



## Asociația RENINCO ROMANIA

### Reteaua Nationala de Informare si Cooperare pentru integrarea in comunitate a copiilor si tinerilor cu cerinte educative speciale

Buletin Informativ nr. 12, anul 3, saptamana 23 – 29 martie 2015

#### Cuprins:

- ✚ 26 martie - Ziua internațională a luptei împotriva epilepsiei (Purple Day)
- ✚ 27 martie - Ziua Mondială a Teatrului
- ✚ 25 martie - Buna Vestire
- ✚ Concursurile locale de proiecte de tineret 2015
- ✚ WWF invita romanii sa continue traditia Ora Pamantului
- ✚ Inovatie si instrumente pentru dezvoltarea ONG-urilor romanesti, cu fonduri nerambursabile
- ✚ 29 martie - Se schimba ora!

- ✚ **Ziua internațională a luptei împotriva epilepsiei (Purple Day) este marcată la 26 martie**



what will you do  
for purple day?

26 march 2015

purple day is on the way...

Fondată în Statele Unite de către Cassidy Megan în 2008, în prezent este marcată în peste 50 de țări din lume, cu scopul de a crește gradul de informare în privința bolii, risipind astfel miturile asociate epilepsiei. **Culoarea acestei zile este violetul.** Purtând un obiect de această culoare sau folosind

iluminatul colorat astfel, ne manifestăm solidaritatea cu cei care suferă de epilepsie.

La noi, Asociația Pacienților cu Epilepsie din România (ASPERO) organizează în colaborare cu companii farmaceutice acțiuni de informare despre această boală. Este necesar ca informațiile despre boală, cauze, simptome, precum și despre cum se poate acorda primul ajutor în cazul unei crize convulsive/epileptice să ajungă la membrii familiei, angajați și angajatori, pentru ca cei afectați să nu mai fie marginalizați sau discriminați și să se poată integra în societate.

În țara noastră, aproape 500.000 de persoane suferă de epilepsie, conform estimărilor specialiștilor. În 70% din cazuri, boala răspunde la tratament medicamentos, astfel că pentru ceilalți apariția crizelor nu poate fi prevenită. Dincolo de informare și educație, este necesar accesul la tratamente moderne, la investigații performante, care sunt posibile, în prezent, și în România, pentru a acorda șanse reale unui număr larg de pacienți și mai ales celor cu forme dificil de tratat.

La nivel mondial, 1 din 100 de oameni suferă din cauza acestei afecțiuni. Epilepsia afectează 3,4 milioane de europeni și peste 50 de milioane de oameni la nivel mondial, fiind a 2-a cea mai frecventă tulburare neurologică. Aproximativ 90% dintre persoanele care suferă de epilepsie trăiesc în țări aflate în curs de dezvoltare, unde incidența afecțiunii este aproape de 2 ori mai mare în comparație cu țările dezvoltate. Mai mult, această tulburare răspunde la tratament medicamentos în doar 70% din cazuri, astfel că 3 din 10 pacienți nu își pot controla afecțiunea. Cercetarea și dezvoltarea de tratamente inovatoare este esențială și de asemenea, fondarea mai multor centre specializate, formarea unor echipe interdisciplinare (neurolog, pacient, psiholog și familie), o mai bună informare a medicului de familie în ceea ce privește simptomatologia bolii și o mai bună educare a pacienților cu privire la boala lor și importanța terapiilor.

Epilepsia este o tulburare neurologică incurabilă, care apare cel mai frecvent fie la vârste foarte mici, fie foarte înaintate, iar în aproape 50% din cazuri, cauzele afecțiunii nu sunt identificate. Se manifestă prin crize bruște și imprevizibile, de câteva secunde sau minute. Unele crize pot trece aproape neobservate, în timp ce altele sunt dramatice. Câteva dintre cauzele cunoscute sunt traumatismele craniene, accidente vasculare, infecții, tumori, tulburări de dezvoltare a creierului, suferința la naștere și factorii ereditari. Cea mai comună formă de epilepsie (idiopatica) afectează 6 din 10 pacienți și poate avea un teren genetic. Dacă nu este tratată corect, epilepsia poate avea consecințe grave asupra pacientului, determinând deteriorarea fizică și psihică.

*sursa: AGERPRES/(Documentare — Daniela Dumitrescu; editor: Irina Andreea Cristea)*



## ✚ 27 martie, Ziua Mondială a Teatrului

Ziua Mondială a Teatrului a fost creată de Institutul Internațional de Teatru în cadrul Congresului Mondial din 1961, la Viena și a fost sărbătorită prima oară în 1962, la 27 martie, ziua în care se deschidea stagiunea Teatrului Națiunilor, la Paris.

De atunci, în fiecare an, la aceeași dată, comunitatea teatrală internațională, artiști și public deopotrivă, precum și centrele naționale din cele o sută de țări membre ale Institutului Internațional de Teatru, celebrează Ziua Mondială a Teatrului, ca un moment de afirmare a forței de comunicare a artei scenice, ca mod de expresie a umanității, dincolo de toate frontierele geografice sau culturale, lingvistice, religioase sau politice.

[http://www.romlit.ro/27\\_martie\\_ziua\\_mondial\\_a\\_teatrului](http://www.romlit.ro/27_martie_ziua_mondial_a_teatrului)



## ✚ Buna Vestire



**Buna-Vestire** este o sărbătoare creștină celebrată în data de **25 martie** a fiecărui an ce reprezintă momentul anunțării Fecioarei Maria de către Arhanghelul Gabriel că va concepe și va deveni mama lui Iisus, Fiul lui Dumnezeu, eveniment ce marchează Întruparea sa. Gabriel îi spune Mariei să își boteze copilul Iisus, care înseamnă „Salvator”.

Este una dintre cele mai mari sarbatori sau Blagovestenia, cum i se mai spune in traditia româneasca. Sarbatoarea este încarcata de sensuri si este legata foarte legata de Sfânta Fecioara, cea care s-a învrednicit a-l naste pe Mântuitor.

Este o sarbatoare intrata de asemenea si în traditiile populare. În Calendarul Popular mai este numita si Ziua Cucului deoarece reprezinta începutul unei perioade în care se întorc rândunelele si cânta cucul.

sursa: [ro.wikipedia.org/wiki/Buna-Vestire](http://ro.wikipedia.org/wiki/Buna-Vestire)

## **Concursurile locale de proiecte de tineret 2015**



Ministerul Tineretului si Sportului organizeaza, in perioada **20 martie - 27 mai 2015**, prin intermediul Directiilor Judetene pentru Sport si Tineret, respectiv a Municipiului Bucuresti, Concursurile Locale de Proiecte de Tineret.

**Aplicantii eligibili** sunt Organizatiile neguvernamentale de si pentru tineret si Organizatiile neguvernamentale studentesti.

sursa: [www.finantare.ro](http://www.finantare.ro), 20 martie 2015

## **WWF invita romanii sa continue traditia Ora Pamantului**



WWF-Romania lanseaza invitatia la **Ora Pamantului**, ajungand astfel la a 7-a editie in care incurajam indivizi si organizatii, companii, institutii publice si centre culturale din toata tara sa participe la cea mai mare miscare voluntara de mediu din toate timpurile.

**Anul acesta vom stinge luminile pe 28 martie, la ora locala 20.30**, alaturi de peste 7.000 de orase din mai mult de 162 de tari, pentru a arata din nou ca protejarea naturii ne preocupa si ca vrem mai multa determinare si actiune concreta din partea decidentilor in adresarea problemelor din ce in ce mai acute de mediu.

### **Provocarea de anul acesta: *Daruieste naturii din energia ta!***

Anul acesta este un moment de cotitura la nivel international in ceea ce priveste politicile si angajamentele statelor din intreaga lume pentru a incetini incalzirea globala si a atenua impactul schimbarilor climatice. In decembrie vor avea loc negocierile finale intre statele membre ONU privind tintele de reducere a emisiilor de gaze cu efect de sera - principalul factor ce determina cresterea temperaturilor si alte probleme conexe de mediu. De aceea, Earth Hour are anul acesta o insemnatate si un rol aparte, pentru ca poate canaliza vocea a doua miliarde de sustinatori intr-un scop comun esential, de care depinde chiar supravietuirea noastra pe aceasta planeta: convingerea liderilor lumii ca nu mai este timp pentru amanari sau justificari si ca acum este momentul pentru asumarea unor tinte si a unor responsabilitati ambitioase, pe masura provocarilor cu care ne

confruntam.



Romania a demonstrat in fiecare an ca cetatenii ei sunt interesati de mediu din ce in ce mai mult si ca sunt dispusi sa se implice in activitati durabile, ca sunt dispusi sa actioneze si la nivel individual sau in cercuri apropiate pentru a da un exemplu si altora ca schimbarea comportamentului fata de natura este posibila si la indemana oricui.

De-a lungul celor sase editii de pana acum, peste 40 de orase au participat in mod activ la Ora Pamantului si sute de mii de romani au stins luminile pentru o ora, in ultima sambata din martie. Cladiri simbolice, castele, monumente si institutii intrerup iluminatul in mod simbolic si gazduiesc evenimente tematice. Dintre reusitele importante ale miscarii Earth Hour in Romania: Palatul Parlamentului, cea mai mare cladire civila din lume, care intr-o ora consuma cat un oras de 20.000 de locuitori, stinge luminile in fiecare an de Earth Hour si, mai mult decat atat, opreste iluminatul exterior pe parcursul noptii, in fiecare seara.

Anul acesta mesajul si indemnul nostru pentru comunitatea Earth Hour din Romania este „Daruieste naturii din energia ta”. Ii invitam pe romani sa stinga luminile in case si sa iasa la o alergare nocturna, la o tura cu bicicleta sau o simpla plimbare simbolica prin oras, impreuna cu prietenii, vecinii, familia, colegii. In loc sa consumam energie acasa, putem alege sa daruim propria energie, in aer liber.

Activitatile **nu** au o natura competitiva, ci au rolul de a aduce oameni cu valori si interese similare impreuna si sa promoveze cauza de mediu odata cu orase din intreaga lume. Ne vom consuma energia alergand sau plimbandu-ne, pentru a semnala ca mediul este un subiect de interes major pentru noi si mai actual decat oricand si ca suntem pregatiti sa investim propria energie pentru a-l proteja. Dorim sa promovam, in acelasi timp, mijloacele de deplasare prietenoase cu natura si benefice pentru organism.

Site-ul oficial al campaniei, [www.ora-pamantului.ro](http://www.ora-pamantului.ro), rubrica Alearga pentru Pamant.

Mai multe idei pentru un trai in armonie cu natura se gasesc pe [www.ora-pamantului.ro](http://www.ora-pamantului.ro),

sectiunea 60+.

Clipul oficial Earth Hour 2015 se poate viziona la [www.ehour.me/eh2015vid](http://www.ehour.me/eh2015vid).  
Pentru a afla noutati despre campania internationala accesati [www.earthhour.org](http://www.earthhour.org).  
*sursa: www.stiriong.ro, 20 martie 2015*

## **+ Inovatie si instrumente pentru dezvoltarea ONG-urilor romanesti, cu fonduri nerambursabile**



Asociația Young Initiative, alături de Academia de Studii Economice din București și Federația VOLUM, anunță începerea implementării proiectului „Management sustenabil în sectorul nonprofit din România”, finanțat prin granturile SEE 2009 - 2014, în cadrul Fondului ONG în România, în perioada martie 2015 - aprilie 2016. Astfel, pe perioada celor 14 luni, se urmărește creșterea capacității și sprijinirea ONG-urilor românești în procesul acestora de profesionalizare a practicilor manageriale și de sustenabilizare a organizației.

Cu un buget total de **60.220 euro**, proiectul va avea ca punct principal înființarea primului **Centru pentru Managementul Organizațiilor Nonprofit (CMON)** din România în cadrul Academiei de Studii Economice din București, alături de crearea unui curs online inovativ în format „open education”, destinat managerilor de ONG-uri, cu precădere. În plus, în cadrul CMON va funcționa și prima bibliotecă dedicată exclusiv sectorului neguvernamental, cu peste 100 de titluri, majoritatea greu accesibile în România. Crearea și gestionarea centrului amintit va da ocazia oricărui organizații non-guvernamentale din România să aibă acces atât la resursele legate de management (titlurile disponibile din bibliotecă, workshop-urile și training-urile organizate), cât și să dețină o apartenență înregistrată (ținând cont de faptul că orice persoană din grupul-tintă va putea deveni în mod gratuit membru CMON prin înscriere electronică).

Asociația Young Initiative va publica periodic informații referitoare la parcursul implementării proiectului pe site-ul sau [www.younginitiative.org](http://www.younginitiative.org) și pe pagina de Facebook.  
Proiect finanțat prin granturile SEE 2009 - 2014, în cadrul Fondului ONG în România.  
*sursa: www.stiriong.ro, 20 martie 2015*

## **+ Afla când se schimbă ora de vară și care este rolul acestui sistem!**

Ora de vară este ora legală adoptată de unele state pe o anumită perioadă a anului, începând de primăvara până toamna. Ea implică potrivirea ceasului cu o oră în fața celei oficiale. Scopul acestui sistem este folosirea cât mai mult timp a luminii soarelui.

Se pare că ideea de trecere la ora de vară a fost a omului de știință Benjamin Franklin și provine din secolul al XVIII-lea.

Sistemul a fost introdus și în România începând cu anul 1932, însă a suferit mai multe modificări de atunci și au fost aplicate mai multe reguli. Însă, în prezent, ora de vară se aplică în fiecare an, în ultima duminică din martie (sambata noaptea), când ora 3:00 devine ora 4:00.

Pe 29 martie 2015, ultima duminică a lunii, va trebui să îți potrivești toate ceasurile din casa, inclusiv cele de la telefon, calculator sau laptop, dacă nu ai activată schimbarea automată. Ziua respectivă va avea doar 23 de ore, fiind oficial cea mai scurtă zi din an.

Trecerea la ora de vară îți influențează bioritmul, ceasul interior al organismului, așa ca este posibil să te simți obosită, având în vedere că te vei confrunța o perioadă cu tulburări de somn. Alte stări pe care le poți avea după schimbarea orei sunt depresia și lipsa poftei de mâncare. Specialiștii spun că aceste senzații nu vor dura mai mult de o lună, timp în care organismul tău se va obișnui cu noua regulă a timpului. Pentru ca viața ta să nu fie dată complet peste cap în această perioadă, odihnește-te corespunzător, urmează o dietă echilibrată și realizează activități fizice, de preferat în aer liber. În plus, acești aliați vor ține la distanță și astenia de primăvară.

După ce ceasul va fi dat înainte cu o oră, diferența dintre ora oficială a României și Timpul Universal (numit GMT) va fi de trei ore.

*sursa://www.divahair.ro/timp\_liber/afla\_cand\_se\_schimba\_ora\_de\_vara\_si\_care\_este\_rolul\_acestui\_sistem!/?utm\_source=newsletter\_divahair&utm\_medium=email&utm\_campaign=from\_divahair*



***Toti pentru unul, unul pentru toti!***