

Note... *Note...*

Nr. 5

Aprilie, 2017



**COLEGIUL TEHNIC DE POȘTĂ ȘI TELECOMUNICAȚII
GH. AIRINEI, BUCUREȘTI
ISSN 2286 - 2811
ISSN-L 2286 - 2811**



"A CUNOAȘTE. A IUBI.
ÎNCĂ-ODATĂ, IAR ȘI IARĂ,
A CUNOAȘTE-NSEAMNĂ IARNĂ,
A IUBI E PRIMĂVARĂ."

LUCIAN BLAGA

Atelier de creație

Însingurare

Iubim ideea unei fericiri,
râvnim și, totuși, ascundem
sub priviri surâzătoare
neputința...
Suprimăm iubiri, trăiri...
grăbiți și mohorâți spre
nicăieri,
spre mirajul unui mâine ce va
deveni un ieri posac!
Ne-nsingurăm fugind de noi
spre acel mâine ce va deveni
un ieri posac...

Ilinca U.

Lumina

Închisoare cu gratii invizibile mi-a
devenit existența...
Pereții se mișcă odată cu mine,
dându-mi doar senzația de
libertate...
Gardieni ne sunt înseși îndoielile și
temerile noastre.
Ne păzesc bine!...
Fiecare deziluzie mai pune o gratie la
fereastra sufletului, lăsându-mă-n
întuneric...
O, atâtea gratii... devine
neîncăpătoare această fereastră a
mea...
Oare nu pot găsi o celulă mai mare
prin care să mai întrezăresc o dată
lumina?

Ilinca U.

Neputință

Ce faci când apele ți-s adânci?
Când cerul e prea sus?
Când nopți halucinante topesc în ele
nebunia
unui vis... de-atunci, de-acum...
ne istovim în căutări...
Se face toamnă-n noi și continuăm să
rătăcim
Stingheri spre fericire...
Apoi, oboseți, ne-abandonăm, uităm că
e în noi... în noi înșine... și acolo se
ajunge cel mai greu...

Ilinca U.**Mare...**

Oamenii sunt precum corăbiile... mereu
în căutarea altor mări... rătăcind temerare
spre câte-un răsărit spectaculos...
în urmă rămâne lumina crepusculară a unui
vis, crezut cândva măreț... Se stinge-ncet...
De-am zăbovi prin crepuscule...
ne-am aminti de noi, iar fiecare zâmbet
ar liniști această mare învolburată-n căutări...
Mare...
câte corăbii au adormit în adâncurile tale
... și câte visuri tănuiești?!...
Redă-ne nouă... mai e timp!

Ilinca U.

Varietate

Diferit și la fel,
Limpede și tulbure,
Lacrimi și zâmbet,
Extaz, agonie,
Exuberanță, plictis...
Toate-s în noi și se luptă,
Ne strivesc în surdină,
Sub același zâmbet ironic,
Agonizăm în extaz...

Ilinca U.

Toți la fel

Firește c-am să plec cândva.
Sper să nu fie curând momentul acela!
Firește c-am greșit de multe ori!
Și tu vei face asta până mori!
Firește c-am judecat,
Chiar dacă-i târziu să spun
C-am făcut un păcat!
Și pentru ce să mă mai judec?
Om m-am născut, om rămân până plec,
Iar gândurile mele de le vei asculta,
Îți dai seama că și tu ești așa!
Cu toții greșim fără a ne gândi...
Asta ne face să fim oameni
Și-ți dau doar un mic sfat!
Fii om bun la suflet și cinstit,
Fii milos, bucuros
Fiindcă vei fi și tu judecat...
La momentul potrivit!
Camelia Epure, IX E



Primăvara

Primăvara când sosește
Ghiocelul înflorește.
Rândunica a venit
La copacu-nmugurit.

Rândunica ciripește
Sus în cuibul ei iubit
Și când plouă ori când ninge
Doar atunci îi este frig.

Cristina Mogoșanu, XII C

Toamna

Sunt acum struguri și mere,
Dar nu mai sunt rândunele.
Multe flori sunt veștejite,
Frunzele-s îngălbenite.
Iară pomii rămân goi.
S-a dus vara de la noi...

Păsărelele-au plecat,
Frunzele s-au scuturat.
Vântul suflă și ne zice:
-Uite, vine iarna rece,
Cu zăpadă și cu ploi!
Să ne pregătim și noi!

Cristina Mogoșanu, XII C



Poveste despre un om necăjit

Londra anilor de demult... Străzi întortocheate, cu ecoul lor de lătrat de câini și plânsul de copii. Oameni necăjiți, cu haine sărăcicioase, cerșind pe la colțuri și primind câteodată un bănuț și, de cele mai multe ori, o sudalmă de la câte un cavaler mândru.

Pe străzi hoinărea și un om atât de adus de gânduri, încât privirea lui părea pierdută prin alte lumi, străine de el. La ceas de seară, ajunsese la hanul din capătul străzii și intră cu capul plecat ca și cum ar fi intrat într-un sanctuar. Privirea îi poposi pe o masă pe care se afla o ulcică de vin în jurul căreia erau câțiva oameni veseli. Aceștia îi făcură semn să li se alăture. Drumețul încuviință.

-Ce-i cu tine? De ce ești atât de obosit de gânduri rele?

-Dar cu voi ce e? Vă voi spune povestea mea, dar mai întâi aș vrea să vă ascult pe voi.

Mesenii începură să-și spună, pe rând, viața lor atât de grea, cu copii bolnavi, cu lipsa banilor, cu dările grele...

-Ne adunăm aici în fiecare seară pentru a ne spune amarul, pentru a fi alături de cei care suferă ca noi. Noi suntem oameni simpli și aici e locul unde simțim că avem și noi demnitate și onoare. Seară după seară ne gândim la traiul îmbelșugat al măscăriciului regelui, care nu face altceva decât să râdă și să facă giumbușlucuri. I s-a dus vestea și în celelalte regate de măiestria sa și umblă vorba că în curând va fi chemat și la alte curți regale. Au fost zile în care l-am blestemat cu toții când trecea zâmbitor alături de rege, pe când ceilalți frați ai noștri mureau de foame... Pentru că și el e om din popor, dar cu noroc!... Ei, dar gata cu povestea noastră... Tu cine ești? Nu te-am mai văzut în acest han până acum.

-Eu sunt un om pe care nimeni nu îl îndrăgește... Cineva care nu poate ca prin zâmbet să uite de amarul vieții, un om singur, care, atunci când este înconjurat de ceilalți, se simte amenințat...

-Străine, nu vorbi așa... Cum se poate ca fiind alături de frați să nu te simți ocrotit? Spune-ne povestea, nu fi stânjenit!

-Eu râd atunci când ar trebui să plâng... Când mi-a murit tatăl, eu eram îmbrăcat în straie de nuntă; pe când mama era bolnavă și avea nevoie de mine, eu dănțuiam pe marginea unei fântâni, iar când soția și copilul meu se sfârșeau de sabia unor nelegiuți, eu hohoteam de râs în piață... Iar când toți ceilalți se veselesc, eu

plâng, plâng înnebunit, vărsându-mi prin potop amarul... Bani nu am, vise nu am, de dragoste sunt lipsit...

-Vai de tine, biet nebun, exclamă mesenii înduioșați. Cine ești tu, să meriți o asemenea soartă?

-Cine? Omul pe care și voi îl urâți... Eu sunt Măscăriciul Regelui...

AMV





O filă de jurnal

Blestem ziua în care m-am născut, familia din care fac parte, viața pe care o am. Mă uit la multe persoane și-mi doresc să fiu ca ele, dar nu pot să fac nimic ca să ajung ca ele. Nu vreau să fac. Îmi este lene să fac. Prefer să stau mereu în camera mea, cu laptopul în brațe, televizorul pornit, un caiet gol și un pix. Bineînțeles, să stau în pijamale. Urăsc... Bine, nu urăsc, dar nu-mi prea place să stau în haine de casă. Bine, mint. Mi-e mult prea lene ca să mă schimb, așa că rămân mereu cu aceleași haine, indiferent dacă sunt de stradă, de casă sau pijamale. Sâmbăta sincer, stau numai în pijamale, mă simt comod în ele, iar sâmbăta e zi de lene la mine. La fel ca restul zilelor de altfel. Până la urmă, nu asta contează. Adică, ce om normal nu stă în pijamale mereu până când țipă maică-sa la el să se schimbe, iar el stă tot în pijamale pentru a o enerva. Nu vreau să cred că doar eu fac asta. Sunt sigură că nu doar eu fac asta, așa că nu fi minciunică și spune că nu faci asta. Știi c-o faci, e ceva normal și te înțeleg perfect, la fel ca și pe restul oamenilor care fac asta. E ca și cum ai citi o carte, îți place foarte mult, dar persoana pe care o placi spune că urăște acea carte, că e cea mai proastă carte din lume și că n-are nici un sens. Bineînțeles că tu i-ai dat dreptate, normal, e persoana pe care o placi, ai face orice ca s-o impresionezi. Am făcut asta, dar nu faza cu cartea. Preferam să-l înjur, și asta am și făcut. Nu mi-a insultat cartea preferată, dar a spus că nu-mi va citi cartea pe care o scriam în acel moment, în gândul meu l-am înjurat, dar în față i-am spus c-o s-o facă, doar e cartea mea. V-am plictisit deja, dar, sincer, nu-mi pasă. E jurnalul meu, cine vă pune să-l citiți? Probabil nebuna aia care-l scrie. Ah, aia sunt eu! Ce situație ciudată, mă simt de parcă aș vorbi singură. Păcat că asta și fac. Nebună nu sunt, dar am câteva probleme psihice grave care se pot pune, ei bine... da recunosc, sunt nebună. Poate prea nebună pentru lumea asta. Ce om normal și-ar pune șosetele în mâini, un cearceaf murdar pe post de pelerină și ar sări prin casă spunând că este Superman în versiunea feminină. Da, eu. Eu aș face asta, eu am făcut asta. Eu voi face în continuare asta. Știi, nu vă pasă, vă plictisește, vă face să vă dați cu capul de toți pereții pe care-i vedeți. O să vă dau un Nurofen forte, poate vă mai trece din durere. Dacă ați ajuns deja aici, înseamnă că sunteți ca mine, nebuni. Glumesc! Nu sunteți nebuni, sunteți doar plictisiți și nu aveți ce să citiți, așa că stați aici. E ok, cred că aveți loc. Și chiar dacă nu aveți, trăim într-o țară liberă, nu e greu să vă faceți loc pe aici. Asta, bineînțeles, dacă și vreți. Vreți asta? Poate că nu. Nu știu ce e în mintea voastră acum, dar aș vrea să știu. Pun pariu că toți aveți acum telefoane deștepte, d-ăla de apeși cu degetul pe el și face magie. Nu?

Apeși pe un buton și pornește muzica, ciudat, muzica vine printr-un fir alb care se despică în două fire, mai mici, și apoi urmează - cum spune profa mea de francă - două boxe. "Scoate boxele din urechi și fii atent". Boxele alea se numesc căști, parcă. Nu sunt un geniu în tehnologia asta, ce naiba. La cratiță cu mine, doar sunt femeie. Dacă voi chiar ați crezut că eu vorbeam serios, atunci, sunteți tari. Îmi place de voi, continuați tot așa. Vă apreciez. Și eu aș vrea să cred asta, ar fi frumos să mă pot muta într-o casă aflată în vârful unei stânci din mijlocul mării. Izolată de toți și toate. Mai ales de net. Din nou, nu vorbesc serios. Dacă nu-mi verific notificările de pe facebook din cinci în cinci minute, n-am făcut nimic în ziua aia. E ca și cum n-aș mânca. Ceea ce fac foarte des. Dar din nou, ce vă pasă vouă ? Parcă ziceam ceva de un băiat pe care-l plac. Da, eh, păi... nu există. E o persoană din capul meu, un băiat frumos - doar n-o să visez la băieți urâți din moment ce-mi pot imagina, iar imaginația mea fiind foarte bogată, vă dați seama și singuri ce urmează - cu ochii foarte albaștri, așa cum îmi place mie, cu un comportament perfect. Dar perfect, ce naiba! Ce băiat ți-ar suporta ție toate mofturile de femeie nebună pe ciclu și după aceea te-ar lua în brațe și nu ți-ar mai da drumul. Probabil niciunul. Sau poate n-am văzut eu pe unul făcând asta. Merg pe a doua variantă. Nu trebuie să-mi știți numele, nici pe al lui. Nici pe al celorlalte persoane care vor apărea pe aici. Găsiți voi unele potrivite pentru ele, nu cred că trebuie să dau prea multe detalii, până la urmă, unul se va prinde de șmecheria asta și nu vreau s-o facă din prima. Așa, ziceam de el, păi, nu e mult de zis. El nu există, eu exist. Relația e imposibilă, dar cică nimic nu-i imposibil. O să mă mărit cu o persoana imaginară, o să intru în istorie.

Nimic nu-i imposibil! Mișto, nu? Niciodată să nu spui niciodată. Mi-a plăcut melodia aia, nu foarte mult, dar mi-a plăcut. Probabil credeți că sunt genul ăla de persoană plictisitoare, fără viață, fără prieteni, doar cu un laptop și un site pe care să scrie. Am o viață socială, dar nu-mi place s-o accesez. Așa că v-ați pricopsit cu mine, cititorilor!

Carla Barbu, X G
Prof. coord. Ana-Maria Vasile



Gânduri

Stare

Sufletul meu, gol precum o cameră pustie, urlă de durere în negura nopții. Nu are opreliști durerea ce mă străpunge acum, la ceas de seară. Vântul vuiște izbind geamurile și ușa, deschise de dor. Întunecimea, care mi se arată prin ferestre, nu face decât să îmi amintească de ochii tăi de smoală, iubite... Acei ochi ce nu prevesteau nimic, afară de mister și de pericol. Un pericol pe care am simțit, cu o nevoie arzândă, să-l testez. Lipsa perdelelor sunt reprezentarea inimii mele lăsate fără protecție în fața nesfârșitei dureri.

Sunt pustiiă acum, asemeni acestei camere, iar numai dorul și neliniștea mă umplu. O liniște mormântală e peste tot și toate. Doar o cucuvea își mai strigă disperarea în noapte.

Totul e letargie și liniște...

Obsesie

Toți și toate erau la patru ace. Dunga pantalonilor bărbatului, pe care-l priveam deja de câteva minute bune, era ascuțită și bine definită, precum aripile unui înger ce taie norii în zbor. Bărbatul se deosebea de ceilalți. Avea un rafinament aparte, o eleganță precum doar o lebădă neagră poate avea. Emană același mister, aceeași raritate ca această necuvântătoare. Însă, ceea ce mă fascinase pe mine, îndeosebi, era acea dungă. Puteam parcă privi direct în sufletul lui prin ea. Un suflet rece, calculat și neîmblânzit. Simțeam nevoia să fiu eu cea care avea să-l îmblânzească, să fiu eu cea care îi va aduce căldură în inima de gheață.

Durere

Ne certăm... Mă simt o poezie, iar el, în superficialitatea lui, pare inapt în a mă interpreta printre rânduri, în a vedea dincolo de aparențele ce ne înconjoară. Lucrurile lumești luminează calea noastră spre pierzanie și mă întreb de ce nu poate să vadă amănunțele vieților noastre. Mi-am construit un scut invizibil, o lume a mea, unde găsesc refugiu față de cuvintele sale ce tind să mă lovească precum gloanțele. Mi-am creat un univers paralel în care fericirea nu are preț și nu are nevoie de tristețe pentru a exista.

Suntem doi: el și eu, acum separat în timp ce odată eram noi...

Ana Maria Matei, XI F

Prof. coord. Mara Manta

Fundal: Salvador Dali, Fantasmagoria

PSIHOLOGIA, DRUMUL CĂTRE NOI ÎNSINE

PSIHOLOGIA, DRUMUL CĂTRE NOI ÎNSINE



20 de pași spre... FERICIRE!

Fericirea este unul dintre cele mai complexe sentimente umane, după care omul tânjește, uneori toată viața. Fiind un aspect atât de important al vieții noastre psihice, emoționale și, totodată, atât de dificil de obținut, de experimentat, există o mare varietate de opinii cu privire la definiția fericirii.

Unii oameni definesc fericirea ca fiind identică cu sentimentul de iubire: iubire pentru părinți, iubire pentru prieteni, iubire de oameni, în general.

Alții definesc fericirea ca libertatea totală de a face ceea ce își doresc, de a-și petrece timpul cu persoanele apropiate sau, pur și simplu, identifică fericirea cu o stare de bine, o stare plăcută, o stare în care nu există: durerea, suferința, tristețea, boala, singurătatea, nemulțumirea, frica, anxietatea, furia, ura etc.

Și totuși, ce este fericirea?

Din punctul de vedere al psihologiei pozitive, care mai este denumită și știința fericirii, fericirea se definește prin câteva dimensiuni specifice, pe care le prezentăm mai jos:

1. Este fericit omul care se bucură zilnic de ceea ce are în viața sa (familie, prieteni, colegi, amici, vecini, comunicare, artă, cărți interesante, internet, căldură, soare, aer curat, hrană sănătoasă, apă de calitate, animale de companie, exerciții de respirație, exerciții de meditație etc.)
2. Este fericit omul care este recunoscător pentru tot ceea ce are în viața sa.
3. Este fericit omul care face ceea ce îi place cu adevărat (are profesia care-i place; are locul de muncă potrivit pasiunilor sale; are afacerea sa; se dezvoltă pe sine și îi ajută pe ceilalți în propria lor dezvoltare personală și profesională etc.).
4. Este fericit omul care nu așteaptă laude după ce a făcut ceva din plăcere sau recunoștința altora pentru activitatea pe care a făcut-o.
5. Este fericit omul care nu trăiește în prezent, dar cu gândul la trecut.
6. Este fericit omul care nu trăiește în prezent, dar cu gândul la viitor.
7. Este fericit omul care are deprinderea mentală, exercițiul zilnic de a gândi pozitiv (atât în privința atitudinii față de propria persoană, cât și în privința atitudinii față de oamenii din jurul său; nu se judecă pe sine și nu-i

judecă pe ceilalți; nu se compară pe sine cu ceilalți; își asumă întreaga responsabilitate pentru ceea ce este, fără a-i face pe ceilalți vinovați și fără a-și justifica eșecurile personale prin lipsa de oportunități ale mediului social etc.).

8. Este fericit omul care are convingerea că are sub control propria viață emoțională (poate trece creativ peste stări emoționale intense și negative, precum: furia, frica, tristețea, dar și peste stări emoționale intense și pozitive precum dorințele; își poate reveni relativ repede după eșecuri, învățând din fiecare; poate să fie generos cu cei din jur și să-i încarce cu emoții pozitive: bucurie, surprindere plăcută, curiozitate inteligentă, admirație, recunoștință, blândețe etc.).
9. Este fericit omul care prețuiește persoanele importante din viața sa, indiferent care sunt acestea (părinți, colegi, profesori, mentori, parteneri de viață, prieteni, duhovnici etc.).
10. Este fericit omul care își exprimă recunoștința față de persoanele pe care le prețuiește (admirația și recunoștința reprezintă două dintre cele mai dificil de exprimat sentimente umane).
11. Este fericit omul care este activ, sociabil și implicat în multe activități sociale care îi aduc plăcere și îl dezvoltă armonios ca personalitate, de-a lungul timpului vieții sale.
12. Este fericit omul care nu simte invidia atunci când dorește să se compare cu un alt om, indiferent care ar fi acesta (invidia este o emoție negativă complexă care rezultă: fie dintr-un complex de inferioritate, fie dintr-un complex de superioritate; oricum, este un dezechilibru al personalității).
13. Este fericit omul care își permite să fie spontan, natural și autentic, fără ca prin aceasta să afecteze starea emoțională a oamenilor din jurul său.
14. Este fericit omul care nu se preocupă de ceea ce cred ceilalți despre el, fără să fie indiferent față de oamenii din jur.
15. Este fericit omul care trece cu voință peste starea de îngrijorare, indiferent de cât este aceasta de justificată sau închipuită.
16. Este fericit omul care știe să se organizeze în viața personală, să-și planifice bine activitățile, să-și valorifice eficient timpul vieții, să aibă scopuri precise și nobile și rezultate pe măsură.
17. Este fericit omul care preferă să aibă o perspectivă frumoasă și pozitivă asupra propriei vieți și asupra vieții, în general (ia decizia de a-și privi viața în mod pozitiv, își amintește permanent de această decizie și o pune în practică ori de câte ori are ocazia, mai ales atunci când îi este greu).
18. Este fericit omul care înțelege că fericirea este un ideal și că important este drumul către fericire, deoarece la capătul acestui drum fericirea

poate lua forma: împlinirii personale, compasiunii, iubirii, înțelepciunii, serenității...)

19. Este fericit omul care înțelege că drumul spre fericire trece prin trăirea inteligentă, profundă și creativă a emoțiilor negative (suferința psihică este singurul reper interior serios al pierderii direcției către fericire, iar mesajele sale trebuie ascultate cu mare atenție).
20. Este fericit omul care ... (vă rugăm să completați fraza, valorificându-vă propria înțelepciune de viață).

După cum putem cu ușurință observa, fericirea este un scop complex de viață și presupune mult efort voluntar și inteligență emoțională.

Ce să facem pentru a deveni fericiți?

În primul rând, să ne propunem acest scop de viață! Apoi, să ne dezvoltăm treptat toate abilitățile emoționale și cognitive necesare respectării celor 20 de pași spre fericire.

Vă dorim mult succes!

*Pentru mai multe informații pe tema științei fericirii, vă rugăm să consultați materialele de specialitate de pe pagina <http://positivepsychology.com>

**Profesor psiholog Daniela Drăghici,
Cabinetul de Asistență Psihopedagogică**

CRONICILE ADOLESCENTULUI

CRONICILE ADOLESCENTULUI



Cele 40 de legi ale iubirii. Elif Shafak

Trăim vremuri în care ființa umană devine ușor, ușor robotică. Materialismul de care dă dovadă această specie, lăsată de Dumnezeu pe pământ pentru a iubi și a fi iubită, dar, îndeosebi, superficialitatea acesteia este îngrijorătoare, tragică, ducând chiar spre grotesc.

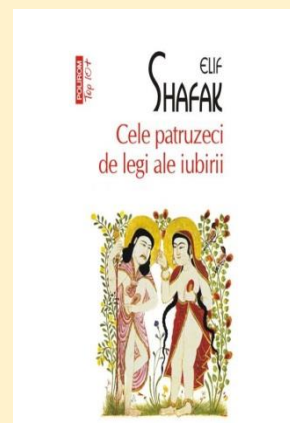
Această carte prezintă paralel două șiruri narative: unul în prezentul secolului XXI, anul 2008, mai exact, iar cel de-al doilea se petrece cu mai bine de 800 de ani în trecut.

Minunata operă începe prin prezentarea Ellei, o mamă casnică, ce are principii bine definite, acestea nefăcând-o neapărat fericită. Adevărata acțiune se declanșează în momentul în care Ella este solicitată să scrie o recenzie despre un manuscris, „Dulce Blasfemie”.

Așa cum probabil veți vedea pe parcursul cărții, Ella descoperă că viața ei e, de fapt, o minciună, că aura ei și-a pierdut din strălucire, asta doar din pricina faptului că nu și-a permis niciodată să fie adevărata ea, ci a îndeplinit mereu așteptările celor din jurul său.

O carte cu un extraordinar impact asupra propriilor mele principii, „Cele patruzeci de legi ale iubirii” spune un adevăr aplicabil în zilele noastre. Deși al doilea șir narativ se desfășoară în religia musulmană, ideea de bază are aplicabilitate universală, și anume aceea că iubirea este singura modalitate de schimbare, iubirea poate fi raiul omului pe Pământ, iar lipsa acesteia - iadul: „Iadul e acum și aici. La fel și raiul. Încetează să-ți mai faci griji din pricina iadului și să mai visezi la rai, căci sunt amândouă cuprinse în clipa de-acum. De fiecare dată când ne îndrăgostim, ne înălțăm la rai. De fiecare dată când urâm, pizmuim sau ne înfruntăm cu cineva, ne rostogolim drept în flăcările iadului.”

Un alt pasaj, care pe mine m-a marcat datorită purității și inocenței pe care acesta îl exprimă, este următorul: „Eram așa de neștiutoare că, dacă m-ar fi întrebat cineva cum se fac pruncii, i-aș fi răspuns că Dumnezeu îi plămădea într-o cocă moale și dulce.”



Plină de cuvinte cu dublu înțeles, lectura acestei cărți provoacă cititorul să lase deoparte superficialitatea și să „citească dincolo de rânduri”.

Eu găsesc această carte un alt fel de DECALOG. Să ne gândim o secundă! Dacă iubirea ar fi sentimentul definitoriu pentru omenire, ar mai exista foamete, sărăcie sau durere ori deznădejde? Iubirea nu e egoistă și nu așteaptă nimic la schimb. E un sentiment ce ne înalță!

Revenind la Ella, aceasta va începe o relație de prietenie cu Aziz, scriitorul manuscrisului la care lucrează. Nu va dura mult, însă, ca această relație să devină ceva mai mult, iar Ella își va părăsi familia și va începe un nou stil de viață alături de Aziz.

Cartea se încheie în mod tragic și, trebuie să recunosc, mi-a plăcut într-atât, încât am citit secvența de trei ori și am vărsat lacrimi de fiecare dată. Este cumplit cum Ellei i s-a luat fericirea când abia își permisesese să guste din ea. Cu toate că acum a rămas singură, sufletește, Ella nu se simte nici pe departe în acest mod deoarece Aziz i-a dăruit, prin iubirea ce i-a purtat-o, nu doar curajul de a evada din viața nefericită pe care aceasta o ducea, ci și încredere în propria persoană!

„O viață fără iubire e lipsită de însemnătate. Nu te întreba ce fel de iubire ar trebui să cauți, spirituală ori materială, divină ori pământească, răsăriteană sau apuseană... Împărățiile duc doar la alte împărății. Iubirea nu poate fi nici numită, nici lămurită. E ceea ce e pur și simplu.

Iubirea e apa vieții. Iar cel ce iubește e un suflet de foc! Lumea se învârte altfel când focul iubește apa.”

Ana-Maria Matei, XI F
Prof. coord. Mara Manta



Fluturi, Irina Binder



Citind cartea **Fluturi**, te bucuri de un univers plin de emoții și te regăsești în fiecare zburcium.

La sfârșit, te bucuri, zâmbești și mulțumești pentru tot: că ai cunoscut și trăit iubirea cu toți fluturii și cu toate lacrimile ei, că ai avut parte de prietenii adevărate și sincere, că ai crescut printre cei mai minunați și mai delicați oameni, că te-ai pierdut ca să te regăsești, pentru că toate au un rost și pentru că nimic nu este întâmplător...



<http://editura-foryou.ro/-cartea-fluturi-vol-i-ii-de-irina-binder>

Cartea **Fluturi** este o invitație în universul unui suflet. Povestea începe oarecum timid, ca să continue cu pași grăbiți și să sfârșească printr-o avalanșă, aparent haotică, a tot ceea ce înseamnă și poate aduce iubirea în viața unui om: fluturii iubirii, fericire fără margini, lacrimi și amărăciune, dezamăgire și resemnare.

Citind cartea, descoperi magia fluturilor, care, într-o singură zi, se nasc, iubesc și mor. Fluturii iubirii ating pe oricine găsesc frumos. Ei surprind întreaga esență a lumii, în dorul dintre două bătaie de aripi. Se bucură alungând și respirând doruri bune, șoptind la fiecare deschidere de aripi, iubire.

Iubirea face ca, în timp, măștile oamenilor să cadă, pentru că prea puțini sunt cei care, odată dezveliți pe măști, mai pot privi printre și spre iluziile vinovate pe care le-au creat sau păstrat.

<https://www.librex.ro/literatura-contemporana/fluturi-irina-binder-2-volume.html>

Denisa Cârstea, X F



Rețetă de sarmale tradiționale

Se povestea că într-o țară îndepărtată, pe locurile în care, odinioară, pandurii lui Tudor poposiseră în drumul lor spre curtea domnească, niște învățăcei de la Academia Regală de Transmisiuni Poștale au descoperit întâmplător un înscris ciudat. Dintre copertile unui ceaslov tehnic a căzut o misterioasă rețetă de bucate. Curiozitatea și spiritul inovativ, pe fondul unei aprige foame, i-a convins să descifreze tâlcul ingredientelor și să-și pună șorțul de bucătar. Aveau nevoie de 400 de grame de carne de mistreț din Grădina Cerbului, 300 de grame de carne de căprioară din grădina lui Nicolae Labiș, două mostre din aventurile lui Cepelică, doi pumni de orez luați din traista lui Dănilă Prepeleac, o legătură de mărar din răsadurile Sfintei Duminici, două verze acre ca mutrele surorilor Cenușăresei, niște piper măcinat și alte mirodenii din Sarea-n bucate, două foi de dafin culese din zbor de Nils Holgersson, oleacă de Morcoveață, câteva fire de cimbru din șanțul uliței copilăriei și 200 de grame de slănină afumată din pulpa unui godac de-al lui Lică Sămădăul.

Întâiul chef care a îndrăznit să se ia la trântă cu această rețetă bizară a fost fiul cel mic al unui crai vestit, frate al lui Verde împărat. Vestea că unchiul său, școlit la Hogwarts și la Paris, veritabil *connoisseur*, deschide un restaurant cu specific românesc chiar în inima tărâmului basmelor, pe strada poveștii fără sfârșit, l-a făcut pe Harap-Alb să-și încerce norocul. După ce a salvat de la moarte sigură o gloabă pe care numitul Florea Gheorghe din Siliștea Gumești voia să o răpună într-o văgăună, niște furaje cu suplimente fumegânde au prefăcut mârtoaga în armăsar. Făcându-se verde la față, unchiul i-a cerut ucenicului să-și

dovedească măiestria culinară înainte de a accepta să-i dea șorțul de maestru. Așa că orgoliul crescă în pieptul lui Harap-Alb ca un bulgăre de zăpadă rostogolindu-se.

Mai întâi curăță ceapa, o tocă mărunț și o puse la fiert până deveni sticloasă. Trebuia lăsată la foc mic și amestecată mereu cu bulion. Așa că nimeni nu era mai potrivit pentru această muncă decât Gerilă care se înființă numaidecât lângă cuptor. Alături fu adus un bol mare în care azvârli carnea tocată, ceapa și mirodeniile. Degetele pofticiosului Flămânzilă trecură ritmic prin amestec. Nimeni nu zărea verzele, așa că fu chemat de urgență aprigul Ochilă care le observă cum stăteau pitite pe fundul unui butoi cu saramură. Harap-Alb își frânse mâinile neștiind cum să le scoată la lumină și să le dezghioace. Nu fu nevoie să i se spună de două ori lui Setilă care, sorbi prin gâtul său uscat toată bunătatea de zeamă de varză. Cu urechile pleoștite, cele două coțofene fură așezate pe masă și un baltaș sclipi iute deasupra lor. Însă instinctul de conservare făcu să le crească picioare iuți ca ale Turțiței și, după ce se rostogoliră de pe masă începură să gonească surescitate oprindu-se în hățișurile dumberavei minunate. Tipul de la aprovizionare, Păsări-Lăți-Lungilă, care tocmai așezase pe un scaun un bax de conserve, întinse brațul și pipăi cu vârful degetelor după cele două verze indispensabile rețetei. Le aduse pe tocător și, cu o meticulozitate înspăimântătoare, le desprinse foile una câte una. Gerilă scotea câte un boț de carne cu o lingură de lemn și Flămânzilă o învelea cu o infinită grijă în petala de varză murată. Ochilă supraveghe așezarea lor una lângă alta pe fundul circular al unui tuci făcut de un țigan de dincolo de nisipuri. Peste primul strat de sarmale Setilă turnă, cu mișcări delicate, dionisiace, un strop de bulion pe care-l întinse cu degetul. Zidul de sarmale „creștea” precum peretele meșterului Manole până când Harap-Alb îl alungă de acolo pe Flămânzilă care fusese filmat pe cameră cum înfuleca pe ascuns. Deasupra fu așternut un strat de un centimetru de varză tocată mărunț căpăcită cu o lingură de bulion din roșii crescute pe Argeș în sus. Toți cinci eroii ridicară capacul greu ca pe o ridiche uriașă și astupară oala care fierse la foc mic timp de 40 de minute. Setilă verifică nivelul apei și completă de fiecare dată când vedea că este nevoie. Gerilă băgă vreascuri uscate sub cazan și stătu cuminte cu ochii în flăcările jucăușe încă o oră jumătate.

În fața farfuriei cu mămăligă aburindă și sarmale, împăratul Verde, *cheful* școlit la Paris, înghiți în sec. Se povestește că, după ce și-a umplut burta, a

oferit mâna fiicei sale tânărului Harap-Alb, iar îndemânaticele lui ajutoare câte un post pe măsura fiecăruia. Când a ieșit la pensie, de frică să nu-i fie răpit secretul rețetei de sarmale, a pus la păstrare, într-o carte, foaia cu ingredientele. Din nefericire a nimerit o carte foarte șireată care n-a știut să păstreze taina.

Prof. Bogdan Andronache





Lumina Paștelui

Era o zi însorită de primăvară. Alexandru și Cristina erau în vizită la bunici împreună cu părinții lor.

În curte era mare agitație. Fiecare avea câte ceva de făcut: bunica făcea cozonaci, mama vopsea ouăle, mătușa pregătea friptura de miel, iar bunicul și tatăl copiilor spărgeau lemne.

Mătușa spuse exasperată:

-Alina, mâine este Paștele, iar noi nici măcar nu am terminat masa! Nu mai spun că trebuie să ne pregătim și noi cu haine alese.

Cristina se apropie de fratele ei și-l întreabă:

-Alexandru, văd că toată lumea se agită și se pregătește pentru sărbătoare, dar ce sărbătorim noi, de fapt, de Paște?

-Nu știu, surioară! Hai s-o întrebăm pe bunica!

-Bună idee!

Cei doi copii au mers la bunica.

-Bunico, avem și noi o întrebare: vedem că toată lumea este foarte ocupată cu pregătirile pentru masa de Paște. Ce semnifică, de fapt, Paștele?

-Ați pus o întrebare foarte bună, copii. Din câte observ, spune bunica, uitându-se în jur cu tristețe, se pare că nimeni din familie nu-și amintește adevărata semnificație a acestei sărbători. Cred că ar fi timpul să le reamintim tuturor că această sărbătoare religioasă nu presupune doar masă și petrecere, ci are o semnificație mult mai profundă.

Spunând acestea, bunica îi chemă pe toți membrii familiei și-și începu povestea: „Lumea era rea și plină de păcate („Căci toți au păcătuit și sunt lipsiți de slava lui Dumnezeu”). Dumnezeu l-a trimis pe Fiul Său, Domnul Iisus ca să mântuiască lumea de păcat. Hristos a venit pe pământ prin Fecioara Maria („Căci iată, Maria va naște un fiu și-i vor pune numele Emanuel, care tâlmăcit înseamnă Dumnezeu este cu noi”).

Iisus a demonstrat că este fiul lui Dumnezeu prin multe minuni: transformarea apei în vin la nunta din Cana, înmulțirea pâinilor și a peștilor, exorcizarea înderăcitului din Gadara, dar și prin alte fapte care au uimit oamenii simpli, sporindu-le credința.

Marii preoți căutau să-l omoare pe Iisus, deoarece el aducea învățături drepte poporului. Aceștia se gândeau cum să-l prindă („Nu în timpul sărbătorii ca nu cumva să fie tulburare în popor”).

În Săptămâna Patimilor ne amintim de sacrificiul lui Iisus Hristos venit să curețe păcatele omenirii prin propriul sacrificiu. Domnul Iisus a mers împreună cu ucenicii săi în grădina Ghetsimani ca să se roage, dar ucenicii nu au putut veghea împreună cu El. Iuda, ucenicul trădător, a venit cu garda Marilor Preoți. L-au arestat și l-au dus mai întâi la Marele Preot Califa, apoi la Pilat, la Irod, deoarece nimeni nu-i găsea nicio vină.

Fiind sărbătoare, Pilat a întrebat poporul pe cine să elibereze: pe Iisus sau tâlharul Baraba. Oamenii au răspuns că Iisus trebuie răstignit, iar Pilat din Pont, neavând ce face, le-a îndeplinit dorința.

Drumul Crucii a fost umilitor și dureros, iar în amintirea patimilor Domnului credincioșii țin post negru în Vinerea Mare. Ostașii și-au bătut joc de El în timp ce căra greaua cruce a durerii: i-au pus o coroană de spini și l-au lovit. Când l-au dus pe dealul

Golgota și L-au răstignit, în chinurile morții, Iisus a strigat „Eli, Eli, Lama Sabactani?” care tâlmăcit înseamnă: „Dumnezeul meu, Dumnezeul meu, de ce m-ai părăsit?” Apoi a șoptit „Mi-e sete”. I s-a dat să bea oțet, iar ultimele Lui cuvinte au fost: „S-a isprăvit”. În Vinerea Mare creștinii își amintesc punerea în mormânt a lui Iisus și cântă Prohodul.

Sărbătorim Sfintele Paști și primim Lumina Învierii, căci El a înviat din morți a treia zi. De aceea, Paștele este o sărbătoare a luminii și a bucuriei. Creștinii se adună alături de familie, pentru că este un moment de speranță și purificare sufletească.”

-Acum înțelegeți, dragi copii, adevărata semnificație a Paștelui? Cu prilejul acestei sărbători, toți creștinii își amintesc de dragostea mare a lui Dumnezeu care l-a trimis pe Fiul Său în lume să moară pentru noi și pentru păcatele noastre.

-Da, bunico, răspuse Alexandru. Acum am înțeles ce se sărbătorește cu adevărat în această zi. Cred că ar trebui să facem o rugăciune de mulțumire.

-Ai dreptate, Alexandru. Să ne rugăm și să ne bucurăm!

Tabita Drăguț, IX G

Prof. coord. Elena Simion





GREEN: Gastronomie Românească – Exercițiu de Educație și Nutriție



„A găti e a scrie. Nicio senzație nu e deplină, dacă nu devine cuvânt. Voluptatea de a povesti o mâncare și de a construi, în jurul paharului, zglobii piruete lirice justifică și amplifică plăcerile mesei. Suntem în plină tradiție, în tot ce are ea mai exuberant, mai firesc și mai apetisant. Poftă bună și să vă fie de bine!”

(Andrei Pleșu, București, 13 februarie 2001)

Bucătăria tradițională românească este denumirea pe care o poartă rezultatul sintetizării, în timp, a gusturilor și obiceiurilor gastronomice specifice poporului român. Ea este diversă, cuprinde nenumărate obiceiuri și tradiții culinare, mâncăruri specifice, împreună cu obiceiuri provenite din intersectarea culturii gastronomice cu tradiții ale altor popoare, cu care poporul român a intrat în contact de-a lungul istoriei. Bucătăria românească cuprinde atât bucate de zi cu zi, cât și preparate speciale de sărbătoare, rânduite în funcție de anotimpul și sărbătoarea pomenită. Bucatele românești sunt alcătuite atât din legume, cereale, uleiuri vegetale, lapte, produse lactate, cât și din carne și subproduse din carne. Un loc aparte în bucătăria românească îl au dulciurile, plăcintele, dulcețurile.

„Sub titlul emfatic și narcisist de «bucătărie românească», găsești mai toate felurile turcești, arabe, austriece, grecești, franceze deseori, rusești, evreiești, poloneze ori chiar și altele, de și mai aiurea. Ce-s musacaua, ciorba, chifteaua, ciolanul pe fasole, clătitele și altele atât de «neaoșe» bucate altceva decât depuneri, aluviuni, fie ale ocupației otomane, fie ale influențelor franceze, germane, fanaro-grecești sau care or mai fi ele”, scria Radu Anton Roman în cartea sa, „Bucate, vinuri și obiceiuri românești”. Însă tot scriitorul vine cu argumente care să ateste, totuși, măcar existența unor feluri tradiționale (sau naționale), dacă nu a unei întregi bucătării. „Cu toate astea, cele mai multe din aceste lucrări n-au reușit nicicum să păstreze modelul. Mai mult, l-au aranjat discret pe românește, în asemenea măsură, încât nu mai recunoști nici măcar tema originară”, explica scriitorul în același volum.

Necesitatea cunoașterii de către elevi, părinți, profesori a cerințelor unei alimentații sănătoase, promovarea unei bune tranziții de la școală la viața activă, facilitarea inserției tinerilor pe piața muncii au fost premisele pentru realizarea acțiunii **GREEN: Gastronomie Românească – Exercițiu de Educație și Nutriție**.

Un grup de profesori coordonat de doamna inspector Daniela Bădescu și Coordonatorul de Proiecte și Programe școlare – prof. Simion Elena a lucrat la Proiect și l-a depus la **Centrul de Proiecte și Programe Educaționale și Sportive pentru Copii și Tineret al Primăriei Municipiului București – PROEDUS PMB**.

Proiectul a fost declarat câștigător și s-a desfășurat în perioada 31 octombrie – 18 noiembrie 2016 atât în școlile partenere, Colegiul Tehnic de Poștă și Telecomunicații „Gheorghe Airinei”, Colegiul Economic Viilor și Grădinița nr. 272, cât și la partenerul economic IBIS NORD GRAND HOTEL.

La activitățile desfășurate împreună cu școlile partenere, au participat elevii de la clasele cu profil economic, specialitatea Alimentație Publică și au fost implicați profesorii: Ionescu Simona, Simion Elena, Ivan Violeta, Constantin Gheorghe, Răducanu Eusebiu, Cernea Valentin, Pîrvu Aritina, Bondoc Mădălina, Andronache Bogdan, Ion Paul, coordonați de inspectorul cu Managementul Școlar al sectorului 6- Bădescu Daniela, de Consilierul de Proiecte și Programe – Simion Elena și de directorul Colegiului Tehnic de Poștă și Telecomunicații – prof. Popa Octavian Lucian. Alături de profesorii implicați în proiect, au participat directorii, consilierii educativi și cadre didactice de la școlile partenere, unde s-au desfășurat activitățile practice.

Școlile participante la proiect, din toate sectoarele capitalei, s-au implicat în activitățile desfășurate, proiectul având un succes remarcabil.

La Concursul de gastronomie tradițională românească, desfășurat în ziua de 16 noiembrie la Colegiul Economic Viilor, elevii școlii noastre au obținut un binemeritat Premiu I.

La Gala finală, desfășurată pe 18 noiembrie 2016, la Colegiul Economic Viilor, unde am avut invitați: Primarul Sectorului 6 – Gabriel Mutu, Primarul Sectorului 5 – Daniel Florea, Consilierul General de la Primăria Municipiului București – Ioana Neacșu, inspecori școlari ai sectoarelor 3, 5 și 6, directori de la Primăria Municipiului București, reprezentanți ai sindicatelor, directorii școlilor participante, s-a analizat impactul educativ al proiectului. Doamna inspector Bădescu Daniela a prezentat toate activitățile desfășurate cu succes, a punctat implicarea totală a profesorilor și elevilor, atât de la școala inițiatoare, cât și de la școlile participante. Invitații de la ISMB, CCD, PROEDUS, PMB, Federația „SPIRU HARET” au fost în totalitate de acord că Proiectul a fost un real succes.



VIAȚA PRIN OCHII ADOLESCENȚILOR

VIAȚA PRIN OCHII ADOLESCENȚILOR



Gânduri la început de drum

După 8 ani de zile petrecuți în școala generală cu aceiași colegi, cu aceiași profesori, ajungi, la un moment dat, într-un punct în care trebuie să apuci pe un alt drum: admiterea la liceu. E momentul în care intri într-un nou colectiv, liceul, locul care îți va modela personalitatea. Ești plin de așteptări, de temeri și speranțe totodată.

Am întrebat câțiva colegi de clasă care au fost impresiile lor la început de clasa a 9-a și, în continuare, redau câteva dintre răspunsurile primite:

☺ **Camelia Epure**, clasa a 9-a E, ne spune: „Prima dată am avut emoții și credeam că nu mă voi acomoda foarte repede în liceu. Acum mi se pare că am început o nouă viață. E un nou început, unul frumos. Sper să mă descurc în continuare și să ajung acolo unde mi-am dorit!”. Din câte am aflat, Camelia vrea să ajungă polițistă.

☺ **Ștefan Radu**, clasa a 9-a E: „Eram puțin îngrijorat pentru că nu știam ce fel de colegi o să am sau ce fel de profesori.” Ștefan este unul dintre colegii cu care nu prea m-am înțeles la început, dar acum este totul bine și suntem prieteni!

☺ **Rareș Marin**, tot din aceeași clasă, ne spune: „Am crezut că nu o să mă înțeleg cu nimeni.” Rareș, fiind genul de persoană irascibilă, după părerea mea, era de așteptat că va zice asta.

☺ **Mihaela Alina Aron**, a 9-a F: „Am venit cu gândul de a-mi face prieteni. Eram timidă din cauza faptului că intrasem în niște împrejurări necunoscute.”

😊 **Alexandra Gheorghe**, clasa a 9-a E: „Sperăm să fie ca în HIGH SCHOOL MUSICAL.”

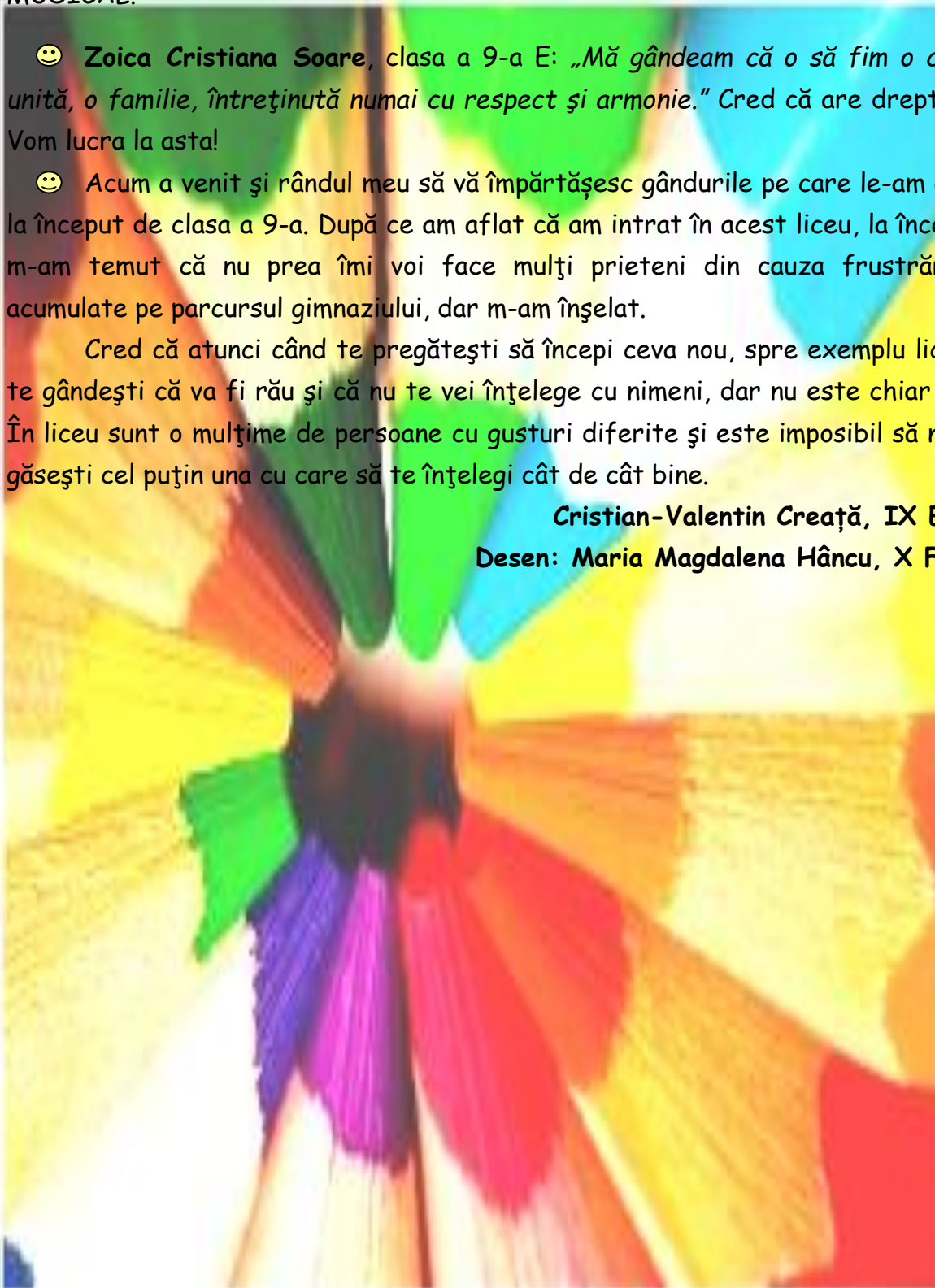
😊 **Zoica Cristiana Soare**, clasa a 9-a E: „Mă gândeam că o să fim o clasă unită, o familie, întreținută numai cu respect și armonie.” Cred că are dreptate! Vom lucra la asta!

😊 Acum a venit și rândul meu să vă împărtășesc gândurile pe care le-am avut la început de clasa a 9-a. După ce am aflat că am intrat în acest liceu, la început m-am temut că nu prea îmi voi face mulți prieteni din cauza frustrărilor acumulate pe parcursul gimnaziului, dar m-am înșelat.

Cred că atunci când te pregătești să începi ceva nou, spre exemplu liceul, te gândești că va fi rău și că nu te vei înțelege cu nimeni, dar nu este chiar așa. În liceu sunt o mulțime de persoane cu gusturi diferite și este imposibil să nu-ți găsești cel puțin una cu care să te înțelegi cât de cât bine.

Cristian-Valentin Creață, IX E

Desen: Maria Magdalena Hâncu, X F





Câteva cuvinte la final de liceu

„La final mă simt bine că am reușit să trec peste greutățile anilor de liceu. Sunt mulțumit că am învățat lucruri noi, am și prieteni noi, iar pe viitor am și planuri pentru facultate și pentru un job și sper ca prietenii care s-au legat să reziste mulți ani.”

(Serghei Valentin Cartacuzencu, 12 S)

„La liceul Gheorghe Airinei, alături de domnul diriginte, m-am simțit ascultat și înțeles când am avut probleme, de când am intrat și până în momentul de față. Iar acum, aproape de final, nu mă simt foarte pregătit pentru Bacalaureat, dar sunt sigur că voi reuși să merg mai departe.”

(Marius Alexandru Ciuraru, 12 S)

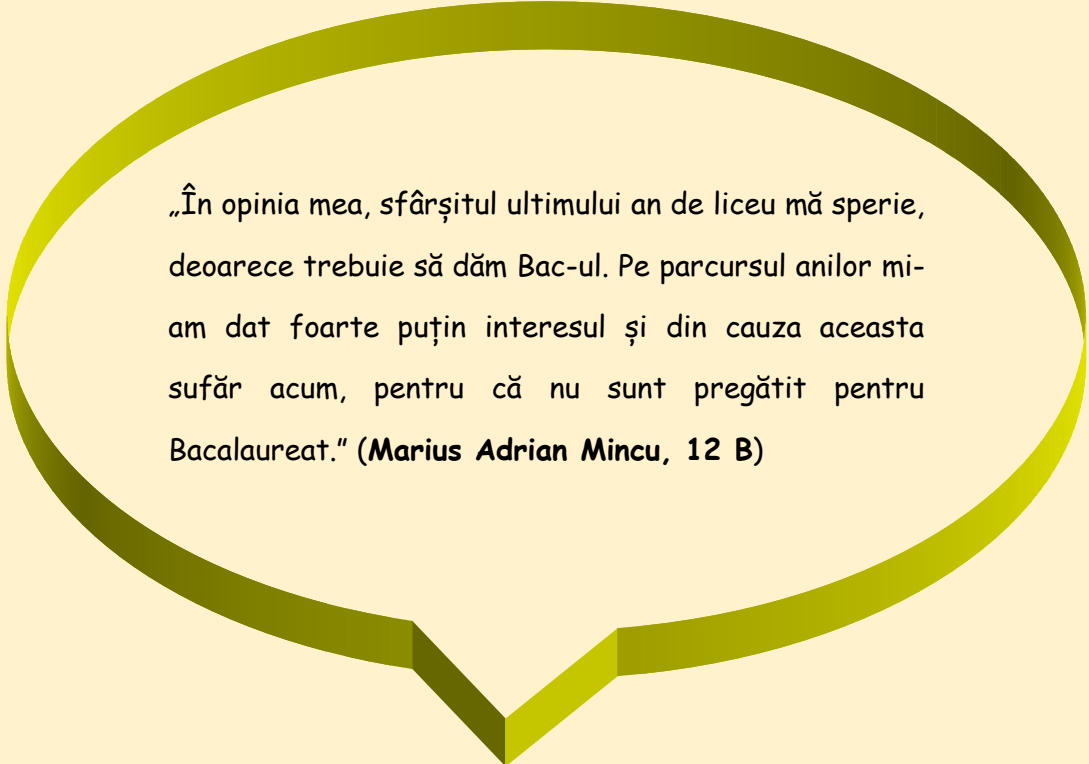
„Perioada aceasta cât am stat în liceu parcă nu mi-a fost de ajuns și cred că a trecut prea repede, dar așa mă pot alătura familiei mele în afacerea pe care o avem.”

(Gabriel Fabian Baicu, 12 B)

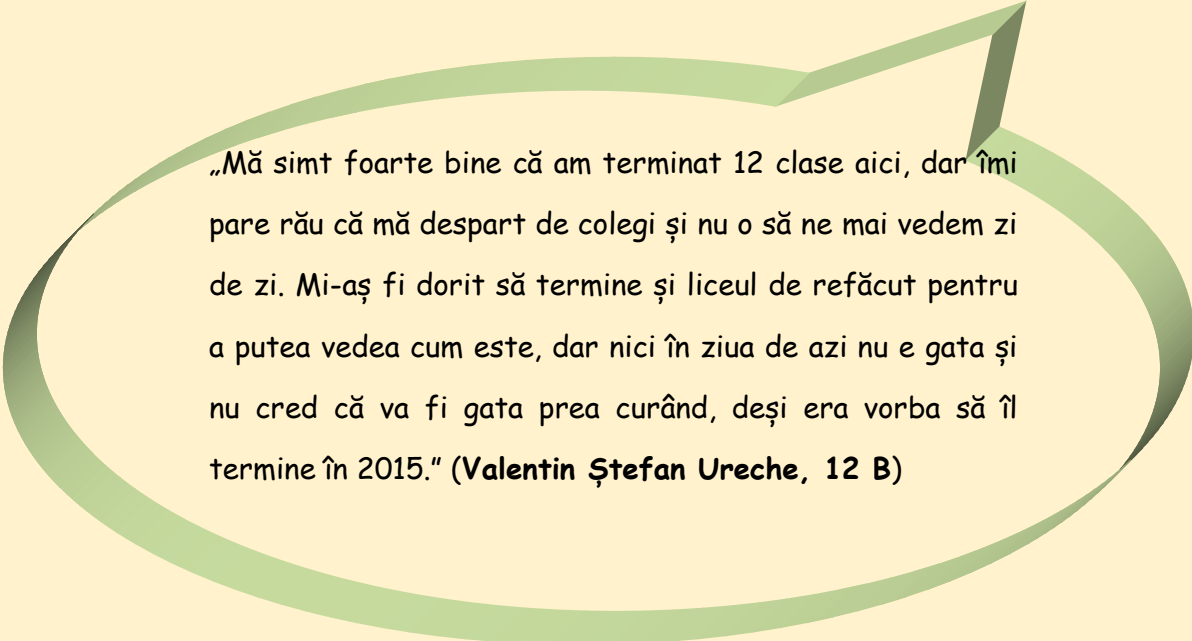
„O să îmi fie dor de liceu! Au fost cei mai frumoși ani, cu bune, cu rele. Am avut un diriginte excepțional și profesori buni care mereu mi-au înțeles problemele. Nu îmi place că se sfârșește liceul și îmi va fi dor de unele persoane. Într-un fel mă bucur că se termină și în altul nu, pentru că se termină libertatea și începe viața de adult. Nu contează în ce liceu ești, contează ce amintiri îți vei face și mai contează și colectivul. Liceul pentru mine a fost aproape cel mai bun lucru din viața mea. Să nu regretați niciodată anii de liceu!” (Cristian Pantelimon, 12 S)

„Pentru mine, acest liceu a însemnat a doua familie. Îmi iubesc colegii și o să-mi fie dor de ei după ce vom termina, pentru că am făcut multe împreună. Nu îmi pare rău că am ales acest liceu.”(Robert-Cristian Șocherel, 12 B)

„Pentru mine liceul a fost o experiență frumoasă deoarece am avut plăcerea să cunosc oameni noi care m-au învățat foarte multe lucruri bune, să fim o echipă și să lucrăm împreună orice ar fi. Sincer să fiu, o să-mi fie dor de acești oameni și de unele momente frumoase petrecute cu ei.”
(Răzvan Rășcanu, 12 B)



„În opinia mea, sfârșitul ultimului an de liceu mă sperie, deoarece trebuie să dăm Bac-ul. Pe parcursul anilor mi-am dat foarte puțin interesul și din cauza aceasta sufăr acum, pentru că nu sunt pregătit pentru Bacalaureat.” (Marius Adrian Mincu, 12 B)



„Mă simt foarte bine că am terminat 12 clase aici, dar îmi pare rău că mă despart de colegi și nu o să ne mai vedem zi de zi. Mi-aș fi dorit să termine și liceul de refăcut pentru a putea vedea cum este, dar nici în ziua de azi nu e gata și nu cred că va fi gata prea curând, deși era vorba să îl termine în 2015.” (Valentin Ștefan Ureche, 12 B)



ROMANIA THROUGH INTERNATIONAL STUDENTS' EYES

România prin ochii elevilor străini

@ The best thing about Romania

Sang Yu - In my opinion, the best thing about Romania is that the air in the cities is very fresh when comparing it to the air in China.

Eun Ju - The best thing about Romania is the beautiful natural environment; the trees and the flowers are very different from Korean plants.

Anghelina - The thing that I like the most here is the architecture of the old city, Centrul Vechi, with very nice buildings and narrow streets.

Artyom - The weather here in Romania is very nice when comparing it to the weather in Kazakhstan, because in Romania the climate is milder than the climate in my country.

Hasan - I think the most beautiful city in Romania is Brasov because you can go skiing in the winter and climb the mountains to breathe fresh air in the summer.

@ Cel mai bun lucru referitor la România

Sang Yu - În opinia mea, cel mai bun lucru în România este faptul că aerul din orașe este foarte curat, în comparație cu aerul din China.

Eun Ju - Cel mai bun lucru în România este natura; copacii și florile sunt foarte diferite de plantele din Coreea.

Anghelina - Lucrul care îmi place cel mai mult aici este arhitectura orașului vechi, Centrul Vechi, cu clădiri foarte frumoase și străduțe înguste.

Artyom - Vremea de aici, din România, este foarte bună în comparație cu vremea din Kazahstan fiindcă în România clima este mai blândă decât clima din țara mea.

Hasan - Cred că orașul cel mai frumos din România este Brașovul fiindcă poți să schiezi iarna și să urci pe munte și să respiri aer curat vara.

🌐 The best thing about my country

Hasan - The Mediterranean Sea is the most beautiful part of my country because I have never seen such a beautiful colour and nice sand since I left Syria.

Sang Yu - In China, the best thing is, in my opinion, street food. You can eat it almost in every city on your way to school or office. The most popular street food is Jianbing and is made from grain flour and vegetables.

Artyom - I think the best thing about my country is the food. The best Kazakh dish is *bashbarmak*. The word-by-word translation of this food is "five fingers". The dish consists of thin pieces of dough and beef.

Eun Ju - What I like the most about Seoul, the capital city of South Korea, is the Namsan Tower. This tower is a communication tower and was built in 1969. It is 236 meters high and it is very famous. About 8.4 million people visit the tower every year.

🌐 Cel mai bun lucru referitor la țara mea

Hasan - Marea Mediterană este cea mai frumoasă zonă din țara mea fiindcă niciodată nu am mai văzut o culoare atât de frumoasă și un nisip atât de fin de când am părăsit Siria.

Sang Yu - În China, cel mai frumos lucru este, după părerea mea, mâncarea stradală. O poți mânca în aproape orice oraș, în drum spre școală sau spre serviciu. Felul meu preferat este *Jianbing* și este făcut din făină și legume.

Artyom - Cred că lucrul cel mai bun din țara mea este mâncarea. Cel mai bun fel de mâncare kazah este *bashbarmak*. Traducerea literală a acestui fel de mâncare este „cinci degete”. Mâncarea constă în cinci bucăți de aluat cu carne de vită.

Eun Ju - Ce îmi place cel mai mult la Seul, capitala Coreei de Sud, este *Namsan Tower*. Acest turn este unul de comunicații și a fost construit în 1969. Este înalt de 236 metri și este foarte faimos. În jur de 8,4 milioane de oameni îl vizitează în fiecare an.



Elev în România

Niciodată nu visasem să îmi continui studiile în altă țară, departe de casă, de familia mea din Republica Moldova și de prieteni, dar acest lucru s-a întâmplat în septembrie 2016. Lumea mea a devenit mai mare și mai interesantă din acea zi.

Am venit să studiez aici pentru că absolvirea unei școli peste hotare îmi poate oferi multe perspective în carieră și, de asemenea, posibilitatea de a trăi o adevărată experiență internațională. Nu în ultimul rând, alegerea unei școli în Europa înseamnă pentru mine și maturizarea.

Nu e deloc ușor să mă aflu aici, singură și departe de cei dragi, dar cred că o carieră de succes merită efortul și sacrificiile. În plus, am colegi buni care mă ajută.

Diana Văcarciuc, IX B



Experiența mea ca elev din Republica Moldova venit la studii în România a fost plină de surprize. În primul rând, la început a fost dureros să trăiesc departe de casă. Cu timpul, am descoperit că depărtarea de casă m-a făcut mai responsabilă și mai încrezătoare în forțele proprii.

Odată cu maturizarea aceasta bruscă, am descoperit că trebuie să studiez mai mult, să mă pregătesc mai bine și să iau decizii singură. Am devenit mai ambițioasă și a început să-mi fie mai ușor să îmi schimb stilul de viață.

Deși mă aflu într-o altă țară, România nu este pentru mine o țară străină, fiindcă limba română este aceeași și aici, și în Republica Moldova. Și aici, ca și acolo, trebuie să te zbați pentru a realiza anumite lucruri, dar cred că respectând această nouă lume în care trăiesc, mi se vor deschide multe porți.

Ecaterina Șargu, IX B



Ajutoarele lui Moș Crăciun

Vă mai amintiți, bineînțeles, de activitatea din perioada Crăciunului de la Școala Gimnazială Specială „Constantin Păunescu”, la care am participat o parte dintre noi. Ceva minunat din punctul meu de vedere, pentru că a fost prima mea experiență de acest gen. Ce e mai frumos decât să ajuți niște suflete, mai ales în pragul Crăciunului?

Am vrut să mergem acolo pentru a vedea cum trăiesc și cum învață niște copii diferiți de noi, copii speciali, ce văd lumea cu alți ochi.

Când am intrat în prima clasă cu pachetelele și jucăriile de pluș, doi dintre copiii din acea clasă, ce sufereau de Sindromul Down, ne-au „smuls” din mână cadourile și s-au refugiat în colțurile clasei, de frică să nu le „fure” cineva. Vă dați seama cât se pot bucura copilașii aceia la câteva dulciuri și jucărioare din pluș?

Tot aici am întâlnit-o pe Alexandra. Din câte mi s-a explicat de către profesoarele de la clasă, Alexandra e fată de actor, ca și mine, în clasa a IX-a. O fată cu părul șaten, ochii albaștri, care își ținea cu forță lacrimile pentru a nu-i păta chipul cât timp mă jucam cu părul ei. Abia după ce am pupat-o pe frunte în semn de 'rămas bun', Alexandra a început să plângă de emoție, ignorând rugămințile profesoarei de a se opri.

La o altă clasă, de data aceasta primară, după ce am cântat colinde, pentru a simți spiritul sărbătorii ce avea să vină, m-am dus la Edi, un puști de maxim 8-9 ani, pe care l-am întrebat dacă știe cine suntem noi, cu gândul că-mi va răspunde că suntem niște copii mai mari, habar nu am. Dar știți ce mi-a răspuns Edi? „Voi sunteți spiridușii lui Moș Crăciun”. A răspuns cu atâta încredere și convingere, încât am înmărmurit de emoție.

Poate că noi chiar suntem spiridușii Moșului, fără ca noi să știm. Și atunci când Moș Crăciun vrea să facă încă o faptă bună, indiferent de perioada anului, apelează la noi, transformându-ne în ajutoarele sale.

Mulți dintre noi am renunțat să mai credem în acest bărbos ce ne aducea cadouri când eram mici, pentru că ne-am dat seama că fiecare are câte un Moș Crăciun în suflet, în special în pragul acestor sărbători, ce implică mai mult căldură sufletească, decât partea materială.

Și, din nou, ce e mai frumos decât să faci o bucurie unor copii? Suntem atât de obișnuiți cu trăsăturile noastre încât nu ne dăm seama cum arătăm în ochii celorlalți.

Cristiana Soare, IX E



Importanța psihologiei

Multe persoane, atunci când aud de psihologi și de oferta lor, tind să fie sceptice și să-i privească diferit pe cei care aleg astfel de servicii, dar nu ar trebui să fie așa. Este o mentalitate cu care trebuie să luptăm!

Psihologul are rolul de a te face să înțelegi unele lucruri neînțelese de către tine, te învață să accepți întâmplările ce au avut impact în viața ta sau, pur și simplu, te îndrumă să fii mai bun, ajutându-te să-ți valorifici calitățile și să-ți canalizezi defectele către aspecte pozitive. Experiența trăită la psiholog va fi una specială, de neuitat. După câteva ședințe vei observa diferența, vei simți efectele, deși acest proces poate dura.

Nu trebuie să te aliniezi mentalității colective, nu trebuie să îți fie rușine, jenă sau să te simți altfel față de ceilalți fiindcă mergi la psiholog pentru că, doar cu ajutor de specialitate, poți spune că ești o persoană care și-a descoperit cu 50% mai mult din caracterul și viața sa față de oamenii din jurul tău.

Există oameni care consideră că nu au probleme sau, în orice caz, că nu au probleme semnificative și cu atât mai mult consideră că un psiholog nu i-ar putea ajuta cu nimic. Ei bine, nu există oameni fără probleme! Dacă trăiești, înseamnă că ai și probleme. Dacă ai probleme, înseamnă că poți primi ajutor calificat pentru a face față acestora sau pentru a le rezolva cât mai bine!

Pe de altă parte, noi oamenii, nu suntem niște ființe perfecte. Și dacă nu suntem perfecți, atunci înseamnă că întotdeauna există posibilitatea să evoluăm, să creștem, să ne transformăm în niște oameni mai buni.

Și pentru cei care încă mai sunt sceptici cu privire la rolul psihologului în viața lor, să facem următoarea comparație: încă de când ne naștem, intervine în viața noastră igiena corpului. Prima dată, trupul ne este curățat de către asistenta din sala de nașteri, după care această grijă a igienei zilnice este transferată mamei. Aceasta ne îngrijește micuțul trup, până când ajungem la vârsta la care responsabilitatea ne revine nouă. Și vom avea această grijă a trupului până la sfârșitul vieții, învățându-i între timp, și pe copiii noștri, acest ritual zilnic. Tot așa trebuie să acordăm atenție sporită igienei sufletului, să învățăm să fim buni și toleranți, să fim solidari și deschiși!

Prin urmare, recomand din toată inima ca voi să încercați să mergeți acolo, pentru că o întâlnire cu psihologul poate conta enorm!

Mihnea Chiripuci, X F

Sursă imagine: <http://www.sanogenic.com/blog/pozitivi-aici-si-acum>

☉ Gânduri despre adolescență

Adolescența poate fi asociată cu vârsta la care individul începe să se descopere, are visuri mărețe și își dorește să fie ascultat, să fie ajutat să se descopere.

Uneori, adolescenții pe care-i cunosc își țin ascunse visurile și sentimentele, acestea fiind de multe ori ignorate de către adulți.

La vârsta **adolescenței** ne dorim să deținem totul, dar nu ne învață nimeni cum să-l obținem, iar asta ne poate lăsa mari goluri în suflet.

Uneori, atunci când aflăm că ceea ce ne dorim cu adevărat este imposibil de obținut, ne simțim copleșiți și uităm de tot.

Știm, suntem dezamăgiți de răspunsurile pe care le primim de cele mai multe ori din partea celor mari, de regulile impuse care uneori par a nu avea niciun sens.

Da! Ne dorim libertate și de cele mai multe ori primim doar uși trântite... Suntem acaparați de tristețe, confuzie sau uneori furie.

Adolescența ar trebui să fie cea mai frumoasă perioadă a vieții.

Ar trebui să fie anii în care ne devenim **prieteni**, anii în care descoperim **iubirea** și ne îndrăgostim nebunește, anii în care învățăm să **ne apreciem pe noi înșine** și, de asemenea, pe cei din jurul nostru.

Poate că uneori nu ne simțim capabili să facem anumite lucruri, poate că uneori greșim. Să nu uităm: suntem oameni și avem dreptul să greșim! Din greșeli învățăm și așa reușim să ne îndreptăm. **Nimic nu-i imposibil când îți dorești acel lucru cu adevărat!!!**

Mihaela Carla Barbu, X G

Florentina Gușu, IX G



Educația și valorile ei

Educația și valorile ei



Vreau să fiu antreprenor... Este un job de viitor?

Adolescenții din ziua de azi sunt preocupați de gândurile legate de viitor. O mare parte dintre aceștia nu au nici o idee pentru viitorul lor job.

Liceul este o sursă bine venită de idei noi: profesorii sunt instruiți pentru a ajuta elevii cu un sfat sau să evidențieze o oportunitate și să nu uităm de nenumăratele asociații dornice de a-și împărtăși experiența pentru liceeni.

Eu sunt o simplă elevă în clasa a 11-a care nu avea nicio idee în legătură cu ceea ce vrea să facă pe viitor și care credea că nu se pricepe la nimic. Ei bine, asta nu mai este valabil!

Anul trecut mi s-a oferit oportunitatea de a întemeia o firmă de exercițiu cu colegii mei și desigur că nu știam ce înseamnă să fii antreprenor, dar, cu ajutorul doamnei profesoare, am ajuns conducătoarea firmei de exercițiu și mi-am îndrumat colegii mai departe. A fost un moment de neuitat pentru mine: **m-am simțit capabilă de a face ceva! M-am simțit importantă!**

Cu ajutorul acestui proiect am putut cunoaște mai bine țara noastră. Am avut ocazia de a vizita Craiova pentru un târg cu mai multe firme de exercițiu. A fost ceva unic pentru mine și colegii mei, dar adevărul este că eram foarte speriată de necunoscut, eram nesigură pe mine, nu știam dacă pot face față! Rapid mi-am dat seama că nu sunt singură și că trebuia să fiu tare pentru a le reda colegilor mei puțină putere și încredere. La sfârșitul târgului, după ce am terminat de prezentat firma și după ce am făcut câteva tranzacții, mi-am dat seama că am reușit să fac ceea ce credeam că e imposibil pentru mine și totul a ieșit bine, chiar dacă nu ne-am numărat printre câștigătorii competiției. **Eram câștigători în lupta cu noi și nesiguranța noastră!**

Ceea ce vreau să arăt prin experiența mea, împărtășită cu voi, dragi cititori, este că nu contează ce note ai sau cât ești de deștept, nu contează faptul că sunt alții mai buni ca tine. Nu, totul este greșit! Ceea ce contează este încrederea pe care o capeți în forțele tale! Astfel de experiențe îți îmbogățesc cunoștințele, te învață să lucrezi în



echipă și te fac mai puternic!

Am deviat puțin de la subiect, dar am vrut să-mi susțin cu argumente ceea ce am descoperit despre mine și pentru mine și voi: **după părerea mea, antreprenoriatul este un job de viitor și oricine este capabil de așa ceva!**

Am întrebat un număr mare de persoane dacă s-au gândit vreodată la a fi antreprenor. Răspunsurile au fost diferite. Unii dintre ei nu știau ce înseamnă sau alții credeau că trebuie să te pricepi la anumite lucruri. După cum am zis mai sus, oricine își poate înființa o mică firmă și, cine știe, poate rezultatul este unul neașteptat!



Dragi copii sau adolescenți, părerea adulților nu contează la fel de mult ca dorințele noastre. Noi ar trebui să simțim și să știm ce ni se potrivește mai bine. Începem de jos și ajungem sus, asta înseamnă să fii adult.

Sper că nu v-ați plictisit pe la mijloc și că ați reușit să ajungeți la sfârșitul articolului meu.

Răspunsul este **DA**, antreprenoriatul este un job de viitor!

Sursa imaginilor:

1. <https://in.pinterest.com/pin/732046114400623215/>
2. <http://www.creeaza.com/didactica/didactica-pedagogie/Strategii-metode-si-tehnici-de357.php>

Ana Maria Dobroiu, XI C

Prof. coord. Adriana Trifu

Prof. coord. Mirela Lie



Platforme educaționale utilizate la clasă (WWW.EDMODO.COM)

Edmodo este o platformă educațională ce oferă gratuit oportunități de comunicare pentru profesori, elevi și părinți prin intermediul unei rețele sociale sigure. Prin încorporarea instrumentelor de administrare a învățării într-un mediu social, Schoology propune un mijloc util pentru profesori, elevi, părinți și administratori pentru a comunica în mod transparent și a colabora pe probleme educaționale. Se pot posta materiale și cursuri destinate clasei, link-uri și clipuri video, de asemenea, se pot insera anunțuri pentru școală sau alte forme cu conținut digital - blog-uri, link-uri, imagini, video, documente, prezentări. Edmodo este accesibil online sau folosind orice dispozitiv mobil, inclusiv Android și iPhone. Edmodo are caracteristici specifice pentru instituții, pentru școli și alte departamente, putând fi accesat gratuit de către administratori.

Utilizare Edmodo

Pentru a avea acces pe platforma Edmodo, trebuie să aveți un nume de utilizator și o parolă. Vă puteți conecta ca profesor, elev sau părinte. După ce se completează informațiile referitoare la pagina de profil și interese, profesorul poate accesa pagina de start a contului. Profesorul va crea clase (grupuri) care îl vor ajuta să distribuie note, sarcini și teste și oferă o modalitate de comunicare și colaborare pentru elevi.

➤ **Gestionarea membrilor grupurilor**

Tab-ul **Members** permite vizualizarea tuturor membrilor din cadrul grupului și oferă acces la o gamă largă de informații despre membri. Această filă este utilă pentru recuperarea numelor de utilizator ale elevilor și schimbarea parolelor, precum și a codurilor asociate grupurilor. Pentru a se putea alătura unui grup pe Edmodo, elevii trebuie să-și creeze un cont pe platformă. Pentru crearea contului ei au nevoie de codul unic asociat fiecărui grup, cod furnizat de către profesor.

➤ **Gestionarea grupurilor**

După crearea grupurilor și adăugarea membrilor în acestea, profesorul poate seta status-ul grupului, redenumi grupul, vizualiza notificările pentru elevii care s-au alăturat grupului, descărca și printa informațiile despre contul membrilor, schimba parole, vizualiza numele de utilizator (username), șterge membrii din grup. De asemenea, profesorul poate vizualiza pentru fiecare membru al grupului progresul și activitatea acestuia pe platformă.

➤ **Încărcarea resurselor**

Profesorul poate încărca resurse pentru fiecare grup, ce pot fi organizate în Foldere. Se pot crea foldere individuale pentru fiecare grup direct din pagina grupului sau se pot prelua din bibliotecă.

➤ **Crearea unui Post**

Partajarea resurselor cu grupul, publicarea de idei, fișiere, teme pentru acasă și teste se realizează cu ajutorul mesajelor - **Posts**.

• **Crearea unei Note**

Cea mai simplă cale de a transmite informații elevilor este prin intermediul unei **Note** pentru care, dacă se dorește, se poate adăuga prin atașament un fișier, un link (toate fișierele și link-urile postate sunt adăugate în mod automat în biblioteca asociată contului Edmodo). De asemenea, se poate stabili dacă nota se va trimite imediat grupului (**Send Now**) sau dacă acesta se va trimite la o dată și oră stabilite (**Scheduled**).

Obs. Profesorul poate trimite Post-ul mai multor destinatari sau grupuri, scriind numele acestora în câmpul **Send to** asociat Post-ului.

Mesajele se pot trimite către:

- **All Groups:** toate grupurile căruia profesorul îi este membru sau proprietar
- **Connections:** toate conexiunile profesorului
- **Students:** orice elev din grupurile cărora profesorul le este membru sau proprietar
- **Teachers:** orice profesor din grupurile sau din conexiunile profesorului
- **Groups:** orice grup
- **Parent Groups:** grupul părinților

- **Yourself:** mesaj către el însuși
- **Everyone:** toate grupurile și profesorii conectați cu proprietarul grupului

După ce a fost creat un Post, acesta poate fi șters, modificat, adăugat în bibliotecă, făcut public sau se poate răspunde la el.

• Crearea unei Alerte

Trimiterea unui anunț scurt și important, care va fi afișat bold (îngroșat) pe canalul de comunicare și va fi transmis tuturor părinților asociați grupului, se realizează cu ajutorul unui mesaj de tip Alertă.

• Crearea unei Teme (Assignment)

Se pot posta teme pentru elevi cu următoarele detalii ale temei (titlu, enunț, data limită până la care se poate rezolva), dar și cu atașament de tipul fișier, link.

• Crearea unui Test (Quiz)

Procesul de creare a testelor pe Edmodo este foarte ușor și permite folosirea opțiunii **Create a Quiz** pentru a crea un test nou sau **Load a previously created** pentru a folosi un test creat anterior. Se completează următoarele detalii ale testului:

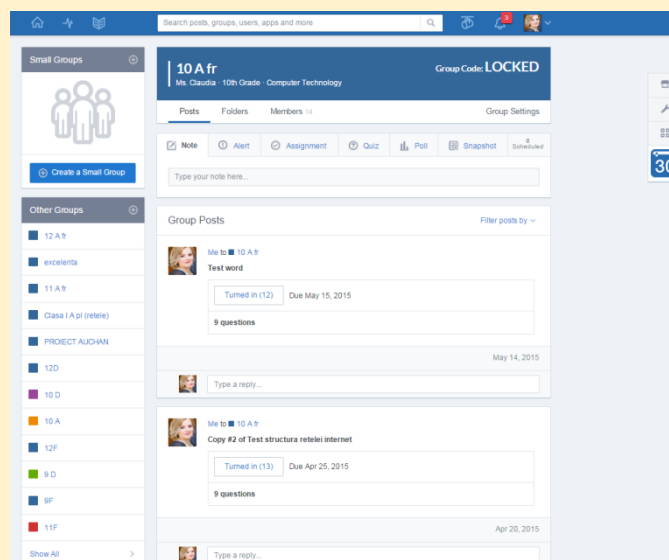
- **Titlu (Quiz title)**
- **Timp Limită (Time Limit)** - timp limită de completare a testului (timpul limită maxim este 24 ore)
- **Descriere (Description)** - în câmpul **About this Quiz** din panoul din dreapta se scrie o scurtă descriere a testului
- **Rezultate (Results)** - bifarea căsuței în zona **Quiz Options** permite elevilor să-și vadă rezultatele intermediare
- **Aleatoriu (Random)** - bifarea căsuței în zona **Quiz Options** permite reordonarea întrebărilor de fiecare dată când acesta este completat de un elev.

Întrebările pot fi de tipul: alegere multiplă (multiple choice), adevărat/fals (true/false), răspuns scurt (short answer), completează spațiile (fill in the blank) sau itemi pereche (matching).

Se stabilește punctajul pentru fiecare întrebare (în mod automat este setat la 1). O întrebare creată anterior poate fi modificată, i se poate schimba numărul de ordine sau poate fi ștearsă. Se bifează **Add to Gradebook** pentru ca testul și rezultatele acestuia să fie adăugate în mod automat în Catalog. Acest pas poate fi realizat și ulterior.

Concluzie

Utilizarea platformei **Edmodo** reprezintă un real suport atât pentru elevi și profesori, oferind posibilitate de a colabora la clasă și în afara orelor de curs, cât și pentru părinți, aceștia putând vizualiza constant toate activitățile desfășurate de copiii lor la orele de curs, precum și rezultatele obținute în catalogul virtual.



Prof. Claudia Elena Stan
Prof. Octavian Lucian Popa
Prof. Simona Maria Toma



Școlarizarea la domiciliu în contextul noilor tehnologii

Societatea contemporană a parcurs un drum lung pentru a ajunge în punctul în care copilul cu cerințe educaționale speciale este nu numai acceptat, tolerat, ci și ajutat să se integreze în școala de masă, în societate și în viața profesională. Mentalitatea care îi pune pe acești copii la limita de demarcație între două



<http://blog.tutorhub.com>

categorii inventate în mod arbitrar și subiectiv, numite oameni normali și oameni anormali, a dispărut, din fericire, și acum vorbim despre potențialul lor și despre asigurarea oportunităților de învățare și dezvoltare.

Promovarea drepturilor și libertăților individuale la nivel european și mondial, alături de dorința de aliniere a României la direcția de acțiune a cadrului Uniunii Europene cu privire la cerințele educaționale speciale au condus la necesitatea adaptării legilor românești în domeniu. Este un tărâm nou care solicită o atenție sporită dacă vrem să acordăm o șansă în plus acestor copii și familiilor lor, precum și societății în ansamblu, prin creșterea randamentului și contribuției lor la dezvoltarea socială.

Legislația românească în vigoare prevede integrarea elevilor cu CES în școlile de masă și școlarizarea la domiciliu, *temporar sau permanent*, în paralel cu egalitatea șanselor și integrarea școlară și socială, pornind de la obiectivul „crearea și dezvoltarea unei bune relații de comunicare între mediul școlar și cel al copiilor școlarizați la domiciliu” (OM 5575/2011 Cap. I Art. 2, pct. 6, lit. b). În contextul cerințelor diverse și a particularităților individuale, utilizarea noilor tehnologii în desfășurarea activităților din cadrul programelor de școlarizare la domiciliu vine în întâmpinarea nevoilor de interacțiune cu mediul școlar ale elevilor cu CES, facilitând desfășurarea orelor prevăzute de legislație, efectuarea temelor și transmiterea acestora, precum și comunicarea intercolegială sau cu personalul didactic.

La nivelul CTGAB este în desfășurare o astfel de activitate, care are ca beneficiar direct un elev de clasa a X-a diagnosticat cu TSI, încadrat la școala mai sus numită, dar școlarizat la domiciliu. Având în vedere distanța dintre

domiciliul elevului și școala în care este încadrat, utilizarea serviciului de comunicare la distanță, Skype, pentru desfășurarea orelor de engleză și română prevăzute de legislație face posibilă eficientizarea procesului de învățare, evitându-se astfel consumul suplimentar de resurse, mai ales de timp, atât pentru elev și părinți, cât și pentru profesor.

Deși mediul de comunicare virtual oferă aceleași oportunități de învățare și sunt îndeplinite condițiile de contact vizual și auditiv, lipsa interacțiunii directe în mediul real (*face-to-face*) poate deveni în unele momente un dezavantaj, profesorul neputând monitoriza fizic și în timp real elaborarea materialelor de învățare (scheme, desene, grafice) pe parcursul predării sau corectarea eventualelor greșeli apărute în așa numitele teme pentru acasă. Acest fapt poate reduce impactul proceselor de predare și evaluare, dar nu constituie un impediment, deoarece există alternative, precum scanarea și trimiterea ulterioară, în format electronic, a anumitor materiale, cu reluarea elementelor corectate, asigurând astfel și consolidarea materiei predate.

Soluțiile multiple pe care le furnizează tehnologia modernă, sub forma instrumentelor colaborative, cresc șansele ca activitatea didactică să își atingă scopul de dezvoltare armonioasă și integrare socială respectând principiile prevăzute de *Ordinul 6552/2011 - Metodologia privind evaluarea, asistența psihoeducațională, orientarea școlară și orientarea profesională a copiilor, a elevilor și a tinerilor cu cerințe educaționale speciale și anume principiile de nediscriminare, eficiență, egalitate de șanse și incluziune socială, totul în vederea asigurării interesului superior al copilului.*

Există, însă, și aspecte care necesită o atenție sporită, aspecte în care tehnologia nu poate prelua conducerea, chiar dacă rămâne un instrument de lucru extrem de util. Menționăm aici implicarea elevilor cu CES în unele activități extrașcolare alături de alți copii de aceeași vârstă și cu interese similare sau dezvoltarea unor programe de voluntariat în care elevi sau studenți dornici să asigure o interacțiune umană de calitate să suplinească lipsa de participare la cursurile școlii de masă. Aceste abordări ar aduce elevii școlarizați la domiciliu mai aproape de viața școlară iar constituirea unor astfel de grupuri suport mixte i-ar obișnui treptat pe elevii cu CES cu funcționarea în parametri cel puțin normali la nivel de grup social și profesional.

Avem în față, așadar, un drum deschis în care tehnologia este de partea noastră în încercarea de a găsi metodele cele mai eficiente de a răspunde

nevoilor diferite și speciale, dar nu și anormale, ale copiilor/elevilor care se luptă, atât cu dificultățile de învățare, cât și cu mentalitatea celor din jur și rezistența la nou a factorului social și a celui decizional.

Bibliografie:

****OMECTS 5575/2011** - Metodologia cadru privind școlarizarea la domiciliu, respectiv înființarea de grupe/clase în spitale.

****OMECTS 6552/2011** - Metodologia privind evaluarea, asistența psihoeducațională, orientarea școlară și orientarea profesională a copiilor, a elevilor și a tinerilor cu cerințe educaționale speciale.

Călin, Marin (1996) - Teoria educației. Fundamentarea epistemică și metodologică a acțiunii educative, București: ALL.

Cucoș, Constantin (2002) - Pedagogie, Ediția a II-a revăzută și adăugită, Iași: Polirom.

Zlate, Mielu (2000) - Introducere în psihologie, Ediția a III-a, Iași: Polirom.

Prof. Gabriela Ilie





Telefonia mobilă în zilele noastre



În zilele noastre, aproape orice persoană, de la copii la vârstnici, are în buzunarul de la haină sau de la pantaloni un telefon mobil.

Telefonul mobil aduce omului foarte multe **avantaje**, pentru că este în timp real în contact cu prieteni sau oameni de afaceri, dar trebuie știut că acest dispozitiv aduce și multe **dezavantaje** corpului uman.

Undele radio produse de telefoanele mobile dăunează celulelor corpului, alterând astfel ADN-ul. Persoanele care folosesc telefoanele mobile, din cauza radiațiilor produse de acestea, au o mare cantitate de ADN afectată. Conform studiilor, s-a arătat că nu întotdeauna celula este capabilă să repare răul făcut de aceste radiații și, astfel, celulele afectate pot duce la apariția cancerului. În privința acestei maladii, studiile nu sunt însă foarte precise.

În fiecare zi, aproape în toată lumea, apar date care spun că telefoanele duc la apariția cancerului, iar apoi vin alte știri cu alte studii care le contrazic pe primele. De exemplu, un studiu, finanțat de oamenii de afaceri din lumea întreagă, a scos la iveală faptul că folosirea pe o perioadă mai mare de 10 ani a telefonului mobil crește cu 40% riscul dezvoltării unei tumori în partea creierului unde se ține telefonul la ureche. În același timp, conform unui alt studiu din Danemarca se spune că telefoanele mobile sunt mai mult decât sigure pentru creier. Cercetătorii danezi spun că folosirea telefonului mobil nu crește riscul apariției unei tumori cerebrale. Cu toate acestea, studiul nu îl contrazice în totalitate pe cel dintâi.

Cercetătorii au declarat că ei încă nu știu care sunt consecințele folosirii pe timp îndelungat a mobilului și, de aceea, studiile vor continua. Problema majoră este faptul că mobilul nu are o istorie foarte lungă de folosință, el fiind de curând în folosința populației, de aceea, probabil, acest fenomen al studierii efectelor folosirii telefonului mobil probabil va mai avea nevoie de ceva ani de cercetare.

Iată 4 dintre daunele cele mai mari pe care se spune că le poate provoca folosirea telefonului mobil:

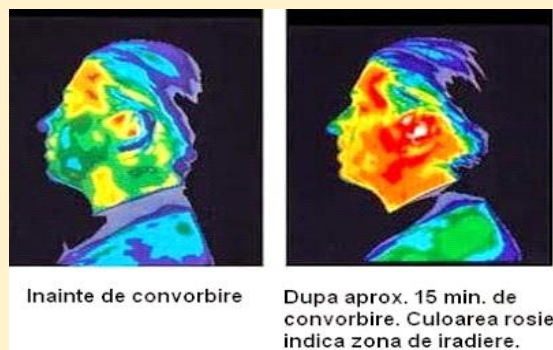
1. **Telefonul mobil poate duce la perturbarea somnului**

Se spune că telefonul mobil are un impact negativ major asupra calității somnului mai ales în rândul tinerilor. Un studiu belgian efectuat pe 2.500 de tineri a arătat că 20% dintre aceștia aveau probleme cu somnul din cauza folosirii telefonului mobil. În mod special, se arată că radiațiile telefonului mobil afectează, vulnerabilizează sistemul imunitar al copiilor cu vârste sub 18 ani. De

asemenea, se arată ca radiațiile provocate de către telefoanele mobile afectează ritmul cerebral și, astfel apar problemele de somn. Și simplele sms-uri provoacă probleme. Aproape 6% dintre tinerii participanți la studiu au spus că sunt treziți, de cel puțin trei ori pe săptămână din somn, de recepționarea unui mesaj scris.

2. Telefonul mobil poate duce la scăderea capacității de concentrare

Se spune că telefoanele mobile pot duce la pierderi de memorie. Conform unui studiu efectuat într-un spital din Bristol pe un grup de voluntari, jumătate dintre aceștia au fost supuși pe o perioadă îndelungată la radiații specifice mobilelor, iar ceilalți nu au participat la iradiere. Apoi, toți au fost rugați să rezolve anumite teste în urma cărora să se măsoare activitatea cerebrală.



Cei care au fost iradiați au scos cele mai proaste rezultate. Aceasta înseamnă că expunerea la radiațiile cu care funcționează telefoanele mobile pot duce la pierderea memoriei și la pierderea capacității de concentrare.

3. Copiii sunt mai sensibili la undele electromagnetice

În general, copiii sunt mai sensibili la orice afectează corpul uman. Un raport australian a arătat că undele electromagnetice sunt absorbite de către copii la o rată de 3,3 ori mai mare decât un adult.

4. Telefonul mobil digital este mai periculos decât cel analogic

Cercetările efectuate până acum arată că, în mare măsură, acest lucru este real. Telefonul digital emite un semnal pulsant, iar frecvența afectează oamenii mai mult decât în cazul unui semnal analogic.



Metode pentru reducerea efectelor utilizării mobilului

Fii scurt! Evită să vorbești perioade lungi la telefonul mobil. Încearcă să îți planifici apelurile în așa fel încât să folosești telefonul fix pentru convorbiri lungi.

Nu vorbi din mașină! Vorbește cât mai puțin posibil în mașină, pentru că aici radiațiile sunt amplificate. Dacă totuși nu poți evita acest lucru, montează-ți o antenă exterioară.

Protejează-ți copilul! Nu pune un mobil pornit în căruciorul copilului, întrucât

emite unde electromagnetice chiar dacă nu vorbești cu el.

Evită curelele! Nu purta mobilul la curea. E inutil să expui undelor electromagnetice oasele șoldurilor și organele din zonă. Cel mai bun loc în care să porți mobilul este buzunarul de la picior al unor pantaloni militari.

Întrebare: Pentru voi telefonul este un lucru bun sau rău? Ați rezista fără telefon o zi întreagă?

Răzvan Andrei Sârbu, IX E





Astronomia pe înțelesul tuturor



Astronomia este știința care studiază legile ce guvernează cosmosul, adică corpurile cerești și evenimentele ce au loc dincolo de atmosfera terestră cum ar fi stelele, planetele, cometele, galaxiile sau radiațiile cosmice de fond. La fel, studiază forma și formarea universului. Cei care studiază astronomia se numesc astronomi.

Astronomia nu trebuie confundată cu astrologia, o pseudoștiință care încearcă să prezică destinul persoanelor pe baza traiectoriilor unor obiecte cerești.

În Grecia Antică, ca și în alte civilizații antice, astronomia conținea în mare parte astrometrie, calculând pozițiile stelelor și ale planetelor pe cer. Mai târziu, Kepler și Newton au publicat lucrări despre mecanica cerească, descriind matematic mișcarea corpurilor din sistemul solar și interacțiunea lor sub acțiunea gravitației. Astronomii moderni se folosesc de aceste principii, iar cu ajutorul telescoapelor, spectrografelor, calculatoarelor, observatoarelor astronomice, le este mai ușor de înțeles natura fizică a acestor obiecte cerești.

Curiozitatea popoarelor din antichitate asupra fenomenelor astronomice a făcut ca aceștia să studieze cerul și să înțeleagă formarea zilei și a nopții, rolul Soarelui și a Lunii în măsurarea timpului și anotimpurile. Popoarele antice au observat că obiectele cerești au un comportament regulat, aceasta ajutând la măsurarea timpului, formând zile, luni și ani.

Soarele răsare dinspre un punct, est, și apune într-un punct opus, vest, dar ziua nu are aceeași lungime pe toată perioada anului, iar noaptea sunt vizibile grupuri de stele - constelații care urmează același curs o dată la 365 de zile în jurul unui punct fix.

Calendarul a fost făcut după pozițiile și mișcările Lunii și a Soarelui formând ziua, luna și anul.

O **stea** este, în general, un anumit tip de corp ceresc din cosmos, masiv și strălucitor, deseori de formă aproximativ sferică, alcătuit din plasmă în

oarecare echilibru hidrostatic și care a produs în trecut sau încă mai produce și azi energie pe baza reacțiilor de fuziune atomică din interiorul său.

Stelele „împodobesc” cerul nocturn. Pentru un observator terestru, ele apar ca puncte de diverse culori, cu un diametru aparent egal, dar cu fluctuații de luminozitate. Ochiul uman distinge pe cerul nocturn până la circa 6.000 de stele. Distanța până la stele este măsurată cu ajutorul paralaxei stelare, iar unghiul rezultat este de ordinul sutelor de miimi dintr-o secundă de arc.

Sistemul solar este format din Soare și sistemul său planetar din opt planete cu sateliții lor naturali și alte obiecte non-stelare. El s-a format acum 4,6 miliarde de ani, în urma colapsului gravitațional al unui gigant nor molecular. Cel mai masiv obiect este Soarele, al doilea obiect după masă fiind Jupiter. Cele patru planete interioare mici, Mercur, Venus, Pământ și Marte, de asemenea numite și planete terestre, sunt în principal compuse din roci și metal. Cele patru planete exterioare, numite și giganți gazoși, sunt cu mult mai masive decât cele terestre. Cele mai mari două planete, Jupiter și Saturn, sunt compuse în principal din hidrogen și heliu; cele două planete îndepărtate, Uranus și Neptun, sunt compuse în mare parte din substanțe cu un grad de topire relativ ridicat (comparativ cu hidrogenul și heliul), numite ghețuri, cum ar fi apa, amoniacul și metanul, fiind denumite „giganți de gheață” (termen separat de cel de gigant gazos). Toate planetele au orbite aproape circulare care stau într-un disc aproape plat numit plan eliptic.

Bibliografie

- Erich Fromm - *A avea sau a fi?*, Editura Trei, 2013
- Stephen Hawking, Lucy Hawking - *George si Big Bangul*, Editura Humanitas, 2012
- Leonard Susskind - *Peisajul cosmic*, Editura Humanitas, 2012
- Stephen Hawking - *Scurta istorie a timpului*, Editura Humanitas, 2012
- Albert Einstein - *Cum văd eu lumea*, Editura Humanitas, 2010
- Nick Redfern - *Conspirațiile Nasa*, Editura Trei, 2012

ANA-MARIA DUMITRU, X C
Prof. coord. VERONICA SANDU



Moment istoric

9 MAI 1877... UNUL DINTRE MARILE MOMENTE DIN ISTORIA ROMÂNIEI



Românii, asemenea fiecărui popor al lumii, au câteva momente de referință ale istoriei lor.

9 MAI 1877 reprezintă un astfel de moment, cu o valoare simbolică uriașă, pregătit de mai multe generații de oameni politici și care a venit ca o completare firească a unor realizări ce reprezentau un proiect politic pe termen lung.

Revoluția de la 1821 poate fi considerată un declanșator al acestui proiect național care s-a încheiat un secol mai târziu, la 1 DECEMBRIE 1918, odată cu realizarea României Mari.

Unirea Principatelor Române de la 24 Ianuarie 1859, aducerea principelui străin pe tronul țării, adoptarea Constituției de la 1866 au reprezentat gesturi de independență împotriva voinței Înaltei Porți. Gesturi care anunțau deja că românii erau hotărâți să-și decidă singuri soarta.

S-a adăugat atitudinea demnă de admirație a clasei politice a vremii, care a știut să lase deoparte rivalitățile și să pună mai presus interesul național. În

mod fericit, la rândul său, Principele Carol I considera independența față de Imperiul Otoman o prioritate a politicii sale externe.

Criza Orientală din 1875 și poziția Rusiei, care se erija în protector al creștinilor asupriți de Poarta Otomană prevesteau un conflict iminent.

Acesta putea fi momentul favorabil așteptat de români, care au acționat astfel încât visul privind obținerea independenței să se transforme în realitate. Începutul războiului care a adus România în tabăra antiotomană, aliată a Rusiei, a sporit emoția în ceea ce privea posibilitatea proclamării și mai apoi a recunoașterii independenței pe plan internațional. Contextul creat era unul favorabil pentru atingerea acestui obiectiv fundamental.

Proclamarea independenței la 9 MAI 1877 de către ministrul de externe Mihail Kogălniceanu a venit ca un moment firesc, mult așteptat și întâmpinat cu mare bucurie.

Memorabilul discurs care anunța că suntem o națiune independentă a fost urmat de votul în unanimitate din Camera Deputaților și Senat.

Proclamarea INDEPENDENȚEI de stat din 9 MAI 1877 a devenit oficială la 10 MAI, atunci când a fost promulgată de șeful statului, Principele Carol I.



Alexandra Stan, IX G
Angela Dinu, X G

Prof. Marcela Marica
Prof. Adrian Marica

PASIUNILE NOASTRE



CĂLĂTORIA

Îmi place tare mult să călătoresc. Dacă anul trecut vă vorbeam de Bran, un loc foarte drag sufletului meu, anul acesta m-am gândit să vă prezint un alt loc pitoresc, de o frumusețe aparte: Târgu Neamț.

Am mers la Piatra Neamț în vacanța de vară. Am vizitat cu plăcere Cetatea Neamțului, loc care ne-a fermecat atât pe mine, cât și pe cei cu care eram. După ce ne-am luat inima în dinți să traversăm podul ce duce spre cetate, am fost întâmpinați de uimitoarele frumuseți ce adună an de an mii de turiști.

Acesta nu este doar un loc în care natura te copleșește prin splendoare și grandoare, ci și un loc cu o mare încărcătură istorică și culturală.

Cetatea Neamț este o cetate medievală din Moldova, aflată la marginea de nord-vest a orașului Târgu Neamț (în nord-estul României). Ea se află localizată pe stânca Timuș de pe Culmii Pleșului (numită și Dealul Cetății), la o altitudine de 480 m și la o înălțime de 80 m față de nivelul apei Neamțului. De aici, străjuia valea Moldovei și a Siretului, ca și drumul care trecea peste munte în Transilvania. Cetatea Neamț făcea parte din sistemul de fortificații construit în Moldova la sfârșitul secolului al XIV-lea, în momentul apariției pericolului otoman. Cetatea a fost construită la sfârșitul secolului al XIV-lea de Petru I, a fost fortificată în secolul al XV-lea de Ștefan cel Mare și distrusă în secolul al XVIII-lea (1718) din ordinul domnitorului Mihai Racoviță. Cetatea Neamț a fost inclusă pe Lista monumentelor istorice din județul Neamț din anul 2015.

Încăperea ce m-a fascinat cel mai mult a fost închisoarea. Aici erau „închise” trei manechine, iar undeva, mai sus, Ștefan cel Mare le privea. Imaginea m-a înfiorat.

Nu se poate să mergi în Târgu Neamț și să nu te răcorești pe malul Ozanei, râul ce l-a însoțit pe Nică în aventurile sale. Apa lui curată și cristalină era exact ca în descrierea făcută de scriitor: „Dragu-mi era satul nostru cu Ozana cea frumos curgătoare și limpede ca cristalul, în care se oglindește cu mâhnire Cetatea Neamțului de atâtea veacuri!”. Râul Neamț (Ozana) curge prin fostul sat Humulești (astăzi cartier al orașului Târgu Neamț), după cum bine știți, locul natal al povestitorului Ion Creangă.

În „Amintiri din copilărie”, Ion Creangă povestește câteva evenimente petrecute pe malurile râului Ozana. Într-o iarnă, pe când mergea împreună cu bunicul David Creangă

spre Pipirig (de unde urma să plece la școala lui Alecu Baloș de la Broșteni), Nică a căzut în apele înghețate ale râului Ozana. „Și, luându-mi rămas bun de la părinți, am purces cu bunicul spre Pipirig. Și era un pui de ger în dimineața aceea, de crăpau lemnele! Și din sus de Vânători, cum treceam puntea peste apa Neamțului, bunicul în urmă, cu caii de căpăstru, și eu înaintea, mi-au lunecat ciubotele și am căzut în Ozană cât mi țî-i băiatul! Noroc de bunicul! Și scroambele iestea a voastre îs pocite, zise el scoțându-mă repede, murat până la piele și înghețat hăt bine, căci năboise apa în toate părțile; și iute mi-a scos ciubotele din picioare, că se făcuse bocnă. (...) Și când m-a văzut bunica în ce hal mă aflam, ghemuit în desagă, ca un pui de bogdaproste, cât pe ce să se prăpădească plângând.”

Vă asigur ca merită să vizitați Târgu Neamț! Pentru mine a fost o vacanță minunată! De-abia o aștept pe următoarea. Îmi propun să descopăr alte și alte locuri. Vă voi povesti și vouă!



https://ro.wikipedia.org/wiki/Cetatea_Neam%C8%9B

<http://www.reporterntv.ro/stire/in-humulestii-lui-nica>

Ion Creangă - „Povești, amintiri, povestiri”, Ed. Minerva, București, 1980

Andreea Enciulescu, X F
Prof. coord. Mădălina Bondoc



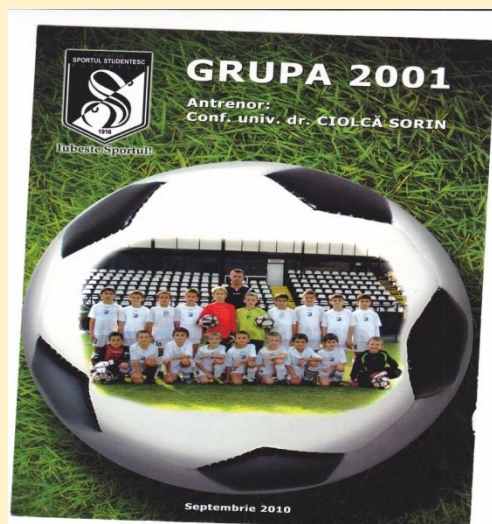
☉ Prima pasiune

Pasiunea înseamnă ceva special pentru fiecare în parte. Poate fi ceva în care dorim să ne implicăm, poate fi ceva care ne face să trăim altfel, poate fi ceva care ne schimbă viața și o face mai frumoasă sau poate e, pur și simplu, un praf strălucitor care stă în sufletul nostru și odată aprins, nu mai poate fi stins. Așa, cumva, fără să ne dăm seama, la un moment dat, găsim acel ceva care aprinde focul pasiunii, transformându-ne viața într-o aventură a cunoașterii.

Oricine știe că nu poți trăi cu adevărat și nu te poți dezvolta fără pasiuni, fără acel ceva plăcut care înseninează orice zi, care face fiecare clipă să dureze o veșnicie.

Acum nouă ani am descoperit că îmi place fotbalul. Prin urmare, am fost la preselecție și așa a început viața mea ca sportiv.

Aveam șapte ani când mama m-a înscris la fotbal, nu știam mai nimic doar că vreau să ajung un mare fotbalist. Am avut noroc de un profesor și antrenor foarte bun, domnul Ciolca Sorin, care ne încuraja de fiecare dată și ne spunea că prin muncă vor veni și rezultatele.



Am trăit momente frumoase, am avut realizări, am cunoscut oameni mari ai fotbalului românesc. A fost foarte greu, muncă multă pe ploaie, ger sau în soare, la 40 de grade.



Nu am renunțat nici după pareza de nerv la piciorul drept și recuperarea ce a durat cinci luni.

M-am întors mai ambițios, însă, la trei luni de la revenirea mea în echipă, am fost accidentat din nou, de data aceasta fisura la rotulă nu mi-a mai permis să mă întorc în fotbal.

Regret că pasiunea mea a luat sfârșit în acest fel. Am rămas cu amintirile și trăirile minunate după meciurile câștigate și chiar dezamăgirile de la finalul unui meci pierdut.

Sportul a adus disciplina în viața mea, responsabilitate și sănătate chiar. Cei care își descoperă pasiunea sunt norocoși pentru că înseamnă să îți trăiești viața cu adevărat. Ai ocazia de a te minuna zilnic de ceea ce crezi, nu te poți plictisi atâta vreme cât pasiunea aceea menține focul din tine.



Mijlocaș la FC STEAUA-2015

Emanuel Bădulescu, IX E

Prof. coord. Mădălina Bondoc

© Rugby este sportul meu

Numele meu este Dumitru Mihai, am optsprezece ani și vreau să vă povestesc despre viața mea sportivă, de la început până în prezent.

Am început să practic acest sport în clasa a III-a, deoarece eram un copil înalt și foarte slab, picioarele mele erau la fel de slabe ca mâinile, iar mamei, când ieșeam afară primăvara, îi era frică, atunci când alergam, să nu mi se rupă picioarele, așa că, de comun acord, am decis să merg la rugby.

În primul an de rugby, l-am avut ca antrenor pe Axinte Ștefan, un om de nota 10. Știa să explice, felul în care vorbea parcă te ungea la suflet. După ce Ștefan a plecat de la noi pentru a antrena băieții mai mari decât noi cu un an, Cornel Găgiu l-a înlocuit. Toată lumea îl striga pe domnul Găgiu „nea' Zorro”. Nea' Zorro, în momentul de față, este în pragul pensionării. Nea' Zorro are un stil vechi de a antrena, în sensul că erau multe contacte la antrenament, foarte multă alergare și palme foarte grele peste ceafă. Este o persoană foarte impunătoare, exigentă și devotată rugby-ului. Zorro a antrenat o generație de copii foarte talentați, el a spus că noi suntem a doua generație din viața lui de antrenor de sportivi foarte talentați. El ne testa mereu limitele pentru că știa că putem mai mult. Și chiar a avut dreptate, în anii 2013-2014 la Under 16, echipa Steaua, antrenată de Cornel Găgiu, a învins Dinamo, în finală, devenind Campioană națională. Jucătorii echipei Dinamo au fost demoralizați din primul minut al jocului deoarece Dinu Cătălin a marcat primul eseu. Anul următor am ieșit vice-campioni naționali, am pierdut în finală în fața băimărenilor, aceștia fiind favorizați de arbitru (credem noi!). Din cauza acestei nedreptăți față de echipa noastră, în ultima fază a jocului, eu am dat o basculă* unui jucător inamic, care a fost sancționată cu o lovitură de pedeapsă, Baia Mare a șutat mingea printre buturi, rezultând pierderea meciului pentru Steaua.

Această înfrângere a fost ca un duș rece pentru mine, așa că m-am apucat de sală. Pentru următorul campionat, echipa Stelei s-a unit cu echipa Metroului, sub numele de Dinicu Goleșcu. În acel an am fost selecționat de către naționala Under 18, eu fiind cu un an mai mic decât restul colegilor născuți în '98. După zeci de cantonamente, muncă infernală, rezistență psihică și fizică, am plecat în Portugalia la Europene. Primul meci l-am avut cu Georgia, în fața căreia am pierdut, a urmat Germania, apoi Rusia.

Din păcate, România a pierdut toate meciurile. Deși am jucat o repriză cu Georgia și o repriză cu Rusia, aceste momente au fost cele mai frumoase din viața mea sportivă. Imediat cum am ajuns acasă, am participat la Turneul Cupei României, unde, din păcate, mi-a sărit umărul de trei ori în meciul cu Dinamo; în acea zi, jumătate de echipă s-a accidentat, iar mult sânge s-a vărsat pentru că jucătorii de la Dinamo așa au fost învățați să câștige. După acest meci, am făcut niște investigații medicale pentru umărul afectat. În a doua etapă a Cupei României am



fost apt de joc; Dinamo ne-a bătut, dar, după acest meci, am câștigat în fața tuturor echipelor, inclusiv a celor de la Baia Mare, care ne bătuseră cu un an înainte, și astfel am reușit să ne clasăm pe locul al doilea. Imediat după Cupa României am aflat, după ce am făcut RMN, că umărul drept trebuie operat. Din cauza accidentărilor, echipa mea a ocupat locul 5 în Campionatul Național.

Umărul operat, după multă muncă la recuperare, s-a vindecat armonios iar eu mă pregătesc pentru următorul campionat. Pe scurt, aceasta este viața de sportiv de performanță: o copilărie muncită, presărată cu multe lovituri,



întinderi, operații, dar, la sfârșit, rămâi cu un corp sănătos, o minte sănătoasă și un caracter de lider.

*basculă = s.f., termen pentru un procedeu din rugby constând în ridicarea jucătorului inamic de la sol și lăsarea lui să cadă; în placaj, pici odată cu inamicul (procedeu periculos, aspru pedepsit de către arbitru).

Mihai Dumitru, XI S
Prof. coord. Mara Manta



FOTOGRAFIA

Pasiunea mea - Fotografia

Prima dată când am început să simt gustul acestei pasiuni a fost acum 5-6 ani când am primit de Crăciun un aparat foto compact Nikon. La vârsta de 14 ani, însă, mi-am cumpărat un Nikon D3100 și pot spune că experiența fotografiatului s-a transformat radical.

O nouă lume s-a deschis în fața mea, iar eu eram liber să profit și să învăț de pe urma ei. Dar, ca orice drum, a avut și are și suișuri, și coborâșuri. Au fost momente când mi-am dorit să renunț, dar încurajările, complimentele, criticile, sfaturile tuturor celor care mi-au văzut fotografiile m-au motivat să cred în ceea ce fac. Când vrei să îți transformi pasiunea într-un mod de viață, abia atunci îți dai seama că iubești ceea ce faci și vrei să o faci mereu.

Din păcate, la noi e greu să vezi viața numai prin obiective, așa că fotografia rămâne, pentru moment, un hobby și un vis frumos. Desigur, nu sunt suficiente doar un aparat bun sau un echipament performant pentru a aborda fotografia. Trebuie să fii dispus să experimentezi, să înveți din greșeli și să accepți sfaturi de la cei mai experimentați decât tine, să fii la curent cu activitatea diferiților fotografi și să „furi meserie” de la ei, atunci când poți.



Alexandru Ene, IX E

✚ Anotimpurile în imagini

Fotografia nu este pentru mine simpla transpunere a unei imagini sau a unei realități, e relevarea unui sentiment.

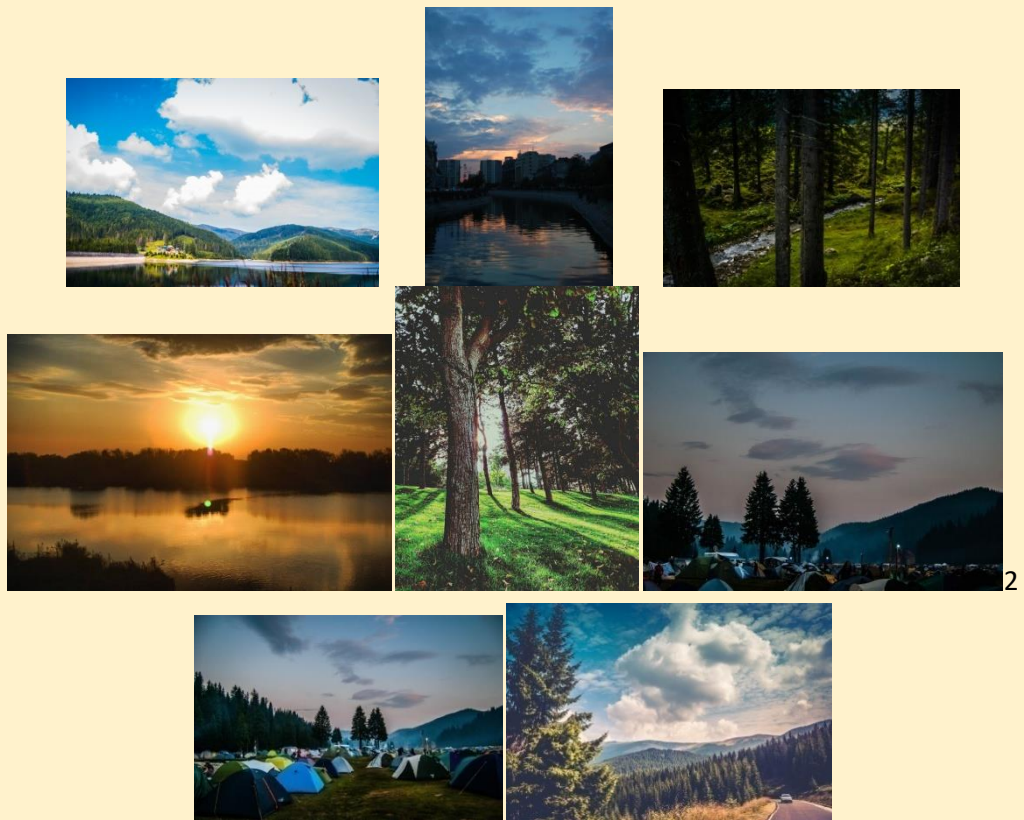
Fotografia înseamnă trăire, înseamnă să vezi frumusețea ascunsă ochiului obișnuit.



@ Primăvara



@ Vara



@ Toamna



@ Iarna

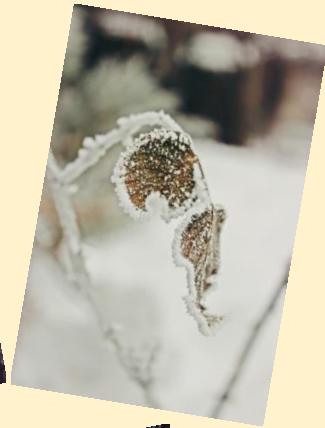


FOTO: Eliza Mihalache, XII C

Prof. coord. Mădălina Bondoc



PICTURA e modul prin care viața prinde culoare, e evadare... e fericire, e poveste!



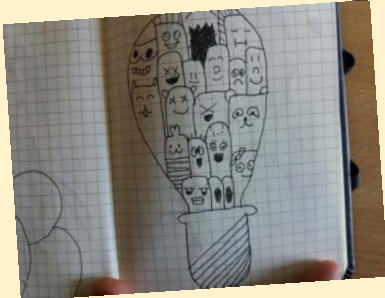
Maria Magdalena Hâncu, X F



Desenul

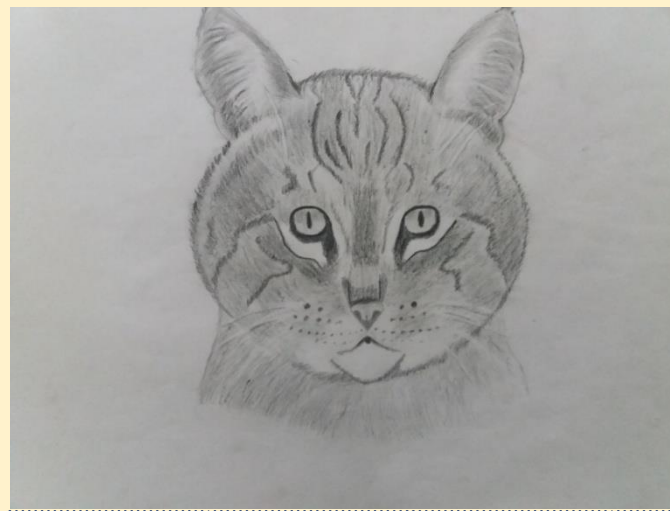
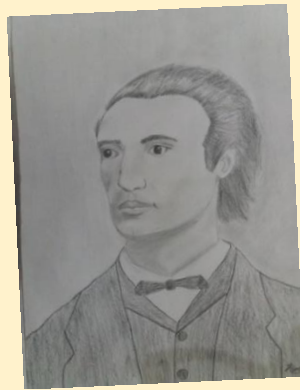


☺ Desenul reprezintă un mod prin care poți exprima ceea ce simți.



Cristian Dinu, IX E

☺ Pentru mine, desenul e iubire, e simtire, e instinct.



Maria Magdalena Hâncu, X F



Basmul în viziunea mea



Petru Racovitz, X C



JOCUL

@ Metin2

Metin2 este jocul meu preferat, deoarece este un joc de tip MMORPG, aceasta este o prescurtare ce provine din engleză de la Massively multiplayer online role-playing game, traducându-se Un joc video de rol online amplu multi-jucător.

Jocul în sine constă în lupta pentru supremație a celor 3 regate inamice care, deși odată formau un singur regat prosper, în urma apariției spontane a pietrelor metin s-au divizat și se războiesc între ele.

Odată înscris, jucătorul, își va alege regatul și de asemenea personajul. Inițial, personajul selectat se va afla într-o locație denumită colocvial de către jucători „map1” a regatului ales, apoi jucătorul va avea de înfruntat diverși monștri a căror putere crește gradual pentru a putea acumula puncte de experiență necesare înaintării în nivel, obiecte/echipament și yang (moneda de schimb a jocului).

Fiecare personaj are o clasă feminină și una masculină. De asemenea, poți alege între 2 costume diferite la început. Fiecare personaj are ca obiectiv principal atingerea nivelului maxim, actual 120.

Despre evenimentele din joc pot spune că au legătură cu viața reală, deoarece precum am spus mai sus este un joc online, sărbătorile sau evenimentele ce se întâmplă în lumea reală se transpun în joc sub forma diferitor evenimente sau provocări.

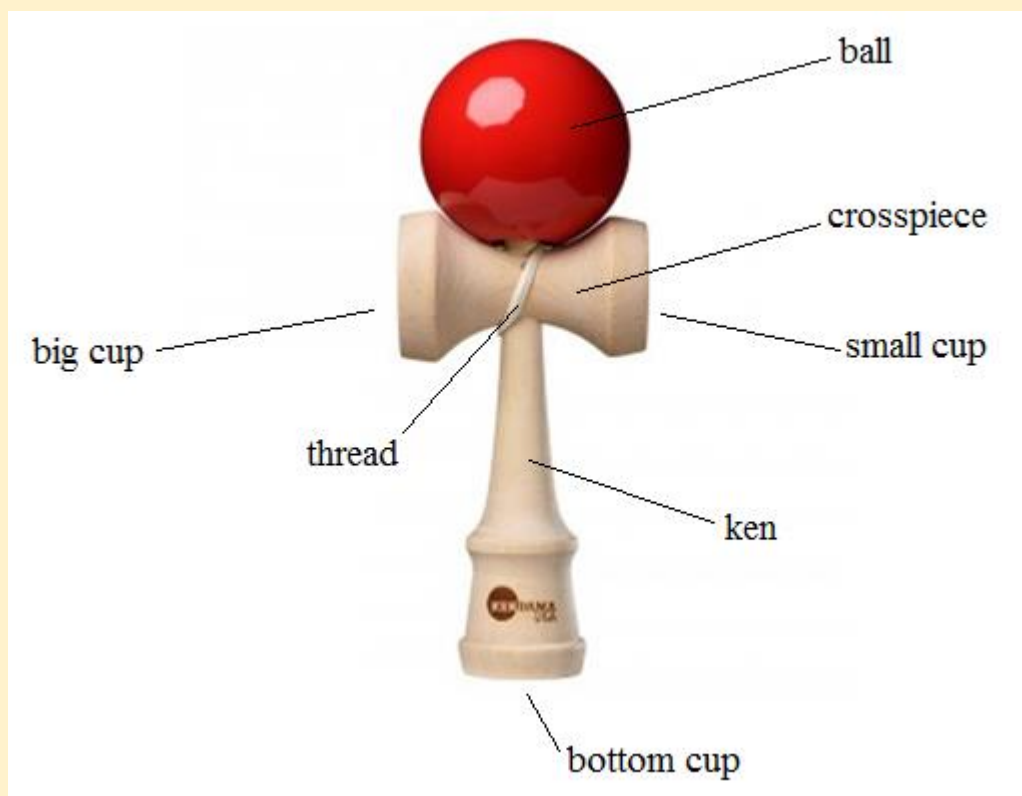


Costin Ștefan Cocoș, IX E

🌀 Kendama

Cred că vedeți din ce în ce mai des copii, adolescenți și chiar adulți aruncând de zor o bilă, acțiune ce pare lipsită de sens, însă nu este chiar așa.

Kendama, căci așa se numește, este un joc care combină exercițiul fizic cu dezvoltarea cognitivă, ajutând la îmbunătățirea coordonării mână-ochi, la sporirea atenției și a preciziei.



Jocul japonez de abilități este construit dintr-o minge de lemn (în japoneză: dama) care este atașată unui mâner de lemn (ken) printr-o sfoară. Are trei cupe de dimensiuni diferite în care trebuie prinsă mingea și un vârf ascuțit care poate intra într-o gaură din mingea de lemn. Kendama este mai mult o combinație de jucării similare din mai multe culturi. Aproape oriunde pe glob a existat la un moment în timp un joc similar. De exemplu, în Franța „bilboquet”, în Marea Britanie „cup-and-ball”, în Germania s-a numit „Kugelfang” și în multe țări vorbitoare de spaniolă, pentru sute de ani, „balero”.

Kendama, un joc poate nou pentru români, inventat de japonezi și jucat în Europa sub diverse forme de sute de ani, este un instrument excelent pentru dezvoltarea abilităților copiilor. Jocul este în mare vogă printre copiii din marile orașe din România în ultima perioadă. Prețurile variază până la câteva sute, iar diferența de bani vine din materialele din care este realizată. Pe lângă faptul că îi ajută să petreacă timp departe de electronice, kendama îi ajută să se coordoneze mai bine. Dacă la noi copiii abia acum fac cunoștință pe scară mai largă cu kendama, în alte țări se organizează competiții periodice: în Japonia, spre exemplu, țara de origine a kendamei, există o competiție națională pentru copii de școală primară, care este organizată anual. Pe măsură ce timpul a trecut, numărul jucătorilor, numărul trucurilor și numărul competițiilor a crescut.

Se presupune că jocul Kendama a ajuns în Japonia în jurul anului 1777, în timpul dinastiei Edo, pe Drumul Mătăsii la Nagasaki, singurul oraș deschis comerțului la acea dată.



Alexandru Gabriel Lovin, IX E



Serialele

Una dintre pasiunile mele, pe care am descoperit-o acum 2 ani, este pentru seriale. În general, îmi plac mai mult serialele cu adolescenți de tip dramă, horror sau chiar și comedie.



The Vampire Diaries

(**Jurnalele vampirilor**) este, după părerea mea, un serial super, foarte reușit. Avem parte de povești de dragoste, de acțiune, puțin umor, dar și scene de luptă foarte bine puse la punct. Serialul urmărește viața Elenei Gilbert (Nina Dobrev), o liceană de 17 ani, care se îndrăgostește de vampirul Stefan Salvatore (Paul Wesley). Relația lor se complică din momentul în care își face apariția vampirul Damon Salvatore (Ian Somerhalder), fratele lui Stefan, acesta revenit în Mystic Falls pentru răzbunare. Amândoi se îndrăgostesc de Elena, pentru că ea reprezintă pentru ei dragostea pierdută, dragostea Katherinei Pierce. Elena și Damon devin prieteni, ajungând chiar să se iubească reciproc. E dezvăluit faptul că Elena este descendentă directă a Katherinei, care revine în Mystic Falls pentru a se răzbuna pe cei trei. Acțiunea are loc în Mystic Falls, un oraș fictiv, un orașel din Virginia plin de mituri și legende despre ființe supranaturale. Desigur că de-a lungul serialului mai apar și alte personaje precum Jeremy Gilbert (Steve R. McQueen), fratele mai mic al Elenei, vrăjitoarea Bonnie Bennett (Katerina Graham), Caroline Forbes (Candice Accola) o altă prietenă a celor două, care, ulterior devine vampir, Matt Donovan (Zach Roerig) fostul iubit al Elenei, Tyler Lockwood (Michael Trevino) care devine vârcolac.

Serialul a fost nominalizat la diferite premii, câștigând People's Choice Award și Teen Choice Award. Acesta este genul de serial în care vizionezi un episod și te lasă cu sufletul la gură și ești nerăbdător să afli ce se întâmplă mai departe (cel puțin așa a fost în cazul meu).

Așadar, vă recomand **The Vampire Diaries**. Știu că după primul episod nu o să vă mai puteți opri.

Loredana Udrea, IX E



Cărțile

Pasiunea mea pentru cărți a început acum 8 ani, când abia ce învățasem să citesc și să scriu.

Oriunde mă duc, nu uit să îmi iau o carte cu mine, indiferent că este pe telefon sau nu. Pentru mine, cititul este un refugiu. Când citesc o carte care îmi captivează atenția, simt cum intru într-un alt univers. Cărțile mă ajută să îmi îmbunătățesc modul de gândire, de multe ori m-au încurajat, m-au făcut să mă regăsesc printre rânduri și să încerc să devin o persoană mai bună. De asemeni, ele mă inspiră să lucrez din greu cu speranță și curaj. Cititul mă învață să înțeleg oamenii mult mai bine, cărțile mă ajută să-mi ies din zona mea de confort, să mă transpun în pielea personajelor și, mai ales, să simt ceea ce simt și ele.

„Cărțile care te ajută cel mai mult sunt cele care te fac să gândești cel mai mult. Cel mai greu înveți când citești cărți ușoare; dar o carte extraordinară care vine de la un gânditor remarcabil este o corabie a gândirii, plină la refuz cu adevăr și frumusețe.” - **Theodore Parker**

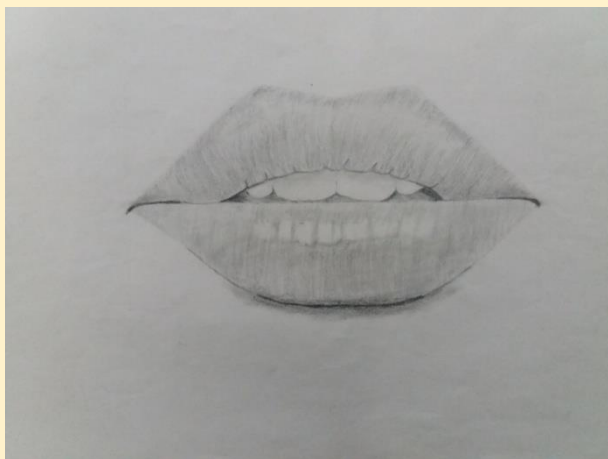
Andreea Valentina Petcu, IX E



Sursă foto:<http://www.obiceiurilemaiestriei.ro/72-de-citate-inspirationale-despre-carti/>



MACHIAJUL - O ARTĂ DIN CELE MAI ÎNDEPĂRTATE TIMPURI



De ce folosim machiajul?

Încă din cele mai vechi timpuri, omul a găsit diverse modalități de a se îngriji și de a se înfrumuseța. Practic, aproape toate metodele și tehnicile cosmetice naturiste au fost inventate încă de acum câteva milenii.

Multe dintre rețetele și ingredientele folosite la vremea

respectivă se regăsesc și în tratamentele actuale. Am ales pentru voi câteva curiozități legate de machiaj!

Știați că...

☉ **Termenul „cosmetic” vine din grecescul „kosmos” și înseamnă „podoabă, ornament, ordine”. O altă variantă de derivare este și cuvântul „kosmeticos” ce înseamnă „măiestrie în împodobire”.**

☉ **Primele cosmetice au fost folosite în Egipt.** În Egiptul antic erau fabricate cosmetice din minereuri de cupru și plumb și erau folosite de toată lumea, indiferent de statut sau sex, pentru că se credea că produsele cosmetice au proprietăți magice. Egiptenii își conturau ochii cu kohl negru și foloseau farduri în nuanțe de albastru și verde.

☉ **Oja a fost inventată în China.** Exista deja un ritual de pictură a unghiilor cu Henna la egipteni, însă chinezii sunt cei care au inventat lacul de unghii dintr-un amestec de ceară de albine, albuș de ou, gumă și pudră colorată (pigment).

☉ **Coco Chanel a adus bronzatul la modă** după ce s-a întors bronzată de pe o croazieră. Apoi industria cosmetică a inundat piața cu produse autobronzante. La polul opus, în Asia, produsele în vogă erau cele de albire a pielii.

☉ **Unele companii folosesc solzi de pește uscați și măcinați** pentru a adăuga sclipici în fardurile de pleoape.

☉ **Termenul „ingrediente naturale” înseamnă** că acele ingrediente au fost extrase direct din plante sau produse animale.

☺ Cea mai întâlnită leziune produsă de produsele cosmetice este zgârierea ochiului cu un creion dermatograf.

☺ Testat dermatologic nu înseamnă neapărat un lucru bun. Dacă un produs a fost testat dermatologic nu înseamnă neapărat că a trecut toate testările, ci doar că aceste teste au fost aplicate produsului.

Machiajul te ajută să-ți pui în evidență calitățile și să estompezi defectele, înfrumusețează, întreține, însă granița dintre plăcut și dezagreabil poate deveni uneori fragilă.

Cred că machiajul este însăși arta pictată pe chip, o artă care, din păcate, nu se află la îndemâna oricui!

Sursa: <http://bunadimineata.ro/de-dimineata/curiozitati-despre-cosmetice/>

Camelia Epure, IX E

Desen: Maria Magdalena Hâncu, X F

CUPRINS

✓ Atelier de creație	pag. 2
✓ Psihologia, drumul către noi înșine	pag.11
➤ 20 de pași spre...FERICIRE	pag.11
✓ Cronicile adolescentului	pag.14
➤ Cele 40 de legi ale iubirii, Elif Shafag	pag.14
➤ Fluturi, Irina Binder	pag.16
✓ Timpul mitic românesc	pag.17
➤ Rețetă de sarmale tradiționale	pag.17
➤ Lumina Paștelui	pag.20
➤ GREEN-...Gastronomie Românească	pag.22
✓ Viața prin ochii adolescenților	pag.25
➤ Gânduri la început de drum	pag.25
➤ Câteva cuvinte la final de liceu	pag.27
➤ România prin ochii elevilor străini	pag.30
➤ Ajutoarele lui Moș Crăciun	pag.33
➤ Importanța psihologiei	pag.34
➤ Gânduri despre adolescență	pag.35
✓ Educația și valorile ei	pag.36
➤ Vreau să fiu antreprenor...Este un job de viitor?	pag.36
➤ Platforme educaționale utilizate la clasă	pag.38
➤ Școlarizarea la domiciliu în contextul noilor tehnologii	pag.42
➤ Telefonie mobilă în zilele noastre	pag.45
➤ Astronomia pe înțelesul tuturor	pag.48
➤ Moment istoric	pag.50
✓ Pasiunile noastre	pag.52
➤ Călătoria	pag.52
➤ Sportul	pag.54
➤ Fotografia/Pictura/Desenul	pag.58
➤ Jocul	pag.66
➤ Serialele	pag.69
➤ Cărțile	pag.70
➤ Machiajul	pag.71

Profesori coordonatori:

Prof. Mădălina Bondoc
Prof. Gabriela Ilie
Prof. Mara Manta
Prof. Rodica Ionaș

Colaboratori:

Profesor psiholog Daniela Drăghici
Prof. Adriana Trifu
Prof. Claudia Elena Stan
Prof. Octavian Lucian Popa
Prof. Simona Maria Toma
Prof. Mirela Lie
Prof. Veronica Sandu
Prof. Ana-Maria Vasile
Prof. Bogdan Andronache
Prof. Elena Simion
Prof. Constantin Gheorghe
Prof. Marcela Marica
Prof. Adrian Marica

Elevi:

Diana Văcarciuc, IX B Ecaterina Șargu, IX B
Cristian-Valentin Creață, IX E Camelia Epure, IX E Cristiana Soare, IX E
Cristian Dinu, IX E Costin Ștefan Cocoș, IX E Alexandru Gabriel Lovin, IX E
Loredana Udrea, IX E Andreea Valentina Petcu, IX E Emanuel Bădulescu, IX E
Alexandru Ene, IX E Tabita Drăguț, IX G
Ana-Maria Dumitru, X C Petru Racovitză, X C
Maria Magdalena Hâncu, X F Denisa Cârstea, X F
Mihnea Chiripuci, X F Andreea Enciulescu, X F Carla Barbu, X G
Ana Maria Dobroiu, XI C Ana Maria Matei, XI F Mihai Dumitru, XI S
Cristina Mogoșanu, XII C Eliza Mihalache, XII C
Alexandra Stan, IX G Florentina Gușu, IX G
Mihaela Carla Barbu, X G Angela Dinu, X G

Dir. Octavian Lucian Popa
Dir. adj. Adriana Trifu
Dir. adj. Dana Zloteanu