



insight

FEBRUARIE - APRILIE 2019 / FEBRUARY - APRIL 2019



romania2019.eu
Romanian Presidency of the Council of the European Union

EXEMPLARUL TĂU GRATUIT / YOUR COMPLIMENTARY COPY

energie curată din 1909

110
ANI
DE ENERGIE
ROMGAZ
— 1909 — 2019 —

De peste un secol împingem limitele și pe noi înșine, construind atât un viitor luminos cât și o moștenire pe fundațiile solide ale muncii și ingeniozității românești.

Vă invităm să sărbătorim împreună 110 ani de energie scriși de RomGaz.

S.N.G.N. RomGaz S.A.

Compania este admisă la tranzacționare din anul 2013 pe piața Bursei de Valori București și a Bursei din Londra (LSE).

RomGaz face explorare geologică în scopul descoperirii de noi zăcăminte gazifere, produce gaz metan prin exploatarea zăcămintelor din portofoliul companiei, depozitează subteran gaze naturale, efectuează

intervenții, reparații capitale și operații la sonde și asigură servicii profesionale de transport tehnologic.

RomGaz este cel mai mare producător și principal furnizor de gaze naturale din România.

www.romgaz.ro



romania2019.eu

PREȘEDINȚIA ROMÂNIEI LA CONSILIUL UNIUNII EUROPENE
ROMANIAN PRESIDENCY OF THE COUNCIL OF THE EUROPEAN UNION

*COEZIUNEA,
O VALOARE COMUNĂ
EUROPEANĂ*

*COHESION,
A COMMON
EUROPEAN VALUE*



**PREȘEDINȚIA ROMÂNIEI LA
CONSILIUL UNIUNII EUROPENE**
ROMANIAN PRESIDENCY OF THE COUNCIL
OF THE EUROPEAN UNION

La 1 ianuarie 2019, România a preluat misiunea exercitării Președinției semestriale a Consiliului Uniunii Europene. Astfel, în primul semestru al acestui an, România conduce lucrările uneia dintre instituțiile europene, care asigură, printre altele, adoptarea legislației europene, împreună cu Parlamentul European. Este o misiune crucială, pentru că ne aflăm, pentru prima dată de la aderarea țării noastre la Uniunea Europeană, în această postură care ne plasează în centrul procesului decizional european. Proiectul este important nu numai pentru România, ci și pentru mine, ca actual premier și fost membru al Parlamentului European, cu o experiență îndelungată în cadrul legislativului de la Bruxelles. Îi dedic, de aceea, întreaga mea energie și am convingerea că prima noastră Președinție va lăsa o amprentă pozitivă, care să contribuie la o viziune consolidată a proiectului european în ansamblul său. Primele săptămâni de la debutul mandatului nostru au fost marcate de o serie de evenimente culturale, dar și de întâlniri importante atât la București, cât și la Strasbourg, unde am prezentat în plenul Parlamentului European prioritățile mandatului nostru pentru următoarele șase luni. Lansarea oficială a Președinției României la Consiliul Uniunii Europene, printr-un eveniment cultural de excepție oferit de Orchestra Țărilor Uniunii Europene la Ateneul Român, a fost un moment emoționant, dar și un prilej de a descoperi conotații extinse ale devizei noastre - „Coeziunea, o valoare comună europeană”. Viziunea Președinției României asupra proiectului European este structurată în jurul ideii de „coeziune, ca valoare comună europeană”, declinată în toate dimensiunile sale:

- coeziune politică ilustrată de nevoia de unitate între statele membre;
- coeziune economică și teritorială, în vederea reducerii decalajelor de dezvoltare între state membre și între regiuni;
- coeziune socială, importantă prin prisma preservării celor patru libertăți ale Pieței Interne a Uniunii Europene;

Mandatul nostru se bazează pe patru piloni principali de acțiune: Europa convergenței, Europa siguranței, Europa actor global, Europa valorilor comune.

Europa convergenței are în vedere asigurarea creșterii economice, dezvoltarea socială, reducerea decalajelor, competitivitatea, conectivitatea și sustenabilitatea. Piața Unică este, desigur, cea mai mare realizare a Uniunii, nucleul construcției europene. Drept urmare, unul din obiectivele Președinției României este de a avansa agenda legislativă în domeniul Pieței Interne, în scopul definitivării cadrului necesar unei bune funcționări a acesteia. Trebuie să consolidăm baza științifică și tehnologică a industriei europene, prin care putem stimula competitivitatea noastră la nivel internațional și, totodată putem genera creștere

On 1 January 2019, Romania undertook the mission of exercising the six-month presidency of the Council of the European Union. Thus, in the first semester of the year, Romania chairs the works of one of the European institutions which ensures, among others, the adopting of European legislation, together with the European Parliament. It is a crucial mission, because we are now, for the first time since our accession to the EU, in this position that places us in the centre of the European decision-making process. The project is important not just for Romania, but for myself, as well, as the current Prime Minister of the country and former member of the European Parliament, with a long experience in the Brussels legislature. Therefore, I dedicate my entire energy and I am convinced that our first Presidency will leave a positive mark, which will contribute to an enhanced vision of the European project in its entirety. The first weeks since the beginning of our mandate were marked by a series of cultural events, as well as important meetings in Bucharest and Strasbourg, where we presented in the European Parliament's plenary the priorities of our mandate for the six coming months. The official launch of the Romanian Presidency of the Council of the European Union, with an exceptional cultural event offered by the European Union Orchestra at the Romanian Athenaeum, was an emotional moment, as well as an opportunity to discover extended connotations of our motto - "Cohesion, a common European value". The Romanian Presidency's vision of the European project is structured around the idea of "cohesion as a common European value", in all its dimensions:

- political cohesion illustrated by the need for unity among Member States;
- economic and territorial cohesion, in view of reducing development disparities between Member States and between regions;
- social cohesion, important in light of preserving the four freedoms of the European Single Market.

Our mandate is based on four main action pillars: Europe of convergence; a safer Europe; Europe, a stronger global actor; Europe of common values.

Europe of convergence aims to ensure economic growth, social development, reducing disparities, competitiveness, connectivity and sustainability. The Single Market is, definitely, the greatest achievement of the Union, the core of the European construct. Therefore, one of the goals of the Romanian Presidency is advancing the Single Market legislative agenda, in view of completing the framework required for its good functioning. We must enhance the scientific and

economică și locuri de muncă. Vom continua să promovăm digitalizarea, inclusiv în domeniul industriei europene. Ofensiva digitală a fost promovată deja de anterioarele Președinții, estonă și austriacă, ale Consiliului UE și noi vom urmări, la rândul nostru, să continuăm să lucrăm în același ritm susținut. Ne vom concentra pe dezvoltarea legăturilor funcționale dintre Est și Vest, dintre Nord și Sud, care să faciliteze conexiunile de toate tipurile, pentru operaționalizarea celor patru libertăți de circulație și pentru creșterea competitivității economiei europene și a nivelului de trai în regiunile mai puțin dezvoltate. Vă spuneam despre necesitatea unei politici pe termen lung în domeniul industrial, iar la fel de importantă este reglementarea Uniunii Energetice. Aceste două teme vor ocupa un loc important pe agenda președinției noastre.

Al doilea pilon al președinției României va fi Europa siguranței. Suntem în fața unor noi provocări de securitate ce amenință siguranța cetățeanului. Uniunea Europeană se confruntă cu o paletă largă de riscuri și amenințări care pot să submineze valorile și prosperitatea societăților noastre deschise. Într-o lume a digitalizării accelerate, trebuie să avansăm în ceea ce privește protejarea cetățenilor în spațiul virtual. Este necesar să consolidăm reziliența Uniunii la atacuri cibernetice. Așadar, securitatea cibernetică va reprezenta o condiție necesară pentru orice proiect referitor la societatea informațională. Tot în legătură cu securitatea Uniunii vom trata cu toată seriozitatea negocierea și finalizarea inițiativelor privind gestionarea coerentă a fluxurilor migratorii, întărirea granițelor externe ale Uniunii, intervențiile de urgență, lupta împotriva terorismului, protejarea siguranței cetățenilor în spațiul virtual, operaționalizarea și chiar extinderea mandatului Parchetului european către infracțiunile de terorism, precum și consolidarea cooperării judiciare în materie civilă și penală. Ne dorim să contribuim la formularea de soluții viabile în aceste domenii legate de migrație și să promovăm cooperarea dintre statele de origine și de tranzit, inclusiv în ceea ce privește combaterea traficului de ființe umane.

Cel de-al treilea pilon major pe care ni l-am propus pentru președinția României este Europa actor global. În viziunea noastră, direcția principală de acțiune în acest domeniu trebuie să pornească de la angajamentele comune asumate prin Strategia Globală de Politică Externă și de Securitate a Uniunii Europene. În materie de politică de securitate, vom promova întărirea capacităților de apărare și securitate ale Uniunii Europene, în strânsă complementaritate cu procesele similare din cadrul NATO. În același timp trebuie să ne orientăm atenția în vecinătatea noastră imediată ceea ce presupune avansarea politicii de

technological basis of the European industry, which will help drive our competitiveness at an international level and, at the same time, generate economic growth and create jobs. We will continue to promote digitalisation, including in European industry. The digital offensive has already been promoted by the previous Presidencies of the Council of the EU, i.e. the Estonian and Austrian ones, and we will aim to continue to work at the same lively pace. We will focus on developing functional connections between the East and the West, the North and the South, which will facilitate connections of all kinds, in view of streamlining the four freedoms of movement and increasing the competitiveness of the European economy and the living standards in less developed regions. I was talking about the need for a long-term policy in the industrial area, and it is equally important to regulate the Energy Union. These two topics will take an important place on the agenda of our Presidency.

The second pillar of the Romanian Presidency will be a safer Europe. We are now facing new security challenges that threaten the safety of our citizens. The European Union is confronted with a wide range of risks and threats that can undermine the values and prosperity of our open societies. In a world of accelerated digitalisation, we must advance as regards the protection of our citizens in the virtual space. It is necessary to consolidate the resilience of the Union to cyber-attacks. Therefore, cybersecurity will be a necessary condition for any project regarding the information society. In connection with the security of the Union, we will treat with utmost seriousness the negotiation and completion of initiatives regarding the coherent management of migration flows, strengthening the external borders of the Union, emergency interventions, the fight against terrorism, protecting the safety of our citizens in the virtual space, streamlining and even expanding the mandate of the European Public Prosecutor's Office towards terror-related crimes, as well as enhancing judicial cooperation in civil and criminal matters. We wish to contribute to producing viable solutions in these migration-related areas, and to promote cooperation between countries of origin and countries of transit, including for combating human trafficking.

The third major pillar we have set out for the Romanian Presidency is Europe, a stronger global actor. In our view, the main course of action in this area must start from the common commitments undertaken in the EU Global Strategy for Foreign and Security Policy. With respect to the security policy, we will promote enhancing the defence and security capabilities of the European Union, in close complementarity with the similar processes within NATO. At the same time, we must focus on our immediate vicinity,

extindere a Uniunii. Aniversarea, anul acesta, a 10 ani de la lansarea Parteneriatului Estic va reprezenta un moment important în acest sens. O atenție deosebită trebuie acordată Balcanilor de Vest. De asemenea, vom susține implementarea angajamentelor UE în plan internațional. Reperele esențiale sunt promovarea intereselor comerciale, modernizarea sistemului comercial multilateral și extinderea acordurilor de parteneriat economic și de comerț liber.

Al patrulea pilon pe care se va desfășura președinția României va fi Europa valorilor comune. Altfel spus, pentru a stimula coeziunea politică europeană ne propunem să promovăm intens principiile și valorile ce ne unesc. Totodată, trebuie să combatem cu fermitate o serie de probleme cu care se confruntă încă societățile din cadrul Uniunii, cum ar fi rasismul, intoleranța, xenofobia, populismul, antisemitismul sau discursul bazat pe ură. Ne dorim o Uniune mai democratică, deci vom promova egalitatea de tratament la care aspiră toate statele membre și toți cetățenii europeni. Acest aspect este esențial pentru încrederea cetățenilor față de proiectul european.

Mandatul pe care îl vom exercita timp de șase luni este complex, dar vom avea oportunitatea de a crește vizibilitatea țării noastre în plan extern - european și internațional - și care va aduce în prim plan societatea românească, în ansamblul său. În primul rând, avem ocazia de a promova în Europa o imagine mai clară asupra societății noastre, reflectată de spiritul și atașamentul puternic pro-european al României. De asemenea, avem oportunitatea de a crește vizibilitatea țării noastre din perspectivă culturală, turistică, istorică și intelectuală, prin intermediul reuniunilor și a altor acțiuni care se vor desfășura la sediul instituțiilor europene, precum și în România. Am ales să organizăm reuniuni și în afara Bucureștiului pentru a aduce românii din țară mai aproape de proiectul european, dar și pentru a aduce Europa în inima și spiritul României primitoare și generoase. Sperăm ca această abordare să crească, totodată, și nivelul de conștientizare și implicare a tuturor, în special a tinerilor, în proiectul european, pentru că nu ne putem imagina o Uniune Europeană puternică și stabilă fără sprijinul generațiilor viitoare. Președinția României la Consiliul Uniunii Europene va fi suma tuturor acestor linii de acțiune, cu provocări și oportunități pe care ne propunem să le gestionăm în mod constructiv, deschis, pentru a menține mai presus de orice unitatea și coeziunea în cadrul Uniunii Europene.

Vă invit să urmăriți parcursul și evoluțiile mandatului Președinției României la Consiliul Uniunii Europene pe pagina de internet dedicată: www.romania2019.eu.

which entails advancing the Union's enlargement policy. This year, the tenth anniversary of the Eastern Partnership will be an important moment to this end. Special attention should be paid to Western Balkans. We will also support the implementation of EU commitments at an international level. The essential elements are promoting commercial interests, modernising the multilateral commercial system and expanding economic and free trade partnership agreements.

The fourth pillar of the Romanian Presidency will be Europe of common values. In other words, so as to drive European political cohesion, we aim to intensely promote the principles and values that unite us. At the same time, we must firmly counter a series of problems that societies in the Union are still facing, such as racism, intolerance, xenophobia, populism, antisemitism or hate speech. We wish to have a more democratic Union, so we will promote equal treatment, to which all Member States and all European citizens aspire. This aspect is essential for the trust of our citizens in the European project.

The mandate that we will exercise for six months is a complex one, but we will have the opportunity to increase our country's visibility abroad – at a European and an international level – and to bring the Romanian society as a whole to the fore. Firstly, we have the opportunity to promote a clearer image of our society in Europe, reflected by Romania's strong pro-European spirit and attachment. Furthermore, we have the chance to increase our country's visibility from a cultural, touristic, historic and intellectual standpoint, due to the meetings and other actions that will take place at the European institutions, but also in Romania. We have chosen to organise meetings outside Bucharest, too, so that we may bring Romanians in the country closer to the European project, but also to bring Europe to the heart and spirit of our welcoming, generous Romania. We hope this approach will also raise awareness and the level of involvement of everyone, particularly young people, in the European project, because we cannot imagine a strong and stable European Union without the support of future generations. The Romanian Presidency of the Council of the European Union will be the sum of all these lines of actions, with challenges and opportunities that we aim to address in an open, constructive manner, so as to maintain unity and cohesion within the European Union as a matter of utmost importance.

You can follow the course and evolution of the mandate of the Romanian Presidency of the Council of the European Union on the dedicated webpage: www.romania2019.eu.



VACANȚĂ CU GUST DE CAFEA
A COFFEE-FLAVOURED HOLIDAY

CONTENT
FEBRUARIE - APRILIE 2019
FEBRUARY - APRIL 2019



AMMAN
CAPITALA ALBĂ A IORDANIEI
THE WHITE CAPITAL OF JORDAN



EREVAN / YEREVAN



BUCĂȚĂRIA UCRAINEANĂ,
O EXPLOZIE DE AROME
UKRAINIAN CUISINE, A BURST OF FLAVOURS



ROMA. ISTORIA BOEMĂ A ITALIEI
ROME. THE BOHEMIAN HISTORY OF ITALY



ORADEA
PERLA VESTULUI
THE PEARL OF THE WEST





SELGROS

cash & carry



**IA-ȚI CARD DE PASIONAT
ȘI AI BENEFICII DE COLECȚIONAT!**

Fă-ți cumpărăturile la Selgros,
intră în Clubul Pasionaților
și îți răsplătim fidelitatea!



SELGROS

cash & carry

Club pentru
profesioniști și *pasionați*.
De bunătațuri.

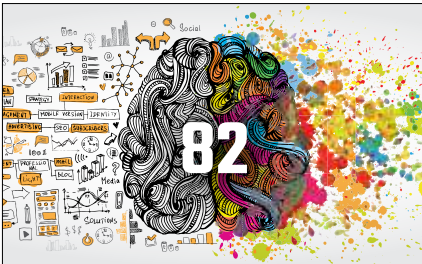




ALEXANDRU TOMESCU
„A FI MUZICIAN ÎNSEAMNĂ A
FI UN PERPETUU CĂUTĂTOR”
“BEING A MUSICIAN MEANS BEING
A PERPETUAL TRAVELLER”



MIHAI COVALIU



PROVOCARE. INOVARE. TESTARE.
CE ESTE „DESIGN THINKING”?
CHALLENGE. INNOVATION. TESTING.
WHAT IS “DESIGN THINKING”?



ÎNOTUL, UN SPORT PENTRU
MINTE ȘI CORP
SWIMMING, A SPORT FOR THE MIND
AND THE BODY



CITY BREAK
TAROM TOURS



otpbank



**Cu cardul de credit de la OTP Bank
ai 12 rate fără dobândă, oriunde călătorești!**

Ofertă limitată până la 30 iunie.

Ai doar avantaje! Aplică acum pentru un card, sună la 021 308 00 80 sau intră pe www.otpbank.ro/card-credit-mastercard

Pentru mai multe detalii despre program consultă Regulamentul pe www.otpbank.ro
DAE 27,95% p.a. a fost calculată presupunând că suma de 5.367 RON a fost acordată pe doi ani, utilizată imediat la începutul contractului și rambursată în 24 plăți lunare egale considerând dobânda anuală aplicată de 24,90%, rată fixă.

Tom Jones, live în Cluj-Napoca

Anul 2019 își propune să fie cel mai de succes când vine vorba de concerte, se pare. Pe lângă Lenny Kravitz, o altă legendă a muzicii tuturor timpurilor a confirmat că vine în România. Sir Tom Jones, care ne încântă cu muzica sa de peste cincizeci de ani, va susține un spectacol pe 26 iunie la BT Arena din Cluj-Napoca. Juratul de la The Voice UK ne promite că vom dansa o seară întreagă pe piese care au fost cu noi de-a lungul timpului încă de când eram mici, cum ar fi Green Green Grass Of Home, Delilah sau Thunderball. Biletele deja sunt disponibile pe site-urile de specialitate.



Tom Jones, live in Cluj-Napoca

It seems the year 2019 aims to be the most successful one when it comes to concerts. Aside from Lenny Kravitz, another all-time music legend has confirmed he is coming to Romania. Sir Tom Jones, who has delighted us with his music for over fifty years, will give a show on June 26 on BT Arena in Cluj-Napoca. The Voice UK judge promises us to dance an entire evening to songs that have been close to us over the years, ever since our childhood, like Green Green Grass of Home, Delilah or Thunderball. Tickets are already available on specialised websites.

Premieră: Musicalul Queen la Sala Palatului

De peste cinsprezece ani, musicalul "Queen: We Will Rock You" este sold-out în întreaga lume. Anul acesta, pe 10 aprilie, fanii din România vor avea ocazia să urmărească live la Sala Palatului producția românească a acestui spectacol, în regia celebrului Răzvan Mazilu. Scris de Ben Elton, musicalul cuprinde piesele consacrate ale trupei Queen, precum „Bohemian Rhapsody”, „We Will Rock You” și multe alte hituri. Biletele pentru spectacolul de la Sala Palatului sunt deja disponibile, iar fanii sunt nerăbdători să vadă maiestria lui Mazilu pusă în scenă.



Premiere: the Queen musical at the Palace Hall

For over fifteen years, the "Queen: We Will Rock You" musical has sold out everywhere in the world. This year, on April 10, Romanian fans will have the chance to see live at the Palace Hall the Romanian production of this show, directed by the famous Răzvan Mazilu. Written by Ben Elton, the musical includes the greatest Queen hits, such as "Bohemian Rhapsody", "We Will Rock You", and many more. Tickets to the Palace Hall show are already available, and fans can't wait to see Mazilu's skills on stage.

LAPTE BIO LA BUTELCĂ



Și atât.

Vacanță cu gust de cafea

A coffee-flavoured holiday



Cafeaua! Această licoare magică ce ne face diminețile zâmbitoare și ne pregătește de o zi plină de succes. Aromată ca un weekend de vară, amăruie ca un grapefruit sau lejeră și ușoară ca un vânt de primăvară, cafeaua este probabil cel mai frecvent tabiet al oamenilor de pretutindeni. Dar, la fel ca în cazul mâncărilor speciale, și cafeaua are sursele sale specifice. Pentru pasionați, excursiile în destinații "de cafea" cu siguranță sunt mai interesante decât altele. Iată câteva recomandări de vacanță în orașe în care veți degusta cele mai interesante arome ale acestui energizant.

Prima destinație de pe listă este, bineînțeles Viena. Capitala Austriei este recunoscută la nivel mondial pentru cafea, ba mai mult, grație numărului impresionant de cafenele a fost declarată sit UNESCO cu opt ani în urmă. Cea mai veche cafenea din oraș datează din secolul al XIX-lea. Dacă ajungeți în viitorul apropiat acolo, obligatorie este o vizită la Das Augustine, unde nu numai că veți bea o cafea delicioasă, dar veți avea drept interlocutori nenumărate pisici dornice de atenție.

Coffee! This magical drink that cheers us up in the morning and gets us ready for a successful day. Flavourful like a summer weekend, bitter like a grapefruit or light and delicate like a spring breeze, coffee is perhaps the most frequent habit of people everywhere. But, just like special foods, coffee has its specific sources, too. For aficionados, trips to "coffee" destinations are definitely more interesting than others. Here are a few holiday recommendations in cities where you can taste the most interesting flavours of this energising drink.

The first destination on the list is definitely Vienna. The Austrian capital is world-renowned for its coffee; furthermore, thanks to its impressive number of cafés, the Viennese Coffee House Culture was included in UNESCO's Intangible Cultural Heritage eight years ago. The oldest café in the city dates back to the 19th century. If you get there in the near future, you must go to Das Augustine, where you can have a delicious cup of coffee, surrounded by many cats asking for your attention.

Pentru mulți, când spui cafea spui Italia, așa că nu aveam cum să nu introducem Milano, capitala cafelei italienești, pe lista aceasta de recomandări. Locuri precum Orsonero sau Moleskine Cafe sunt mereu pline de turiști care se delectează cu un machiatto sau un espresso făcute ca la carte.

Adusă de francezi cu două secole în urmă, cafeaua a căpătat numeroase alte ingrediente în Ho Chi Minh. Aici puteți gusta cafea cu gălbenuș de ou sau cu iaurt, ori în forma preferată a vietnamezilor - cu lapte condensat la fundul ceștii.

Sigur ati auzit de cafeaua la nisip! Istanbulul este și el un rai pentru pasionați. Preparată din cafea nefiltrată, măcinată foarte mărunț, cafeaua turcească se servește în ceșcuțe de porțelan, iar ritualul cafelei - de la preparare până la conversație - este foarte important în acest loc.

O ultimă destinație pe lista noastră este una mai puțin cunoscută pentru cafea, și anume Lisabona. Împânzit de cafenele, orașul mereu însorit este un loc minunat pentru a descoperi noi și noi arome și combinații inedite. Dacă nu știți de unde să începeți, LX Factory este un loc foarte bun pentru o primă oprire matinală.

For many people, when you say coffee you say Italy, so we must include Milan, the capital of Italian coffee, on this list of recommendations. Places like Orsonero or Moleskine Café are always full of tourists enjoying a macchiato or an espresso brewed the proper way.

Brought by the French two centuries ago, coffee has acquired many other ingredients in Ho Chi Minh City. Here, you can taste coffee with egg yolk or yoghurt, or as the Vietnamese prefer it – with condensed milk on the bottom of the cup.

You must have heard about coffee on sand! Istanbul is also heaven for coffee lovers. Made with unfiltered coffee, ground very finely, Turkish coffee is served in china cups, and the coffee ritual – from brewing to conversation – is very important here.

The last destination on our list is Lisbon, though lesser known for coffee. Full of cafés, the ever-sunny city is a wonderful place to discover all sorts of interesting new flavours and combinations. If you don't know where to begin, LX Factory is the perfect spot for a first stop in the morning.





Ce citim în 2019?

Anul trecut a fost un an plin de lansări de carte și de noi autori ale căror romane au văzut pentru prima dată lumina tiparului. Agenda pentru anul acesta pare la fel de încărcată așa că am ales să vă recomandăm cinci volume care abia ce au ajuns pe rafturi în primele luni ale lui 2019 pentru a ne asigura că le cuprindeți pe lista de lecturi de îndată.

Oculus, de Sally Wen Mao, este un volum de poezie contemporană mult așteptat de criticii literari. Cu stilul său provocator, autoarea atrage atenția prin versurile sale puternice asupra unor probleme încă tabu ale societății, cerând parcă cititorilor săi să nu mai fie indiferenți.

Pentru cei care au citit deja bestseller-ul „The Orphan’s Tale” avem vești foarte bune. Pam Jenoff revine pe rafturile librăriilor cu noul său roman “The Lost Girls of Paris”, o poveste foarte încărcată emoțional, bazată pe evenimente reale prin care au trecut un grup de femei spion în timpul celui de-al doilea război mondial.

„The Wicked King” este continuarea romanului science-fiction de succes „The Cruel Prince”, lansat de Holly Black și recomandat de New York Times. Fanii autoarei abia așteaptă să vadă ce le mai aduce nou tărâmul magic și regele Cardan în acest volum. Cartea se află deja pe rafturile librăriilor, așa că vă recomandăm să vă grăbiți.

Autorul romanului „Atonement”, Ian McEwan, premiat cu Booker Prize, revine în 2019 cu “Machines Like Me” o poveste care se petrece în Londra anilor 1980. Charlie, personajul principal al romanului îl cumpără pe Adam, un exemplar din primii oameni sintetici produși vreodată. Împreună cu iubita sa Miranda, cei doi îi construiesc personalitatea lui Adam, transformându-l într-o ființă puternică, foarte inteligentă și frumoasă. Inevitabil, parcursul vieților celor doi se schimbă. Volumul va fi lansat în luna aprilie, dar este disponibil pentru precomandă pe website-ul autorului.

What are we reading in 2019?

Last year was full of book launches and new authors whose novels have been published for the very first time. This year’s agenda seems just as full, so we have chosen to recommend you five books that have made it to the shelves in the first months of 2019, to make sure you’re including them on your to-read list at once.

Oculus by Sally Wen Mao is a book of contemporary poetry long awaited by literary critics. With her provocative style, the author raises awareness in her powerful lines about issues that are still taboo in our society, as if asking her readers to stop being indifferent.

For those who have already read the bestseller The Orphan’s Tale, we have great news. Pam Jenoff returns to bookstores with her new novel, The Lost Girls of Paris, a very emotionally charged story based on the real events that a group of female spies have gone through during World War II.

The Wicked King is the sequel of the successful sci-fi novel The Cruel Prince, written by Holly Black and recommended by The New York Times. The author’s fans can’t wait to see what the magical realm and King Cardan have in store for them in this new book. The novel is already available in bookstores, so we recommend you hurry.

The author of Atonement, Ian McEwan, winner of the Booker Prize, returns in 2019 with Machines like Me, a story set in 1980s London. Charlie, the main character of the novel, buys Adam, one of the first synthetic men ever manufactured. Together with his lover Miranda, he builds Adam’s personality, transforming him into a powerful, extremely intelligent and handsome being. Inevitably, the course of their lives changes. The book will be released in April, but it is already available for pre orders on the author’s website.



LUXURIA
DOMENII Residence

Luxury. The way smart people appreciate



EXCLUSIVE
PRESALE
OFFER

Why investing in LUXURIA Domenii Residence

- ◆ Awarded architecture by International Property Awards
- ◆ Area in full development process
- ◆ Easy access to key points in town
- ◆ Rising value of the investment & excellent Yields
- ◆ Credibility of the real estate developer
- ◆ Modern living facilities: gym, parks, library



LUXURIA DOMENII RESIDENCE

We believe in the art of living and we build a premium residential complex in the new business center of Bucharest. Exclusive design, smart compartmentalization and safety, in order for you to focus on harmony and enjoy life. We design and build upscale apartments, the way smart people appreciate.

LUXURIA DOMENII Residence

Sales Office: 54B Comandor Aviator Popișteanu Street, 1st District, Bucharest
www.luxuria-residence.ro

Bergamot Developments | Phone: +40 729 100 001 | sales-fly@luxuria-residence.ro

Patru pași simpli

Vacanța. Acel moment pentru care nu este niciodată prea devreme sau prea târziu. Chiar dacă timpul este nemilos cu noi și serviciul ne incomodează concediile, nu înseamnă că nu putem cel puțin planifica în ce destinație ne vom petrece următoarele zile libere. Pentru cei nehotărâți sau greu de mobilizat într-ale programării unei excursii, am pregătit un ghid simplu de urmat pentru îndeplinirea visurilor de relaxare și fericire.

Primul pas este să vă analizați propria personalitate și să decideți dacă sunteți un turist urban sau rural, dacă preferați locurile moderne și pline de zgomot sau orașele pline de istorie și de legende. Odată făcută această selecție este timpul să treceți la pasul al doilea: sunteți un gurmand sau preferințele culinare nu stau în calea alegerii unui loc de vacanță? Cel de-al treilea set de întrebări are de a face cu stilul de viață - sunteți un călător pasionat de activități sportive, în aer liber, iubitor de plimbare cel puțin sau ați prefera un oraș în care muzeele, galeriile de artă și monumentele se întâlnesc la tot pasul?

Nu în ultimul rând, pe măsură ce lista începe să prindă contur, întrebați-vă dacă vreți să ajungeți într-un loc nemaivăzut până acum sau sunteți nostalgici după o destinație din care v-ați întors cu o sumedenie de amintiri, care mai de care mai frumoase?

Acum că am restrâns opțiunile, nu vă rămâne nimic altceva de făcut decât să răsfoiți paginile revistei noastre în continuare pentru a găsi cel mai potrivit loc, parcă făcut după chipul și asemănarea dumneavoastră, dintre recomandările din această ediție.

Așadar, unde mergem anul acesta?

Four simple steps

Vacation. That moment for which it is never too soon or too late. Even if time is cruel to us and our job inconvenes our vacations, that does not mean we cannot at least plan which destination we will go to during our next days off. For those of you who cannot decide or who find it hard to focus on planning a trip we have prepared a simple to use guide that you can follow to fulfill your dreams of relaxation and happiness.

The first step is to analyze your own personality and to decide whether you are an urban or rural tourist, if you prefer modern and noisy places or cities full of history and legends. Once you have made this selection it is time for the second phase: are you a gourmand or food preferences are not a criteria to take into account when choosing a vacation place? The third set of questions has to do with your lifestyle - are you a traveller passionate about sports, open air activities and who loves to walk or would you prefer a city where museums, art galleries and monuments are one next to the other?

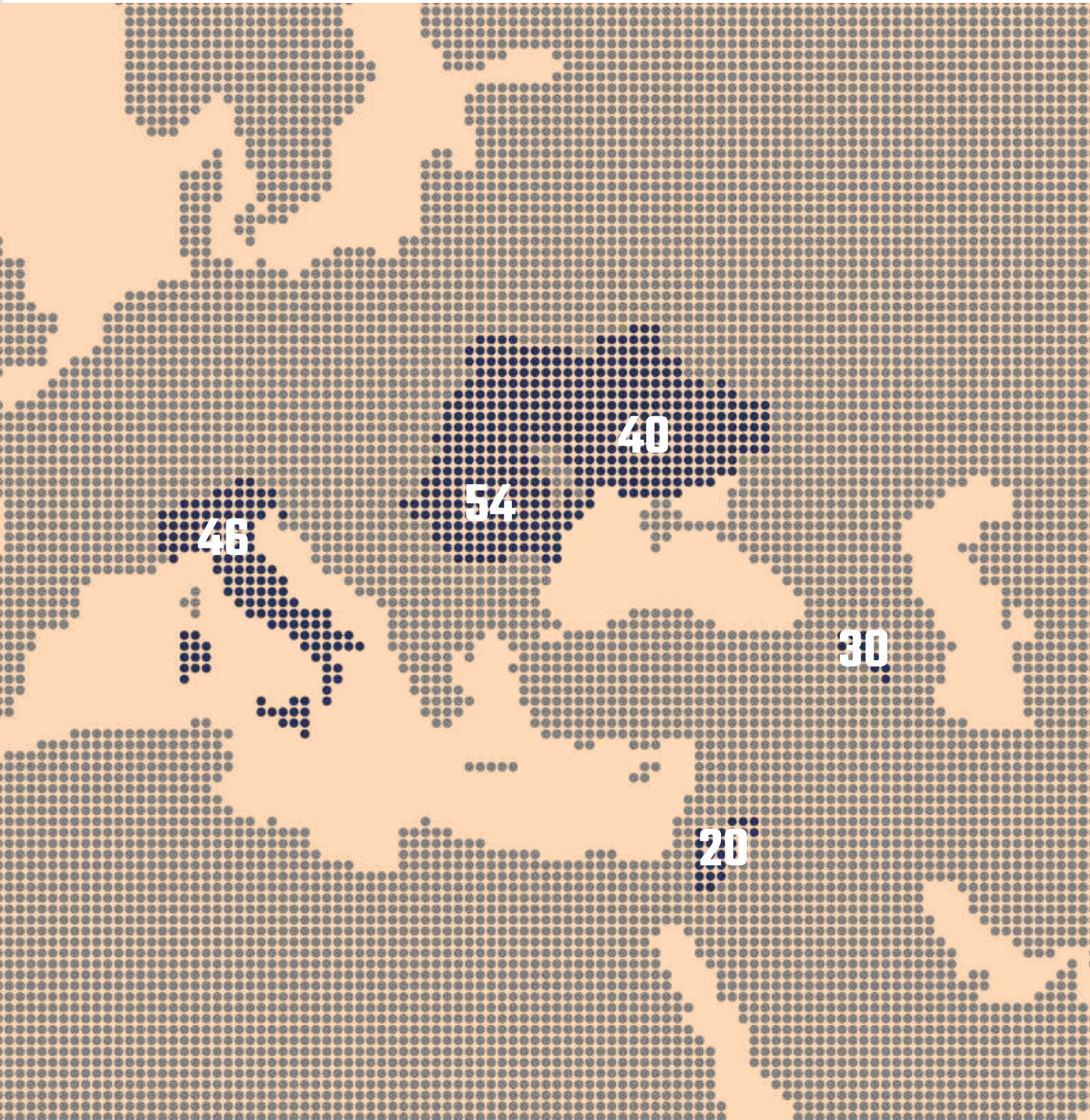
Last but not least, as your list starts to shape up, ask yourselves if you want to reach a place you have never seen before or are you nostalgic for a destination which you returned from filled with the best memories of all times?

Now that we narrowed down the options, all there is left to do is for you to browse our magazine to find the best place, that seems designed after your likeness, out of this issue's recommendations.

So, where are we going to this year?



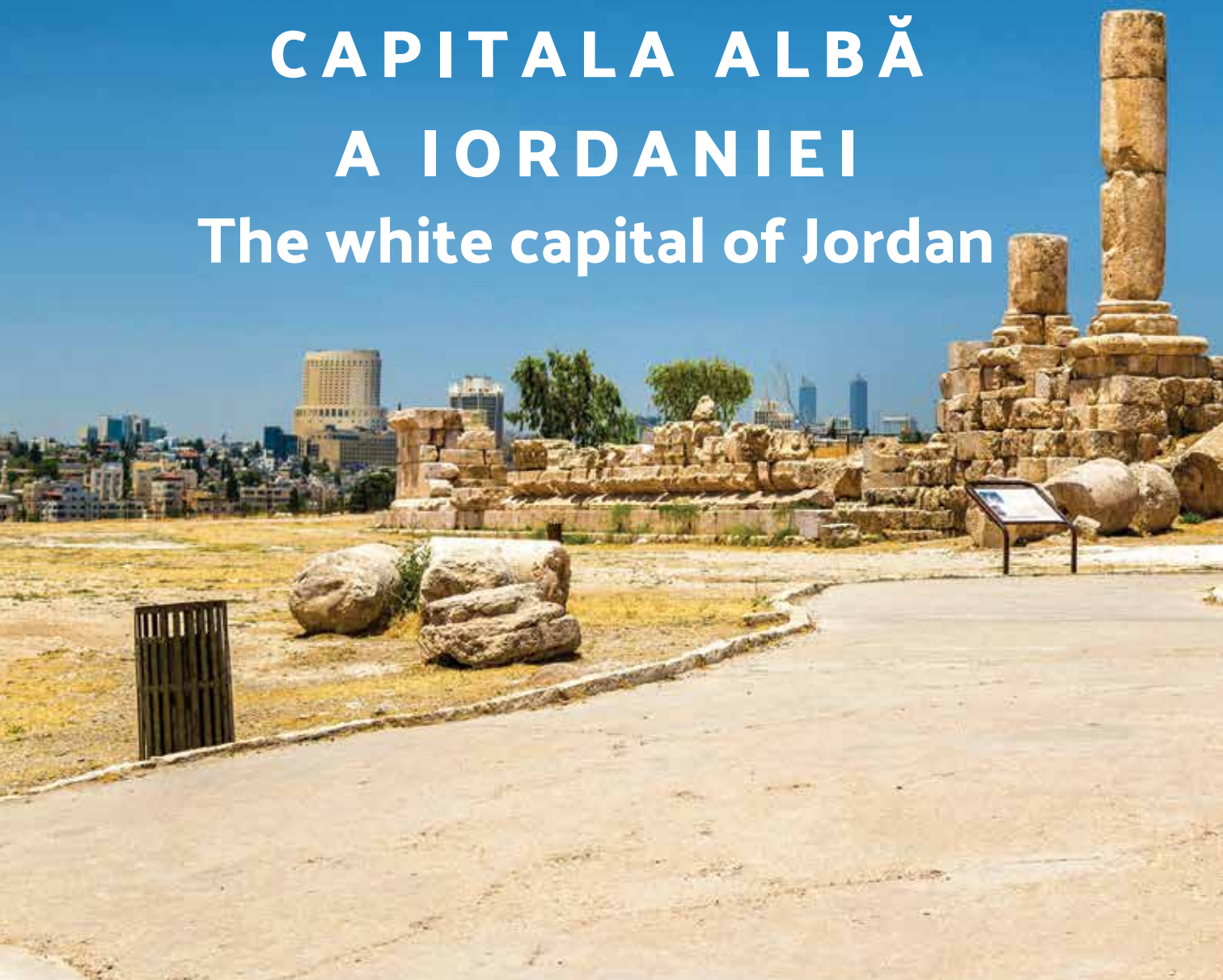
TRAVEL



AMMAN

CAPITALA ALBĂ
A IORDANIEI

The white capital of Jordan







Un oraș care s-a născut în neolitic, cu mii și mii de ani de istorie care i-au trecut printre granițe, Amman-ul este o destinație care va fascina orice călător. Înălțată pe optsprezece coline, capitala Iordaniei amestecă pe frumoasele-i străzi, clădiri albe cu zgârie nori ambițioși ce se ridică spre văzduh și cu construcții atemporale scoase parcă din basme.

Amman (denumire care a fost instaurată cu patru secole în urmă, când i-a fost schimbat numele din Philadephia) înseamnă liniște și pace, iar turiștii care ajung la porțile acestui oraș vor avea cu siguranță parte de o excursie relaxantă și plină de învățăminte.

De văzut

Porniți la pas din Citadelă, amplasată pe dealul Jabal Al Qal'a, unul dintre cele mai vechi locuri locuite permanent în istorie din lume. Aici veți putea vizita Templul lui Hercule la interiorul căruia se află Muzeul de Arheologie și Palatul Umayyad.

A city born in the neolithic era, with thousands and thousands of years of history passing between its borders, Amman is a destination that will fascinate every traveller. Built on eighteen hills, the capital of Jordan mixes in its beautiful streets white buildings with ambitious skyscrapers that rise to the clouds and with timeless constructions taken out of fairy tales.

Amman (name that has been attributed to the city four centuries ago when it was changed from Philadelphia) means peace and quiet, and the tourists that reach the gates of this town will definitely have a relaxing and insightful trip.

To see

Start from the Citadel, located on Jabal Al Qal'a hill, one of the oldest places ever inhabited in history in the world. Here you will be able to visit the Hercules Temple, which houses the Archeology Museum and the Umayyad Palace.



Mergeți apoi spre Jabal Amman care, la fel ca Jabal Al Weibdeh, este unul dintre epicentrele artistice ale Amman-ului, locul în care pictori, sculptori, muzicieni, scriitori, fotografi, bijutieri și mulți alți artiști își fac veacul și unde veți putea păși din expoziție în expoziție spre încântarea iubitorului de artă din dumneavoastră. În Jabal Al Weibdeh vă recomandăm o oprire și în piața Paris.

Dacă sunteți în căutarea unor locuri numai bune de fotografiat atunci îndreptați-vă spre Wild Jordan Centre unde preț de o cafea veți putea admira o panoramă frumoasă asupra orașului. Această zonă este ideală și pentru o sesiune scurtă de cumpărături de cadouri pentru cei dragi.

Nuocoliți Parcul Regelui Hussein, pentru că dincolo de o plimbare terapeutică veți putea și să vizitați un muzeu special, Muzeul Automobilelor Regale, deschis la finele secolului trecut. Designul muzeului, realizat de arhitectul Jafar Touqan, se potrivește perfect cu parcul, iar la interior

Continue to Jabal Amman neighbourhood, which, like Jabal Al Weibdeh, is one of Amman's artistic epicenters, the place where painters, sculptors, musicians, writers, photographers, jewelers and many other artists live and where you can walk from one exhibition to another to the delight of your inner art lover. In Jabal Al Weibdeh we also recommend stopping in Paris square.

If you are looking for places where you can take great photos from, then head to the Wild Jordan Center, where you will be able to enjoy a nice view over the city. This area is also ideal for a short gift shopping session to take home for your loved ones.

Do not go around King Hussein Park, because beyond a therapeutic walk you can also visit a special museum, the Royal Automobile Museum, opened at the end of the last century. The design of the museum, made by architect Jafar Touqan, fits perfectly with the park, and



lumina naturală complimentează exponatele de lux. De la Rolls-Royce la Porsche, la motocicletele Zundap sau Tatra din anii 1930 sau exemplare din fabuloasele Lincoln-uri sau Aston Martin, este evident că pasionații de automobile vor zăbovi multe ore în acest loc.

Excursie de o zi în Petra

Monument UNESCO, cetatea Petra, sculptată în piatră, a fost un oraș important pe rutele comerciale care veneau din Orient, și un loc de refugiu extrem de greu de cucerit. Cei care au reușit totuși să îl ocupe au fost romanii folosindu-se de o tactică ce nu putea da greș în zonele deșertice - oprind alimentarea cu apă a fortăreței. Istoria acestui loc este cu atât mai interesantă cu cât, cale de câteva secole bune a rămas un mister, după o serie de cutremure care i-au forțat pe locuitorii săi să o părăsească în secolul al VII-lea, fiind redescoperită abia în anul 1812.

De gustat

Dacă vreți să cumpărați de-ale gurii, atunci vă recomandăm centrul orașului, unde, lângă moscheea Regelui Hussein, construită la începutul secolului al XX-lea, se

the natural light compliments the luxury exhibits. From Rolls-Royce to Porsche, Zundap or Tatra motorcycles built in the 1930s, or copies of the fabulous Lincolns or Aston Martins, it is for sure that car enthusiasts will spend many hours in this place.

One day trip to Petra

An UNESCO monument, Petra citadel, carved in stone, has been a very important city on the commercial roads that came from the East, and also a very hard to conquer shelter. Those who did eventually manage to defeat it have been the romans, who used a tactic that couldn't have failed in any desert area - by stopping the water supply going to the fortress. The history of this place is even more interesting as for centuries it has remained a mystery, because a series of earthquakes have forced the population to abandon it in the seventh century and it was rediscovered only in 1812.

To taste

If you want to buy food, the we recommend you go to the city centre where, next to King Hussein's mosque, built



BENVENUTI

www.benvenutishoes.com

FREE SHIPPING ALL OVER EUROPE



află o piață plină de bunătăți - fructe confiate, baklava, legume proaspete și multe, multe condimente. Vizita la această piață va fi o experiență inedită, vânzătorii folosindu-se de o tactică neobișnuită de a atrage cumpărători: cântatul.

Dacă poposiți la restaurante tradiționale pentru prânz sau cină, veți fi întâmpinați cu un platou de gustări pe care veți găsi hummus, zetun (adică salată de măsline cu piper verde) falafel, sambusak sau moutabel. Sambusak este o mini gustare sub forma unui mic pachețel de aluat umplut cu carne sau cu legume, iar moutabel este un piure de vinete.

Dacă nu ați mai gustat până acum niciodată, atunci alegeți ca fel principal maqluba, un amestec de orez, cartofi, pui, conopidă, garnisit cu alune și unorei pătrunjel. Tot aici veți putea încerca

at the beginning of the twentieth century, there is a market full of delicious items - dried fruit, baklava, fresh vegetables and many, many condiments. Visiting this market will be an unique experience as merchants have an unusual technique to attract customers: by singing.

If you stop at a traditional restaurant for lunch or for dinner you will be welcomed with a plate of starters containing hummus, zetun (which is an olive salad with

Zboruri TAROM spre Amman / TAROM Flights to Amman

[Acum, și check-in online / Now, online check-in](#)

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Amman				
0:30	3:10	1,3,5,7* (01.04.2019–23.10.2019)	RO 187	73G
0:30	3:10	2* (16.07.2019–10.09.2019)	RO 187	73G
0:30	2:10	5* (25.10.2019)	RO 187	73G
Amman - București				
3:55	6:50	1,3,5,7* (01.04.2019–23.10.2019)	RO 188	73G
3:55	6:50	2* (16.07.2019–10.09.2019)	RO 188	73G
2:55	6:50	5* (25.10.2019)	RO 188	73G

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

Miele

Limite?
Nu există.

#LifeBeyondOrdinary

Miele W1

Noua generație de mașini de spălat
rufe cu sistemul TwinDos.



Miele. Immer Besser.

f MieleROU •  miele_ro • www.miele.ro • shop.miele.ro

București Piața Precii Libero nr. 3-5

Calea Dorobanților nr. 20-28

Constanța Str. Sulfona nr. 13-15

Timișoara Bd-ul Republicii nr. 2

 40 21 352 07 77 / 78 / 79



o musaca autentică preparată din carne tocată și vinete feliate, asezonată cu condimente specifice zonei. Dacă preferați un fel de mâncare mai clasic atunci comandați saniyat sajj, o rețetă de pui cu garnitură de cartofi, ceapă și morcovi. La acest preparat iordanienii adaugă din belșug nucșoară, așa că dacă nu sunteți amatori ai acestei arome fiți siguri că precizați acest lucru ospătarului.

De făcut

Dacă acum abia vă planificați viitoarea călătorie atunci țineți cont că în luna mai, în Amman are loc un festival de graffiti foarte popular, cunoscut sub numele de Baladk Street Art Festival, în vară aici este organizat Festivalul de Film Franco-Arab, iar spre iarnă, în noiembrie are loc Festivalul De Film European. Indiferent, însă, de perioada aleasă, Amman este o destinație potrivită pentru călătorii mai sportive pentru că aici pot lua parte la foarte multe activități în aer liber sau indoor, cum ar fi drumețiile, trekking-ul sau escalada.

green pepper on top) falafel, sambusak or moutabel. Sambusak is a small starter in the shape of a dough cube filled with meat or vegetables, and moutabel is made of mashed eggplants.

If you have never tried it before, then choose as main course maqluba, a mixture of rice, potatoes, chicken, cauliflower, garnished with peanuts and sometimes parsley. It is also here where you will be able to try an authentic moussaka made of minced meat and eggplant slices, seasoned with local condiments. If you prefer a more classic dish then order saniyat sajj, a meal made of chicken with a side dish of potatoes, onion and carrots. Jordanians add a lot of nutmeg to this dish so, if you are not a fan of this flavour, make sure you tell this to your waiter.

To do

If it is just now that you start planning your next trip also take into account that in May in Amman there is a very popular graffiti festival, known as Baladk Street Art Festival, during the summer there is the French-Arab Movie Festival and towards winter, in November, the European Film Festival takes place here. Regardless of when you choose to travel, Amman is a suitable destination for sporty travellers as they will find a lot of open air or indoor activities such as hiking, trekking and rock-climbing.

London, Paris, New York... BUCHAREST
Professionalism knows no boundaries.

DentalMed
Luxury Dental Clinic



Un NOU CONCEPT în Medicina Dentară: ONE STAGE SURGERY

Pacienții zilelor noastre se tem deseori de vizita la medicul stomatolog. Unul din principalele motive îl reprezintă frica ședintelor interminabile, timpul de așteptare și durata tratamentelor. Dorind să depășească acest obstacol, dr. Dragoș Popescu, specializat în implantologie și chirurgie parodontală, general manager al DentalMed Luxury Dental Clinic, a dezvoltat și implementat cu succes conceptul "ONE STAGE SURGERY".

Stabilirea Planului de Tratament Personalizat se realizează prin evaluarea clinică și radiologică a pacientului. Investigațiile radiologice sunt realizate în cadrul clinicii, care dispune de cea mai performantă aparatură pentru imagistică dentară, Computer Tomograful Veraviewpocs 3D, aparținând producătorului japonez MORITA. Odată stabilite fazele tratamentului, intervențiile chirurgicale aplicate prin conceptul "ONE STAGE SURGERY" deschid de obicei șirul tratamentelor restaurative. Echipa medicală formată din 25 de medici specializați în chirurgie maxilo facială, implantologie, parodontologie și estetică dentară reabilitează chirurgical

într-o singură intervenție întreaga cavitate bucală. Ședința de tratament „ONE STAGE SURGERY” poate dura de la 1 ora până la câteva ore, în funcție de complexitatea cazului. Pe întreg parcursul intervenției chirurgicale pacientul este sub efectul sedării intravenoase (i.v. sedation), care asigură confort și siguranță sporită pacientului în timpul operației. Medicii anesteziști monitorizează permanent pacientul pe toată durata intervenției.

Reușim astfel să realizăm cu succes operații extreme de inserare implanturi dentare, operații regenerative parodontale, adii și transplanturi de os, operații cu laser, sinus lift surgery, All-On-4/ All-On-6, extracții - toate în cadrul unei singure ședințe chirurgicale de tratament, atunci când condiția medicală a pacientului permite. Pacientul va fi protezat provizoriu până la finalul tratamentului, iar atunci când este posibil medicii proteticieni pot decide realizarea imediat post-operatorie a coroanelor ceramice pe implanturi (immediate loading), cu ajutorul tehnicii CAD CAM, aflată în dotarea clinicii.



Celor mai mulți dintre pacienți le este greu să creadă că cea mai importantă fază a reabilitării lor dentare s-a sfârșit fără durere, într-o ședință de doar câteva ore, fără spitalizare, și că își pot relua activitățile profesionale și sociale fără probleme încă de-a doua zi. Tratamente care altfel s-ar desfășura pe parcursul câtorva luni sau ani sunt comprimate cu ajutorul acestui CONCEPT revoluționar "ONE STAGE SURGERY". Stresul pacientului se reduce astfel la minim, iar rezultatele obținute sunt remarcabile.

Furnizor al Casei Regale a României, DentalMed este cea mai performantă clinică stomatologică din România la nivel tehnologic și al echipei de specialiști. Într-o locație exclusivistă sunt cuprinse într-un design surprinzător 11 unituri dentare, sala de chirurgie, Computer Tomograf MORITA, sistem CAD CAM. Anual, gestionăm un trafic de peste 35 000 de pacienți, care sunt tratați cu succes în clinica DentalMed, de către o echipă de peste 60 de oameni specializați.

SEASON'S CHOICE





Erevan

Capitala Armeniei e o locație inedită ce poate oferi din plin experiențe culturale, dar și distracție în egală măsură pentru turiști. Dincolo de faima dobândită înainte de anii 90 în spatele cortinei de fier prin celebrele bancuri cu radio Erevan, capitala Armeniei e un oraș viu, plin de viață și umor. Atestat documentar pentru prima dată în secolul al VIII-lea î.e.n., orașul din umbra muntelui Ararat este unul dintre cele mai vechi centre urbane care au fost locuite în permanență. Un oraș al contrastelor, cu parcuri milenare și clădiri moderniste impresionante din perioada sovietică, cu catedrale impunătoare și moschei ornate migălos, Erevan poate oferi câte ceva pentru fiecare vizitator în orice perioadă a anului.

Yerevan

The capital of Armenia is an unusual location that can offer a lot of cultural experiences, as well as entertainment for tourists. Beyond the fame acquired before the 90s behind the Iron Curtain through the famous jokes about the Yerevan radio station, the Armenian capital is a living, lively and humorous city. First documented in the 8th century BC, the city in the shadow of Mount Ararat is one of the oldest urban centres that have been inhabited permanently. A city of contrasts, with millennia-old parks and impressive modernist buildings from the Soviet era, with imposing cathedrals and minutely ornamented mosques, Yerevan can offer something for every visitor at any time of the year.



Menționat prima dată în scriere cuneiformă, ca avanpost al regatului Urartu, orașul Erevan a aparținut de-a lungul vremii de mai multe imperii. Cucerit de mezi, perși, călcat de valuri succesive de popoare migratoare și intrat sub dominația Iranului și apoi a Rusiei țariste, Erevan a devenit un oraș în toată regula sub dominația celei din urmă. Începând cu anul 1924, viitoarea capitală a Armeniei a fost unul dintre primele orașe din Uniunea Sovietică complet reorganizate după principii urbanistice moderne, de către arhitectul Alexander Tamanian. Orașul a fost reconstruit după un plan circular care păstra însă multe dintre străzile vechiului oraș și integra motive tradiționale armenesti. Multe dintre clădirile istorice ale Erevanului au fost demolate în timpul acestei reorganizări urbane dar noile construcții în stil sovietic au fost aproape în totalitate placate cu tuf vulcanic local de o culoare roz deschisă, dându-i Erevanului porecla de „orașul roz”, o poreclă cu care localnicii se mândresc până în ziua de azi.

Astăzi Erevan e un oraș cu peste un milion de locuitori, un centru cultural și de afaceri important aflat la limita dintre vest, est și lumea islamică. Zona turistică este compactă, concentrată mai ales în centrul orașului (Kentron) și oferă

First mentioned in cuneiform writing, as an outpost of the Kingdom of Urartu, the city of Yerevan belonged over the time to several empires. Conquered by the Medes, the Persians, crossed by successive waves of migratory peoples and taken under the domination of Iran and then of Tsarist Russia, Yerevan became a genuine city under the domination of the latter. Since 1924, the future capital of Armenia was one of the first cities in the Soviet Union completely reorganized according to modern urbanistic principles, by the architect Alexander Tamanian. The city was rebuilt after a circular plan that kept many of the streets of the old city and integrated traditional Armenian motifs. Many of Yerevan's historic buildings were demolished during this urban reorganization, but the new Soviet-style buildings were almost completely plated with local light pink volcanic tuffs, giving Yerevan the nickname of “the pink city”, a nickname with which the locals boast about to this day.

Today, Yerevan is a city with more than a million inhabitants, an important cultural and business centre located at the crossroads of the West, the East and the Islamic world. The tourist area is compact, concentrated mainly in the city centre (Kentron) and offers a wide range of attractions.



o gamă largă de atracții. Un punct bun de plecare pentru explorat Erevanul e Piața Republicii, piața principală a orașului. Piața are o formă ovală și, văzută de sus arată exact ca un covor armenesc tradițional și include un ansamblu monumental de clădiri din perioada sovietică și un ansamblu de fântâni cântătoare ce se continuă pe bulevardul din apropiere. În Piața Republicii se află sediul guvernului, sediul mai multor ministere dar și luxosul hotel Marriott Armenia.

Pentru cei mai sportivi, Cascada din Erevan e unul dintre cele mai cunoscute puncte turistice ale orașului, un șir imens de trepte ce unește centrul de cartierul Monument. Cascada are 2780 de trepte, câte una pentru fiecare an de existență a orașului, și oferă niște priveliști fantastice spre Erevan și muntele Ararat dar și concerte de jazz și expoziții de sculptură. Și cei mai puțini sportivi se pot bucura de Cascadă, vârful complexului fiind accesibil și utilizând scări rulante.

Fortăreața Erebuni, aflată în districtul cu același nume din sud-estul orașului este de asemenea un punct de atracție important, dacă vreți să vedeți originile orașului. Zidurile excavate ale cetății sunt conservate în totalitate, o raritate

A good starting point for exploring Yerevan is the Republic Square, the main square of the city. The square has an oval shape and, seen from above, looks exactly like a traditional Armenian rug and includes a monumental ensemble of Soviet-era buildings and an ensemble of dancing fountains that continue on the nearby boulevard. The Republic Square features the government and several other ministries' headquarters, and the luxurious Marriott Armenia Hotel.

For athletic people, the Waterfall of Yerevan is one of the city's most famous tourist attractions, a huge series of stairs that link the centre to the Monument district. The waterfall has 2780 steps, one for every year of the city, and offers some fantastic views of Yerevan and Mount Ararat, as well as jazz concerts and sculpture exhibitions. The less athletic can enjoy the Waterfall, the tip of the complex being also accessible by escalators.

Erebuni Fortress, located in the district of the same name in the southeast of the city, is also an important attraction if you want to see the origins of the city. The excavated walls of the fortress are preserved in their entirety, a rarity



pentru o cetate din acea perioadă și tot situl arheologic e plin de reproduceri de temple, cu interioare din timpul regatului Urartu. Toate artefactele excavate din Erebuni sunt în muzeul atașat sitului. În apropiere se află și parcul Lyon cu al său lac artificial la fel de vechi ca orașul, perfect pentru o plimbare de după-amiază.

Religia e foarte importantă în Armenia și ca dovadă stau multele biserici și mănăstiri din Erevan și împrejurimi. Majoritatea bisericilor sunt relativ moderne, multe dintre cele mai vechi fiind reconstruite după un cutremur puternic din secolul al XVII-lea.

Katoghike e cea mai veche biserică încă în picioare și datează din secolul al treisprezecelea, dar cea mai impunătoare e cu siguranță catedrala Sfântul Grigore, Iluminatorul. Finalizată în 2001, la sărbătorirea a 1700 de ani de creștinism în Armenia catedrala e cel mai mare locaș de cult al bisericii Apostolice Armenești din lume. Moscheea Albastră din Erevan este singura moschee funcțională din Erevan, redată cultului șii după aproape 70 de ani în care a funcționat ca muzeu al orașului.

for a city at that time, and the archaeological site is full of temple reproductions, with interiors from the time of the Kingdom of Urartu. All artefacts excavated from Erebuni can be seen in the museum attached to the site. Nearby is Lyon Park with its artificial lake as old as the city, perfect for an afternoon stroll.

Religion is very important in Armenia, and the many churches and monasteries in Yerevan and its surroundings stand as proof. Most of the churches are relatively modern, many of the old ones being rebuilt after a strong earthquake in the 17th century.

Katoghike is the oldest church still standing and dates back to the thirteenth century, but the most imposing is certainly Saint Gregory's Cathedral, the Illuminator. Finished in 2001, at the celebration of 1700 years of Christianity in Armenia, the cathedral is the largest cult site of the Apostolic Armenian church in the world. The Blue Mosque in Yerevan is the only functional mosque in the city, which has been restored to the Shiites after nearly 70 years when it functioned as a museum of the city.

Este bine să știți că existăm!
www.fgdb.ro



FGDB

FONDUL DE GARANTARE A DEPOZITELOR BANCARE
BANK DEPOSIT GUARANTEE FUND



Astăzi Erevan are foarte multe spații expoziționale și muzeale, printre cele mai importante fiind Galeria Națională a Armeniei, cel mai mare muzeu din țară cu peste 5000 de exponate dar și muzeul de istorie sau muzeul Cafesjian de artă modernă, toate aflate în cartierul Kentron. Muzeul genocidului armean e un muzeu pe care fiecare vizitator ar trebui să îl vadă, chiar dacă poate fi uneori dificil de parcurs.

Nicio vizită în Erevan nu ar fi însă completă fără un tur al fabricii de coniac Ararat. Faimosul coniac, preferatul lui Winston Churchill a fost făcut în cea mai veche fabrică din Armenia, construită pe ruinele vechiului fort. Conform legendei, coniacul Ararat și-a câștigat dreptul de a fi numit coniac în loc de vinars la o degustare, când cei mai mari

Today, Yerevan has many exhibitions and museums, among which the most important are the National Gallery of Armenia, the largest museum in the country with over 5000 exhibits, as well as the history museum or Cafesjian art museum, all located in the Kentron neighbourhood. The Museum of Armenian Genocide is a museum that every visitor should see, even though it can sometimes be difficult to take.

No visit to Yerevan would be complete however without a tour of the Ararat cognac factory. The famous cognac, Winston Churchill's favourite, was made in the oldest Armenian factory, built on the ruins of the old fort. According to the legend, Ararat cognac gained the right to be named cognac instead of brandy at a wine tasting, when the world's

Zboruri TAROM spre Erevan / TAROM Flights to Yerevan

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

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Erevan				
0:40	4:10	3,5* (03.04.2019–25.10.2019)	RO 109	318
0:40	4:10	1* (17.06.2019–16.09.2019)	RO 109	318
Erevan - București				
4:55	6:40	3,5* (03.04.2019–25.10.2019)	RO 110	318
4:55	6:40	1* (17.06.2019–16.09.2019)	RO 110	318

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



experți mondiali nu l-au putut deosebi de cele mai bune VSOP-uri din Cognac. Astăzi faimosul coniac poate fi savurat în timpul unui tur cu degustare.

Dar Erevanul nu e cunoscut doar pentru băutură, ci și pentru mâncare. Khorovats, frigăruile armenesti sunt printre cele mai întâlnite forme de street-food. Alte reinterpretări specific armenesti ale unor feluri levantine precum lahmacun sau dolma se pot comanda la orice restaurant, de la fast food la restaurante de lux. Dintre felurile tradiționale tipic armenesti poate cel mai cunoscut e khash, o ciorbă ciorbă densă care se servește adesea cu capul și copitele animalului în farfurie.

Erevan este o destinație extrem de populară pentru turism medical cu unele dintre cele mai mari centre de cardiologie și chirurgie plastică din lume aflate în oraș, dar este și o destinație excelentă pentru cumpărături. Pe Hyusisayin Pogotha (Northern Avenue), o stradă pietonală deschisă acum zece ani se pot găsi printre cele mai mari branduri din lume.

Pentru șederi mai lungi de un city break, Erevan poate fi baza perfectă pentru o explorare mai amănunțită a Armeniei. Templul păgân elenistic de la Garni și mănăstirea Geghard sunt în imediata apropiere a orașului, iar lacul Sevan, cea mai mare întindere de apă dulce din tot Caucazul se află la mai puțin de câteva ore distanță. Așa că indiferent de cât timp poposiți în Erevan, fiți siguri că ați acordat faimosului oraș timpul cuvenit.

greatest experts could not distinguish it from the best VSOPs in Cognac. Today, the famous cognac can be enjoyed during a tasting tour.

However, Yerevan is known not only for beverages, but also for food. Khorovats, Armenian skewers, are among the most common forms of street food. Other archaeological reinterpretations of Levantine dishes such as lahmacun or dolma can be ordered from any restaurant, from fast food to luxury restaurants. Of the traditional Armenian dishes, perhaps the best known is khash, a thick soup that is often served with the head and hooves of the animal in the bowl.

Yerevan is an extremely popular destination for medical tourism, with some of the world's largest cardiology and plastic surgery centres in the city, but it is also a great shopping destination. On Hyusisayin Pogotha (Northern Avenue), a pedestrian street opened ten years ago, some of the largest brands in the world can be found.

For longer stays than a city break, Yerevan can be the perfect starting point for a thorough exploration of Armenia. The Hellenistic pagan temple in Garni and the Geghard Monastery are in the immediate vicinity of the city, and Lake Sevan, the largest stretch of freshwater in the entire Caucasus is less than a few hours away. So, regardless of how long you are staying in Yerevan, make sure you have given the famous city enough time.

FESTIVALUL PRIMĂVERII, STUTTGART



Unul dintre cele mai frumoase orașe din Germania, Stuttgart, găzduiește de mai bine de un deceniu Festivalul Primăverii, prin urmare, dacă te afli acolo în perioada 20 aprilie - 12 mai, te vei întoarce acasă cu o mulțime de amintiri și povești de la fața locului. Considerat cel mai mare festival din Europa care anunță sosirea primăverii și deschiderea sezonului de evenimente, Frühlingsfest este potrivit atât pentru tinerii dornici de distracție, cât și pentru familiile cu copii.

Imaginați-vă un adevărat parc de distracții în care carouselurile, roțile gigant, casele bântuite și roller coaster-ele "împânzesc" câteva hectare bune de teren și își așteaptă cu nerăbdare miile de vizitatori care le trec anual pragul. În tot acest

One of the most beautiful cities in Germany, Stuttgart, has been hosting the Spring Festival for over a decade, so if you are there between April 20 and May 12, you will come back home with lots of memories and stories. Considered the largest festival in Europe that heralds the arrival of spring and the opening of the event season, Frühlingsfest is suitable for young people eager to have fun and families with children alike.

Imagine a real amusement park where carousels, ferris wheels, haunted houses, and rollercoasters cover several hectares of land, waiting for the thousands of visitors entering its gates every year. Throughout this time, adults can

SPRING FESTIVAL, STUTTGART



timp, adulții se pot delecta cu băuturi și preparate tradiționale în corturile tematice amenajate în interiorul festivalului.

Vă recomandăm să încercați cea mai populară bere - The Stuttgarter Hofbrau - și să nu ratați specialitățile Tyroliene din cortul Almhüttendorf. Iar dacă vreți să le cumpărați celor dragi cadouri, peste 50 de comercianți își vor expune produsele, de la textile, obiective decorative, bijuterii, până la ierburi aromatice, ceaiuri și condimente, totul într-o atmosferă relaxantă, departe de forfota orașului. Nu trebuie să vă faceți griji nici cu privire la transport, și asta pentru că locația se află la doar 25 kilometri distanță față de aeroport, unde există o linie directă de tren care vă va aduce la festival.

enjoy drinks and traditional dishes in the thematic tents arranged within the festival.

We recommend you try the most popular beer, The Stuttgarter Hofbrau, and do not miss the Tyrolean specialties in the Almhüttendorf tent. And if you want to buy gifts for your loved ones, more than 50 merchants will exhibit their products, from textiles, decorations, jewelry to aromatic herbs, teas and spices, all in a relaxing atmosphere away from the hustle and bustle of the city. You don't have to worry about transportation, and that's because the location is only 25 kilometers away from the airport, where there is a direct train line to bring you to the festival.

Bucătăria ucraineană, o explozie de arome

Ukrainian cuisine, a burst of flavours

Despre bucătăria ucraineană se pot scrie adevărate romane. Foarte variată și plină de ingrediente tradiționale folosite în combinații care mai de care mai inedite, fiecare masă este o surpriză de arome și mirosuri îmbietoare. Cu o sumedenie de preparate proprii, această bucătărie a influențat puternic spațiul est european, iar dacă sunt printre voi persoane care au copilărit în Bucovina, ne așteptăm ca în paginile ce urmează să aveți parte de amintiri tare frumoase legate de mese în familie de pe vremea când erați prichindei.

Înainte de a pleca la drum, trebuie să știți că mâncarea gătită de ucraineni se bazează pe ingrediente foarte comune, ca urmare a originii sale din preparate din mediul rural, așadar veți descoperi feluri de mâncare având ca principal ingredient cartofii, morcovii, varza sau ciupercile. Un alt lucru specific regiunii este felul în care se gătesc ingredientele. Cel mai des, legumele și carnea sunt întâi fierte și abia apoi coapte sau prăjite.

Felul de mâncare de bază al Ucrainei este, fără îndoială, borșul, unul dintre cele mai gustoase feluri fiind cel de sfeclă roșie, dar

Real novels can be written about the Ukrainian cuisine. Truly varied and full of traditional ingredients in unusual combinations, each meal is a surprise of flavours and scents. With many specific dishes of its own, this cuisine has strongly influenced the Eastern European space, and if some of you have grown up in Bucovina, we expect the following pages to bring back beautiful memories of family meals from when you were a child.

Before we start, you must know that the food cooked by Ukrainians is based on very common ingredients due to its origin in rural dishes, so you will discover dishes with main ingredients such as potatoes, carrots, cabbage or mushrooms. Another thing specific to the region is the way ingredients are cooked. Most often, vegetables and meat are first boiled and then baked or roasted.

The main Ukrainian dish is undoubtedly borsch, one of the tastiest types being the red beet one, but other dishes such as varenyky or holubtsi are no less popular. These three dishes can be successfully found in most restaurants in Ukraine, so we recommend having a try the first chance you







nici popularitatea altor preparate precum varenyky sau holubtsi nu este mai prejos. Aceste trei feluri de mâncare pot fi găsite cu succes în mai toate restaurantele din Ucraina așa că vă recomandăm să le gustați cu prima ocazie. Pentru o experiență completă, borșul de sfeclă trebuie mâncat cu pâine cu usturoi.

Nu putem vorbi despre preparatele ucrainene fără să menționăm puiul Kiev, făcut din file de pui cu unt, acesta fiind cel mai cunoscut dintre toate printre turiști.

Un element foarte important pentru ucrainenii este pâinea, prin urmare veți descoperi aici zeci și zeci de moduri de pregătire și coacere a acesteia. Ocaziile importante din viața ucrainenilor sunt marcate pe produsele de panificație cu decorațiuni alambicate. Cu cât este mai complexă decorațiunea cu atât se spune că este gospodina mai pricepută.

Printre cele mai populare tipuri de pâine este babka, pregătită de obicei de Paște. Aceasta este făcută dintr-un aluat dulce, presărat din belșug cu stafide sau alte fructe confiate. La Crăciun se fac tradiționali colaci (kalac) dar nu așa cum sunteți obișnuiți cu ei, în tăvi dreptunghiulare ci împlețiți și prinși într-o formă circulară. Un preparat similar se face și cu ocazia nunților și poartă numele de korovai. Există și o sumedenie de feluri de pâine care se fac zi de zi în bucătărie, unul dintre cele mai populare fiind pampuștile (pampushky), dintr-un aluat similar cu cel de gogoși.

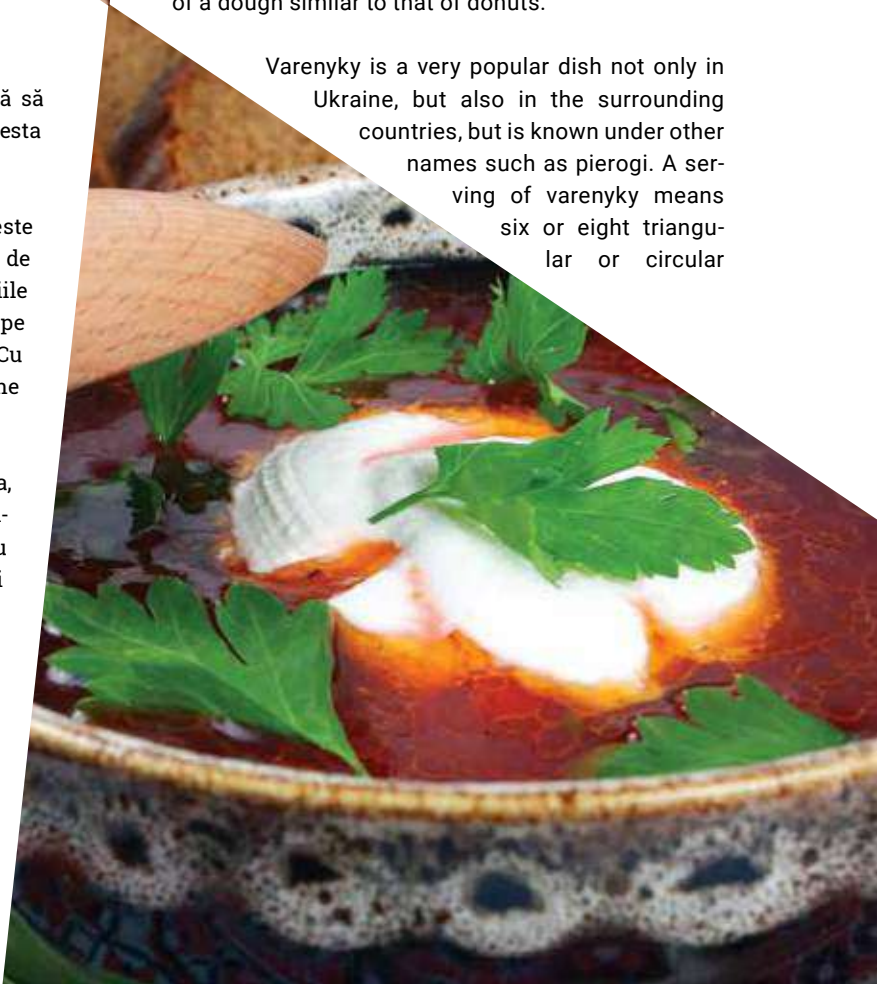
get. For a complete experience, beetroot borsch must be eaten with garlic bread.

We cannot talk about Ukrainian dishes without mentioning chicken Kiev, made of chicken fillet with butter, this being the best known of all among tourists.

A very important element for Ukrainians is bread, so here you will discover dozens and dozens of ways to prepare and bake it. The important occasions in the lives of Ukrainians are marked on bakery products with sophisticated decorations. The more complex the decoration is, the better the housewife is said to be.

Among the most popular types of bread is babka, usually prepared for Easter. It is made of sweet dough, sprinkled with plenty of raisins or other candied fruit. At Christmas, traditional kalacs are made, but not the type you're used to, baked in rectangular trays, but braided in a circular shape. A similar dish is also made at weddings and is called korovai. There are also a number of bread types that are made daily in the kitchen, one of the most popular being the pampushky, of a dough similar to that of donuts.

Varenyky is a very popular dish not only in Ukraine, but also in the surrounding countries, but is known under other names such as pierogi. A serving of varenyky means six or eight triangular or circular





BOSCH

Invented for life

Electrocasnicele Bosch: o echipă perfectă.

Rezultatele: un real succes.


Bucătarul: o gazdă relaxată.

Electrocasnicele încorporabile Bosch se completează perfect pentru a transforma timpul petrecut în bucătărie într-o experiență plăcută și reconfortantă.

www.bosch-home.ro

 **PerfectAir**

Monitorizează aerul ambiental și adaptează corespunzător ventilația

 **PerfectFry**

Asigură prăjirea uniformă a preparatelor

Varenyky sunt un fel de mâncare foarte popular nu doar în Ucraina, ci și în țările din jur, dar sunt cunoscuți sub alte denumiri cum ar fi pierogi sau colțunași. O porție de varenyky înseamnă șase sau opt găluști de formă triunghiulară sau circulară umplute cu piure de cartofi, cu carne, varză sau alte combinații de ingrediente. Cei sărați se servesc de obicei cu ceapă caramelizată și cu smântână, iar cei dulci, umpluți cu gem sau dulceț, se servesc cu unt, presărați cu zahăr și uneori pesmet. Holubtsi sunt tradiționalele sarmale care se fac atât în foi de varză proaspătă sau murată, dar gătite în ulei și cu ceapă caramelizată. Unii bucătari adaugă și sos de roșii sau smântână. În zonele rurale se adaugă în oală și bucăți de costiță afumată pentru un gust cât mai savuros. Deruny sunt clătite umplute cu cartofi peste care se toarnă o porție generoasă de smântână.

Tot în Ucraina puteți mânca și o porție veritabilă de soleanca, o supă densă, acră și picantă făcută cu carne, pește sau ciuperci asortate cu multe legume, sau o farfurie adâncă de salo - o supă răcoritoare preparată cu kefir, castraveți, morcovi și ridichi. Nu ocoloiți nici holodets, un aspic cu carne de porc.

Și pentru că între mese avem mult timp la dispoziție, iată câteva recomandări de locuri de vizitat. Dacă sunteți în Odessa de exemplu, atunci o expediție în catacombele orașului poate fi o aventură interesantă, nu înainte de a vă opri la Palatul Vorontsov, construit în 1827 pe fostele ruine ale unei fortărețe turcești. Un alt obiectiv interesant sunt scarile Potemkin, ridicate în secolul al XIX-lea pentru a face legătura dintre oraș și port, dar și Muzeul de Artă Modernă unde veți putea admira câteva dintre cele mai frumoase exemple de artă est-europeană. Pentru plimbare, dar și pentru petreceri, vă recomandăm centrul istoric al orașului, Arcadia, cel mai popular loc din Odessa. Dacă sunteți în Kiev, musai să ajungeți la muzeul dedicat lui Mihail Bulgakov, la Muzeul Național de Artă și la grădina botanică.

shaped dumplings stuffed with mashed potatoes, with meat, cabbage or other combinations of ingredients. The salty ones are usually served with caramelized onion and sour cream, and the sweet ones, stuffed with jam or marmalade, are served with butter, sprinkled with sugar and sometimes breadcrumbs. Holubtsi are traditional meat rolls made with fresh or sour cabbage leaves, but cooked in oil and with caramelized onion. Some chefs also add tomato sauce or sour cream. In the rural areas, pieces of smoked bacon are also added to the pot for a taste as savory as possible. Deruny are pancakes filled with potatoes over which a generous serving of sour cream is poured.

Also in Ukraine you can eat a real serving of solyanka, a thick, sour and spicy soup made with meat, fish or mushrooms assorted with many vegetables, or a deep salo bowl - a refreshing soup made with kefir, cucumbers, carrots and radishes. Do not avoid holodets either, which is pork aspic.

And because there is plenty of time between meals, here are some recommendations for places to visit. For example, if you are in Odessa, an expedition to the catacombs of the city can be an exciting adventure, but not before you stop by the Vorontsov Palace, built in 1827 on the former ruins of a Turkish fortress. Another interesting tourist attraction is the Potemkin staircase, built in the 19th century to connect the city with the harbor, but also the Museum of Modern Art where you can admire some of the most beautiful examples of East European art. For strolls and parties alike, we recommend the historical centre of the city, Arcadia, the most popular place in Odessa. If you are in Kiev, you have to visit the museum dedicated to Mikhail Bulgakov, the National Art Museum and the botanical garden.

Zboruri TAROM spre Odessa / TAROM Flights to Odessa

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

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Odessa				
1:00	2:35	3,5,7* (03.04.2019 - 27.10.2019)	RO 119	AT7
Odessa - București				
4:15	6:00	3,5,7* (03.04.2019 - 25.10.2019)	RO 120	AT7

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



www.facebook.com/Recolamp
www.linkedin.com/Recolamp



MAKING A HABIT OF **RECYCLING**

since 2007



 **0800.888.666**

Collect and recycle with us your used lamps and luminaires.

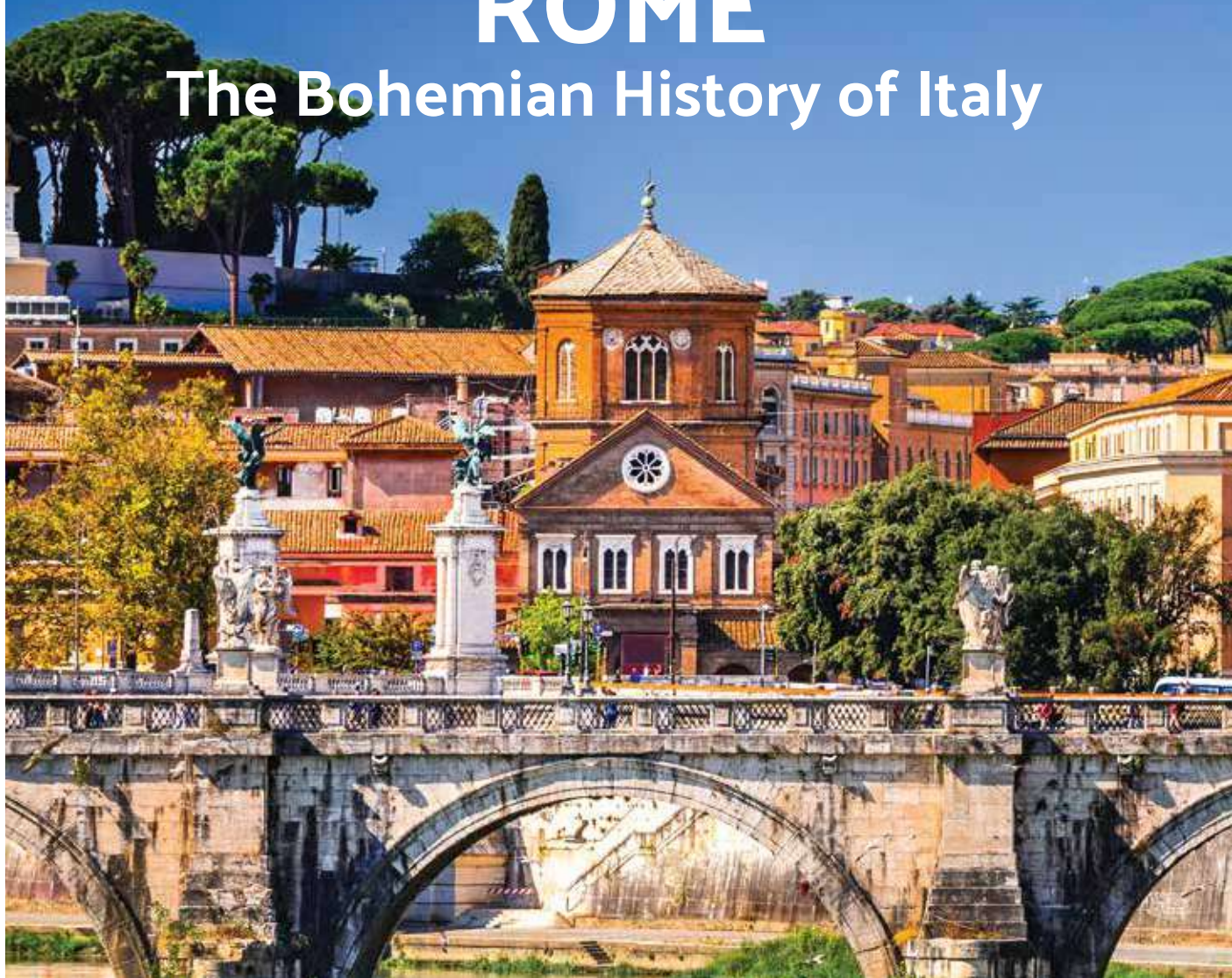
Recycling is a great way to improve our world. For us and the generations to come.
Recolamp provides waste collection services for free.
Find out more about us on: www.recolamp.ro

ROMA

Istoria boemă a Italiei

ROME

The Bohemian History of Italy







Există destinații și destinații. Nouă ne place să le divizăm în două liste foarte simple: cele în care ne-ar plăcea să ajungem pentru că ni se par potrivite tipului nostru de "personalitate turistică" și cele pe care niciun turist nu are voie să le ocolească. Roma, în mod evident, face parte din cea de a doua categorie, orașul vechi de peste 2500 de ani fiind esențial de vizitat cel puțin o dată în viață.

Cel mai mare oraș italian, capitala, se află în centrul țării și pe tot parcursul anului are temperaturi numai bune de călătorit. Dar, cel mai potrivit anotimp rămâne primăvara, când este destul de cald să porniți la pas prin întreg orașul, fără a vă pierde mobilitatea sub haine groase de iarnă, dar și fără a fi în pericol de a face insolație.

Primim des, de la cei care nu au ajuns până acum în frumousul oraș, întrebarea "cum e la Roma?". Răspunsul e mereu diferit. Pentru că Roma are de toate pentru toți. De la străzi pietruite, case misterioase, vestigii istorice, muzică, dans și o bucătărie delicioasă, orice turist va găsi aici cel puțin un element care să îl facă nespus de fericit.

Și tocmai pentru că este ușor să te pierzi cu orele doar în

There are all sorts of destinations. We like to divide them into two very simple lists: those that we would like to get to because they seem suited to our kind of "tourist personality" and those that no tourist should miss. Rome, obviously, is part of the second category, and anyone must visit the over 2500-year-old city at least once in their lifetime.

The largest Italian city, the capital, is in the centre of the country and temperatures are just perfect for travelling year-round. But the best season is the spring, when it's warm enough to get around the city without losing your mobility under thick winter clothes, and without being in danger of getting a heat stroke.

We are often asked by those who have not arrived in the beautiful city "what is Rome like?" The answer is always different. Because Rome has everything for everyone. From cobblestone streets, mysterious houses, historical vestiges, music, dancing and a delicious cuisine, any tourist will find here at least one element that will make them very happy.

And especially because it's easy to spend hours in just one



preajma unui singur obiectiv, pentru cei neinițiați avem câteva recomandări de obiective pe care trebuie să le treacă în revistă înainte de a se decide pe unde vor să zăbovească mai mult.

Primul dintre acestea este Vaticanul, alături de Basilica San Pietro și piața cu același nume, unde se află cele 284 de coloane realizate de Bernini care adăpostesc 140 de statui. Țineți minte că veți avea nevoie de cel puțin o zi întreagă fiindcă sunt foarte multe locuri interesante, dar și pentru cel mai des veți da peste cozi inevitabile. În Vatican, cel mai mic stat ca suprafață din lume, se află reședința papală și muzeele Vaticane. Un alt obiectiv de care cu siguranță ați auzit poate fi vizitat aici: Capela Sixtină. Foarte important de reținut este că aceste obiective impun o ținută obligatorie așa că e bine să vă documentați înainte despre ce puteți purta în timpul vizitei.

Cel mai cunoscut simbol al Romei, Colosseumul, a fost ridicat după moartea împăratului roman Nero pentru a fi locul în care urmau să se sărbătorească cele mai importante evenimente din imperiu. Tot aici au fost mutate și luptele dintre gladiatori, pentru că forma eliptică a construcției

tourist spot, for the uninitiated we have several tourist spot recommendations that they need to review before deciding where they want to linger more.

The first is the Vatican, alongside the San Pietro Basilica and the square with the same name, where the 284 columns made by Bernini are home to 140 statues. Keep in mind that you will need at least a full day because there are many interesting places, but also because more often than not you will come across inevitable queues. In the Vatican, the world's smallest state, you will find the papal residence and the museums of Vatican. Another objective you have definitely heard of can be visited here: the Sistine Chapel. It is important to note that these sights impose a dress code so it is best to be informed beforehand about what you can wear during the visit.

The most famous symbol of Rome, the Colosseum, was built after the death of Roman Emperor Nero, in order to be the place to celebrate the most important events in the Empire. The battles between gladiators were also moved here because the elliptical form of the construction favoured fair battles, being a place where none of the fighters could



favoriza bătăliile corecte, fiind un loc în care niciunul dintre luptători nu se putea retrage sau adăposti în colțuri sau alte nișe. Colosseumul a fost ridicat într-un deceniu și putea găzdui peste 50.000 de oameni. În vecinătatea sa se află Forumul Roman, care reprezintă ruinele orașului din antichitate, Columna lui Traian și Arcul lui Constantin. Pentru iubitorii de artă, pe lista de obiective trebuie trecută și o vizită la Villa Borghese, în a cărei galerie se află picturi ale unor artiști neegalați cum ar fi Caravaggio, Rafael sau Tizian.

O oprire obligatorie va trebui să faceți și la Fontana di Trevi, locul în care, se spune că dacă arunci un bănuț te vei întoarce să îl revizitezi. Zona fântânii este una plină de cafenele, restaurante și bistro-uri cochete, așadar ar fi bine să ajungeți pe aici în preajma prânzului ca să puteți să vă odihniți puțin după maratonul de obiective turistice

back away or take shelter in the corners or other niches. The Colosseum was built in a decade and could seat over 50,000 people. In its proximity there is the Roman Forum, which represents the ruins of the ancient city, Trajan's Column and the Arch of Constantine.

For art lovers, a visit to Villa Borghese is a must, the gallery of which contains paintings by unparalleled artists such as Caravaggio, Rafael or Tizian.

You will also have to stop at Fontana di Trevi, the place where they say that if you throw a penny you will come back to visit it. The fountain area is full of cosy cafes, restaurants and bistros, so you'd better get here for lunch so you can rest for a bit after the morning sights' marathon. For an evening walk we recommend Trastevere, a bohemian place full of small handicraft stores, bakeries that lure you with unparalleled flavours, colourful terraces and joyful musicians.

ROMANIA 2019: KEY LEGAL HIGHLIGHTS

From a favorable corporate tax system, smart and often bilingual work force, affordable real estate, local love of shopping, amazing nature, affordable medical services, very friendly locals and many business opportunities, whatever your reason to invest or work in Romania, knowledge of legal aspects is paramount. Some of the key highlights are listed below as a courtesy to Tarom flyers.

Bureaucracy: With most of corporate filings being completed in a matter of days, passports, driving licenses, criminal records and other documents issued on the spot, electronic tax filings, quick direct access to real estate property, movable securities, corporate registers, financial statements, court trial logs and other useful sources, Romania is more often than not a friendly spot in terms of papers.

Compliance: Critical compliance matters such as competition, consumer protection, data privacy, employment, environment protection, etc. are in line with the EU legislation. Although Romanian authorities are often reasonable and easy to talk to, they do take their job very seriously when it comes to enforcement. Hence, compliance is a must.

Corporate structure: Classics such as the flexible limited liability company and the more regulated anonymous (joint stock) company are the stars of the system. Business can however be conducted in various other forms, including unincorporated partnerships, freelancers, family enterprises, social enterprises, etc.

Employment: As an employee in Romania you will have a solid legal protection as well as a good number of reasonable obligations such as, well, to show up at work, do your job properly, be discrete and loyal to your employer. The income taxes and social contributions per employee total 47.25% and are in practice borne/paid by the employer. Salary negotiations usually concern the net amount.

Legal system: Romania boasts a modern legal system rooted in European continental law and EU legislation as well as a well-established justice infrastructure whose quality is constantly on the rise. The overall outlook is that of a reasonably developed and rather business friendly legal system that has its normal ups and downs. Not to mention the good number of business law firms speaking multiple languages and delivering excellent value for money.

State aid: From time to time the Romanian government may offer substantial non-reimbursable grants and other facilities under State aid schemes spanning both SMEs and large enterprises.

Tax: A fixed 10% income tax for individuals, a 5% tax on dividends coupled with a fixed 16% tax on profit and considerable facilities for holding structures are the pride of the Romanian tax system, along with other fiscal facilities. Companies with turnovers under EUR 1 million may pay a 3% turnover tax, which can be only 1% in case they have a single employee.

Maravela|Asociații is a repeatedly awarded and internationally acknowledged business law firm with the highest standards of quality and client service. Visit www.maravela.ro for further details about our Romanian practice.





de dimineață. Pentru o plimbare la ceas de seară vă recomandăm cartierul Trastevere, un loc boem, plin de mici magazine de artizanat, brutării care vă îmbie cu arome nemaiîntâlnite, terase colorate și muzicanți voioși.

Pantheonul, un obiectiv turistic la fel de faimos precum Colosseumul, dar care este mult mai bine păstrat, a fost construit cu rol de templu pentru cei șapte zei care guvernau Roma Antică. Nu se cunoaște cine a fost arhitectul care a gândit această structură impresionantă, dar unii istorici consideră că acesta ar fi fost Apolodor din Damasc.

Ridicat în anul 139, Castelul Sant' Angelo a fost inițial un mausoleu, dar a ajuns foarte repede o fortificație. După ce a trecut prin mai multe schimbări de destinație de-a lungul secolelor (printre care chiar și închisoare) astăzi găzduiește un muzeu fascinant. La intrarea în castel se află podul care poartă același nume.

Le puteți vizita în orice ordine vă place, dar nu uitați, orice seară trebuie să se încheie cu cântonete și o porție delicioasă de paste!

The Pantheon, a tourist attraction as famous as the Colosseum, but which is much better preserved, was built as a temple for the seven gods that ruled Ancient Rome. The architect who designed this impressive structure is not known, but some historians believe that it was Apolodor of Damascus.

Built in 139, Sant'Angelo Castle was originally a mausoleum, but it quickly became a fortification. After having undergone several destination changes over the centuries (including even a prison), nowadays it houses a fascinating museum. At the entrance of the castle there is the bridge bearing the same name.

You can visit them in any order you like, but don't forget that every evening should end with canzonetas and a delicious serving of pasta!

Zboruri TAROM spre Roma / TAROM Flights to Rome

[Acum, și check-in online / Now, online check-in](#)

Plecare / Departure	Sosire / Arrival	Zile de operare / Days of service	Zbor / Flight	Avion / Aircraft
București - Roma				
12:50	14:00	1,2,3,4,5* (01.04.2019-25.10.2019)	RO 403	733
17:45	18:55	7* (31.03.2019-20.10.2019)	RO 407	733
Roma - București				
14:45	18:00	1,2,3,4,5* (01.04.2019-25.10.2019)	RO 404	733
19:45	23:00	7* (31.03.2019-20.10.2019)	RO 408	733

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

Romanian Software Developers

Navigating a thriving market

Finding talented and skilled people has become today's biggest challenge in the IT world. Good software developers are either hard to find or very expensive. Companies in banking, insurance, transportation, retail or travel are quickly committing higher and higher IT budgets. They need software – and software engineers – to help them grow. Recent research from Code.org found that there will be more than one million computing jobs than qualified applicants by the year 2020.

More and more firms are coming back from the heavily beaten path of India and other Asian countries, where they went looking for cost savings. Assured, durable quality of software has risen far above cost-cutting in successful software development projects. How can you be sure you're taking the right crew on board, which will land you to the expected result?

The Romanian IT&C market has developed at a very fast pace in the past 10 years, becoming the 6th country in the world in terms of the number of computer engineers, counting over 120,000 highly skilled IT professionals. Compared to any other region or country, Romania's IT workforce possesses a unique mix: very advanced technical skills, compatible culture and values, great English, knowledge of a second or even a third language (ex: French, Spanish, German), strong competitive drive and strong work ethics.

However, highly-skilled professionals are head-hunted and have plenty of opportunities to choose from. Companies need to make sure the ones working on their projects are able to innovate, to adapt to new technologies, to write clean code, to communicate well at all levels, to never stop learning.

One of the most successful local companies attracting software talent is Cegeka Romania. With 550+ engineers in the country alone (of the entire 4,600 in Europe), Cegeka is known to have built teams larger than 30 engineers for both multinationals present in Romania (who seek to augment their Romanian software departments), as well as for nearshore customers (without a local presence, but in need of increased quality software output).



„Our main goal is to keep in balance two aspects: quality services and happy employees. At this point we are dedicated to helping our customers with their biggest challenge: being more digital. For this, we are as Agile as we can be and we have gone the extra mile to develop knowledge in Blockchain, Artificial Intelligence, Machine Learning, Data Science and NLP. We only work with the best, so that our clients work with the best. In the tough engineer market, Cegeka is a unique blend of level-headed pragmatism and genuine commitment. We go for business outcomes, but we take a human approach. At Cegeka, we believe that 'soft' skills like empathy, flexibility and the ability to listen are just as important as knowledge and expertise. We are eager and always open to investing in our current and future employees so that we all can improve and grow. „

Ovidiu Pinghioiu,
Director of Cegeka's Professional Services Unit

The old ways of attracting skilled developers are gone. Curious to learn more about how you can find the best developers?

Visit www.cegeka.ro

ORADEA

Perla Vestului

The pearl of the west







Orașul de pe Crișul Repede este un paradis al iubitorilor de Art-Nouveau, dar și unul dintre orașele cele mai importante ale vestului țării, o destinație turistică inedită, mai ales pentru cei pasionați de arhitectură. Cu o populație diversă de aproape 200.000 de locuitori Oradea este al zecelea oraș ca mărime din țară. Un important centru universitar încă de la sfârșitul secolului al XVIII-lea, Oradea se află astăzi în continuare în topul facultăților din țară, atrăgând mii de studenți din toată țara în instituții de învățământ superior publice și private, cu predare atât în română cât și în limba maghiară. Orașul este însă și unul dintre cele mai prospere din România, cu venitul mediu aproximativ 150% din media națională.

Oradea a fost un oraș important încă din secolul 11, dar a devenit o adevărată capitală regională sub dominație habsburgică. Începând cu anul 1752 Oradea a fost urbanizată și sistematizată după planurile inginerului Franz Anton Hillebrands. Odată cu această planificare urbană începe epoca barocă a orașului, o mare parte dintre clădirile cele mai impunătoare ale orașului fiind construite în acest stil arhitectural.

The city on Crișul Repede River is heaven for any Art Nouveau lover, as well as one of the most important cities in the west of Romania, a novel tourist destination, particularly for those who love architecture. With a diverse population of almost 200,000 inhabitants, Oradea is the tenth largest city in the country. An important university centre since the late 18th century, Oradea still has some of the best universities in Romania, attracting thousands of students from all over the country to public and private higher education institutions that provide courses in Romanian and Hungarian alike. The city is also one of the most prosperous in Romania, with an average income that is about 150% of the national mean.

Oradea has been an important town since as early as the 11th century, but it became a genuine regional capital under the Habsburg rule. In 1752 Oradea was urbanised and systematised after the plans of engineer Franz Anton Hillebrands. With this urban planning, the Baroque age of the city begins, as many of the most impressive buildings of the city were built in this architectural style.

One of the most important Baroque buildings in Oradea is



Una dintre cele mai importante clădiri baroce din Oradea este Palatul Episcopiei Romano-Catolice cunoscut și ca Palatul Baroc. Construit între 1762 și 1777, palatul este în același timp și unul dintre cele mai importante edificii baroce din România, uimind prin simplitatea designului exterior, susținut de elemente decorative specifice stilului. Palatul are 365 de ferestre, câte una pentru fiecare zi a anului și 100 de camere.

În imediata apropiere a Palatului Baroc se află Bazilica Romano-catolică, cea mai mare clădire în stil baroc din România. Peste drum de aceasta, Șirul Canonicilor e un șir de 10 clădiri ce aparțin tot de biserica Romano-catolică, unite de arcade mănăstirești.

Biserica cu Lună e un exemplu spectaculos de baroc târziu, o clădire păstrată impecabil ce are în vârf un ceas astronomic ce indică fazele lunii. Clădirea ce domină Piața Unirii a fost construită între 1784 și 1790 de către arhitectul Eder Jakab și este una dintre cele mai cunoscute puncte de atracție turistice din oraș.

the Roman Catholic Bishopric Palace, also known as the Baroque Palace. Built between 1762 and 1777, the palace is also one of the most important Baroque buildings in Romania, with its stunningly simple exterior design, supported by decorative elements specific to the style. The palace has 365 windows, one for each day of the year, and 100 rooms.

Very close to the Baroque Palace you will find the Roman Catholic Basilica, the largest Baroque edifice in Romania. Across the street, the Corridor of Canons is a series of 10 buildings belonging to the Roman Catholic Church, joined by monastery arches.

The Moon Church is a spectacular late Baroque construction, a building that's has been impeccably preserved and in whose tower there is an astronomic clock showing the phases of the Moon. The building that dominates the Union Square was built between 1784 and 1790 by architect Eder Jakab and is one of the best-known attractions in the city.

Dar Oradea este cunoscută mai ales pentru abundența clădirilor Art Nouveau-Secession. Cu motive tipice rotunjite și unduitoare, galerii vitrate și curburi de inspirație naturală clădirile din centrul orașului par desprinse din Paris sau Viena. Poate cel mai important monument Art Nouveau din Oradea este palatul Vulturul Negru, un ansamblu de două corpuri cu parter și patru etaje unite de un pasaj vitrat. Casele Adorjan, construite între 1906 și 1907 de arhitecții palatului Vulturul Negru sunt alte monumente extravagante în stil Art-Nouveau, cu fațade florale, curbate și impresionante. Clădirea Moskovits, proiectată de Kalman Rimanočy Jr, arhitectul primăriei din Oradea și a Bibliotecii municipale este o altă clădire superbă restaurată în nuanțe de turcoaz.

Oradea are însă mai multe de oferit decât una dintre cele mai spectaculoase arhitecturi urbane din România. Cetatea din Oradea, este un alt monument istoric al orașului care este încă în uz. Construită în secolul al 12-lea și distrusă succesiv în timpul invaziilor mongole și al dominației otomane, cetatea a fost reconstruită ca un fort stelat în secolul al XVII-lea, formă sub care cetatea a supraviețuit până astăzi. Acest lucru e atribuit de multă lume veritabilului labirint de pasaje subterane aflate sub cetate, dar și faptului că, la nevoie, șanțul de protecție din jurul cetății putea fi umplut cu apă.

Orașul de pe Criș se poate lăuda și cu Grădina publică Ciuperca, un spațiu verde inedit ce cuprinde un întreg deal terasat și care oferă în mai multe puncte, priveliști spectaculoase asupra centrului Oradei. Grădina Ciuperca a fost refăcută recent, folosind, la fel ca arhitecții Secession de la începutul secolului XX, natura ca principală inspirație. Deteriorată acum un an de căderile abundente de zăpadă, parcul Ciuperca se află în reconstrucție momentan, urmând să fie gata anul acesta.

Poate cea mai importantă atracție turistică din Oradea este de fapt la șase kilometri distanță de oraș. Stațiunea Băile

Nevertheless, Oradea is known mainly for the abundance of Art Nouveau-Secession buildings. With typical rounded and undulating motifs, galleries with windows and curves of natural inspiration, the buildings in the city centre are very similar to those in Paris or Vienna. Perhaps the most important Art Nouveau monument in Oradea is Black Eagle Palace, a set of two buildings with a ground floor and four storeys joined by a glass passage. The Adorjan Houses, built between 1906 and 1907 by the architects of Black Eagle Palace, are other extravagant monuments in the Art Nouveau style, with floral, curved, impressive facades. Moskovits Building, designed by Kalman Rimanočy Jr., the architect of the Oradea City Hall and Municipal Library, is another edifice that has been superbly restored in shades of turquoise.

Oradea has much more to offer than one of the most spectacular urban architectures in Romania. The Oradea Citadel is another historical monument of the city, and it is still functional. Built in the 12th century and destroyed successively during the Mongolian invasions and the Ottoman rule, the citadel was rebuilt as a star-shaped fort in the 17th century, a shape that it preserves to this day. This is attributed by many to the labyrinth of underground passages below the citadel, as well as to the fact that the defensive ditch around the citadel could be filled with thermal with water if necessary.

The city on Criș River can also take pride in the Ciuperca Public Garden, an interesting green area that covers an entire terraced hill and offers spectacular views of the centre of Oradea from several spots. Ciuperca Garden was recently restored, using nature as its main inspiration, like the Secession architects of the early 20th century used to do. Damaged by heavy snowfall a year ago, Ciuperca Park is undergoing reconstruction works and will be reopened this year.

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				
7:05	8:30	1,2,3,4,5* (01.04.2019–25.10.2019)	RO 621	AT7
18:30	19:55	1,2,3,4,5* (01.04.2019–25.10.2019)	RO 627	AT7
21:55	23:05	4,7* (31.03.2019–24.10.2019)	RO 629	318
Oradea - București				
8:55	10:15	1,2,3,4,5* (01.04.2019–25.10.2019)	RO 622	AT7
20:20	21:40	1,2,3,4,5* (01.04.2019–25.10.2019)	RO 628	AT7
6:05	7:05	1,5* (01.04.2019–25.10.2019)	RO 630	318

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

InFertility



MEDSANA



GENESIS
ATHENS

Centru de medicină materno-fetală și fertilizare in vitro

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

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

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

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



Dr. Andreas Vythoulkas

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

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

Dr. Konstantinos I. Panthos

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

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

☎ 021-9607

📍 Str. Justinian nr. 3, Sector 2, București

🌐 www.medsana.ro www.genesisathens.ro



Felix este una dintre cele mai importante băi din România cu o tradiție de peste trei secole de cure cu ape termale. Cunoscută încă de pe vremea Imperiului Roman băile au fost redescoperite în evul mediu dar au fost valorificate pentru prima dată la începutul secolului 18, când călugărul Felix Helcher, administratorul mănăstirii din Sânmărtin a fondat primele așezăminte de tratament. Astăzi Băile Felix este cea mai mare stațiune permanentă din România, primind turiști pe toată durata anului. Printre atracțiile locale se numără Ștrandul Apollo, ce funcționează din 1900, lacurile cu apă termală ce oferă condiții subtropicale unor specii de lotuși și nuferi ce nu există în alte părți din România și așa-zisul crater de la Betfia, un puț carstic cu o adâncime de aproape 90 de metri.

Oradea este și un bun punct de plecare pentru explorarea munților Apuseni și a împrejurimilor. Una dintre cele mai cunoscute destinații turistice din România, Peștera Urșilor e ușor accesibilă cu excursii organizate din Oradea sau din Băile Felix. Descoperită în 1975, Peștera Urșilor a devenit celebră peste noapte datorită numărului mare de rămășițe de urși de cavernă (*Ursus Spelaeus*) găsite în timpul explorărilor inițiale.

Tot pentru amatorii de speologie, Peștera Ghețarul de la Focul Viu e un alt obiectiv magic aflat la două ore de Oradea. Peștera a devenit celebră ca una dintre peșterile de gheață cele mai frumoase din lume și este ușor accesibilă turiștilor printr-o excursie de jumătate de zi din Oradea.

Indiferent dacă sunteți pasionați de arhitectură sau doar căutați un loc inedit de vizitat în vestul țării, Oradea este orașul perfect pentru o vacanță scurtă, dar foarte variată.

Perhaps the most important tourist attraction is Oradea is actually six kilometres away from the city. Băile Felix resort is one of the main natural spas in Romania, with a tradition of thermal water cures spanning over three centuries. Known since the Roman Empire, the baths were rediscovered in the Middle Ages but were valorised for the first time in the early 18th century, when monk Felix Helcher, the keeper of Sânmărtin Monastery, founded the first treatment establishments. Today, Băile Felix is the largest permanent resort in Romania, receiving tourists all year round. Some of the local attractions are Apollo Pool, functional since 1900, the thermal water lakes that provide subtropical conditions to species of lotuses and water lilies that can't be found anywhere else in Romania, and the so-called Betfia crater, a karstic pit almost 90 metres deep.

Oradea is also a good starting point if you want to explore Apuseni Mountains and their surroundings. One of the best-known tourist destinations in Romania, Bears' Cave, is easily accessible, with trips organised from Oradea or Băile Felix. Discovered in 1975, Bears' Cave became popular overnight due to the large number of cave bear (*Ursus spelaeus*) remains found during the initial explorations.

For those who are interested in speleology, the Cave of the Living Fire Glacier is another magical attraction only two hours away from Oradea. The cave became famous as one of the most beautiful ice caves in the world and is easily accessible to tourists on a half-day trip from Oradea.

Whether you love architecture or you're just looking for a new place to visit in the west of the country, Oradea is the perfect city for a short, yet very diverse holiday.



PEOPLE





© Ioana Hameeda Chirita

ALEXANDRU TOMESCU

„A fi muzician înseamnă a
fi un perpetuu căutător”

“Being a musician means being
a perpetual traveller”

El și vioara Stradivarius, pe care a câștigat dreptul să cânte pentru a treia oară consecutiv, pot fi auziți frecvent pe scena Sălii Radio sau a altor scene de concert, asemenea altor muzicieni. Ceea ce îl deosebește pe Alexandru Tomescu de alți muzicieni este faptul că a cântat de-a lungul anilor într-o stație de metrou, într-o pădure, în fața unei case în ruine în București, pe soclul fostei statuii a lui Lenin, pe stradă la Street Delivery, pe plajă în Vama Veche, peste tot unde sunt oameni dornici să asculte muzica.

Un muzician se formează în mulți ani, cu multă muncă, de obicei începută încă din copilărie. Cu privirea de acum, cum a fost copilăria dumneavoastră „muzicală”?

Aș îndrăzni să spun că un muzician se formează de-a lungul întregii sale vieți. Fiecare nou concert este un pas mai departe în căutarea sunetului perfect.

Copilăria mea muzicală a fost una cât se poate de normală, din punctul meu de vedere. M-am născut într-o familie de muzicieni - mama mea este profesoară de vioară, iar tatăl meu a fost pianist - așa că am crescut înconjurat de muzică, mai precis de copii de toate vârstele care cântau la vioară sau la pian. Așa că nu a fost decât o chestiune de timp până ce i-am convins pe ai mei că îmi doresc cu adevărat o vioară a mea pe care să pot cânta când vreau eu. Am reușit asta la șase ani. Restul e istorie.

Bucuria mea cea mai mare era aceea de a cânta la vioară. Niciodată nu am fost constrâns sau forțat de părinții mei să stau să studiez. Dimpotrivă, mereu am fost cât se poate de inventiv în a găsi cele mai neașteptate locuri pentru a studia la vioară: într-un dulap gol, cocoțat pe o mașină de spălat sau în compartimente de tren. Am călătorit mult, încă de mic,

He and the Stradivarius Elder-Voicu violin, which he has earned the right to play for the third time in a row, can often be listened to on the stage of the Radio Hall or other concert halls, like other musicians. What sets Alexandru Tomescu apart from other artists is that over the years, he has played in a subway station, in a forest, in front of a derelict house in Bucharest, on the stand of Lenin's former statue, on the street at Street Delivery, on the beach in Vama Veche, wherever people are willing to listen to his music.

A musician grows in many years, with a lot of work, usually starting in their early childhood. Looking back, what was your “musical” childhood like?

I would dare say a musician keeps growing throughout their life. Each new concert is one step further in the pursuit of the perfect sound.

My musical childhood was very normal, from my point of view. I was born in a family of musicians – my mother is a violin teacher, and my father was a pianist – so I grew up surrounded by music, more precisely by children of all ages who played the violin or the piano. So it was only a matter of time until I convinced my parents I truly wanted a violin of my own, which I could play whenever I wanted. I did it when I was six. The rest is history.

My greatest joy was playing the violin. I've never been pressured or forced by my parents to sit and study. On the contrary, I've always been very ingenious when it came to finding the most unexpected places to study the violin: in an empty closet, perched on a washing machine or in train compartments. I've travelled a lot, ever since I was a child, for concerts, competitions and refresher courses. This way

pentru concerte, concursuri și cursuri de perfecționare. Aveam în acest fel prieteni în toate colțurile țării, cu care țineam legătura prin scrisori.

Ați avut momente în care v-ați revoltat, în care ați fi dorit să fiți alături de alți copii, la joacă?

Primele mele adevărate revolte au fost atunci când statul comunist nu ne permitea să călătorim în străinătate la concursuri de vioară, complet pregătite. Era vorba despre refuzuri venite în ultima zi, câteodată chiar cu o ora înainte de plecare, toți copiii fiind pregătiți cu bagaje și cu tot ce trebuia. Să nu vă imaginați că plecam în Statele Unite la concursuri, era vorba de țări ale fostului lagăr socialist: Polonia sau Cehoslovacia. Era extrem de frustrant, mai ales după multe luni de pregătire pentru un astfel de concurs.

Niciodată nu mi-a lipsit timpul de joacă - cel puțin, cât am fost copil. În ziua de astăzi reînvăț aceste îndeletniciri cu fetița mea de patru ani.

Din momentul în care ați debutat – foarte devreme, în copilărie – cum ați perceput fiecare apariție pe o scenă, ca pe o permanentă competiție, ca pe un parcurs firesc?

Prima mea cântare în public a fost la o serbare la grădiniță. Iar primul concurs, cam tot atunci. E greu de spus ce simte un copil în acele momente. Țin minte că eram foarte serios, concentrat și bucuros atunci când totul îmi ieșea bine. Nu am avut tracul scenei, dar întotdeauna am simțit acel fior special pe care ți-l dă o sală de concert care freacă înaintea primului acord. Sunt niște energii acolo care nu pot fi negate, energii care mă inspira și îmi dau aripi de fiecare dată. Este adevărat că în ziua de azi tindem să facem o competiție din aproape orice și atunci poate pierdem din vedere pura plăcere de a face acel lucru. Nu o dată am fost întrebat dacă nu există și în muzică un fel de clasament ATP, ca la tenis. Din fericire, emoțiile pe care le trezește muzica sunt încă mult prea subiective pentru a putea fi prinse în vreo formulă matematică.

Fiecare nou concert este o oportunitate de a experimenta ceva nou: că e vorba de o idee muzicală nouă sau de o emoție ce se naște chiar atunci, pe scenă. A fi muzician înseamnă a fi un perpetuu căutător. Perfecțiunea nu cred că poate fi atinsă de noi, oamenii. Dar putem încerca să ne apropiem de ea, cât de mult putem. Muzica este cu siguranță una dintre aceste căi.

Din experiența dumneavoastră de până acum, ce i-ați spune unui tânăr care se pregătește să urmeze o carieră muzicală. Din ce este alcătuit aluatul care să conducă la succes?

Mi-ar plăcea tare mult să fiu deținătorul unei astfel de rețete: aluatul de succes (pe scenă). Fiecare mare artist are însă în spatele lui o poveste cât se poate de personală, imposibil de replicat. O posibilă listă de ingrediente ar putea

I had friends all over the country, with whom I kept in touch by letters.

Have you had any moments when you rebelled, when you wanted to be with other children, playing?

The first time I truly rebelled was when the Communist state did not allow us to travel abroad for violin competitions, completely prepared. They were rejections that came on the last day, sometimes even an hour before we were supposed to leave, and all the kids were ready with their luggage and everything. Don't imagine we were going to the US for competitions, we were heading to former Socialist countries: Poland or Czechoslovakia. It was extremely frustrating, particularly after many months of preparing such a competition.

I never missed playtime – at least while I was a child. Today I'm learning these habits once again with my four-year-old daughter.

Since you made your debut – very early in your childhood – how have you perceived every appearance on stage, was it like a permanent competition, like a natural journey?

My first public performance was at a kindergarten celebration. And my first competition, about the same time. It's hard to say what a child feels in those moments. I remember I was very serious, very focused and happy when everything turned out well. I was never nervous on stage, but I've always felt that special thrill that you get from an audience anxiously waiting for the first note. There are some energies out there that can't be denied, energies that inspire me and give me wings every time. It's true that today we tend to make a competition out of almost everything, and so perhaps we lose sight of the pure pleasure of doing that thing. I've been asked more than once if music has some sort of ATP ranking, like tennis does. Fortunately, the emotion that music stirs is much too subjective to be captured in a mathematic formula.

Each new concert is an opportunity to experience something new: a new musical idea or an emotion that is born at that very moment, on the stage. Being a musician means being a perpetual traveller. I don't think we people can reach perfection. But we can try to come closer to it, as much as we can. Music is definitely one of these ways.

From your experience so far, what would you tell a young person who's training for a music career? What are the ingredients for success?

I'd really love to hold this recipe: the ingredients for success (on stage). Every great artist has a very personal story, though, which is impossible to replicate. A possible list of ingredients could include: work (Enescu had a list with three items: work, work and more work); inspiration; creativity; professionalism; discipline and rigour; good mental balance – to withstand the stress of a career, the stress of competitions,

să includă: munca (Enescu avea o listă a lui, cu trei poziții: muncă, muncă și iar muncă); inspirație; creativitate; seriozitate; disciplină și rigoare; bun echilibru psihic - pentru a rezista la stresul unei cariere, la stresul concursurilor etc.; memorie - pentru a stoca zeci și sute de piese, concerte - memoria fotografică se pare că e cea mai bună; abilități de comunicare - un muzician e întotdeauna în relație cu alți colegi de-ai săi. Dacă nu știi să îi ascuți și să te faci ascultat, totul poate fi ratat; abilități de marketing și de social media - în ziua de astăzi, asemeni artiștilor renascentiști, un interpret pare că trebuie să stăpânească domenii tot mai diverse; nu în ultimul rând - profesori, mentori care să inspire și să trezească acele energii adormite exact la momentul oportun. De multe ori cel mai bun profesor nu este acela care e cel mai renumit, ci profesorul cu care simți că ai o conexiune profundă. Dacă la toate acesta se adaugă și un dram de noroc, poate fi o rețetă câștigătoare. Cred însă că cel mai important lucru, care poate chiar le subordonează pe toate cele de mai sus, este chemarea. Dacă ai în tine această chemare, acest motor care te motivează zi de zi și ceas de ceas să muncești, să cauți, să experimentezi, atunci poți învinge orice condiții adverse.

Care sunt oamenii care v-au motivat, spijinit, inspirat în cariera de violonist?

În primul rând, mama mea, profesoara Mihaela Tomescu. Ea trăiește pentru a preda copiilor vioară. Chiar și astăzi, la 70 de ani, predă în continuare copiilor cu aceeași plăcere și energie nestăvilită. Ei îi datorez nu doar primii „șapte ani de-acasă”, ci și primii șapte ani de vioară. Dacă mama m-a format ca violonist, maestrul Ștefan Gheorghiu m-a format ca artist. Mai bine de 10 ani a avut răbdarea să îmi explice tainele celor mai importante lucrări ale repertoriului violonistic. Am urmat în paralel numeroase masterclass-uri cu violoniști pe care îi admiram: Ruggiero Ricci, Igor Oistrach, Herman Krebbers, Tibor Varga, Eduard Schmieder și mulți alții. Nu mi-am propus niciodată să copiez pe cineva anume, ci am încercat să înțeleg raționamentele fiecăruia și pe baza lor să îmi construiesc și eu propria mea gândire muzicală.

Anul 2018 a adus cu sine o nouă viitoare călătorie muzicală alături de vioara Stradivarius Elder-Voicu. Cum ați simțit momentul? Știați de el, sperați?

În noiembrie 2018 am câștigat pentru a treia oară dreptul de a cânta pe această celebră vioară. La fiecare concurs am resimțit o presiune uriașă, pentru că este vorba despre totul sau nimic aici. Este un privilegiu cu totul special să poți avea în mâini pe termen lung un astfel de instrument; practic, un vis pentru orice violonist. Repertoriul care s-a cerut la fiecare concurs a fost unul extrem de extins, necesitând o foarte atentă planificare pentru a avea pregătite la nivel maxim echivalentul a 5-6 concerte și recitaluri în același timp.

etc.; memory – to store dozens and hundreds of songs, concertos – photographic memory seems to be the best; communication skills – a musician always relates to other colleagues. If you don't know how to listen to them and make yourself heard, everything can be missed; marketing and social media skills – today, like Renaissance artists, a performer seems to have to master all sorts of varied fields; last but not least – teachers, mentors who inspire and awaken those sleeping energies at the proper time. More often than not, the best teacher is not the most famous one, but the teacher with whom you feel you have a deep connection. If you add a bit of luck to all of this, it can be a winning recipe. I believe the most important thing, though, which may even trump all of those above, is calling. If you have this calling, this engine that motivates you day after day and hour after hour to work, to seek, to experiment, then perhaps you can beat any adverse conditions.

Who are the people that have motivated, supported, inspired you in your career as a violinist?

First of all, my mother, teacher Mihaela Tomescu. She lives to teach kids how to play the violin. Even now, when she's 70 years old, she still teaches children with the same gusto and unbridled energy. I owe her not just my first “seven years of education”, but my first seven years of studying the violin. While my mother has shaped me as a violinist, maestro Ștefan Gheorghiu shaped me as an artist. For over 10 years, he was patient enough to explain to me the mysteries of the most important works of the violin repertoire. At the same time, I've done numerous masterclasses with violinists I admired: Ruggiero Ricci, Igor Oistrach, Herman Krebbers, Tibor Varga, Eduard Schmieder and many more. I've never intended to copy someone in particular, but I've tried to understand the reasoning of each of them and build my own musical thinking based on that.

The year 2018 came with a new future music journey with the Stradivarius Elder-Voicu violin. How did you feel the moment? Did you know about it, did you hope for it?

In November 2018 I won for the third time the right to play this famous violin. At every competition I've felt huge pressure, because this is all or nothing here. It is a truly special privilege to be able to have such an instrument in the long term; basically, it's a dream come true for any violinist. The repertoire required for every competition was extremely vast, and it required very careful planning to be able to prepare the equivalent of 5-6 concertos and recitals at the same time, all at maximum level.

Tell me about the connection that develops between a musician and their instrument, particularly between you and this violin. How has your journey with it been so far?



Vorbiți-mi despre legătura care se creează între un muzician și instrumentul său, în special între dumeavoastră și această vioară. Cum a fost drumul parcurs până acum alături de ea?

Legătura care ia naștere între un violonist și instrumentul său este foarte specială; în timp, ajungi să simți că vioara respectivă face parte din corpul tău, că glasul ei a devenit al tău. Nici nu te mai gândești la ea ca la un corp străin, ci ca la o prelungire a mâinii și a minții tale. Violoniștii caută ani întregi instrumentul perfect, care să știe să răspundă exact la vibrația emoției lor. Pentru mine această vioară perfectă este, fără îndoială, vioara Stradivarius Elder-Voicu. Încă de la primele sunete pe care le-am cântat pe ea, la cea îndepărtată conferință de presă de la Ministerul Culturii, în 2007, când am primit-o, am știut că aveam un drum lung și frumos de parcurs împreună. Am simțit acea calitate imposibil de duplicat a sunetului italian, a unui adevărat Stradivarius. Este, dacă vrei, ca torsul unui motor V12. Simți că puterea este acolo, trebuie doar să știi să o trezești. La viorile Stradivarius puterea este însă dublată și de o calitate, de o catifelare a sunetului care te poartă instantaneu în alte universuri.

Am simțit de la început că această vioară avea nevoie să fie cântată cât mai mult. Maestrul Ion Voicu cântase pe ea mai bine de patru decenii, aproape întreaga sa carieră. Responsabilitatea de a păși pe urmele acestui mare artist este uriașă.

Vioara Stradivarius aparține statului român, prin urmare

The connection that arises between a violinist and his instrument is very special; in time, you come to feel that the violin is part of your body, that its voice has become yours. You're not even thinking about it as a foreign body, but an extension of your arm and mind. Violinists look for the perfect instrument for years, one that would respond precisely to the vibration of their emotion. For me, this perfect violin is definitely the Stradivarius Elder-Voicu. From the very first sounds I played with it, at that distant press conference at the Ministry of Culture in 2007, when I received it, I knew we'd have a long, beautiful road ahead of us. I felt the quality of Italian sound, of a true Stradivarius, that cannot be duplicated. It is, if you will, like the growl of a V12 engine. You feel the power is there, you just need to know how to awaken it. In Stradivarius violins, the power is double by a certain quality, a certain velvet touch of the sound that takes you to other worlds in an instant.

I've felt from the very beginning that this violin needed to be played for as long as possible. Maestro Ion Voicu had played it for over four decades, almost his entire career. The responsibility to follow in the footsteps of this great artist is huge. The Stradivarius violin belongs to the Romanian State, so it belongs to us all. As soon as I received it, I promised to take it before as many of its rightful owners as possible. This is how the Stradivarius tours were born, and in time they have become very popular cultural events. While at the first editions I explored the classical recital repertoire, starting with 2011

- nouă, tuturor românilor. Am promis încă de cum am primit-o că o voi duce în fața cât mai multora dintre posesorii săi de drept. Așa s-au născut turneele Stradivarius, care în timp au devenit evenimente culturale foarte căutate. Dacă la primele ediții am explorat repertoriul clasic de recital, începând cu 2011 mi-am propus să scot publicul din zona lui de confort și să-i propun programe noi, provocatoare, în prezentări neobișnuite pentru scena de muzică clasică.

Au fost astfel mai întâi marile integrale pentru vioară solo (Paganini - cele 24 de capricii - într-un spectacol însoțit de proiecții video; Ysaye - Obsesii; cele 6 sonate pentru vioară solo - într-un spectacol cu teatru non-verbal, alături de actorii Paul Cimpoiu și Ana Pepine; Bach - cele 6 sonate și partite pentru vioară solo - într-un spectacol prezentat exclusiv în catedrale, cu light-design, Integralele Prokofiev și Enescu - cu pianistul Eduard Kunz, Sonata de Bartok cu picturi live în nisip realizate de pictorița Ana Munteanu, spectacolul Anotimpurile, cu pianista Sinziana Mircea și bandoneonistul Omar Massa, și cel de anul trecut - Balada - un secol de muzică românească, împreună cu pianista Angela Drăghicescu).

În turneele Stradivarius am vrut însă să mai răspundem la o întrebare: cât de sensibili și de receptivi la nevoile aproapelui lor devin oamenii atunci când sunt emoționați de muzică? Ne face ea cu adevărat mai buni, cum spunea Beethoven? Cred că succesul campaniilor sociale și umanitare promovate în cadrul turneelor Stradivarius vorbește de la sine. Am avut bucuria de a putea sprijini Asociația Nevăzătorilor din România, copiii cu deficiențe de auz, Asociația Inima Copiilor, Fundația Hope and Homes for Children, Fundația Pro Patrimonio, campania Sunet pentru Sănătatea Copiilor. Mă simt foarte privilegiat că am putut contribui la salvarea casei copilăriei lui George Enescu de la Mihăileni, un loc superb unde în ultimii ani am început să organizez masterclass-uri și alte evenimente culturale.

Cum vedeți acest drum mai departe?

Cu siguranță voi continua seria de turnee Stradivarius - de altfel, în ultimii ani, acestea au luat și o dimensiune internațională, programele prezentate pe zeci de scene din România fiind apoi duse în importante centre culturale din Europa și America. Voi continua seria de înregistrări începute cu renumitul inginer de sunet Jakob Haendel - laureat cu trei premii Grammy. Cel mai important este să pot oferi ascultătorilor unui disc de-al meu o experiență cât mai apropiată de trăirea, de „temperatura” din sala de concerte. Jakob Haendel mă înțelege ca nimeni altul și acest lucru se reflectă și în calitatea înregistrărilor noastre. Discul „Bach to Basics” a primit titlul de Discul Anului, acordat de Radio România Muzical.

Voi fi foarte prezent pe scenele de concert ale Sălii Radio - sunt solistul concertist al acestei instituții și am privilegiul

I aimed to take the audience out of their comfort zone and propose new, challenging programmes, in unusual presentations for the classical music scene. Thus, we first had the great solo violin complete works (Paganini – the 24 caprices – in a show with video projections; Ysaye – Obsessions; the 6 sonatas for solo violin – in a show with non-verbal theatre, with actors Paul Cimpoiu and Ana Pepine; Bach – the 6 sonatas and partitas for solo violin – in a show presented only in cathedrals, with light design; the complete works of Prokofiev and Enescu – with pianist Eduard Kunz; Bartok’s Sonata with live sand painting by painter Ana Munteanu, the show The Four Seasons, with pianist Sinziana Mircea and bandoneonist Omar Massa, and the one we had last year – Ballad – a century of Romanian music, with pianist Angela Drăghicescu).

In the Stradivarius tours, though, we’ve aimed to answer another question: how sensible and receptive to the needs of their neighbour do people become when they are moved by music? Does it truly make us kinder, like Beethoven used to say? I believe the success of the social and humanitarian campaigns promoted on the Stradivarius tours speaks for itself. I was happy to be able to support the Romanian Association of the Blind, children with hearing deficiencies, Children’s Heart Association, Hope and Homes for Children Foundation, Pro Patrimonio Foundation, the campaign Sound for Children’s Health. I feel very privileged to have been able to contribute to saving the house where George Enescu spent his childhood, in Mihăileni, a superb place where I’ve started to organise masterclasses and other cultural events in the past years.

How do you see the future of this journey?

I will definitely continue the series of Stradivarius tours – in fact, in the past years they have acquired an international dimension, when I’ve taken the programmes presented on dozens of Romanian stages to important cultural centres in Europe and the USA. I will continue the series of recordings I’ve started with the renowned sound engineer Jakob Haendel – winner of three Grammy awards. What is most important is to be able to offer listeners of one of my records an experience that is closest to the emotion, to the “temperature” in a concert hall. Jakob Haendel understands me like no other and this translates into the quality of our recordings. “Bach to Basics” was chosen Record of the Year, an award given by Radio Romania Musical.

I will be very present on the concert stages of the Radio Hall – I am the concert soloist of this institution and I have the privilege to explore with my colleagues all sorts of bold, daring repertoires.

What are your projects for 2019? Concerts, recordings?

2019 is going to be a year with a very busy schedule: concerts

de a explora alături de colegii mei repertorii dintre cele mai îndrăznețe.

Ce proiecte aveți pentru anul 2019? Concerte, înregistrări?

2019 se anunță a fi un an cu un calendar foarte aglomerat: concerte în România și în străinătate (Spania, Coreea de Sud, Estonia, Finlanda, Germania, Statele Unite, Franța, Bulgaria, Grecia), o serie foarte importantă de concerte în Anglia, alături de Filarmonica Regală din Londra, turneul Stradivarius căruia i-am rezervat luna mai, cursurile de vară de la casa lui Enescu de la Mihăileni, împreună cu bunul meu prieten, violistul Cristian Andris, aparițiile mele ca solist al Orchestrelor Radio, de-a lungul întregii stagiuni, precum și numeroase alte evenimente culturale și educative.

Sunteți un artist care a dus muzica clasică în stradă. Cum a fost o astfel de experiență? Cum a fost ea primită de colegi, știut fiind că există ideea că muzica cultă se ascultă în săli de concert?

Cea mai dură experiență a fost, pentru mine, cea în care am cântat în stația de metrou Piața Victoriei 2. Am avut emoții ca înaintea niciunui alt concert, pentru că intram pe un teritoriu total diferit de scena de concert: în loc de oameni care au venit să mă asculte, oameni care se grăbesc să prindă metroul, în loc de liniște - garnituri de metrou zăngănind la câțiva pași de mine. A fost un adevărat test al puterii muzicii de a opri oamenii din goana aceasta cotidiană și de a-i aduce în acea lume fantastică imaginată de compozitori. Am plecat de acolo cu un sentiment de smerenie; cât de liniștite par acum sălile de concert, chiar și când cineva mai uită să-și închidă telefonul! Căci nimic nu se compară cu gălăgia dintr-o stație de metrou! În același timp, concertul de la metrou a fost primul eveniment în care am strâns bani pentru Asociația Nevăzătorilor din România; a fost practic debutul respectivei campanii sociale. Mesajul meu era ca oamenii să învețe să vadă și cu inima, nu doar cu privirea. Oamenii sunt cei care creează un spațiu, nu doar zidurile și învelișurile fizice ale unei săli de concert! Așa că în absența unei săli de concerte o putem crea noi, oamenii, prin energiile noastre animate de muzică.

Ce face un muzician când nu exersează și nu e pe scenă? Ce-l bucură, ce-l face fericit?

De patru ani încoace sunt fericitul tătic al unei fetițe minunate! Întregul meu sistem de valori a fost reșezat odată cu venirea ei pe lume. Învăț, împreună cu soția mea, ce înseamnă să fii un părinte bun în fiecare zi. Îmi place foarte mult să ajung în mijlocul naturii, departe de forfota orașelor. Acolo mă regăsesc pe mine însumi, mă pot reconecta la energiile mele cele mai profunde și găsesc inspirație și motivație pentru proiectele viitoare. În ultimii ani m-am implicat din ce în ce mai mult și în partea pedagogică pentru că încep să devin conștient de importanța a ceea ce lăsăm după ce nu mai suntem pe aici. Viitoarele generații se construiesc acum; aș vrea ca ele să știe câte ceva și despre Enescu și Beethoven. Cine știe? Poate chiar le va plăcea.

in Romania and abroad (Spain, South Korea, Estonia, Finland, Germany, USA, France, Bulgaria, Greece), a very important series of concerts in the UK, with the London Royal Philharmonic Orchestra, the Stradivarius tour for which I have booked the month of May, the summer classes in Enescu's house in Mihăileni, together with my good friend, violist Cristian Andris, my appearances as a soloist of the Radio Orchestras, throughout the season, as well as many other cultural and educational events.

You are an artist who has taken classical music to the streets. What was such an experience like? How was it received by your colleagues, given the opinion that cultured music should be listened to in concert halls?

The toughest experience for me was when I played in Piața Victoriei 2 subway station. I was more nervous than before any other concert, because I was on a completely different territory than a concert stage: instead of people who have come to listen to me, I had people who hurried to catch the subway; instead of silence – trains humming a few steps away. It was a true test of the power of music to stop people from their daily rush and take them to that fantastic world devised by composers. I left there with a sense of humility; how quiet concert halls seem now, even when someone forgets to turn off their phone! Because nothing compares to the noise in a subway station! At the same time, the subway concert was the first event when I raised funds for the Romanian Association of the Blind; it was basically the debut of that social campaign. My message was that people should learn how to see with their hearts, not just with their eyes.

People are those who make a space, not just the walls and physical shell of a concert hall! So we people can make up for the absence of a concert hall, with our music-animated energies.

What does a musician do when he's not rehearsing and he's not on stage? What gives him joy, what gives him happiness?

For the past four years, I've been the happy daddy of a wonderful girl! My entire value system was rearranged when she came into this world. I am learning with my wife what it means to be a good parent every day. I love going in the midst of nature, far from noisy cities. It is there that I can find myself, I can reconnect with my deepest energies and find inspiration and motivation for future projects. In recent years, I've become more and more involved in pedagogic endeavours, because I am starting to become aware of the importance of what we leave behind. Future generations are built now; I'd like them to know something about Enescu and Beethoven, too. Who knows? Maybe they'll even like it.

AVINCIS

TRADITION AND MODERNITY



AVINCIS is the continuation of a family story with a passion for wine and a job well done, which started as early as 1927. Back then, Maria and Iancu Râmniceanu, who was appointed officer of the Romanian army by Ionel Brătianu, have bought a pure Neo-Romanian manor in Drăgășani, inspired by the architecture of Brâncovenian edifices and surrounded by vineyards.

In 2007, their great-grand daughter, Cristiana, together with her husband, Valeriu Stoica, and their daughter, Andreea Micu, returned to the family estate and had the revelation of the vineyard's miracle, the wine and the place's traditions.



Nowadays, the Vila Dobrușa estate, which opened its gates to wine lovers in the summer of 2011, comprises the manor, the AVINCIS winery, 43 hectares of vineyard, several hectares of forestland and the landscaping arrangement.

AVINCIS offers unique experiences of wine tourism. On the Vila Dobrușa estate, tourists can book their stay, which includes delicious meals, wine tasting sessions, an educational winery tour and walks through the vineyard.



VILA DOBRUȘA
DRĂGĂȘANI - ROMANIA

MIHAI COVALIU

„Am trecut prin toate etapele, am învățat să câștig, am primit mult și vreau să dau înapoi din tot ceea ce am adunat în călătoria mea până acum!”

“I’ve been through every stage, I have learned to win, I have received a lot and I want to give back some of what I’ve gathered in my journey so far!”

Mihai Covaliu a câștigat tot ce se putea câștiga în scrima. E campion olimpic, mondial, european și național la sabie. A adunat ca sportiv 12 medalii în 12 ani petrecuți sub culorile naționale. Apoi, ca antrenor i-a ajutat și pe alții să câștige medalii pentru România. A condus Federația de Scrimă din poziția de președinte timp de 3 ani. Din 2016, a fost ales președinte al Comitetului Olimpic și Sportiv Român. Este căsătorit și are 2 copii minunați, care fac și ei scrimă. E doctor în sport.

Cum a început acest drum? Ați început scrima la 9 ani. Vorbiți-ne despre ce înseamnă pentru un copil să se supună rigorilor unui antrenament, să facă față uneori metodelor mai dure ale antrenorilor, să aibă puterea să depășească greutățile și să meargă mai departe.

De la poveștile copilăriei, de la muschetari și până la scrimă, pentru mine a fost dragoste. Joaca de la început e esențială pentru orice copil care intră într-o sală de sport. La 9 ani, întâlnirea cu sabia mi-a schimbat viața, mi-a adus un vis pentru care am început să lupt treptat cu toata ființa mea. Totul era foarte natural pentru acea vârstă, nu eram forțați cu nimic, învățam jucându-ne. Așa cred că este bine și acum să fie, cel puțin în primii 2 ani. Este nevoie să-l faci pe copil să-i placă ceea ce face. Să-i spună părintelui că vrea să meargă la antrenament pentru că-i îi place acolo. Depinde de antrenor, într-o mare măsură, să-l facă pe cel mic să îndrăgească antrenamentul. Despre rigorile antrenamentului putem vorbi doar după ce copilul a ales să facă ceea ce îi place. Deja el a crescut și începe procesul de educare, rigorile antrenamentului, cum spuneți dumneavoastră. Despre metodele mai dure ale antrenorilor, acestea vin odată cu dorința de a avansa mai repede, de a-l învinge pe sportivul care te-a

Mihai Covaliu has won everything there is to win in fencing. He is an Olympic, World, European and national sabre champion. As an athlete, he gathered 12 medals in 12 years spent under the national colours. Then, as a coach, he helped others win medals for Romania. He led the Fencing Federation as president for 3 years. In 2016, he was elected president of the Romanian Olympic and Sports Committee. He is married and has 2 wonderful children, who also practice fencing. He has a PhD in Sports.

How did this journey start? You started fencing when you were 9 years old. Tell us about what it means for a child to withstand the rigours of training, to sometimes deal with coaches’ rather harsh methods, to have the power to overcome hardships and go on.

From childhood stories, from musketeers to fencing, for me it was all about love. The initial play is essential for any child who enters a gym. At 9 years old, the meeting with the sabre changed my life, it gave me a dream for which I started to fight with my whole being, step by step. Everything was very natural for that age, we were not forced with anything, we would learn by playing. I think this is how it should be today, at least in the first 2 years. You need to make children like what they are doing. To make them tell their parents they want to go to training because they like it there. It depends on the coach, to a great extent, to make the child be fond of the training. We can talk about the rigours of training only after children choose to do what they like. They are already a bit older and the education process begins, the rigours of training, as you call it. As for the coaches’ harsher methods, they come with the desire to advance faster, to defeat the athlete that defeated you in the last competition, to focus better on



bătut la ultimul concurs, de a te concentra mai bine la ceea ce faci, de a răspunde într-un timp mai scurt la dorința antrenorului de a fi mai bun. Și atunci începe practic lupta cu tine. Fără să-ți dai seama, începi să vrei să te autodepășești, să treci peste greutăți, înveți să nu te dai bătut și să depășești anumite obstacole din pregătire. Practic, tot fără să își dea seama, sportivul își începe pregătirea pentru viață și pentru rigorile ei.

De ce ați ales scrima? Cum ați descrie acest sport atunci când un copil/tânăr v-ar întreba dacă să se apuce sau nu de scrimă? Cum l-ați motiva?

Eu sunt fericit pentru că am făcut ceea ce mi-a plăcut. Am ales scrima pentru tot ceea ce mă învâța zilnic. Respectul pentru adversar, lupta corectă, organizarea și motivația de a găsi calea spre reușită, ambiția de a depăși adversarul, lecția grea a înfrângerii pe care o înțelegi după multe asalturi pierdute. Și, nu în ultimul rând, șansa de a o lua mereu de la capăt, cu fiecare concurs, fiecare competiție. Să nu cedezi niciodată, să te ridici după ce ai căzut. Am iubit ceea ce am făcut și am ajuns în vârf. Unui copil din ziua de azi este mai dificil să-i povestești despre muschetari, despre lupta cu săbii, onoare. Poți eventual să îi spui despre Războiul Stelelor și cavalerii Jedi. Dar, le-aș spune lor și, mai degrabă, părinților, că vor ajunge adulți care vor putea lua decizii rapid. Azi, părinții și bunicii joacă rolul principal în practicarea sportului de către copii. Avantajele sunt multe. Ajungi să călătorești în toată lumea, înveți ce înseamnă concurența, înveți să nu te dai bătut, înveți că încă mai ai o șansă, și încă una, că dacă vrei ceva, muncind, poți realiza ceea ce ți-ai dorit. Poți câștiga medalii, care înseamnă notorietate, poți ajunge să ai un loc de muncă sigur după ce îți închei cariera, poți să te împlinești financiar, poți deveni antrenor, preparator fizic. Poți să crești și ca manager sportiv. Cel mai important însă, vei avea încredere în tine.

Care au fost cele mai mari bucurii/satisfacții pe care vi le-a adus practicarea acestui sport?

Am reușit să ajung primul în lume la un moment dat. Am fost cel mai bun de pe acest pământ în ceea ce am făcut. Am câștigat tot ceea ce se putea câștiga ca sportiv. Nu este puțin. Mi-am întâlnit soția în acest domeniu, am doi copii minunați, am câștigat respectul celor din jur, am învățat să lupt pentru ceea ce doresc, am învățat să dau celor din jur din ceea ce am câștigat ca profesionist, ca om. Am călătorit foarte mult, mi-am îmbogățit cultura, am întâlnit oameni de la care am învățat, am văzut frumusețile acestei planete. Mă consider un om bogat spiritual după ce am practicat scrima.

Ce v-a determinat să candidați pentru președinția COSR?

Provocare, acesta este cuvântul. Am trecut prin toate fazele performanței: sportiv, antrenor, președinte de federație. Am

what you are doing, to respond faster to the coach's desire for you to be better. That is practically when the fight with yourself begins. Without realising it, you start to want to improve yourself, to overcome hardships, you learn not to give up and to surmount certain obstacles in training. Basically, also without realising it, the athletes start training for life and its rigours.

Why did you choose fencing? How would you describe this sport when a child/young man asked you if they should take up fencing or not? How would you motivate them?

I am happy because I did what I enjoyed. I chose fencing for everything it would teach me every day. The respect for the opponent, fair fight, the organisation and the motivation to find the way to succeed, the ambition to defeat the opponent, the hard lesson of defeat you learn after many lost charges. And, last but not least, the chance to always start over, with every contest, every competition. Never giving up, getting up after you've fallen. I loved what I did and so I reached the top. It is more difficult to tell a child nowadays about musketeers, about fighting with sabres, about honour. You may tell them about Star Wars and the Jedi knights. But I would tell them or, rather, their parents, that they will become adults who can make fast decisions. Today, parents and grandparents play the main role in children practicing sports. The advantages are many. You get to travel around the world, you learn what competition means, you learn not to give up, you learn that you still have another chance, and another, that if you want something, you can work hard and accomplish it. You can win medals, which means fame, you can get a safe job after you end your career, you can be financially fulfilled, you can become a coach, a physical trainer. You can also grow as a sports manager. However, the most important thing is that you will have self-confidence.

What have been the greatest joys/satisfactions you've had by practicing this sport?

At a certain point I succeeded in becoming the first in the world. I was the best on this earth in what I did. I have won everything there was to win as an athlete. This is no small feat. I met my wife in this field, I have two wonderful children, I have won the respect of those around me, I have learned to fight for what I want, I have learned to give back to those around me some of what I've acquired as a professional, as a human being. I have travelled a lot, I have enriched my culture, I have met people from whom I have learned, I have seen the beauties of this planet. I believe I am a spiritually wealthy man after practicing fencing.

What made you stand for the presidency of COSR?

Challenge, this is the word. I have been through every stage of performance: athlete, coach, federation president. I

făcut performanță în fiecare poziție. Mi-am atins obiectivul de fiecare dată, cu perseverență. Chiar dacă uneori am făcut un pas în spate, au urmat doi în față. Comitetul Olimpic și Sportiv Român este însă excelența în sport. A fost dorința de a munci într-o echipă care vizează performanța la cel mai înalt nivel în sportul mondial. Apartenența la un organism care și-a clădit valorile pe educație, prietenie și respect. Olimpismul e o filosofie de viață. Comitetul Internațional Olimpic este una dintre cele mai importante organizații ale lumii. România este una dintre națiunile care și-a adus o contribuție importantă la dezvoltarea fenomenului olimpic, la promovarea valorilor olimpice prin campionii săi. De la cei care au câștigat cele mai multe titluri olimpice: Nadia Comăneci, Elisabeta Lipă, Ivan Patzaichin sau Georgeta Damian-Andrunache, la toți cei care au urcat pe podiumul olimpic, toți au însemnat România. Cele 307 medalii câștigate de sportivii tricolori la Jocurile Olimpice sunt patrimoniu național, sunt recunoaștere, sunt simbol al efortului pe care l-au făcut cei care le-au câștigat dar și cei care i-au ajutat să le câștige. Echipa noastră de la COSR, eu, ca președinte, George Boroi - secretar general al forului, și toți cei care muncim zi de zi, partenerii și sponsorii care s-au alăturat misiunii noastre cărora le mulțumesc, avem un singur obiectiv, să ajutăm actuala generație de sportivi dar și cele care vin, să urce pe podium.

Din afară, se consideră că există foarte multe probleme în sportul românesc. Cum se vede de la vârful COSR?

Este un moment dificil în sportul românesc. Este nevoie de energie și de răbdare. Este nevoie de echipă. În ultimii 20 de ani, România nu a sădit nimic. Acum nu avem ce culege. Am mers din inerție. Vrem să fim acolo unde eram la Jocurile Olimpice de la Sydney, din 2000, unde românii au câștigat 26 de medalii: 11 de aur, 6 de argint și 9 de bronz. Dar noi ne antrenăm la fel ca atunci, mâncând la fel, recuperându-ne la fel. Nu se poate. Lucrurile s-au schimbat mult în lume de atunci. Metodele de antrenament se schimbă de la un an la altul, costurile pentru a ajunge la o medalie olimpică sunt din ce în ce mai mari. Am venit la COSR pentru a eficientiza ceea ce mai avem în sport, pentru a identifica cine mai poate face performanță. Vrem să ajungem la normalitate. Pentru a reface sistemul în care se poate face performanță. Parțial, am reușit. Au fost doi ani plini în fruntea COSR și pot spune că acolo unde există sportivi și antrenori, federații sportive care încă fac performanță, noi răspundem nevoilor lor. Alături de partenerii COSR, sprijinim federațiile sportive naționale care și-au propus să câștige medalii la Jocurile Olimpice, Jocurile Europene, Festivaluri Olimpice pentru tineret, Campionate Mondiale și Campionate Europene. Pe cele care au cu cine să facă performanță, vorbim despre sportivii olimpici și staff-ul lor tehnic. Nevoile acestora au fost prioritatea noastră, de la indemnizațiile de lot,

performed highly in every position. I have reached my objective every time, with perseverance. Even if I sometimes took one step back, I later took two steps forward. However, the Romanian Olympic and Sports Committee is excellence in sports. There was the desire to work in a team that targets performance at the highest level in world sports. The membership in a body that has built its values on education, friendship and respect. Olympism is a philosophy of life. The International Olympic Committee is one of the most important organisations in the world. Romania is one of the nations that has made a significant contribution to the development of the Olympic phenomenon, to the promotion of Olympic values through its champions. From those who have won the most Olympic titles: Nadia Comăneci, Elisabeta Lipă, Ivan Patzaichin or Georgeta Damian Andrunache, to those who have stepped on the Olympic podium, everyone has represented Romania. The 307 medals won by Romanian athletes in the Olympics are national heritage, recognition, a symbol of the effort made by those who have won them, as well as by those who have helped them win. Our COSR team, myself, as president, George Boroi - general secretary of the forum, and everyone who works day by day, the partners and sponsors who have joined our mission, to whom I give thanks, we all have one objective, that of helping the current generation of athletes, but also future ones, to climb the podium.

From the outside, it is believed there are a lot of issues in Romanian sports. How does it seem from the top of COSR?

This is a difficult time in Romanian sports. We need energy and patience. We need teamwork. In the last 20 years, Romania has not sown anything. Now there is nothing to reap. We've been in a state of inertia. We want to be where we were at the Sydney Olympics in 2000, when Romanians won 26 medals: 11 gold medals, 6 silver medals and 9 bronze medals. But we train like we did then, eating the same, recovering the same way. This cannot be. Things have changed a lot in the world since then. Training methods change from one year to another, the costs to win an Olympic medal are increasingly higher. I came to COSR to enhance what we have left in sports, to identify who can still perform highly in sports. We want to achieve normalcy. So as to fix the system in which one can achieve high performance. Partially, I succeeded. There have been two full years at the helm of COSR and I can say that where there are athletes and coaches, sports federations that still perform highly, we respond to their needs. With the COSR partners, we support national sports federations that aim to win medals in the Olympic Games, the European Games, Youth Olympic Festivals, World Championships and European Championships. We support those that have what it takes to perform well, we are talking about Olympic athletes and their technical staff. Their needs have been our priority, from team indemnities to research,



la cercetare, recuperare și refacere. Cu ajutorul partenerilor și sponsorilor noștri am început să importăm know-how, antrenori, echipamente. Din păcate, din poziția pe care o ocup, cel mai tare doare lipsa interesului pentru sport din societate. Vorbesc, în primul rând despre sportul de masă și, după aceea, pentru sportul de performanță. Sportul de masă înseamnă sănătate, cultură. Sportul de performanță înseamnă putere, unitate, devotament, iubire față de tot ceea ce înseamnă țară.

Cum a fost anul 2018 pentru sporturile olimpice?

Anul 2018 a adus sportului românesc nici prea mult, nici prea puțin. A adus cât a dat fiecare dintre cei implicați. La jumătatea ciclului olimpic a fost lansat programul Samurai, care să îi motiveze pe sportivi, pe antrenori, să ajungă la Jocurile Olimpice de la Tokyo, din 2020. Să câștige medalii. Am creat obiective pe care aceștia să le atingă pentru a putea fi recompensați și motivați pentru performanță. Avem 4 medalii mondiale câștigate în probele olimpice, la canotaj, scrimă și haltere. Dintre acestea, una este de aur, cucerită de canotoarele Gianina Beleață și Ionela Cozmiuc, două de argint câștigate de spadasi Ana Maria Brânză și de canotorii Marius Cozmiuc și Ciprian Tudosă, bronzul a venit de la haltere, Nicolae Onică. La haltere au mai fost medalii, dar la stiluri care nu se premiază la Jocurile Olimpice. Au fost, însă, și reușite care dau semne de progres la anumite

recovery and rehabilitation. With the help of our partners and sponsors we have started to import know-how, coaches, equipment. Unfortunately, from the position I have, what hurts most is the lack of interest in sports in the society. First of all I am talking about mass sports, and then professional sports. Mass sports mean health, culture. Professional sports mean power, unity, dedication, and love for everything that the country means.

How was 2018 for Olympic sports?

2018 didn't bring much to Romanian sports, but not too little either. It brought just how much each of those involved gave. The Samurai program was launched in the middle of the Olympic cycle to motivate athletes, coaches, to reach the 2020 Tokyo Olympic Games. To win medals. We created objectives for them to achieve in order to be rewarded and motivated for their great performance. We have 4 world medals won in Olympic events, for canoeing, fencing and weightlifting. Of these, one is gold, won by rowers Gianina Beleață and Ionela Cozmiuc, two are silver, won by fencer Ana Maria Brânză and rowers Marius Cozmiuc and Ciprian Tudosă, and the bronze comes from weightlifter Nicolae Onică. Weightlifting had other medals as well, but not for styles rewarded in the Olympic Games. However, there have also been successes that show signs of progress in certain disciplines, European medals for swimming, fighting, archery, kayaking and canoeing or table

discipline, medalii europene la înot, lupte, tir, kaiac-canoe sau tenis de masă. Gimnastica încă suferă, a luat 2 medalii de bronz la întrecerea europeană, la feminin. Echipa feminină de handbal a României a fost în careul de ași la Europene, a terminat pe locul 4. Să nu o uităm pe Simona Halep, câștigătoare a turneului de la Roland Garros și lider mondial la tenis. Alături de ea avem o echipă valoroasă la feminin, dar și un dublu redutabil la masculin, vicecampioni olimpici, Horia Tecău și Florin Mergea.

Pentru noi, Jocurile Olimpice de iarnă de la PyeongChang, din Coreea de Sud, au adus în 2018 o performanță foarte bună prin Raluca Strămăturaru la sanie, locul 7 și un loc 10 cu echipa, tot la sanie. În condițiile în care infrastructura din România pentru sporturile de iarnă nu le permite sportivilor noștri de mare performanță să se pregătească acasă. Sunt călători prin lume în căutare de baze pentru pregătire. La juniori însă, ne-am bucurat de două titluri olimpice la Jocurile Olimpice de Tineret de la Buenos Aires. Sunt copii care își doresc să "crească" mari și care au făcut ca imnul României să răsună în Argentina: Sabina Baltag, la haltere și Adrian Șulcă, la judo. Echipa Olimpică a României s-a întors cu 8 medalii de la întrecerea micilor olimpici: 2 de aur, 3 de argint și 3 de bronz.

Cum vedeți în perspectivă participarea României la viitoarele competiții olimpice?

2019 este un an de foc pentru sportul românesc. Începe călătoria calificărilor pentru Jocurile Olimpice de la Tokyo, din 2020. De multe ori, aceste bătălii sunt crâncene. Ne dorim să avem cât mai mulți tricolori în Echipa Olimpică. Împreună cu domnul George Boroș, secretarul general al COSR, privim realiști șansele de a ajunge la medalii în Japonia, la Tokyo. Aș vrea să cred, însă, că obiectivul de performanță, spre deosebire de analiza comisiei tehnice, va fi depășit. Vorbim despre cea mai importantă competiție sportivă a Planetei, de excelență, de superlativ în sport, de acel vis pe care fiecare sportiv își dorește să și-l împlinească.

Până la Tokyo 2020, cel mai important eveniment din acest an sunt Jocurile Europene de la Minsk, Belarus. Întrecerile se vor desfășura în vară, în iunie, fiind a doua ediție a acestei competiții care se desfășoară o dată la 4 ani. La prima participare, cea din 2015, România a câștigat 12 medalii: 3 de aur, 5 de argint și 4 de bronz.

Pe de altă parte, în februarie 2019, România va avea echipă la Festivalul Olimpic al Tineretului European, pentru sporturile de iarnă, de la Sarajevo & East Sarajevo de Est pentru a pregăti și generația care anul viitor va concura la Jocurile Olimpice de Tineret de iarnă de la Lausanne, 2020.

Sportul românesc a creat empatie națională, victoriile noastre au fost bucuria întregii națiuni. Le mulțumim celor care îi sprijină pe sportivii tricolori și îi așteptăm pe toți, indiferent de rezultate, alături! La bine și la greu!

tennis. Gymnastics is still suffering, it had 2 bronze medals in the European Championship, in the women's events. The Romanian women's handball team was in the top flight in the European Championship, where it finished fourth. Let's not forget Simona Halep, the winner of Roland Garros and world leader in tennis. Along with her, we have a valuable women's team, but also a formidable men's double, the Olympic vice champions Horia Tecău and Florin Mergea.

For us, the Winter Olympic Games in PyeongChang, South Korea, brought a very good performance in 2018, that of Raluca Strămăturaru in luge, where she finished 7th, and the 10th place with the team, also in luge. All that, given that the winter sports infrastructure in Romania does not allow our high-performing athletes to train at home. They are travelling the world in search of training bases.

However, in juniors, we were happy with our two Olympic titles in the Youth Olympic Games in Buenos Aires. These are children who wish to "grow" and who made the Romanian anthem be heard in Argentina: Sabina Baltag in weightlifting and Adrian Șulcă in judo. The Romanian Olympic team returned with 8 medals from the young Olympians' competition: 2 gold, 3 silver and 3 bronze medals.

Looking to the future, how do you see Romania's participation in the coming Olympic competitions?

2019 is an important year for Romanian sports. The journey of qualifying to the 2020 Tokyo Olympic Games begins. These battles are often fierce. We want to have as many Romanians as possible in the Olympic Team. Together with Mr. George Boroș, general secretary of COSR, we are realistic in considering our chances to win medals in Japan, in Tokyo. However, I want to believe that the goal to perform highly, unlike the analysis of the technical commission, will be exceeded. We are talking about the most important sports competition in the world, about excellence, the ultimate experience in sports, the dream every athlete wishes to fulfil.

Before Tokyo 2020, the most important event this year is the European Games in Minsk, Belarus. The competitions take place in summer, in June, and it is the second edition of this event organised once every 4 years. At its first participation, in 2015, Romania won 12 medals: 3 gold medals, 5 silver medals and 4 bronze medals.

On the other hand, in February 2019, Romania will have a team in the European Youth Olympic Festival, for winter sports, in Sarajevo & East Sarajevo, in order to also train the generation who will compete next year in the 2020 Youth Winter Olympic Games in Lausanne.

The Romanian sports have developed national empathy, our victories being the joy of the entire nation. We give thanks to those who support Romanian athletes and we are awaiting everybody to join us, irrespective of our results! For better or for worse!

CHIRURGIA ROBOTICĂ ÎN TRATAMENTUL CANCERULUI COLORECTAL

Incidența cancerului colorectal este într-o creștere îngrijorătoare și, din păcate, afectează în număr semnificativ populația țării noastre.

Această realitate impune implementarea și dezvoltarea instituțională a unor protocoale eficiente pentru diagnostic și tratament. În acest context, în PONDERAS ACADEMIC HOSPITAL a apărut primul Centru de Excelență în Chirurgia Colorectală din România, cadru în care este stabilit diagnosticul și instituit tratamentul adecvat pentru toate afecțiunile acute și cronice ale patologiei colorectale.

“Pentru noi, PONDERAS ACADEMIC HOSPITAL, este important să venim în ajutorul pacientului cu un plan de tratament amplu și corect. Tocmai de aceea, activitatea noastră este caracterizată de o abordare instituțională care se numește Tumor Board, ce cuprinde toate specialitățile pe la care ar trebui să treacă un pacient cu o boală oncologică colorectală. Cazul fiecărui pacient este analizat și dezbătut în cadrul acestui forum medical și, în funcție de faza evolutivă, stabilim ce tip de tratament trebuie aplicat pentru fiecare pacient”.

– Prof. Assoc. Dr. Cătălin Copăescu

Chirurg de Excelență în Chirurgia Colorectală, Director medical Ponderas Academic Hospital.

CE PRESUPUNE UN CENTRU DE EXCELENȚĂ?

Pentru a obține recunoașterea drept Centru de Excelență trebuie îndeplinite următoarele criterii: o echipă experimentată de chirurghi, dotarea sălilor de operații cu echipamente performante, standardizarea ghidurilor și a protocoalelor medicale pentru o evoluție foarte bună a pacienților, cu rezultate optime pe termen lung și o rată de complicații semnificativ redusă.

Sălile de operație din PONDERAS ACADEMIC HOSPITAL sunt dotate cu tehnologie ultraperformantă, state-of-the-art: **chirurgie robotică (da Vinci Xi) și sisteme de laparoscopie HD 2D și 3D.**

Robotul **da Vinci Xi** îi facilitează medicului o vizualizare 3D extrem de clară în profunzime, mărită de peste 10 ori, și, în consecință o acuratețe sporită pentru tehnica operatorie. Acest tip de chirurgie minim invazivă permite efectuarea de intervenții complexe adresate suferințelor colonului sau rectului, fără să fie nevoie să se efectueze incizii mari, așa cum se întâmplă în chirurgia deschisă. Medicii noștri au peste **1.100** de operații efectuate cu daVinci Xi și peste **30.600** de cazuri efectuate prin chirurgie minim invazivă.

TREATING COLORECTAL CANCER WITH ROBOTIC SURGERY

The incidence of colorectal cancer is alarmingly increasing and, unfortunately, it is significantly affecting the population of our country.

This reality requires the implementation and development of effective protocols for diagnosis and treatment. Due to these causes, PONDERAS ACADEMIC HOSPITAL created the first Center of Excellence in Colorectal Surgery in Romania, where the diagnosis and the appropriate treatment for all acute and chronic diseases for colorectal pathology are established.

“For us, PONDERAS ACADEMIC HOSPITAL, it is important to offer the patient with a complete and correct treatment plan. That is why our work is characterized by an institutional approach called Tumor Board, which includes all the specialties that a patient with colorectal cancer should visit. Every single patient’s case is analyzed and debated within this medical forum and, depending on the evolutionary phase, we determine what kind of treatment should be applied to each patient”.

– Prof. Assoc. Dr. Cătălin Copăescu,

Surgeon of Excellence in Colorectal Surgery, Ponderas Academic Hospital Medical Director.

WHAT DOES A CENTER OF EXCELLENCE STANDS FOR?

In order to gain recognition as a Center of Excellence, one must accomplish the following: have an experienced team of surgeons, the endowment of operating rooms with high performance equipment, the standardization of patient circuits and protocols for recovery, with optimal long-term outcomes and obtain a significantly reduced complication rate.

The operating rooms in PONDERAS ACADEMIC HOSPITAL are equipped with state-of-the-art technology: **robotic surgery (da Vinci Xi) and laparoscopy systems HD 2D and 3D.**

The **da Vinci Xi** robot allows the physician to see an incredibly detailed 3D view inside the patient, with an image enlarged 10 times, and consequently, offers an increased accuracy for the operator techniques. This type of minimally-invasive surgery allows for complex interventions on the colon or the rect, without the need for large incisions, as practiced in open surgery. Our surgeons have over **1,100** operations performed with daVinci Xi and over **30,600** cases performed by minimally invasive surgery.





PONDERAS
ACADEMIC HOSPITAL

EXCELENȚA RECUNOSCUTĂ INTERNAȚIONAL



Call center: 021.9886
ponderas.ro



ALICE BOTNARENCO

Reinventarea creativă a cămășii de business Creatively reinventing the business shirt

Cine este Alice Botnarenco și care îi este parcursul antreprenorial?

De când mă știu mă definesc ca un antreprenor în serie, ale cărui valori mai presus de toate sunt libertatea de decizie, curajul, creativitatea și încrederea în propriile forțe. Am pornit la drum în afaceri la 23 de ani, lansând un business de rent-a-car, apoi în 2009 am pus bazele comunității Femei în Afaceri din România, inspirată fiind de nevoia proprie de a mă conecta cu oameni de calitate de la care să am ce să învăț. Dar cum un business inspiră de obicei un altul, apartenența la o rețea de femei de business mi-a adus ideea de a le oferi diversitate în ținute. Astfel că, după ce mi-am făcut bine temele – pentru că deși sunt un om curajos și instinctual, nu mă arunc niciodată nepregătită într-un business – în 2014 am lansat brandul meu de suflet, ALISIA ENCO.

Who is Alice Botnarenco and what is her journey as an entrepreneur?

Ever since I can remember, I have defined myself as a serial entrepreneur, whose values are, above all, freedom of choice, courage, creativity and confidence in my own strength. I started when I was 23 years old, launching a rent-a-car business; then, in 2009, I set up the Women in Business community in Romania, inspired by my own need to connect with quality people, from whom I can learn. However, as one business usually inspires another, being a member of a businesswoman network gave me the idea to offer diversity to their outfits. So, after preparing thoroughly – because, although I am a bold and instinct-driven person, I never jump head first into a business unprepared – in 2014 I launched my dear brand, ALISIA ENCO.





Ce înseamnă brandul ALISIA ENCO, ce-l definește, care îi este filozofia?

Am proiectat ALISIA ENCO – dincolo de numele inspirat din propriul meu nume – având ceva din felul meu de-a fi: un brand pentru o femeie ambițioasă, deschisă spre provocări și creativitate, motivată mai degrabă de schimbări decât de confort și inerție, muncitoare, atentă la detalii și pe alocuri nesuferit de perfecționistă.

Am observat mereu la evenimentele de networking aceleași cămăși care nu ieșeau din tipare și nu îndrăzneau nimic în afara unui teritoriu sigur, validat, mai ales în domeniul sobrelor vestimentare precum banking, asigurări, audit, consultanță etc.

Aici mi-a venit ideea că aș putea propune reinventarea cămășii de business într-o cheie nouă, cu expresivitate și curaj. Totul a pornit cu cămașa albă simplă, signature, din cel mai bun bumbac, cu o croială impecabilă și finisaje fine. Apoi ideile s-au născut din aproape în aproape și am creat colecții inspirate din motivele tradiționale românești, din modelele grecești (o destinație foarte dragă mie) sau cu diverse teme care au culoarea în centru. În business ca și în viață în general, femeile au nevoie de culori, de texturi versatile și pattern-uri creative, cu elemente de surpriză.

Colecția conține doar cămăși sau și alte piese?

Reinventarea ținutelor clasice de business nu se face doar printr-o abordare creativă a piesei centrale - cămașa - ci și prin suma de accesorii care pot completa o ținută, de la gulere, eșarfe și manșete la broșe și cravate feminine sau prin piesele complementare de tip poncho, veste, cardigan. Colecția s-a completat treptat, pentru o ținută versatilă, degajată și optimistă. Ca femeia care ajunge să le poarte.

Unde se pot achiziționa colecțiile?

Mă bucur să spun că toate produsele ALISIA ENCO se pot achiziționa online, de oriunde în lume pe www.alisiaenco.com.

What does the ALISIA ENCO brand mean? What defines it, what is its philosophy?

I designed ALISIA ENCO – beyond the title inspired by my own name – as having something from my way of being: a brand for an ambitious woman, open to challenges and creativity, motivated rather by changes than by comfort and inertia, hard-working, who pays attention to details and is annoyingly perfectionist here and there.

At networking events I have always noticed the same usual shirts that never dared anything beyond a safe, validated territory, especially in fields with a sober dress code, such as banking, insurance, auditing, consulting, etc.

Here is where I got the idea to suggest reinventing the business shirt in a new key, with courage and expressivity. It all started with the simple white signature shirt, made from the best cotton, with an impeccable cut and a smooth finish. Then the ideas were born one at a time and I created collections inspired from Romanian traditional motifs, Greek motifs (a destination very dear to my heart) or with different themes focusing on colour. In business, as in life in general, women need colours, versatile textures and creative patterns, with elements of surprise.

Does the collection contain only shirts or other items, too?

The reinvention of classical business outfits is not done only by a creative approach of the central item – the shirt – but also by the amount of accessories that can complement an outfit, from collars, scarves and cuffs to pins and feminine ties or by complementary items such as ponchos, vests, and cardigans. The collection was completed step by step, for a versatile outfit, easy-going and optimistic, such as the woman wearing it.

Where can we buy the collections?

I am happy to say that all ALISIA ENCO products can be purchased online, from anywhere in the world, on www.alisiaenco.com.



RESOURCES



Provocare. Inovare. Testare. Ce este „design thinking”?

Challenge. Innovation. Testing. What is “design thinking”?

Fiecare deceniu are trendurile sale în materie de business, stil de management, moduri de a organiza echipe și productivitate. Grație tehnologiei, ne aflăm într-un moment în care beneficiem de un număr impresionant de soluții digitale care ne ajută în optimizarea proceselor și eficientizarea muncii. În același timp, din ce în ce mai multe practici dezvoltate în domeniul dezvoltării de software își depășesc granițele și își găsesc aplicare în toate domeniile.

Este și cazul uneia dintre cele mai populare practici din ziua de azi, și anume „design thinking”, un mod de lucru adoptat de cele mai mari companii din lume – cum ar fi Apple, Samsung sau General Electric – care deja și-a găsit loc inclusiv în programa unor universități de renume și care devine încet-încet din alternativă o regulă.

Design Thinking este un proces iterativ prin care poți înțelege beneficiarul, clientul sau utilizatorul în profunzime, unde lași prejudecățile la o parte și îți pui presupunerile la îndoială, redefinești nevoile pe care încerci să le rezolvi prin businessul tău, pentru a identifica noi soluții și strategii. Compusă din sesiuni de brainstorming, de design și prototipare de soluții, această metodologie pune clientul final în centrul acțiunii și ajută echipele să iasă din rutină și să creeze tactici și metode inedite de a răspunde nevoilor acestuia.

Există numeroase „rețete” de aplicare a acestei metodologii, dar toate sunt similare și se concentrează în jurul unor principii de bază, formulate în urma cu peste patru decenii de Herbert Simon, laureat al premiului Nobel. Aceste principii stau la baza unui model construit în cinci etape, după cum urmează: Empatie, Definiție, Ideeație, Prototipare și Testare. Ce este special la aceste etape este că ele nu au o ordine precisă, putând fi aplicate în orice secvență și de oricâte ori este nevoie. Etapa de empatizare se referă la înțelegerea clientului, a utilizatorului final, fără urmă de prejudecăți

Each decade has its trends when it comes to business, management styles, manners of organising teams, and productivity. Thanks to technology, we are at a time when we have access to an impressive number of digital solutions that help us optimise processes and streamline work. At the same time, an increasing number of software development practices go beyond their borders and can be applied in any field.

Such is the case of one of the most popular practices today, namely “design thinking”, a way of working adopted by the largest companies in the world – such as Apple, Samsung or General Electric – and which has already been included in the curriculum of prestigious universities, slowly turning from alternative into a rule.

Design Thinking is an iterative process that helps understand the beneficiary, client or user in depth, where you leave your preconceptions aside and question your assumptions, you redefine the needs you’re trying to solve with your business, in order to identify new solutions and strategies. Comprising brainstorming, design and solution prototyping sessions, this methodology focuses on the end clients and helps teams break routine and create novel tactics and methods to respond to their needs.

There are numerous “recipes” to apply this methodology, but all of them are similar and focus on some basic principles, phrased over four decades ago by Herbert Simon, a Nobel Prize winner. These principles underlie a five-stage model, as follows: Empathy, Defining, Ideation, Prototyping and Testing. What is special about these stages is that they do not have a precise order and they can be applied in any sequence and as many times as it is necessary. The empathy stage refers to understanding the client, the end user, without preconceptions or assumptions. The defining stage is a phase that describes the client’s real needs, their issue and the data supporting our theories about the client.

și de presupuneri. Etapa de definire este o fază în care punem pe hârtie care sunt nevoile reale ale clientului, care este problema lor și datele care susțin teoriile noastre despre client.

Etapa de ideeție este cea mai complexă, fiind momentul în care ne punem la îndoială experiența noastră anterioară, patternurile proprii de gândire, perspectiva din care privim clientul și produsele sau serviciile pe care le-am construit pentru a vedea cum am putea să le modificăm, optimizăm sau să le înlocuim cu totul cu altele inovatoare. Etapa de prototipare se referă la construirea unei machete a produsului nostru așa cum a rezultat el din etapa de ideeție, într-o formă minimală pentru a trece apoi la etapa de testare. Din procesul de ideeție se poate reveni oricând la cel de empatizare sau de definire, la fel cum rezultatele unei testări ar putea trimite echipa înapoi la ajustarea prototipului sau la masa de brainstorming. Așa cum spuneam, ordinea etapelor este irelevantă, rezultatul final este cel care contează.

În esență, la baza acestei metodologii stă dorința de a livra către clienți produse și servicii după chipul și asemănarea lor, analizând constant modurile în care ei interacționează cu ele pentru a le putea îmbunătăți, dar și pentru a aduce în cadrul companiei noi moduri de lucru, noi tehnici de cercetare și validare și un strop de inovare.

The ideation stage is the most complex one, as this is when we question our previous experience, our own thinking patterns, the perspective from which we regard the client, and the products or services we have built to see how we can change, optimise or completely replace them with innovative ones. The prototyping stage refers to building a model of our product, as it has come out of the ideation stage, in a minimal form, so that we can later move on to the testing stage. From the ideation process we can go back anytime to empathy or defining, just as the testing results may send the team back to adjusting the prototype or to the brainstorming table. As I was saying, the order of the stages is irrelevant, only the end result matters.

Essentially, this methodology is based on the desire to deliver products and services in our clients' image, constantly analysing the ways in which they interact with them so that we can improve our products and services, but also to bring new ways of working, new research and validation techniques and a bit of innovation to our company.



Cele mai așteptate jocuri de mobil în 2019

The most expected mobile games of 2019

Era o vreme când jocurile de mobil însemnau Snake și Space Invaders. Fir narativ, grafică, misiuni complexe? În anii 1990 eram foarte departe de a ne imagina cum vor arăta jocurile pe dispozitive mobile în anii 2000 sau 2010. Dar telefoanele inteligente au schimbat cu totul lucrurile. Ecranele de dimensiuni mari, calitatea sunetului și în special mobilitatea pe care ți-o oferă un astfel de dispozitiv au convins companiile de dezvoltare de jocuri că aici este viitorul, așa că, de la Snake, astăzi am ajuns deja la versiuni mobile ale unor jocuri de PC extrem de complexe.

Așadar, să vedem ce ne așteaptă în 2019 în materie de jocuri pentru smartphone. Primul despre care vă povestim este un titlu pe care cu siguranță îl cunoașteți dacă sunteți împătimiți ai jocurilor. Elder Scrolls: Blades este un role-playing game (RPG) în care personajul este un membru al grupului Blades, trimis în exil, care își recrează orașul devastat. Pe parcursul jocului veți reconstrui întreaga așezare, veți participa în bătălii unu la unu, veți colecționa armură, muniție și vă veți dezvolta abilitățile secvență cu secvență. Grafica acestui joc este absolut superbă și chiar și cei mai neînduplecați critici vor vedea multe minuni vizuale și de atmosferă în acest joc, chiar dacă firul narativ nu aduce neapărat ceva nou. Jocul va fi disponibil gratuit, dar vom vedea, cel mai probabil, un shop online pentru multe dintre resursele necesare în joc.

Al doilea titlu mult așteptat în acest an este Bad North, un joc de strategie cu grafică minimalistă a cărui acțiune se petrece în timpul vikingilor. Deja disponibil pe PlayStation 4, Nintendo Switch și Xbox One, Bad North va provoca jucătorii să își exerseze capacitățile de strategii militari în confruntarea lor cu vikingii, la toate nivelurile jocului, oricând, doar cu ajutorul telefonului mobil.

Iubitorii de muzică ar face bine să ciulească urechile în 2019, pentru că se va lansa Impossible Bottles, un joc de ritm. Rolul tău este cel al unui inventator a cărui misiune este să construiască o sursă de energie infinită. Are la dispoziție o pleiadă de roboți, care mai de care mai interesanți, roboți care trebuie alimentați cu șocuri electrice sincronizate cu ritmul muzicii pe care îl auziți în căști. Orice greșeală poate fi fatală simpaticelor mașinărilor și chiar ar putea distruge lumea, așa că ascultați cu atenție.

There was a time when mobile games meant Snake and Space Invaders. Story line, graphics, or complex missions? In the 1990s we were very far from imagining what games on mobile devices would look like in the 2000s or 2010s. But smartphones have changed everything. Large screens, the sound quality and, above all, the mobility that such a device offers have convinced game development companies that this is where the future is, so instead of Snake we now have mobile versions of extremely complex PC games.

So let's see what 2019 brings when it comes to smartphone games. The first one we're telling you about is a title you must know if you're a gaming fan. Elder Scrolls: Blades is a role-playing game (RPG) where the character is a member of the Blades group sent into exile, who recreates his devastated city. Throughout the game you will rebuild the entire settlement, you will engage in one-on-one battles, collect armour items, ammunition and develop your skills sequence by sequence. The graphics of this game is absolutely gorgeous and even the most ruthless critics will enjoy a series of visual and atmosphere wonders in this game, even though the storyline doesn't necessarily come up with anything new. The game will be available for free, but we will most likely see an online shop for many of the resources required in the game.

The second expected title this year is Bad North, a strategy game with minimalist graphics, which takes place in the Viking Age. Already available on PlayStation 4, Nintendo Switch and Xbox One, Bad North will challenge players to practice their military strategists' skills in their clash against the Vikings, at every level of the game, anytime, just by using their smartphone.

Music lovers should prick up their ears in 2019, because Impossible Bottles, a rhythm game, will be launched this year. Your role is that of an inventor whose mission is to build a source of infinite energy. He has a series of interesting robots at his disposal, which have to be fuelled by electric shocks in sync with the rhythm of the music you hear in your headphones. Any mistake can be fatal to the cute robots and may even destroy the world, so listen carefully.



GODSMACK
1 APRILIE
ARENELE ROMANE





De la roboți la mașini era doar un singur pas. Există o sumedenie de jocuri de curse disponibile pentru mobil și alegerea unui singur titlu este o provocare pe care însă am ales să o rezolvăm prin selectarea lui Project Cars GO pentru această listă. Proprietarii de Xbox One sau PlayStation 4 sigur sunt familiari cu acest joc și vor fi bucuroși să afle că toate customizările și abilitățile din versiunile pentru aceste platforme au fost adaptate și pentru dispozitive mobile. Deși nu are o dată exactă de lansare, experții sunt siguri că nu vom avea mult de așteptat până vom putea să ne jucăm Project Cars GO.

Niantic, creatorii hitului Pokemon Go ne pregătesc un joc despre care suntem convinși că va deveni viral cu viteza luminii. Harry Potter: Wizards Unite încă este un mister pentru majoritatea jucătorilor dar teaser-ul lansat de companie a dat naștere multor speculații, așadar fanii se așteaptă la un joc similar cu Pokemon GO, care face uz de AR, plasat în momentul prezent, dar care îmbină elementele magice din seria Harry Potter cu banalul cotidian.

Dacă sunt printre voi iubitori de Sims sau de alte jocuri similare, atunci Stardew Valley s-ar putea să fie ceea ce căutați în materie de jocuri mobile. Povestea începe cu o moștenire primită de un nepot de la bunicul său, mai precis o fermă în paragină. De aici, parcursul e simplu, trebuie să aveți grijă de moștenire, să revitalizați ferma, să o transformați într-o afacere profitabilă și să deveniți unul dintre cei mai populari oameni din comunitate. Pe lângă asta, puteți și să vă construiți viața socială, să vă căsătoriți și să vă creați o familie în cadrul jocului. Stardew Valley există deja în Apple Store, dar posesorii de Android se vor bucura de acest joc abia din acest an.

From robots to cars there was just a single step. There are plenty of racing games available for smartphones and choosing a single title is a challenge we chose to solve by selecting Project Cars GO for this list. Xbox One or PlayStation 4 owners are definitely familiar with this game and will be happy to learn that every customisation and skill in the versions for these consoles have been adapted for mobile devices as well. Although it doesn't yet have a definite launch date, experts are certain we won't have to wait too long until we can play Project Cars GO.

Niantic, the creators of the Pokémon GO hit, are preparing a game we're sure will become viral at the speed of light. Harry Potter: Wizards Unite is still a mystery for most players, but the company's teaser has given rise to plenty of speculations, so fans are expecting a similar game to Pokémon GO, using AR and taking place in the present, blending magical elements from the Harry Potter series with the ordinary day-to-day life.

If you like Sims or other similar games, then Stardew Valley might be just what you need when it comes to mobile games. The story begins with an inheritance left to a boy by his grandfather, a derelict farm, to be precise. Then the story is simple, you have to take care of your inheritance, to revive the farm, turn it into a profitable business and become one of the most popular people in your community. Aside from that, you can also build a social life, get married and start a family in the game. Stardew Valley is already available in Apple Store, but Android users will only be able to play the game this year.

EPIIAREA DEFINITIVĂ: știința și miturile

Poate ați văzut câteva reclame despre epilarea definitivă, și chiar la prețuri foarte mici. În clinica SKINMED ne informăm pacienții pentru a deosebi miturile de realitate și le prezentăm știința care stă în spatele a ceea ce popular este denumită „epilare definitivă”.

Laserul și epilarea

Termenul de „epilare laser” este, de fapt, cel care ar trebui să îi intereseze pe pacienții care caută o soluție de lungă durată pentru îndepărtarea părului. Cum, de asemenea, ar trebui să fie informați că epilarea laser se face într-o clinică dermatologică, deoarece acest aparat este unul medical, din punctul de vedere al tehnologiei folosite. Folosirea lui în cabinetele cosmetice îi expune unor riscuri suplimentare.

Soprano Ice Platinum este o tehnologie laser de ultimă generație, apreciată la nivel mondial, cu cea mai mare eficiență pentru îndepărtarea pilozității. Aparține portofoliului **ALMA LASERS**, o companie lider, cu renume mondial, în domeniul tehnologiilor medicale, și permite practicienilor să trateze un portofoliu larg de pacienți în orice sezon.

Ce înseamnă o ședință de epilare laser?

Procedurile sunt rapide, ușoare, lipsite de durere și confortabile pentru pacient, asigurând cele mai bune rezultate clinice. **Soprano Ice Platinum** combină trei lungimi de undă diferite și este eficient pentru toate tipurile de piele. *Tehnologia Alexandrite* în mediu solid asigură absorbția maximală a undei laser la nivelul foliculului pilos, permite tratamentul pentru toate tipurile de pilozitate (inclusiv păr subțire și blond) și toate fototipurile cutanate (incluzând pielea bronzată/de culoare închisă).

Tehnologia ICE asigură contactul rece simultan și constant. Aceasta este o metodă avansată de răcire, foarte eficientă în timpul tratamentului și cu efect îndelungat. Brevetul ICE tech pentru safirul special încorporat minimizează riscurile de ardere la suprafața pielii, în



FUNCȚIONEAZĂ ȘI PE PIELEA BRONZATĂ

Laserul Soprano Ice Platinum acționează într-un mod unic asupra melaninei, permițând efectuarea tratamentelor în oricare perioadă a anului, inclusiv pe tegumentul bronzat. Mai mult, expunerea la soare este mult mai puțin agresivă după un tratament SHR.

timp ce este păstrată căldura în derm, unde țintim foliculii piloși. Tehnologia specială de răcire crește confortul pacientului, procedura fiind nedureroasă.

Dovezi medicale

Tehnica virtuală, lipsită de durere (denumită SHR), este singura metodă clinică utilizată pentru îndepărtarea pilozității, cu recunoaștere la nivel mondial; este o metodă unică de încălzire graduală, extrem de eficientă în foto-coagularea papilei dermice, cu efecte durabile în timp, ce previne agresiunea asupra țesuturilor înconjurătoare; în același timp, ICE răcește suprafața pielii, prevenind arsurile superficiale și senzația de durere.

La clinica SKINMED vă puteți programa pentru o ședință de epilare laser sau pentru un pachet de ședințe la prețuri avantajoase!

Siguranță dovedită

Numeroase studii clinice au demonstrat că SHR este cea mai sigură procedură laser pentru îndepărtarea pilozității, inclusiv pentru fototipurile închise la culoare/pielea bronzată, care sunt foarte sensibile la căldura utilizată în aceste terapii. Papila dermică nu este coagulată printr-un singur impuls cu energie mare, cum se întâmplă în cazul majorității tehnologiilor, ci printr-o serie de impulsuri repetitive cu energie mică. Această metodă reduce riscul de arsură epidermică, permițând creșterea graduală a temperaturii până la pragul de eficiență dorit și necesar distrugerii ireversibile a foliculului pilos.

SKINMED CLINIC

Piața Alba Iulia, Nr. 2,
Sector 3, București
(lângă Banca Transilvania)
Programări:
(+ 40) 786 356 361
E-mail: office@skinmed.ro
site: www.skinmed.ro



SKINMED
CLINIC
Centrul Dermatocostetic

Loyal to perfect Skin!



Fără plastic

No plastic

O lume fără plastic nu pare să fie o realitate spre care să ne putem îndrepta prea curând, dar putem totuși să facem pași spre reducerea deșeurilor plastice care astăzi sufocă mări și oceane și care au un efect extrem de nociv asupra naturii.

Organizațiile activiste din domeniu atrag atenția asupra pericolelor pe care singuri le creăm animalelor sălbatice și vietăților marine și cum distrugem, din lipsa cunoștințelor și a unui mic efort de conștiințiozitate, ecosistemele marine. Veți spune că nu doar plasticul ajunge să polueze mediul și, da, aveți dreptate, dar acesta este cel mai problematic dintre toate pentru că nu este biodegradabil.

Dacă a curăța aceste ecosisteme în întregime de plastic este aproape imposibil din rațiuni fizice și de costuri, prevenția nu este la fel de complicată, iar dacă fiecare dintre noi ar deveni doar puțin mai responsabil cu consumul de mase plastice, atunci lumea ar fi un loc mai sigur și pentru cei care nu se pot apăra singuri.

Iată câteva sfaturi pentru a face pași concreți spre o planetă fără plastic inutil:

1. Obiceiul de a folosi sacoșe de pânză

Chiar dacă pretendem că a merge la cumpărături este o activitate spontană de cele mai multe ori, nu ne oprește nimic să ascundem în fiecare rucsac sau geantă o sacoșă de pânză pe care să o folosim în locul celor de plastic. Unele studii spun că avem nevoie de 21 de zile să renunțăm la un obicei sau să adoptăm unul nou, așadar, haideți să ne propunem să ducem cumpărăturile de 21 de ori acasă în pungi din material textil.

A plastic-free world does not sound like a reality towards which we can head too soon, but we can take some steps to reduce the plastic waste that now smothers seas and oceans and has an extremely harmful effect on nature.

Activist organisations warn of the dangers that we create ourselves for wild animals and sea creatures and how we destroy marine ecosystems, due to lack of knowledge and a slight effort of diligence. You will say that plastic is not the only one that ends up polluting the environment, and rightly so, but this is the most problematic of all, as it is not biodegradable.

While removing plastic entirely from these ecosystems is almost impossible due to physical and financial reasons, prevention is not as complicated, and if each of us became just a little more responsible in our use of plastics, then the world would be a safer place for those that cannot defend themselves.

Here are a few tips for taking sure steps towards a planet with no useless plastic:

1. The habit of using canvas bags

Even if we claim that going shopping is more often than not a spontaneous activity, nothing stops us from putting a canvas bag in every backpack or handbag, which we can use instead of plastic bags. Some studies say we need 21 days to give up a habit or to adopt a new one, so let's aim to carry our shopping home in canvas bags for 21 times.



2. Filtrele de apă sau apa îmbuteliată în recipiente de sticlă.

În fiecare an 20 de miliarde de sticle de plastic sunt aruncate la gunoi. Putem reduce considerabil acest număr dacă ne-am instala un filtru de apă la robinet sau dacă am alege să cumpărăm doar apă în recipiente de sticlă.

3. Colectați deșeurile selectiv

Nu e suficient, însă, doar să le colectați selectiv, încercați să verificați dacă există stații de reciclare și duceți recipientele de plastic direct la acestea. Există în lume și multe inițiative de a recicla plasticul fie în obiecte de uz casnic, fie uneori chiar în adevărate obiecte de artă. Dacă nu aveți un asemenea atelier în oraș, de ce nu ați începe unul chiar voi?

4. Diseminează informații utile

Este important să venim în sprijinul activiștilor cu gesturi mici, dar care contează enorm. Alege să donezi pentru organizațiile care se ocupă de creșterea gradului de conștientizare asupra poluării cu plastic sau fii pro-activ și distribuie și tu informații către colegi, vecini, familie și rețeaua ta socială. Convinge un prieten să se apuce de programul tău de 21 de drumuri la supermarket cu sacoșa de pânză și încearcă să faci din colectarea selectivă o competiție între apropiați pentru a vă motiva reciproc.

Poate pare puțin, însă schimbarea vine din oameni și din dorința lor de a avea un mediu cât mai curat și sănătos pentru toți. Gesturile mici, dar constante reușesc să producă efecte uriașe, dacă întreaga comunitate știe că se confruntă cu o problemă și că poate să contribuie la rezolvarea ei.

2. Water filters or water bottled in glass containers

Every year, 20 billion plastic bottles are thrown away. We can considerably reduce this number if we installed a water filter on our tap or if we chose to only buy water bottled in glass containers.

3. Collect waste selectively

Collecting waste selectively is not enough, though, you should try to check whether there are any recycling stations in your area, and take your plastic containers directly there. There are many plastic upcycling initiatives in the world, which turn it into household items or even true works of art. If you don't have such a workshop in your city, why not start one yourself?

4. Disseminate useful information

It is important to support activists with small, yet meaningful gestures. Choose to donate to organisations that raise awareness about plastic pollution or be proactive and share information with your colleagues, neighbours, family and social network. Convince a friend to adopt your 21-day programme of using canvas bags when shopping and try to turn selective waste collection into a competition between close friends so that you can motivate each other.

It may not seem much, but change comes from people and their desire to have a clean and healthy environment for all. Small, yet constant gestures can produce huge effects, if the entire community knows it is dealing with a problem and it can contribute to solving it.



Focus pe SILUETA

Metodele de remodelare ale anului 2019

Pregătirea pentru vară a început, iar dacă ați rezervat deja biletele de avion, e momentul să aflați și care sunt cele mai performante metode de remodelare corporală recunoscute la nivel internațional și disponibile în centrele de frumusețe din România prin EstetiQ Solutions.

Alma Lasers, lider mondial în industria de estetică medicală a lansat Accent Prime, o soluție noninvazivă de remodelare corporală, cu rezultate rapide și de lungă durată. Folosind metoda patentată AlmaWave și două tehnologii puternice, ultrasunetele și radiofrecvența, Accent Prime se asigură că până la vară vei avea un abdomen, coapse și fese perfecte.

Susținut de studii clinice aprofundate, Accent Prime este un reper în domeniul echipamentelor de remodelare corporală pentru că vizează simultan adipocitele și întinde pielea. Tehnologiile combinate permit realizarea unor protocoale de tratament adaptate fiecărui tip de piele cu rezultate imbatabile, realizate într-un timp mult mai scurt.

ACCENT PRIME ESTE DISPONIBIL ÎN:

București: EstetiQ Medical Center (www.estetiqmedical.ro),

Clinica Ylara (www.ylara.ro), Columna Esthetic (www.columna-esthetic.ro)

Iași: Sei Bella (www.seibella.ro)

Aplicatorul UltraSpeed inovează atât prin tipul de ultrasunete emise, cât și prin aplicatorul foarte mare care asigură o remodelare corporală obținută într-un timp foarte scurt. Energia ultrasunetelor este distribuită uniform pe zona de tratament, dislocând celulele de grăsime. Modulul cu radiofrecvență folosește o tehnologie unică, cu microplasmă care netezește pielea prin ablație și prin încălzire, fără risc de hiperpigmentare postinflamatorie. Acest aplicator permite distrugerea celulelor de grăsime fără a afecta țesutul înconjurător. În acest fel, pielea se vindecă mai repede, riscurile sunt minime, la fel și timpul de recuperare.





icoone® este unicul dispozitiv estetic și medical pentru corp, bazat pe tehnologia Roboderm®, care lucrează cu diverși micro-stimulatori, activați cu tehnologia LED & laser, capabili să inducă o stimulare a țesutului profundă, dar neinvazivă. Unda de 650 penetrează fibroblastele care există în țesutul conectiv, crescând producția de colagen și elastină și accelerând eliberarea de grăsime.

Unda laser de 915 nm poate ajunge la straturi mai adânci ale țesutului și acționează asupra celulei, penetrând-o și îmbunătățind lipoliza. Acțiunea combinată a celor două unde, cresc puterea micro-stimulatoarelor icoone® și asigură drenaj limfatic, fermitate și elasticitatea pielii, stimularea producției de elastină și colagen, remodelare.

iCOONE ESTE DISPONIBIL ÎN:

București: la EstetiQ Medical Center (www.estetiqmedical.ro)

Platforma Maximus este o soluție avansată pentru conturarea neinvazivă a feței și a corpului. Tratamentul combină energia cu Radiofrecvență TriLipo (RF) și Activarea Dinamică a Mușchilor (DMA) pentru a obține cele mai bune rezultate de reducere a grăsimii și întinderea a pielii. Aceste tehnologii acționează pe toate cele patru țesuturi: epiderma, dermul, grăsimea și mușchii.

Energia TriLipo RF încălzește stratul dermului și determină contractia și regenerarea fibrelor de colagen. Tehnologia DMA acționează pe mușchii, îi întărește și îi tonifică. Ajută de asemenea organismul să elimine mai repede grăsimea în mod sigur și natural.

MAXIMUS ESTE DISPONIBIL ÎN:

București: EstetiQ Medical Center (www.estetiqmedical.ro), Lotus Med (www.lotus-med.ro), Michelle Center (www.michelle-center.ro), STUDIO33 (www.studio33.ro). **Boțoșani:** Salon Carmen (0751 336 644).

Deva: Attitude By Cosmetics Style (www.cosmeticstyle.ro). **Iași:** Arcadia Dermatologie (www.arcadiadermato.ro), DermoestetiQue (www.dermoesthetique.ro), Beauty Code (www.beautycode.ro).

Pitești: Salon Visage (www.salon-visage.ro). **Rădăuți:** Salon Anne-Marie (www.facebook.com/anne.mariebeautyhair) Roman: Salon EstetiQue (<http://estetiqueroman.com>). **Timișoara:** Brysel (www.brysel.ro), Evolv (0763 221 687). **Oradea:** EstetPRO (www.estetpro.ro).







Înotul, un sport pentru minte și corp

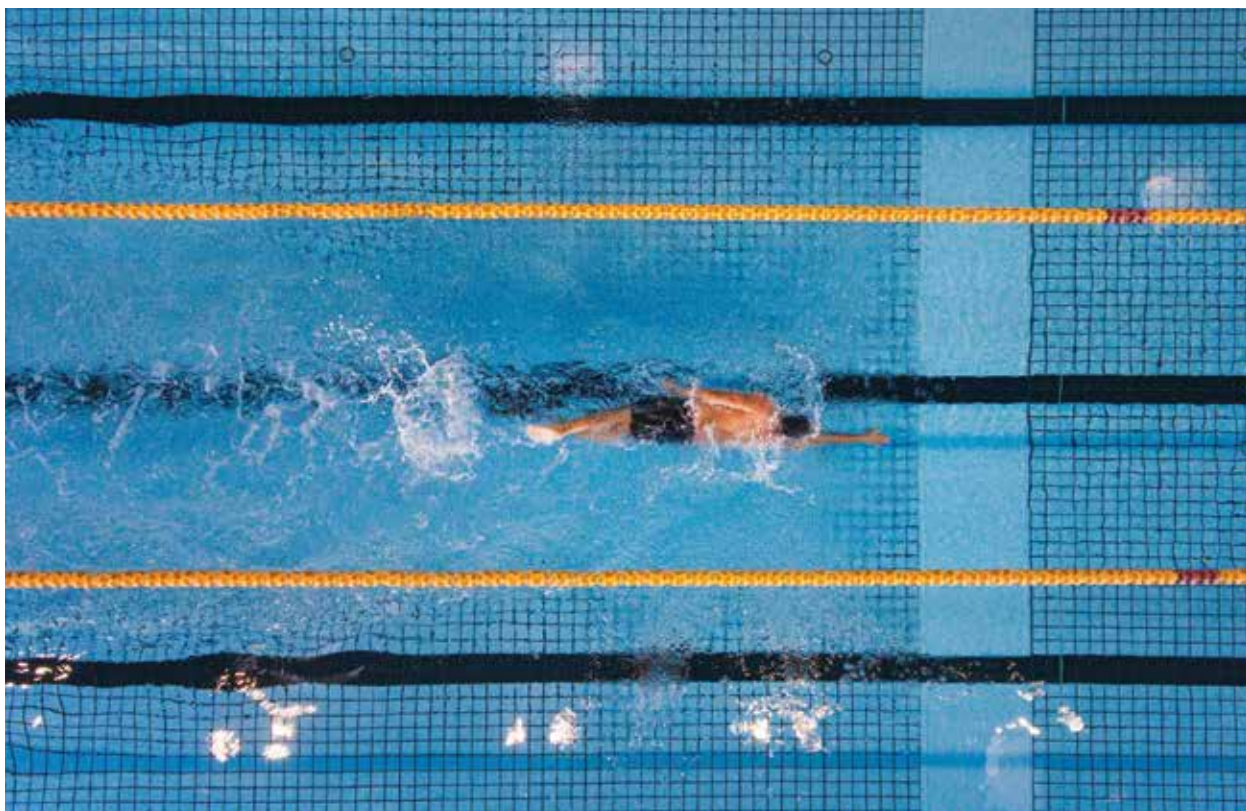
Swimming, a sport for the mind and the body

Pentru unii dintre noi, practicarea oricărui sport nu este o activitate neapărat plăcută, în ciuda recomandărilor medicilor de a face mișcare cel puțin 30 de minute în fiecare zi. Cel mai probabil, efortul fizic depus în cadrul anumitor clase de aerobic, sau chiar la sală, ne demotivează și, prin urmare, reînnoirea abonamentului poate fi amânată câteva luni bune.

Cu toate acestea, există un sport care cu siguranță vă va atrage dacă îi veți acorda o șansă. Una singură. Vorbim, evident, despre înot și, în rândurile ce urmează vom încerca să prezentăm pe scurt beneficiile pe care acesta le are atât pentru corp, cât și pentru sănătatea emoțională. Ulterior, rămâne să ne povestiți care este stilul vostru preferat de înot pentru că suntem siguri că veți include mersul la bazin în agenda voastră.

For some of us, practicing any sport is not necessarily an enjoyable activity, despite the doctors' recommendation to exercise for at least 30 minutes every day. Most likely, the physical exercise in certain aerobic classes, or even at the gym, demotivates us and therefore the subscription's renewal can be postponed for several months.

However, there is a sport that will surely attract you if you give it a chance. Just one. We are talking about swimming, of course, and in the lines to follow we will try to briefly present the benefits it has both for the body and for the emotional health. Later on, tell us what your favourite swimming style is, because we are sure you will include going to the pool on your agenda.



Întrucât anxietatea și depresia afectează din ce în ce mai mulți copii și adulți, trebuie să știți că înotul ajută foarte mult la reducerea nivelului de stres, îmbunătățește somnul, și vă încarcă cu energie pozitivă. De aceea, este recomandat să-l includeți în programul copiilor încă de la vârste foarte fragede.

În ceea ce privește beneficiile înotului asupra corpului, acestea sunt nenumărate: reduce riscul bolilor cardio-vasculare, îmbunătățește postura, dezvoltă musculatura și flexibilitatea, combate obezitatea, menținând greutatea sub control, mai ales dacă este asociat unui regim alimentar echilibrat. Mai mult de atât, datorită stării de imponderabilitate, acesta poate fi practicat și de cei care au probleme cu sistemul osos, sau de viitoarele mămici ajutându-le pe acestea să-și relaxeze corpul suprasolicitat.

Dacă sunteți începători, este bine să apelați pentru primele ședințe la un instructor de înot care să vă îndrume în alegerea stilului potrivit condiției voastre fizice și să vă însuflească încredere, dacă sunteți puțin temători. Iar dacă doriți să încercați ceva nou, clasele de aquagym îmbină exercițiile de gimnastică cu înotul și muzica. Sănătos și distractiv totodată, cu rezultate imediate: reducerea celulitei, îmbunătățirea tonusului muscular, eliminarea kilogramelor în plus, sau ameliorarea circulației sanguine și limfatice.

As anxiety and depression are affecting more and more children and adults, you should know that swimming helps to reduce stress a good deal, improves sleep, and charges you with positive energy. Therefore, it is recommended that you include it in the children's programme from an early age.

As for the benefits of swimming for the body, they are countless: it reduces the risk of cardiovascular diseases, improves posture, develops muscles and flexibility, fights obesity by maintaining your weight under control, especially when associated with a healthy diet. Moreover, due to the state of weightlessness, it can also be practiced by those who have problems with the skeletal system or by future mothers, helping them relax their overexerted body.

If you are a beginner, for your first swim it is good to refer to a swimming instructor, to guide you into choosing the style appropriate for your physical condition and to inspire confidence if you are a little scared. And if you want to try something new, aqua gym classes combine gym exercises with swimming and music. Healthy and fun at the same time, with immediate results: cellulite reduction, muscle tone improvement, extra weight loss, or improvement in blood and lymphatic circulation.



FOCUS



Flota

Pe cursele interne și externe, TAROM operează cu șase tipuri de avioane, având în dotare 25 de aeronave.

The fleet

TAROM operates six types of aircraft on its domestic and international flights. The fleet includes 25 airplanes.



[4] AIRBUS A 318-111

Capacitate/Capacity: 148+99Y, 26B + 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 (16B+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



[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 737-700

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



[4] BOEING 737-300

Capacitate/Capacity: 134Y (8B+126Y)
Viteză de croazieră/Cruising speed: 800 km/h
Anvergura/Wingspan: 28,9 m
Lungime/Lenght: 33,4 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 56,5 t/60,1 t
Distanța maximă de zbor/Range: 2.780 km/3.400 km



[2] ATR 72-500

Capacitate/Capacity: 68BY
Viteză de croazieră/Cruising speed: 520 km/h
Anvergura/Wingspan: 27,1 m
Lungime/Lenght: 27,2 m
Greutate maximă la decolare/Maximum takeoff weight: 22,8 t
Distanța maximă de zbor/Range: 950 km

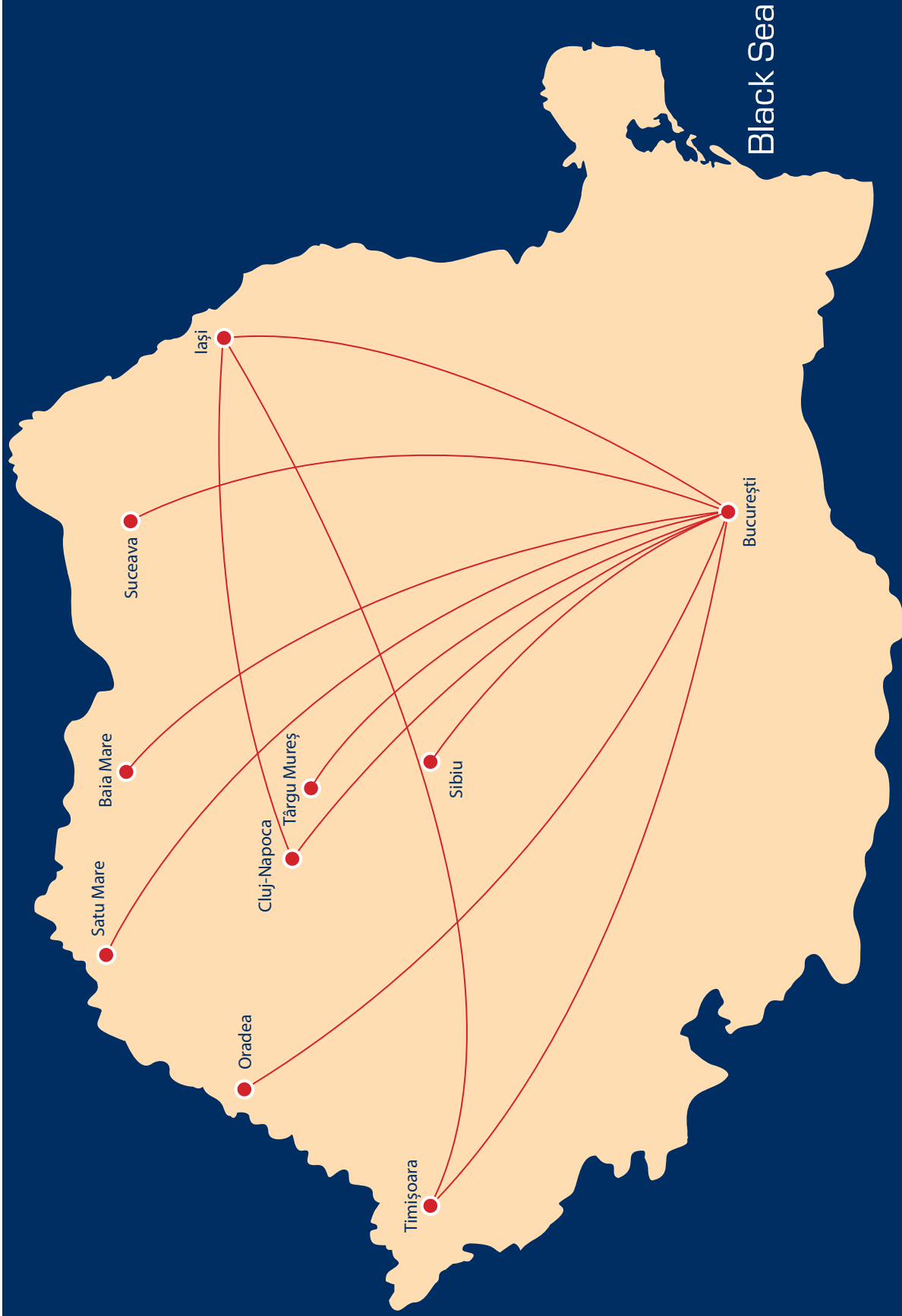


[7] ATR 42-500

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



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



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



Cod/Code: UX
Cooperare/Cooperation: Alicante, Barcelona, Bilbao, Gran Canaria, Ibiza, La Coruña, Madrid, Málaga, Palma Mallorca, Tenerife, Valencia, Vigo, Lisabona, Porto
Sediu/Home base: Balears, 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: BT
Cooperare/Cooperation: Riga-Bucuresti via Vienna/Brussels/Prague, Bucuresti-Riga via Vienna, Tallinn-Bucuresti via Amsterdam/Vienna, Bucuresti-Tallinn via Vienna/Paris, Vilnius-Bucuresti via Amsterdam, Bucuresti-Vilnius via Munich/Paris
Sediu/Home base: Latvia



Cod/Code: AZ
Cooperare/Cooperation: Brindisi, Bari, Bologna, Catania, Cagliari, Florence, Genoa, Lamezia, Linate, Naples, Pisa, Palermo, Rome, Trieste, Turin, Venice, Verona, Tirana
Sediu/Home base: Italy



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



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



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



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



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



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

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



București - Cairo de la 193 Euro*



*tarif pentru o călătorie dus - întors, cu toate taxele incluse,
la achiziționarea de pe www.tarom.ro, locuri limitate la acest tarif.



www.tarom.ro



Informații utile pentru îmbarcare

Check-in advice

Recomandări la îmbarcare

Pe Aeroportul Henri Coandă București trebuie să vă prezentați pentru efectuarea formalităților de check-in, în timp util, dar nu mai târziu de 45 de minute înainte de ora prevăzută pentru decolare. Pentru zborurile code-share operate de companiile 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

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

Meniu

Meniurile TAROM sunt preparate luând în calcul atât destinația către care se îndreaptă pasagerii, cât și timpul petrecut la bord. Toate meniurile oferite la bord în clasele economic și business – sandwich, meniu rece, meniu cald – sunt livrate cu flyere care contin informații referitoare la componenta meniului, gramaj și alergeni; informațiile sunt furnizate în limbile română și engleză. Se poate opta pentru meniuri speciale IATA, în funcție de cultura și obiceiurile culinare ale celor care calatoresc. În plus, dacă aveți de sărbătorit un eveniment important, cum ar fi aniversări, cereri în căsătorie etc., devenim „complici” dumneavoastră. Avem mai multe variante de pachet pentru astfel de evenimente, precum și specialități culinare din meniul a la carte, pe care le puteți solicita contra cost doar după finalizarea rezervării. Toate aceste servicii pot fi comandate la orice Agenție TAROM sau Call-Center ori prin email la rezervari@tarom.ro. Astfel că o dată ajunși la destinație, veți avea bagaje mai grele... de amintiri frumoase.

Tarife speciale

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

Special fares

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

Menu

TAROM menus are prepared taking into account both the passengers destination and time spent on board. All onboard menus for economy and business class – sandwich, cold / hot meals – are delivered with flyers containing information regarding the menu's composition, quantities and allergens; information is provided in Romanian and English. One can choose to order IATA special meals, according to the culture and eating habits of the traveler. Besides, if you would like to celebrate major events, such as anniversaries, marriage proposals, etc., we become your “accomplices”. We provide several package options for such events, as well as special dishes from our a la carte menu, subject to additional charges only after completing the booking.

All these services can be ordered by contacting any TAROM Agency or Call-Center or by sending an email to rezervari@tarom.ro. Therefore, once you have reached your destination, your baggage will be full of... beautiful memories.

Noutăți în sezonul de vară 2019

Summer Season News 2019

Zboruri din București / Flights from Bucharest

Alicante	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week
Amman	5 zboruri pe săptămână / 5 flights per week
Beirut	7 zboruri pe săptămână / 7 flights per week
Cairo	2 zboruri pe săptămână / 2 flights per week
Erevan	2 zboruri pe săptămână / 2 flights per week
Larnaca	6 zboruri pe săptămână / 6 flights per week
Madrid	11 zboruri pe săptămână / 11 flights per week
Nisa	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week
Odessa	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week
Paris	20 zboruri pe săptămână / 20 flights per week
Praga	7 zboruri pe săptămână / 7 flights per week
Roma	6 zboruri pe săptămână / 6 flights per week
Sibiu	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week
Suceava	13 zboruri pe săptămână / 13 flights per week
Tbilisi	2 zboruri pe săptămână / 2 flights per week
Valencia	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week

Zboruri din Cluj-Napoca / Flights from Cluj-Napoca

Iași	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week
-------------	---

Zboruri din Iași / Flights from Iași

Tel Aviv	3 zboruri pe săptămână / 3 flights per week
-----------------	---

Zboruri din Timișoara / Flights from Timișoara

Iași	4 zboruri pe săptămână / 4 flights per week
-------------	---



Bagaje

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

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

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

- În cazul în care călătoriți la bordul unei aeronave de tip Boeing și Airbus bagajul transportat în cabină nu trebuie să depășească următoarele dimensiuni: 55 x 40 x 20 cm (L x l x h).
- În cazul în care călătoriți la bordul unei aeronave de tip ATR 42 / ATR 72, bagajul transportat în cabină nu trebuie să depășească dimensiunile de: 35 x 30 x 20 cm (L x l x h).
- De asemenea, puteți avea bagaj de cabină 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 10 kg.

Baggage

Checked baggage. TAROM applies the following baggage policy:

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

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

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

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

Dispozitive electronice la bord

Electronic Devices on Board



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

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

Animale de companie

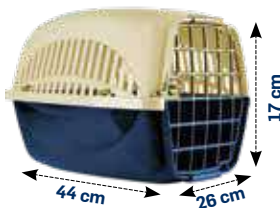
În cabina

TAROM acceptă la transport în cabina de pasageri numai câini și pisici (maximum 8 kg, inclusiv greutatea cuștii și maxim o cușcă per pasager). Acestea pot fi transportate în cușca standard IATA (dimensiuni maxime admise: 44 x 26 x 17 cm) sau în cușca de tip „soft bag” (cușca din material textil, impermeabil, în care animalul trebuie să încapă complet).

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

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.
- Să fie sănătoase, curate și să nu fie gestante.
- Să respecte condițiile de acces în teritoriul de destinație/transit, după caz.
- Să nu provoace disconfortul celorlalți pasageri.



Pets

Carried in the passenger cabin

TAROM accepts transport of pets in the passenger cabin only for dogs and cats (of maximum 8 kilos, weight that includes the cage and only one cage per passenger is allowed). The pets allowed in the passenger cabin should only be transported according to IATA regulations (maximum dimensions: 44 x 26 x 17 cm) or in “soft bag” type of cage (made of textile, moisture-resistant material in which the animal must fit completely).

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

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

Călătorii TAROM rezervate și de pe mobil

TAROM trips reserved on your mobile

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

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

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

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

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

Mobile check-in

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

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

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

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

Mobile check-in

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



Mobile Check-in vă permite să:

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

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

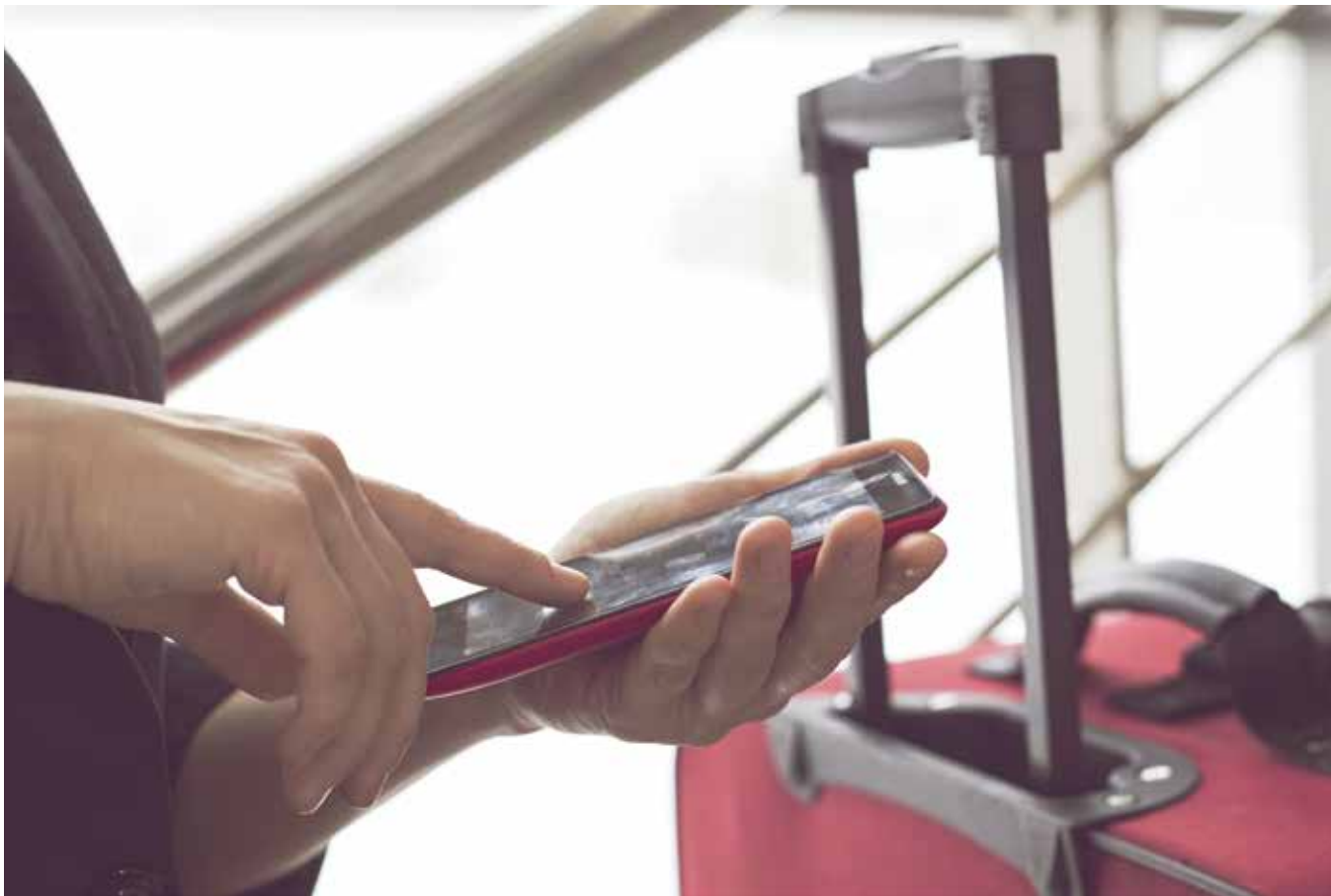
- ↪ Faceți click pe link-ul conținut în mesajul text primit pe telefonul mobil sau adresa de e-mail;
- ↪ Prezentați-vă la ghișeul „Drop Off” din aeroport.

Mobile Check-In allows you to:

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

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

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



Aeroporturi disponibile pentru Mobile Check-in

Amman / Alicante / Atena / Baia Mare / Baku / Barcelona / Beirut / Belgrad / Bologna / București / Budapesta / Chișinău / Cluj-Napoca / Constanța / Frankfurt / Hamburg / Iași / Istanbul / Larnaca / Londra-Heathrow / Londra-Luton / Madrid / München / Nisa / Odesa / Oradea / Praga / Roma / Salonic / Satu Mare / Sibiu / Sofia / Suceava / Târgu Mureș / Tel Aviv / Tbilisi / Timișoara / Valencia / Viena / Yerevan

Pentru plecările din Beirut, Belgrad, Sofia, Tel Aviv și Baia Mare, Constanța, Oradea, Satu Mare, Suceava, Târgu Mureș, puteți utiliza serviciul de mobile check-in, dar cartea de îmbarcare va fi ridicată de la ghișeu 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

Airports available for Mobile Check-in

Amman / Alicante / Athens / Baia Mare / Baku / Barcelona / Belgrade / Beirut / Bologna / Bucharest / Budapest / Chișinău / Constanța / Cluj-Napoca / Frankfurt / Hamburg / Iași / Istanbul / Larnaca / London-Heathrow / Londra-Luton / Madrid / Munich / Nice / Odessa / Oradea / Prague / Rome / Satu Mare / Sibiu / Sofia / Suceava / Târgu Mureș / Tel Aviv / Tbilisi / Timișoara / Thessaloniki / Valencia / Vienna / Yerevan

For departures out of Beirut, Belgrade, Sofia, Tel Aviv and Baia Mare, Constanța, Oradea, Satu Mare, Suceava, Târgu Mureș, 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;



browser-ul telefonului mobil;

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

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

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

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

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

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

Rezervări online

Online Bookings

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.

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

Check-in online

Online check-in

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



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

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

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

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

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

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

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.

Birouri în România / Domestic offices

BUCUREȘTI

Call Center TAROM

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

Sediul Splai

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

Sediul Victoriei

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

Sediul Aeroport Henri Coanda

Adresa: Calea Bucureștilor 224F,
 Terminal Plecări

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

BAIA MARE - agbaiamare@tarom.ro

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

BOTOȘANI - agbotosani@tarom.ro

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

BRAȘOV - agbrasov@tarom.ro

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

CLUJ-NAPOCA - agcluj@tarom.ro

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

CONSTANȚA - agconstanta@tarom.ro

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

IAȘI - agiasi@tarom.ro

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

ORADEA - agoradea@tarom.ro

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

PLOIEȘTI - agploiesti@tarom.ro

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

SATU MARE - agsatumare@tarom.ro

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

SIBIU - agsibiu@tarom.ro

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

SUCEAVA - agsuceava@tarom.ro

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

TÂRGU MUREȘ - agtargumures@tarom.ro

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

TIMIȘOARA - agtimișoara@tarom.ro

Str. Aristide Demetriade nr. 1,
 Iulius Mall, Parter
 Tel.: (004) 0256.493.563

DISCOVER FLYING BLUE REINVENTED

With new opportunities and
easy ways to earn Miles

With the possibility to make
the most of Miles when,
where and how you want

With a Miles & Cash option
for increased flexibility and
more trips

Join us on flyingblue.com



FLYING
BLUE
FOR ME

Flying Blue is the loyalty programme of

AIRFRANCE  

Porniți în aventura vieții cu SkyTeam

Lumea este un loc minunat. Fie că vreți să vedeți minunile naturale ale planetei, să experimentați senzațiile tari oferite de orașe noi sau pur și simplu să vă relaxați pe plajele minunate din Argentina până în Australia, o călătorie în jurul lumii este aventura vieții.

SkyTeam vă ajută să ajungeți în toate colțurile globului cu permisul Go Round The World, care leagă zboruri de la cele 19 companii membre în peste 1150 destinații captivante. Vă puteți face singur traseul visurilor sau vă puteți inspira din modelele de itinerarii, care variază de la Vinurile Lumii la Istorie & Cultură și Călătorii Romantice. Le găsiți pe toate pe www.skyteam.com/round-the-world-planner.

Dar asta nu este tot. Până de curând, toate zborurile trebuiau rezervate la aceeași clasă, dar am hotărât să schimbăm acest lucru pentru a vă oferi o experiență SkyTeam cât mai plăcută. Dacă vă doriți puțin mai mult spațiu într-un zbor de noapte, dacă doriți să vă răsfațați cu preparate culinare fine sau dacă decideți să călătoriți cu stil atunci când zburati la o zi de naștere sau o aniversare, puteți upgrada acum orice segment al călătoriei dumneavoastră Round the World: de la Economy la Premium Economy sau de la Business la First.*

Călătoria dumneavoastră perfectă este doar la câțiva pași distanță. Mai întâi, intrați online pe portalul de rezervări SkyTeam Round the World și alegeți-vă destinațiile, cu 2 până la 15 opriri. Apoi, căutați o pictogramă specială cu zborurile selectate unde există upgrade-uri disponibile, precum și informațiile legate de prețuri. Apoi nu trebuie decât să alegeți zborurile pentru care doriți să cumpărați un upgrade. Puteți face acest lucru pe tot parcursul procesului de rezervare, dar le puteți cumpăra și după ce ați achitat biletul inițial, în secțiunea online 'Manage My Booking'.

Această funcție le permite clienților noștri să ducă la un cu totul alt nivel călătoriile flexibile. În plus, SkyTeam oferă 750 lounge-uri la aeroporturi din toată lumea, peste 1150 destinații din care să alegeți și 19 linii aeriene internaționale cu care să ajungeți acolo. La SkyTeam, ne pasă cu adevărat de călătoria dumneavoastră, oricare ar fi destinația aleasă.

*Vizitați www.skyteam.com/round-the-world-planner pentru detalii complete și pentru termeni și condiții.

Have an adventure of a lifetime with SkyTeam

The world is a beautiful place. Whether you want to see the planet's natural wonders, experience the thrill of new cities or simply unwind on stunning beaches from Argentina to Australia, a trip around the world is the adventure of a lifetime.

SkyTeam makes it easy to reach every corner of the globe thanks to its Go Round The World pass, which link flights from our 19 members to more than 1150 exciting destinations. You can map your dream route or get inspiration from sample itineraries, which range from Wines of the World to History & Culture and Romance. Find them at www.skyteam.com/round-the-world-planner.

But that's not all. Until recently, all flights had to be taken in the same class, but we've decided to change things to enhance your SkyTeam experience. If you fancy a bit more room on an overnight flight, want to treat yourself to fine dining or decide to travel in style if flying over a birthday or anniversary, you can now buy upgrades on any leg of your Round the World journey: Economy to Premium Economy or Business to First.*

Your perfect trip is a few simple steps away. First, go online to SkyTeam's online Round The World booking portal and pick your destinations, from two to 15 stops. Next, look out for a special icon by selected flights where upgrades are available, along with pricing information. Then it's just a case of choosing the flights on which you would like to purchase an upgrade. Buy-ups are offered throughout the booking process, but you can also purchase them after the initial ticket has been bought via 'Manage My Booking' online.

This feature allows our customers to take flexible travel to a whole new level. Plus, SkyTeam offers 750 lounges at airports across the world, more than 1150 amazing destinations to choose from and 19 international airlines to get you there. At SkyTeam, we care deeply about your journey, wherever on Earth you're going.

*Visit www.skyteam.com/round-the-world-planner for full details and terms and condition.

Make your around-the-world dream come true.



Your dream trip has never been easier to plan and book thanks to our Round The World Planner. With one affordable ticket, that's easy to modify, off you go – east or west – earning miles all along the way on any SkyTeam member airline.

Start making it real with our Round The World trip planner on SkyTeam.com

 **SKYTEAM**
Caring more about you™

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



Călătorului îi stă bine alături de cardul BT Flying Blue.

Ce avantaje ai?

- ▶ Primești Mile pentru toate cumpărăturile cu cardul, plus 1000/2000 Mile de bun venit pentru prima cumpărătură
- ▶ Ai asigurare gratuită pe timpul călătoriei în străinătate
- ▶ Ai acces în Salonul Business din Aeroportul Internațional Henri Coandă București și Aeroportul Avram Iancu Cluj-Napoca*
- ▶ Poți achita în 3 rate fără dobânda biletele de avion achiziționate de la Taron, Air France și KLM
- ▶ Plătești în rate fără dobândă la cele peste 12 000 de magazine care fac parte din programul STAR al Băncii Transilvania
- ▶ Ai Internet Banking BT24 și Mobile Banking mBT24 gratuite în primele 6 luni de la emiterea cardului

Și mai avem pregătite și alte surprize pentru tine.

Dar hai mai bine să ne cunoaștem online sau în orice unitate Banca Transilvania.

*Doar cu ajutorul cardului BT Flying Blue Premium



AIRFRANCE



BANCA BT TRANSILVANIA®

www.bancatransilvania.ro/flyingblue

Zbor plăcut!

Fly comfortably!



1 ROTIȚI GLEZNELE

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

ANKLE CIRCLES

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



2 JOC DE CĂLCĂIE

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

FOOT PUMPS

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



3 ÎNDOIȚI GENUNCHII

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

KNEE LIFTS

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



4 ROTIȚI UMERII

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

SHOULDER ROLL

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



5 ÎNDOIȚI BRAȚELE

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

ARM CURL

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



6 GENUNCHII LA PIEPT

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

KNEE TO CHEST

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



7 APLECARE ÎNAINTE

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

FORWARD FLEX

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



8 RIDICAȚI BRAȚELE

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

OVERHEAD STRETCH

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



9 DEZMORTIȚI-VĂ UMERII

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

SHOULDER STRETCH

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



10 ROTIȚI GÂTUL

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

NECK ROLL

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



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

4 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL TOLEDO 3*	317	420
HOTEL BELLEVUE 4*	296	385
HOTEL GRAND PALACE 4*	350	475
HOTEL REGENCY PALACE 5*	400	558
HOTEL GRAND HYATT 5*	458	662

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BELFORT 3*	346	450
HOTEL OMEGA 3*	353	470
HOTEL MERCURE CITY 4*	350	447
HOTEL RAMADA APOLLO CENTRE 4*347	450	450
HOTEL BILDERBERG JAN LUYKEN 4* 494	675	675
HOTEL MOVENPICK CITY CENTER 4* 451	652	652

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL APOLLO 3*	150	173
HOTEL BEST WESTERN AMAZON 3*	195	258
HOTEL FRESH 4*	218	304
HOTEL POLIS GRAND 4*	205	271
HOTEL STANLEY 4*	210	307
HOTEL ELECTRA PALACE 5*	294	438

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL FRONT MARITIM 3*	286	349
HOTEL BALMES 3*	361	429
HOTEL ABBA RAMBLA 3*	325	423
HOTEL COLON 4*	398	505
HOTEL AC SANTIS 4*	396	554
HOTEL COLONIAL 4*	307	375
HOTEL GOTICO 4*	308	377
HOTEL HCC ST.MORITZ 4*	376	498

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL KASINA 3*	196	215
HOTEL QUEEN ASTORIA DESIGN 4*	204	252
HOTEL DESIGN MR.PRESIDENT 4*	204	252
HOTEL ZIRA 4*	225	296
HOTEL BELGRADE CITY 4*	199	229

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

3 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL NAPOLEON 4*	288	358
HOTEL PLAZA 4*	306	390
HOTEL VIE BOUTIQUE 4*	329	429
HOTEL LE COMMODORE 5*	365	482

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL QUENNE ANNE 3*	295	371
HOTEL BEST WESTERN CITY CENTRE 3*	285	342
HOTEL BEDFORD AND CONGRESS CENTRE 3*	299	363
HOTEL MARRIOTT 4*	378	543
HOTEL MARIVAUX 4*	318	388

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL CITY UNIO 3*	195	235
HOTEL COSMO CITY 3*	229	312
HOTEL MERCURE BUDA 4*	245	305
HOTEL RADISSON BLU BEKE 4*	286	429
HOTEL SOFITEL 5*	344	459
HOTEL HILTON CITY 5*	270	353
HOTEL AQUINCUM 5*	257	348

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ADMIRAL 3*	240	280
HOTEL HAMPTON BY HILTON CITY CENTRE MESSE 3*	250	320
HOTEL MEMPHIS 4*	250	297
HOTEL CENTRE NATIONAL DELUXE CITY 4*	251	270
HOTEL MONOPOL 4*	242	300
HOTEL RADISSON BLU 4*	363	526

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL PRESTIGE 3*	193	231
HOTEL CARLTON 4*	170	195
HOTEL PIERRE LOTTI 4*	192	258
HOTEL LADY DIANA 4*	180	223
HOTEL ASKOC 4*	179	225
HOTEL ARMADA 4*	205	263
HOTEL RICHMOND 4*	233	344

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL NOVUM STADTZENTRUM 3*	333	404
HOTEL CENTRO CITYGATE 3*	299	401
HOTEL TRYP BY WYNDHAM ARENA 3*	279	374
HOTEL CONTINENTAL NOVUM 3*	388	548
HOTEL NH COLLECTION CITY 4*	407	543
HOTEL INTERCITY HAUPTBANNHOF 4*	412	505
HOTEL HOLIDAY INN 4*	301	407

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL FLAMINGO BEACH 3*	165	185
HOTEL LORDOS BEACH 4*	208	276
HOTEL SUN HALL 4*	214	278
HOTEL GOLDEN BAY BEACH 5*	220	277

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ELIAS BEACH 4*	203	252
HOTEL MEDITERANEAN BEACH 4*	218	285
HOTEL ST. RAPHAEL 5*	279	437
HOTEL LONDA 5*	272	398

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ORCHARD 3*	280	355
HOTEL TRAVELDODGE CENTRAL CITY ROAD 3*	275	360
HOTEL ROYAL NATIONAL 3*	265	355
HOTEL PRESIDENT 3*	272	350
HOTEL CAESAR 4*	402	458
HOTEL COPTHORNE TARA 4*	344	494

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL REGENTE 3*	333	400
HOTEL MERCURE PLAZA DE ESPANA 4*	331	427
HOTEL RAFAEL ATOCHA 4*	327	405
HOTEL AYRE GRAN COLON 4*	311	413
HOTEL CATALONIA GRAN VIA 4*	399	524

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL GERMANIA 3*	203	252
HOTEL EUROPA 4*	262	342
HOTEL HOLIDAY INN CENTER 4*	283	429
HOTEL COURTYARD C.CENTER 4*	298	458
HOTEL LEONARDO CITY CENTRE 4*	299	432

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

3 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ALBERT PREMIER 3*	438	698
HOTEL BW ALBA 3*	442	622
HOTEL IBIS STYLES VIEUX PORT 3*	446	615
HOTEL IBIS STYLES CENTRE GARE 3*	438	596
HOTEL NICE RIVIERA 4*	540	808
HOTEL MERCURE CENTRE NOTRE DAME 4*	619	748



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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ORANGE 3*	224	268
HOTEL PREMIER GENEVA 3*	212	257
HOTEL DESIGN SKOPELI 3*	227	287
HOTEL CONTINENTAL 4*	272	347
HOTEL PALAIS ROYAL 4*	235	302
HOTEL MARLIN 4*	246	308
HOTEL FRAPOLLI 4*	260	350
HOTEL WALL STREET 4*	250	324

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL AIDA OPERA 3*	373	520
HOTEL BEAUGRENELLE TOUR EIFFEL 3*	372	484
HOTEL B.W. RONCERAY OPERA 3*	347	429
HOTEL ASTRA OPERA ASTOTEL 4*	394	555
HOTEL VILLA BEAUMARCHAIS 4*	414	619
HOTEL NOVOTEL TOUR EIFFELL 4*	414	621

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ATOS 3*	191	231
HOTEL WILLIAM 3*	208	256
HOTEL ROTT 4*	230	296
HOTEL NH PRAGUE 4*	205	262
HOTEL PANORAMA 4*	199	236
HOTEL ROMA 4*	230	312
HOTEL VIENNA HOUSE DIPLOMAT 4*	200	251
HOTEL PARIS 5*	303	445

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL SAN MARCO 3*	181	212
HOTEL BLED 3*	195	232
HOTEL COROT 3*	182	229
HOTEL BW CINEMUSIC 4*	218	275
HOTEL BARBERINI 4*	244	360
HOTEL BOUTIQUE TREVI 4*	232	323
HOTEL DIANA ROOF GARDEN 4*	228	290

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL ROTONDA 3*	214	253
HOTEL CAPSIC 4*	254	318
HOTEL GOLDEN STAR 4*	228	257
HOTEL ELECTRA PALACE 5*	334	468
HOTEL DAIOS LUXURY LIVING 5*	350	513
HOTEL EXCELSIOR 5*	338	477
HOTEL MEDITERRANEAN PALACE 5*	296	408

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL BW KARLAPLAN 3*	265	342
HOTEL BIRGER JARL 4*	288	391
HOTEL ELITE MARINA TOWER 4*	290	433
HOTEL RIDDARGATAN 4*	307	468
HOTEL BEST WESTERN PREMIER KJUNG CARL 4*	308	428
HOTEL HANSSON 4*	298	360
HOTEL HILTON SLUSSEN 5*	313	452



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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL MERCURE CITY CENTRE 3*	298	394
HOTEL ATTIMO 3*	284	374
HOTEL INTERCITY 3*	314	446
HOTEL TOP VCH WARTBURG 4*	300	370
HOTEL ROYAL 4*	287	395
HOTEL KONGRESS EUROPE 4*	311	422
HOTEL SHILTON GARDEN INN NECKAR PARK 4*	302	407
HOTEL PULLMAN FONTANA 4*	380	445

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL D'PLAZA 3*	254	311
HOTEL CLASSIC 3*	255	292
HOTEL IRMENI 3*	265	330
HOTEL LIGHT HOUSE OLD CITY 3*	277	355
HOTEL SHARDEN 4*	306	432
HOTEL PRIMAVERA 4*	306	435
HOTEL ALPHABET 4*	320	440
HOTEL LAERTON 4*	311	382
HOTEL VELVET 4*	295	412



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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL GOLDEN BEACH 3*	303	418
HOTEL BLUE SEA MARBLE 3*	269	361
HOTEL LEONARDO BOUTIQUE 4*	334	502
HOTEL GRAND BEACH 4*	302	418
HOTEL METROPOLITAN 4*	325	505
HOTEL SAVOY 4*	356	532

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL SERCOTEL CISCAR 3*	353	537
HOTEL NH CIUDAD DE VALENCIA 3*	339	454
HOTEL EXPO 3*	312	407
HOTEL NH LAS ARTES 4*	388	571
HOTEL SENATOR PARQUE CENTRAL 4*	324	403
HOTEL CONQUERIDOR 4*	370	550

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

2 nopți - tarife în euro/persoană de la:	DBL	SGL
HOTEL LUCIA 3*	210	242
HOTEL MOZART 3*	180	210
HOTEL AUSTRIA TREND BOSEI 4*	210	275
HOTEL REGINA 4*	290	355
HOTEL GRABEN 4*	302	452
HOTEL PRINZ EUGEN 4*	209	272
HOTEL STRUDLHOF 4*	219	290

Tariful pachet exprimat în Euro include: 2/3/4 nopți cazare cu mic dejun; transport TAROM pe ruta București-destinație-București. Tariful pachet nu include: taxe de aeroport, transferuri, taxa de oraș, asigurarea medicală. Tarifele sunt minime și depind de sezonabilitatea hotelurilor, de eventualele creșteri ale costurilor de operare, precum și de evenimente locale, cum ar fi: târguri, sărbători, simpozioane, conferințe etc. Sejurul de 2/3/4 nopți de cazare poate fi extins pentru un număr mai mare de nopți, iar tariful se modifică corespunzător numărului de nopți. / The package in Euro includes bed and breakfast for 2/3/4 nights; TAROM transportation on Bucharest-destination-Bucharest routes. Tariffs don't include airport taxes, transfers, city tax, health insurance. The level of these rates are minimum and depend on the seasonality of the hotels, the possible growth of the operational costs, also on local events such as fairs, holidays, symposiums, conferences etc. The 2/3/4 nights of accommodation may be extended for more number of nights, the rates being modified accordingly.

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

PACHETE CHARTER

GRECIA

RODOS

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 04.06 – 24.09.2019)

RHODIAN ROSE 3*, cu mic dejun de la 541 Eur/pers
AVRA BEACH 4*, cu all inclusive de la 737 Eur/pers
SUNSHINE RHODES HOTEL 4*, cu all inclusive de la 707 Eur/pers
KRESTEN PALACE 4*, cu demipensiune de la 773 Eur/pers
LUTANIA BEACH 4*, cu all inclusive de la 637 Eur/pers
MEDITERRANEAN 4*, cu pensiune completa de la 801 Eur/pers
MITSIS PETIT PALAIS 4*, cu all inclusive de la 780 Eur/pers
OCEANIS 4*, cu all inclusive de la 667 Eur/pers
RODOS PALLADIUM 5*, cu demipensiune de la 890 Eur/pers
MITSIS ALILA EXCLUSIVE RESORT & SPA 5*, cu all inclusive, de la 1560 Eur/pers
ALDEMAR AMILIA MARE 5*, cu all inclusive de la 882 Eur/pers
AMADA COLOSSOS RESORT 5*, cu ultra all inclusive de la 1123 Eur/pers

CORFU

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 18.06 – 17.09.2019)

FIORI HOTEL 3*, cu demipensiune de la 564 Eur/pers
GLYFADA BEACH HOTEL 3*, cu mic dejun de la 589 Eur/pers
OASIS 3*, cu demipensiune de la 551 Eur/pers
OMIROS 3*, cu demipensiune de la 616 Eur/pers
PARADISE HOTEL 3*, cu demipensiune de la 576 Eur/pers
ROYAL BOUTIQUE 3*, cu demipensiune de la 580 Eur/pers
BELVEDERE 3*, cu all inclusive de la 605 Eur/pers
AEOLOS BEACH RESORT 4*, cu all inclusive de la 899 Eur/pers
PRIMASOL LOUIS IONIAN SUN 4*, cu all inclusive de la 902 Eur/pers
CENTURY RESORT 4*, cu demipensiune de la 780 Eur/pers
DELFINIA 4*, cu demipensiune de la 804 Eur/pers
CORFU HOLIDAY PALACE 4*, cu demipensiune de la 850 Eur/pers
CORFU PALMA BOUTIQUE 4*, cu demipensiune de la 961 Eur/pers
LOUIS CORCYRA BEACH 4*, cu all inclusive de la 1090 Eur/pers
ALMYROS BEACH 5*, cu ultra all inclusive de la 919 Eur/pers
MARBELLA CORFU 5* Deluxe, cu all inclusive de la 1264 Eur/pers
MAYOR PELEKAS MONASTERY 5*, cu all inclusive de la 1370 Eur/pers
GRECOTEL EVA PALACE 5*, cu pensiune completa de la 1690 Eur/pers

CRETA CHANIA

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 30.05 – 26.09.2019)

APOLLON HOTEL 3*, cu mic dejun de la 501 Eur/pers
MINOS 4*, cu demipensiune de la 529 Eur/pers
PANORMO BEACH 3*, cu demipensiune de la 536 Eur/pers
HYDRAMIS PALACE HOTEL 4*, cu demipensiune de la 723 Eur/pers
MOLOS BAY HOTEL 4*, cu demipensiune de la 671 Eur/pers
PORTO PLATANIAS VILLAGE RESORT 4*, cu all inclusive de la 868 Eur/pers
CRETA PALM RESORT 4*, cu all inclusive de la 782 Eur/pers
KYDON 4*, cu demipensiune de la 875 Eur/pers
ASTERION LUXURIOUS BEACH HOTEL & SUITES 5*, cu demipensiune de la 705 Eur/pers
PILOT BEACH RESORT 5*, cu pensiune completa de la 1226 Eur/pers
PORTO PLATANIAS BEACH RESORT 5*, cu all inclusive de la 1025 Eur/pers
AQUILA RITHYMNA BEACH 5*, cu premium all inclusive de la 1093 Eur/pers
AVRA IMPERIAL 5* Deluxe, cu pensiune completa de la 1071 Eur/pers
EUPHORIA RESORT 5*, cu all inclusive de la 1084 Eur/pers
MINOA PALACE RESORT & SPA 5*, cu pensiune completa de la 1167 Eur/pers



CRETA HERAKLION

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 11.06 – 24.09.2019)

PALMERA BEACH 3*, cu demipensiune de la 550 Eur/pers
DIAMOND APARTMENTS & SUITES 3*, cu mic dejun de la 439 Eur/pers
CENTRAL HERONISSOS 3*, cu mic dejun de la 443 Eur/pers
HERONISSOS HOTEL 4*, cu all inclusiv de la 506 Eur/pers
HERONISSOS MARIS 4*, cu demipensiune de la 617 Eur/pers
STAR BEACH VILLAGE 4*, cu all inclusive de la 885 Eur/pers
ARINA BEACH HOTEL & BUNGALOWS 4*, cu all inclusive de la 767 Eur/pers
GOLDEN BEACH 4*, cu all inclusive de la 619 Eur/pers
ASTERIAS VILLAGE APT-HOTEL 4*, room only de la 418 Eur/pers
ATLANTICA CALDERA PALACE 5*, cu all inclusive de la 1224 Eur/pers
ALDEMAR ROYAL MARE 5*, cu all inclusive de la 1018 Eur/pers
NANA BEACH CLUB 5*, cu all inclusive de la 947 Eur/pers
ELYSIUM BOUTIQUE 5*, cu all inclusive de la 1028 Eur/pers

MYKONOS

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 12.06 – 18.09.2019)

ELENA STUDIOS & SUITES 3* de la 613 Eur/pers
MYKONOS BEACH 3*, cu mic dejun de la 767 Eur/pers
PAOLA'S TOWN 3*, cu mic dejun de la 764 Eur/pers
NEW AEOLOS 3*, cu mic dejun de la 800 Eur/pers
GIANNOULAKI HOTEL 4*, cu mic dejun de la 633 Eur/pers
ANEMOS STUDIOS 4*, cu mic dejun de la 765 Eur/pers
KOSMOPLAZ 4*, cu mic dejun de la 1152 Eur/pers
PORTO MYKONOS 4*, cu demipensiune de la 1852 Eur/pers
ROYAL MYCONIAN RESORT & VILLAS 5*, cu mic dejun de la 1222 Eur/pers
SAINT JOHN 5*, cu mic dejun de la 1349 Eur/pers
GRECO PHILIA LUXURY SUITES & VILLAS 5*, cu mic dejun de la 1659 Eur/pers
SAN MARCO 5*, cu demipensiune de la 1712 Eur/pers



TURCIA

BODRUM

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 08.06 – 21.09.2019)

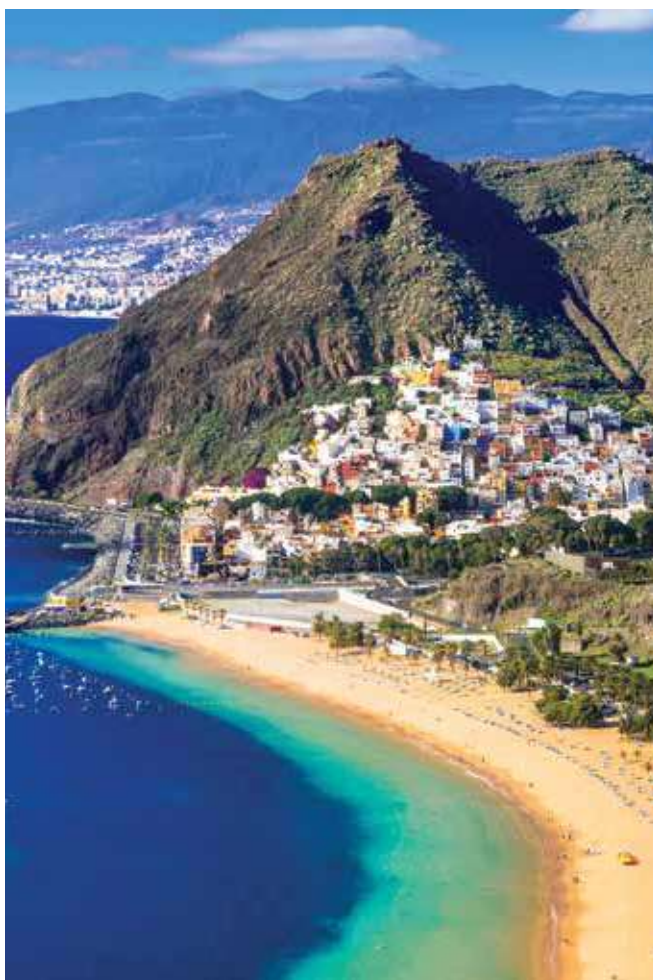
CLUB SHARK HOTEL 4, cu all inclusive de la 546 Eur/pers
 POSEIDON HOTEL 4*, cu all inclusive de la 572 Eur/pers
 JASMIN BEACH HOTEL 4*, cu all inclusive de la 660 Eur/pers
 PASA BEACH HOTEL 4*, cu all inclusive de la 578 Eur/pers
 CHARM BEACH HOTEL 4*, cu all inclusive de la 578 Eur/pers
 BEGONVILLE BEACH 4*, cu all inclusive de la 585 Eur/pers
 LETOILE BEACH HOTEL 4*, cu all inclusive de la 652 Eur/pers
 LABRANDA HOTELS BODRUM PRINCESS 5*, cu ultra all inclusive de la 570 Eur/pers

IDEAL PRIME BEACH HOTEL 5* cu ultra all inclusive de la 709 Eur/pers
 CASA DE MARIS 5*, cu all inclusive de la 791 Eur/pers
 ISIL CLUB BODRUM 5*, cu ultra all inclusive de la 809 Eur/pers
 GRAND YAZICI CLUB TURBAN 5*, cu ultra all inclusive de la 819 Eur/pers
 VOGUE HOTEL BODRUM 5*, cu ultra all inclusive de la 1035 Eur/pers

ANTALIA

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 27.05– 21.10.2019)

FAME RESIDENCE GOYNUK 4*, cu all inclusive de la 586 Eur/pers
 JUSTINIANO CLUB ALANYA 4*, cu all inclusive de la 615 Eur/pers
 HAYDARPASHA PALACE 5*, cu all inclusive de la 734 Eur/pers
 ROYAL TAJ MAHAL 5*, cu ultra all inclusive de la 856 Eur/pers
 TRENDY LARA 5*, cu ultra all inclusive de la 860 Eur/pers
 SUENO GOLF BELEK 5*, cu all inclusive de la 985 Eur/pers
 ROYAL WINGS 5*, cu ultra all inclusive de la 1071 Eur/pers
 ROYAL HOLIDAY PALACE 5*, cu all inclusive de la 1071 Eur/pers
 DELPHIN DIVA HOTEL 5*, cu ultra all inclusive de la 994 Eur/pers
 SUSESI LUXURY RESORT 5*, cu ultra all inclusive de la 1032 Eur/pers
 SELECTUM LUXURY RESORT 5*, cu ultra all inclusive de la 1074 Eur/pers
 RIXOS PREMIUM 5* cu exclusive all inclusive de la 1323 Eur/pers



SPANIA

TENERIFE

PACHETE CHARTER (VALABILITATE 11.06– 24.09.2019)

GF NOELIA 3*, de la 799 Eur/pers
 BLUE SEA INTERPALACE 4*, cu mic dejun de la 821 Eur/pers
 BE LIVE EXPERIENCE OROTAVA 4*, cu demipensiune de la 890 Eur/pers
 VULCANO 4*, cu mic dejun de la 1014 Eur/pers
 LA SIESTA 4*, cu demipensiune de la 1032 Eur/pers
 GALA 4*, cu demipensiune de la 1072 Eur/pers
 VINCCI TENERIFE GOLF 4*, cu mic dejun de la 1243 Eur/pers
 BITACORA 4*, cu all inclusive de la 1290 Eur/pers
 JARDINES DE NIVARIA 5*, cu mic dejun de la 1374 Eur/pers
 THE RITZ-CARLTON ABAMA LUXURY 5, cu mic dejun de la 1584 Eur/pers

SERVICII INCLUSE:

- 7 nopti cazare cu masa specificata la fiecare hotel;
- transport cursa charter TAROM;
- transfer de grup aeroport – hotel – aeroport;
- taxe de aeroport.

VACANȚĂ MAGICĂ

DISNEYLAND RESORT PARIS



Nu ratați ocazia de a vă întâlni cu personajele preferate din desenele animate ale copilăriei! La Disneyland Resort Paris, Mickey Mouse, Minnie, Pluto, Donald Duck și multe alte personaje îndrăgite vă așteaptă cu nerăbdare să-i întâlniți și să vă bucurați alături de ei, de parcurile de distracții și de lucrurile minunate care se întâmplă în acest tărâm magic.

HOTELURI ASOCIATE

Pachet	2 adulti+1 copil sub 12 ani, tarife incepand de la:
Hotel Radisson Blu 4*	946 eur/familie/sejur 2 nopti
Hotel Elysees Val D'Europe 3	1055 eur/familie/sejur 2 nopti
Hotel Kyriad 3*	865 eur/familie/sejur 2 nopti
Hotel Explorers 3*	968 eur/familie/sejur 2 nopti
Hotel B&B Disneyland 2*	886 eur/familie/sejur 2 nopti

Tarifele includ:

- 2 nopti cazare cu mic dejun
- transferuri între hoteluri și parcuri pentru hotelurile care au shuttle bus
- bilete de avion, ruta București-Paris-București, compania Tarom

Tarifele nu includ:

- taxe de aeroport
- taxa de oraș
- transfer aeroport-hotel-aeroport
- bilete de intrare în parcuri

Observații:

Sejurul poate fi prelungit în cazul în care se dorește un număr mai mare de nopti, inclusiv cazare la hotel în Paris. Accesul în parcurile de distracții este nelimitat pe parcursul zilelor de sejur pe baza biletelor de intrare în aceste parcuri.

La cerere pot fi oferite și alte variante de program precum și alte hoteluri decât cele incluse în revistă. Pentru rezervări și informații, vă rugăm să accesați site-ul www.tarom.ro sau să apelați la TAROM Tours, agenție situată în București, Splaiul Independenței, nr. 17, tel.: 021.318.44.44/303.44.21/303.44.17/303.44.38; mobil: 0745.059.573; email: tours@tarom.ro; Orar de funcționare: 9:00-17:00, luni-vineri.



17 Splaiul Independenței, 050093 - Bucharest, Romania
 Tel.: +40 21 318 44 44
 +40 21 303 44 14/21/37
 +40 21 303 44 17
 E-mail: tours@tarom.ro

LEGENDĂ / LEGEND

4* Hotel **** BB Cazare, mic dejun / Bed & Breakfast
 sgl Single/single
 3* Hotel *** dbl dublă/double
 2* Hotel ** trp triplă/triple
 NA nu este disponibil/Not Available

Tarifele sunt valabile la data publicării și pot suferi mici ajustări. Rezervările la hoteluri se vor confirma în funcție de disponibilitatea la data lansării comenzii. / Tariffs are correct at time of print, but may be subject to change. Hotel reservations will be confirmed subject to availability at time of booking.

Hotel Disneyland 5*

Pachet	
2 adulti+1 copil 10 ani, tarife incepand de la:	2112 eur/familie/sejur 2 nopti
2 adulti+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	2112 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil 10ani, tarife incepand de la:	1818 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	1522 eur/familie/sejur 2 nopti

Hotel New York 4*

Pachet	
2 adulti+1 copil 10 ani, tarife incepand de la:	1568 eur/familie/sejur 2 nopti
2 adulti+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	1445 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil 10ani, tarife incepand de la:	1156 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	1034 eur/familie/sejur 2 nopti

Hotel Newport Bay Club 3

Pachet	
2 adulti+1 copil 10 ani, tarife incepand de la:	1493 eur/familie/sejur 2 nopti
2 adulti+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	1370 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil 10ani, tarife incepand de la:	1081 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	959 eur/familie/sejur 2 nopti

Hotel Sequoia Lodge 3*

Pachet	
2 adulti+1 copil 10 ani, tarife incepand de la:	1437 eur/familie/sejur 2 nopti
2 adulti+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	1315 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil 10ani, tarife incepand de la:	1028 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	906 eur/familie/sejur 2 nopti

Hotel Cheyenne 2*

Pachet	
2 adulti+1 copil 10 ani, tarife incepand de la:	1465 eur/familie/sejur 2 nopti
2 adulti+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	1326 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil 10ani, tarife incepand de la:	1037 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	899 eur/familie/sejur 2 nopti

Hotel Santa Fe 2*

Pachet	
2 adulti+1 copil 10 ani, tarife incepand de la:	1395 eur/familie/sejur 2 nopti
2 adulti+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	1291 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil 10ani, tarife incepand de la:	968 eur/familie/sejur 2 nopti
1 adult+1 copil sub 7 ani, tarife incepand de la:	830 eur/familie/sejur 2 nopti

Tarifele includ:

- 2 nopti cazare cu demipensiune –ofertă specială în limita disponibilității
- bilete de intrare în parcurile de distracții pentru 3 zile
- transferuri între hoteluri și parcuri

- bilete de avion, ruta București-Paris-București, compania TAROM
 - taxe de aeroport

Tarifele nu includ:

- taxa de oraș
 - transfer aeroport-hotel-aeroport

Agenții externe

International booking offices

AUSTRIA
Vienna

✈ Schwechat (18 km)
1300-Flughafen Wien
Check-in 1 Gebaeude 1051
Schalter BW 160
☎ +43 1 7007 32720
+43 1 7007 32728
✉ +43 1 7007 32721
Sita: VIEAPRO
tarom@aon.at

BELGIUM
Brussels

✈ National (13km)
Brussels Airport, Departure
Hall OP 44, 1930 Zaventem
☎ +32 22186382
+32 22198046
financial@tarom.be
Sita: BRUTORO / BRUAPRO

BULGARIA
Sofia

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

CYPRUS
Larnaca

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

FRANCE
Paris

✈ Aeroport Paris Charles de Gaulle,
Aerogare 2F-BAT 1200, P.O. 30051,
Mesnil Amelot, 95716, Roissy Char-
les de Gaulle CEDEX
☎ +33 0 1 74 25 00 45
+33 0 1 74 25 00 40
Sita: CDGAPRO
agenceparis@tarom.fr

GEORGIA
Tbilisi

✈ Shota Rustaveli Tbilisi
International Airport (17 Km)
TAROM GSA - Discovery Travel
Airport Ticketing Office
☎ +995 322 900 900 ext 114
tarom@avio.ge

Agency
61 Paliashvili str. Tbilisi,
Georgia 0179
☎ +995 32 2900900 (Ext 116/117/118)
+995 32 2 514161
tarom@discovery.ge
Sita: TBSAV7X

GERMANY
Frankfurt

✈ Frankfurt Airport, 60549
Frankfurt Am Main,
Terminal 2, Hall D,
Room 151.22.5690
P.O BOX.: 151/142
☎ +49 69 295270
+49 69 69022575
Office Hours (no public access):
MO-FR and SU: 09.00-17.00,
SA: 09.00-13.00
☎ +49 69 295270
✉ +49 69 69022575
e-mail: frankfurt@tarom.de

Ticketing Counter Terminal 2, Hall D,
Counter: 820.1
Office Hours (public access): MO-FR
and SU: 09.00-10.30 and 13.00-17.30,
SA: 09.00-10.30
☎ +49 69 690 23155

Munich

✈ Terminal 1, Module C, Office C-358
85356 Munich Airport

Ticketing desk:
Terminal 1, Module C, Ticketing Desck
C-230, 85356 Munich Airport

Office Hours: MON-FRI: 08:30-19:00
TEL: 0049 89 975 91140 / 42
FAX: 0049 89 975 91141
E-mail: munich@tarom.de

Ticketing Counter:
MON-FRI: 08:30-09:45 / 18:00-19:15
SAT: 08:30-09:45
SUN: 18:00-19:15
TEL: 0049 89 97591143

GREECE
Athens

✈ Eleftherios Venizelos
(35 km) Airport Office
190 19 Stapa, Greece
Office 3/H18 2nd floor
Main Terminal Building
Ticketing Office 2/J20
☎ +30 2103530405
athens@tarom.gr
Sita: ATHAPRO

HUNGARY
Budapest

✈ Ferenc Liszt International (16km)
TAROM Agency
Address: Bajcsy Zsilinszky UT 12,
1051 Budapest
Phone: +36 1235 08 09
Fax: +36 1317 23 07
e-mail: tarom.hu@t-online.hu
Sita: BUDTORO

ITALY
Rome

✈ Tower office ADR-EPUAI, Etaj
5/527, Via dell. Aeroporto di Fiumi-

cino 320, 00054 Fiumicino, Roma
☎ +39 0685305045
+39 0665010876
ufficiovenditeroma@tarom.it
agenziaroma@tarom.it
Sita: ROMTORO

ISRAEL
Tel Aviv

✈ Ben Gurion (19 km)
TAROM Office, 1, Ben Yehuda St.,
Migdalar Building
Ground floor, 63801 Tel Aviv
☎ +97 235162217/292/048
+97 235162382
help@taromtlv.co.il
financial@taromtlv.co.il
Sita: TLVTORO

JORDAN
Amman

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

KUWAIT

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

LEBANON
Beirut

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

REPUBLIC OF MOLDOVA
Chișinău

Town Office
Bd. Ștefan cel Mare nr. 3
☎ +37 322541254
✉ +37 322272618
tarom@mtc.md
Sita: KIVTORO

✈ Airport Office
Aeroportul Internațional Chișinău
Bd. Dacia 80/3
☎ +37 322811503

NETHERLANDS
Amsterdam

✈ Schiphol Airport (14 KM),
Evert V/D Beekstraat 310 Schiphol
Airport 1118 cx

☎ +31 208004993
flytarom@tarom.nl

QATAR
Doha

✈ Trans Orient Travel
& Tourism Centre
Rajan St. P.O. BOX 363
☎ +97 4458458/4432496
+97 44321099

RUSSIA
Aviareps - GSA TAROM Moscow

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

St. Petersburg

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

KINGDOM OF SAUDI ARABIA
Riyadh

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

SPAIN
Barcelona

✈ Aeropuerto de Barcelona, Terminal
T1, P10, Dique Sur, Oficina 101,
El Prat de Llobregat 08860
☎ +34 932.596.158
+34 900.701.304 (complaints)
barcelona@tarom.es
Sita: BCNAPRO

Madrid

✈ Barajas (13 km)
TAROM Office-Avenida de
Hispanidad, S/N, Aeropuerto
Adolfo Suarez, Madrid-Barajas,
Terminal 4, Pl 2 Salidas, 28042
Madrid
☎ +34 915641883 / +34 915648321
+34 915641901
madrid@tarom.es
Sita: MADTORO

SYRIA
Damascus

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

TURKEY
Istanbul

✈ Ataturk (24 km)
TAROM Office
Yesilkoy Mahallesi Havaalani cad.
No.2/5 9403 Bakirkoy
☎ +90 2124653777
✉ +90 2124653778
tarom@superonline.com
Sita: ISTTORO

UNITED ARAB EMIRATES
Dubai

✈ International (5 km)
Al Majid Travel Agency &
Tourism, Al Maktoum St.,
PO-BOX 1020, Deira
☎ +97 14221176/1849
✉ +97 142276748
Sita: DXBTORO

UKRAINE
Odessa

✈ Odessa International Airport (7 Km)
Airport Ticketing Office
Edem Travel
☎ +38 048 783 8103

TAROM GSA Agency
AVIAREPS
☎ +38 044 289 05 20
RO.ukraine@aviareps.com

UNITED KINGDOM
London

✈ Room 4009, North East
Extension, Terminal 4,
Heathrow Airport, TW6 3FB
☎ +44 2087455542
✉ +44 2088974071
Sita: LHRXTRO
sales@taromuk.co.uk
lhroffice@taromuk.co.uk

USA
Parsippany

NETWORLD INC
89 Headquarters Plaza North,
Suite 1420
Morristown, NJ 07960
Phone: +1 (973) 884-3254
Toll Free (within USA): 1-877-FLY-
TAROM (359-8276)
Fax: +1 (973) 428-8060

Agenți de vânzări cargo în România / Romanian cargo sales agents

AGILITY LOGISTICS SRL

Blv. Dimitrie Pompeiu nr. 6E, Pipera Business Tower, Et. 9, Secțiunea 9A, Sector 2, 020337, București
☎ +40 21 226 1017
☎ +40 21 350 1071

AIR SEA FORWARDERS SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
Calea Bucureștilor nr. 224 E Terminal Kamino Otopeni, camere 5-6
Jud. Ilfov
☎ +40 21 201 48 45
☎ +40 21 201 48 46

AIR & SEA CONTAINER SHIPPING SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
Calea Bucureștilor nr. 224 J, Clădirea B.I.C.C. et. 2, birou nr.1
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 315 52 75
☎ +40 21 313 52 12

ASG WIND TRANSPORT SRL

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

BITRANS SRL

Str. Vasile Părvan nr.16
☎ +40 256 202 380
☎ +40 356 814 995
Timișoara, jud. Timiș

CARGO PARTNER

Baneasa Building and Technology Park
Sos. București-Ploiești nr. 42-44 Clădirea B, Aripa B2, etaj 1
Sector 1
☎ +40 21 408 24 50
☎ +40 21 408 24 56

DHL LOGISTIC SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București, Str. Aurel Vlaicu nr.9, Terminal DSV, camera 4
☎ +40 21 300 75 42/43
☎ +40 21 300 75 40/41

DSV SOLUTION SRL

Aeroport Internațional Henri

Coandă, București

Str. Aurel Vlaicu nr. 9, Terminal DSV, camera 26,
Otopeni Cargo Terminal
☎ +40 21 207 46 43
☎ +40 21 207 46 41

EASI LOGISTIC SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
Str. Aurel Vlaicu nr.9, Terminal DSV, camera 16, Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 31 405 92 02
☎ +40 31 405 92 04

EURO CARGO SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”,
Gatt Building, Parter
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 201 49 08
☎ +40 21 201 49 09

EUROPIM SHIPPING SRL

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

EXPEDITORS INTERNAȚIONAL ROMÂNIA SRL

Str. Drumul Gării nr. 49-51 C
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 206 26 81
☎ +40 21 319 49 44

EXPERT CARGO INTERNATIONAL SRL

Str. Sibiel nr. 3, bl. E sc.B,
Parter, Ap. 20, Sect. 4
☎ +40 722 40 63 37
☎ +40 768 33 71 70

FEDEX TRADE NETWORKS

TRANSPORT & BROKERAGE SRL
Airport Plaza Building, str. Gării Odai 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
Aeroport Internațional „Henri Coandă” București, Terminal Menzies et.1, cam. 7 B
☎ +40 021 201 45 10
☎ +40 021 316 15 54

GLOBAL LOGISTICS SOLUTIONS SRL

Calea Rahovei nr. 321, Bl. 28, sc. 2 et. 5 ap. 58, Sector 5, București
Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
BICC Terminal
☎ +40 21 210 45 07
☎ +40 21 201 45 08

GEBRUDER WEISS SRL

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

HELLMANN WORLD

WIDE LOGISTICS SRL
Airport Plaza Building
Str. Drumul Gării Odai 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, O21, Voluntari, Ilfov 077191
☎ +40 21 528 13 00
☎ +40 21 528 13 09

INFINITE MARKETING GROUP SRL

Str. Studiului nr. 8, sector 6, București
☎ +40 21 430 30 18
☎ +40 21 430 55 29

INTERNATIONAL ROMEXPRESS SERVICE LTD

Licensee of Federal Express Corporation Aeroportul Internațional „Henri Coandă” București Str. Ferme C nr. 13, Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 201 48 22
☎ +40 21 201 48 27

KUEHNE + NAGEL TRANSPORT S.R.L.

Aeroport Internațional Henri Coandă, București
Calea Bucureștilor nr. 224 E, Clădirea B.I.C.C. et. 2, camera 2-3
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 374 470 920 / 925
☎ +40 374 470 919

LULU FISHING TRANS SRL

Sos. Sălaj nr. 239, Parter, sector 5, București
☎ +40 372 904 544
☎ +40 372 904 544

MASTER MIND SRL

Aeroport Internațional Henri Coandă
Str. Aurel Vlaicu nr. 3 Clădirea Master Mind
☎ +40 21 201 46 01
☎ +40 21 201 46 01

SC MAURICE WARD & CO SRL

Remetea Mare, Hala 1 Modul 8, Jud. Timiș
☎ +40 256 223 327
☎ +40 256 223 328

M&M MILITZER & MUNCH ROMÂNIA S.R.L.

Aeroportul Internațional „Henri Coandă”
Airport Smart Office 3, etaj 1, Str. Sulfinei, Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 31 229 3489
☎ +40 31 229 3394

PANALPINA ROMÂNIA SRL

Sky Tower, 18th Floor 246 C Calea Floreasca, District 1, Bucharest, 014476
☎ +40 31 4039300 ext 100
☎ +40 21 326 61 63

PEGASUS SUPPLY CHAIN SOLUTIONS SRL

Aeroportul Internațional „Henri Coandă”
Calea Bucureștilor nr. 224 J Terminal BICC, Et. 2, camera 8
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 201 46 58
☎ +40 21 201 46 57

RAIL CARGO LOGISTICS ROMANIA SOLUTIONS SRL

Oraș Otopeni, Șos. Odăii, nr.62-68, Jud. Ilfov
☎ +40 21 350 37 62
☎ +40 374 094 761

SERBAN INTERNATIONAL TRANSPORTS

Str. Bătești 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

BOLLORE LOGISTICS ROMÂNIA SRL

Sos. Străulești nr. 174, sect 1, București
☎ +40 21 232 10 32/52
☎ +40 21 232 10 11
A/P Otopeni
Calea Bucureștilor 224 E
☎ +40 21 201 47 59
☎ +40 21 201 47 84

SCHENKER LOGISTICS ROMÂNIA SA

Calea Rahovei nr. 196 C, sect 5 București
☎ +40 21 234 0000
☎ +40 21 317 6134
Aeroportul Int. „Henri Coandă”, Otopeni, Clădirea BICC, et. 2 camera 9
☎ +40 21 234 0092
☎ +40 21 234 0639

TNT ROMANIA

Sos. București-Ploiești nr. 1 A Bucharest Business Park(BBP)
☎ +40 21 303 45 00/45 67
☎ +40 21 303 45 80
A/P Otopeni str. Aurel Vlaicu nr. 49 ☎ +021 407 013/03/04
☎ +021 303 4288
Timișoara, Str. Aeroportului nr. 1
☎ +40 256 404 808
☎ +40 256 404 809

VRK EXPEDITIONS

Aeroportul Internațional „Henri Coandă”, Calea Bucureștilor nr. 224 J, POB 26, Clădirea BICC, etaj 1, Otopeni, Jud. Ilfov 075150
☎ +40 21 201 4620
☎ +40 21 201 4619
☎ +40 21 201 4740/4645
Timișoara Aeroportul Traian Vuia, Jud. Ilfov
☎ +40 256 380 70 70
☎ +40 256 380 60 66

UPS SCS ROMANIA SRL

Aeroport Internațional „Henri Coandă”, București
Str. Aurel Vlaicu nr. 11 C
Otopeni, Jud. Ilfov
☎ +40 21 350 92 03
☎ +40 21 350 92 04
Timișoara, Str. Gh. Marinescu

nr.2 ap.5

☎ +40 256 306 162

UNIMASTERS LOGISTICS SRL

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

TEEN LOGISTICS SERVICES SRL

Aeroportul Internațional „Henri Coandă”, București
Str. Fermei Anr. 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. Măgureli nr. 37 bl. 13D, sc.2, ap.12, Sector 1, București
☎ +40 21 204 19 10

WORLD COURIER ROMANIA SRL

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

WORLD MEDIATRANS SRL

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

WORLD TRANSPORT OVERSEAS

Str. B nr. 26, birou nr. 3,
Oraș Ovidiu, Jud. Constanța
☎ +40 215 398 020
☎ +40 215 398 021

Agenți de vânzări cargo din străinătate / International cargo sales agents

AUSTRIA

BRAINWAY
AIRLINE SERVICES GmbH
International Air Cargo Center,
Gate 1, Flat 03-113, A-1300 Airport
Vienna
☎ +43 1700733347/73364/733341
e-mail: office@brainway.at

BELGIUM

AIR LOGISTICS BVBA
Bedrijfszone Machelen Cargo
Building 706, bus 3
Room 0766, 7th floor
1830 Machelen, Belgium
Tel: +32 2 709 06 00
Fax: +32 2 709 06 06
E-mail: br@airlogisticsgroup.com
sales.br@airlogisticsgroup.com

CYPRUS

GAP Vassilopoulos GSA Services Ltd.
20 Strovotos Avenue, 2011 Strovotos,
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 Kastrup
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

GEORGIA

Air Logistics LLC
205 Room, II Floor, Lasare Cargo
Terminal
Tbilisi International Airport
☎ +995 32 2 430010
☎ +995 577 319400

e-mail: tbs@airlogisticsgroup.com
inga.melik@airlogisticsgroup.com

GERMANY

GLOBE AIR CARGO GmbH
Waldecker Strasse 9, D-64546
Moerfelden-Walldorf
Frankfurt Office:
☎ +49 6105 40 660
☎ +49 6105 99 30499
e-mail: fra@globe-air-cargo.de
Munchen Office:
☎ +49 89 975 93 380
☎ +49 89 380 12 44 99
e-mail: muc@globe-air-cargo.de

Hamburg Office:

☎ +49 40 5075 3664
☎ +49 40 2093 46899
e-mail: ham@globe-air-cargo.de

GREAT BRITAIN

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

☎ +97 239502594

ITALY

CISMAT COMPAGNIA
ITALIANA SERVIZI MARITIMI
AEREI TERRESTRI SRL
Cargo City – 00050 Aeroporto
Fiumicino
☎ +39 06 650 17361
☎ +39 06 652 9438

GREECE

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

Hong Kong

ECS through M/S Aviation Solution
GSA (HK) Ltd
Room 2612, Tower 2, Metro Plaza
223 Hing Fong Road, Kwai Chung,
New Territories, Hong Kong
☎ +852 25224656
E-mail: alex@avs-gsa.com

HUNGARY

AIR LOGISTICS Kft.
2220 Vecses, Utloi ut. 809/A
☎ +36 1 770 7470
☎ +36 1 770 7480

IRELAND

NORZEL LTD. T/A AIRLINE CARGO
SERVICES
C/O Need More Space House Suite
306, Old Airport Road,
Santry, Dublin 9
☎ +353 18468968
(for DUB office)/
061478014 (for SNN office)
☎ +353 18468969
(for DUB office)/
061478014 (for SNN office)

ISRAEL

LIKA BERKOWITZ
INTERNATIONAL
TRANSPORT LTD.
P.O. BOX 3216 Rishon
Le Zion, 75131
☎ +97 239502593

☎ +97 239502594

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
☎ +98 10137277
r.dubey@ecsgroup.aero

NETHERLANDS

ATC AVIATION SERVICES BV
Fokioneweg 40, 1118 LM Luch-
thaven, Schiphol Airport,
P.O. Box 75569,
☎ +31 203164243
☎ +31 203164210
☎ +31 203164201

NORWAY

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

REP. OF MOLDAVIA

BALMUS TRADE SRL
Str. Chișinăului 14, ap. 28
☎ +37 322524302
☎ +37 322529341

RUSSIA

FF Cargo Services Ltd.
30 Kommunalnyi proezd
Moscow Region
☎ +7 495 648 6501
☎ +7 495 648 6101
E-mail: office@ffcargo.ru

SERBIA

SkyXS Aircargo Doo
Robno skladište Aerodroma Beograd
Sprat V/5.3
11271 Surcin, Serbia
☎ +381 11 2286 010/
☎ +381 11 209 7804
e-mail: s.radivojvic@sky-xs.com

SINGAPORE

European Cargo Services – acting
through M/S Globe Air Cargo Far
East Pte Ltd
85 Airport Cargo Road #02-201,
SATS Airfreight Terminal 1,
Singapore 819460
☎ +65 6542 6592
☎ +65 65434559
k.sanjay@ecsgroup.aero
s.cheong@ecsgroup.aero

SPAIN

CRS AIRLINE
REPRESENTATIVES SL.
Barcelona Conchita
Supervia, 15-Local,
☎ +34 93 1888690,
☎ +34 93 4903924
Madrid - Centro de Cargo Aerea,
Edificio Servicios Generales,
Off. 509
☎ +34 91 7462168
☎ +34 91 1332577
☎ +34 913937403
Valencia - Centro Logistico
Aeroportuario, Off. 8
46940 Manises
☎ +34 96 1523943
☎ +34 96 1598770
E-mail: info@crsairlines.net, jordi.pique@crsairlines.net, toni.beato@crsairlines.net, francesc.madrona@crsairlines.net

SWEDEN

Universal GSA AB
Stadiongatan 60 - 217 62 Malmö
- Sweden
☎ +46 40 6893360
☎ +46 40 6893363
E-mail: info@universalgsa.se

SWITZERLAND

AIRNAUTIC AG
Freight Building
P.O. box 1078 CH-1211 Geneva 5 Airport
☎ +41 22 717 89 00
☎ +41 2



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

Ford

KUGA SUV



ford.ro



Go Further