



insight

VARĂ 2022 | SUMMER 2022

RIVIERA FRANCEZĂ
French Riviera

BUCĂTĂRIA BELGIANĂ
Belgian cuisine

DELTA DUNĂRII
Danube Delta



LONDRA - de la 184 Euro*

*tarif pentru o călătorie dus-întors



www.tarom.ro



**Redescoperă
plăcerea
de a călători!**



Mihăiță Ursu
CEO TAROM

Dragi pasageri,

Ne onorează și ne bucură foarte mult să fim din nou împreună și să vă fim alături ca partener al călătoriilor și vacanțelor dumneavoastră, care ne-au lipsit atât de mult în ultimii doi ani de restricții. A fost o perioadă dificilă, o perioadă de încercare pentru noi toți, care a adus schimbări fără precedent la nivel mondial, însă, din fericire se pare că asistăm la o revenire din ce în ce mai rapidă. Vacanțele la care visam, orașele pe care doream să le vizităm și care la un moment dat se transformaseră în niște simple puncte pe hartă, au devenit destinații pe care le putem bifa din nou în agenda de călătorii.

Dintre toate destinațiile pe care le-am ales cu atenție, i-am oferit loc de cinste însoritei Riviere Franceze, care pare să aibă răbdare cu fiecare om ce îi pășește pragul. Recomandată în special pentru cei care caută o vacanță dinamică și plină de inedit, această destinație nu vă va înșela așteptările. Pentru cei care nu sunt atât de buni prieteni cu soarele și temperaturile ridicate, recomandăm un city break la Praga, un oraș încremenit în timpuri străvechi, mărturie a secole întregi de istorie, mereu bucuros de oaspeți curioși.

Unii dintre noi vor rămâne în această vară pe meleagurile românești și pot explora Delta Dunării – o rezervație naturală unică în lume, fără însă a uita de comorile ascunse ale Transilvaniei, care abia așteaptă să fie descoperite de ochi iscoditori. Indiferent care este alegerea dumneavoastră, România are o destinație de vis potrivită pentru orice fel de călător, iar noi suntem pregătiți să vă aducem mai aproape de ea.

Dear passengers,

We are honored and very happy to be together again and to be with you as a partner in your travels and vacations, which we have missed so much in the last two years of restrictions. It was a difficult period, a trying period for all of us, which brought unprecedented changes worldwide, but fortunately it seems that we are witnessing a faster and faster return. The holidays we dreamed of, the cities we wanted to visit and which at a certain moment had turned into simple points on the map, became destinations that we can tick again in the travel agenda.

Of all the destinations we have carefully chosen, we have offered a place of honor to the sunny French Riviera, which seems to have patience with every person who crosses its threshold. Recommended especially for those who are looking for a dynamic and unique holiday, this destination will not disappoint your expectations. For those who are not so good friends with the sun and high temperatures, we recommend a city break in Prague, a city frozen in ancient times, a testament to centuries of history, always happy to receive curious guests.

Some of us will stay in the Romanian lands this summer and can explore the Danube Delta - a unique natural reserve in the world, without forgetting the hidden treasures of Transylvania, which can't wait to be discovered by inquisitive eyes. Whatever the choice is Romania has a dream destination suitable for any kind of traveler and we are ready to bring you closer to it.



/tarom.ro



@tarom.airways



@tarom_ro



DRUM&BASS PE PISTA DE AVION
DRUM&BASS ON THE RUNWAY

CONTENT
VARĂ / SUMMER 2022

DESCOPERĂ RIVIERA FRANCEZĂ
DISCOVER THE FRENCH RIVIERA



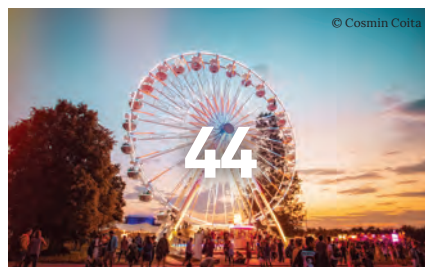
LASĂ-TE CUCERIT DE
GASTRONOMIA BELGIANĂ!
LET YOURSELF BE CHARMED
BY THE BELGIAN CUISINE!

VACANȚĂ BOEMĂ LA PRAGA
BOHEMIAN HOLIDAY IN PRAGUE



DELTA DUNĂRII - VACANȚĂ ÎN INIMA NATURII
DANUBE DELTA - A VACATION IN THE MIDDLE OF NATURE

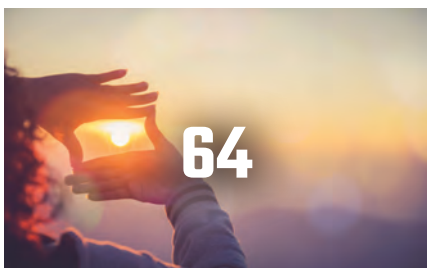
MUZICA SE MUTĂ ÎN TRANSILVANIA
MUSIC SHIFTS TO TRANSYLVANIA





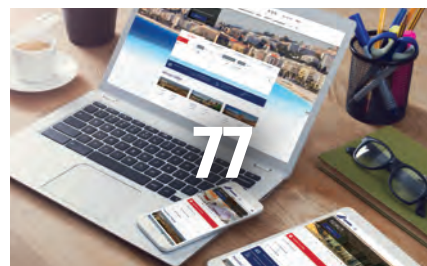
COVER STORY CHRIS SIMION

ANTREPRENORII DE FAPTE BUNE THE GOOD ENTREPRENEURS



5 PROFESII DIN VIITOR 5 JOBS OF THE FUTURE

FOCUS TAROM



Advertising
Inflight Media
0040 745 958 970

Foto
Shutterstock

Printed by
Tipografia Everest

TAROM

Address: 224F Calea Bucureștilor,
Otopeni, Romania
Phone: 0040-21 204 12 56
www.tarom.ro
www.facebook.com/tarom.ro

ISSN 1583 - 4964



ADIO, PETE PIGMENTARE! BUN VENIT, TEN LUMINOS!

Descoperă inovația Cellular LUMINOUS630 împotriva petelor pigmentare și bucură-te de rezultate vizibile în 4 săptămâni.



LUMINOUS630 este rezultatul a 10 ani de cercetări meticuloase și analize. Oamenii de știință NIVEA® au avut o mare provocare: să recreeze enzima umană care produce pigmentul de melanină. Astfel, au testat peste 50.000 de ingrediente active și le-au integrat în mai multe formule. Descoperă și tu noua gamă revoluționară!

Pantera Neagră, din nou pe marile ecrane

Cel mai nou film din seria Avengers va ajunge în cinematografe în luna septembrie a anului 2022. Black Panther: Wakanda Forever în regia lui Ryan Coogler, îi aduce înapoi pe Danai Gurira, Letitia Wright, Lupita Nyong'o, Martin Freeman și Angela Basset într-unul dintre cele mai așteptate filme ale anului. Fanii seriei sunt curioși de noua peliculă care se concentrează în jurul personajului Shuri, sora regelui T'Challa, o decizie pe care producătorii au luat-o cel mai probabil ca urmare a faptului că actorul care a interpretat personajul principal în Black Panther a încetat din viață în anul 2020, iar echipa a hotărât să nu aleagă pe altcineva care să interpreteze rolul jucat de Chadwick Boseman.



The Black Panther is back on the big screens

The newest Avengers movie will hit theaters in September 2022. Black Panther: Wakanda Forever, directed by Ryan Coogler, brings back Danai Gurira, Letitia Wright, Lupita Nyong'o, Martin Freeman and Angela Basset in one of the most anticipated movies of the year. Fans of the series are curious about the new film that revolves around the character Shuri, the sister of King T'Challa, a decision that the producers most likely made due to the fact that the actor who played the main character in Black Panther has died in 2020, and the team decided not to choose anyone else to play the role played by Chadwick Boseman.

Drum&bass pe pista de avion

Un aeroport este probabil ultimul loc în care v-ați aștepta să vedeți amenajată o scenă uriașă cu instalații de lumini și cu proiecții electrice, nu-i așa? Iată că în 2022 aveți ocazia să trăiți această experiență între 9 și 12 septembrie la Aeroportul Utilitar Cioca, din Timișoara când are loc Magnetic Festival. Koven, Maduk, Something&Something, Freqax, Madliquid, Memphys, NotSoCommon DJ, Jinx și mulți alți DJ și artiști promit un spectacol unic fanilor lor în probabil cel mai inedit loc de petrecere de până acum.



Drum&bass on the runway

An airport is probably the last place you would expect to see a huge stage with light fixtures and electrical projections, right? Hear that in 2022 you have the opportunity to live this experience between September 9 and 12 at the Cioca Utility Airport, in Timișoara when the Magnetic Festival will take place. Koven, Maduk, Something & Something, Freqax, Madliquid, Memphys, NotSoCommon DJ, Jinx and many other DJs and artists promise a unique show to their fans in probably the most unique party place so far.

Soluție inedită pentru accesul la educație

Un proiect foarte util oriunde în lume a fost pornit în Uzbekistan, unde 65 de grădinițe mobile cutreieră întreaga țară pentru a oferi acces la educație cât mai multor copii. La nivel global, potrivit Unicef, doar jumătate dintre copii au acces la educație timpurie, iar în Uzbekistan situația este și mai gravă, cu doar 36% dintre cei mici având posibilitatea de a merge la grădiniță sau școala primară în timp ce jumătate dintre unitățile preșcolare au fost desființate. Grădinița pe Roți este un program prin care 65 de autobuze au fost dotate cu rechizite, materiale educaționale, instrumente și resurse cu care profesori, învățători și educatori ajung în zonele rurale ale țării unde nu există și nici nu pot fi construite și dotate unități permanente. Autobuzele sunt echipate cu panouri solare care asigură aer condiționat și apă caldă și pot găzdui până la 16 copii în același timp și deservește o mare parte din zona rurală a țării.



A unique solution for access to education

A very useful project anywhere in the world has been launched in Uzbekistan, where 65 mobile kindergartens travel across the country to provide access to education for as many children as possible. Globally, according to Unicef, only half of children have access to early education, and in Uzbekistan the situation is even worse, with only 36% of children having the opportunity to attend kindergarten or primary school while half of preschools have been put out of service. The Kindergarten on Wheels is a program through which 65 buses have been equipped with supplies, educational materials, tools and resources with which teachers and educators arrive in rural areas of the country where schools do not exist and cannot be built. The buses are equipped with solar panels that provide air conditioning and hot water, they can accommodate up to 16 children at a time and today serve much of the country's countryside.

Înapoi în viitor, la volan

Suntem siguri că până acum toată lumea a văzut celebrul film Back to the Future și s-a îndrăgostit de cea mai cool mașină a tuturor timpurilor: DeLorean. Alpha 5, cel mai nou model anunțat de DeLorean Motor Company va intra în producție în anul 2024 și va fi vândut la prețul de 175.000 de dolari, de șase ori mai mult ca prețul mașinii originale din 1981. Complet electric, noul automobil promite că poate atinge 140 de kilometri la oră în doar 4.3 secunde, va avea 4 locuri și computer de bord cu touchscreen. Compania spune ca va produce doar 88 de exemplare din acest model.



Back to the future, behind the wheel

We are sure that by now everyone has seen the famous movie Back to the Future and they fell in love with the coolest car of all time: the DeLorean. Alpha 5, the newest model announced by DeLorean Motor Company, will go into production in 2024 and will be sold for \$175,000, six times the price of the original car from 1981. Fully electric, the new car promises to reach 140 kilometers per hour in just 4.3 seconds, will have 4 seats and on-board computer with touchscreen. The company says it will produce only 88 copies of this model.



4 zile de lucru pe săptămână, proiect pilot

Timp de șase luni, din iunie 2022 până la final de an, o echipă de cercetători de la universitățile Cambridge, Boston și Oxford derulează un proiect pilot prin care testează eficiența săptămânii de lucru de 4 zile. În cadrul experimentului sunt înrolate 70 de companii din Marea Britanie, iar lista de participanți poate fi extinsă dacă și alte entități doresc să se alăture. Acesta nu este primul proiect pilot care încearcă să măsoare dacă o săptămână de lucru mai scurtă este o idee foarte bună. Islanda a derulat un program extins de testare între 2015 și 2019 iar rezultatele au indicat că participanții au devenit mai fericiți, mai sănătoși și mai productivi. În 2019, Microsoft Japonia a publicat rezultatele propriului experiment cu programul de patru zile de lucru pe săptămână și acestea au arătat o creștere a productivității cu 40%. Din ce în ce mai multe companii fie implementează sau experimentează programe similare.

4-day work week, pilot project

For six months, from June 2022 until the end of the year, a team of researchers from the universities of Cambridge, Boston and Oxford is carrying out a pilot project to test the effectiveness of the 4-day work week. 70 companies from the UK are enrolled in the experiment and the list of participants can be extended if other entities want to join. This is not the first pilot project to try to gauge whether a shorter work week is a good idea. Iceland ran an extensive testing program between 2015 and 2019 and the results indicated that participants became happier, healthier and more productive. In 2019, Microsoft Japan published the results of its own experiment with the four-day work program per week, which showed a 40% increase in productivity. More and more companies are either implementing or experimenting similar programs.



MEDMONDI.RO

Un website nu doar despre sănătate!

Sănătate Călătorii Tehnologie

Știri, Studii, Interviuri



Din nou la drum

După doi ani abrupti care ne-au ținut departe de cei dragi, cu aeroporturi pustiite, poteci de munte acoperite de frunze nederanjate de pașii exploratorilor, plaje cu nisipuri neatinsse de călători, a sosit momentul să ne restartăm spiritul de aventură și să recuperăm toate experiențele pe care le-am păstrat cu drag în sertarul cu planuri de vacanță.

La scurt timp după o iarnă fantomatică, temperaturile ridicate au năpădit termometrele mai repede decât am reușit noi să planificăm în detaliu toate micile escapade pe care ni le-am dori pentru acest an. Dar vremea pare că va ține cu noi timp îndelungat în 2022 așa că nu e deloc timpul pierdut.

Fie că vreți să descoperiți noi locuri secrete din România sau visați la destinații exotice, în paginile următoare veți găsi recomandări de călătorie pentru toate gusturile. De la sălbatica Deltă la promenada celebră a Nisei, vă invităm ca acum, la zeci de kilometri înălțime, departe de zumzetul notificărilor, să vă dați voie să visați la toate locurile pe care v-ar face plăcere să le explorați.

Ne bucurăm să fim din nou împreună.

On the go again

After two steep years that kept us away from loved ones, with deserted airports, mountain trails covered with leaves undisturbed by the footsteps of explorers, and beaches with sands untouched by travelers, it's time to restart our spirit of adventure and recover all experiences which we dearly kept in the holiday plans' drawer.

Shortly after a ghostly winter, the high temperatures flooded the thermometers faster than we were able to plan in detail all the little getaways we would like for this year. But the weather seems to be our partner for a long time in 2022 so it's not wasted time at all.

Whether you want to discover new secret places in Romania or dream of exotic destinations, you will find travel recommendations for all preferences in the following pages. From the wild Delta to the famous promenade of Nice, we invite you now, while at tens of kilometers high up in the air, away from the notifications' buzz, to allow yourself to dream of all the places you would love to explore.

We are happy to be together again.



Olivia Vereha
Redactor șef
Editor In Chief

TRAVEL

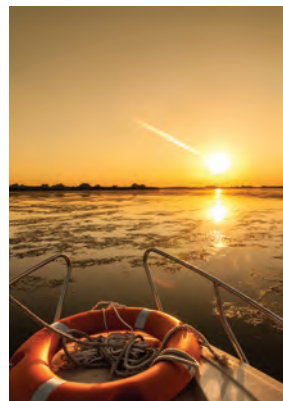
14



**22 Gastronomiă
belgiană**
Belgian cuisine



28 Praga
Prague



36 Delta Dunării
Danube Delta

Descoperă Riviera Franceză

Discover the French Riviera



SEASON'S CHOICE

Una dintre primele stațiuni moderne, Riviera Franceză este astăzi una dintre cele mai vândute destinații europene. Coasta de Azur, cum este cel mai cunoscută, atrage turiști încă de la finele secolului al XVIII-lea. Dacă în primii cincizeci de ani aici veneau în special cei care căutau tratamente pentru tot soiul de afecțiuni medicale cu precădere în sezonul rece, de la mijlocul secolului al XIX-lea, aristocrația britanică a transformat sudul Franței în destinația ideală de vacanță. Grație liniei de cale ferată deschisă în aceeași perioadă, micile orașele de pe malul mării au devenit rapid neîncăpătoare pentru zecile de mii de turiști în căutarea vremii perfecte pentru plajă și relaxare.

Dovada versatilității Rivierei stă în diversitatea tipurilor de călători care au găsit aici tot ce își doreau, de la membri ai unor familii foarte înstărite, cum ar fi familia Rotschild, sau prinți și prințese din tot bătrânul continent, până la artiști precum Picasso, Matisse, Huxley sau contemporani precum Elton John. În cochetele stațiuni litorale precum Cap-d'Ail, Cannes, Saint-Tropez, Villefranche-sur-Mer sau Antibes anual ancorează peste 50% din toată flota de lux existentă pe glob.

One of the first modern resorts, the French Riviera is today one of Europe's most sought-after destinations. The Côte d'Azur, as it is best known, has been attracting tourists since the late 18th century. While, in the first fifty years, it was mainly those seeking treatment for all sorts of medical conditions who came here, especially in the cold season, from the mid-19th century the British aristocracy turned the south of France into the ideal holiday destination. Thanks to the railway opened at the same time, the small seaside towns quickly became overcrowded with tens of thousands of tourists looking for the perfect weather to sunbathe and relax.

The Riviera's versatility can be seen in the diversity of travellers, who have found here everything they wanted, from members of very wealthy families, such as the Rotschild's, or princes and princesses from all over the old continent, to artists such as Picasso, Matisse, Huxley or contemporaries, like Elton John. In the charming seaside resorts of Cap-d'Ail, Cannes, Saint-Tropez, Villefranche-sur-Mer and Antibes, more than 50% of the world's luxury fleet anchors annually.





În drum spre Nisa

Înainte de a fi captați pentru totdeauna de farmecul unic al Nisei, trebuie să vă rezervați suficient timp pentru splendidele mici orașele și sate care compun Riviera. Menton este un bun loc de pornire pentru că este poate cel mai puțin aglomerat dintre stațiuni și oferă turiștilor timp să își obișnuiască simțurile cu starea de minunată relaxare a acestei regiuni. Situat la granița cu Italia, este și un loc unde veți avea ocazia să vă delectați cu o bucătărie mixtă de un farmec aparte.

La mijlocul drumului dintre Monaco și Menton, dacă vreți să faceți o scurtă oprire, atunci cu siguranță trebuie să fie în Roquebrune-Cap-Martin, unde puteți admira vila în care a locuit Coco Chanel. Nu putem, desigur, vorbi de Riviera Franceză fără să amintim de Monaco, unde puteți admira cele mai interesante ambarcațiuni deținute de cei mai bogați oameni din lume, dar și locuri cu totul și cu totul speciale cum este Catedrala din Monaco sau Palatul Princiar, construit cu aproape o mie de ani în urmă.

On the way to Nice

Before being forever hooked on the unique charm of Nice, you should take enough time for the splendid little towns and villages that make up the Riviera. Menton is a good place to start, being, perhaps, the least crowded of the resorts and giving tourists time to accustom their senses to the wonderfully relaxed state of this region. Situated on the Italian border, it's also a place where you'll have the chance to indulge in some charming mixed cuisine.

Halfway between Monaco and Menton, if you want to make a short stop, then it should definitely be in Roquebrune-Cap-Martin, where you can admire the villa where Coco Chanel lived. Of course, we cannot speak about the French Riviera without mentioning Monaco, where you can admire the most interesting boats owned by the richest people in the world, but also very special places, such as the Monaco Cathedral or the Prince's Palace, built almost a thousand years ago.

SEASON'S CHOICE

Cannes nu mai are nevoie de nicio introducere, pentru că este probabil cel mai cunoscut oraș din zonă, complet acaparat de vedete și personalități de fiecare dată când Festivalul Internațional de Film își deschide porțile. Aici ai cele mai multe șanse să te întâlnești la o terasă cu actorul sau regizorul tău preferat, dar recomandăm să vă îndreptați atenția și spre toate minunile arhitecturale ascunse ale acestui orașel, cum ar fi casele și grădinile splendide din Le Suquet, centrul istoric al Cannes-ului.

Când eram mici și ne cădeau în mână vederi cu plaje perfecte și valuri de un albastru electric credeam că locurile acestea sunt desenate și cu siguranță nu există în realitate. Dar în Antibes, oriunde ți-ai întoarce privirea pare că te-ai scufundat în cea mai frumoasă fotografie a mării din lume. Acest loc a fost și destinația preferată a autorului Marelui



Cannes needs no introduction because it is probably the most famous city in the area, completely packed with stars and personalities, every time the International Film Festival opens its doors. This is where you're most likely to meet up with your favourite actor or director on a terrace, but we recommend you also turn your attention to all the hidden architectural wonders of this little town, such as the splendid houses and gardens of Le Suquet, the historic Old Town of Cannes.

When we were little, looking at postcards of perfect beaches and electric blue waves, we thought these places had been drawn and that they certainly didn't exist. But everywhere you look in the Antibes, you seem to be immersed in the most beautiful photograph of the sea in the world. This place was also the favourite destination of Fitzgerald, the author of *The Great Gatsby*, who returned year after



INNOVA ENGINEERING



Walter Cor Hăgigălinis
Managing Partner
Innova Engineering

Dare to go Green. Massive amounts of energy are used to keep the data flowing

Nowadays, data is generated everywhere, by everyone, no matter the industry. The volume of data is expected to double worldwide by 2025, up to 181 zettabytes. This means a massive demand for efficient data centers. And one of today's challenges remains the high energy consumption.

Data centers that support businesses, Internet services and our social media lives use lots of energy. As their numbers grow, there is pressure to make them more energy-efficient and reduce their environmental impact. Whether watching a film online or just posting a photo on social media, both cause a chain reaction and use energy. This happens not just on personal devices, but in data centers scattered around the world where that information is stored. Today nearly all the world's IP traffic goes through data centers. Thus, simple web searches of the past are nothing compared with the big electricity consumption behind cloud computing, artificial intelligence (AI), the rise of 5G mobile networks, self-driving vehicles or cryptocurrency mining. Streaming services alone could make up to 87% of consumer internet traffic this year.

The latest predictions show that the IT&C industry will be responsible for consuming 20% of the total energy globally by 2025. High-performance servers need a lot of power to run at full capacity. At the same time, data centers need electricity in advanced cooling systems to control the heat generated by servers on the premises, but also for lighting, surveillance and security systems. All this contributes to even higher consumption. Even in the case of medium-sized data centers, electricity consumption is similar to the total needed for a small city.

Are sustainable solutions for energy efficiency and the climate crisis a priority for data centers industry?

Innova Engineering, a leading company specialized in designing, planning, engineering, construction, maintenance and management of data centers, headquartered in Romania, believes it's essential to support customers with highly-efficient and energy-saving solutions. The new challenges facing critical infrastructure are growing, in addition to reliability, continuity of services and reduced costs, there is also compatibility with the environment. Problems related to pollution, the greenhouse effect and global warming are the main challenges facing modern industries. Current changes also increase the complexity of networks and lead to increased demand for real-time processing. Advances in telecommunications through the implementation of 5G solutions also complement the demand for digital services.

"Taking care of our planet is an important aspect of building data centers. In the recent years, both data center operators and providers have been actively pursuing strategies that can make a real difference in shaping sustainable solutions and tackling the climate crisis. At Innova, our portfolio includes energy efficiency solutions for clients in media, banking, telecom, public sector and data center operators. We focus on alternative and renewable energy technologies with low carbon potential, so that sustainability efforts pay off. A real challenge in building a data center is energy efficiency in terms of increasing the density of processing and storage equipment, the price of which is directly reflected in the cost of energy. Energy efficiency at the data center level translates into the implementation of complex technical solutions, that deliver the expected results without compromising resilience and safety, but that takes a lot of experience and expertise and that is our business", explains Walter Cor Hăgigălinis, Managing Partner at Innova Engineering.

Gatsby, Fitzgerald, care alături de soția sa a revenit an de an pe timpul verii pentru a scrie pe malul mării. Nu este singurul artist pe care Antibes l-a captivat iremediabil, acest loc fiind și printre destinațiile cele mai iubite ale lui Picasso. Pablo Picasso a fost captivat și de Saint-Paul-de-Vance, un sat medieval din apropiere, iubirea secretă a lui Chagall care și-a petrecut aici mulți ani și unde este și înmormântat.

Èze, un sat medieval încremenit cu secole în urmă, potrivit mai ales pentru cei care iubesc plimbările lungi pe pante abrupte pline de provocări și construcțiile impunătoare ale secolelor XIV și XV, este un loc de neratat. În același stil medieval este și Grasse, dar nu asta îl face un loc special. Grasse este capitala mondială a parfumurilor, iar cel mai bun moment pentru o vizită este luna august, când are loc aici Festivalul Iasomei, o explozie de mireme și culoare cum nu veți întâlni nicăieri altundeva.

Nisa, perla Rivierei Franceze

Dacă aveți control deplin asupra orarului vacanței porniți spre Nisa devreme pentru a ajunge în oraș la ora prânzului, ca să fiți martorii unei tradiții vechi de secole. Dacă în multe orașe miezul zilei este anunțat de sunetul metalic al unor clopote, la Nisa veți auzi un puternic sunet de explozie. Una dintre legende spune că Sir Thomas Coventry a pornit această „tradiție” ca o metodă de a-și chema soția din vizitele sale pentru a lua masa trăgând în aer cu...tunul. De la finele secolului al XIX-lea tunul a fost înlocuit cu artificii și, cu foarte mici excepții, sunetul de artificii se aude zi de zi când vine vremea ca toți orașenii să se oprească din lucru pentru a lua o pauză binemeritată.

După plimbarea obligatorie pe Promenade des Anglais, îndreptați-vă pașii către centrul istoric al orașului, locul potrivit pentru o cină romantică sau pentru a admira

year, with his wife, during the summer, to write by the sea. He is not the only artist captivated by the Antibes, as this place was among Picasso's most beloved destinations too. Pablo Picasso was also fascinated by Saint-Paul-de-Vance, a nearby medieval village, the secret love of Chagall, who spent many years and is buried there.

Èze, a medieval village frozen in time, as centuries ago, mainly suited for those who love long walks on steep slopes, full of challenges, and the imposing constructions of the XIV and XV centuries, is a must-see. The same medieval style can be found in Grasse. However, that's not what makes it special. Grasse is the world capital of perfumes, and the best time for a visit is August, when the Jasmine Festival takes place, with an explosion of fragrance and colour like you will never find anywhere else.

Nice, the pearl of the French Riviera

If you have full control over your holiday schedule, set off for Nice early, to arrive in town at lunchtime, to witness a centuries-old tradition. If, in many cities, midday is announced by the clanging of bells, in Nice you'll hear a loud explosion. One legend says that Sir Thomas Coventry started this 'tradition' as a way to call back his wife to lunch, from her strolls, by blasting a cannon. Since the end of the 19th century, the cannon has been replaced by fireworks and, with very few exceptions, the sound of fireworks can be heard every day when it's time for all the townspeople to stop work, for a well-deserved break.

After the mandatory stroll along the Promenade des Anglais, head for the historic Old Town, the perfect place for a romantic dinner or to admire the extremely well-preserved Baroque architectural gems, such as the Cathedral Ste-Réparate or Palais Lascaris. To the East, from the

Zboruri TAROM spre Nisa / TAROM Flights to Nice

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

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Nisa				
13:20	14:50	4,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 401	73W
Nisa - București				
13:15	16:35	4,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 402	73W

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



bijuteriile arhitecturale baroce extrem de bine păstrate în timp, cum ar fi Catedrala Ste-Réparate sau Palais Lascaris. La est de centrul vechi se află drumul care vă va purta către Colline du Château, locul ideal pentru o vedere cuprinzătoare asupra orașului și pentru cele mai frumoase fotografii. Iar dacă aveți norocul de a petrece aici o zi de luni, cea mai bună destinație matinală este târgul de vechituri unde veți găsi cadouri inedite pentru cei dragi.

Nisa are foarte multe locuri must-see, dar pentru iubitorii de artă contemporană, recomandăm o oprire la biblioteca la La Tête Carrée unde se află o sculptură grandioasă a unui artist francez care ascunde la interior mii de volume. Dintre destinațiile mai puțin explorate ale Nisei credem că pe listă ar trebui să aveți și o plimbare scurtă la casa lui Ben Vautier, un artist inedit care și-a transformat curtea într-o expoziție cel puțin excentrică, aglomerată cu tot soiul de obiecte care mai de care mai surprinzătoare.

Old Town, lies the road that will take you to the Colline du Château, the ideal place for a breath-taking view of the city and for taking the most beautiful photographs. And, if you're lucky enough to spend a Monday here, the best morning destination is the flea market, where you'll find unique gifts for your loved ones.

Nice has many must-see places, but for contemporary art lovers, we recommend a stop at the La Tête Carrée library, a grand sculpture designed by a French artist, having thousands of volumes hidden inside. Among Nice's less explored destinations, a quick trip to the home of Ben Vautier, an unusual artist who turned his courtyard into an eccentric exhibition, filled with all sorts of surprising objects, should be on your list.

Lasă-te cucerit de gastronomia belgiană!

Let yourself be charmed
by the Belgian cuisine!

Delicioasele vafe (waffles), ciocolata, cartofii pai prăjiți și berea sunt recunoscute ca aparținând gastronomiei belgiene, însă aceasta are mult mai mult de oferit din punct de vedere culinar. Înainte de a ne delecta papilele gustative, merită să menționăm faptul că bucătăria belgiană se află la intersecția altor trei gastronomii, și anume cea flamandă, franceză și germană. Așadar, în funcție de regiunile pe care le veți vizita, veți putea observa influențe diferite în prepararea rețetelor.

Delicious waffles, chocolate, fries and beer are known to be part of the Belgian cuisine, but Belgium offers much more in the food department. Before bringing delight to our taste buds, we should mention that the Belgian cuisine is at the junction of three other cuisines, Flemish, French and German. So, depending on the regions visited, you may notice various influences in preparing their dishes.





Deși creditul pentru sintagma French fries merge la francezi, pare-se că belgienilor trebuie să le mulțumim pentru probabil uneia dintre cele mai populare "plăceri vinovate." Dacă ajungeți în Bruxelles sau în orice alt oraș, vă recomandăm o porție (moderată) de cartofi prăjiți, cu riscul de a trișa dieta. Fie că îi comandați ca o garnitură la restaurant, fie că îi veți servi direct de la tonetele de pe stradă, în cornete sau farfurii de hârtie, veți observa gustul diferit și mult mai gustos. Și dacă tot vorbim de garnitură, cartofii prăjiți însoțesc de obicei alt preparat foarte apreciat de localnici și turiști deopotrivă, și anume Moules frites. Așa cum bănuți, această rețetă are legătură cu bucătăria franceză, și este extrem de delicioasă: scoici servite într-un sos din vin alb, la care se adaugă unt și pătrunjel.

Rămânem tot la ingredientul de bază cartof, pe care îl puteți savura și sub forma preparatului belgian pe nume stoemp. Este un amestec cremos de cartofi fierți la care se adaugă alte legume rădăcinoase, tot fierțe, ca morcov, ceapă, praz, sau țelină. Se servește de obicei cu pește sau Boudin blanc, un cârnat "alb", din ficat de porc. Iar dacă vă plac tocănițele pe bază de pește, deși unii o numesc supă, vă propunem să încercați și Waterzooi. De origine flamandă, aceasta se pregătește astăzi și cu carne de pui. Nu lipsesc din compoziție legumele și sosul de smântână, ou și unt. Tot la capitolul tocănițe se încadrează și Carbonade flamande, unde carnea de vită se gătește în savuroasa bere belgiană, și se azonează cu cimbru și dafin. Dacă sunteți

Although the credit for the French fries phrase is due to the French, it seems we have the Belgians to thank for probably one of the most popular "guilty pleasures." If you arrive in Brussels or any other city, we recommend a (moderate) portion of fries, while taking a rain check on your diet. Whether you order them as a side dish at the restaurant, or serve them directly from the kiosks on the street, in cornets or paper plates, you will notice the different and much tastier savour. And, if we're talking about side dishes, fries usually accompany another dish very popular among the locals and tourists alike, namely Moules frites. As you might have guessed, this recipe is related to French cuisine, and is extremely delicious: clams served with a white wine sauce topped by butter and parsley.

We will remain within the scope of the main ingredient, the potato, which you can also savour in the form of the Belgian dish called stoemp. It is a creamy mixture of boiled potatoes with other root vegetables, also boiled, such as carrots, onions, leeks, or celery root. It is usually served with fish or Boudin blanc, a "white" sausage, made from pig liver. And if you are fond of fish stew, though some call it soup, we recommend you also try the Waterzooi. Flemish in origin, nowadays it is also prepared with chicken. Vegetables and the sour cream, egg and butter sauce are also essential to this mixture. And while we're browsing through the stews chapter, make a note of Carbonade





fani ai rețetei franțuzești de Beef Bourguignon, atunci recomandarea noastră va fi pe placul vostru.

Un alt preparat pe care îl veți întâlni foarte des în meniurile restaurantelor din Belgia este Croquettes aux crevettes grises, sau crochetele din creveți, crocante la exterior și moi la interior. Un aperitiv delicios, la fel ca tomates aux crevettes grises, o rețetă tot pe bază de creveți și maioneză. Cu acest amestec sunt umplute de obicei roșiile, pentru o gustare rapidă, sau chiar sandvișurile.

A venit momentul să vorbim și despre desert, iar aici sunt câteva dulciuri pe care cu greu le poate egala altă bucătărie: ciocolata, vafele și biscuiții (Speculaas). Acestea nu au nevoie de foarte multă introducere, căci le veți regăsi la

flamande, where the beef is cooked in tasty Belgian beer, and seasoned with thyme and bay leaves. If you enjoy the French recipe for Beef Bourguignon, then our recommendations will be very much to your liking.

Another dish that is very often found in the menus of Belgian restaurants is the Croquettes aux crevettes grises, or prawn croquettes, crispy on the outside and soft on the inside. A delicious starter, not unlike tomates aux crevettes grises, another prawn and mayonnaise-based dish. This mixture is usually used to fill tomatoes, for a quick snack, or even sandwiches.

It's time to talk about desserts, and here are a few sweets than can hardly be matched by any other cuisine: chocolate,



fiecare colț de stradă, în ciocolaterii sau magazine, în zeci de sortimente. Nu uitați să luați la pachet și pentru cei dragi. Dacă preferați în schimb înghețata, atunci La Dame Blanche va fi un desert pe placul vostru: înghețată de vanilie, frișcă, sos de ciocolată cald și, pentru decor, o cireașă. Belgienii se pot lăuda de asemenea cu cheesecake-ul lor Stofé sau cu Liers vlaaike, un produs de patiserie foarte îndrăgit de către localnici, în special în provincia Antwerp. Desigur, la capitolul băuturi, berea ocupă loc fruntaș, și asta pentru că în Belgia există peste 200 de fabrici de bere și zeci de sortimente care așteaptă să fie degustate.

waffles and biscuits (Speculaas). Their reputation precedes them, because you can find them in dozens of assortments at any street corner, in chocolatier shops or stores. Don't forget to bring some home, to your loved ones. However, if you prefer ice cream instead, then La Dame Blanche will be a dessert better suited to your taste: vanilla ice cream, whipped cream, lukewarm chocolate sauce and a cherry to top it off. Belgians also take pride in their Stofé cheesecake or Liers vlaaike, a pastry dish that is very popular with the locals, especially in the Antwerp region. Of course, as far as drinks are concerned, beer tops the ranks, and that's because Belgium has over 200 breweries and dozens of assortments waiting to be sampled.

Zboruri TAROM spre Bruxelles / TAROM Flights to Brussels

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

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Bruxelles				
07:40	09:30	1* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 371	73W
14:15	16:05	3,4,5* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 373	73W
Bruxelles - București				
10:20	14:00	1* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 372	73W
19:55	23:35	3,4,5* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 374	73W

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



**Îți este dor
de o cafea
turcească?**

ISTANBUL - de la 146 Euro*

*tarif pentru o călătorie dus-întors



www.tarom.ro

Vacanță boemă la Praga

Bohemian holiday in Prague





“Orașul celor 100 de clopotnițe”, “Orașul de Aur”, “Mama Orașelor”, sau “Parisul Estului”, Praga a cunoscut de-a lungul timpului mai multe supranume, date de localnici sau chiar de turiști, în diferite perioade istorice. În anul 1992, UNESCO a inclus centrul istoric al orașului în patrimoniul cultural mondial, ceea ce înseamnă că aveți cel puțin un motiv (suficient de bun, credem noi) pentru a zbura în capitala Cehiei, vara aceasta. Având în vedere că vorbim despre unul dintre cele mai importante centre culturale din Europa, vă recomandăm să vă rezervați cel puțin cinci zile pentru vă putea bucura de frumusețea orașului.

Arhitectura din Praga va fi prima care vă va fura multe zâmbete, și asta pentru că în puține alte locuri veți regăsi un mix atât de armonios între stilurile renescentist, gotic, baroc, art nouveau, sau cubism. Din fericire, multe clădiri au supraviețuit celui de-al Doilea Război Mondial, precum și altor regimuri politice. Ca să vă orientați mai ușor la fața locului, ar fi bine de știut că centrul istoric se împarte în două mari cartiere, Malá Strana (Orașul mic) și Nové Město (Orașul nou), și sunt despărțite de râul Vltava. Dar să nu vă

“The city of 100 spires”, “The golden city”, “The mother of all cities”, or “The Paris of the East”, Prague has known many names over time, either given by locals or even by the tourists themselves, during various historical periods. In 1992, UNESCO included the historical centre of the city on the world cultural heritage list, which means that you have at least one reason (good enough, in our opinion) to board a flight to the Czech capital this summer. Since this is one of the most important European cultural centres, we recommend that you book at least five days in order to enjoy the beauty of the city.

The architecture of Prague will bring many smiles to your face, because there are only a few other places where you can find such a harmonious blend of styles, such as Renaissance, Gothic, Baroque, Art Nouveau or Cubism. Fortunately, many buildings survived World War Two, as well as other political regimes. To make it easier to find your bearings on site, you should know that the historical centre is divided into two large neighbourhoods Malá Strana (The little city) and Nové Město (The new city), divided by the Vltava river. But enough with the suspense, here are the most popular tourist attractions.



mai ținem în suspans și să vă spunem care sunt cele mai populare atracții.

Castelul din Praga este primul pe lista noastră, acesta fiind reședința mai multor regi, împărați și președinți care au condus țara în diferite epoci. Datorită suprafeței sale impresionante - 70.000 metri pătrați, edificiul a intrat în Cartea Recordurilor ca cel mai mare castel antic din lume. În interiorul său veți putea admira și alte clădiri importante, catedrale și muzee, dintre care amintim Catedrala Sfântul Vitus (sediul arhiepiscopiei), Galeria Națională de Artă Boemiană Barocă, sau Muzeul Jucăriilor. În funcție de perioada în care ajungeți în Praga, castelul este deschis între 05.00-24.00 (aprilie-octombrie) și 06.00-23.00 (noiembrie-martie). Prețul билетelor variază și el între 250 (bilet adulți) și 500 de coroane cehe (bilet familiei). Iar dacă doriți să păstrați atmosfera regală, vă recomandăm să vizitați și Palatul Regal de Vară, Palatul Wallenstein și superbele sale grădini, sau Palatul Schwarzenberg, o adevărată bijuterie renesanțistă.

Praga este totodată renumită și pentru multitudinea de biserici și catedrale care au fost construite aici, iar în

The Prague castle is the first on our list, being the residence of several kings, emperors and presidents who ruled the country at different times. Due to its impressive size - 70,000 square metres, the edifice was included in the Book of World Records as the largest ancient castle in the world. Inside you will also be able to admire other important buildings, cathedrals and museums, of which we mention St. Vitus Cathedral (the headquarters of the archdiocese), the National Gallery of Bohemian Baroque Art, or the Toy Museum. Depending on your time of arrival in Prague, the castle is open between 05.00-24.00 (April-October) and 06.00-23.00 (November-March). The ticket prices vary between 250 (adult ticket) and 500 Czech Crowns (family ticket). And if you want to preserve the royal background, we recommend you visit the Royal Summer Palace, the Wallenstein Palace and its beautiful gardens, or the Schwarzenberg Palace, a genuine Renaissance jewel.

Prague is also renowned for its many churches and cathedrals that were built here, and we propose that your itinerary should include the Old New Synagogue, one of the most valuable Jewish historical edifices in Europe, the



itinerariul vostru vă propunem să includeți Vechea Sinagogă Nouă, una dintre cele mai valoroase clădiri istorice evreiești din Europa, Biserica Tyn, un simbol al stilului gotic, sau Biserica Sfântul Nicolae, ridicată în stil baroc. Mănăstirea Loreta este, de asemenea, un important obiectiv turistic și loc de pelerinaj. Acolo veți putea admira trezoreria, precum și Casa Santa, o replică a casei Sfintei Fecioare, casă care se află acum în Loreto (Italia).

Nici la capitolul muzee, Praga nu vă va dezamăgi. Sunt atât de multe lucruri de văzut, încât nu știm cu ce să începem. Muzeul Național, o asociație de muzee, reunește aproximativ 14 milioane de exponate din diverse domenii ca istoria naturală, arta, muzica și literatura. Poate cea mai renumită personalitate culturală din Cehia, Franz Kafka are un muzeu dedicat în care veți regăsi fotografii, publicații și scrisori oficiale ale celebrului scriitor. Un alt muzeu interesant este cel al Comunismului, care vă oferă o imagine de ansamblu a vieții poporului ceh, în timpul Uniunii Sovietice.

Tyn Church, a symbol of the Gothic style, or St. Nicholas Church, built in Baroque style. Loreta Monastery is another important tourist attraction, as well as a place of pilgrimage. There you will be able to admire the treasury, as well as the Casa Santa, a replica of the Saint Mary's home, a house now located in Loreto (Italy).

The museum section of Prague will not be disappointing either. There are so many things to see that we don't even know where to start. The National Museum, an association of museums which brings together about 14 million exhibits from various fields such as natural history, art, music and literature. Perhaps the most notable cultural figures in the Czech Republic, Franz Kafka has a dedicated museum where you will find photographs, publications and official letters of the famous writer. Another interesting museum is the Communism Museum, which provides an overview of the life of the Czech people during the Soviet Union.

If you're not tired from all the walking around, we still have some recommendations for you, such as the Old Town



Created by
SECOM[®]
good-routine.com

COMFORT-U[®]. Susține-ți sănătatea tractului urinar, în fiecare zi, cu noua gamă de la **Good Routine[®] by Secom[®]**



*Disponibil sub formă de capsule și pulbere în plic.

Formulă complexă, cu adăos de **1 miliard UFC Lactobacillus reuteri**, care poate restabili mediul natural de la nivelul tractului urinar și poate sintetiza compuși care nu permit bacteriilor neprietenoase să se dezvolte.

Află mai multe pe www.good-routine.com

Studiu realizat online, de Exact Business Solutions pe 23 de categorii. În categoria „Suplimente alimentare – Sănătatea aparatului urinar”, eșantionul a fost de 526 respondenți din mediul urban, utilizatori de internet, între 18 și 65 de ani. Eroarea maximă de eșantionare este +/-4,3%. Studiul a avut loc în perioada 10.03.2022 – 18.04.2022. Criteriile de evaluare au fost: inovație, atractivitate, intenție de cumpărare. Criteriile de evaluare nu au avut în vedere calitatea, compoziția, disponibilitatea ori alte caracteristici ale produsului în afara celor anterior indicate. Produsele câștigătoare au fost votate de către consumatori dintre produse similare în categorie. Detalii pe www.produsulanelui.com.



Zboruri TAROM spre Praga / TAROM Flights to Prague

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

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Praga				
11:15	12:10	1,3,5,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 225	73W
Praga - București				
12:55	15:45	1,3,5,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 226	73W

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

Dacă încă nu ați obosit să vă plimbați, mai avem câteva recomandări pentru voi, cum ar fi Vechea Primărie din Praga, amplasată în centrul orașului și din turnul căreia vă puteți bucura de o priveliște de neuitat. Tot în turn se află poate cel mai celebru și frumos ceas din Europa, ceasul astronomic care oferă un spectacol numai bun de filmat, atunci când este oră fixă. Turnul de Pulbere Mihulka atrage, de asemenea, în fiecare an zeci de turiști curioși, datorită stilului gotic, fiind decorat cu o mulțime de reliefuri și statui. Cu siguranță veți trece și pe lângă Casa Municipală, o construcție Art-Nouveau, care vă va fura privirile. Principalele elemente arhitecturale sunt o cupolă și o frescă situată în partea din față a clădirii. În prezent aceasta găzduiește cea mai mare sală de concerte

Hall in Prague, located in the centre of the city and whose tower provides an unforgettable panorama. The tower also houses perhaps one of the most famous and beautiful clocks in Europe, the astronomical clock which offers a show well worthy of filming, when the clock strikes another hour. The Mihulka Powder Tower also attracts dozens of curious tourists every year, due to its Gothic style, as it is decorated with a myriad of relief works and statues. You will certainly pass by the Municipal House, an Art-Nouveau building bound to steal a few glances. The main architectural elements are a dome and a fresco located in the front of the building. It currently houses the largest concert hall in Prague, a



din Praga, o cafenea și câteva restaurante. Foarte cunoscută este și Casa care Dansează, construită pe ruinele unei foste case neo renaștentiste, bombardată în 1945, sau casa Fred (Astaire) & Ginger (Rogers), deoarece forma ei seamănă cu doi dansatori.

Și la capitolul gastronomic, cehii te vor surprinde cu o mulțime de bunătăți, pe lângă tradiționala bere recunoscută în întreaga lume. Carnea și găluștele de tot felul sunt printre principalele ingrediente care alcătuiesc bucătăria cehă, în timp ce guláš-ul și trdelník-ul (Kürtőskalács) sunt preparate preluate din Ungaria, dar foarte apreciate și în Cehia. Vă recomandăm să încercați și cârnații Wiener, kulajda (o supă cremă din cartofi și ciuperci, care se servește de obicei cu un ou poșat), smažený sýr (un fel de bulete de cașcaval), sau Palačinky (clătite asemănătoare cu cele franțuzești). Vacanță frumoasă!

café and a few restaurants. Another established building is the Dancing House, built on the ruins of a former Neo-Renaissance house, subject to the 1945 bombing, or the Fred (Astaire) & Ginger (Rogers) house, because its shape resembles two people dancing.

When speaking about gastronomy, the Czech people are bound to bring a few surprises to the table, aside from their traditional beer, famous throughout the world. Meat and all sorts of dumplings count among the main ingredients making up the Czech cuisine, while the guláš and trdelník (Kürtőskalács) are dishes borrowed from Hungary, but also quite favoured in the Czech Republic. We recommend you also try the Wiener, kulajda (a potato and mushroom cream soup, usually served with a poached egg), smažený sýr (a sort of cheese croquettes), or Palačinky (crepes similar to the ones made in France). Enjoy your vacation!

DELTA DUNĂRII

Vacanță în inima naturii
A vacation in the middle of nature







Unde mergem în concediu? Parcă ne-am săturat de tradiționalele răspunsuri „Undeva la mare” sau „La munte, la răcoare”. Vă propunem să înlocuiți aceste idei banale cu singura deltă declarată integral de UNESCO rezervație a biosferei Delta Dunării.

Orice excursie aici se transformă într-o experiență pe care veți dori să o repetați de cât mai multe ori posibil. În special pentru cei mici, un drum prin Deltă va fi o ocazie incredibilă pentru a descoperi frumusețile naturii, sute de specii de păsări, insecte și animale și să exploreze cel mai senin cer posibil. Dacă ar fi să alegem o primă oprire, aceasta ar fi în Pădurea Caraorman, unde se află cel mai bătrân stejar din România, care umbrește de mai bine de patru sute de ani. Dar mai apoi, drumurile trebuie să se îndrepte spre Letea...

Pădurea Letea

În Tulcea se află cea mai veche rezervație naturală din România, pădurea Letea, care este de asemenea și pădurea subtropicală cea mai nordică din continentul european. Cu o suprafață de peste cinci mii de hectare, de 90 de ani, Letea este pusă sub ocrotire, dar cu ajutorul unor ghizi puteți să o descoperiți pe unul dintre traseele special amenajate. Veți putea ajunge aici venind din portul Sulina, situat la circa 30 de kilometri distanță și apoi veți avea ocazia de a porni pe un traseu lung de 8 kilometri prin aria protejată. Este musai să aveți aparatul de fotografiat la îndemână, pentru că aici aveți ocazia să vă întâlniți cu privighetori, vulturi codalbi, bufnițe, șoimi încălțați și o sumedenie de specii pe care

Where should we go on vacation? It feels like we are a bit tired of the traditional “Somewhere at the seaside” or “Let’s chill in the mountains”. We recommend you to replace these common ideas with the only delta that UNESCO has declared a biosphere reserve in its entirety, the Danube Delta. Any trip here turns into an experience that you will want to repeat as many times as possible. Especially for the little ones, a trip through the Delta will be an incredible opportunity to discover the beauties of nature, hundreds of species of birds, insects and animals, and to explore the clearest possible sky. If we were to choose the first stop, it would be in the Caraorman Forest where the oldest oak in Romania is located, which has been shading for more than four hundred years. But then the roads have to go to Letea...

Letea Forest

In Tulcea you can find the oldest natural reservation in Romania, the Letea forest, which is also the northernmost subtropical forest in the European continent. With an area of over five thousand hectares, 90 years old, Letea is placed under protection, but with the help of some guides, you can discover it on one of the specially planned tours. You will be able to get here coming from the port of Sulina, located about 30 kilometers away and then you will have the opportunity to embark on an 8 km long route through the protected area. You have to have a camera at hand because here you have the opportunity to meet nightingales, white-tailed eagles, owls and a lot of species that you can’t find anywhere



nu le găsiți nicăieri altundeva. Dacă vreți să descoperiți mai multe despre acest loc unic, vă recomandăm ca în pregătirea excursiei să urmăriți documentarul Căii Sălbatici din Delta Dunării.

Mila 23 și plaja sălbatică de la Sfântu Gheorghe

Cel mai popular traseu din Deltă este Tulcea – Mila 23, lung de trei ore, presărat cu peisaje extrem de frumoase. Pe parcurs veți putea admira pelicani, lebede, egrete, întinderi nesfârșite de stuf, rupte din loc în loc de porțiuni colorate cu nuferi albi și galbeni. Ajunși în Mila 23, locul în care s-a antrenat ani la rând campionul Ivan Patzaichin, porniți la pas prin sat, printre casele vesele, până ajungeți la Mănăstirea Stipoc. Astăzi Mila 23 are aproape 450 de locuitori și este un sat lipovenesc tradițional, cu case construite din materiale naturale, colorate în albastru, de multe ori îmbrățișate de vocile minunate ale celor două coruri lipovenești Sinicika și Rusalka.

Dacă vreți să leneviți la soare, atunci destinația potrivită pentru voi este plaja sălbatică de la Sfântu Gheorghe, unde

else. If you want to find out more about this unique place, we recommend that you watch the documentary Wild Horses from the Danube Delta in preparation for the trip.

Mila 23 and the wild beache at Sfântu Gheorghe

The most popular tour in the Delta is going from Tulcea to Mila 23, three hours long, full of very beautiful landscapes. On the way you will be able to admire pelicans, swans, egrets, endless stretches of reed, torn from place to place by colored portions of white and yellow water lilies. Arriving at Mila 23, the place where the champion Ivan Patzaichin trained for years, start walking through the village, among the jolly houses until you reach the Stipoc Monastery. Today Mila 23 has almost 450 inhabitants and is a traditional Lipovan village, with houses built of natural materials, colored in blue, often embraced by the wonderful voices of the two Lipovan choirs Sinicika and Rusalka.

If you want to be lazy in the sun then the right destination for you is the wild beach of Sfântu Gheorghe, which you will not be able to reach by car, but by a boat trip reserved in



nu veți putea ajunge cu mașina, ci cu o cursă cu vaporul rezervată din timp. Chiar dacă există o sumedenie de opțiuni de cazare, noi vă recomandăm, pentru o experiență autentică să vă puneți cortul în campingul de la marginea satului. Fiți fără grijă, acesta este amenajat cu dușuri, terase, bar și loc de luat masa. De obicei, dacă ajungeți la Sfântu Gheorghe în luna august, sunt șanse să prindeți filme excelente la Festivalul Anonimul, dar chiar și în afara acestuia cinematograful în aer liber este un loc perfect pentru serile toride.

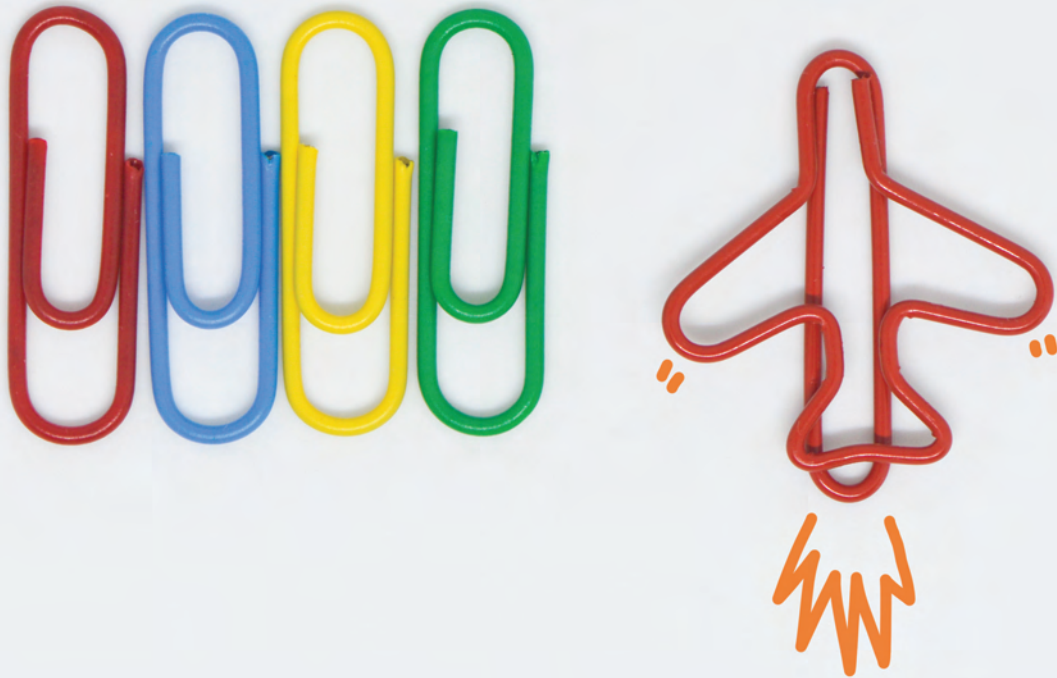
Prin împrejurimi

Nu departe de Deltă se află o altă arie protejată care merită o excursie de 1-2 zile. Parcul Național Munții Măcinului, cei mai vechi munți din România, acoperiți de păduri de fag, stejar și gorun. Zona conservată are o suprafață care depășește 11.000 de hectare și este casă pentru mai bine de 2.000 de specii de plante, multe dintre ele ocrotite prin lege. Cel mai înalt vârf al munților Măcinului este Țuțuiatu și are doar 467 de metri, dar pentru o plimbare la pas sprinten recomandăm culmea Pricopanului, cu un peisaj stâncos

advance. Even if there are a lot of accommodation options, we recommend, for an authentic experience, to put your tent on the campsite on the outskirts of the village. Don't worry, it has showers, terraces, a bar, and a dining area. Usually, if you arrive in Sfântu Gheorghe in August, there are chances to catch excellent films at the Anonimul Festival, but even outside of it, the open-air cinema is a perfect place for hot evenings.

Strolling around

Not far from the Delta is another protected area that is worth a 1-2 days trip. Măcinului Mountains National Park, the oldest mountains in Romania, is covered by beech and oak forests. The preserved area exceeds 11,000 hectares and is home to more than 2,000 species of plants, many of them protected by law. The highest peak of the Măcin Mountains is Țuțuiatu and is only 467 meters high, but for a brisk walk, we recommend the Pricopan peak with a unique rocky landscape. Also here, do not miss the emerald waters of Lake Iacobdeal, near Turcoaia, a 30-meter-deep lake surrounded by granite shores that formed in the 1930s



Inspired Minds In Hoodies and Kicks

We are not your ordinary design agency, but rather an extraordinary bunch of creative minds, always up for a challenge, going against the grain and disrupting the status quo.



unic. Tot aici, nu ratați apele de smarald ale lacului Iacobdeal, aproape de Turcoaia, un lac adânc de 30 de metri împrejmuit de maluri de granit care s-a format în anii 1930 în urma unei exploatări de granit. Se spune că după ce s-a produs o explozie puternică, apa a năvălit la suprafață, atât de repede încât cei care lucrau au abandonat utilajele și au fugit, iar acestea ar fi și astăzi în adâncuri.

Pentru pasionații de istorie, întreaga zonă a Dobrogei este presărată de bijuterii arheologice. În zona munților Măcin se află castrul roman Arrubium, cetățile romane de la Troesmis, cetatea Dinogetia și cetatea medievală Enisala, singura de acest fel din regiune. Așadar, credem că a sosit momentul să planificați foarte repede o vacanță plină de descoperiri!

following a granite mining operation. It is said that after a powerful explosion, the water rushed to the surface, so fast that those who worked abandoned the machines and ran away, and the machines are still in the depths today.

For history buffs, the whole area of Dobrogea is dotted with archeological jewels. In the area of the Măcin Mountains, there is the Roman camp Arrubium, the Roman fortresses of Troesmis, the fortress Dinogetia, and the medieval fortress Enisala, the only one of its kind in the region. So we think it's time to plan a holiday full of discoveries very quickly!

Informații oficiale și sprijin pentru cei ce fug din calea războiului din Ucraina

Romanian official information and support for
those fleeing the war in Ukraine

DOPOMOHA.RO



Informații



Cazare



Sprijin



Sănătate



Transport



Call-center



Code for
Romania

Muzica se mută în Transilvania

Music shifts to Transylvania

Cluj-Napoca a devenit în ultimul deceniu o destinație foarte populară pentru europeni, datorită abundenței de evenimente care au loc an de an aici, dar și grație peisajelor unice, arhitecturii bine conservate și atmosferei pline de viață. Festivaluri de film, concerte, expoziții, instalații artistice, târguri de carte, competiții sportive, nu există nicio zi în Cluj-Napoca fără un eveniment care să merite să ieși din casă.

Vară electrică la Castel

Twenty One Pilots, Gorillaz, Moderat, Mogwai, Subcarpați, Coma, Zdob și Zdub, Nightmares on Wax, Disclosure sunt doar câteva dintre numele care vor urca în acest an pe scena Electric Castle, festivalul organizat an de an pe

Cluj-Napoca has become a very popular destination for Europeans in the last decade due to the large number of events that take place here every year, but also thanks to the unique landscapes, well-preserved architecture and lively atmosphere. Film festivals, concerts, exhibitions, artistic installations, book fairs, sporting events, not a day goes by in Cluj-Napoca without an event that warrants leaving the house.

An Electric Summer at the Castle

Twenty One Pilots, Gorillaz, Moderat, Mogwai, Subcarpați, Coma, Zdob și Zdub, Nightmares on Wax, Disclosure are just some of the names that will take to the stage this year at Electric Castle, the festival organized every year at the Bánffy Castle grounds, in the very heart of Transylvania. Between July



domeniile castelului Bánffy, în sufletul Transilvaniei. Între 13 și 17 iulie 2022 participanții vor avea parte nu doar de cea mai bună muzică, ci și de instalații, lightning talks, spații creative și tot soiul de activități inedite.

Castelul Bánffy și parcul din jurul său sunt în sine un eveniment. Construit în secolul al XVII-lea, castelul este un mix unic al arhitecturii renascentiste cu cea barocă. Inspirat din schițele de la Versailles, parcul din jurul castelului era conceput cu alei simetrice, terase lungi de promenadă și vegetație bogată. Secolul al XX-lea nu a fost deloc prietenos cu acest splendid castel. În cel de-al doilea război mondial a fost utilizat ca spital apoi a fost devastat de trupele germane, iar un incendiu produs în timpul filmărilor pentru o peliculă românească a adus daune severe acestuia. Construcția însă este în curs de renovare și cu sprijinul fondurilor străne din biletele achiziționate la festival.

13 and 17, 2022, the participants will not only be indulged with the best music, but will also be treated to the installations, lightning talks, creative spaces and all kinds of unique activities.

Bánffy Castle and the surrounding park are an event themselves. Built in the 17th century, the castle provides a unique blend of Renaissance and Baroque architectures. Inspired by the sketches at Versailles, the park surrounding the castle was designed with symmetrical alleys, long promenade terraces and lush vegetation. The twentieth century has not been kind on this splendid castle. In World War II it was used as a hospital and then devastated by German troops, while a fire erupting during the filming of a Romanian motion picture has led to significant damage. However, the building is undergoing renovation and with the aid of funds raised from the festival tickets.

Zboruri TAROM spre Cluj-Napoca / TAROM Flights to Cluj-Napoca

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

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Cluj-Napoca				
07:40	08:35	1,2,3,4,5* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 641	73W
12:40	13:35	1,2,3,4,5,6,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 643	AT7
18:05	19:00	1,2,3,4,5,6,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 647	73H
21:55	22:50	3,4,5,6,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 649	AT7
Cluj-Napoca - București				
09:15	10:10	1,2,3,4,5* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 642	73W
14:15	15:25	1,2,3,4,5,6,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 644	AT7
19:40	20:35	1,2,3,4,5,6,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 648	73H
05:40	06:35	1,4,5,6,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 650	AT7

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



Untold, o explozie de energie

Cel mai bun festival european, Untold, își deschide porțile pe 4 august 2022, iar pe scenă vor urca Major Lazer, Lost Frequencies, David Guetta, Alok și alții, iar organizatorii ne promit super concerte de EDM, pop, house, techno, tech-house, deep house, drum&bass, dubstep, grime, hip-hop, trip-hop, trance, tribale, reggae. Ajuns deja la a șaptea ediție, Untold a găzduit până acum peste 250.000 de participanți din mai mult de 100 de țări. Cele patru zile și patru nopți de petrecere sunt cu siguranță pentru mulți tineri cele mai așteptate momente ale anului.

Untold, an Explosion of Energy

Untold, the best European festival, opens its gates on August 4, 2022, and Major Lazer, Lost Frequencies, David Guetta, Alok and others will take the stage, with the organizers giving us pledges of super concerts of EDM, pop, house, techno, tech-house, deep house, drum & bass, dubstep, grime, hip-hop, trip-hop, trance, tribal and reggae. Reaching its seventh edition, Untold has so far been the host of more than 250,000 participants from more than 100 countries. Its four days and four nights of partying are sure to be the highly expected highlight of the year for many young people.



Patru zile de jazz în cel mai vibrant oraș al României

După doi ani de pauză, Jazz in the Park revine, iar biletele deja sunt pe cale de epuizare. Deschiderea care va avea loc în seara zilei de 2 septembrie va fi susținută de Fanfara Ciocârlia într-un concert extraordinar, plin de energie pozitivă, iar până pe 5 septembrie pasionații de jazz sunt așteptați în trei locuri splendide din Cluj-Napoca: Parcul Etnografic, campusul USAMV și Parcul Iulius, fiecare cu o tematică specifică. În Parcul Etnografic fiecare gospodărie se va transforma într-o poveste construită special ca prefață pentru concertul principal al zilei care începe la ceas de seară. În Iulius Parc scena este dedicată trupelor de jazz românesc, iar în campusul USAMV veți descoperi pe lângă artiști unici și o piață imensă de artizani, colecții de viniluri și multe alte surprize. Campusul este deschis gratuit pentru toți vizitatorii.

Four Days of Jazz in the Most Vibrant Romanian City

After a two-year hiatus, Jazz in the Park is back, and tickets are already sold out. The opening act, which will take place on the evening of September 2, will be performed by the Ciocârlia Marching Band in an extraordinary concert, brimming with positive energy, while jazz enthusiasts are expected in three splendid places in Cluj-Napoca until September 5: The Ethnographic Park, the USAMV campus and Iulius Park, each with its specific theme. At the Ethnographic Park, each household will be transformed into a story specially created as a preface for the daily concert headliners, who will begin their performance in the evening. The stage at Iulius Park is dedicated to Romanian jazz bands, while aside from unique artists and a huge artisan fair, the USAMV campus will indulge you with vinyl collections and many other surprises. The campus will be freely accessible to all visitors.

Băile Felix

La șase kilometri de frumoasa urbe a Oradei se află cea mai mare stațiune deschisă permanent din România: Băile Felix. Cu o temperatură a apelor termale între 20 și 49 de grade, bogate în săruri minerale, stațiunea este una dintre cele mai vândute de turiști din România și din întreaga Europă.

Istoria acestui loc pornește din anul 1905 când Regele Ladislau ar fi descoperit izvoarele termale într-una dintre călătoriile sale prin regiune. Cu toate acestea, prima mențiune istorică a Băilor este din 1221 când aici se afla abația Hevius de Magno-Varadina. În zilele noastre, stațiunea Băile Felix este cea mai mare stațiune balneară din România, împrejmuțată de păduri de stejar și coline primitoare.

Stațiunea este compusă din două ștranduri – denumite Felix și Apollo. Felix este cel mai vândut de turiști pentru cele șase bazine cu apă caldă, cu zone special amenajate pentru copii, hidromasaj și masaj subacvatic și piscine cu valuri. Când vă plictisiți de apă, puteți oricând să vă relaxați la o partidă de tenis, un meci de volei sau fotbal sau pur și simplu să savurați o carte bună pe un șezlong.

Six kilometres from Oradea is the largest permanently open spa resort in Romania: Băile Felix. With a thermal water temperature between 20 and 49 degrees, teeming with mineral salts, the resort is one of the most sought after by tourists coming from Romania and from the entire European territory.

The history of this place began in 1905, when King Ladislaus presumably discovered the thermal springs during one of his journeys through the region. However, the first historical mention of Băile dates back to 1221, when the abbey of Hevius de Magno-Varadina was located here. Nowadays, the Băile Felix resort is the largest spa in Romania, being bordered by welcoming oak forests and hills.

The spa consists of two swimming pools - called Felix and Apollo. Felix is the most sought after by tourists, due to its six hot pools, areas specially designed for children, whirlpool bath and underwater massage and wave pools. When you get bored of the baths, you can always wind down with a tennis match, a volleyball or football match



Ștrandul Apollo este cel dedicat tratamentelor. Acolo veți descoperi băi cu apă termală, puteți face împachetări cu nămol, tratamente cu parafină, electroterapie, terapie cu aerosoli, gimnastică medicală sau saună. Trebuie menționat că această stațiune este și cel mai des recomandată de terapeuți pentru pacienții care suferă de afecțiuni reumatismale, neurologice, ginecologice sau endocrine.

Dacă Băile Felix sunt pentru toți turiștii, indiferent de gradul de prietenie cu sporturile acvatice, pentru cei pasionați de înot, la nici doi kilometri distanță de Felix se află Băile 1 Mai unde puteți găsi bazine olimpice cu trambuline, perfecte pentru cei care vor să se mențină în formă sau se pregătesc pentru competiții. Aici se află și un aparat istoric, un dispozitiv care a fost creat în Austria în secolul al XIX-lea, cu ajutorul căruia se creează valuri în bazinele din stațiune.

or simply enjoy a good book on a chaise lounge.

The Apollo swimming pool is the one dedicated to treatments. There you will discover thermal water baths, get mud wraps, paraffin treatments, electrotherapy, aerosol therapy, do medical gymnastics or use the sauna. It is worth noting that this resort also counts among the most frequent recommendations made by therapists for patients suffering from rheumatic, neurological, gynecological or endocrine disorders.

If Băile Felix is designed for all tourists, regardless of their affinity for water sports, swimming enthusiasts may be indulged at Băile 1 Mai, barely two kilometres from Felix, where you can find Olympic pools with springboards, ideal for people who want to stay in shape or train for competitions. This is also where a historical apparatus is located, a device created in Austria in the 19th century, used to create waves in the resort pools.



O escapadă în împrejurimi

Dacă ați ajuns în regiune dar nu doriți să descoperiți centrele urbane din zonă, atunci vă recomandăm două locuri speciale. Primul dintre ele este Dealul cu Melci, în apropiere de Vidra, care este o arie protejată. Această formă de relief este o rezervație paleontologică, un loc unic din punct de vedere geologic, vechi de nu mai puțin de 70 de milioane de ani. Numele vine de la formațiunile în formă de melci care se pot vedea în straturile de piatră aici putând fi observate sute de cochilii încrustate în pereții domoli.

Nu departe de Dealul cu Melci, la câțiva pași de fapt, se află Cascada Pișoaia, sau cum îi spun localnicii Cascada Miresii, loc desemnat a fi rezervație peisagistică. Cascada are 18 metri înălțime și, datorită faptului că apele din regiune sunt foarte bogate în calcar, în timp, au apărut numeroase depuneri din care oamenii locului sculptează cărămizi albe cu care își consolidează fundațiile caselor.

An outing nearby

If you have arrived in the region, but are not interested in discovering the urban centres in the area, then we have two special recommendations for you. The first one is Dealul cu Melci (Snail Hill), near Vidra, which is a protected area. This form of relief is a Paleontological reservation, a unique geological location, no less than 70 million years old. Its name comes from the snail-shaped formations that can be seen in the stone layers, where hundreds of shells embedded in the soft walls can be observed.

Not far from the Dealul cu Melci, a few steps away, in fact, is the Pișoaia Waterfall, or as the locals call it, the Bride's Waterfall, a place classified as a landscape reservation. The waterfall is 18 meters high and, due to the fact that the waters in the region are rife with limestone, over time, there have been numerous deposits used by the locals to sculpt white bricks to strengthen the groundwork of their houses.

Zboruri TAROM spre Oradea / TAROM Flights to Oradea

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

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Oradea				
07:40	09:05	1,2,3,4* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 621	AT7
17:55	19:20	1,2,3,4,5,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 627	AT7
21:45	23:10	3,4,5,7* (01.07.2022-29.10.2022)	RO 629	AT7
Oradea - București				
09:30	10:50	1,2,3,4 (01.07.2022-29.10.2022)	RO 622	AT7
19:45	21:05	1,2,3,4,5,7 (01.07.2022-29.10.2022)	RO 628	AT7
05:25	06:45	1,4,5,6 (01.07.2022-29.10.2022)	RO 630	AT7

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

PEOPLE

52



58 Antreprenorii de fapte bune
The Good Entrepreneurs

CHRIS SIMION

**„Tot ceea ce mi s-a întâmplat a fost
ca să mă întăresc.”**

**“All that’s happened to me served
to make me stronger.”**

A apărut pe scena publică încă din adolescență, când a publicat o primă carte, „Dragostea nu moare. O concluzie la 16 ani”, urmată de „Dogmatica fericirii” anul următor, apoi de încă trei titluri, ultima fiind „Ce ne spunem când nu vorbim”. Dragostea pentru teatru a determinat-o să urmeze cursuri de regie și să înceapă să monteze pe diverse scene din țară. Pasiunea pentru această zonă a artelor spectacolului a motivat-o ca încă din 2008 să inițieze Festivalul de Teatru Independent Undercloud, desfășurat anul acesta între 13 și 19 iunie, dar și să pună bazele Teatrului Grivița 53 - „Primul teatru construit împreună”, care își propune construirea singurului teatru privat din România după 1946.

Ai cunoscut succesul încă din adolescență, odată cu apariția primei cărți pe care ai scris-o. Făcând un recurs la memorie, ce rol a jucat el în viața ta?

Succesul este un efect, nu un obiectiv. În ceea ce mă privește deduc că ceea ce am creat a fost necesar, oamenii s-au regăsit atât în cărțile mele, cât și în spectacole. Asta mi-a dat curaj, dar mi-a creat și un fel de panică. Pentru că în momentul în care spectatorii îți răspund, e clar că le atingi sufletul și că ești responsabil de asta. Chiar dacă poți crede că nu ești responsabil de nimic și pentru nimeni.

She came onto the public stage in her teens, when she published her first book, “Dragostea nu moare. O concluzie la 16 ani” (Love Doesn’t Die. A Conclusion at 16), followed in the very next year by “Dogmatica fericirii” (The Dogmatics of Happiness), and by a further three titles, with the latest being “Ce ne spunem când nu vorbim” (What We Tell Each Other When We Don’t Speak). Her love for theatre led her into taking directing classes and start directing on various stages throughout the country. Her passion for the performing arts has motivated her to start the Undercloud Independent Theatre Festival, in 2008, organized this year between June 13 and 19, but also to lay the foundations of the Grivița 53 Theatre - “The first theatre built together”, which aims to build the only private theatre in Romania after 1946.

You have known success since your teens, with the publishing of your first book. Taking a trip down memory lane, how has it affected your life?

Success is a consequence, not an objective. As for me, I reasoned out that what I created was necessary, people found pieces of themselves while reading my books or watching my shows. That gave me courage, and also generated a tinge of panic. Because when the audience responds to you, it’s clear that you’ve touched their soul and that you’re responsible for that. Even if you can get yourself to believe that you are responsible for nothing and for nobody.



© Scania Group

Cum ți-a influențat acest lucru parcursul ulterior?

Mă bucură succesul pentru că îmi dă încredere și curaj. Dar atât. Nu mi-a schimbat valorile, credința sau felul de a fi. Contează mult din ce mediu provii, cum ți-a fost copilăria, ce educație ai primit și tot așa pentru ca funcțiile, banii, succesul să nu-ți altereze spiritul și să rămână doar situații de test.

Care erau reperele tale în viață atunci și care sunt acum?

Culmea... am aceleași repere: credința, altruismul, curajul de a visa, recunoștința. Și poate că am învățat ceva nou spre maturitate, pe care nu îl aveam în adolescență: adevărul, asumarea, iertarea.

Ai scris, ai regizat, te-ai erijat în om de marketing, inițiator de proiecte ce pentru alții puteau părea utopii. În pielea cui se simte cel mai bine Chris Simion?

În viața profesională, în pielea scriitoarei, pentru că atunci sunt eu cu mine... între, doar Dumnezeu și inspirația. În viața personală când trăiesc cu sens.

Când este ea fericită? Sau, mai bine zis, ce anume o face pe ea fericită?

Când nu mă risipesc. Nu caut să mă facă cineva fericită, mă fac singură. Sunt fericită în fiecare dimineață când deschid ochii și îi mulțumesc lui Dumnezeu că îmi dă o nouă provocare.

Grivița 53 pare a fi unul dintre acele proiecte ce păreau utopice. Cum a apărut ideea și ce înseamnă acest proiect?

A apărut din nevoia de a crea un spațiu curat, de la zero, necompromis, pentru oameni care au același crez și același parcurs cu al meu. Jumătate din cariera mea stă în sertarele unor oameni care au deținut funcții și care mi-au încercat integritatea. Am ales să plec din birourile lor, să trântesc ușa și să pierd oportunitatea de a monta în teatre de stat, decât să-mi vând sufletul. Eram femeie, tânără, frumoasă, pradă sigură. Mi-am păstrat demnitatea și nu mă laud cu asta, doar că sunt foarte bine cu mine. Am suferit mult pentru că am înțeles târziu că nu trebuie să judec și că tot ceea ce mi s-a întâmplat a fost ca să mă întărească. Oricine are dreptul să-ți propună orice. Însă alegerile pe care le facem în astfel de situații ne definesc. Pentru mine Grivița 53 nu a fost o utopie. A fost un crez. Și m-am rugat neîncetat lui Dumnezeu. Și am avut curajul să Îl rog să mă ajute doar dacă e bine ce îmi doresc. Și e bine. Nu am vrut ca acest vis să devină realitate oricum, cu orice preț. Am așteptat șase ani de când am cumpărat terenul. Am semnat contractul de 2 milioane de Euro cu fondurile norvegiene. Mai avem de strâns co-finanțarea pentru că noi am depus bugetul în 2019 când prețurile erau altele la materialele de construcție. Dar vindem în

How did this influence you going forward?

I enjoy the success because it gives me confidence and courage. But that's about it. It hasn't changed my values, my faith or my ways. I think your environment, your childhood, your education are very important so that positions, money and success don't alter your spirit and are only meant as trials.

What were your guiding marks in life back then and what are they now?

It may be hard to believe, but my guiding marks are the same: faith, altruism, the courage to dream, gratitude. And maybe adulthood has taught me a few additional lessons compared to my teen years: truth, commitment, forgiveness.

You've delved into writing, directing, you've become a marketer, an initiator of projects which may have seemed utopic for others. Which role suits Chris Simion the best?

In my professional life, I identify with the writer, because then I can be with myself..., with room only for God and inspiration. In my personal life, the one where I live with purpose.

When is she happy? Or, better yet, what it is that actually makes her happy?

Not wasting. I'm not looking for someone to make me happy, I can do that myself. I am happy every morning when I open my eyes and I thank God for offering me a fresh challenge.

Grivița 53 seems to be one of those projects that seemed utopian. How did the idea come to pass and what does this project mean?

The need arose to create a clean space, from scratch, uncorrupted, for people who have the same beliefs and who have embarked on the same path as me. Half of my career lies dormant in the drawers of people in positions of power or who have tested my integrity. I chose to leave their offices, slam the door shot and miss the opportunity to perform in state theatres rather than sell my soul. I was a young, beautiful woman, ripe for the taking. I've preserved my dignity and I don't take pride in that, but I feel good filling my own shoes. I felt a lot of pain because I only realized at a late stage that I didn't have to judge and that everything that's happened to me served to make me stronger. Anyone is entitled to make any proposal. But the choices we make in such situations are what sets us apart from the rest. Grivița 53 was not a utopia for me. It was a belief. And I never stopped praying to God. And I had the courage to ask Him to help me only if what I wanted was right. And things are looking good. I never wanted this dream to become reality at any cost. I waited for six years since buying the land. I signed the 2 million Euro contract for a Norwegian funding. We still have to raise a co-financing amount, because we submitted the budget in 2019, when construction material prices were different. But



continuare „cărămizi” și ne căutăm ctitori. Iar dacă îți iei cărămida ctitor, numele îți rămâne menționat pe peretele din foaietul teatrului. În 2024 am putea avea spectacole în Grivița 53, ar putea fi ridicat primul teatru privat din România după 75 de ani. E ceva să fi contemporan cu asta, nu? Cum e ceva să contribui tu la nașterea acestui vis. Suntem ceea ce visăm. Eu am început. Am vândut casa buniciei mele și cu banii câștigați am cumpărat terenul pe care se construiește teatrul Grivița 53. Mai departe te invit să te alături și să pui și tu cărămida ta.

Ai trecut prin momente cruciale pentru viață. De unde puterea de a trece peste și a-ți continua viața cu aceeași dinamică și cu aceeași dorință de a mișca lucrurile în jurul tău?

Nu știu, unii oameni sunt așa și eu fac parte dintre ei. Ține de alegere, din ce unghi vrei să privești viața. Eu aleg să văd lumina în orice experiență pentru că știu că totul are un sens. Și nu cred că Dumnezeu îți dă mai mult decât poți duce.

Ce alte proiecte ai în vedere?

Să mă mai liniștesc, așa zice. Să îmi dedic mai mult timp familiei, introspecției, meditației, scrisului. Să mă bucur mai mult de jumătatea mea, Tiberiu. Dar

we are still selling “bricks” and looking for founders. And if you buy a foundation brick, your name will be mentioned on the wall in the theatre foyer. We could be staging shows at Grivița 53 by 2024, the first private theatre built in Romania after 75 years. It’s great to be contemporary to something like that, isn’t it? The same as taking part in the realization of this dream. We are what we dream. I’ve already begun. I sold my grandmother’s house and with the money I earned I bought the land where the Grivița 53 theatre is being built. Further along the road, I invite you to lay your own brick.

You’ve been through some crucial moments in your life. Where did you get the power to get over them and continue on with your life with the same dynamic and the same desire to move things around you?

I don’t know, that’s simply how some people operate and I’m one of them. It depends on the choice and the perspective you use to view life. I choose to see the light in any experience because I know that everything has a purpose. And I don’t believe God ever gives you a bigger cross than you can carry.

What other projects do you have your sight set upon?

I would like to take a break, I would say. To dedicate more time to my family, introspection, meditation, writing. And to take more joy from my other half, Tiberiu. But for now,



deocamdată să termin ce-am început cu Asociația R.O.Z. (ROZ de la Răbdare. Optimism. Zâmbet) o multitudine de proiecte necesare pentru bolnavii de cancer, cu Editura Trei („Dicționar de optimisme” și „Ce n-am putut ierta”), Festivalul de Teatru Undercloud, care anul acesta a împlinit 15 ani și care a explodat pe Calea Griviței, cartier unde ne-am relocat începând din acest an și unde vrem să revitalizăm zona, spectacolele de teatru pe care vreau să le montez, lucrarea mea de doctorat de cercetare... am ceva treabă.

În ce raporturi se află pentru tine rațiunea și sufletul?

Toată viața m-am ghidat după suflet, după instinct. Nu după rațiune. E bună și ea, dar nu e călăuzitoare.

Ce trăsături trebuie să aibă pentru tine o persoană pe care o alegi ca prieten? Dar ca partener de lucru?

Ca prieten să te bazezi pe el/ea, să fie sincer și să aibă aceleași valori ca tine. Ca partener de lucru să aibă pasiune, dăruire totală, ardere, talent, har, să fie profesionist, să fie loial, să nu fie ipocrit, să aibă puterea să renunțe la ego, căci am depășit faza în care să tolerez orgoliul, și să aibă generozitate.

Făcând un exercițiu de imaginație, cine va fi Chris Simion peste 10 ani?

Nu trăiesc în imaginar. Am tot ce-mi trebuie în prezent. Veșnicia mea este acum, aici. De asta am grijă. Nu mă proiectez, dar dacă aș face-o m-aș bucura să fie cineva de care să-mi placă, de care să fiu bucuroasă și mândră.

I want to finish what I started with the R.O.Z. NGO (ROZ stands for Răbdare (Patience). Optimism. Zâmbet (Smile)) a multitude of projects needed for cancer patients, with the Trei Publishing House (“Dicționar de optimisme” (Dictionary of Optimisms) and “Ce n-am putut ierta” (What I Could Not Forgive), the Undercloud Theatre Festival, which turned 15 this year and exploded on Calea Griviței, a neighbourhood where we have relocated starting this year and where we want to rejuvenate the area, the theatre performances I want to direct, my doctoral research work ... I have quite a lot to do.

How do your reason and soul get along?

All my life I've used my soul, my instinct for guidance. And not reason. Reason is good, but not as a guiding principle.

What traits are you looking for in a person for them to become your friend? What about a working partner?

As a friend, to be able to rely on him/her, be honest and have the same values as you. As a working partner, to be brimming with passion, be fully dedicated, driven, talented, graceful, to be professional, to be loyal, not to be hypocritical, to have the power to renounce their ego, because I have overcome the phase where I tolerate pride, and to be generous.

If you were to make an imaginary effort, who would Chris Simion be in 10 years?

I don't live in the imaginary world. I have all I need living in the present. My eternity is here and now. I make sure of that. I don't like to make projections, but if I did, I'd like for her to be someone I like, someone to make me happy and proud.



Fundația Regală Margareta a României

PARTENER:



Concert Regal Caritabil

ANDREI IONIȚĂ
VIOLONCELIST

DIANA ALEXE
SOPRANĂ

GEORGE VIRBAN
TENOR

ORCHESTRA NEW HOPE
DIRIJOR **DAVID CRESCENZI**

25 OCTOMBRIE, ORA 19⁰⁰ - ATENEUL ROMÂN

Cumpărând un bilet susțineți tinerii talentați ai României.

BILETE PE WWW.FRMR.RO

România are nevoie de artă!

CO-PRODUCĂTOR:



SPONSORI:

globalworth
FOUNDATION

KULTHO
Forever diamonds

OSKAR



Raycap



Antreprenorii de fapte bune

The Good Entrepreneurs

Antreprenoriatul social este un fenomen care a căpătat amploare în România în ultimii ani, tot mai mulți reprezentanți ai generației milenial pornind la drum pe cont propriu, dar nu oricum, ci mereu cu gândul la comunitate și binele celor din jur.

Conceptul nu este deloc nou, ci se consolidează în lumea largă încă din anii 1980, dar diversitatea modelelor de business care gravitează în jurul acestuia au făcut dificilă închistarea sa rapidă într-o definiție universal valabilă. În prezent, sunt considerați antreprenori sociali acei lideri de organizații care, prin produsele și serviciile lor au un impact considerabil la nivelul societății și care contribuie la dezvoltarea comunităților în care operează. Este importantă sesizarea diferențelor dintre antreprenoriatul social și organizațiile non-profit care au metode distincte de finanțare și o activitate diferită din punct de vedere procedural, deși nu toți cercetătorii sunt de acord cu trasarea unei linii foarte clare între cele două.

Definiția unui antreprenor social se sprijină pe trei piloni, trei componente de care are nevoie pentru a funcționa optim: pasiunea pentru a îmbunătăți viața oamenilor, dorința de a ajuta mediul în care se dezvoltă businessul și creșterea sustenabilă a activității, pentru că în demersul nobil de construcție a unui business social este important ca firma să reziste și să se dezvolte sănătos. Cu alte cuvinte, putem spune despre business-urile sociale că sunt o formă foarte altruistă de business cu un focus puternic pe efecte pozitive asupra mediului social, economic și înconjurător. Dar să povestim și despre exemple concrete. Unul dintre cele mai populare dintre ele este cel al Grameen Bank, al cărui lider a primit și premiul Nobel pentru Pace, un sistem de micro-finanțare pentru a susține alți mici antreprenori în țările aflate în dezvoltare din America de Sud, Africa și Asia.

Din ce în ce mai multe companii care vor să migreze spre modelul de business social au "tradus" celebra promoție "1+1 gratis" într-un mecanism prin care orice client poate să producă o schimbare reală în viața populațiilor defavorizate, și anume "1+1 donat". Blake Mycoskie este o antreprenoare care a promis că pentru fiecare pereche de pantofi cumpărată din magazinul propriu TOMS va dona o pereche pentru persoanele nevoiașe. În decurs de 10 ani Blake a donat 95 de milioane de perechi de încălțăminte către țări aflate în

Social entrepreneurship is a phenomenon that has gained momentum in Romania in recent years, with more and more millennials starting their own businesses, with a very strong focus on helping the community and bringing a positive change around.

The concept is not new, but has been consolidating in the whole world since the 1980s, however, the diversity of the business models gravitating around it has made it difficult to encapsulate it in a universally valid definition. Currently, we consider to be social entrepreneurs, those organisational leaders who, through their products and services, have a meaningful impact on society and who contribute to developing the communities they operate in. It is important to note that there are differences between social entrepreneurship and non-profit organisations who employ different funding methods and distinct activities from a methodological perspective, even if not all researchers agree with drawing a very hard line between the two.

The definition of a social entrepreneur is based on three pillars, three components it needs in order to be optimal: passion for enriching people's lives, the desire to help the environment the business develops in and the sustainable growth of its activity, as it is very important that, in the noble endeavour of building a social business, the company resists and expands in a healthy manner. In other words, we could say that social businesses are a very altruistic form of business with a strong focus on bringing positive effects on the social, economic and surrounding environment. But let us talk about actual examples. One of the most popular is the story of Grameen Bank, whose leader also was awarded the Nobel Prize for Peace, which is a system dedicated to microfinancing small entrepreneurs in developing countries in South America, Africa and Asia.

More and more companies who wish to migrate to a social model have "translated" the famous promotion "buy one get one free" into a mechanism that allows each client to make a change in the lives of vulnerable populations, the so-called "buy one donate one free" model. Blake Mycoskie is an entrepreneur who promised that for each pair of shoes that someone buys from her TOMS shop, she will donate a pair to a person who cannot afford it. In the past ten years, Blake has donated over 95 million pairs of shoes in



V-ați gândit cât de utilă poate fi telemedicina!?

Aveți dubii privind utilitatea telemedicinii, adică consultații online versus consultația la cabinetul doctorului? Vi s-a întâmplat să faceți o programare, să stați la coadă la ușa medicului după care doar 3 minute de vorbă în cabinet, iar la final...emoții mari privind suma pe care trebuie să o achitați?

CUM ȘI DE CE SĂ FOLOSEȘTI SOSMYDOCTOR

Platforma **SOSMYDOCTOR** a fost creată gândindu-ne la românii de pretutindeni, fie că se află în țară sau în străinătate.

SOSMYDOCTOR pune la dispoziție peste 200 de medici de renume din toate specializările care oferă consultații video online.

Puteți beneficia de expertiza lor de oriunde v-ați afla!



În aplicația **SOSMYDOCTOR** veți găsi informații despre fiecare medic specialist sau terapeut, programul său de lucru precum și costul consultației. Știm cu toții că telemedicina este viitorul, mai ales că oferă avantaje foarte importante:

- puteți intra imediat într-o consultație online cu un medic din confortul casei dumneavoastră sau de oriunde v-ați afla, având parte de intimitate și evitând sentimente ca stânjeneală, rușine, jenă pe care poate toți le-am resimțit la un moment dat.

- beneficiați de opinii medicale la distanță, citire și interpretare de analize și imagistică medicală, precum și de consiliere și îndrumare către cele mai bune spitale și clinici din România și străinătate.

- economisiți timp (nu trebuie să conduci până la cabinetul medicului, să parchezi să te deplasezi sau să stai într-o sala de așteptare când ești bolnav sau te simți rău)

- daca sunteți român plecat în străinătate sau vă aflați în concediu puteți vorbi cu ușurință prin intermediul **SOSMYDOCTOR** cu un medic român de acasă. Doar dacă este necesar, medicul te va chema la o consultație cu prezență fizică.

- puteți alege chiar dvs durata, ora și ziua consultației.

- folosind **SOSMYDOCTOR**, evitați contactul cu alți pacienți, eliminați orice risc de îmbolnăvire cu diverși virusi sau boli, facilitați drumul spre diagnosticare în cazul afecțiunilor unde deplasarea la cabinet nu este necesară sau nu este posibilă.

Descărcați GRATUIT
aplicația
SOSMYDOCTOR
din Google Play sau
AppStore!



Creați un cont, căutați medicul dorit, alegeți data și ora la care doriți efectuarea consultației online și faceți o programare! Aici găsiți cei mai buni MEDICI din România!

Pentru suport tehnic și informații: **+40 748 688 531**





dezvoltare și a derulat campanii paralele menite să asigure acces la apă potabilă în regiuni greu încercate de lipsa acesteia. Brandul TOMS a fost extins și acum modelul este replicat și pentru ochelari, astfel că deja peste 800.000 de persoane au primit asistență medicală oftalmologică gratuită și ochelari de vedere.

Un model similar a fost construit și de Patrick Clarke, un american din Boston care conduce o bijuterie. Pentru fiecare design din portofoliul său, Clarke s-a asociat cu o organizație care se dedică protejării oceanelor. 15 procente din profitul pentru fiecare piesă vândută se duc direct pentru susținerea activității acestor organizații.

Mark Koska a decis ca în drumul său antreprenorial să adreseze o problemă foarte gravă de sănătate care se manifestă în multe state cu comunități care trăiesc sub pragul sărăciei. Astfel că, în urmă cu 14 ani a fondat o companie care produce seringi de unică folosință la un cost cât mai redus pentru a deservi clinicile subfinanțate și pentru a reduce rata de transmitere a bolilor ca urmare a refolosirii acestor instrumente medicale. Koska a asigurat mai mult de 4 miliarde de injecții sigure în 40 de state din lumea întreagă.

developing countries and has led parallel campaigns to ensure access to drinking water in regions strongly affected by the lack of it. The TOMS brand has now been expanded and the model is replicated with eyewear, therefore by now over 800.000 people have received free ophtalmological medical assistance and eyewear.

A similar model has been employed by Patrick Clarke, an American from Boston who leads a jewelry store. For each design in his portfolio he has partnered with an organisation that dedicates its mission to preserving oceans. 15 percent of the profit he makes for each sold piece of jewelry is directed to supporting the activity of these organisations.

Mark Koska has decided that in his entrepreneurial path he will address a very important health problem that manifests itself in many states with poor communities. So, 14 years ago, he founded a company that produces non reusable syringes at a very low cost to provide under funded clinics with them so that the rate of diseases transmitted through reusing these medical instruments is reduced. Koska has ensured over four billion safe injections in over 40 states in the whole world.

GORAN
BREGOVIC
BOSQUITO

17 iunie
SALA PALATULUI

ΔIt-J

22 iunie
ARENELE ROMANE



29 iunie
ARENELE ROMANE

ANTI
FLAG
5 iulie
QUANTIC

WARDRUNA

8 iulie
ARENELE ROMANE

AS

9 iulie
ROMEXPO

PLACEBO

13 iulie
ROMEXPO

Judas Priest

18 iulie
ARENELE ROMANE

SON
LUX

19 iulie
FRATELLI STUDIOS

Slipknot

20 iulie
ROMEXPO

CARGO
BUCOVINA

21 iulie
ROMEXPO



22 iulie
ROMEXPO

Sabatou

25 iulie
ARENELE ROMANE

b.u.g. mafia

29 iulie
ROMEXPO



IRINA RIMES
THE MOTANS

30 iulie
ROMEXPO

Nightwish

solstatiC

1 august
ROMEXPO

JAMES
ARTHUR

16 august
ARENELE ROMANE



APOCALYPTICA

1 septembrie
ARENELE ROMANE

Un subiect arzător pe agenda publică este, fără doar și poate, grija pentru mediu și sursele de energie regenerabilă. Pentru Xavier Helgessen momentul în care a decis să rezolve cel puțin pentru unele comunități problema încălzirii și a asigurării necesarului de energie pentru comunitățile care trăiesc în afara sistemelor a fost în 2007, după o vacanță pe malul lacului Malawi unde a observat că pentru a găti și a ilumina casa, gazdele foloseau kerosen. Un an mai târziu Xavier și partenerii săi au revenit cu o soluție sustenabilă, concretizată în Zola electric, adaptată condițiilor de mediu și posibilităților localnicilor.

După o carieră de succes în cinematografie și fotografie, Marco Bollinger și-a propus să aducă o schimbare în lume construind Lokal Travel, o agenție care asigură pentru clienții lor vacanțe autentice conectându-i pe aceștia cu comunități și locuri inedite din lume, dar care au nevoie de sprijin prin creșterea turismului local și prin conectarea lor cu alte culturi și experiențe. Marco a mers și un pas mai departe, folosindu-se de experiența sa anterioară și produce și o emisiune de travel prin intermediul căreia duce celebrități în zone spectaculoase, pentru a-i conecta la problemele acestor regiuni și pentru a-i încuraja să se implice în producerea unor schimbări sustenabile pentru aceste comunități.

Poate cel mai elocvent exemplu este Bill Drayton, printre altele și cel mai cunoscut nume în sectorul antreprenoriatului social, un lider care a contribuit enorm la definirea domeniului și la creșterea sa accelerată. Drayton a fondat Ashoka, o organizație care se dedică sprijinirii antreprenorilor sociali din toată lumea prin fonduri, mentorat și dezvoltare de strategii sustenabile. Ashoka este astăzi o rețea globală care numără peste două mii de antreprenori care construiesc astfel de modele de business peste tot în lume.

Peisajul antreprenoriatului social din România este și el în dezvoltare și deja putem vedea companii la început de drum sau în plină expansiune care, prin activitatea lor, contribuie din plin la remedierea unor probleme sociale și de acces la servicii în mod egal pentru grupuri defavorizate. Unul dintre exemplele cele mai cunoscute, premiate la nivel mondial în multiple competiții, este casa verde concepută de EFdeN, o organizație preocupată de protecția mediului și de dezvoltarea urbană și rurală sustenabilă. De asemenea, amintim și brutăria Concordia, un business social care angajează exclusiv tinerii care ies din orfelinat pentru a-i ajuta să se integreze pe piața muncii și pentru a învăța meserii practice, iar toate profiturile sunt direcționate către organizația omonimă care asigură cursuri de formare profesională acreditate pentru cât mai mulți tineri în dificultate.

An important subject on the public agenda is for sure caring for the environment and renewable energy alternatives. For Xavier Helgessen the moment when he decided to ensure the necessary energy in some communities for heating and lighting has been during a trip to Lake Malawi where he noticed that his hosts were using kerosene for cooking and providing the household with artificial light. One year later, Xavier and his partners returned with a sustainable solution, under the name of Zola electric, adapted to the environmental conditions and the financial capabilities of the locals.

After a long career in cinematography and photography, Marco Bollinger wanted to bring a positive change in the world by building Lokal Travel, an agency that provides its clients with authentic holidays, connecting them with unique communities and destinations, that need support by increasing local tourism and connection to other cultures and experiences. Marco even took a step further, using his prior experience, and also produces a travel show in which he takes celebrities to spectacular areas in order to connect and inspire them to get involved in bringing sustainable changes in them.

Perhaps the most relevant example is Bill Drayton, who is also the most popular name in social entrepreneurship, a leader who has contributed substantially to defining the field and expanding it at fast pace. Drayton has founded Ashoka, an organization dedicated to supporting social entrepreneurs in the whole world through funding, mentorship and sustainable strategies development. Ashoka is today a global network counting over two thousand entrepreneurs who build such models all over the planet.

The social entrepreneurship landscape in Romania is also in development and we can already see start-ups and expanding companies who, through their activity, contribute a lot to solving social issues and increase the accessibility levels for vulnerable groups to specific services. One of the most popular examples, awarded multiple times in international competitions, is the green house developed by EFdeN, an organisation that deals with environmental conservation and sustainable urban and rural development. Also, we mention the Concordia bakery, a social business that employs only young people coming from orphanages to help them integrate in the workforce and to learn specific jobs. All the profits are being directed to the homonymous organization that ensures certified trainings for as many socially challenged young adults as possible.

BUSINESS

64



68 Telemedicina, viitorul în sănătate

Telemedicine, the future of healthcare



74 Cicloturismul

Cycle touring

2030

5 profesii din viitor

5 jobs of the future

În cartea sa, "Les métiers du futur", Isabelle Rouhan consideră că 83% dintre profesiile viitorului nu au fost încă inventate. Asta înseamnă că în 2030, de exemplu, vor fi meserii pe care acum doar ni le imaginăm, și pentru care ar trebui să ne pregătim din timp pentru a rămâne competitivi pe piața muncii. Trăim într-o societate în continuă transformare datorită progresului tehnologic, care ne-a influențat stilul de viață și obiceiurile de consum. Prin urmare, dispariția și/sau apariția unor noi profesii este o consecință cât se poate de reală și de inevitabilă.

1. „Creator de organe” – un rol care poate părea SF, însă lipsa donatorilor umani este o problemă cât se poate de gravă la nivel mondial, prin urmare crearea de organe din celule stem sau din materiale necunoscute în prezent, necesită specialiști în domeniul biologiei moleculare, ingineriei biomedicale și nu numai.

2. Reciclarea deșeurilor este o prioritate pentru multe țări și deși pași mici au fost făcuți în această direcție, precum interzicerea produselor de unică folosință, sau crearea de materiale biodegradabile, cineva va trebui să-și asume responsabilitatea și peste 10 ani. Așadar vor fi foarte căutați inginerii sau designerii care vor reuși să descopere modalități ingenioase și totodată prietenoase cu mediul, prin care gunoiul sau alte materiale să fie reciclate. Conform Organizației Națiunilor Unite, oamenii produc anual 2 miliarde de tone de gunoi care afectează mediul înconjurător.

3. Controlor de trafic pentru drone – din nou, un rol la care probabil nu ne gândim în prezent, dar care va fi o necesitate peste un deceniu de acum înainte. Astăzi dronele sunt

In her book, "Les métiers du futur", Isabelle Rouhan believes that 83% of the jobs of the future have yet to be invented. This means that in 2030, for example, we will have jobs that seem a mere figment of our imagination today, and for which we should prepare ahead of time in order to remain competitive on the labour market. We live in an ever changing society due to technological progress, which has influenced our lifestyle and our consumer habits. As a result, the disappearance and/or emergence of new jobs is quite a real and inevitable consequence.

1. "Organ creator" - a role that might seem SciFi, yet the absence of human donors has become a serious problem worldwide, therefore, the creation of organs from stem cells or from materials presently undiscovered, requires people specialised in molecular biology, biomedical engineering and more.

2. Waste recycling is a priority for many countries and, although small steps have been taken in this regard, such as the prohibition of disposable products, or the creation of biodegradable materials, someone will have to take over this responsibility in 10 years-time. As a consequence, only engineers and designers able to discover ingenious and environmentally friendly means of recycling waste or other materials will be highly sought after. According to the UN, people generate 2 billion tonnes of waste affecting the environment on a yearly basis.

3. Drone traffic controller - again, a role we may not be thinking about today, but one which will become a necessity a decade from now. Nowadays, drones are seen as a

*Ce a mai rămas de vizitat?
Beirut sau Amman?*

AMMAN - de la **269 Euro***

BEIRUT - de la **255 Euro***

Călătoria merge mai departe cu TAROM.



*tarif pentru o călătorie dus-întors

www.tarom.ro



considerate o modalitate de divertisment, însă potențialul lor este mult mai mare, iar în viitor ele ar putea fi folosite ca mijloace de transport pentru medicamente, în zonele afectate de război sau dezastre naturale, sau pentru a livra diferite lucruri în diferite locuri. Prin urmare, traficul aerian va fi mai aglomerat, iar cineva va trebui să-l monitorizeze cât se poate de serios, pentru a evita eventualele accidente.

4. Terapeut specializat în detoxifierea digitală – un studiu Deloitte arată că în 2023 ne vom verifica telefoanele de 65 de ori pe zi, față de 50 de ori pe zi, în 2017. Așadar, dependența de mobil și de tehnologie, în general, este în continuă creștere și oricât de mult ne-am dori să nu recunoaștem, aceasta poate avea consecințe nocive asupra sănătății noastre fizice și emoționale. Nomophobia sau teama de a rămâne fără telefon este deja un subiect „fierbinte” pe agenda psihoterapeuților care analizează această tendință și lucrează zi de zi cu pacienți desprinși de realitate, prizonieri ai propriilor ecrane.

5. Specialist în robotică – Un lucru este cert. Roboții vor fi din ce în ce mai prezenți în viața noastră, performând diferite sarcini care să ne ușureze traiul de zi cu zi. Chiar dacă nu vorbim despre „supremația roboților” ca în filmul „Terminator”, monitorizarea și optimizarea lor vor cădea în responsabilitatea unor specialiști în programare și inteligență artificială. Rolul lor va fi să integreze roboții în societate, să actualizeze constant algoritmi care formează practic creierul virtual, să se asigure că funcționează corect, că nu vor exista accidente și că, per total, vom putea conviețui pașnic cu ei.

means of entertainment, but their potential is far greater, and in the future they may become genuine means of transport for medicine, in areas affected by wars or natural disasters, or for delivering various goods to various places. Therefore, air traffic will become crowded and someone will have to monitor it in all seriousness, in order to avoid potential accidents.

4. Digital detox therapist - a Deloitte study shows that by 2023 we will check our phones 65 times per day, compared to 50 times per day in 2017. So, our addiction to our phones and to technology, in general, is constantly growing and no matter how much we hate to admit it, this can have harmful consequences on our physical and emotional health. Nomophobia or the fear of being out of cellular phone contact is already a “hot” topic on the agendas of psychotherapists who analyse this tendency and work tirelessly with patients who have lost touch with reality and have become the prisoners of their own screens.

5. Robotics specialist - One thing is clear. Robots will become an ever occurring presence in our lives, performing various tasks and making our daily life easier. Even if “robot supremacy,” as in the “Terminator” film, is out of the question, their monitoring and optimisation will fall to programming and artificial intelligence specialists. Their role will be to integrate robots into society, to constantly update the algorithms essentially forming the virtual brain, to ensure their proper operation, to ensure the avoidance of accidents and, in general, to enable us to peacefully coexist with them.



**Code for
Romania**



Code for Romania construiește
infrastructura digitală a țării.

Știri Oficiale, Date La Zi (informații
oficiale în timpul pandemiei), Rezultate
Vot (rezultate ale alegerilor în timp real
și istoricul electoral) sau Vot Diaspora
(informații referitoare la procedura de
votare pentru românii din diaspora) au
ajutat milioane de români. Astăzi,
Dopomoha.ro ajută cu informații și
resurse sute de mii de ucrainenii în
România. Peste alte 100 de soluții
critice (code4.ro/ro/putem)
așteaptă finanțare.

Contribuie și tu la Digitalizarea României

Trimite SMS* cu textul

PUTEM

la 8864

* Valoarea donației este de 4 EUR/lună. Nu se percepe TVA.

Telemedicina, viitorul în sănătate

Telemedicine, the future of healthcare

Odată cu dezvoltarea tehnologiei, multe servicii care în trecut păreau de domeniul filmelor SF devin parte din viața noastră de zi cu zi. De la localizarea prin GPS până la servicii de traducere a dialogurilor pe loc, prin intermediul telefonului mobil, telecomunicațiile ne-au îmbunătățit substanțial calitatea vieții.

Printre serviciile facilitate de dezvoltarea telecomunicațiilor, telemedicina și telesănătatea sunt extrem de importante și utile pentru societate. Deși servesc aceluiași scop, diferența fundamentală între cei doi termeni constă în cui se adresează. Pe de o parte, telesănătatea implică ansamblul comunicațiilor la distanță între specialiștii în sănătate, fie pentru elaborarea unui diagnostic, tratament, fie pentru coordonare, administrarea de servicii sau formarea continuă. Pe de altă parte, telemedicina sau medicina la distanță este un termen apărut în anii 70 și reprezintă folosirea acelorași mijloace de informare și comunicație ca și în cazul telesănătății, cum ar fi telefoane, calculatoare și Internet, pentru a îmbunătăți sănătatea populației, fie prin diagnosticare, tratament sau informare. Practic, telemedicina poate fi definită prin patru componente: are ca scop să ofere asistența medicală, să depășească barierele geografice, să îmbunătățească vizibil starea de

With the development of technology, many services that in the past seemed part of science fiction movies are now becoming part of our daily lives. From GPS localisation to instant translation of a dialogue, telecommunications via mobile phone have substantially improved our lives.

Among the services facilitated by the development of telecommunications, telemedicine and telehealth are extremely important and useful for the society. Although they serve the same purpose, the essential difference between the two terms is who they address. On the one hand, telehealth involves the remote communication between health professionals either for the identification of a diagnosis, treatment, or for coordination, management of services or continuous training. On the other hand, telemedicine or remote medicine is a term that appeared in the 1970s and represents the use of the same means of information and communication as telehealth, such as telephones, computers and the Internet, in order to improve people's health through diagnosis, treatment or information. Basically, telemedicine can be defined by four components: it aims to provide healthcare, to overcome geographical barriers, to visibly improve the health of the patients and to use means of telecommunication and information for this particular purpose.





sănătate a pacienților și să utilizeze în acest scop mijloace de telecomunicație și informare.

Primele exemple de telemedicină datează de la începutul secolului trecut, unul din primele comunicări documentate fiind transmiterea unei electrocardiografe prin telefon. Pe măsură ce tehnologia a evoluat, telemedicina a luat amploare, fiind adoptată inițial de către sectorul militar și cel aerospațial și apoi de către sectorul civil. Apariția internetului a diversificat și flexibilizat aplicarea telemedicinii: pe lângă facilitarea comunicării prin e-mail, video și audio, în prezent există inclusiv aplicații on-line pentru diagnosticare și raportare. Astfel, după modul de comunicare, telemedicina poate fi asincronă, atunci când părțile comunică succesiv, la intervale de timp diferite (de exemplu comunicarea prin e-mail), și în timp real, când terapeutul și pacientul fac schimb de informații simultan prin intermediul unui mediu care permite acest lucru (de exemplu, teleconferință).

Mai nou, dată fiind dezvoltarea rapidă a rețelei IOT (Internet of Things), care conectează la internet aparate

The first examples of telemedicine date back to the beginning of the last century, when one of the first documented communications consisted in the transmission of an electrocardiogram by telephone. As technology has evolved, telemedicine has grown, being initially used by the military and aerospace sectors and then by the civilian sector. The internet has diversified and made the application of telemedicine more flexible: in addition to facilitating communication via e-mail, video and audio, there are now online applications for diagnosis and reporting services. Thus, according to the method of communication, telemedicine can be asynchronous, when the parties communicate successively, at different time intervals (e.g. communication via e-mail), and in real time, when the therapist and the patient exchange information simultaneously through an environment that allows this (for example, teleconferencing).

More recently, given the rapid development of the IoT (Internet of Things) network, which connects home appliances and gadgets to the internet, telemedicine has gained another important tool. There are many

electrocasnice și gadgeturi, telemedicina a mai câștigat un instrument important. Există diverse echipamente care pot monitoriza în timp real fie pulsul (de exemplu ceasurile inteligente), fie tensiunea, glicemia sau alte valori relevante și care pot oferi un istoric al evoluției acestor valori. Aceste informații sunt extrem de folositoare în diagnoza și monitorizarea pacienților și în trecut erau imposibil de obținut în ambulatoriu. Imaginați-vă un pacient care are probleme cu tensiunea și locuiește într-o zonă greu accesibilă sau cu acoperire medicală insuficientă. Cu ajutorul unor echipamente ce monitorizează de la distanță tensiunea și pulsul, un medic poate evalua variațiile acestora pe timpul zilei și poate astfel diagnostica mult mai precis problema, chiar în lipsa unui consult fizic. În cazul țărilor subdezvoltate sau în cazul unor pandemii care limitează accesul pacienților la medicina tradițională, serviciile de telemedicină pot salva numeroase vieți și îmbunătăți semnificativ calitatea vieții pacienților. În plus, datorită eliminării barierelor geografice, accesul la medicină de calitate se uniformizează, chiar dacă specialiștii au migrat de exemplu către zonele urbane și distribuția lor geografică nu este favorabilă.

Telemedicina este neuniform implementată însă. Cauzele sunt multiple, pe lângă aspectul de noutate. Printre factorii care încetinesc implementarea telemedicinii putem enumera rezistența la schimbare (atât în cazul pacienților cât și în cazul specialiștilor), dificultatea inițiativelor private în a găsi un model de finanțare stabil și lipsa unui cadru legal.

Oportunitățile oferite de telemedicină sunt însă uriașe. Prin utilizarea telecomunicațiilor, cadrele medicale pot acționa mai flexibil acolo unde există suprasarcini, pot monitoriza în masă starea de sănătate a pacienților cu respectarea confidențialității și intimității, iar într-un viitor nu prea îndepărtat anumite activități se vor putea automatiza, cum ar fi detectarea unor insuficiențe care pun viața pacientului în pericol. Aceste sisteme sunt deja implementate în anumite dispozitive, iar o utilizare mai largă va putea salva mai multe vieți.

În plus, pe măsură ce tehnologia evoluează, costurile implementării (tehnologie, echipamente) continuă să scadă, oferind astfel șansa implementării și în zone mai puțin dezvoltate, adică tocmai cele care ar avea cel mai mult de câștigat în urma folosirii telemedicinii.

Un lucru este cert: telemedicina este viitorul. Funcționând în paralel cu medicina tradițională, va aduce beneficii semnificative societății.

devices that can monitor in real time either the pulse (e.g. smart watches) or blood pressure, blood sugar or other relevant values and that can provide a history of such values. This information is extremely useful in diagnosing and monitoring patients, but in the past this was impossible to obtain on an outpatient basis. Imagine a patient who has blood pressure issues and who lives in an area far away or with insufficient medical coverage. With the help of the devices that remotely monitor blood pressure and pulse, a doctor can assess their variations throughout the day and can diagnose the issue more accurately, even in the absence of a physical consultation. In the case of underdeveloped countries or of pandemics, which limit the patients' access to traditional medicine, the telemedicine services can save many lives and significantly improve the quality of the patients' lives. Moreover, due to the removal of the geographical barriers, the access to high quality medicine is becoming more uniform, even if specialists have migrated to urban areas, for example, and if their geographical distribution is not favourable.

However, telemedicine is not evenly implemented. There are countless reasons in addition to the novelty aspect. The factors that slow down the implementation of telemedicine include the resistance to change (both from patients and specialists), the difficulty of private initiatives in finding a stable funding pattern and the lack of a legal framework.

But the opportunities offered by telemedicine are huge. By using telecommunications the healthcare professionals can act more flexibly where there are overloads, they can monitor the health of numerous patients and also observe the confidentiality and privacy conditions, and after not so many years certain activities can become automated, such as detecting life-threatening deficiencies. These systems are already implemented in certain devices, and their wider use will be able to save more lives.

Moreover, as technology evolves, the implementation costs (technology, equipment) continue to decline, thus providing the opportunity to implement them even in less developed areas, i.e. those that would have the most to gain from the use of telemedicine.

But one thing is certain: telemedicine is the future. Working in parallel with the traditional medicine will bring significant benefits to the society.

Green Future

Orașele sustenabile, orașele comunităților inteligente

Sustainable cities, smart communities' cities

"Smart-city", un termen cu care ne tot întâlnim în ultima perioadă și care face referire la atât de multe lucruri încât pare imposibil de definit în câteva cuvinte. Așa că am decis să discutăm, element cu element despre ce anume înseamnă un mediu urban inteligent. De data aceasta, aducem sub lupă unul dintre cele mai importante aspecte la care ne uităm când vorbim despre oraș - sustenabilitatea.

Orașele sustenabile, sau eco-orașele, sunt acele aglomerări urbane concepute și organizate având o deosebită grijă față de reducerea poluării, implementarea metodelor alternative de alimentare cu energie, față de spațiul locuit în raport cu spațiul verde, față de reducerea risipei de apă, mâncare și resurse etc. Cu alte cuvinte, un oraș ai cărui locuitori au o deosebită atenție față de mediul în care trăiesc, planificând un viitor la fel de sustenabil și pentru copiii lor atât din punct de vedere economic cât și social, politic, ecologic și cultural. În contextul în care peste 50% din populația lumii locuiește în urban, o schimbare spre un stil de viață sănătos dus la nivel de comunitate, respectiv oraș, este foarte necesară.

Pe lista bunelor practici care ajută un oraș să devină eco, se află adoptarea surselor de energie regenerabilă, consumul alimentelor produse din zonele limitrofe ale orașului pentru a reduce nevoia de transport și ambalaje, reciclarea inteligentă, utilizarea fertilizatorilor naturali, reducerea consumului inutil de apă și eliminarea pe cât posibil a plasticului.

Dar un oraș nu devine sustenabil peste noapte, iar ca bunele practici să devină reguli e nevoie de multă răbdare și de o adopție a acestora de majoritatea covârșitoare a populației. Primii pași care pot fi făcuți în acest sens sunt, de

"Smart city", a term we've kept coming across lately and which refers to so many things that it seems impossible to define in just a few words. So we decided to discuss, element after element, what exactly smart urban environment means. This time, we're looking at one of the most important aspects to consider when we talk about a city - sustainability.

Sustainable cities, or eco-cities, are urban agglomerations designed and organised with particular concern for reducing pollution, implementing alternative energy supply methods, for the inhabited space compared to green areas, for reducing water, food and resource waste, etc. In other words, a city whose inhabitants are particularly concerned for the environment they live in, planning an equally sustainable future for their children, too, from an economic, social, political, ecological and cultural point of view. Given that over 50% of the world population lives in urban areas, a change towards a healthy lifestyle in the community and the city is very necessary.

The list of good practices that help a city become sustainable includes adopting renewable energy sources, consuming foods produced in the surrounding areas of the city to reduce the need for transport and packaging, smart recycling, using natural fertilizers, reducing water waste and using as little plastic as possible.

A city does not become sustainable overnight, though, and for good practices to become rules, a lot of patience is required and they should be adopted by a large majority of the population. The first steps to be taken in this direction



exemplu, promovarea ciclismului și a metodelor alternative de transport pentru a încuraja renunțarea la mașină, implicit reducerea poluării aerului, construirea de hub-uri de servicii pentru a reduce nevoia populației de a se deplasa pe distanțe lungi pentru a rezolva task-uri similare. Un bun exemplu este cel al mall-urilor, model care poate fi aplicat și centrelor de servicii publice - conglomerarea lor în locuri ușor accesibile pentru grupuri mici și medii de populație. Un alt pas este încurajarea tranziției spre autovehicule electrice și investiția în transportul public și în infrastructură pentru a decongestiona traficul.

O altă caracteristică a orașelor smart este utilizarea datelor deschise pentru a încuraja participarea populației la deciziile legate de comunitate. Cu cât populația este mai informată cu atât se poate implica mai mult în bunul mers al orașului, făcând viața autorităților publice mai ușoară și facilitând implementarea de politici de sustenabilitate. Introducerea treptată a energiei solare este cel mai sigur drum spre eficiența energetică și reducerea costurilor pentru populație, iar supradimensionarea spațiilor verzi prin construirea și amenajarea de grădini verticale sau terasate pe clădirile rezidențiale sau de birouri va combate poluarea, asigurând un mediu sănătos și dezirabil pentru oameni.

Nu este un parcurs ușor, în special pentru populațiile cu grad ridicat de consum, care nu investesc în educația legată de mediu și de protecția sa, iar drumul e lung de la idee și dorință până la a vedea primele rezultate. Cu toate acestea, cheia stă în convingerea comunităților să pornească cu pași mici spre o viață mai eco și sănătoasă, ceea ce va conduce și la schimbarea orașului.

are, for instance, promoting cycling and alternative means of transport to encourage leaving your car at home, therefore reducing air pollution, building service hubs to reduce the population's need to travel long distances to fulfill similar tasks. A good example is shopping malls, a model that can also be applied to public service centres – aggregating them in easily accessible places for small and medium groups of the population. Another step is encouraging transition to electric vehicles and investing in public transport and infrastructure to decongest traffic.

Another characteristic of smart cities is using open data to encourage the population's participation in community-related decisions. The more informed the population, the more easily they can get involved in the smooth running of the city, making it easier for the public authorities and enabling the implementation of sustainability policies. The gradual introduction of solar energy is the safest way to energy efficiency and reducing costs for the population, and the oversizing of green areas by building and arranging vertical or terraced gardens on residential or office buildings will fight pollution, ensuring a healthy, desirable environment for people.

It is not an easy journey, particularly for populations with a high level of consumption, which do not invest in environmental education and protection, and there's a long way to go from an idea and a desire to seeing the first results. However, the key is convincing communities to take the first small steps towards a healthier, more environmentally-friendly life, which will also lead to a change of the city.



CICLOTURISMUL

Cycle touring

Cicloturismul este acea formă de călătorie care îmbină un stil de viață sănătos și activ cu bucuria descoperirii unor ținuturi de poveste. Există nenumărate motive pentru care iubitorii de pedalat ar alege o vacanță în șaua bicicletei, dar principalele ar fi libertatea și confortul de a decide singur asupra traseului, orelor și vitezei cu care te deplasezi.

Ai nevoie, desigur, de o serie de echipamente adecvate pentru a practica cicloturismul în siguranță, cum ar fi o bicicletă adaptată traseului pe care ți l-ai propus, echipament de protecție potrivit, vestă reflectorizantă, merinde și apă și - preventiv - câteva dintre piesele care au tendința de a se strica cel mai repede la drum lung, pentru a nu rămâne în pană.

Trasee de cicloturism din lume și din România

La fel ca în orice sport, și aici sunt grade diferite de dificultate pentru trasee. Pentru a nu omite preferințele nimănui vă vom povesti despre câteva dintre cele mai frumoase din lume și din România, care se adresează și celor începători, dar și bicicliștilor de performanță.

Cycle touring is that form of travel that combines a healthy and active lifestyle with the joy of discovering fairytale lands. There are countless reasons why cycling lovers would choose to enjoy their holiday in the saddle of a bicycle, but the main reasons would be the freedom and comfort to decide their own route, the hours and the speed they travel.

Obviously, you need suitable equipment in order to enjoy cycle touring safely, such as a bicycle that is perfect for the route you have chosen, suitable protective gear, reflective vest, food and water and – as a precaution – some of the parts that tend to break down the quickest on a long route so that you do not have to interrupt your journey.

Cycle touring routes in the world and in Romania

As in any sport, there are different levels of difficulty here as well. We want to make sure we do not leave out anyone's preferences, so we will tell you about some of the most beautiful routes in the world and in Romania, which are fit for beginners, but also for advanced cyclists.



Primul dintre acestea ar fi traseul din insulele Lofoten din Norvegia - Vestfjord, un drum care traversează mai multe sate de pescari, cu peisaje care îți taie respirația. Cei care l-au parcurs deja recomandă să îl faceți în timpul verii, când temperaturile sunt mai prietenoase în regiune și sătenii foarte bucuroși de oaspeți.

Un pic mai jos pe hartă, în Olanda, vă recomandăm să porniți într-un traseu mai urban și mai cultural. Traseul VanGogh, un traseu foarte scurt care poate fi practicat tot timpul anului, recomandat mai ales celor aflați la primele lor întâlniri cu cicloturismul, între două clădiri surori: Opwettense și Collse, două mori de apă pictate de faimosul artist.

A sosit momentul pentru o recomandare destinată celor pentru care bicicleta nu are nici un secret: route des Grandes Alpes. Traseul pornește de lângă lacul Léman și coboară până la plaja însorită de pe Coasta de Azur. Este un traseu de peste 600 de kilometri dar care, planificat cu opriri strategice, se poate transforma în cea mai frumoasă experiență cu puțință. Cel mai indicat să porniți la drum este în lunile iunie, iulie sau august.

Nici România nu se lasă mai prejos și, în ultimul deceniu, câteva trasee de cicloturism au devenit deja tradiție printre bicicliști. Cel mai popular este Prima evadare, care nu este doar o excursie de plăcere, ci și un concurs care te poartă prin sate cu livezi înverzite, drumuri de pădure, lanuri înflorite și multe peisaje așa cum numai în România găsești.

Un alt traseu pentru pasionații de istorie de data aceasta este cel al descoperirii satelor săsești Criț, Viscri sau Meșendorf, un traseu ușor, de 20 de kilometri care merită fiecare efort.

The first would be the route on the Lofoten Islands in Norway - Vestfjord, a road that crosses several fishermen's villages, with breathtaking landscapes. Those who have already cycled here recommend you to do this during the summer when temperatures are friendlier in the area and the villagers are very happy to see guests.

A little further down the map, in The Netherlands, we recommend that you embark on a more urban and cultural route. The VanGogh route, a very short route that can be covered all year round, recommended especially to those who are on their first meetings with cycle touring, between two sister buildings: Opwettense and Collse, two water mills painted by the famous artist.

It is now time for the ones bicycles have no secrets for: route des Grandes Alpes. The route starts near Lake Léman and descends to the sunny beach on Cote d'Azur. It is a route of more than 600 kilometres, but if you plan strategic stops, it can become the most beautiful experience possible. The best time to start this journey is in June, July or August.

Romania is no exception and, in the last decade, several cycle touring routes have already become a tradition among cyclists. The most popular is the First Escape, which is not only a pleasure trip, but also a contest that takes you through villages with green orchards, forest roads, flowery fields and many landscapes you can only find in Romania.

Another route for history lovers is to discover the Saxon villages of Criț, Viscri or Meșendorf, an easy route of 20 kilometres that is worth every effort.

FOCUS

84



83 Ghidul călătorului
The Traveller's Guide



91 Check-in online
Online check-in

Flota

Pe cursele interne și externe, TAROM operează cu șase tipuri de avioane, având în dotare 29 de aeronave.

The fleet

TAROM operates six types of aircraft on its domestic and international flights. The fleet includes 29 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: 31,4 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 61,5 t
Distanța maximă de zbor/Range: 2.780 km

[2] BOEING 737-800 NG

Capacitate/Capacity: 160BY(168+144Y)
Viteză de croazieră/Cruising speed: 870 km/h
Anvergura/Wingspan: 35,8 m

Lungime/Lenght: 39,5 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 77 t
Distanța maximă de zbor/Range: 5680 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

[2] BOEING 737-800 NG

Capacitate/Capacity: 189Y
Viteză de croazieră/Cruising speed: 870 km/h
Anvergura/Wingspan: 35,8 m

Lungime/Lenght: 39,5 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 79 t
Distanța maximă de zbor/Range: 5400 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

[4] ATR 72-600

Capacitate/Capacity: 72BY
Viteză de croazieră/Cruising speed: 510 km/h
Anvergura/Wingspan: 27,05 m

Lungime/Lenght: 27,166 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 23 t
Distanța maximă de zbor/Range: 1.400 km



[2] ATR 72-500

Capacitate/Capacity: 68BY
Viteză de croazieră/Cruising speed: 510 km/h
Anvergura/Wingspan: 27,1 m

Lungime/Lenght: 27,2 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 22,8 t
Distanța maximă de zbor/Range: 1.400 km

[7] ATR 42-500

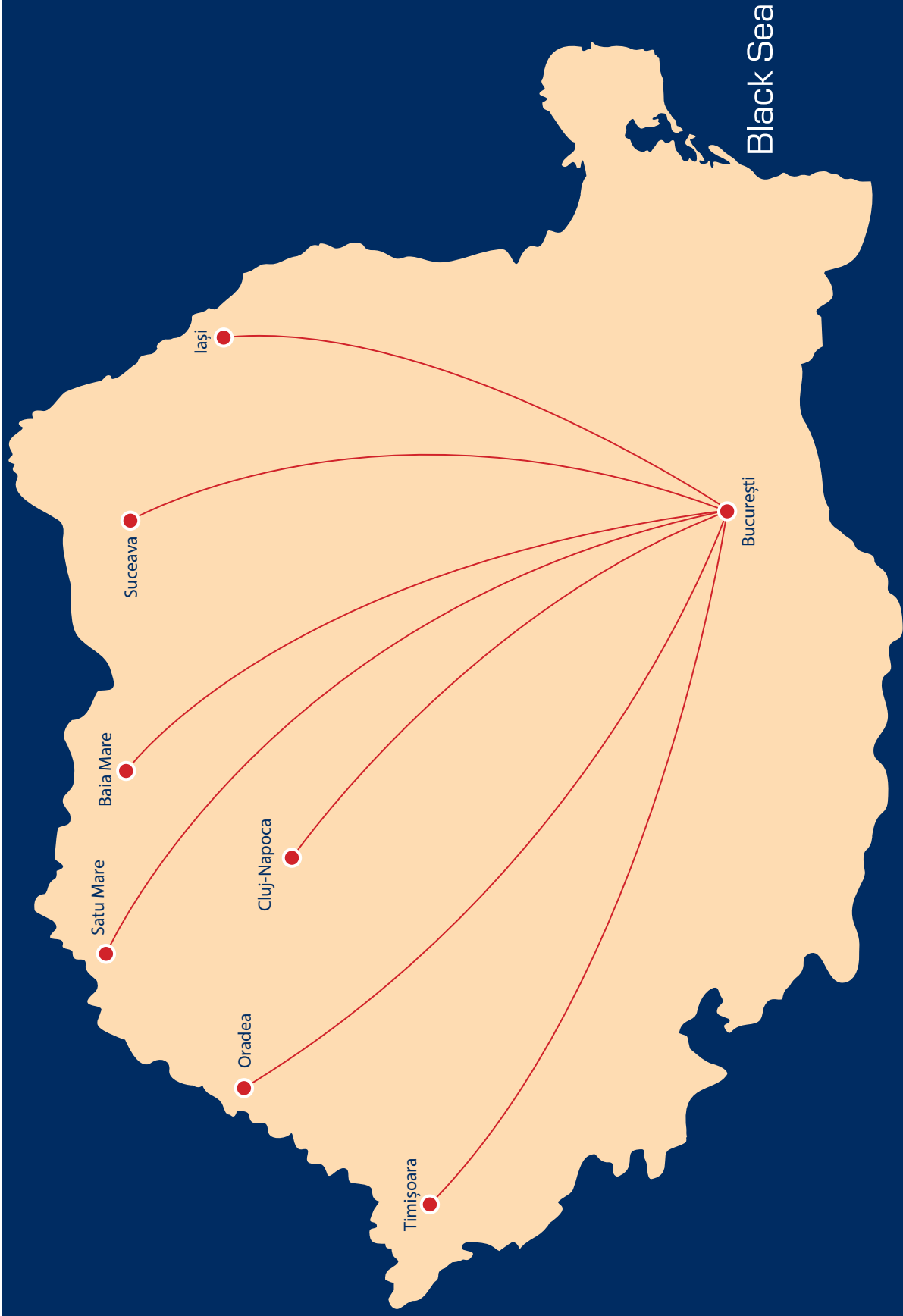
Capacitate/Capacity: 48BY
Viteză de croazieră/Cruising speed: 550 km/h
Anvergura/Wingspan: 24,6 m

Lungime/Lenght: 22,7 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 18,6 t
Distanța maximă de zbor/Range: 1.200 km



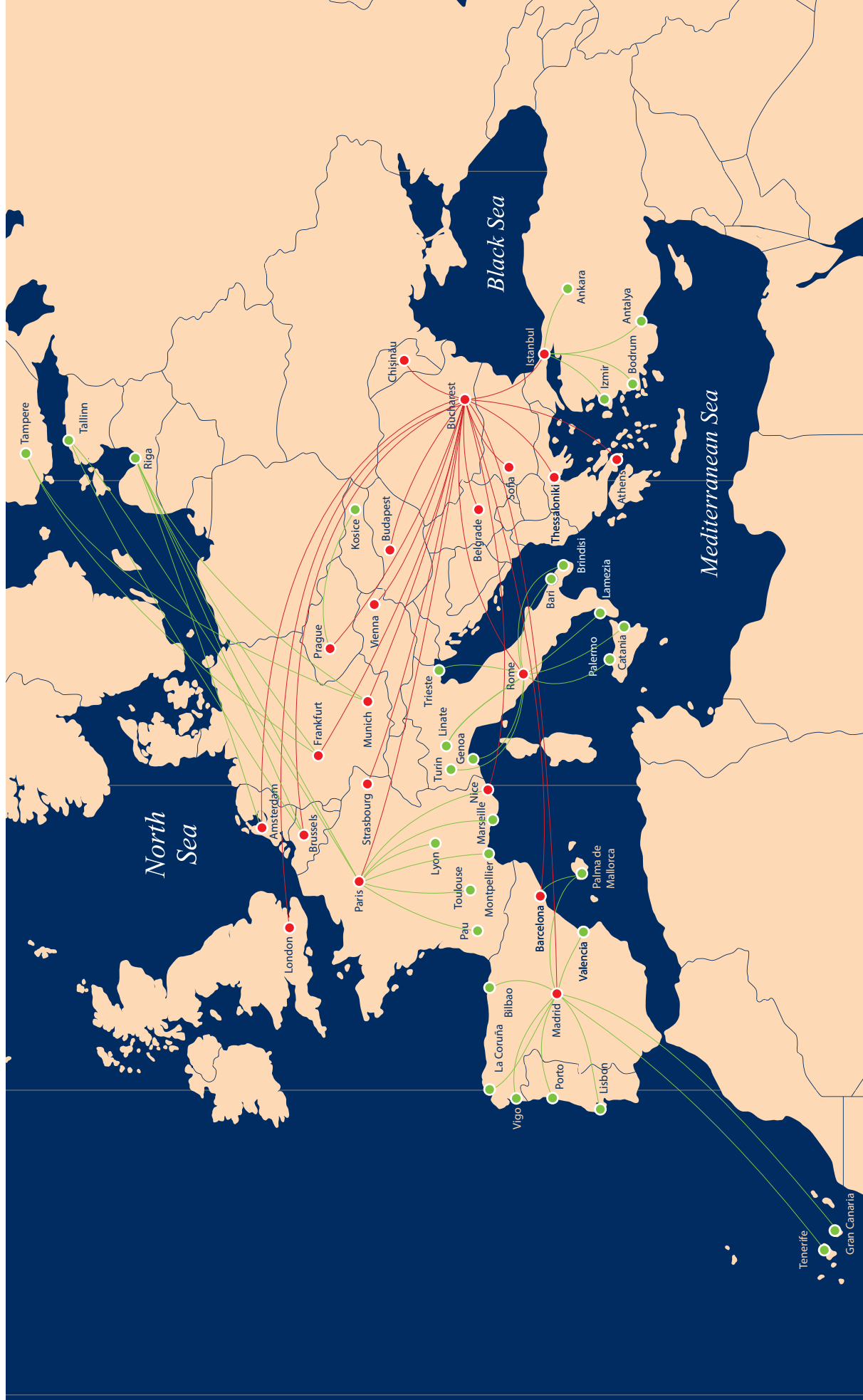
Rute Interne / Domestic Routes

România / Romania



● Zboruri operate de Compania TAROM / Flights operated by TAROM

Rute Europene / European Routes



● Zboruri operate de Compania TAROM / Flights operated by TAROM

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

Rute Intercontinentale / Intercontinental Routes

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



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

PARTENERI / CODE-SHARE PARTNERS



Cod/Code: BT
Cooperare/Cooperation: Riga-Bucharest via Amsterdam / Frankfurt / Munich / Paris, Bucharest-Riga via Amsterdam / Brussels / Frankfurt / Munich / Paris, Tallinn-Bucharest via Brussels, Bucharest-Tallinn via Paris, Tampere-Bucharest via Munich, Bucharest-Tampere via Frankfurt
Sediu/Home base: Latvia



Cod/Code: UX
Cooperare/Cooperation: Barcelona, Bilbao, Gran Canaria, La Coruña, Madrid, Palma de Mallorca, Tenerife, Vigo, Lisbon, Porto
Sediu/Home base: Baleares, Spain



Cod/Code: AF
Cooperare/Cooperation: Paris, Lyon, Marseille, Montpellier, Nice, Pau, Toulouse; Detroit, New York, Washington
Sediu/Home base: France



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



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



Cod/Code: OK
Cooperare/Cooperation: Prague, Kosice (Slovakia)
Sediu/Home base: Czech Republic



Cod/Code: AZ
Cooperare/Cooperation: Brindisi, Bari, Catania, Genoa, Lamezia, Linate, Palermo, Trieste, Turin
Sediu/Home base: Italy



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



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



Cod/Code: RJ
Cooperare/Cooperation: Amman
Sediu/Home base: Jordan



Cod/Code: TK
Cooperare/Cooperation: Istanbul, Izmir, Antalya, Bodrum, Ankara
Sediu/Home base: Istanbul

Zborurile in 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.

Zboruri săptămânale din București/
Weekly flights from Bucharest



Zboruri săptămânale din București/
Weekly flights from Bucharest



Ghidul călătorului

The Traveller's Guide

Fumatul (inclusiv al țigărilor electronice) este interzis pe toate cursele interne și externe ale companiei TAROM. All TAROM flights (domestic and international) are non-smoking. Electronic cigarettes are also prohibited.



Informații utile pentru îmbarcare

Check-in advice

Recomandări la îmbarcare

Pentru a evita aglomerația de la filtrele de securitate și de la ghișeele de check-in, pentru plecările de pe Aeroportul Internațional Henri Coandă București, vă recomandăm să vă prezentați la aeroport cu 3 ore înainte de ora de plecare. Pentru zborurile code-share operate de companiile partenere, 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

In order to avoid queuing at the security filters and the check-in counters at the Henri Coandă International Airport Bucharest, we recommend you show up at the airport three hours before your departure time. 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.

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. 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. Tourist and youth groups may also be eligible for reduced fares.



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 un cărucior pliabil sau un landou.
- 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).
- În plus față de bagajul de cabină, puteți transporta și: o geantă sau o servietă sau o geantă cameră foto/video sau un laptop sau un alt obiect cu dimensiuni similare.

Greutatea totală a bagajului de cabină nu trebuie să depășească 8 kg. Articolele achiziționate din magazinele Duty Free trebuie introduse în bagajul de mână. În caz contrar sunt considerate excedent de bagaj și vor fi taxate.

Baggage

Checked luggage. TAROM applies the following luggage policy:

- For passengers who travel in Economy class – 1 piece with a maximum weight of 23 kg is allowed free of charge (maximum sizes: L x l x h= 158 cm).
- For passengers who travel in Business Class – maximum 3 pieces with a maximum weight of 23 kg is allowed free of charge (maximum size per piece L x l x h= 158 cm).
- For infants (children between 0-2 years old) – one foldable stroller/ pushchair or one infant carrying basket are allowed free of charge.
- Members of SkyTeam Elite and Elite Plus are allowed one additional luggage piece, depending on the travel class.

Hand luggage. Any luggage you take with you in the passenger cabin represents hand luggage.

- If you travel with a Boeing and Airbus aircraft, the luggage you take in the cabin should not exceed the following dimensions: 55 x 40 x 20 cm (L x l x h).
- If you travel with an aircraft ATR 42/ATR 72-type, the luggage you take in the cabin should not exceed the following dimensions: 35 x 30 x 20 cm (L x l x h).
- You can also have hand luggage and one of the following: a handbag, a briefcase, a camera/video bag or a laptop or other object of similar size.

The total weight of your hand luggage must not exceed 8 kg. Items purchased in Duty Free shops must be placed in the hand luggage. Otherwise, they shall be deemed excess luggage and shall be subject to excess luggage charge.

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 facilități, 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 phones 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 cabină

- TAROM acceptă la transport în cabina de pasageri numai câini și pisici (maximum 8 kg, inclusiv greutatea cuștii și maxim o cușcă per pasager). Acestea pot fi transportate într-o cușcă cu dimensiuni maxime admise: 42 x 26 x 20 cm sau în cușcă de tip „soft bag” (cușcă din material textil, în care animalul trebuie să încapă complet).

Pe cursele operate cu aeronave de tip ATR se acceptă doar cuști de tip „soft bag”. Pe cursele operate de aeronave de tip „jet”, se acceptă și cuști de tip „hard shell”.

Nu se acceptă la bord câini utilitari pentru suport emoțional.

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

- să fie anunțate încă din momentul în care pasagerul își rezervă biletul de călătorie. Animalul de companie trebuie să fie notificat și aprobat pentru transport în avans (cel puțin 48 de ore înainte de data plecării). În caz contrar, nu vor fi acceptate la check-in;
- să fie sănătoase: pasagerul trebuie să fie în posesia unui pașaport internațional de călătorie pentru animalul său de companie;
- animalul de companie să aibă cip de identificare, dacă este vorba de o călătorie în spațiul Schengen și să fie vaccinat, în conformitate cu cerințele de acces pe teritoriul țării de destinație;
- să fie transportate în cușcă de tipul „soft bag” (cușcă din material textil, în conformitate cu reglementările internaționale). Cuștile se pot achiziționa de la magazinele specializate în vânzarea produselor pentru animale de companie;
- să fie curate;
- să nu fie gestante;
- să nu provoace disconfortul celorlalți pasageri;
- trebuie ținut în interiorul containerului/cuștii/soft bag pe toată durata zborului;
- pentru a călători într-un soft bag, animalul dumneavoastră de companie trebuie să intre complet în soft bag (inclusiv capul și coada) pe toată durata zborului. Soft bag-ul trebuie să fie închis pe toate laturile. Pasagerii sunt rugați să consulte website-ul www.tarom.ro, cu privire la rasele de animale interzise la transport și condiții de acceptare, în general.

Pets

Carried in the passenger cabin

- TAROM accepts only cats and dogs in the passenger cabin (weighing up to 8 kg, the weight of the cage is included, and maximum one cage per passenger). They can be transported in a cage having the following maximum size: 42 x 26 x 20 cm or in the soft bag cage (a fabric cage in which the animal must fit completely).

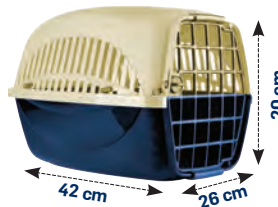
Only soft bags are allowed for the carriage of pets in the passenger cabin of ATR type aircraft. If you travel by jet aircraft, hard shell cages are also accepted.

No utility dogs for emotional support are allowed on board.

In order to be accepted in the aircraft (cabin or hold), pets must meet the following requirements:

- to be mentioned when the passenger books the flight ticket. The pet has to be mentioned and confirmed for transport in advance (at least 48 hours before departure). Otherwise, it shall not be accepted for check-in;
- to be healthy: the passenger must have an international passport for the pet;
- in case of travelling in the Schengen space, the pet should have an identification chip and has to be vaccinated, according to the access requirements of the destination country;
- to be transported in a soft bag (fabric, waterproof cage, in accordance with the international regulations). The cages can be purchased from stores specialized in selling pet products;
- to be clean;
- must not be pregnant;
- must not cause any discomfort to other passengers;
- must be kept inside the container/kennel/soft bag during the entire flight;
- to travel in a soft bag, your pet must fit completely inside the soft bag (including head and tail) during the whole flight. The soft bag must be closed on all sides.

Passengers are kindly asked to access the website www.tarom.ro regarding animal breeds prohibited for transport and general acceptance conditions.



Aplicația mobilă TAROM

TAROM app

Aplicația TAROM îți aduce lumea mai aproape! Ai control total al călătoriei direct din aplicația ta: poți rezerva bilete, să te înregistrezi pe zbor, să vizualizezi și să modifice detaliile rezervării tale! Toate opțiunile de care ai nevoie, de la rezervare până la îmbarcare, sunt disponibile la doar un click distanță!

Caracteristici:

- rezervări dus sau dus-întors
- rezervări pentru destinații multiple
- flux de rezervare simplificat
- căutări dus sau dus-întors pentru zboruri doar Economy sau Business
- poți să efectuezi check-in-ul și să vizualizezi cartea de îmbarcare doar printr-un click
- condițiile tarifare afișate în timpul procesului de rezervare
- afișare a calendarului pe 7 zile, evidențiind cele mai mici tarife
- adăugarea de servicii adiționale în procesul de rezervare, cât și după finalizarea rezervării
- coordonatele agențiilor TAROM din toată lumea
- acces către site-ul complet TAROM

REZERVĂRI

Rezervări TAROM spre destinațiile dorite, chiar de pe telefon sau tabletă. Dumneavoastră alegeți destinațiile, noi ne ocupăm de restul. Selectați cele mai bune zboruri, date și tarife, și rezervați direct din aplicație.

CHECK-IN ȘI DESCĂRCAREA CĂRȚII DE ÎMBOARARE (BOARDING PASS) ÎN TELEFON

Check-in rapid. Salvarea cărții de îmbarcare în aplicație, telefon și wallet pentru acces rapid, și atunci când nu aveți conexiune la internet.

STATUS ZBORURI

Cu ajutorul aplicației, aveți acces la cele mai noi informații legate de zborurile dumneavoastră direct pe telefon.

MODIFICĂRI ALE ZBORURILOR

Acum vă puteți relaxa, vă ținem la curent cu toate modificările legate de călătoria dumneavoastră.

Dacă doriți să modificați datele de călătorie sau chiar să modificați orașul de destinație sau cel de sosire, puteți face acest lucru din Rezervări, după adăugarea călătoriei.

CORECTAREA DATELOR DE CONTACT

Dacă ați greșit datele de contact din rezervare, nu vă faceți griji! Acum le puteți corecta chiar din aplicația dumneavoastră!

NAVIGARE RAPIDĂ

Toate serviciile noastre sunt doar la un click distanță. Folosiți meniul pentru a naviga între serviciile TAROM sau pentru a căuta

informații (despre bagaje, posibilități de modificare a rezervării sau date de contact).

TAROM app brings the world closer to you! You have full control of the trip straight from your app: you can book tickets, check-in for a flight or view and change your booking details! All the options you need, from booking to boarding, are just a click away!

Features:

- one-way or round-trip bookings
- bookings for multiple destinations
- simplified booking flow
- one-way or round-trip searches for Economy or Business flights only
- you can check in and view your boarding pass with just one click
- the tariff conditions displayed during the booking process
- 7-day calendar display highlighting the lowest fares
- adding additional services in the booking process, as well as after the booking is completed
- contact details of TAROM agencies worldwide
- access to the full TAROM website

BOOKINGS

TAROM bookings to your desired destinations, right from your phone or tablet. You choose the destinations, we do the rest. Select the best flights, dates and fares, and book directly from the app.

CHECK-IN AND DOWNLOAD THE BOARDING PASS TO YOUR PHONE

Fast check-in. Save your boarding pass in the app, phone and wallet for quick access, even when you don't have an internet connection.

FLIGHT STATUS

With the app you have access to the latest information about your flights straight from your phone.

CHANGES TO FLIGHTS

Now you can relax, we'll keep you up to date with all the changes to your trip.

If you want to change your travel dates or even change your destination or arrival city, you can do so from the Bookings, after adding your trip.

CORRECTION OF CONTACT DETAILS

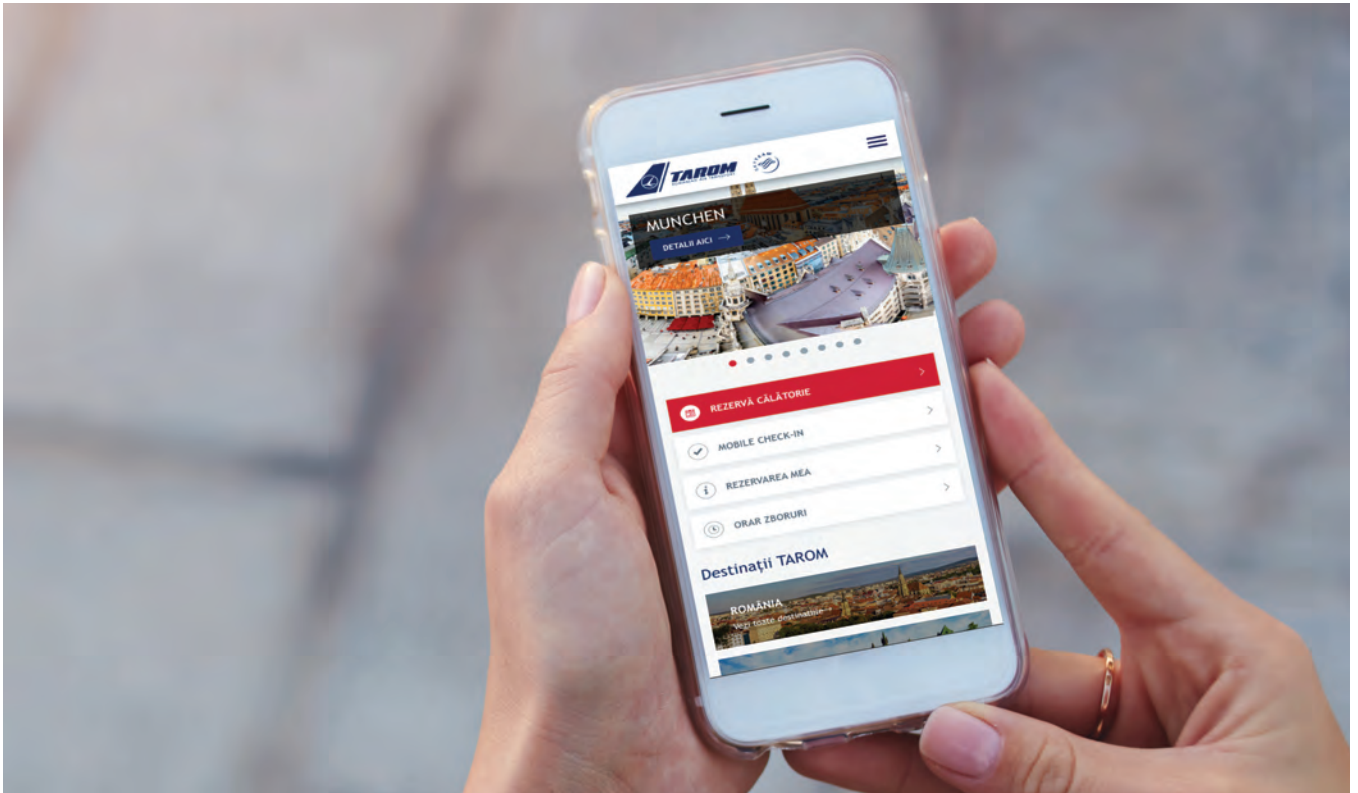
Don't worry if you made an error in your contact details! Now you can correct them straight from your app!

FAST BROWSING

All our services are just a click away. Use the menu to navigate between TAROM services or to search for information (about luggage, options to change a booking or contact details).

Călătorii TAROM rezervate și de pe mobil

TAROM trips reserved on your mobile



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.

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.

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 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

Amman / Atena / Baia Mare / Barcelona / Beirut / Belgrad / București / Budapesta / Cairo / Chișinău / Cluj-Napoca / Frankfurt / Iași / Istanbul / Londra-Heathrow / Madrid / München / Nisa / Oradea / Praga / Roma / Salonic / Satu Mare / Sofia / Suceava / Tel Aviv / Timișoara / Viena

Pentru plecările din Amman, Baia Mare, Beirut, Belgrad, Oradea, Satu Mare, Sofia, Suceava, Tel Aviv 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 redirectionat automat către versiunea de mobil a website-ului TAROM, unde veți găsi funcționalitatea de mobile check-in, sau tastați direct <https://icheck.sita.aero/iCheckWebRO/> pe browser-ul telefonului mobil;
- Selectați opțiunea «mobile check-in»;
- Biletul electronic (13 cifre) și numele, numărul zborului, data

Airports available for Mobile Check-in

Amman / Athens / Baia Mare / Barcelona / Beirut / Belgrade / Bucharest / Budapest / Cairo / Chișinău / Cluj-Napoca / Frankfurt / Iași / Istanbul / London-Heathrow / Madrid / Munich / Nice / Oradea / Prague / Rome / Satu Mare / Sofia / Suceava / Tel Aviv / Timișoara / Thessaloniki / Vienna

For departures out of Amman, Baia Mare, Beirut, Belgrade, Oradea, Satu Mare, Sofia, Suceava, Tel Aviv 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 be automatically redirected to the mobile version of the TAROM website or type directly <https://icheck.sita.aero/iCheckWebRO/> on your mobile browser;
- Select the “mobile Check-in” option;
- Electronic ticket (13 digits) and name, flight number, departure date, departure airport;



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 din 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 roțile;
- ↳ Deportații.

↳ 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.

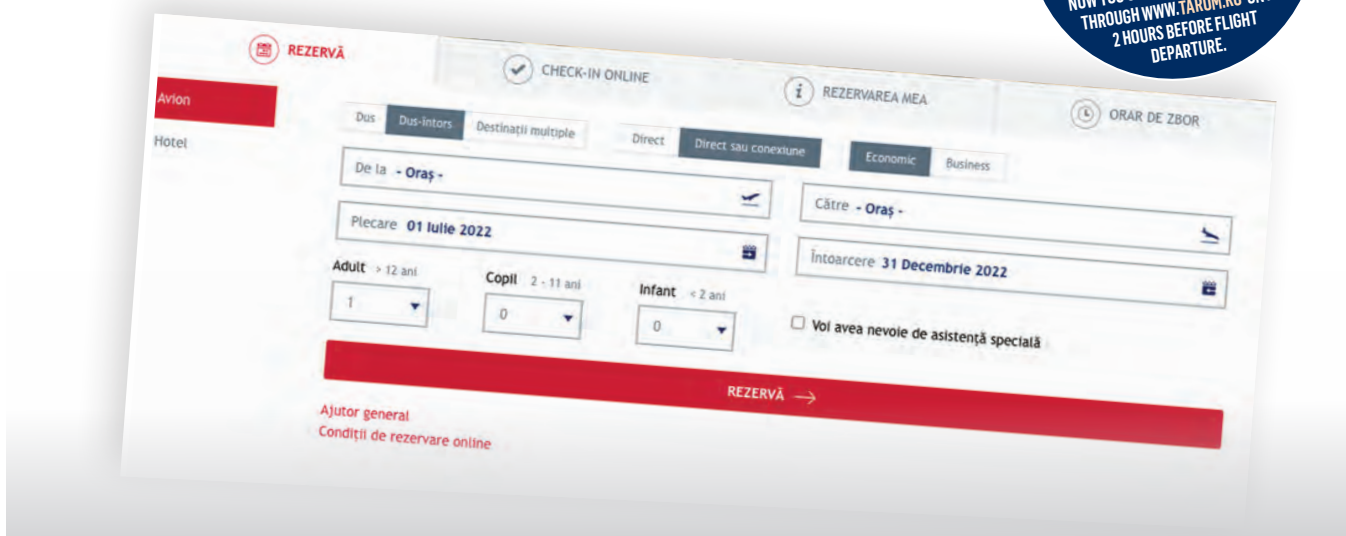
Rezervări și servicii complete online

Bookings and full services online

www.tarom.ro

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.



Din dorința ca toate solicitările dumneavoastră să se rezolve online, cât mai repede și simplu, lucrăm în permanență la digitalizarea serviciilor noastre.

Atât în procesul de rezervare cât și după finalizarea rezervării, vă puteți alege locul dorit în aeronavă, puteți adăuga animalul de companie, echipamente sportive, precum și bagaje suplimentare. Aceste servicii sunt oferite contra cost.

Dacă după finalizarea rezervării doriți să modificați datele de călătorie sau chiar și orașul de destinație sau sosire, acest lucru este posibil din Rezervarea Mea. Vă puteți loga cu numele de familie și codul rezervării sau numărul biletului dumneavoastră. Costul efectuării acestor modificări este stabilit în funcție de condițiile tarifare ale biletului dumneavoastră inițial, pe care vă sfătuim să le citiți înainte de finalizarea rezervării.

Pentru orice nelămuriri și informații suplimentare, vă rugăm să ne contactați www.tarom.ro/contact.

Vă mulțumim!

To make sure all your requests are solved online, as quickly and easy as possible, we are constantly working on the digitalization of our services.

Both in the booking process and after the booking is completed, you can choose your desired seat in the aircraft, add your pet, sports equipment, as well as additional luggage. These services are offered for an additional charge.

If you want to change your travel dates or even your destination or arrival city after you have completed your booking, you can do it by accessing the My Booking tab. You can log in with your last name and booking code or your ticket number. The cost for such changes is based on the pricing terms of your initial ticket, which we advise you to read before completing your booking.

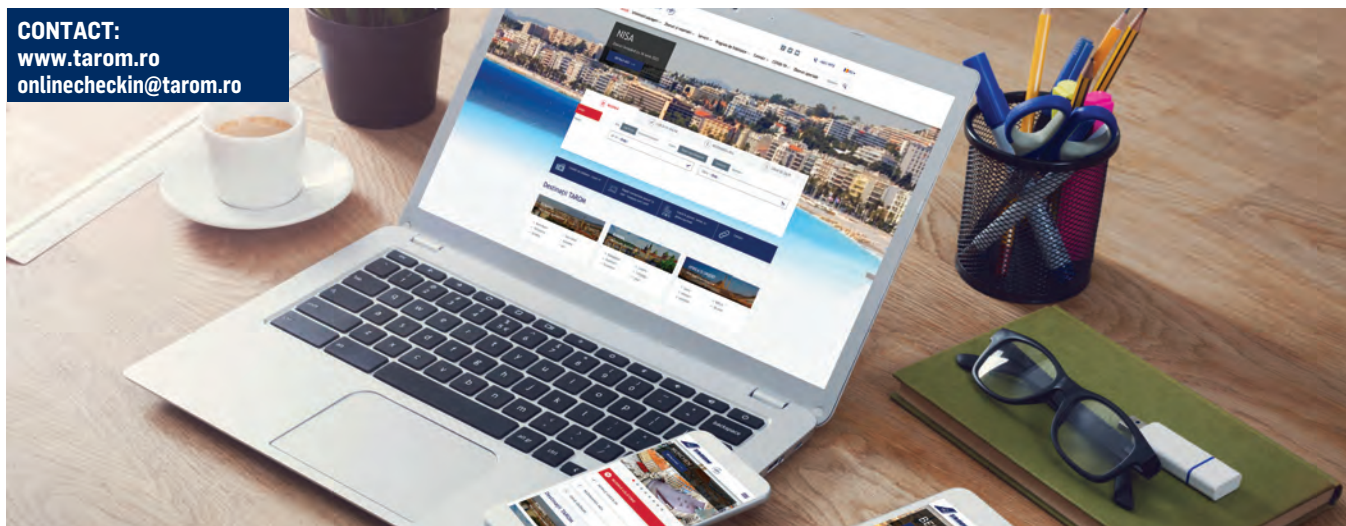
For any questions and further information, please contact www.tarom.ro/contact.

Thank you!

Check-in online

Online check-in

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



Compania TAROM a pus la dispoziția pasagerilor săi o aplicație 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.

Rugăm membrii SkyTeam Elite Plus să prezinte la ghișeul de

check-in cardul de fidelitate valabil, pentru validarea nivelului de pasager frecvent și acordarea beneficiilor aferente.”

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.

We are kindly asking the SkyTeam Elite Plus members to present the valid frequent flyer card at the check-in desk, in order to validate the frequent flyer level and receive the corresponding benefits.”

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.

Agenții interne / Domestic offices

Call Center TAROM

Tel.: (004) 021.9978
 (004) 0800.500.131 (Tel. Verde)
 (004) 0371.529.000
 E-mail: contact@tarom.ro
rezervari@tarom.ro

BUCUREȘTI

Sediul Aeroport

Calea Bucureștilor 224F,
 Aeroportul Internațional Henri Coandă,
 Terminal Plecări, Agenție Tiketing, Otopeni
 Tel.: (004) 021.204.1355
 (004) 021.201.49.49

Sediul Victoriei

Str. Buzzești, nr. 59-61, Pta. Victoriei
 Tel.: (004) 021.204.64.02/04/08/14
 (004) 021.204.64.13 (pentru corporații)
 Fax: (004) 021.204.64.24/27
 E-mail: rezervationvictoria@tarom.ro
victoria.corporate@tarom.ro
agvictoria@tarom.ro

BRAȘOV

Tel.: (004) 0268.406.373
 E-mail: agbrasov@tarom.ro

CLUJ-NAPOCA

Aeroportul Internațional
 “Avram Iancu” Terminal Plecări - Etaj 1
 Tel.: (004) 0749.277.949
 E-mail: agcluj@tarom.ro

CONSTANȚA

E-mail: agconstanta@tarom.ro

IAȘI

Aeroportul Internațional
 Iași Terminal 3
 E-mail: agiasi@tarom.ro

ORADEA

Piața Regele Ferdinand nr. 2
 Tel.: (004) 0259.431.918
 Fax: (004) 0259.231.918
 E-mail: agoradea@tarom.ro

PLOIEȘTI

Bd. Republicii nr. 141 Bl. 31, C1/C2
 Tel.: (004) 0244.595.620
 Fax: (004) 0244.595.620
 E-mail: agploiesti@tarom.ro

TIMIȘOARA

Aeroportul Internațional
 “Traian Vuia” Timișoara
 Terminal Plecări - Zboruri Interne
 Email: agtimisoara@tarom.ro



A thousand ways to travel

FLYING
BLUE
FOR ME

Get ready to enjoy a loyalty programme that rewards you every day in a thousand ways. Even when you are not flying.

Earn Miles the way you want: book flight tickets or hotel nights, rent a car or even shop online. And spend them as you like: reward tickets, onboard services or presents from the Flying Blue Store... Making great use of your Miles couldn't be easier!

Start as an Explorer and get even more rewarded as you level up.

Join for free on flyingblue.com

Flying Blue is the loyalty programme of



Lasă visele deoparte! Transformă-le în realitate!

SkyTeam alături de membrii săi transformă în realitate destinațiile la care visați. S-a redeschis sezonul călătoriilor internaționale. Dacă v-ați petrecut ultimii doi ani visând unde ați putea călători, acum este timpul să bifați acele destinații.

Unde să călătoriți

Planificați o vacanță pe o plajă tropicală? Anotimpurile pot varia enorm, chiar și în aceeași țară, așa că nu uitați să verificați vremea pentru perioada din an în care doriți să călătoriți înainte de a rezerva. Regiunile muntoase sunt perfecte pentru sporturi de iarnă și drumeții de vară, iar rețeaua SkyTeam se mândrește cu atât de multe orașe interesante de descoperit, că vei avea foarte multe alegeri la dispoziție.

Unde să faceți rezervarea

Dacă sunteți membru SkyTeam Frequent Flyer, de ce să nu folosiți milele pe care le câștigați atunci când zburăți cu orice companie aeriană membră, pentru călătorii recompensă? Pur și simplu conectați-vă la contul dumneavoastră Frequent Flyer, verificați-vă soldul și vedeți ce opțiuni aveți disponibile.

Vrei să câștigi pe toate planurile? SkyTeam.com are o funcție de căutare la îndemână, care vă permite să găsiți și să rezervați cea mai bună rută SkyTeam la tarife disponibile pentru datele și destinația dumneavoastră.

Cum să te pregătești

Având în vedere restricțiile de călătorie și cerințele de intrare care variază în întreaga lume, SkyTeam.com oferă un instrument online simplu pentru a vă ajuta să aflați exact ce aveți nevoie pentru călătoria dumneavoastră.

Aveți nevoie de inspirație?

Urmăriți canalele de socializare ale SkyTeam și veți găsi inspirație pentru destinație, știri și actualizări interesante despre alianța noastră și de la membrii săi. Le puteți găsi aici:

Facebook: @SkyTeam

Instagram: @SkyTeamAlliance

LinkedIn: @SkyTeam

Twitter: @SkyTeam

WeChat: 天合联盟SkyTeam

Și, desigur, ne-ar plăcea să auzim vești de la voi și să vedem fotografiile din călătoriile voastre din destinațiile alianței. Nu uitați să distribuiți!

Don't dream it. Do it.

SkyTeam and its members are helping make those wish-list destinations reality. International travel is back and it's time to explore. If you've spent the last two years dreaming of where to go, now's the time to start crossing those destinations of your bucket list.

When to go

Planning a tropical beach break? Seasons can vary enormously, even in the same country, so don't forget to check the weather for the time of year you wish to travel before you book.

Mountainous regions are fantastic for snowy slopes and summertime hikes, while SkyTeam's network boasts so many exciting cities to discover, you'll be spoilt for choice.

Where to book

If you're a SkyTeam Frequent Flyer member, why not use the miles you earn when you fly on any member's flights towards reward travel? Simply log into your frequent flyer account online, check your balance and see what options are available. Want to earn, not burn? SkyTeam.com has a handy flight search function that enables you to find and book the best SkyTeam route and fares available for your dates and destination.

How to prepare

With travel restrictions and entry requirements varying around the world, SkyTeam.com offers an easy online tool to help you find out exactly what you need for your trip.

Need inspiration?

Follow SkyTeam's social media channels and you'll find destination inspiration and exciting news and updates from our alliance and its members. You'll find SkyTeam on Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn and WeChat. You can find them here:

Facebook: @SkyTeam

Instagram: @SkyTeamAlliance

LinkedIn: @SkyTeam

Twitter: @SkyTeam

WeChat: 天合联盟SkyTeam

And of course, we'd love to hear from you – and see photos from your travels around our network. Don't forget to share!



Putting you first. 10 years of SkyPriority.



BETC

For 10 years, SkyPriority* has been saving you time in 970+ airports worldwide when flying on one of our member airlines. From fast-track check-in to first-on-belt baggage, SkyPriority leads the industry in airport priority services. Just follow the iconic red signs for another 10 years of putting you first.

Visit SkyPriority Finder on SkyTeam.com to learn more about it.

*Available to SkyTeam Elite Plus, First and Business Class customers.

 **SKYTEAM®**
Caring more about you™

Aerolíneas Argentinas

AEROMEXICO

AirEuropa

AIRFRANCE

CHINA AIRLINES

CHINA EASTERN

CZECH AIRLINES

DELTA

Garuda Indonesia

ITA AIRWAYS

Kenya Airways

KLM

KOREAN AIR

MEA

SAUDIA

TAROM

Vietnam Airlines

XIAMENAIR

Cardul perfect pentru vacanțe la înălțime

Primești mile la fiecare cumpăratură cu cardul. În plus:

- ▶ Poți plăti în rate fără dobândă la peste 19.000 de parteneri din toate domeniile
- ▶ Ai asigurare de călătorie în străinătate gratuită
- ▶ Ai până la 55 de zile perioadă de grație pentru creditul consumat



Agenții externe

International booking offices

ARMENIA

Yerevan

✈ Zvartnots International Airport
Buzand 7, Yerevan, Armenia
☎ +374 10 524-877
+7 495 937 56 20
reservations@aron.am

BELGIUM

Brussels

✈ National Airport (13km)
Brussels Airport, Departure
Hall OP 44, 1930 Zaventem
☎ +32 22186382
financial@tarom.be
airport@tarom.be
Sita: BRUAPRO

BULGARIA

Sofia

✈ Vrazhdebna Airport (10km)
Concorde International
Blv. Vitosha, nr. 44, et. 1, Sofia
☎ +3592 9331055 /
+3592 9331066
✉ +3592 9331040
Sita: SOFTORO

CYPRUS

Larnaca

LGS HANDLING
✈ Larnaca International
Airport (8 km)
P.O. BOX 43004
6650, Larnaca
☎ +35 724008610
✉ +35 724008627
sales.airport@lgshandling.com

EGYPT

Cairo

APOLLO TRAVEL
Champolion street no: 2, 6th.
Floor, Tahrir Square, Cairo
☎ +201 2221370 16
alaa.aref@apollo-tarom.com

GEORGIA

Tbilisi

Discovery Travel LTD.
61 Paliashvili str. Tbilisi,
Georgia 0179
☎ +995 32 2 900900 (Ext 119)
+995 32 2 514161
lmetanashvili@discovery.ge
Sita: TBSAV7X

ITALY

Milano

✈ Edograp Helpfly
Malpensa Airport Terminal 1
21010 Ferno (VA)
☎ +39 0274862334
mxp@edograp.com

Rome

✈ Edograp Helpfly
Fiumicino Airport Terminal 3
00050 Fiumicino (RM)
☎ +39 06659546441
+39 064381022
fco@edograp.com

JORDAN

Amman

✈ Queen Alia Airport (35 km)
Petra Travel and Tourism
Shmeisani Abdulhamid
Sharaf St.
☎ +96 265620760
+96 265694765
✉ +96 265621749/86684
Sita: AMMTORO

KUWAIT

Kuwait City

✈ International Airport (22 km)
Al Athla Travel
Al Homaizi Bldg.,
Al. Soor St., Al. Salheih
☎ +965 2441041/2441042/ 2426847
✉ +965 2428671
Sita: KWITORO

LEBANON

Beirut

✈ International Airport (8 km)
Al Sawan Co. S.A.R.L
62 Al Sawan, Croniche, Rawce,
Ain El Tineh, P.O. BOX 1182207
☎ +9611 797430 / 810375
✉ +9611 797431
Sita: BEYTORO

MOLDOVA

Chișinău

Chișinău International Airport (14 km)
TAROM Agency
3 Ștefan cel Mare Blvd.
☎ +37 322541254
✉ +37 322272618
tarom@mtc.md

NETHERLANDS

Amsterdam

☎ +322 2186382
✉ +322 2198046
airport@tarom.be
flytarom@tarom.nl

QATAR

Doha

✈ Trans Orient Travel
& Tourism Centre
Rajan St. P.O. BOX 363
☎ +974 458458/432496
✉ +974 4321099

RUSSIA

Moscow

✈ Olympiyskiy prospect 14, BC
"Diamond Hall", 129090, Moscow, Russia
☎ +7 4959375620
tarom.mow@aviareps.com

St. Petersburg

✈ Ligovsky prospect 140, BC "Eco Status",
192007, St. Petersburg, Russia
☎ +7 8127403820
tarom.led@aviareps.com

SAUDI ARABIA

Riyadh

✈ King Khaled Airport (35 km)
United Travel Agency
Sitten St., O.P Malaz C.P.
6265 - Riyadh 11442
☎ +96 614787272
✉ +96 614793811
☎ A/P: +9661 2221080

SYRIA

Damascus

✈ International Airport (29 km)
Alsham Travel and
Tourism 52 Fardoss St.
P.O. BOX 248
☎ +96 3112223630 / 2223332
✉ +96 3112222920 / 2247003

UNITED ARAB EMIRATES

Dubai

✈ International Airport (5 km)
Al Majid Travel Agency &
Tourism, Al Maktoum St.,
PO-BOX 1020, Deira
☎ +97 142211176/1849
✉ +97 142276748
Sita: DXBTORO

UKRAINE

Kyiv

AVIAREPS Ukraine
7, Okhtyrskiy Lane, of. 1G
03022 Kyiv Ukraine
☎ +38 044 289 05 20
ro.ukraine@aviareps.com

UNITED STATES OF AMERICA

New York

TAL Aviation USA Plc
GSA TAROM USA
370 Seventh Avenue, Suite 306A,
New York, NY 10001 USA
☎ +1 646 213 9595
Email: taromgsausa@talaviation.com
Mrs. Ferrouz Bousselma
USA Country Manager

Agenți de vânzări cargo în România / Romanian cargo sales agents

ADD CARGO SOLUTION SRL

Str Criseni FN, Corp anexa, Sat
Dazmir, Com Apahida, Cluj
☎ +40 754 579 191

AGILITY LOGISTICS SRL

Blv. Dimitrie Pompeiu nr. 6E, Piperă
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”,
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

Aeroport Internațional
„Henri Coandă”,
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

AIRBORNE GLOBAL SERVICES SRL

Willbrook Platinum Business &
Convention Centre 172 - 176
București - Ploiesti Street,
Building B1, 3rd Floor
013686 Bucharest, Romania
www.airborne-global.com
☎ +40 241 59 00 11
☎ +40 241 59 00 22
office@airborne-global.com

AS WORLD CARGO SRL

BICC Cargo Terminal, 1st floor,
rooms 1.2 & 6, 075150 Henri Coandă
International Airport
stelian.larga@ascargo.ro
☎ +40 74 4505691

ASG WIND TRANSPORT SRL

Aeroport Internațional Henri
Coandă, Calea Bucureștilor nr. 95
A, etaj 1, Jud. Ilfov
☎ +40 37 276 44 47
☎ +40 37 287 10 40

AVANTAJ TRANS

Str. Culturii, nr. 32, sector 5, 052768
București, România
☎ +40 723 833 359
obc@avantajtrans.com

BOLLORE LOGISTICS ROMANIA 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

CARGO PARTNER

Baneasa Building and
Technology Park, Sos. București-
Ploiesti, 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

EAST LOGISTIC SRL

Aeroport Internațional „Henri
Coandă” 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

EUROPRIM SHIPPING SRL

Splaiul Independenței nr.202,
camera 5, sector 6, București,
060021
☎ +40 21 410 90 33
☎ +40 21 410 06 08

EXPEDITORS INTERNATIONAL ROMANIA 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 EXPRESS ROMANIA

TRANSPORTATION SRL
Sos. București-Ploiesti 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
Timisoara, Str. Aeroportului nr. 1
☎ +40 256 404 808
☎ +40 256 404 809

FEDEX TRADE NETWORKS

TRANSPORT & BROKERAGE SRL
Airport Plaza Building, str. Gării
Odaei 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. Cioflincieni 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

GEBRUDER WEISS SRL

Bvd. Expoziției nr. 1, et. 8
București
☎ +40 372 67 8529/8525
☎ +40 372 67 8539

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 21 215 05 07
☎ +40 21 201 45 08
☎ +40 21 201 45 08

HELLMANN WORLD

Wide Logistics SRL
Airport Plaza Building
str. Drumul Gării Odaei nr. 1 A
intrare 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, 021,
Voluntari, Ilfov 071791
☎ +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

KUEHNE + NAGEL

TRANSPORT S.R.L.
Aeroport Internațional Henri
Coandă, 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 03143 61 355

M&M MILLITZER & MUNCH ROMANIA 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

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

MAURICE WARD & CO SRL

Remetea Mare, Hala 1 Modul 8,
Iul. Timis
☎ +40 256 223 327
☎ +40 256 223 328

MILLHOUSE ROMANIA

224E Calea Bucurestorilor, Clădirea
EDF, Parter Corp 2, Camera 206,
OTP International Airport | 075150
Otopeni, Ilfov, Romania
☎ +40 723 833 359

MOORHOUSE LOGISTICS LTD SRL

12-14 Vulturilor Street, 4th Floor,
District 3, ZIP Code 030855,
Bucharest
☎ +40 213 272 554
+40729 917 781
☎ +40 213 231 327
+40 372 251 143
gabriel.lie@mhlog.com

PANALPINA ROMANIA SRL

Sky Tower, 18th Floor 246 C Calea Flo-
resca, 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 B.I.C.C. Et. 2, camera 8
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 201 46 58
☎ +40 21 201 46 57

QUATTRO INTERSPED SRL

103 Uranus Street, 5th District,
050823 Bucharest, Romania
☎ +40 726 390 990
☎ +40 21 410 60 11
razvan.ghita@quattro-sped.ro

RILVAN SERV SRL

Calea Bucurestorilor 224j
075100 Otopeni
www.rilvan.eu
☎ +40 (0) 21 201 4659
☎ +40 (0) 21 201 4661
marius.mihalache@rilvan.ro

SCHENKER LOGISTICS ROMANIA 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
camera 9
☎ +40 21 234 0092
☎ +40 21 201 4639

SEAL EXPRESS LOGISTICS SRL

Str. Carol Davila nr. 85, et. 1,
Sector 5, București
☎ +40 (21) 5390192/93
☎ +40 (21) 3224815
☎ +40 722 171 014

SERBAN INTERNATIONAL

TRANSPORTS
Str. Bateștii nr. 9, sect 1
București
☎ +40 21 3187735
☎ +40 21 3187741

SKY COURIER SRL

Calea Bucureștilor 224 K,
Otopeni, Ilfov
☎ +40 374 934 919
☎ +40 374 028 890
☎ +40 372 904 544
e-mail: info@skycouriers.ro

TEEN LOGISTICS SERVICES SRL

Aeroportul Internațional
„Henri Coandă”, București
Str. Fermel A nr. 3A

Otopeni Jud. Ilfov

☎ +40 21 313 33 35

☎ +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

UNIMASTS LOGISTICS SRL

Str. Drumul Gării Odaei nr. 1 A,
Etaj 1, camera 109,
Otopeni, Jud Ilfov
☎ +40 21 528 05 24
☎ +40 21 528 05 26

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
Timisoara, Str. Gh. Marinescu
nr.2 ap.5
☎ +40 256 306 162

VRK EXPEDITIONS

Aeroportul Internațional „Henri
Coandă”, Calea Bucureștilor
nr. 224 J, POB 26,
Clădirea BICC, etaj 1, Otopeni, Jud.
Ilfov 075150
☎ +40 21 201 4620
☎ +40 21 201 4619
☎ +40 21 201 4740/4645
Timisoara Aeroportul Traian Vuia,
Str. Aeroportului nr. 2
☎ +40 256 38 60 70
☎ +40 256 38 60 66

WORLD COURIER ROMANIA SRL

Str. Fermel L nr. 2
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 350 44 45
☎ +40 21 350 44 47

WORLD MEDIATRANS SRL

Str. Jean Monet nr. 7
Timisoara 1900
☎ +40 256 49 76 16
☎ +40 256 20 23 80
Cluj Str. Traian Vuia 149
Pavilion 2
☎ +40 364 81 49 40

Agenți de vânzări cargo din străinătate / International cargo sales agents

ARMENIA

ARON LLC
Buzand street no. 7, Yerevan Armenia
☎ +374 10 52 08 77 / +374 94 41 16 21
E-mail: ararat_muradyan@aron.am

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
Bedrijvenzone 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 Strovolos Avenue, 2011 Strovolos,
Nicosia, Cyprus
☎ +357 22 710 000
+357 22 514 155
taromcargo@gapgroup.com
jack.koumi@gapgroup.com
☎ +357 22 710 350
+357 99 693 509

CZECH REPUBLIC

Air Logistics s.r.o
Menzies Aviation Building
Prague Intl. Airport
Prague 6, 16100
Tel: +420 220 114 084
Fax: +420 220 115 408
jindrich.hudecek@airlogistics.cz

DENMARK

Universal GSA ApS
Kystvejen 32 DK-2770 Kastруп
Denmark
☎ +45 32502800,
+45 32502830
E-mail: info@universalgsa.dk

FINLAND

Oy Universal GSA Ab
Rahtitie 3, 5th floor, 01530
Vantaa, Finland
☎ +358 40 5483595
E-mail: info@universalgsa.fi

FRANCE

GLOBE AIR CARGO SYSTEM
Zone de Fret 4 Roissy
1 Rue du Pré – Batiment 33, 95704
Roissy CDG Cedex
☎ +33 1 48 62 35 64
+33 1 48 62 53 35

GERMANY

GLOBE AIR CARGO GmbH
Waldecke Strasse 9, D-64546
Meerfelden-Walldorf
Frankfurt Office:
☎ +49 6105 40 660
☎ +49 6105 99 30499
E-mail: fra@globe-air-cargo.de

GEORGIA

Air Logistics LLC
205 Room, II Floor, Lasare Cargo
Terminal
Tbilisi International Airport
☎ +995 32 2 300010
☎ +995 577 319400
E-mail: tbs@airlogisticsgroup.com
inga.melik@airlogisticsgroup.com

HONG KONG

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 Com-
plex, IGI Airport, New Delhi – 110 037
E-mail: alex@avs-gsa.com

HUNGARY

AIR LOGISTICS Kft.
2120 Vecses, Ulloi ut. 809/A
☎ +36 1 770 7470
☎ +36 1 770 7480

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 Com-
plex, IGI Airport, New Delhi – 110 037
E-mail: alex@avs-gsa.com

IRELAND

NORZEL LTD. T/A AIRLINE CARGO
SERVICES
C/O Need More Space House Suite
306, Old Airport Road,
Santry, Dublin 9
☎ +353 18468968
(for DUB office/)

GREAT BRITAIN

Air Logistics Ltd
Unit 6E, Boundary Court
Willow Farm Industrial Park
Castel Donington, Derby DE74 2NN
☎ +44 1332 850021
+44 1332 810302
E-mail: operations@airlogistics.co.uk,
sales@airlogistics.co.uk,
TAROM@airlogistics.co.uk

GREECE

GOLEMIS AIR SERVICES CO SA, 15
Panepistimiou 10564, Athens
☎ +30 2103543848
+30 2103543739

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 Aeroportul
Fiumicino
☎ +39 06 650 17361
+39 06 652 9438

MO尔多VA

Molinari SRL
Str. Chisniului 14, ap. 28
☎ +37 322524102
☎ +37 322529341

NETHERLANDS

ATC AVIATION SERVICES BV
Folkstoneweg 40, 1118 LM Luch-
thaven, Schiphol Airport,
P.O. Box 75569,
☎ +31 203164210
+31 203164243

NORWAY

Universal GSA AS
Box 58 NO-2051 Jessheim, Norway
☎ +47 63 942910
+47 63 942919
E-mail: info@universalgsa.no

RUSSIA

FF Cargo Services Ltd.
30 Kommunalnyi proyezd
Moscow Region
☎ +7 495 648 6501
+7 495 648 6101

061478014 (for SNN office)

+353 18468969

(for DUB office/)

061478014 (for SNN office)

ISRAEL

LIKA BERKOWITZ



ARONSON VILLA
str. Oltului nr. 138,
Băile Tușnad, județul Harghita
0734 194 004 sau info@aronson.ro

Pure Freude
an Wasser

GROHE

ZBOR DUPĂ ZBOR,
**RELAXEAZĂ-TE
CU SISTEMELE
DE DUȘ GROHE**



[grohe.ro](https://www.grohe.ro)

[@/grohe_romania](https://www.instagram.com/grohe_romania)

[f/GROHE.Romania](https://www.facebook.com/GROHE.Romania)

PART OF **LIXIL**