	292
HOTEL BEST WESTERN ATRIUM 4*	235	295
HOTEL COURTYARD C.CENTER 4*	259	362



PARIS, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BEAUGRENELLE TOUR EIFFEL 3*	299	370
HOTEL B.W. RONCERAY OPERA 3*	304	378
HOTEL ASTORIA ASTOTEL 3*	308	388
HOTEL MERCURE OPERA GARNIER 3*	358	464
HOTEL VILLA BEAUMARCHAIS 4*	359	466
HOTEL NOVOTEL TOUR EIFFEL 4	396	533
HOTEL SOFITEL LA DEFENSE 4*	410	548

PRAGA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ATOS 3*	158	199
HOTEL CITY INN 3*	171	219
HOTEL IBIS WENCESLAS SQUARE 3*	185	228
HOTEL WILLIAM 3*	189	211
HOTEL ROTT 4*	240	330
HOTEL NH PRAGUE 4*	199	264
HOTEL PANORAMA 4*	190	253
HOTEL PRAGA 1 4*	211	284
HOTEL ROMA 4*	212	283
HOTEL DIPLOMAT 4*	185	242
HOTEL PARIS 5*	368	460

ROMA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL MADISON 3*	203	270
HOTEL RIMINI 3*	204	271
HOTEL COROT 3*	229	297
HOTEL ALEXANDRA 3*	300	425
HOTEL BEST WESTERN PRESIDENT 4*	283	394
HOTEL SAVOY 4*	360	501
HOTEL BOUTIQUE TREVI 4*	319	459
HOTEL DIANA ROOF GARDEN 4*	287	398

SALONIC, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
Hotel EGNATIA PALACE 4*	232	301
Hotel CAPSIS 4*	256	349
Hotel GOLDEN STAR 4*	220	274
Hotel ELECTRA PALACE 5*	316	458
Hotel MEDITERRANEAN PALACE 5*	316	490
Hotel DAVOS LUXURY LIVING 5*	322	478

STOCKHOLM, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL CLARION COLLECTION TAPTO 3*	314	499
HOTEL BIRGER JARL 4*	337	469
HOTEL ELITE MARINA TOWER 4*	311	442
HOTEL RIDDARGATAN 4*	328	497
HOTEL COURTYARD BY MARRIOTT 4*	273	513
HOTEL BEST WESTERN PREMIER KUNG CARL 4*	301	467
HOTEL HANSSON 4*	268	401
HOTEL ESPLANADE 4*	299	513

TEL AVIV, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL GOLDEN BEACH 3*	302	387
HOTEL BLUE SEA MARBLE 3*	280	352
HOTEL OLYMPIA 3*	294	374
HOTEL LEONARDO BEACH 4*	355	472
HOTEL GRAND BEACH 4*	312	398
HOTEL METROPOLITAN 4*	380	501
HOTEL SAVOY SEA SIDE 4*	363	489



TORINO, 2 nights (BB) - euro/pers from:

Iași-Torino-Iași

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BEST WESTERN GENIO 3*	268	370
HOTEL PACIFIC FORTINO 3*	178	225
HOTEL MERCURE CRYSTAL PALACE 4*	233	313
HOTEL HOLIDAY INN CORSA FRANCIA 4*	207	272
HOTEL DIPLOMATIC 4*	178	225
HOTEL GRAND SITEA 4*	287	399

VALENCIA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL SERCOTEL CISCAR 3*	207	258
HOTEL NH CIUDAD DE VALENCIA	212	262
HOTEL EXPO 3*	194	237
HOTEL SOLVASA 4*	206	251
HOTEL SENATOR PARQUE CENTRAL 4*	223	284
HOTEL SIILKEN PUERTA 4*	197	242
HOTEL CONQUERIDOR 4*	215	280

VIENA, 2 nights (BB) - euro/pers from:

București-Viena-București / Cluj-Viena-Cluj

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL LUCIA 3*	176	221
HOTEL MOZART 3*	157	200
HOTEL BOSEI 4*	206	271
HOTEL REGINA 4*	242	336
HOTEL GRABEN 4*	254	350
HOTEL PRINZ EUGEN 4*	180	240

Tariful pachet exprimat în Euro include: 2/3 nopți cazare cu mic dejun; transport TAROM pe ruta București-destinație-București, cu excepția pachetelor pentru Bologna și Torino unde transportul inclus este pe ruta Iași-Bologna/Torino-Iași. Menționăm ca avem, de asemenea, curse directe Iași-Tel Aviv/Roma/Londra/München-Iași; Cluj-Viena-Cluj și Sibiu-München-Sibiu. Tariful pachet nu include: taxe de aeroport, transferuri, taxa de oraș, asigurarea medicală. Tarifele sunt minime și depind de sezonabilitatea hotelurilor, de eventualele creșteri ale costurilor de operare, precum și de evenimente locale, cum ar fi: târguri, sărbători, simpozioane, conferințe etc. Sejurul de 2/3 nopți de cazare poate fi extins pentru un număr mai mare de nopți, iar tariful se modifică corespunzător numărului de nopți. / **The package in Euro includes bed and breakfast for 2/3 nights; TAROM transportation on Bucharest-destination-Bucharest routes, except for packages to Bologna and Turin, where the transport is included on the route Iași-Bologna/Turin-Iași. We have also direct flights Iași-Tel Aviv/Roma/Londra/Munich-Iași; Cluj-Viena-Cluj and Sibiu-Munich-Sibiu. Tariffs don't include airport taxes, transfers, city tax, health insurance. The level of these rates are minimum and depend on the seasonality of the hotels, the possible growth of the operational costs, also on local events such as fairs, holidays, symposiums, conferences etc. The 2/3 nights of accomodation may be extended for more number of nights, the rates being modified accordingly.**

La cerere se pot oferi și alte hoteluri înafara celor de mai sus, pe oricare din destinațiile prezentate. Upon request, further hotels offers aside from the one above can be provided for any of the presented destinations.

GRECIA

**PACHETE CHARTER
(VALABILITATE 01.06 - 05.10.2017)**



CRETA CHANIA

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 01.06 - 05.10.2017)

Hotel INDIGO MARE 3*, cu demipensiune de la 675 EUR/pers
 Hotel SANTA MARINA BEACH 4*, cu demipensiune de la 676 EUR/pers
 Hotel VANTARIS BEACH 4*, cu demipensiune de la 697 EUR/pers
 Hotel SOLIMAR AQUAMARINE 4*, cu all inclusive de la 699 EUR/pers
 Hotel PORTO PLATANIAS BEACH RESORT 5*, cu demipensiune de la 747 EUR/pers
 Hotel AQUILLA RITHYMNA BEACH 5*, cu demipensiune de la 775 EUR/pers
 Hotel TALASSA BEACH RESORT 5*, cu mic dejun de la 790 EUR/pers
 Hotel MINOA PALACE RESORT & SPA 5*, cu mic dejun de la 797 EUR/pers
 Hotel GRECOTEL PALACE 5*, cu demipensiune, de la 1057 EUR/pers

CRETA HERAKLION

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 13.06 - 26.09.2017)

Hotel AGRABELA 3*, cu demipensiune, de la 403 EUR/pers
 Hotel OLYMPIC PALLADIUM 3*sup., cu mic dejun de la 449 EUR/pers
 Hotel GOLDEN BEACH 4*, cu demipensiune, de la 501 EUR/pers
 Hotel HERONISSOS 4*, cu all inclusive de la 529 EUR/pers
 Hotel KING MINOS PALACE 4*, cu demipensiune de la 624 EUR/pers
 Hotel MINOS 4*, cu mic dejun de la 545 EUR/pers
 Hotel HERONISSOS VILLAGE 4*, cu all inclusive de la 577 EUR/pers
 Hotel STAR BEACH 4*SUP., cu all inclusive de la 814 EUR/pers
 Hotel HERONISSOS PALACE 5*, cu all inclusive de la 595 EUR/pers
 Hotel CRETA MARIS 5*, cu all inclusive de la 857 EUR/pers
 Hotel NANA BEACH 5*, cu all inclusive de la 904 EUR/pers

RODOS

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 06.06 - 03.10.2017)

Hotel LOMENIZ 3*, cu mic dejun, de la 400 EUR/pers
 Hotel LIDO STAR 3*, cu demipensiune, de la 470 EUR/pers
 Hotel SEMIRAMIS CITY 4*, cu mic dejun, de la 466 EUR/pers
 Hotel MEDITERANEEAN 4*, cu mic dejun de la 564 EUR/pers
 Hotel ANAVADIA 4*, cu all inclusive, de la 456 EUR/pers
 Hotel MITSIS LA VITA 4*, cu mic dejun de la 414 EUR/pers
 Hotel ELECTRA PALACE 5*, cu demipensiune de la 480 EUR/pers
 Hotel SHERATON RHODES RESORT 5*, cu demipensiune de la 842 EUR/pers

SANTORINI

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 11.06 - 01.10.2017)

Hotel ADAMASTOS 3*, cu mic dejun de la 458 EUR/pers
 Hotel TERRA BLUE 3*, cu mic dejun de la 503 EUR/pers
 Hotel KAMARI BEACH 3*, cu mic dejun de la 661 EUR/pers
 Hotel MEDITERANEEAN ROYAL 4*, cu mic dejun de la 623 EUR/pers
 Hotel HERMES 4*, cu mic dejun de la 621 EUR/pers
 Hotel CROWN SUITES 4*, cu mic dejun de la 748 EUR/pers
 Hotel IMPERIAL MED 4*, cu mic dejun de la 793 EUR/pers
 Hotel NINE MUSES 5*, cu mic dejun de la 860 EUR/pers
 Hotel KASTELLI RESORT 5*, cu mic dejun de la 943 EUR/pers

ZAKYNTHOS

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 03.06 - 30.09.2017)

Hotel PALMYRA 3*, cu mic dejun de la 437 EUR/pers
 Hotel ASTIR BEACH 3*, cu mic dejun de la 485 EUR/pers
 Hotel BELVEDERE 3*, cu mic dejun de la 530 EUR/pers
 Hotel ZAKANTHA BEACH 4*, cu demipensiune de la 561 EUR/pers
 Hotel CASTELLI 3*, cu demipensiune de la 581 EUR/pers
 Hotel DIANA PALACE 4*, cu all inclusive de la 682 EUR/pers
 Hotel LESANTE HOTEL&SPA 5*, cu demipensiune de la 907 EUR/pers
 Hotel LESANTE BLU 5*, cu mic dejun de la 986 EUR/pers

CORFU

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 12.06 - 25.09.2017)

Hotel ALKYON 3*, cu demipensiune de la 424 EUR/pers
 Hotel CORFU SENSES 3*, cu demipensiune de la 511 EUR/pers
 Hotel BELVEDERE 3*, cu all inclusive de la 513 EUR/pers
 Hotel DIVANI PALACE 4*, cu mic dejun de la 565 EUR/pers
 Hotel CORFU PALACE 5*, cu mic dejun de la 863 EUR/pers
 Hotel KONTOKALI BAY RESORT 5*, cu mic dejun de la 761 EUR/pers

KOS

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 17.06 - 30.09.2017)

Hotel ASTRON 3*, cu mic dejun de la 436 EUR/pers
 Hotel KOSTA PALACE 4*, cu mic dejun de la 450 EUR/pers
 Hotel CONTINENTAL PALACE 4*, cu demipensiune de la 521 EUR/pers
 Hotel KIPRIOTIS VILLAGE 4*, cu all inclusive de la 768 EUR/pers
 Hotel GRAND BLUE 5*, cu all inclusive de la 768 EUR/pers
 Hotel AQUA BLUE 5*, cu mic dejun de la 881 EUR/pers

MYKONOS

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 14.06 - 27.09.2017)

Hotel ELENA 3*, cu mic dejun de la 803 EUR/pers
 Hotel APHRODITE BEACH 3*, cu mic dejun de la 838 EUR/pers
 Hotel GRAND BEACH 4*sup, cu mic dejun de la 895 EUR/pers
 Hotel MYCONIAN AMBASSADOR & TALLASO CENTER 5*, cu mic dejun de la 1326 EUR/pers
 Hotel MYKONOS GRAND 5*, cu mic dejun de la 1602 EUR/pers

SERVICII INCLUDE:

- transport cu avionul cursa charter
 Bucuresti – destinatie GRECIA si
 retur, compania TAROM

- 7 nopti cazare si masa conform
 ofertei
 -transfer aeroport - hotel - aeroport
 - taxele de aeroport

SPANIA & TURCIA



SPANIA

PALMA DE MALLORCA

Pachete charter (valabilitate 13.06 - 26.09.2017)

Hotel MANAUS 3*, cu demipensiune de la 644 EUR/pers

Hotel NAUTIC 3*, cu mic dejun de la 757 EUR/pers

Hotel DUNAS BLANCAS 3*, cu demipensiune de la 805 EUR/pers

Hotel GRUPOTEL TAURUS PARK 4*, cu mic dejun de la 868 EUR/pers

Hotel JAVA 4*, cu mic dejun de la 939 EUR/pers

Hotel NEPTUNO 4*, cu demipensiune de la 1013 EUR/pers

Hotel NIXE PALACE 5*, cu mic dejun de la 1534 EUR/pers

SERVICII INCLUDE:

- transport cu avionul cursa charter Bucuresti – PALMA DE MALLORCA si retur, compania TAROM
- 7 nopti cazare si masa conform ofertei
- transfer aeroport - hotel - aeroport
- taxele de aeroport

TURCIA

ANTALYA

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 29.05 - 16.10.2017)

Hotel VERA STONE PALACE 4*, cu all inclusive de la 518 EUR/pers

Hotel LAKE&RIVER SIDE 5*, cu ultra all inclusive de la 546 EUR/pers

Hotel JADORE DELUXE 5*(inaugurat 2016), cu all inclusive de la 588 EUR/pers

Hotel SEA LIFE FAMILLY RESORT 5*, cu all inclusive de la 563 EUR/pers

Hotel THE LUMOS DELUXE RESORT 5*(inaugurat in 2016), cu all inclusive de la 586 EUR/pers



Hotel ROYAL HOLIDAY PALACE 5*, cu ultra all inclusive de la 930 EUR/pers

Hotel ROYAL WINGS 5*, cu ultra all inclusive de la 930 EUR/pers

Hotel CORNELIA DE LUXE RESORT 5* , cu deluxe all inclusive de la 920 EUR/pers

Hotel TRENDY LARA 5*(inaugurat in 2016), cu ultra all inclusive de la 746 EUR/pers

Hotel RIXOS SUNGATE 5*, cu all exclusive all inclusive de la 853 EUR/pers

Hotel CLUB ASTERIA BELEK 5*, cu high class all inclusive de la 734 EUR/pers, cazare in camera dubla

Hotel ROYAL ADAM&EVE 5*, cu ultra all inclusive de la 968 EUR/pers

Hotel DELPHIN PALACE LARA 5*, cu ultra all inclusive de la 921 EUR/pers

Hotel DELPHIN IMPERIAL 5*, cu ultra all inclusive de la 1023 EUR/pers

Hotel ADINBEY FAMOUS 5*, cu ultra all inclusive de la 694 EUR/pers

Hotel SAPHIR RESORT 5*, cu all inclusive de la 1023 EUR/pers

Hotel WOW KREMLIN PALACE 5*, cu all inclusive de la 689 EUR/pers

Hotel CRYSTAL FAMILLY RESORT 5*, cu ultra all inclusive de la 664 EUR/pers

Hotel DAIMA BIZ RESORT 5*, cu ultra all inclusive de la 658 EUR/pers

Hotel JUSTINIANO DELUXE RESORT 5*, cu all inclusive de la 590 EUR/pers

Hotel PAPILLON ZEUGMA 5*, cu high class all inclusive de la 978 EUR/pers

Hotel SUENO DELUXE BELEK 5*, cu deluxe all inclusive de la 994 EUR/pers

Hotel MAXX ROYAL BELEK 5*, cu maxx all inclusive de la 1734 EUR/pers

SERVICII INCLUDE:

- transport cu avionul cursa charter (zbor direct) Bucuresti - Antalya si retur, cu compania TAROM
- 7 nopti cazare si masa conform ofertei
- transfer aeroport - hotel – aeroport
- taxele de aeroport

VACANȚĂ MAGICĂ

DISNEYLAND RESORT PARIS



Nu ratați ocazia de a vă întâlni cu personajele preferate din desenele animate ale copilăriei și de a face o bucurie copiilor dvs. profitând de ofertele speciale cu reducere de early booking. Ofertele sunt limitate și sunt valabile în limita locurilor disponibile.

Tarifele includ:

- cazare cu mic dejun
- biletele de intrare in cele doua parcuri de distractii pentru 3 zile;
- transferuri intre hoteluri si parcuri (pentru hotelurile care pun gratuit la dispozitia turistilor un shuttle bus)

Tarifele nu includ:

- biletul de avion, cursa TAROM
- taxele de aeroport

Observații:

Sejurul poate fi prelungit in cazul in care se doreste un numar mai mare de nopti, inclusiv cazare la hotel in Paris.

- pentru cazarea unui adult in camera cu unul sau mai multi copii, tarifele sunt disponibile la cerere
- copiii pana la 7 ani care sunt cazati in camera cu unul sau doi adulti nu platesc intrarea in Parcurile Disney si beneficiaza de gratuitate la cazare; pentru accesul in parcuri, acestia trebuie sa fie insotiti de cel putin un adult
- copiii pana la 3 ani pot beneficia de patut (la cerere, in functie de disponibilitatea de la hotel);
- accesul in parcurile de distractii este nelimitat pe parcursul zilelor de sejur

Copiii cu vârsta până în 7 ani beneficiază de gratuitate, atât la cazare, intrări în parcurile Disneyland, cât și la biletele de avion; aceștia plătesc doar taxele de aeroport (cca 70 eur/copil).

La cerere pot fi oferite și alte variante de program și alte hoteluri decât cele incluse în revistă.

Pentru rezervări și informații, vă rugăm să accesați site-ul www.tarom.ro sau să apelați la TAROM Tours, agenție situată în București, str. Splaiul Independenței, nr. 17, tel.: 021.318.44.44/303.44.21/303.44.17/303.44.38; mobil: 0745.059.573; fax: 0213034439; email: tours@tarom.ro.

Hotel Disneyland 4*

Pachet	Tarif / adult (minim 2 adulti ocupanti in camera standard)*	Tarif / copil	
		0-6,99 ani	7-11,99 ani
3 zile/2 nopti *tarife incepand de la	1133	Gratuit	164

Hotel New York 4*

3 zile/2 nopti *tarife incepand de la	522	Gratuit	164
--	-----	---------	-----

Hotel Sequoia Lodge 3

3 zile/2 nopti *tarife incepand de la	438	Gratuit	164
--	-----	---------	-----

Hotel Cheyenne 2*

3 zile/2 nopti *tarife incepand de la	438	Gratuit	164
--	-----	---------	-----

Hotel Santa Fe 2*

3 zile/2 nopti *tarife incepand de la	438	Gratuit	164
--	-----	---------	-----

Hotel Vienna International Dream Castle 4*

3 zile/2 nopti *tarife incepand de la	626	Gratuit	164
--	-----	---------	-----

Hotel Vienna International Magic Circus 4*

3 zile/2 nopti *tarife incepand de la	626	Gratuit	164
--	-----	---------	-----

Euro/persoana/pachet



17 Splaiul Independenței, Bucharest, Romania
Tel.: +40 21 318 44 44
+40 21 303 44 14/21/37
+40 21 303 44 39
E-mail: tours@tarom.ro

LEGENDĂ / LEGEND

4* Hotel **** BB Cazare, mic dejun / Bed & Breakfast
sgl Single/single
dbl dublă/double
2* Hotel ** trp triplă/triple
NA nu este disponibil/Not Available

Tarifele sunt valabile la data publicării și pot suferi mici ajustări. Rezervările la hoteluri se vor confirma în funcție de disponibilitatea la data lansării comenzii. / Tariffs are correct at time of print, but may be subject to change. Hotel reservations will be confirmed subject to availability at time of booking.

Agenții externe

International booking offices

AUSTRIA

Vienna

✈ Schwechat (18 km)
1300-FLUGHAFEN WIEN
CHECK-IN 1 GEBÄUDE 1051
Schalter BW 163
☎ +43 1 7007 32720
+43 1 7007 32728
☎ +43 1 7007 32721
Sita: VIEAPRO
tarom@aon.at

BELGIUM

Brussels

✈ National (13km)
Brussels Airport, Departure
Hall OP 44, 1930 Zaventem
☎ +32 22186382
+32 22198046
financial@tarom.be
Sita: BRUTORO / BRUAPRO

BULGARIA

Sofia

✈ Vrazhdebna (10km)
Concorde International
Blv. Vitoshka, nr. 44, et. 1, Sofia
☎ +3592 9331055 /
+3592 9331066
+3592 9331040
Sita: SOFTORO

CYPRUS

Larnaca

LGS HANDLING
✈ Larnaca Airport (8 km)
P.O. BOX 43004
6650 Larnaca Cyprus
☎ +35 724008610
+35 724008627
sales.airport@lghandling.com

FRANCE

Paris

✈ Aeroport Paris Charles de Gaulle,
Aerogare 2F-BAT 1200, P.O. 30051,
Mesnill Amelot, 95716, Roissy Char-
les de Gaulle CEDEX
☎ +330 174250045
+330 174250040
SITA: CDGAPRO
agenceparis@tarom.fr

GERMANY

Frankfurt

✈ FRANKFURT AIRPORT, 60549
FRANKFURT AM MAIN,
TERMINAL 2, HALL D,
ROOM 151.2569
P.O. BOX.: 151/ 142
☎ +49 69 295270
+49 69 69022575
Office Hours (no public access):
MO-FR and SU:09.00-17.00,
SA:09.00-13.00
☎ +49 69 295270
☎ +49 69 69022575
e-mail: frankfurt@tarom.de

Ticketing Counter Terminal 2, Hall D,
Counter: 820.1

Office Hours (public access): MO-FR
and SU: 09.00-10.30 and 13.00-17.30,
SA: 09.00-10.30
☎ +49 69 690 23155

Munich

✈ Franz Josef Strauss (37km)
Munich Airport 85336, Terminal 1,
Module D, 4th floor, Office 4-363
PO box 24 1531
Phone A/P: (+49) 89 975 91140 /
97591142
Fax A/P: (+49) 89 975 91141
e-mail: munich@tarom.de
SITA: MUCAPRO
**TAROM Airport Office Munich
Open office hours: MON-FRI 08:30-
20:00
SAT: 08:30-11:00
SUN: 18:00-20:00

GREECE

Athens

✈ Eleftherios Venizelos
(35 km) Airport Office
190 19 Stapa, Greece
Office 3/H18 2nd floor
Main Terminal Building
Ticketing Office 2/J20
☎ +30 2103530405
athens@tarom.gr
Sita: ATHAPRO

QATAR

Doha

✈ Trans Orient Travel
& Tourism Centre
Rajan St. P.O. BOX 363
☎ +97 4458458/4432496
+97 44321099

NETHERLANDS

Amsterdam

✈ Schiphol Airport (14 km),
☎ +312 08004993
flytarom@tarom.nl

HUNGARY

Budapest

✈ Ferenc Liszt International (16km)
TAROM Agency
Address: Bajcsy Zsilinszky UT 12,
1051 Budapest
Phone: +36 1235 08 09
Fax: +36 1317 23 07
e-mail: tarom.hu@t-online.hu
SITA: BUDTORO

ISRAEL

Tel Aviv

✈ Ben Gurion (19 km)
TAROM Office, 1, Ben Yehuda St.,
Migdalar Building
2nd floor, 63801 Tel Aviv
☎ +97 235162217/292/048
+97 235162382
help@taromtlv.co.il
financial@taromtlv.co.il
Sita: TLVTORO

ITALY

Rome

✈ AEROPORTO Fiumicino (36 km)
VIA DEL AEROPORTO
FIUMICINO, 320, TERMINAL 3,
1st FLOOR, 009 /C / Q10 OFFICE
☎ +39 0685305045
+39 0665010876
ufficiovenditeroma@tarom.it
agenziaeroma@tarom.it
Sita: ROMTORO

JORDAN

Amman

✈ Queen Alia (35 km)
Petra Travel and Tourism
Shmeisani Abdulhamid
Sharaf St.
☎ +96 265620760
+96 265694765
+96 265621749
Sita: AMMTORO

KINGDOM OF SAUDI ARABIA

Riyadh

✈ King Khaled (35 km)
United Travel Agency
Sitten St., O.P Malaz C.P.
6265 - Riyadh 11442
☎ +96 614787272
+96 614793811

☎ A/P: +9661 2221080

KUWAIT

✈ International (22 km)
Al Athla Travel
Al Homaizi Bldg.,
Al. Soor St., Al. Salheih
☎ +965 2441041/2441042/ 2426847
+965 2428671
Sita: KWITORO

LEBANON

Beirut

✈ International (8 km)
Al Sawan Co. S.A.R.L
62 Al Sawan Building St.,
Croniche, Rawce, Ain El Tineh,
Raoouche, P.O. BOX 1182207
☎ +9611 797430 / 810375
+9611 797431
Sita: BEYTORO

REPUBLIC OF MOLDOVA

Chişinău

✈ Chişinău (14 km)
TAROM Office
3 Ştefan cel Mare Blvd.
☎ +37 322541254
+37 322272618
tarom@mtc.md
Sita: KIVTORO

RUSSIA

Aviareps - GSA TAROM Moscow

✈ Olympiysky prospect 14, BC
"Diamond Hall", 129090, Moscow,
Russia
☎ +7 4959375620
tarom.mow@aviareps.com

St. Petersburg

✈ Ligovsky prospect 140, BC "Eco Sta-
tus", 192007, St. Petersburg, Russia
☎ +7 8127403820
tarom.led@aviareps.com

SPAIN

Barcelona

✈ Aeropuerto de Barcelona, Terminal
T1, P10, Dique Sur, Oficina 116, El
Prat de Llobregat 08860
☎ +34 932.596.158
+34 900.701.304 (complaints)
barcelona@tarom.es
Sita: BCNAPRO

Madrid

✈ Barajas (13 km)
TAROM Office-Avenida de
Hispanidad, S/N, Aeropuerto
Adolfo Suarez, Madrid-Barajas,
Terminal 4, Pl 2 Salidas, 28042

Madrid
☎ +34 915641883 / +34 915648321
+34 915641901
madrid@tarom.es
Sita: MADTORO

SYRIA

Damascus

✈ International (29 km)
Alsham Travel and
Tourism 52 Fardoss Street
P.O. BOX 248
☎ +96 3112223630 / 2223332
+96 311222920 / 2247003

TURKEY

Istanbul

✈ Ataturk (24 km)
TAROM Office
Ataturk International
Airport Room IDL 9403
☎ +90 2124653777
☎ +90 2124653778
tarom@superonline.com
Sita: ISTTORO

UNITED ARAB EMIRATES

Dubai

✈ International (5 km)
Al Majid Travel Agency &
Tourism, Al Maktoum St.,
PO-BOX 1020, Deira
☎ +97 14221176/1849
☎ +97 142276748
Sita: DXBTORO

UNITED KINGDOM

London

✈ Room 4009, North East
Extension, Terminal 4,
Heathrow Airport, TW6 3FB
☎ +44 2087455542
☎ +44 2088974071
Sita: LHRXTRO
sales@taromuk.co.uk
lhroffice@taromuk.co.uk

USA

Parsippany

NETWORK INC
89 Headquarters Plaza North,
Suite 1420
Morristown, NJ 07960
Phone: +1 (973) 884-3254
Toll Free (within USA): 1 877-FLY-
TAROM (359-8276)
Fax: +1 (973) 428-8060

Agenți de vânzări cargo în România / Romanian cargo sales agents

AGILITY LOGISTICS SRL

BV. Dimitrie Pompeiu nr. 6E, Pipera Business Tower, Et. 9, Secțiunea 9A, Sector 2, 020337, București
☎+40 31 226 10 17
☎+40 21 350 10 71

AIR SEA FORWARDERS SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
Calea Bucureștilor nr. 224 E Terminal Kamino Otopeni, camere 5-6
Jud. Ilfov
☎+40 21 201 48 45
☎+40 21 201 48 46

AIR & SEA CONTAINER SHIPPING SRL

Gatt International „Henri Coandă”, București
Calea Bucureștilor nr. 224 J, Clădirea B.I.C.C. et. 2, birou nr. 1 Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 315 52 75
☎+40 21 313 52 12

ASG WIND TRANSPORT SRL

Aeroport Internațional Henri Coandă, București
Calea Bucureștilor nr. 95 A, etaj 1, Jud. Ilfov
☎+40 37 276 44 47
☎+40 37 287 10 40

BITRANS SRL

Str. Vasile Pârvan nr. 16
☎+40 256 202 380
☎+40 356 814 995
Timișoara, jud. Timiș

CARGO PARTNER

Baneasa Building and Technology Park
Sos. București-Ploiești nr. 42-44 Clădirea B, Aripa B2, etaj 1
Sector 1
☎+40 21 408 24 50
☎+40 21 408 24 56

DHL LOGISTIC SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București, Str. Aurel Vlaicu nr. 9, Terminal DSV, camera 4
☎+40 21 300 75 42/43
☎+40 21 300 75 40/41

DSV SOLUTION SRL

Aeroport Internațional Henri Coandă, București
Str. Aurel Vlaicu nr. 9, Terminal DSV, camera 26, Otopeni Cargo Terminal
☎+40 21 207 46 43
☎+40 21 207 46 41

EASI LOGISTIC SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
Str. Aurel Vlaicu nr. 9, Terminal DSV, camera 16, Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 31 405 92 02
☎+40 31 405 92 04

EURO CARGO SRL

Aeroportul Internațional „Henri Coandă” Gatt Building, Parter Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 201 49 08
☎+40 21 201 49 09

EUROPIM SHIPPING SRL

Splaiul Independenței nr. 202, camera 5, sector 6, București, 060021
☎+40 21 410 90 33
☎+40 21 410 06 08

EXPEDITORS INTERNAȚIONAL ROMÂNIA SRL

Str. Drumul Gării nr. 49-51 C Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 206 26 81
☎+40 21 319 49 44

EXPERT CARGO INTERNATIONAL SRL

Str. Sibiel nr. 3, bl. E. Sc. B, Parter, Ap. 20, Sect. 4
☎+40 722 40 63 37
☎+40 768 33 71 70

FEDEX TRADE NETWORKS TRANSPORT & BROKERAGE SRL

Aeroport Plaza Building, str. Gării Odaï nr. 1A, intrare B, et. 1, camerele 107, 108, 115, Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 365 30 00
☎+40 21 365 30 99

FENI INTERNATIONAL SRL

Sos. Cioflinci nr. 259, Jud. Ilfov
Aeroportul Internațional „Henri Coandă” București, Terminal

Menzies et. 1, cam. 7 B
☎+40 021 201 45 10
☎+40 021 316 15 54

GLOBAL LOGISTICS SOLUTIONS SRL

Calea Rahovei nr. 321, Bl. 28, sc. 2 et. 5 ap. 58, Sector 5, București
Aeroportul Internațional „Henri Coandă”, București
BICC Terminal
☎+40 21 210 45 07
☎+40 21 201 45 08

GEBRUDER WEISS SRL

Bvd. Expoziției nr. 1, et. 8 București
☎+40 372 67 8529/8525
☎+40 372 67 8539

HELLMANN WORLD WIDE LOGISTICS SRL

Airport Plaza Building str. Drumul Gării Odaï nr. 1 A intrarea B, camere 210-211 Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 3000 244
☎+40 21 3000 245

IB CARGO SRL

Soseaua București Nord 10/F, Global City Business Park, O21, Voluntari, Ilfov 077191
☎+40 21 528 13 00
☎+40 21 528 13 09

INFINITE MARKETING GROUP SRL

Str. Studiului nr. 8, sector 6, București
☎+40 21 430 30 18
☎+40 21 430 55 29

INTERNATIONAL ROMEXPRESS SERVICE LTD

Licensee of Federal Express Corporation Aeroportul Internațional „Henri Coandă” București Str. Ferme C nr. 13, Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 201 48 22
☎+40 21 201 48 27

KUEHNE + NAGEL TRANSPORT S.R.L.

Aeroport Internațional Henri Coandă, București
Calea Bucureștilor nr. 224 E, Clădirea B.I.C.C. et. 2, camera 2-3 Otopeni, Jud. Ilfov

☎+40 374 470 920 / 925
☎+40 374 470 919

LULU FISHING TRANS SRL

Sos. Sălaj nr. 239, Parter, sector 5, București
☎+40 03 143 61 355

MASTER MIND SRL

Aeroportul Internațional „Henri Coandă” Str. Aurel Vlaicu nr. 3 Clădirea Master Mind
☎+40 21 201 46 06
☎+40 21 201 46 01

SC MAURICE WARD & CO SRL

Remetea Mare, Hala 1 Modul 8, jud. Timiș
☎+40 256 223 327
☎+40 256 223 328

M&M MILITZER & MUNCH ROMÂNIA S.R.L.

Aeroportul Internațional „Henri Coandă” Airport Smart Office 3, etaj 1, Str. Sulfinei, Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 31 229 3489
☎+40 31 229 3394

PANALPINA ROMÂNIA SRL

Sky Tower, 18th Floor 246 C Calea Floreasca, District 1, Bucharest, 014476
☎+40 31 4039300 ext. 100
☎+40 21 326 61 63

PEGASUS SUPPLY CHAIN SOLUTIONS SRL

Aeroportul Internațional „Henri Coandă” Calea Bucureștilor nr. 224 J Terminal BICC, Et. 2, camera 8 Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 201 46 58
☎+40 21 201 46 57

RAIL CARGO LOGISTICS ROMANIA SOLUTIONS SRL

Oras Otopeni, Sos. Odaï nr. 62-68, Jud. Ilfov
☎+40 21 350 37 62
☎+40 374 094 761

SERBAN INTERNATIONAL TRANSPORTS

Str. Batiștei nr. 9, sect 1 București

☎+40 21 3187735
☎+40 21 3187741

BOLLORE LOGISTICS ROMÂNIA SRL

Sos. Străulești nr. 174, sect 1, București
☎+40 21 232 10 32/52
☎+40 21 232 10 11
A/P Otopeni
Calea Bucureștilor 224 E
☎+40 21 201 47 59
☎+40 21 201 47 84

SCHENKER LOGISTICS ROMÂNIA SA

Calea Rahovei nr. 196 C, sect 5 București
☎+40 21 234 0000
☎+40 21 317 6134
Aeroportul Int. „Henri Coandă” Otopeni, Clădirea BICC, et. 2
☎+40 21 234 0092
☎+40 21 201 46 39

TNT ROMANIA

Sos. București-Ploiești nr. 1 A Bucharest Business Park (BBP)
☎+40 21 303 45 00/45 67
☎+40 21 303 45 80
A/P Otopeni Str. Aurel Vlaicu nr. 49 ☎+021 407 41 03/04
☎+021 303 4288
Timișoara, Str. Aeroportului nr. 1
☎+40 256 204 808
☎+40 256 404 809

VRK EXPEDITIONS

Aeroportul Internațional „Henri Coandă”, Calea Bucureștilor nr. 224 J, POB 26, Clădirea BICC, etaj 1, Otopeni, Jud. Ilfov 075150
☎+40 21 201 46 20
☎+40 21 201 46 19
☎+40 21 201 47 40/46 45
Timișoara Aeroportul Traian Vuia, Str. Aeroportului nr. 2
☎+40 256 38 60 70
☎+40 256 38 60 66

UPS SCS ROMANIA SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
Str. Aurel Vlaicu nr. 11 C Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 350 92 03
☎+40 21 350 92 04
Timișoara, Str. Gh. Marinescu

nr.2 ap.5
☎+40 256 306 162

UTILOGISTICS ROMANIA

Airport Plaza Building Str. Drumul Gării Odaï nr. 1A et. 3, Cam. 303-305, 316 Otopeni- 075100, Jud. Ilfov
☎+40 21 315 40 00
☎+40 21 314 55 49

UNIMASTERS LOGISTICS SRL

Str. Drumul Gării Odaï nr. 1 A, Etaj 1, camera 109, Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 528 05 24
☎+40 21 528 05 26

TEEN LOGISTICS SERVICES SRL

Aeroportul Internațional „Henri Coandă”, București Str. Ferme A nr. 3A Otopeni Jud. Ilfov
☎+40 21 313 33 95
☎+40 21 330 349 95

TIME CRITICAL LINE SRL

Aeroportul Internațional Henri Coandă Str. Aurel Vlaicu nr. 11C Clădirea Delmonde, Et. 1, camera 3, Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 350 0108
☎+40 21 312 0245

TRITON INTERNATIONAL CARGO

Str. Măgurea nr. 37 bl. 13D, sc. 2, ap. 12, Sector 1, București
☎+40 21 204 19 10

WORLD COURIER ROMANIA SRL

Str. Ferme L nr. 2 Otopeni, Jud. Ilfov
☎+40 21 350 44 45
☎+40 21 350 44 47

WORLD MEDIATRANS SRL

Str. Jean Monet nr. 7 Timișoara 1900
☎+40 256 49 76 16
☎+40 256 20 23 80
Cluj Str. Traian Vuia 149 Pavilion 2
☎+40 364 81 49 40

WORLD TRANSPORT OVERSEAS

Str. B nr. 26, birou nr. 3, Oras Ovidiu, Jud. Constanța
☎+40 215 398 020
☎+40 215 398 021

Agenți de vânzări cargo din străinătate / International cargo sales agents

AUSTRIA

BRAINWAY AIRLINE SERVICES GmbH
International Air Cargo Center, Gate 1, Flat 03-113, A-1300 Airport Vienna
☎+43 1700733347/73364/733341
E-mail: office@brainway.at

BELGIUM

AIR LOGISTICS BVBA
Bedrijfszone Machelen Cargo Building 706, bus 3 Room 0766, 7th floor 1830 Machelen, Belgium
Tel: +32 2 709 06 00
Fax: +32 2 709 06 06
E-mail: bru@airlogisticsgroup.com sales.bru@airlogisticsgroup.com

CYPRUS

GAP Vassilopoulos GSA Services Ltd. 20 Strovatos Avenue, 2011 Strovatos, Nicosia, Cyprus
☎+357 22 710 000
+357 22 514 155
taromcargo@gappgroup.com
jack.koum@gappgroup.com
☎+357 22 710 500
+357 99 693 509

Czech Republic

Air Logistics s.r.o
Menzies Aviation Building Prague Int'l. Airport Prague 6, 16100
Tel: +420 220 114 084
Fax: +420 220 115 408
jindrich.hudecek@airlogistics.cz

DENMARK

Universat GSA ApS
Kystvejen 32 DK-2770 Kastруп Denmark
☎+45 32502800,

+45 32502830

E-mail: info@universatgsa.dk

FINLAND

Oy Universal GSA Ab
Rahtitie 3, 5th floor, 01530 Vantaa, Finland
☎+358 40 5483595
E-mail: info@universatgsa.fi

FRANCE

GLOBE AIR CARGO SYSTEM
Zone de Fret 4 Roissy 1 Rue du Pre – Batiment 33, 95704 Roissy CDG Cedex
☎+33 1 48 62 35 64
+33 1 48 62 53 35

GERMANY

GLOBE AIR CARGO GmbH
Waldecker Strasse 9, D-64546 Moerfelden-Walldorf
Frankfurt Office:
☎+49 6105 40 660
E-mail: fra@globel-air-cargo.de
Munchen Office
☎+49 89 975 93 380
☎+49 89 380 12 44 99
E-mail: muc@globe-air-cargo.de

Hungary

AIR LOGISTICS Kft.
2220 Vecses, Ulloti ut. 809/A
☎+36 1 770 7470
☎+36 1 770 7480

IRELAND

NORZEL LTD. T/A AIRLINE CARGO SERVICES
C/O Need More Space House Suite 306, Old Airport Road, Santry, Dublin 9
☎+353 18 468968
(for DUB office)/ 061478014 (for SNN office)
+353 18 468969
(for DUB office)/ 061478017 (for SNN office)

ISRAEL

LIKA BERKOWITZ INTERNATIONAL TRANSPORT LTD.
P.O. BOX 3216 Rishon Le Zion, 75131
☎+97 239502593
+97 239502594

ITALY

CISMAT COMPAGNIA ITALIANA SERVIZI MARITIMI AEREI TERRESTRI SRL
Cargo City – 00050 Aeroporto

GOLEMIS AIR SERVICES, CO SA, 15
Panepistimiou 10564, Athens
☎+30 2103543848
+30 2103543739

Hong Kong

ECs through M/S Aviation Solution GSA (HK) Ltd
Room 2612, Tower 2, Metro Plaza 223 Hing Fong Road, Kwai Chung, New Territories, Hong Kong
☎+852 25224656
E-mail: alex@avs-gsa.com

HUNGARY

AIR LOGISTICS Kft.
2220 Vecses, Ulloti ut. 809/A
☎+36 1 770 7470
☎+36 1 770 7480

IRELAND

NORZEL LTD. T/A AIRLINE CARGO SERVICES
C/O Need More Space House Suite 306, Old Airport Road, Santry, Dublin 9
☎+353 18 468968
(for DUB office)/ 061478014 (for SNN office)
+353 18 468969
(for DUB office)/ 061478017 (for SNN office)

ISRAEL

LIKA BERKOWITZ INTERNATIONAL TRANSPORT LTD.
P.O. BOX 3216 Rishon Le Zion, 75131
☎+97 239502593
+97 239502594

ITALY

CISMAT COMPAGNIA ITALIANA SERVIZI MARITIMI AEREI TERRESTRI SRL
Cargo City – 00050 Aeroporto

Fiumicino
☎+39 06 650 17361
+39 06 652 9438

E-mail: sradivojevic@sky-xs.com

INDIA

European Cargo Services – acting through M/S Globe Air Cargo India Pvt.Ltd
A-206, Cargo Service Centre, Cargo Terminal 2, Gate no.5, Air Cargo Complex, IGI Airport, New Delhi – 110 037
☎+98 10137227
r.dubey@ecsgroup.aero

NETHERLANDS

ATC AVIATION SERVICES BV
Folkstoneweg 40, 1118 LM Luchtersing, Schiphol Airport, P.O. Box 75569,
☎+31 203164210
+31 203164243

NORWAY

Universat GSA AS
Box 58 NO-2051 Jessheim, Norway
☎+47 63 942910
+47 63 942919
E-mail: info@universatgsa.no

REP. OF MOLDAVIA

BALMUS TRADE SRL
Str. Chisnăului 14, ap. 28
☎+37 22524102
☎+37 222529341

RUSSIA

FF Cargo Services Ltd.
30 Kommunalnyi proezd Moscow Region
☎+7 495 648 6501
+7 495 648 6101
E-mail: office@ffcargo.ru

SERBIA

SkyXS Air Cargo Doo
Robno skladiste Aerodroma Beograd Sprat V/5.3
11271 Surcin, Serbia

☎+381 11 2286 010/
+381 11 209 7804

E-mail: sradivojevic@sky-xs.com

SINGAPORE

European Cargo Services – acting through M/S Globe Air Cargo Far East Pte Ltd
85 Airport Cargo Road #02-201, SATS Airfreight Terminal 1, Singapore 819460
☎+65 6542 6599
+65 65434559
k.sanjay@ecsgroup.aero
s.cheong@ecsgroup.aero

SPAIN

CRS AIRLINE REPRESENTATIVES SL.
Barcelona Conchita Supervia, 15-Local,
☎+34 93 1888690,
+34 93 4903924
Madrid - Centro de Carga Aerea, Edificio Servicios Generales, Off. 509
☎+34 91 7462168
+34 91 1332577
+34 913937403

SWEDEN

Valencia - Centro Logistico Aeroportuario, Off. 8
46840 Manises
☎+34 96 1523943
+34 96 1598770

E-mail: info@crsairlines.net, jordi.pique@crsairlines.net, toni.beato@crsairlines.net, francesca.madrona@crsairlines.net

SWEDEN

Universat GSA AB
Stadiongatan 60 - 217 62 Malmö - Sweden
☎+46 40 6893360
+46 40 6893363

E-mail: info@universatgsa.se

SWITZERLAND

AIRNAUTIC AG
Freight Building
P.O. box 1078 CH-1211 Geneva 5 Airport
☎+41 22 717 89 00
+41 2

Space Available Now



CTP is a full-service international developer focusing on the delivery and management of high-tech, customised space solutions. CTP is the owner of the CTPark Network, the largest integrated system of premium business parks in Central Europe, with 3.7 million m² of A-class space in 60 strategic locations. Find out what we can do for you today.

ctpark.eu

Cu aplicația Allianz-Țiriac îți faci pe loc asigurare de călătorie.



Descarcă aplicația acum. Asigură-te oricând.



j.mp/mobil-azt-tarom



Allianz Țiriac

Parte din lumea ta.