

Erik și David au devenit antreprenori

Un prieten de pe facebook a pornit o inițiativă grozavă de a încerca **să ajute 1000 de oameni în următoarele 6 luni**. Ce vis frumos are și el.

Ideea lui mi s-a părut genială așa că am decis și eu să fac un spațiu pe site – **Colțul oamenilor buni** – unde fiecare om poate să-mi spună ceea ce-și dorește iar eu o să încerc să-l ajut și invers dacă vrei să ajuți pe cineva la fel poți lăsa aici mesajul tău.

Haide-ți să ajutăm câți mai mulți oameni să-și îndeplinească visele și să-și rezolve problemele.

Le-am povestit băieților mei de această inițiativă și i-am întrebat dacă vor și ei ceva și cum să-i ajut.

Atât mi-a trebuit c-au început cu o listă de milioane de lucruri pe care vor să le facă – vor să-și facă un teren de fotbal în curte, **vor un balansoar de grădină, vor să dea cadouri de Paște**, vor să-i cumpere mamei lor diverse lucruri și tot așa.

Practic este o listă care probabil nu se termină niciodată ca la noi toți dealtfel.

Ok am înțeles mesajul dar le-am explicat că nu poți să ceri așa milioane de lucruri fără să nu faci și tu ceva. Pentru toate lucrurile acestea ai nevoie de bani și nu să ceri de pomană ci să faci ceva, **să crezi ceva**, să prestezi un serviciu, să îți găsești o ocupație prin care **să ajuți pe cineva** cu ceva ca să fi răsplătit.

Pentru asta le-am zis să facă o listă cu lucruri pe care știu să le facă, sunt dispuși să le facă și care ar putea folosi oamenilor.

După multe discuții au ajuns la concluzia că singurul lucru util pe care-l știu să facă sunt **suporturi de pahar din mărgele de la Ikea** care se pot face și sub **formă de breloc**, agățate în diferite locuri sau **sub formă de orice personaj sau desen**) având o experiență anterioară când de Crăciun , Maia de la bloc (adică mama mea) le-a comandat mai multe asemenea

suporturi cu modele de sărbătoare pentru a le oferi colegilor și în schimb le-a dat niște bănuți pe ele.



Mi s-a părut o idee bună având în vedere că îi ține destul de mult ocupați să facă câte un asemenea model, **le dezvoltă creativitatea și răbdarea** și învață că muncind cinstit pot obține anumite beneficii.

Eu și mama lor le-am promis că o să ne ocupăm de partea de distribuție și c-o să le găsim clienți pentru toate operele lor de artă ☐

Așa au devenit Erik și David antreprenori de 2 zile.

Deja au vânzări record de 7 suporturi și lucrurile merg din ce în ce mai bine. Își fac planuri cum o să cumpere cadouri de ziua unui coleg și alte lucruri de Paște.

Au primit până și o comandă personalizată de 2 suporturi și sunt în culmea fericirii așa că dacă vreți și voi o asemenea frumuseți **nu ezitați să mă contactați.**
□





Această **operă de artă** s-a dat cu 25 ron.
Incredibil.

Pentru **Sărbătoarea Pascală** băieții v-au pregătit o serie de modele deosebite care se pot face la cerere în decurs de câteva zile în funcție de starea psihică pe care o au.



Ghidul superalimentelor pentru copii și adulți

În acest articol voi încerca să fac unul dintre cele mai complexe ghiduri de superalimente care se pot folosi atât de copii cât și de adulți în tratarea diferitelor afecțiuni sau doar pentru menținerea unui bune stări de sănătate.

Superalimentele sunt niște miracole ale naturii , care prin compoziția lor concentrată de nutrienți ne ajută organismul atât fizic cât și sufletește și care ar trebui să facă parte din alimentația noastră generală.

Ca recomandare ele ar trebui să fie variate sau să se facă cure pentru perioade de 1-2 luni cu diferite tipuri în funcție de boala avută, recomandarea specialistului sau de carența care trebuie depășită.

Doza de superalimente ar trebui să fie în general undeva la 3 superalimente diferite pe săptămână, cu

posibilitatea amestecului de maxim 2 la o masă (într-un suc, smoothie, salată, etc.) deci în total 15 superalimente diferite pe lună sunt suficiente pentru menținerea unei stări de sănătate bune.

În cazuri excepționale (vezi cancer și alte afecțiuni, cure, diete) atât numărul lor cât și cantitatea se poate mări.

Povești de adormit gemeni

Dacă tot am devenit în ultimii ani un maniac al cărților neapărat trebuia să fac asta și pentru băieții mei (David și Erik -7 ani). Felix are doar 11 luni deci mai așteaptă puțin.

Copiii au nevoie seara la culcare de o poveste. Și noi avem.

Indiferent de oboseală, de oră sau de stare de spirit măcar acolo o pagină.

Au fost momente când **m-au rugat să le citesc** și i-am refuzat spunându-le că e prea târziu, că s-au jucat prea mult pe calculator sau au pierdut alfel timpul iar mâine dimineață trebuie să ajungem la școală dar **acum regret** fiecare clipă de genul acesta.

Niciodată să nu-ți refuzi copilul când vrea să-i citești. Niciodată.



Pe această pagină o să adaug treptat cărți pe care le voi citi băieților cu succes, **la care vor râde** și vor aștepta cu nerăbdare capitolul de a doua zi.

Le-am citit multe cărți cât erau mici dar aici o să le trec doar pe acelea la care **au răs cu poftă**, au trăit alături de personaje și pe care și le amintesc cu plăcere.

Am luat pentru început 2 articole cu cele mai frumoase 100 de cărți pentru copii și ne-am apucat de treabă. O să ne ia câțiva ani dar suntem încă tineri și frumoși.

Probabil până terminăm noi o să îmbătrânească și Felix.

Spor la citit.

1. Aventurile lui Habarnam – Nicolai Nosov
2. Legendele Olimpului – Alexandru Mitru
3. Aventurile lui Tom Sawyer – Mark Twain

Ce repede trec anii când te simți iubit

Nu e păcăleală de 1 aprilie chiar **astăzi se împlinesc 3 ani** de zile de când fac parte din echipa Cinnamon .

Nici nu-ți vine să crezi ce repede trece timpul când te simți bine.

Au fost 3 ani frumoși în care universul mi-a scos în cale **atât de mulți oameni minunați** (familile și poveștile lor de viață) de la care am învățat atât de multe lucruri benefice sufletului meu.

Oamenii pe care i-am întâlnit **mi-au influențat foarte mult viața** în bine și m-au ajutat să evoluez din ce în ce mai mult și pe plan profesional dar în primul rând pe plan sufletesc.

Au fost atât de mulți și atât de diferiți (încă mai sunt) dar fiecare mi-a lăsat o mică parte din el, o învățătură, o vorbă bună, o morală, o idee , un zâmbet.

Mulți au rămas alături de mine și după 2-3 ani, mulți au dispărut, mulți au reaparut din când în când iar alții noi apar în fiecare zi toate aceste lucruri făcând parte din ciclul vieții prin care **oamenii vin și pleacă atunci când fiecare și-a terminat învățăturile de dat sau primit.**

Nu știți cât de mult vă mulțumesc tuturor pentru acești ani minunați din viața mea.



Echipa Cinnamon 2015



Echipa Cinnamon 2017

În fiecare zi mi-am petrecut timpul și mi-l petrec încă alături de **o echipă minunată** care a avut mereu grijă de mine și m-au făcut să mă simt iubit și apreciat. E chiar ok să fii înconjurat de femei pentru că te dezvolti mult pe partea spirituală și nici nu te plictisești niciodată.

La Cinnamon avem și șefi (ca **în niciun alt loc din lume** ei ne sunt mai mult prieteni) dar care niciodată nu m-au tratat cu superioritate sau incorect în vreun fel și au avut mereu grijă de mine și de orice nevoie am avut. Niște oameni plini de înțelegere și bunătatea care mi-au fost alături mereu în acești ani susținându-mă cum au știut ei mai bine.

Le mulțumesc din suflet pentru modul în care s-au purtat și se poartă mereu cu mine.

Am fost binecuvântat să fiu înconjurat mereu de oameni frumoși cu suflet bun gata să-mi sară în ajutor în orice moment și sunt extrem de mulțumit de tot ce mi s-a întâmplat și mi se întâmplă în ultimul timp.

Și la sfârșit dar **cea mai importantă persoană** care m-a susținut din spate în tot acest timp și fără de care nu făceam nimic din ceea ce fac . nu ajungeam nici pe departe unde sunt, nu ajungeam **maseur, nutriționist** și în primul rând nu ajungeam **tată** este iubita mea soție.

Îți mulțumesc pentru toată susținerea pe care mi-o oferi zi de zi în toate nebuniile mele.

P.S. A trecut atât de mult timp încât când am venit prima oară aveam 2 copii iar acum al treilea copil are deja 1 an. ☐