

- Lansare carte POLE-POLE: Călătorie Pe Acoperișurile Lumii



Raport monitorizare apariții

- RAN Events -

Interviuri speciale

UNICA

BĂRBATUJ LUNII

VÂRSTA: 38 de ani
OCUPAȚIE: antreprenor
STARE OMALĂ: ne călătorit

Alexandru a urcat în 2018 pe muntele Kilimanjaro din Africa, iar în 2019, pe vârful Lobuche din Himalaya. Prin expediția lui din 2019 a reușit să strângă peste 10 000 de donații pentru copii care suferă de boala incurabila. Experiența din Himalaya l-a inspirat să scrie și o carte, „Pole-Pole”, publicată anul acesta. Alexandru nu-a posibilitatea de a se întoarce în Himalaya, dar își desfășoară experiențele într-o formă virtuală, prin cărți și proiectul YOU, care îi ajută să devină un mentor și să încurajeze adolescenții să trăiască într-un mod sănătos.

Povesteați-mi despre expediția ta de 19 zile în Himalaya...

Am plecat la Katmandu pe 20 martie, chiar în prima zi a Festivalului Holi al Calinor. Am plecat de acasă cu potecile Nepaliștilor imprimate pe refini. Am plătit în suflare imaginele micuților nepaliști întăriți în satul de pe tărsău, chiar am lucrat cu mine și călevă cărți de colorat pe care le-am împărtășit lor și bunicuța a fost imensă când i-am vorbit gribindu-se cu entuziasm să le colorizeze.

Ce momente dificile ai întâmpinat?

Poate cel mai dificil moment al expediției a fost în spitalul în care am urcat pe ghețar, pe Lobuche East, cu altă înălțime de 6 119 m. După aproximativ șase ore de trezur pe zicăda, nu am putut să mă întoarcă și am încercat să mă întoarcă în coama pe ghețar. După cîteva zeci de metri parcursi, am simțit cămăra coardă să se desfășoare și să doboarească și mă-am întors în spatele muntelui de-a dreptul, cu cătiva metri „dărbiți” în aer. Am respirat adânc, mi-am verificat echipamentul, am vizat că sunt OK și, amintindu-mă pentru ce mi-am ales acolo, am pornit din nou la drum, doborându-mă să mă ating obiectivului. Sunt răsuflat.

Anul acesta îl lansează cartea „Pole-Pole”, titlu în limba Swahili care să arătă traducere „Pas cu pas”. Ce te-a inspirat să numești astfel cartea?

De fapt, o traducere exactă a acestui expresiune în Swahili, limba vorbită în Kilimango, ar fi înțeleștești, dar eu am rezonat mai mult cu pas cu pas, cum că durează să spui „douăzeci și doi” și în intervalul acesta de timp să faci pas pe munte. Ghizi folosește deosebită expresie, pentru că, mergând înainte, suni mai multe sensuri să îți sănghă obiectivul pe munte și să te epuizezi și astfel să ajungi unde îți ai propus într-un timp mai scurt. Cartea este o coloană de povestiri personale din cele două călătorii făcute de mine în 2018 și 2019.



ALEXANDRU TUDOSE

La 38 de ani.

Alexandru Tudose a reușit ceva ce putinii oameni reușesc: în ultimii ani a vizitat lumea de pe cele mai înalte vârfurile ale Terrei și a ajutat menajării copiilor și adolescentilor ale căror viață nu sunt foarte rupe de basme.

Tu te numești și printre fondatorii Asociației Varyafin, din spațele proiectului YOU. Despre ce este acest proiect?

In Asociația Varyafin, direcția principală de acțiune este susținerea educației, dar ne implicăm și în numeroase proiecte din sfera educației financiare și zonă socială. Astfel, atât de la DRH Company am conceput

YOU, primul centru de creștere din România dedicat în exclusivitate adolescenților și tinerilor. Este un un program complex adresat tuturor tinerilor și adolescentilor din România. Indiferent de vîrstă, disponibil 365 de zile pe an, 24/24.

Ce dorînt mai adăugați după ce măsurile din starea de alertă vor fi mai relaxate?

Pentru YOU, plăștem obiectivul de a oferi suport și sprijin căt mai multor tineri și adolescenți vulnerabili, mai ales în această perioadă delicată, iar pe plan personal, am început să lucrez la prezentarea unei noi expediții în care întresec alpinismul și depășirea barierelor de 7 000 m înălțime. Dar o să vă voi povesti mai multe când lucrurile vor începe să prindă contur. Nu uitați, totul este posibil, atât timp cat îl dorim.

Citește continuarea interviului pe www.unica.ro

DRH COMPANY / VARYAFIN

UNICA.RO

EXCLUSIV Interviu cu Alexandru Tudose, alpinistul care luptă pentru binele copiilor și adolescentilor români



De Bianca Prangate pe 03 iulie 2020

La 38 de ani, Alexandru Tudose a reușit ceva ce puțini oameni reușesc: în ultimii ani, a văzut lumea de pe cele mai înalte vârfuri ale Terrei și a ajutat nenumărați copii și adolescenți ale căror vieți nu sunt tocmai rupte din basme.

Alexandru a urcat în 2018 pe muntele Kilimanjaro din Africa, iar în 2019 pe Vârful Lobuche din Kilimanjaro. Prin expediția lui din 2019 a reușit să strângă peste 10.000 de donații pentru copiii care suferă de boli incurabile. Experiența din Himalaya l-a inspirat să scrie și o carte, „Pole-Pole”, publicată anul acesta. Alexandru ne-a povestit totul despre experiențele înălțătoare avute la înălțime, despre „Pole-Pole”, dar și despre proiectul YOU, menit să ajute gratuit adolescenții și tinerii aflați în dificultate pe plan psihologic și nu numai.

Cum s-au împărtășit hobby-ul și caritatea



Foto: Arhiva personală

Povestește-mi puțin despre pasiunea ta pentru munte. Cum și când a început ea?

Pasiunea pentru munte mi-a fost insuflată de tatăl meu, încă de când eram mic. Îmi amintesc întotdeauna cu bucurie cum mergeam adesea în drumeții alături de el și de sora mea, încă de când aveam 5-6 ani. Uitându-mă în spate, pot spune cu încredere că muntele a fost parte din viața mea încă din copilărie. În liniștea munților, îți dai seama că viața curge altfel. Nu ai cum să te întorci dintr-o călătorie pe munte și să fii același om.

Pe lângă asta, ești un puternic susținător al copiilor cu boli rare și al adolescenților care au nevoie de sprijin psihologic. Ce te-a inspirat în această călătorie de susținere a tinerilor și celor mici?

Susținerea atât a micuților îngrijiți de Fundația Copii în Dificultate și, mai apoi, a tinerilor și adolescenților prin intermediul proiectului YOU, au venit ca urmare a activităților în care sunt implicat alături de Asociația Varyafin. Ambele campanii au fost adevărate oportunități de a mă pune în slujba unor cauze frumoase și au un loc special în inima mea. Cred în solidaritate, în puterea de a face bine, în susținerea celor care au nevoie de ajutor. Cel mai frumos lucru este să dăruim iubire și să fim atenți la nevoile celor din jurul nostru, să ne facem timp să ajutăm, să ne ascultăm unii pe alții, să ne mobilizăm și să acționăm. Cu fiecare oportunitate pe care o am să ajut alți oameni, mă bucur și mă încarc sufletește cu bucuria pe care o văd pe chipurile lor.

Când și-a dat seama că alpinismul și actele caritabile pentru copii pot fi combinate?

Întotdeauna mi-am spus că adevărata libertate este să poți proteja o altă viață. Așa că acest gând a venit cumva natural. Imediat ce am înțeles că expediția pe care o pregăteam în Himalaya poate fi mai mult decât o experiență personală, că poate fi o oportunitate frumoasă de a ajuta și de a da ceva mai departe, am început să conturez un plan. Astfel că anul trecut am urcat pe munte nu doar pentru mine, ci și pentru viitorul și visele fiecărui copil cu o boală incurabilă îngrijit de Fundația Copii în Dificultate. Mi-am propus să atrag atenția asupra copiilor bolnavi pentru care lucrurile banale sunt imposibile, sperând să inspir prin călătoria mea și alți oameni care pot veni în sprijinul lor. Astfel, am ajuns să obținem peste 10.000 de donații prin SMS în favoarea acestor copii. Din pași mici, măsurăți cu empatie, curaj, compasiune și implicare, se construiește un pas major, cu conștiință permanentă că fiecare viață contează.

Experiența care l-a schimbat: 19 zile pe Himalaya



Foto: Arhiva personală

Povestește-mi despre expediția ta de 19 zile în Himalaya – ce locuri frumoase și au rămas imprimate în memorie, ce oameni ai cunoscut?

Este de prisos să încerc să exprim în doar câteva cuvinte această experiență unică. Vorbind de Himalaya, cel mai înalt și cel mai impresionant sistem muntos din lume. Am ajuns la Kathmandu pe 20 martie, chiar în prima zi a Festivalului Holi al Culorilor. Am plecat de acolo cu potecile Nepalului imprimate pe retină, încă am în minte poveștile ghizilor locali care au în palmares 4-5 urcări pe Everest și tot atâtea ale altor opt mări, sunt cei care ne-au ajutat să ajungem până în tabăra de bază a Everestului și apoi sus la 6.119 m.

Am păstrat în suflet imaginile micuților nepalezi întâlniți în satele de pe traseu, chiar am luat cu mine și câteva cărți de colorat pe care le-am împărțit lor și bucuria a fost imensă când i-am văzut grăbindu-se cu entuziasm să le coloreze. Am întâlnit oameni care au urcat pe Everest de 8 ori, așa cum am avut ocazia să întâlnesc pe traseu și oameni care își duseau traiul cu greu, cărând în spate uneori peste 100 de kilograme, urcând pe distanțe lungi. Am traversat văi adânci pe poduri suspendate, m-am bucurat de spectacolul vulturilor care planau grațioș în vale la 4.000 m altitudine și am admirat una dintre cele mai frumoase priveliști ale Himalayei oferite de vârful Kala Patthar. Toate acestea vor rămâne cu mine pentru totdeauna!

Ce momente dificile ai întâmpinat în expediție? Cum ai trecut peste ele?

Poate cel mai dificil moment al expediției a fost în noaptea în care am urcat pe ghețar, pe Lobuche East cu ai săi 6.119 m. După aproximativ 6 ore de traseu pe zapadă, ne-am pus colțarii și am început escaladarea în coardă pe ghețar. După câțiva zeci de metri parcurși, am simțit cum coarda se detensionează deodată și m-am trezit îmbrățișând muntele de-a dreptul, cu câțiva metri "pluțit" în aer. Am respirat adânc, m-am verificat echipamentul, am văzut că sunt ok și, amintindu-mi pentru ce mă aflam acolo, am pornit din nou la drum determinat să îmi ating obiectivul. și am reușit!

Povestește-mi ce gânduri îți treceau prin minte când, în urmă, ai ajuns pe Vârful Lobuche East.

Spiritualitatea locului, frumusețea peisajului întâlnit pe tot traseul nu prea pot fi exprimate în cuvinte, trebuie experimentate. Când am ajuns în vârf, am fost încă o dată impresionat de căt de spectaculoasă era natura din jurul meu, am simțit recunoștință că am reușit să ajung în vârf și mulțumire că totul a fost ok până la capăt. Este un traseu solicitant atât fizic, cât și psihic, însă toate greutățile întâmpinate nu mai contează când natura, dar și oamenii întâlniți pe traseu îți oferă cel mai de preț cadou.

Cu ce lecții de viață te-ai întors după cele 19 zile petrecute în Himalaya?

Dincolo de tot și de toate, mi-am dat seama că totul este posibil atât timp cât îți concentrez toată energia și toate resursele spre a-ți atinge obiectivul propus și dai tot ce poți pentru asta. În felul acesta, oricăr de mare e provocarea, niciun munte nu este prea înalt.

Pas cu pas spre fericirea copiilor care au nevoie de ajutor



Foto: PR

Anul acesta ai lansat carte „Pole-Pole”, titlu în limba Swahili care s-ar traduce „Pas cu pas”. Ce te-a inspirat să numești astfel carte?

De fapt, o traducere exactă a acestei expresii în Swahili, limba vorbită în Kilimanjaro, ar fi „Încet-Încetișor”, dar eu am rezonat mai mult cu „Pas-cu-Pas”, cam cât durează să spui douăzeci și doi și în intervalul acesta de timp să faci doi pași pe munte. Ghizii folosesc des această expresie pentru că mergând încet sunt mai multe șanse să îți atingi obiectivul pe munte fără să te epuizezi, și astfel să ajungi unde îți ai propus într-un timp mai scurt. Dat fiind că este a doua cea mai utilizată expresie în Tanzania, după celebra Hakuna Matata, mie mi-a oferit ritmul necesar atingerii obiectivelor îndrăznețe. A fost filosofia pe care am început să o integrez în viața mea și tocmai de aceea am numit aşa și carte.

Cum a fost pentru tine procesul scrierii acestei cărți?

Nu a fost deloc ușor, a durat mai bine de un an și jumătate, însă mă bucur că pot să împărtășesc cu ceilalți jurnalul meu de călătorie care expune, pas cu pas, lecțiile unui parcurs de anduranță fizică și psihologică, în care singura constantă rămâne necesitatea unei vieți trăite cu altruism, moderatie și dăruire, în timpul prezent. Le mulțumesc tuturor celor care m-au ajutat să o public.

Ce vor putea regăsi în această carte oamenii care o vor citi?

Cartea este o colecție de povești personale din cele două călătorii făcute de mine în 2018 și 2019. Am așternut acolo gânduri și amintiri dragi, întâmplări care mi-au rămas în suflet cu oamenii pe care i-am întâlnit pe cărările din Parcul Național Kilimanjaro sau pe potecile ce șerpuiesc pe Himalaya. Sper să fie o lectură interesantă și o recomand cu mare drag! Cartea poate fi găsită [aici](#).

Despre YOU, platforma prin care orice adolescent care are nevoie de ajutor psihologic îl poate primi gratuit



Foto: YOU

Tu te numeri și printre cofondatorii Asociației Varyafin, din spatele proiectului YOU. Care este povestea din spatele fondării acestui proiect frumos?

În România, și nu numai, adolescenți de toate vîrstele sunt abuzați în societate, în școală și în familie, zi de zi. Totul a început cu ideea de a crea un program pentru tineri și adolescenți, pornind din conștientizarea nevoii lor de a fi înțeleși și însoțiti în călătoria lor de a deveni adulți. În Asociația Varyafin, direcția principală de acțiune este susținerea educației, dar ne implicăm și în numeroase proiecte din sfera educației financiare și zona socială. Astfel, alături de DHM Company am conceput YOU, primul centru de criză din România dedicat în exclusivitate adolescentilor și tinerilor. Este un spațiu de suport, orientare personală și profesională, consiliere, mentorat și asistență specializată pentru nevoile acute ale celor care au nevoie de suport, care nu se pot descurca singuri, care nu pot vorbi cu familia și prietenii, sau care prezintă riscul de a-și pune viața în pericol. Din păcate, violența fizică și abuzurile emotionale asupra copiilor și tinerilor rămân în continuare un punct nevralgic în România, așa că sperăm să putem contribui la schimbare.

Care sunt serviciile oferite de YOU și cui se adresează? Există o limită de vârstă?

YOU este un program complex adresat tuturor tinerilor și adolescentilor din Romania, indiferent de vârstă, disponibil 365 de zile pe an, 24/24. L-am construit pe patru piloni principali:

- Call center pentru tineri 0800 070 YOU / 0800 070 968 – serviciu gratuit apelabil național și internațional; tinerii intră în contact direct cu personal specializat care îi ascultă cu compasiune și le oferă suport imediat în situații critice, pentru probleme ce includ traumele cauzate de violență sexuală, abandon, abuz, violență emoțională și neglijență, hărțuire, bullying, stalking și cyber stalking, educație sexuală, probleme legate de identitate personală, sexuală și psihosocială, precum și urgențe psihologice acute; consultațiile se pot desfășura și anonim, la cererea solicitanților.
- Serviciu de chat gratuit 24/24 – serviciu disponibil de oriunde din lume prin platforma www.you.com.ro, accesibil la orice oră pentru apelanții care sunt în situația în care nu pot vorbi telefonic cu un consilier
- Centru fizic de gestionare a situațiilor de criză, cu personal calificat și pregătit să se ocupe de consilierea tinerilor; în situații acute, aceștia pot veni direct la centru, fără programare prealabilă
- Evenimente de informare, educare și dezvoltare personală pentru tineri, realizate gratuit în licee, universități și huburi din București și din țară.

Există planuri pentru a crea și alte centre fizice YOU, pe lângă cel din București?

Ne bucurăm să venim în ajutorul tot mai multor tineri creând și alte centre fizice YOU, o luăm pas cu pas, Pole-Pole, iar în 15 mai, la Sibiu, notăm al doilea Centru.

Ce alte planuri și dorințe mai ai în tolbă, mai ales după ce măsurile din starea de urgență cauzată de pandemia de coronavirus vor fi mai relaxate?

Pentru YOU, păstrăm obiectivul de a oferi suport și sprijin cât mai multor tineri aflați în situații vulnerabile, mai ales în această perioadă delicată. Iar pe plan personal, am început să lucrez la pregătirea unei noi expediții în care întesc atingerea și depășirea barierelor de 7.000 m altitudine. Dar o să vă pot povesti mai multe când lucrurile vor începe să prindă contur. Nu uitați, totul este posibil, atâtă timp cât ne dorim!

YOU poate fi accesat pe mai multe platforme, printre care: [site](#), [Facebook](#), [Instagram](#) și [YouTube](#).

DE VORBA CU IULIA ZGRIPCEA



Alex Tudose, pe Kilimanjaro pentru copiii bolnavi

1,273 views • Mar 1, 2020

8

0

SHARE

SAVE

...



Iulia Zgripcea

February 28 at 12:56 PM ·



Iulia Zgripcea

February 28 at 12:54 PM ·

Duminică, la ora 10:00, pe canalul meu de youtube Perfect Home Media și pe pagina de facebook iuliazgripcea va aștept cu un interviu interesant cu Alex Tudose, ...

See More

You and 20 others

2 Shares



Iulia Zgripcea

February 28 · Edited ·

Duminică, la ora 10:00, pe canalul meu de youtube Perfect Home Media și pe pagina de facebook iuliazgripcea va aștept cu un interviu interesant cu Alex Tudose, cel care a escaladat vârful Kilimanjaro din Tanzania și vârful Lobuche East din Himalaya pentru copiii cu boli genetice sau în faze terminale. #alexutdose #interview #mywork #enjoy #enjoypeople #greatpeople #value #valuesoflife #aquacarpatica #winebar100dechipuri

You and 50 others 4 Comments 3 Shares

Like Comment Share

Most Relevant ▾



Cristi Bucur Deosebit de frumoasă. Felicitări și mult succes în continuare. Tot respectul

Like Reply 1w



Maria Ica



Write a comment...



Iulia Zgripcea

March 1 at 10:00 AM ·

Alex Tudose a escaladat vârful Kilimanjaro din Tanzania și vârful Lobuche East din Himalaya pentru copiii cu boli în faze terminale sau genetice. Care au fost momentele limită ale acestor expediții și cum a sprijinit "copiii aflați în dificultate", de ce a plecat în astfel de aventuri sunt doar câteva dintre întrebările la care merită să aflați răspuns. #aquacarpatica
#estealauderromania Mulțumim <http://www.1000dechipuri.ro/caro/>



Watch together with friends or with a group

Start

You and 59 others

5 Comments 22 Shares



iulia_zgripcea • Follow



iulia_zgripcea Duminică, la ora 10:00, pe canalul meu de youtube Perfect Home Media si pe pagina de facebook iuliazgripcea va astept cu un interviu interesant cu Alex Tudose, cel care a escaladat vârful Kilimanjaro din Tanzania și vârful Lobuche East din Himalaya pentru copiii cu boli genetice sau în faze terminale. #alexitudose #interview #mywork #enjoy #enjoypeople #greatpeople #value #valuesoflife #aquacarpatica



67 likes

FEBRUARY 28

Add a comment...

Post

Eveniment lansare

revistatango.ro
MARES DRAGOSTE

Celebritati Literă Stil de viață Body&Soul La zi Foto&Video Bloguri Cărțile Tango Comunitate

Prima pagină Recomandarea zilei Sunt cauze pentru care merită să urci pe Himalaya

Sunt cauze pentru care merită să urci pe Himalaya

de revistatango



Există iubiri atât de mari, încât merită să mergi pentru ele până la capătul lumii. și există cauze atât de nobile, încât merită orice efort, orice strădanie, orice risc.

REVISTATANGO
7 martie 2020, 14:16

Alexandru Tudose, om de afaceri, cofondator Varyafin, business coach și speaker motivațional, a înțeles asta înaintea altora, de aceea, a ales să își preschimbe teama în curaj, iar curajul în inspirație pentru cei care doresc, ca și el, să facă lumea mai bună.

Vrând să își depășească, mai întâi, propriile limite, Alexandru Tudose s-a antrenat câteva luni, apoi a urcat pe Kilimanjaro, iar după aceea, din dorința de a face din efortul lui o ștafetă a binelui, următoarea sa mare expediție, în Himalaya, a dedicat-o copiilor cu boli grave îngrijita de Fundația Copii în Dificultate.

Campania Himalaya Climb4Jeans s-a concretizat în peste 10.000 de sms-uri cu donații către Fundația Copii în Dificultate. Pașii ascensiunii montane și ai celei interioare au fost preschimbați, apoi, în cuvinte, în înțelesuri, în revelații de dat mai departe prin discursuri motivaționale și prin pagini de carte transformatoare, aşa cum este *Pole-Pole – Călătorie pe acoperisurile lumii*.

Volumul lui Alexandru Tudose a fost lansat printre un eveniment care a reunit în Sala Titulescu de la Romexpo oameni buni, prieteni dragi și câteva momente artistice de excepție susținute de tânără cântăreață Mira - interpreta unei emociionante reorchestrări a piesei Laurei Stoica, *Nicio stea* - și de adolescentă de la *Victory of Art* avându-l ca invitat pe Tomy Weissbuch, care au prezentat publicului un moment artistic captivant și profund făcând parte din musicalul *Tinderiada*, realizat pe baza scenariului original al adolescentului Rareș Fota și pe muzica lui Romeo Dediu, component al trupei legendară Holograf.

Seara a fost moderată de jurnalista și scriitoarea Alice Năstase Buciuta, apropiată a proiectelor Jeans4Dreams, Stars4Dreams, Climb4Dreams - organizate de DHM în favoarea Fundației Copii în Dificultate - a inclus intervenții emociionante din partea Lidiei Feher, reprezentantă a companiei DHM, Valentina Zaharia, general manager al Fundației Copii în Dificultate și Romeo Crețu, trainer, coach, public speaker și apropiat al lui Alexandru Tudose, și s-a încheiat printr-un dialog cu autorul cărții care a răspuns la întrebările moderatorării și ale publicului.

Autorul a acordat autografe, iar o parte din banii obținuți din vânzarea cărții au fost redirecționați în favoarea Fundației Copii în Dificultate.

În continuare, oricine poate sprijini copiii cu boli incurabile de la Fundația Copii în Dificultate, prin donații în contul RO60 BRDE V391 9447 4260 - BRD sau trimînd un SMS cu mesajul ZILE la 8844 în valoare de 2 euro.



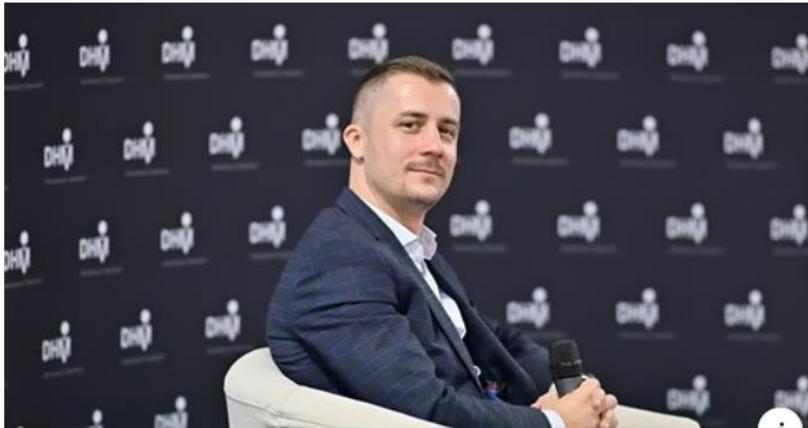
Marea Dragoste

March 7 at 6:35 PM ·

Like Page

Despre Pole - Pole, cartea lui Alexandru Tudose.

- cu Feher Lidia, Alice Nastase Buciuta, Paul Ștefan Buciuta



REVISTATANGO.RO

Sunt cauze pentru care merită să urci pe Himalaya – Marea Dragoste

6



Alice Nastase Buciuta

February 29 at 2:45 PM ·

Like Page

Jeans for dreams. Stars for dreams. Climb for dreams!

E ușor să faci bine, e așa o risipă să faci rău...

Mi-am găsit jeansii donați campaniei Jeans4Dreams, și m-am bucurat, și m-am emoționat. Putem și acum să donăm 2 euro pentru Fundația Copiii în Dificultate, printr-un sms cu textul Zile la 8844.

Alice Nastase Buciuta



82

2 Comments 5 Shares



Ziua Mondială a Bolilor Rare

Foto: Cristian Mihalea / T.MART. 2020

Vineri, 28 februarie, am organizat Ziua Mondială a Bolilor Rare la Romexpo, în cadrul unui eveniment minunat unde a fost lansat volumul „POLE-POLE: Călătorie Pe Acoperișurile Lumii” scris de Alexandru Tudose.



O boală poate fi rară... dar speranța nu!

Pînă în România trăiesc peste 1 milion de pacienți cu boli rare, dintre care 75% sunt copii?

Cei mai fericii hoțe este să dărâmă iubire și să dim atenția la nevoile celor din jurul nostru, să ne facem timp să ejecăm, să ne escutăm unii pe alții, să ne mobilizăm și să acționăm, Pole Pole • pas cu pas.

Din rai și măcaraj cu empatie, curaj, compasăție și implicare, se construiește un pas major, cu conțință permanentă și făcere viață consecată. Aceasta este filosofia care îl-a determinat pe alpinistul român Alexandru Tudose să urce pe Himalaya pentru viețile copiilor în dificultate.

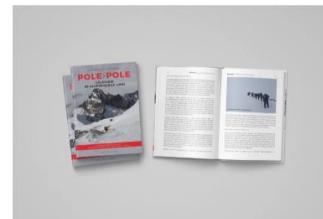


Pole-Pole: Călătorie Pe Acoperișurile Lumii "Pole-Pole" - "pas cu pas" în Drakali, lumbe roșie în El Timpanoare, este formata din călătorii care redau găduină, pas în pas, leagănuri urmări de anumitej fizici și psihologice.

Alexandru Tudose a urcat în 2019 cea mai înaltă stâncă din lume, mont Everest, prin munții cîinei de călător, și răgea lor sora impunătoare, și că răsteori lor sunt înălțări. Campania Himalaya Climă-Deșeuș a emerit 14 apeluri extinse Fundației CDD, la finalul competiției obținându-se la poale 10.000 de donații prin SOS.

Alexandru Tudose și membrii patruzei co-fondatori ai Vasylin, a obțin drepturi priorități de acțiune astăzi exprimate adesea, dar care se legită și în numeroase evenimente și proiecte din zona socială și din sferele financiare.

Foto: Cristian Mihalea



Ajutoră și în domeniul sănătății și dezvoltării sociale și ale sportului.

Ingenios, susținem vîrtoarea imagini de dorit.

Cristian Mihalea
March 3 at 7:37 PM ·

WITH LOVE,
Cristian ❤

WITHLOVECRISTIAN.COM
Ziua Mondială a Bolilor Rare
Vineri, 28 februarie, am onorat Ziua Mondială a Bolilor Rare la Romexpo, în...

10

With love, Cristian
March 3 at 7:37 PM ·

WITH LOVE,
Cristian ❤

WITHLOVECRISTIAN.COM
Ziua Mondială a Bolilor Rare
Vineri, 28 februarie, am onorat Ziua Mondială a Bolilor Rare la Romexpo, în...

3

Cristian Mihalea
February 28 at 4:32 PM ·

FRI, FEB 28
Scrie cel mai lung SMS! O boală poate fi rară, dar speranța nu!
 Iulia and 7 friends visited this place

1



Cristian Mihalea is attending Scrie cel mai lung SMS! O boală poate fi rară, dar speranța nu! at Romexpo.

February 28 at 8:57 PM - Bucharest ·



Anoa Marcu, Raluca Zamfir and 8 others







PR kit



Cristian China-Birta
Mare maestru de isprăvi 2.0

Cauți ceva?

Podcasturi

Top 10 cărți citite în primele 3 luni ale lui 2020

Despre cartile pe care le-am citit, top 10

33 de cărți. Atât am citit în aceste prime trei luni ale atât de nașpetului în perioada asta an 2020. Adică îmi păstrează media trimestrială cu o precizie de metronom chinezesc (pardon my French) în ultimul an și un pic: [35 de cărți](#) la începutul anului trecut, apoi [36 de cărți](#), apoi apoi [33 de cărți](#), apoi [34 de cărți](#) și acum, iată, 33.

A fost și o curiozitate de-a mea să fac statisticile astea. Pentru că am vrut să văd dacă în primul trimestru în care am numărat cărțile a fost doar o întâmplare sau acesta este ritmul meu, cam 30 și un pic de cărți la trei luni, adică 10 cărți și un pic pe lună.

După cum lesne se vede, după 5 trimestre de măsurare, e clară treabă, ăsta-i ritmul. Unii mă întrebă cum de citesc atât de mult. Răspunsul este dublu: 1. cititul este cea mai faină formă pentru mine de a petrece

Mihail Soare – [Ars Profetica](#)

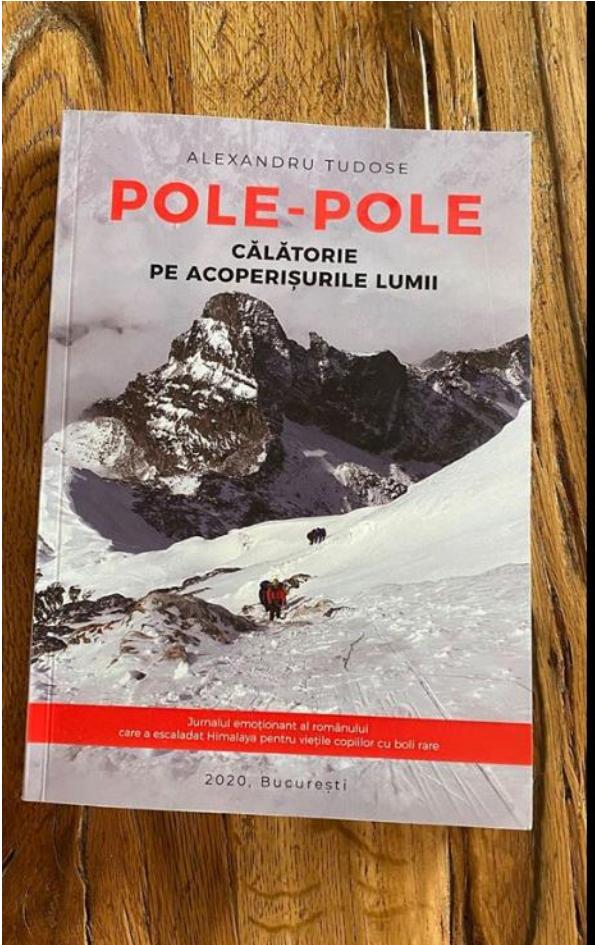
Io cu poezia nu prea avem sloturi de USB comune, ca să îi zic aşa. Doar că, din când în când, pe principiu "pune, măh, mâna și citește și ce nu te pasionează, altfel nu construim socialismul", mă mai arunc la niște versuri. Iar când autorul se cheamă Mihail Soare (unul din autorii mei favoriți pe linie de contemporaneitate cu mine, cum ar veni; dacă nu ați citit Livrescu, mare păcat...), bag, ce să fac. Uite câteva fragmente din poezii [aici](#).

Alexandru Tudose – [Pole-Pole. Călătorie pe acoperișurile lumii](#)

O carte scrisă nu de unul de pe canapea (care o arde cu Universul care o să conspire el să îți râcească berea chiar dacă tu, tolomac, nu ai pus-o în frigider), ci de unul care și-a ridicat dorsalul de pe canapea și s-a cățărat pe niște delușori de niște mii de metri în numele copiilor cu boli rare.

Vlad Cioplea, Gabriela Bumb – [Povești din gară](#)

Băi, căt de tare este cartea asta! Ideea este #cumva furculition: s-au dus în gară, au văzut oameni care le-au spus ceva, Vlad Cioplea le-a făcut poză, Gabriela Bumb i-a luat la întrebări. Și au ieșit 100 de povești foto (ca să le zic aşa) grozave. Adică io am luat cartea în mână aseară (pe sistem "ia să văd ce au săvârșit oamenii ăștia acilea", căci o aşteptam pe aia mică să se pregătească de culcare ca să continuăm titlul povești...) și nu am mai lăsat-o din mână până nu am terminat-o.



Cristian China Birta

March 27 · 6

...

Auziți, nu vă supărăți, aveți doo minute pentru o carte cu adevărat aspirațională?

Nu scrisă de unul de pe canapea (care o arde cu Universul care o să conspire el să îți răcească berea chiar dacă tu, tolomac, nu ai pus-o în frigider), ci de unul care și-a ridicat dorsalul de pe canapea și s-a cățărat pe niște delușori de niște mii de metri în numele copiilor cu boli rare.

Alexandru Tudose îl cheamă pe stimabilul în cauză. Care a scris cartea asta. Despre cum s-a periplat el pe Kilimanjaro și pe un vârfuleț din Himalaya.

Este Alexandru un Balzac, un Cărtărescu, un Mo Yan al condeului? Nici pe deosept. Adică omul scris de parcă ne povestește la o bere cum a săvârșit faptele cu pricina.

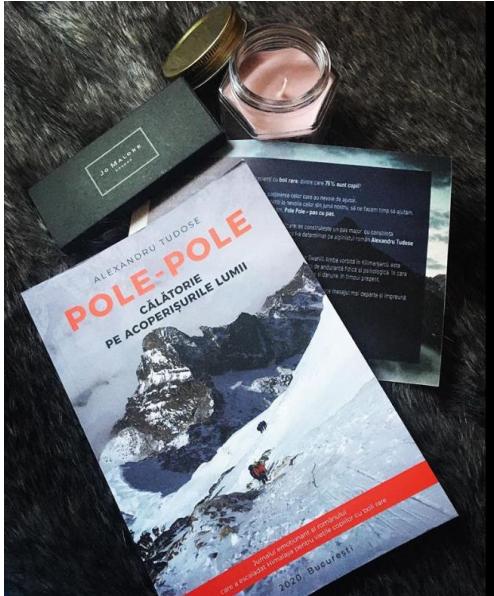
Este Alexandru un om pe care, după ce am întors ultima copertă a cărții, îl respect cu măcar 23,76% mai mult decât înainte? Da, de deosept.

Cum puteți cumpăra cartea? Întrebați-l pe Alexandru. Că io nu m-am ridicat de pe canapea nici măcar să mă interesez pentru voi cum puteți să faceți asta...
#RaftulLuiChinezu



2 Comments

4 Shares



Kitty Trifu

March 6 · Edited ·

...

POLE- POLE: Călătorie pe acoperișurile lumii - Alexandru Tudose
#polepole #bookstagram #dogoodbekind
Jurnalul emoționant al românului care a escaladat Himalaya pentru viațile copiilor cu boli rare.
Pole-Pole = pas cu pas în Swahili, limba vorbită în Kilimanjaro, este jurnalul său de călătorie care radiografiază pas cu pas lectile unui parcurs de anduranță fizică și psihologică, în care singura constantă rămâne necesitatea unei vieți trăite cu altruism, moderatie și dăruire în timpul prezent.

— at Nepal, Himalaya Mountains.

7

Share

0



kittytrifu • Follow
Nepal, Himalaya Mountains

...

kittytrifu POLE- POLE: Călătorie pe acoperișurile lumii - Alexandru Tudose

#polepole #bookstagram #dogoodbekind
Jurnalul emoționant al românului care a escaladat Himalaya pentru viațile copiilor cu boli rare.
Pole-Pole = pas cu pas în Swahili, limba vorbită în Kilimanjaro, este jurnalul său de călătorie care radiografiază pas cu pas lectile unui parcurs de anduranță fizică și psihologică, în care singura constantă rămâne necesitatea unei vieți trăite cu altruism, moderatie și dăruire în timpul prezent.

5d



Liked by marcu.anca and 16 others

5 DAYS AGO

Add a comment...

Post



Dana Badea
February 24

Se mai intampla si lucruri bune 😊

Lansare de carte, vineri 28 februarie 2020

📖 „Pole-Pole înseamnă “pas cu pas” în Swahili, limba vorbită pe Kilimanjaro, și este filosofia pe care alpinistul a integrat-o în viața sa în urma acestor voiaje.”



Varyafin
February 22

Like Page

👤 Alexandru Tudose, unul dintre cofondatorii Asociației Varyafin, lansează, pe 28 februarie, carteua POLE-POLE, un volum emoționant despre călătoria sa pe Himalaya dedicat vieților copiilor cu boli rare.

👤 Alex a urcat în 2019 pe munte pentru fiecare copil cu o boală incurabilă îngrijit de Fundația Copii în Dificultate, amintindu-le constant, prin mesaje pline de căldură, că viața lor este importantă și că viitorul lor este în siguranță. Campania Himalaya Climb4Dreams a urmărit să sprijine activitatea Fundației CID. La finalul campaniei, s-a ajuns la peste 10.000 de donații prin SMS în favoarea copiilor de la Fundația CID.

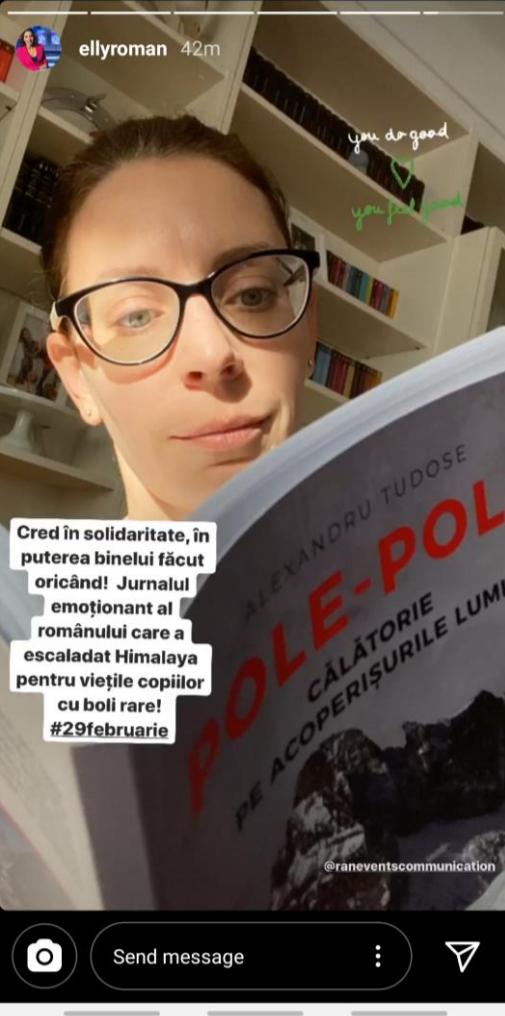
📖 Pole-Pole înseamnă “pas cu pas” în Swahili, limba vorbită pe Kilimanjaro, și este filosofia pe care alpinistul a integrat-o în viața sa în urma acestor voiaje.

Se întâmplă pe 28 februarie, 🎉 la Romexpo, unde onorăm Ziua Mondială a Bolilor Rare cu lansarea unui tricptic de proiecte găzduite sub umbrela Jeans4Dreams, menit să genereze un network de suport pentru copiii și tinerei români aflați în dificultate.

- ➡ Un proiect DHM Company, Varyafin și You. The Youth Project
- ➡ Cu sprijinul EximBank
- ➡ Susținut de ROMEXPO

You, Raluca Zamfir, Cristian Mihalea and 4 others







finesocietycurator 6h
From Create Mode

**Munitie pentru
"carantina".

Carti.**



finesocietycurator 6h
From Create Mode

**La inceput de martie,
cei de la
@raneventscommunication
mi-au trimis o carte a
alpinistului Alexandru
Tudose, numita "Pole Pole",
de la expresia "pas cu pas"
in limba Swahili, cea vorbita
pe Kilimanjaro.**



finesocietycurator 6h
From Create Mode

**Pentru ca a fost un
mix-up la "primire", adica
s-a ratacit un pic coletul,
a ajuns la mine ieri.**



Send message



Send message



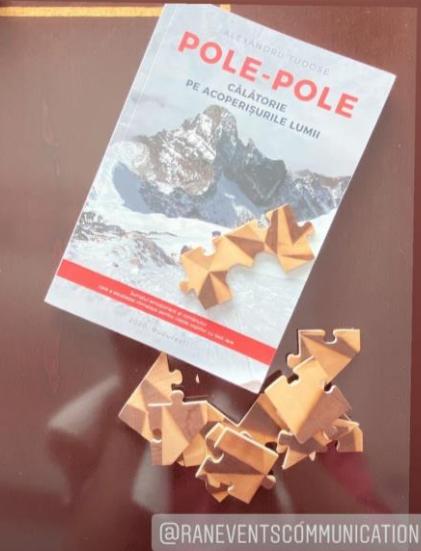
Send message



finesocietycurator 6h

From Create Mode

**Intentia lor era de a
populariza ziua
internationala a bolilor
rare :(Cu acest indemn
de a contribui si de a face
lucrurile "pas cu pas"**



@RANEVENTSCOMMUNICATION



Send message

:



finesocietycurator 6h

From Create Mode

**Totusi, in contextul actual
mi se pare o lectura cat
se poate de potrivita.**

Pas cu pas.

Pole pole.

**Asa luam viata in acest
moment.**

Multumesc

@raneventscommunication

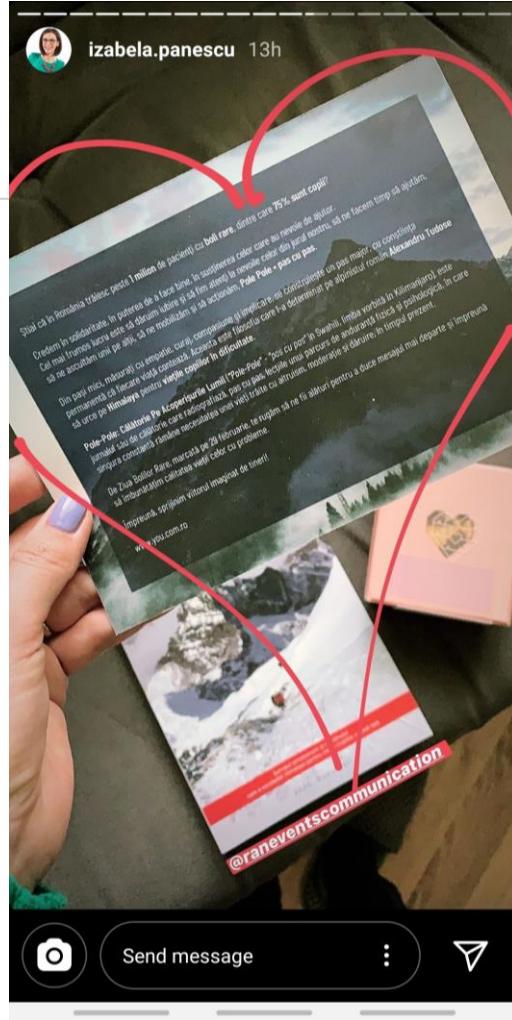


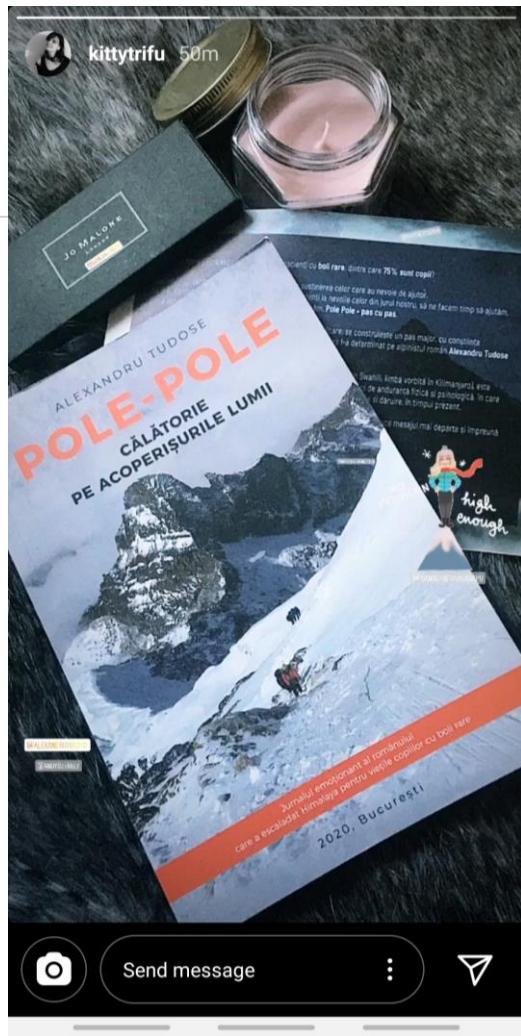
Send message

:









Multumim!
