

LICEUL TEHNOLOGIC AGRICOL "ALEXANDRU BORZA" GEOAGIU

AN ȘCOLAR 2021-2022



Mlădițe școlare

COLECTIVUL DE REDACȚIE

COORDONATORI:

**DIR. PROF. CISMAȘIU OCTAV
PROF. BĂLĂNEAN BOGDAN**

REDACTOR ȘEF:

BĂLĂNEAN BOGDAN

REDACTORI:

**ARMEGIOIU GRAȚIELA
BĂLĂNEAN BOGDAN
BÂLDEA SORIN
BRAN HOREA
BUDA MARIA
BURS RAMONA
GRECU MIHAELA
LAL ADRIANA
NEGREA MIHAELA
POP CECILIA
POPOVICIU DIANA
RADA CARLA
TĂBAN ALEXANDRINA
TĂTULEA TITIANA
TRIF ROXANA**

TEHNOREDACTARE:

BĂLĂNEAN BOGDAN

ISSN - 2066-2866



PERSPECTIVE

Director prof. Cismașiu Octav

Am trecut printr-o perioadă extrem de dificilă, doi ani de pandemie și acum un război la granițele țării noastre. Deși neplăcute aceste experiențe ne-au făcut să realizăm niște lucruri de o importanță majoră.

La debutul pandemiei au dispărut de pe rafturile magazinelor făina și drojdia. Acum, în cazul războiului, primul lucru care a dispărut de pe rafturi a fost uleiul, ceea ce ne duce cu gândul la faptul că mâncarea este și va fi întotdeauna importantă.

Plecând de la aceste aspecte și luând în considerare faptul că asistăm la modificări climatice de o mare anvergură, ne revine obligația morală de a pregăti specialiști în agricultură pregătiți pentru viitor. Acesta este dezideratul pe care școala noastră și-l propune pentru anii ce urmează.

Se vorbește din ce în ce mai mult de agricultură digitală, agricultură de mare precizie, inteligență artificială și robotică.

Suntem în plin proces de evoluție, de schimbare atât de mentalități cât și de percepții.

Este un proces de durată și extrem de complex, care se lovește uneori de ziduri impenetrabile, dar care este extrem de necesar.

Trebuie să regândim strategii de a exploata într-un mod cât mai sustenabil a tuturor resurselor de care dispunem.

Este un motiv bine întemeiat ca școala noastră să fie un lider în această direcție.

Sunt convins că îmbinând tradiția, skill-ul și know - how - ul, vom reuși să aducem o nouă perspectivă asupra pregătirii viitorilor specialiști în agricultură.

Viitorul nu este al nostru, ci al copiilor copiilor noștri!



MARȘUL MESERIILOR - COMUNICAT DE PRESĂ

BOTEA RALUCA

Creștem prin educație agricolă

Liceul Tehnologic Agricol „Alexandru Borza” Geoagiu desfășoară de la începutul lunii martie, în cadrul Programului „Creștem prin educație agricolă” mai multe proiecte: unul de promovare „Alege învățământul agricol!”, unul pentru oferirea de stagii de pregătire practică „Stagiul de pregătire practică - un pas important spre o carieră de succes!”, unul pentru implementarea vizitelor de studiu „Azi elev, mâine fermier” și unul pentru educația antreprenorială „Educația antreprenorială - un pas către o carieră de succes”.

În cadrul proiectului de promovare „Alege învățământul agricol!” sunt făcute cunoscute calificările agricole sau înrudite pe care le oferim. Astfel, promovăm 4 din calificările profesionale pe care liceul nostru le oferă de ani buni: Tehnician în activități economice, Tehnician în turism, Tehnician veterinar și Horticultor și ne propunem să creștem numărul de elevi care aleg un liceu agricol pentru că își doresc să lucreze în agricultură.





Toate proiecte incluse în cadrul Programului „Creștem prin educație agricolă”, și nu numai, își propun creșterea atractivității învățământului agricol în rândul elevilor de gimnaziu și a părinților acestora, dar și dezvoltarea competențelor profesionale specifice pentru elevii liceului nostru prin: organizarea de stagii de practică, valorificarea parteneriatelor dintre mediul educațional și angajatori, în vederea creșterii șanselor de angajare în specializarile studiate. De asemenea se urmărește crearea unei atitudini pozitive a tinerilor față de agricultură astfel încât să crească numărul absolvenților care să-și inițieze și să-și dezvolte propriile ferme mici și mijlocii în domeniul agricol în urma participării la vizitele de studiu.

Deoarece antreprenorii și proprietarii de afaceri mici sunt necesari în agricultură, în întreaga lume, scopul principal al liceului nostru este de a le dezvolta tinerilor o mentalitate antreprenorială. Este un pas mic, dar important, care se schimbă atunci când tinerii încep să creadă că pot lucra pentru ei înșiși și pot angaja pe alții, decât doar să se gândească că trebuie să lucreze pentru altcineva sau, neconsiderând agricultura în același domeniu cu alte afaceri. Când tinerii dezvoltă atitudini pozitive față de antreprenoriatul din agricultură și câștigă direct experiență, au șanse mari să înceapă propriile afaceri.

Pentru a crește vizibilitatea liceului nostru am desfășurat deja și alte activități de promovare: Marșul meseriașilor și Ziua Națională a Meseriilor, în cadrul cărora am prezentat calificările profesionale la nivelul comunității, autorităților locale, a mediului de afaceri și a elevilor de clasa a VII-a și a VIII-a.



„Alege învățământul agricol!” și ai o meserie 100% sigură, încă de la 18 ani!



Ziua Națională a Meseriilor

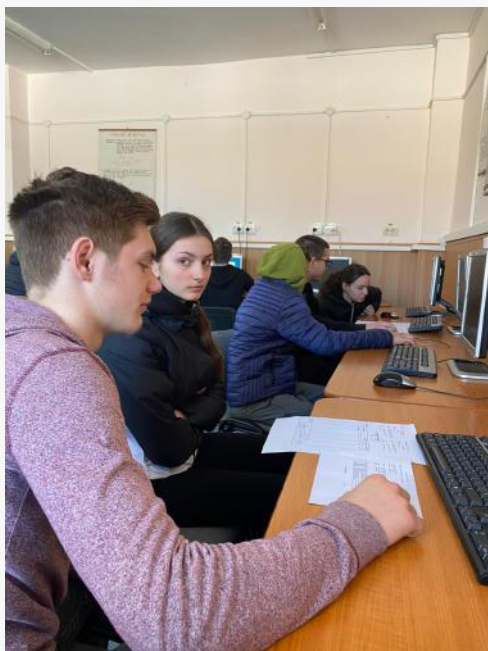
Roxana Trif

„Spune-mi și voi uita, arată-mi și poate îmi voi aduce aminte, implică-mă și voi înțelege!” - Benjamin Franklin

În 11 martie 2022 s-a sărbătorit Ziua Națională a Meseriilor. Cu acest prilej, elevilor claselor a VII-a și a VIII-a de la Liceul Tehnologic Agricol „Alexandru Borza” din Geoagiu li s-au prezentat cele mai relevante meserii în care se pot forma precum și avantajele oferite de învățământul profesional.

Activitatea din 11 martie a fost organizată sub forma a șase ateliere care au promovat oferta educațională a școlii noastre pentru anul școlar 2022-2023: Economic, Turism, Veterinar, Silvicultură și exploatare forestiere, Horticultură și Ospătărie.

Elevii au fost împărțiți în 6 grupe și au trecut, pe rând, pe la fiecare workshop. Grupurile au fost însoțite pe tot parcursul activității de elevi de la clasa a XI-a (Economic) care le-au vorbit despre proiectele în care au avut oportunitatea să se implice și felul în care acestea i-au motivat și le-au dezvoltat abilitățile.



La workshop-ul dedicat specializării Economic, grupurile au vizitat Firma de exercițiu unde elevii clasei a X-a A (Economic), coordonați de dna prof. Burs Ramona le-au prezentat o serie de materiale elaborate în cadrul firmei. De asemenea li s-a vorbit despre rolul jucat de Firma de exercițiu în cadrul formării viitorului tehnician în activități economice. Partea practică a acestui workshop s-a desfășurat în laboratorul de informatică. Elevi din clasa a XI-a A coordonați de dna prof. Botea Raluca au prezentat programul SAGA și i-au ajutat pe viitorii absolvenți să îl folosească.

În cadrul workshop-ului dedicat specializării Turism, elevii au putut vedea o serie de materiale promoționale create de colegii lor mai mari. Sub coordonarea dlui prof. Balea Călin viitorii absolvenți, ajutați de elevii din clasa a X-a A (Turism) au creat slogane de promovare pentru firme de turism.

Workshop-ul dedicat specializării Veterinar s-a ținut în ferma didactică. Elevii din clasa a X-a B coordonați de dl. prof. Perța Găulea Daniel au vorbit viitorilor absolvenți despre specificul acestei specializări, le-au prezentat animalele existente în fermă și au lucrat împreună la calcularea rațiilor de hrană.



Specializarea Horticultură a organizat workshop-ul în sera liceului. Dnele prof. Iancu Ramona, Bondane Anca și dl prof. Vintilă Mihai împreună cu elevii din clasa a X-a profesională au vorbit despre oportunitățile alegerii acestui domeniu de studiu. De asemenea, viitorii absolvenți au fost invitați să semene, în pahare personalizate, semințe de roșii. După o lună de zile au fost rugați să le aducă înapoi la seră pentru a fi plantate, cu promisiunea ca în vară să își recolteze roșiile de pe propria plantă.



În parcul didactic domnii prof. Bâldea Sorin, Herța Gheorghe și Bran Horia, împreună cu elevii din clasele a IX-a și a X-a B au organizat workshop-ul dedicat specializării Silvicultură și exploatarea forestieră. Le-au prezentat viitorilor absolvenți posibilitățile oferite de acest domeniu scoțând în evidență frumusețea și responsabilitățile meseriei de silvicultor. De asemenea, elevii au avut oportunitatea de a vedea diferitele specii de copaci existenți în parcul școlii, precum și instrumentele utilizate în domeniul silvic.



În cantina liceului dna prof. Horț Andrada împreună cu elevii de la clasa a XI-a profesională au prezentat oportunitățile oferite de calificarea de Ospătari. Elevii și viitorii absolvenți au lucrat împreună la realizarea unui mise en place.

Activitatea s-a încheiat cu un concurs. Grupele au primit sarcini de lucru bazate pe activitățile și informațiile pe care le-au primit de la fiecare atelier.

Acțiunea din 11 martie a vizat nu doar prezentarea ofertei educaționale a liceului ci și implicarea viitorilor absolvenți în activități specifice fiecărei specializări cu scopul de a-i ajuta să facă o alegere informată în privința viitorului lor.

IMPRESII CLASA a VIII-a A

ZIUA NAȚIONALĂ A MESERIILOR

„Ziua meseriilor” organizată de școala noastră a fost o experiență inedită și educativă pentru noi, elevii claselor a VII-a și a VIII-a. Am învățat lucruri noi despre fiecare dintre specializările din cadrul liceului. Consider că lucrul cel mai important pentru noi a fost să realizăm cât de esențial este să prețuim meseriile, cât de importante sunt acestea pentru viață și pentru modul de a dezvolta lucrurile mici în lucruri valoroase.

- Achim Patrisia Andrada



Într-o zi a lunii martie, o zi destul de răcoroasă pentru anotimpul în care ne aflăm, razele soarelui își scaldau lumina pe pătura de zăpadă ce acoperă pământul, am avut parte de o surpriză plăcută prin participarea la o acțiune organizată de școala noastră. Sincer ne-am bucurat foarte mult la aflarea acestei vești care ne-a făcut să uităm de teste, teme și lecții. La final am avut parte de o lecție de viață, după ce am participat la cele 6 ateliere organizate în cadrul „Zilei meseriilor”. Personal le mulțumesc organizatorilor pentru această surpriză care ne-a făcut să cunoaștem mai bine liceul nostru și oferta educațională, mai ales că suntem în fața alegerii unui drum nou în viața noastră de elev - profilul unei meserii viitoare.

- Cibian Gabriel



Florea Diana

Experiența trăită de Ziua meseriilor la liceul nostru, a fost una surprinzătoare și în același timp neprețuită, din care am învățat foarte multe lucruri noi despre specializările din cadrul liceului. Din perspectiva mea, cel mai interesant atelier a fost cel de economie. Am avut ocazia să văd modul de organizare și funcționare a firmei de exercițiu. Achiziționarea de abilități practice, alături de oportunități pentru o meserie viitoare. Iată perspectivele care se arată pentru viitorul nostru.

ZIUA NAȚIONALĂ A MESERIILOR



Herța Daniela

Vreau să încep prin a spune că activitățile din cadrul "Zilei Naționale a Meseriilor" au fost distractive și folositoare. Cel mai frumos atelier mi s-a părut cel pentru calificarea de ospătar, organizat la cantina școlii. Am învățat să pregătim o masă festivă. Abia acum am înțeles câte lucruri nu am știut până acum sau câte greșeli am făcut.

Sinceră să fiu aș dori ca asemenea activități să se organizeze și în anii următori, deoarece după această perioadă de pandemie mi-a prins foarte bine o zi „mai altfel” și am simțit că m-am înțeles mai bine cu colegii mei. Felicitări organizatorilor!



Puieți de gorun (*Quercus petraea*), la mocirlit, în găleată, înainte de plantare și la șanț

"LUNA PLANTĂRII ARBORILOR" : 15 Martie - 15 Aprilie 2022

În această perioadă se desfășoară acțiuni de popularizare și educare privind rolul și importanța pădurii precum și activități practice de scos puieți și realizarea de plantații forestiere.

Noi, elevii Liceului Tehnologic Agricol „Al. Borza” Geoagiu, clasa a IX - a B, profil Silvicultură, ne-am propus să contribuim activ la acțiuni de scos și plantat puieți, alături de salariații Ocolului Silvic Geoagiu, la formarea și promovarea unei atitudini ecologice, responsabile care să determine manifestarea unei conduite adecvate în raport cu mediul natural. Aceasta, în contextul în care, o mare parte dintre noi efectuează stagiul de pregătire practică la acest ocol.

OCOLUL SILVIC GEOAGIU a organizat o acțiune de plantat în ziua de 16.03.2022, ora 10, în amplasamentul UP II Geoagiu, ua 20B, suprafața plantației 0.4 ha, specia de puieți: gorun și paltin de munte.

Locația: zona Geoagiu Bai .

Participanți: Elevii Liceului Tehnologic Agricol „Al. Borza” Geoagiu, clasa a IX - a B, profil Silvicultură și o parte din personalul Ocolului Silvic Geoagiu.

În această perioadă vor avea loc diverse acțiuni practice și teoretice, educativ - formative, constând în plantarea de puieți, activități în pepinierele silvice și acțiuni de igienizare (strângere resturi, gunoaie ,etc.), la care sunt așteptați să participe pe lângă personalul silvic și voluntari de la diverse instituții, școli, firme private sau organizații non-guvernamentale, membrii ai comunităților rurale și urbane, în baza unor proiecte de voluntariat și parteneriate de colaborare.



PUIEȚI PALTIN DE MUNTE (ACER PSEUDOPLATANUS), LA ȘANT ȘI ÎN CURS DE PLANTARE, ÎN GROAPĂ.

Material elaborat de elevii clasei a IX-a B, profil Silvicultură:

BARB SORIN-VALENTIN, CARP SILVIU-MARIO, CLONȚA ADELIN-PETRU, CORNEAN RAREȘ, INEL VLAD AVRAM, IOVAN PETRU, LAZĂR FLORIN - SEBASTIAN, LENTZ - SÎNTIONESCU RAFAEL, POPA FABIO - DANIELE, SIMOIU SORINA-ALINA, ȘENDROI ANA-MARIA, TODEA MARIUS - RAFAEL, TRANDAFIR SIMINIC - RICARDO

sub îndrumarea prof. ing. Bâldea Sorin

Având în vedere cele de mai sus, clasa a IX -a B a hotărât să participe nemijlocit la acțiuni de plantare puieți în zona menționată.

Lucrarea s-a efectuat în colaborare cu personalul Ocolului Silvic Geoagiu, sub directa supraveghere și îndrumare a sefului de ocol, ing. Oprișa Romulus și a inginerului responsabil cu lucrările de împădurire, Laura Parau.

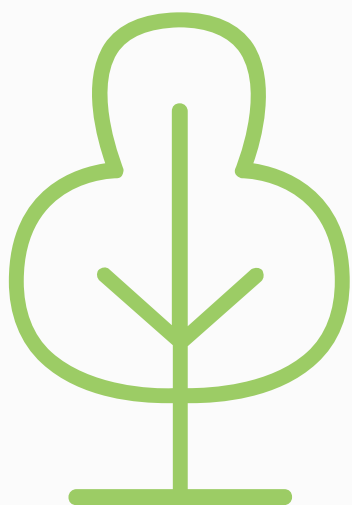
Luna Plantării Arborilor, o ocazie de a ne întoarce la natură, o sărbătoare dedicată reînvierii naturii și continuarea ciclului vieții, un important eveniment silvico- economic și ecologic menit să sensibilizeze în fiecare dintre noi iubirea, grija, priceperea și devotamentul pentru pădure, să conștientizeze rolul și importanța pădurilor în viața societății și în special în rândul tineretului, să determine formarea și manifestarea unei conduite adecvate în raport cu mediul natural.

Această sărbătoare a sădirii arborilor, cu o istorie oarecum bogată, își are începuturile în Statele Unite la inițiativa ministrului Sterling Morton încă din anul 1872, ca o consecință a despăduririlor masive din perioada respectivă. Exemplul american s-a extins apoi în întreaga lume civilizată, în anul 1901, la primul Congres pentru silvicultură de la Paris, reprezentantul Franței propunând o moțiune în favoarea stabilirii unei sărbători a arborelui în fiecare țară, în a doua duminică a lunii octombrie, după modelul american, care să fie consacrată elevilor din școli pentru a planta un arbore.

În România, la inițiativa cărturarului Spiru Haret ministru al Cultelor și Instrucției Publice, în anul 1902, a fost organizată „Sarbarea sădirii arborelui”, acțiunea luând în timp caracterul unei adevărate sărbători de primăvară naționale.

Urmează în anul 1936, la inițiativa ilustrului silvicultor Marin Drăcea, înalt funcționar în Ministerul Domeniilor lansarea manifestării „Luna plantării arborilor” împădurindu-se în acel an 3714 hectare, în cadrul a 2910 serbări cu 388 de mii de participanți. Acțiunea a fost întreruptă în timpul celui de-al doilea război mondial, fiind reluată în 1953 sub denumirea de „Luna Pădurii”, stabilindu-se prin lege perioada de desfășurare martie - aprilie a fiecărui an. Din anul 1989, aceasta se serbează în perioada 15 martie - 15 aprilie, iar începând cu anul 2008, odată cu reeditarea noului Cod Silvic - Legea nr. 46/2008, se revine la vechea denumire, respectiv „Luna plantării arborilor”, titulatură sub care se desfășoară aceste manifestări și astăzi.

În scopul creșterii gradului de conștientizare asupra gestionării, conservării și dezvoltării durabile a pădurilor, în beneficiul generațiilor prezente și viitoare, în fiecare an începând din 2013, pe 21 martie, la nivel mondial este sărbătorită Ziua Internațională a Pădurilor, declarată de Adunarea Generală a Națiunilor Unite.



Pădurea sprijină agricultura prin perdelele sale de protecție ce asigură sporirea umidității atmosferei în zona culturilor agricole, atenuează inundațiile, înlăturând formarea torenților, eroziunile solului, împiedică formarea râpelor, opresc mișcarea nisipurilor zburătoare, diminuează și slăbesc forța vânturilor, ajută la înmagazinarea apei în solul câmpurilor, mărind astfel recolta.

Pădurea îl ocrotește pe om și contribuie la creșterea calității vieții, veghează asupra sănătății omului, datorită efectelor benefice pe care le are asupra mediului în care trăim, ea contribuind și la ionizarea aerului, distruge microbii prin emanații de fitoncide, asigură apă limpede și curată, deține funcții estetice și recreative deosebite, înfrumusețând și înobilând peisajul.

Pădurile acoperă o treime din masa terestră a Pământului și exercită funcții vitale pentru întreaga planetă.

Pădurile găzduiesc cele mai diverse ecosisteme biologice de pe suprafața terestră, adunând peste jumătate din speciile terestre de animale, plante și insecte, jucând un rol-cheie în lupta împotriva schimbărilor climatice și contribuind la menținerea echilibrului de oxigen, de dioxid de carbon și a umidității din aer.

Pădurea este o uriașă uzină de oxigen, dar și un important izvor de apă, în cursul unui an, un hectar de pădure purificând 18 milioane metri cubi de aer și reținând pe frunzele arborilor 80 de tone de praf, funingine, zgură și alte substanțe nocive, poate reține în sol peste 6 mii metri cubi de apă, cantitate echivalentă cu consumul anual de apă a 70 de persoane din mediul urban.

Apariția și dezvoltarea speciei umane este nemijlocit legată de pădure. Și la această dată aproximativ 300 de milioane de oameni din întreaga lume trăiesc în păduri. Pădurile acoperă 31% din suprafața terestră și au o contribuție esențială la menținerea unei clime globale stabile. Pădurea, un mozaic forestier cu unități amenajistice de diferite vârste și în diverse stadii de dezvoltare, are o importanță deosebită și reprezintă habitatul a aproape 80% din speciile de animale și munca silvicultorului, desfășurată în general în tăcere și discreție, este permanentă și implică, pe lângă profesionalism și disciplină, multă dăruire, atenție și, de ce nu, iubire pentru tot ce înseamnă arbore și pădure.

15 Martie- „Ziua Mondială a Drepturilor Consumatorilor”

**Balea Maria, clasa a X-a A,
prof. coordonator Burs Ramona**

Ziua de 15 martie este „Ziua Mondială a Drepturilor Consumatorilor”. Aceasta zi, readuce în atenția publică importanța cunoașterii drepturilor de consumator.

În 15 martie 1962, John Fitzgerald Kennedy, președinte al Statelor Unite ale Americii, a rostit la Congres un mesaj legat de drepturile consumatorilor, susținând existența a patru drepturi fundamentale ale acestora: dreptul la securitate, la informare, dreptul de a fi ascultat și de a alege liber produse și servicii.

Ziua mondială a drepturilor consumatorilor este o ocazie anuală dedicată evidențierii puterii consumatorilor și a drepturilor acestora pentru o piață echitabilă, sigură și durabilă pentru toată lumea. În prezent, ne confruntăm cu o criză globală de poluare cu plastic.



Deși plasticul poate fi un material extrem de util în viața de zi cu zi, consumul și producția omenirii de materiale plastice au devenit nesustenabile.

Ca mișcare globală a consumatorilor, aceștia trebuie sprijiniți să mobilizeze întreprinderile, guvernele și societatea civilă pentru a face din combaterea poluării cu plastic și a consumului durabil o alegere ușoară pentru toți.

Cu ocazia acestei zile elevii din clasa a X-a ai Liceului Tehnologic Agricol “Alexandru Borza” din Geoagiu, în cadrul orelor de la disciplina de specialitate Protecția consumatorilor, au marcat această zi prin realizarea unor afișe și bannere. Acestea au avut ca scop informarea publicului și a consumatorilor de a cunoaște care le sunt drepturile atunci când achiziționează produse sau servicii.

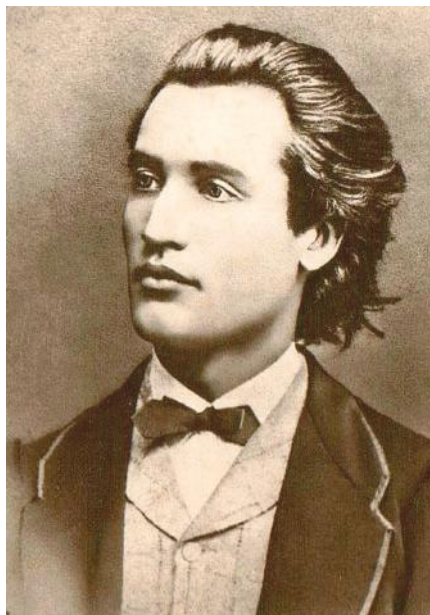


MIHAI EMINESCU- VALOARE CULTURALĂ

Când se cercetează cu acribie opera unui poet ca Mihai Eminescu, se caută înțelesuri cu privire la viața sa, o viață de creator. În situația actuală, când un poet este analizat cu admirație, ori cu îndoială, ajungându-se până la denigrare, putem sări cu gândul la ce spunea autorul "Sărmanului Dionis": "Ce-au fost românii pe când n-am fost eu, ce vor fi ei când n-oi mai fi?".

Apresiasi, respectul, adorația, admirația sau contrarele lor caută cu ustensile pe măsura celui ce începe arheologia poetică eminesciană, superlativul ar fi atins în condiție și numai atunci, când cel ce studiază și analizează vestigiile scoase la suprafață are mai mult decât ochiul atent, este de bună credință, decât știința unei astfel de arheologii, când însuși cercetătorul se recrează. Se recrează un Eminescu recunoscut și trebuie, în aceste condiții, să ni-l amintim prin ce a lăsat în urma sa, inclusiv prin mărturiile contemporanilor săi. Cea mai de seamă lucrare eminesciană, care va marca pentru generațiile următoare atât limba, cât și întreaga cultură și civilizație română este poemul "Luceafărul".

În lumea încărcată de simboluri ale antichității elene, Luceafărul reprezenta călăuza călătorilor către locașurile zeilor. În căutarea Luceafărului, poetul își străbate în felul său viața. Ceea ce ne dezvăluie nouă prin creația sa este un vârtej de lumi ale eului, în care Eminescu își manifestă partea sa de magie. În poemul nostru, Cătălina visa la Luceafăr: "Lângă fereastră, unde-n colț /Luceafărul așteaptă". Acest poem este inspirat atât din vedeale indiene, cât și din basmul publicat de folcloristul R.Kunish, al cărui fond de idei se bazează pe antagonismul dintre superioritatea creatorului de geniu și lumea mărginită



Mihai Eminescu (1841-1912) -
Celebra Poză Realizată La Praga De Fotograful Jan Tomas

Coborârea la realitatea pământească se face sincopat, de la înălțimea geniului, la iubirea pământească dintre Cătălin și Cătălina. Și dacă, magic, Eminescu creează oarecum, o vrajă tainică și locuri pe măsură, ele au trăsăturile realului care îl înconjoară pe cel care îl străbate.

Nu se întâmplă să avem feerice nopți, ele există în realitate, Eminescu transformându-le doar din real, în artă: "Noaptea potolit și vânat unde focul în cămin/ Dintr-un colț pe-o sofă roșă eu în fața lui privesc/ Pân-ce mintea-mi adoarme, pân ce genele-mi clilesc? / Lumânarea-i stinsă-n casă... somnu-i cald, molatic, lin". (Noaptea) Eminescu ajunge mai aproape de sine, atunci cînd se evocă, precum: " Dar nu vine... singuratic/ În zadar suspin și sufăr/ Lângă lacul cel albastru,/ Încărcat cu flori de nufăr" (Lacul). Poezia eminesciană este, înainte de toate, un climat al spiritului și apoi un climat al cuvântului, al inteligenței și visării, prin cuvânt.

Literatura română a avut mare noroc cu acest poet născut la Ipotești. Ritmul celui ce creează rămâne în opera sa. Un ritm devenit culoare, contur, sunet: " Numai când ritmul devine unicul mod de a exprima gândul, numai atunci există poezie. Orice operă de artă nu este decât un singur și același ritm", spunea Holderlin în convorbirile sale cu Sinclair.

Valoarea filozofică a operelor eminesciene constă în efortul de a investi umanul cu eternul, pieritorul cu nepieritorul, relativul cu absolutul. Și astfel, oricât ar părea, Eminescu nu poate fi abstras din timpul și spațiul său. Judecata operelor sale trebuie făcută în acest context.

Valoarea operelor eminesciene constă doar în sinele absolut, ci și în tensiunea spirituală cu care s-a înfăptuit acest lucru în ceea ce numim zbatere a poetului, arderea sa lăuntrică. Tensiunea spirituală însăși va naște întrebări, întrebări vis-a-vis de existență, care sunt, de fapt, hrana necesară cunoașterii, Creația eminesciană este o împlinire pentru el însuși și pentru literatura română și este cu atât mai mare, cu cât constituie o împlinire ulterioară. În opera lui Eminescu, prezentul este implicat. Ea depinde de gradul în care prezentul și viitorul sunt implicate, ca opera eminesciană să aparțină ea însăși viitorului.

Eminescu nu a fost un singuratic, dar el este un singular în literatura noastră. Originalitatea creației eminesciene constă într-o știință a mijloacelor artistice și o cunoaștere creatoare. De aici provine tot zbuciumul său, toată lupta sa pentru lărgirea marginilor cunoașterii, toată acea răsucire centralizată a eului său, lăsând în Univers frânturi de creație și existență. Este zbuciumul profund pe care îl destăinuia Eminescu: "În orice om o lume își face încercarea/ Bătrânul demiurgos se oprește-n van,/ În orice minte lumea își pune întrebarea/ Din nori de unde vine și unde merge floarea/ Dorințelor obscure sădite în noian". (Împărat și Proletar)

M.
EMINESCU

MAI AM UN SINGUR DOR



HUȘAG MARIA, CLASA A VII-A B
PROF. COORDONATOR
MIHAELA NEGREA

Întreaga creație a lui Eminescu este o chemare lansată, o invitație disimulată, spre întrebare, spre neliniște și răscolire sufletească. Implicarea viitorului dă impresia pentru poet de a fi deja un stăpân al unui timp viitor. Sensul spre eternitate se va împlini astfel. Opera poetică și publicistica eminesciană trezește latențe spirituale. Ea se identifică uneori cu speranța, căci speranța este și ea o tensiune spirituală, reflectată spre viitor.

Opera lui Eminescu, întreaga sa creație, este o reșezare de lumi. El este un ritm aparte în poezia modernă. El este propria sa poezie. Căci el este și va fi, veșnic, poetul!

PÎRVA ANTONIO, CLASA A XII-A A,

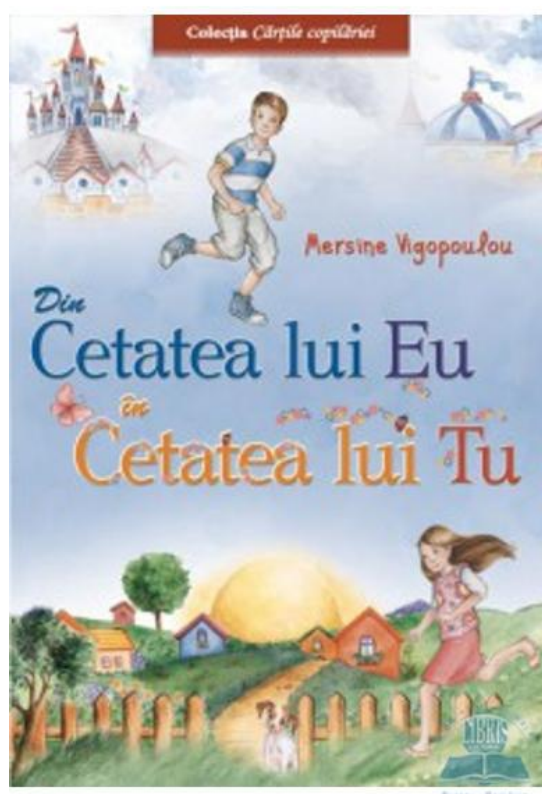
PROFESOR COORDONATOR TĂBAN ALEXANDRINA

MLĂDÎTE ȘCOLARE

Din Cetatea lui Eu în Cetatea lui Tu de Mersine Vigopoulou

Din cetatea lui Eu în Cetatea lui Tu este o poveste despre un locuitor al Cetății lui Eu conduse de Zâna Mândria, care descoperă mai tarziu Cetatea lui Tu. Locuitorul se numește Mâniosul, are o familie mare și prieteni încăpățânați! Într-o zi, prietenii Mâniosului au făcut o întrecere, Mâniosul a câștigat cursa, însă prietenii lui nu au acceptat ca el să fie castigatorul, ceea ce l-a supărat tare. A plecat la primărie și în depărtare a văzut un om care a intrat pe o poartă. S-a îndreptat într-acolo și a zărit pe un buștean o fată care stătea plictisită.

VII A ȘTEF DENIS GABRIEL
POPA ANTONIA MARIA
Coord: TĂBAN ALEXANDRINA



CETATEA LUI EU CETATEA LUI TU

A aflat că o cheamă Seninătate și, la cererea Mânioului, au făcut o întrecere la finalul căreia fata i-a spus că aleargă ca vântul. Băiatul a fost tare bucuros că cineva îi apreciază talentul! După ce au mai povestit a apărut omul pe care l-a văzut intrând în cetate, el fiind chiar tatăl fetei. Mâniosul i-a invitat la cină, însă tatăl fetei a refuzat, iar Seninătate l-a îndemnat să caute Cetatea lui Tu.

După plecarea fetei Mâniosul a mers acasă și i-a povestit mamei ce i s-a întâmplat, mărturisindu-i că dorește să meargă în Cetatea lui Tu. Atât mama cât și tatăl lui au fost de acord, însă trebuia să ceară și permisiunea Zânei Mândria, astfel că în ziua următoare a mers la palatul Zânei și a așteptat într-o cameră plină cu oameni care doreau să vorbească cu ea. Când i-a venit rândul, doi oameni i-au deschis o ușă imensă și, ajuns în fața Zânei, i-a spus că vrea să meargă în Cetatea lui Tu. Aceasta i-a permis și i-a spus că de fiecare dată când va avea o problemă să zică „Eu primul”. După binecuvântarea primită, Mâniosul și-a luat lucrurile necesare pentru călătorie și a plecat singur deoarece nimeni nu a vrut să îl însoțească. A mers ce a mers, iar drumul greu parcă nu se mai termina, dar în mintea băiatului era doar gândul „Eu înainte! Eu contez cel mai mult!”.

S-a lăsat seara, era din ce în ce mai frig, dar în depărtări se înălța un fum lung. Mâniosul și-a dat seama că cineva era acolo, și a pornit în fugă să vadă dacă îl primește și pe el. Era un bătrân care gătea un pește mare și, la rugămintea lui, bătrânul i-a spus că poate să se apropie și i-a dat o bucată de pește. Mâniosul l-a întrebat pe bătrânul dacă știe unde este Cetatea lui Tu, dar acesta nu i-a răspuns în acel moment. A doua zi de dimineață, bătrânul i-a spus tot ce știa despre cetate zicându-i că trebuie să nu mai fie egoist, să se gândească și la alții, pentru a ajunge la destinație. Băiatul a plecat la drum și sfaturile bătrânului l-au ajutat atât de mult încât a ajuns cu bine la intrarea în cetate. Spre surprinderea Mâniosului, cetatea nu era ca cetatea lui, nu avea ziduri mari și împodobite cu cristale și aur. Era modestă, cu căsuțe mici și câmpuri pline cu flori de toate culorile. Băiatul nu mai văzuse astfel de locuri, recunoscând faptul că este chiar mai frumoasă decât cetatea lui. A alergat mult până în centrul cetății, unde s-a întâlnit cu fetița cu cunoscută la marginea cetății lui, Seninătatea. S-au bucurat atât de mult că s-au întâlnit! Seninătatea l-a invitat la ea acasă la cină, însă Mâniosul a refuzat-o deoarece și tatăl acesteia l-a refuzat când au fost invitați. În acel moment băiatul s-a împiedicat și s-a lovit, dându-și seama că din nou și-a mărit Eul.

În cetate a stat vreme de un an, cunoscând persoane minunate și învățând să se smerească și să nu mai fie egoist. Zilele petrecute în Cetatea lui Tu au fost ca o comoară pentru Mâniosul, care a învățat să fie un om mai bun și a decis că este momentul să se întoarcă acasă pentru a spune tuturor despre această cetate.

Ajuns înapoi în cetatea lui, Zâna Mândria a făcut un eveniment în cinstea Mâniosului. La serbarea întoarcerii acestuia, băiatul a spus că Cetatea lui Tu este cea mai frumoasă cetate din câte a văzut, chiar mai frumoasă decât Cetatea lui Eu. A mai spus că pentru a ajunge acolo trebuie să spui: „Tu înainte”, fapt care a făcut-o pe Zână să se înfurie dând poruncă să fie dat afară din cetate.

Ca urmare, Mâniosul s-a întors în Cetatea lui Tu, ducând de atunci o viață normală și fericită.





PRIMĂVARA

**Alexia Cazan, Clasa a VIII-a A,
prof. coordonator Cismașiu Teodora**



După trei luni friguroase și geroase de iarnă, într-un final apare și zâna primăvară, printre ultimii fulgi răzleți de zapadă și razele soarelui care se ascund rușinoase prin nori. Primăvara pentru mine, este mult mai mult decât un simplu anotimp, deoarece îmi transmite un sentiment de bucurie în suflet. Ea vine cu veselie, cu flori care de care mai colorate, ciripitul păsărilor, dar și cu mireasma copacilor înfloriți. Natura este îmbrăcată cu o haină de sărbătoare, pentru că este momentul unui nou început. Natura renaște și o dată cu ea și sufletul omenesc prinde viață.

Din punctul meu de vedere, beneficiile sosirii primăverii sunt acelea că, noaptea scade, iar ziua crește, soarele rămâne mai mult timp pe cer. Temperatura nu ne dă nici febră, dar nici frisoane, deoarece organismul nu mai consumă din resurse, pentru a se încălzi și nici nu este copleșit de prea multa căldură, iar în cele din urmă, vestitorii primăverii revin, păsările migratoare se întorc la cuiburile din anii trecuți.

Din moment ce zărim primele zburătoare revenind la cuiburile lor de primăvară, știm că frigul își face bagajele pentru a lăsa loc florilor și soarelui. Aerul este mult mai proaspăt și mai revigorant, iar excursiile în natură devin mult mai potrivite.

Întotdeauna am adorat acest anotimp, deoarece este cel mai iubit anotimp, de întreaga lume.

Garda felină - Daris Pop, clasa a III-a

Profesorul

Un profesor de învăță,
Lucruri multe minunate,

Când greșești el te ceartă,
Dar după el te iartă,

Cu lacrimi în ochi el te vede
ca,
Cineva modest în viață

Amalia Nicoleta Florea,
clasa a IV-a A
prof. coord. Titiana Tătulea



Adolescența și problemele ei

Adolescența sau perioada schimbărilor în viața omului, le aduc pe cap multe probleme reale adolescenților. De la schimbările fizice pe care pubertatea le aduce, presiunea apăsătoare din partea școlii sau a părinților și imaginea pe care ei doresc să și-o creeze în societate, aceștia încearcă tot posibilul pentru un singur scop : găsirea propriei personalități.

Pe măsură ce adolescenții își dobândesc independența și stabilesc drumul pe care doresc să îl urmeze, prietenii pe care le aleg și influențele față de comportamentul lor, devine tot mai dificil pentru părinți controlul asupra acestora. Un factor foarte influent în aceasta perioadă este „ Bullyingul”. El este definit printr-un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva. Acesta cauzează probleme foarte grave comportamentale, tulburări de personalitate.

Un ajutor pentru cei care se confruntă cu această problemă ar fi suportul emoțional și respectul de care au nevoie din partea familiei și poate a unor specialiști în domeniu, pentru a trece peste acest comportament răutăcios si pentru a le oferi încrederea în propria persoană.

Diana Florea, clasa a VIII-a A, prof. coord. Cismașiu Teodora





LTA GEOAGIU

Jurnalul unui puști

Jeff Kinney

Protagonistul cărților „Jurnalul unui puști” este Greg Heffley. Greg provine dintr-o familie cu 3 frați, el fiind mijlociul familiei. Cel mai mare, Rodrick, îi face zile fripte lui Greg. Acesta face parte dintr-o trupă rock numită „SCÜTEK PLIN”, iar frățiorul cel mic al lui Greg se numește Many, un copil pe cât de mic pe atât de pretențios, și care făcea scandal din orice lucru mărunț care nu-i convenea.

Greg a trecut prin nenumărate peripeții de-a lungul anilor de gimnaziu și nu numai. Prietenul său cel mai bun se numea Rowley Jefferson.

Această carte te va ține mereu în suspans, așteptând deznodământul. Pot să spun că am crescut cu aceste cărți. Romanul „Jurnalul unui puști” cuprinde 16 volume + unul numit „Jurnalul unui puști: Jurnalul meu”. Această carte îți pune întrebări despre tine (însoțite de imagini din roman) la care tu trebuie să răspunzi, dar acest volum susține și creativitatea prin faptul că spre exemplu, pe prima pagină spune să-ți desenezi personajul (pe tine însuți). Nu un desen artistic, ci asemeni lui Jeff Kinney.

Ca să închei vreau să spun că este cartea mea preferată și că fiecare dintre voi vă puteți descoperi cartea preferată, așa că nu vă sfițiți, citiți!



IULIA BECA

ROXANA TRIF

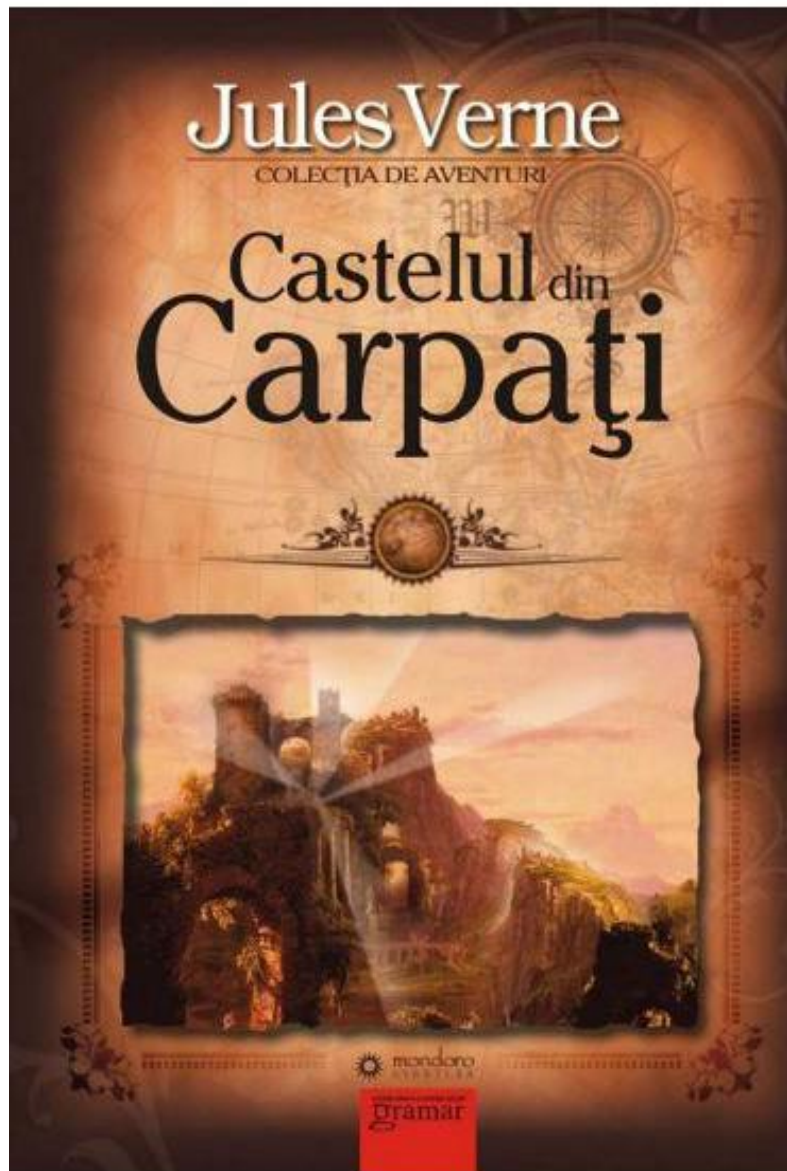
VIA

Castelul din Carpați

Această carte este un roman de anticipație.

În apropiere de această cetățuie este un sat numit Verești. În urma unui fenomen observat de un locuitor al satului, doi oameni au vrut să exploreze și să vadă ce se află în castel, iar de aici începe toată aventura și suspansul deoarece se vor întâmpla lucruri la care nu te-ai putea aștepta niciodată.

Un motiv pentru care mi-a plăcut și s-ar putea să îți placă și ție această carte este că e o carte captivantă și plină de aventură. Cu ajutorul acestei cărți eu am început să apreciez mai mult literatura, cred că și tu dacă nu ești un mare fan a cititului dar îți place aventura s-ar putea ca această carte să îți schimbe percepția asupra cărților.



SUPER NORMAL

Murph Cooper are o problemă. Noua școală la care l-a înscris mama lui e ultrasecretă și supernaturală. Colegii lui pot zbura, pot controla norii de furtună, pot face să apară din senin caluți.

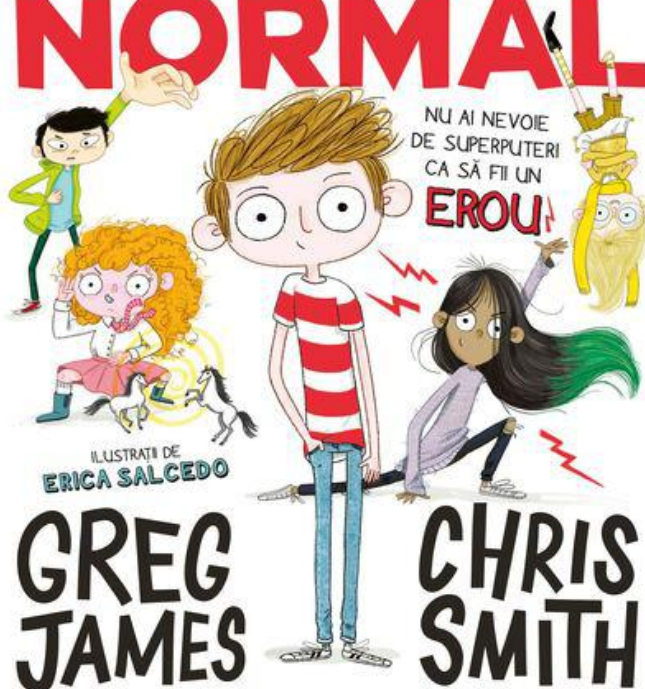
Și toți vor să afle capacitatea supernaturală a lui Murph. Ei bineîiii...el de fapt nu are nici una.

La fel cum nu sunt nici răufăcători prin jur. Sau sunt...?

Aceasta este cartea mea preferată deoarece este plină de super eroi din universul DC cum ar fi Superman sau Flash

- NICOLAE ALEXANDRU #6A

SUPER NORMAL



5 A

De la pământ la lună

Este vorba despre Clubul "Baltimore Gun Club" cu președintele acestuia Barbicane care dorea să trimită o ghiulea pe lună. Dar pentru a reuși asta avea nevoie de aprobarea căpitanului Nicholl, dar fiindcă acesta era într-o ceartă cu Barbicane acesta nu a vrut. Așa că francezul Michel Ardan (însoțitorul lui Barbicane pe navă) a vrut să îi împace.

După multe încercări de a-i împaca a reușit, dar cu o singură condiție: să îl ia și pe el pe lună. Cei doi au fost de acord și au plecat toți trei pe lună. Oamenii de la sol erau îngrijorați pentru ei deoarece nu îi vedeau din cauza norilor, dar s-au liniștit după câteva zile când i-au descoperit pe orbită în jurul Lunii. Mie mi-a plăcut aceasta carte pentru că se vorbește mult despre spațiu și despre lună.



Nicole Andra

Observarea faunei cinegetice

Ultima oară când am fost în pădure după topirea zăpezii pe o potecă de vânatoare am observat două urme de cervide. Înaintând pe potecă la marginea exploatarei forestiere se aflau două exemplare de ciute tinere. Nu a durat mult și începuseră să fie agitate. Din marginea pădurii apăruse o haită de lupi. Văzându-le au început să le vâneze, dar fără speranță, lupii au rămas flămânzi și de data aceasta. Venind seara am hotărât că trebuie să ne întoarcem către casă pe altă potecă.

La mijlocul acesteia gestionarul fondului de vânatoare a zărit în depărtare la lumina lanternei un exemplar de râs, care s-a retras în pădure când ne-a observat pe noi. În drum spre casă am fost uimiți de ciclul naturii și de toate exemplarele văzute.



#forest

LTA GEOAGIU

CRISAN ALEXANDRU
TRIF DANIEL

Exploatare și regenerare

În fiecare an aducem acasă lemn de foc pe care îl folosim ca și combustibil pentru căldură. Am adunat lemne de fag și carpen pe o vreme care ne-a ajutat. Nu putem tăia orice fel de arbori. Lemnul trebuie să fie ales, marcat de pădurar pentru a gospodări pădurea și a asigura spațiul de creștere pentru puieții din împrejurimi.

Am avut cu noi tractor cu trolu, fierăstrău mecanic, topor și bineînțeles o raniță cu mâncare de acasă. Distanța nu era mare până în rampă și cred că am urcat de zece ori de la vale la deal și înapoi.

După lucrările de exploatare se intervine cu lucrări de împăduriri în golurile rămase în urma tăierilor.

Ce bine ne prind lemnele care trosnesc în sobă cu flăcările lor jucăușe.

Pintea Alexandru

10 B

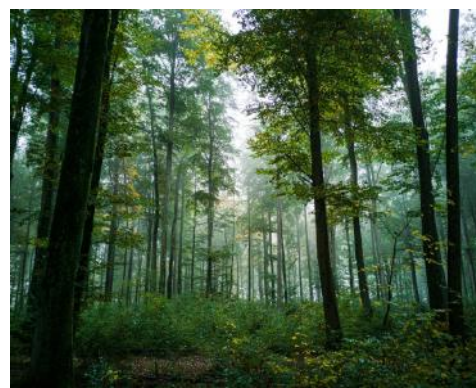
Sicoe David

10 B

Prof. coordonator

Bran Horea





Recunoașterea speciilor forestiere

Răzvan Corbei
Gherman Sebastian XB

Vara am fost cu prietenii în pădure, ca într-o plimbare. Mi-au pus diferite întrebări – “Ce specii sunt cele pe care le vedem?” pentru că ei nu le cunosc. Coloritul pădurii este foarte diversificat cu flori multicolore pe jos și un frunziș verde liniștitor. Niște păsări care ciripeau anunțau prezența noastră. Le-am spus: este un fag. Tulpinile drepte, zvelte, nu sunt ca în parcuri, ci se înalță ca niște zgârie nori, cu coroana în partea de sus. Puietii de fag erau peste tot și a trebuit să îi ocolim deoarece erau foarte deși.

Ici-colo am găsit semne sau marcaje turistice și diverși arbori cu linii pe ei. Ulterior am aflat că sunt semne amenajistice. Cu toate că era vară, în pădure era mai răcoare.

Și în parcul școlii de la Geoagiu avem o multitudine de specii care nu se regăsesc în făgetul de lângă casă.

Am văzut la televizor că se taie mult lemn din pădure, dar nimeni nu spune că gospodărirea pădurii o face personalul silvic, care cu multă dragoste îngrijesc puietii de mici și asigură ocuparea suprafeței cu speciile forestiere.

FOREST



Produsele pădurii

Moldovan Alin

În fiecare vară îmi aduc acasă diferite specii de fructe: mure, zmeură, afine pe care mama le folosește pentru delicatessuri.

Zona de unde provin e aproape de zona forestieră, pe râul Valea Mare. Acolo am fost cu mai mulți prieteni și am strâns în coșulețe toate fructele la un loc. Murele sunt de culoare negricioasă, zmeura de un roșu aprins, iar afinele albastrii.

Ele cresc foarte încet în pădure și nu le găsim decât în luna august. Doar plantele de mure și zmeură au țepi, la afine nu le găsim. Gustul lor aromat nu se aseamănă cu cele din magazin. Ele cresc în tufe și ne-am deplasat în sus și în jos pe vale, ca și pe deal să le recoltăm.

Ne-am petrecut timpul în natură și a fost foarte frumos, cu soarele care ne-a zâmbit călduros.

Pododermatita infecțioasă la oi



**prof. ing. Daniel Ilie
Perța Găulea**

Incidența bolii este mai mare la berbeci decât la femele. În noile focare de boală morbiditatea este mai mare, iar evoluția mai severă decât în focarele staționare. Au fost descrise două forme clinice de evoluție a putregaiului piciorului: o formă tipică, severă și o formă benignă, neprogresivă.

Pododermatita infecțioasă a oilor (putregaiul piciorului) sau pododermatita contagioasă a oilor, denumită popular și "șchiop la ovine" este o boală infecțioasă frecventă la ovine, cu o contagiozitate mare și foarte dăunătoare (pierderi economice datorate slăbirii, deprecierii lânii), care se dezvoltă cu șchiopătare cauzată de procesele inflamatorii și necrotice ale țesuturilor extremităților.

Boala este cauzată de *Dichelobacter nodosus* care acționează împreună cu *Fusobacterium necrophorum*, prezența ambilor germeni fiind obligatorie pentru reproducerea experimentală a bolii.



Pododermatita infecțioasă a oilor este cea mai frecventă boală infecțioasă a ovinelor, fiind prezentă practic pe toate continentele și în toate țările, cu o frecvență mai mare pe măsură ce densitatea și procentul de ovine din rasele îmbunătățite este mai mare. Boala este întâlnită în zonele cu precipitații abundente, vegetație bogată și soluri argiloase, în timp ce în zonele aride și semiaride este mult mai puțin frecventă.

Toate oile de toate vârstele și rasele sunt receptive, dar mieii și rasele rustice se îmbolnăvesc rar și au forme mai puțin severe ale bolii. Dintre rasele existente în România, cele mai sensibile la putregaiul piciorului, în ordinea descrescătoare a receptivității sunt: Merinos, Karakul, Țigae și Țurcana.



Indoor farming sau agricultura interioară verticală

- o soluție posibilă la problemele agriculturii

Iancu Ramona

pododermatita

Toate oile de toate vârstele și rasele sunt receptive, dar mieii și rasele rustice se îmbolnăvesc rar și au forme mai puțin severe ale bolii. Dintre rasele existente în România, cele mai sensibile la putregaiul piciorului, în ordinea descrescătoare a receptivității sunt: Merinos, Karakul, Țigae și Țurcana.

Concluzii

Incidența bolii este mai mare la berbeci decât la femele. În noile focare de boală morbiditatea este mai mare, iar evoluția mai severă decât în focarele staționare. Au fost descrise două forme clinice de evoluție a putregaiului piciorului: o formă tipică, severă și o formă benignă, neprogresivă.

.Denumită în prezent „oaia șchioapătă”, putregaiul sau pododermatita infecțioasă a oilor afectează nu doar starea de sănătate a animalelor, ci și fermierii care înregistrează pierderi economice în acest sector zootehnic. Pe lângă producția de lapte diminuată, lâna de oaie este depreciată și posibilitatea de contaminare a celorlalte oi din grup rămâne la cote ridicate. Agentul etiologic al bolii este unul rezistent și poate fi imun la tratamente, uneori și câțiva ani.



Ce este agricultura verticală ?

Privind imaginea aveți senzația că vă aflați într-un laborator? Poate că aveți dreptate, deoarece agricultura interioară verticală presupune un mediu cât mai steril în care toți parametrii necesari creșterii și dezvoltării plantelor să fie controlați.

Există două metode de a crește plantele: unul pe verticală și un altul pe orizontală, deși nimeni nu îl numește pe cel din urmă agricultură orizontală. În ceea ce privește agricultura verticală ea se referă la sistemul de creștere al plantelor pe etaje suprapuse. Totul se desfășoară în interiorul unor clădiri, containere, depozite sau chiar subsoluri deoarece agricultura interioară verticală utilizează lumina LED-urilor pentru a înlocui soarele, plantele sunt crescute fără sol utilizând practici agricole precum hidroponia sau aeroponia, toate acestea cu scopul optimizării creșterii plantelor și sporirii producției.

Avantaje ale utilizării agriculturii interioare verticale

Produse mai sănătoase: Mediul închis și controlat înseamnă că nu vor exista insecte, buruieni sau ciuperci, deci nu trebuie folosită combaterea chimică. Pesticidele, erbicidele, fungicidele și îngrășămintele chimice ar fi un lucru din trecut. Culturi protejate: Nu există nici un risc de a pierde culturile la infestații de insecte, ciuperci, bacterii, buruieni, secetă, inundații, înghețări sau dezastre naturale.

Indoor Farming

Însămânțarea poate fi aproape complet automatizată. Acest lucru o face mai durabilă, deoarece recoltele obținute sunt mai omogene. Fermele verticale ar folosi cu 70% mai puțină apă decât agricultura tradițională. Mâncarea ar fi 100% locală. O amprentă redusă de carbon: Spre deosebire de fermele tradiționale, fermele verticale nu ar avea nevoie de mașini agricole grele, de combustibil sau de transport cu camionul, nava sau avionul, ceea ce va reduce poluarea. Creșterea locurilor de muncă în oraș. Mai eficientă: Condițiile ideale oferite de agricultura interioară verticală permit o creștere mai rapidă a culturii - recolte în doar 30-40 de zile, pe când în aer liber s-ar face la fiecare 65 de zile. Acest lucru va fi exprimat prin caracteristici organoleptice îmbunătățite față de cele ale culturii tradiționale. Este nevoie de mai puțin spațiu pentru a putea produce alimente, 1 acru în agricultura verticală = 4-6 hectare de teren. Pe măsură ce populația mondială crește din ce în ce mai mult, există o cerere mult mai mare de alimente. Concomitent cu extinderea zonelor urbane cantitatea de sol fertil este redusă iar o bună parte este degradat (eroziune, deșertificare, sărăturare). Cu aceste ferme verticale, mediile urbane sunt folosite pentru a planta și cultiva. Restul agriculturii convenționale poate fi utilizat în agricultura durabilă sau de conservare. În acest fel, nu vom elimina utilizarea solurilor, astfel încât acestea să ajungă neglijate și defrișate.



Dezavantaje ale utilizării agriculturii interioare verticale

Costul de producție: O fermă verticală de dimensiuni mari ar costa sute de milioane de dolari pentru construcție și echipare conform nevoilor agricole. **Costul întreținerii:** costul de funcționare a mii de lămpi cu LED-uri și păstrarea temperaturii perfect ambientale reprezintă cele mai mari componente ale costurilor de producție. În cazul utilizării unor surse de energie regenerabilă și pe măsura perfecționării lămpilor LED în vederea reducerii consumului există posibilitatea reducerii acestor costuri. **Probleme de polenizare:** Insectele polenizează 75% din culturile lumii. Într-un mediu lipsit de insecte, polenizarea ar trebui făcută de angajați ceea ce ar crește costul produselor rezultate. **Dependența de tehnologie:** pierderea puterii la instalație chiar și pentru o zi ar putea fi catastrofală pentru producție. Plantele se bazează pe temperatura perfectă, calitatea aerului și luminile pe care le furnizează mediul artificial, iar dacă ar trebui să fie tăiate, aceste culturi ar putea să moară. În plus, funcționarea internă a acestor ferme va fi controlată de telefoanele mobile, laptopurile și tabletele, care depind de rețelele de lucru. Dacă tehnologia necesară pentru a rula aceste structuri ar eșua, ferma ar fi în pericol. Fermele verticale au nevoie de mult mai puțini angajați decât necesită fermele tradiționale. Eficiența și localizarea lor în orașul în care trăiesc clienții ar pune mulți fermierii tradiționali în afara muncii. În prezent nu este un sistem atotcuprinzător. Nu toate aspectele legate de agricultură au sens în interiorul zonelor urbane. Cum ar fi creșterea culturilor mari precum cerealele și creșterea animalelor mari.

În loc de concluzii

Vor putea fermele interioare verticale să fie soluția în viitor la problemele agriculturii? Rămâne să vedem cât de eficiente pot deveni acestea. Dar, cu siguranță, acestea se vor răspândi de-a lungul globului, cu precădere în marile concentrații urbane (megapolisuri), iar o nouă "specie" de fermieri va însoți aceste noi structuri: fermierul urban. Acesta va trebui să fie foarte calificat înglobând în pregătirea sa atât cunoștințe de bază ale agriculturii tradiționale cât și vaste abilități de utilizare a tehnologiei informației întrucât în aceste ferme întregul climat este controlat de un calculator, iar o bună parte din muncă este realizată cu ajutorul roboților.

Agricultorul urban va fi un personaj echipat cu halat alb asemănător unui medic, biolog sau om de știință, iar ferma sa pare a fi un cadru desprins din filmele SF: laborator aseptice, încălzit într-o lumină violet în care roboții realizează cea mai mare parte a lucrărilor și o multitudine de senzori monitorizează în permanență cultura.

În lumina acestor previziuni consider că sistemul de pregătire al elevilor în domeniul agricol ar trebui să-i familiarizeze cu aceste noi tendințe și să le arate că munca în agricultura viitorului nu va mai însemna neapărat murdărirea mânilor sau lucrul pe caniculă, vânt, frig.



CURIOZITĂȚI GEOGRAFICE DE LA A LA Z



**Popa Antonia Maria,
VIIA
coord. Mihaela
Grecu**

Andromeda, situată la aproximativ 2,9 milioane de ani-lumină este cea mai apropiată mare galaxie de noi.

Cele mai vechi roci de pe Terra au vârsta de 3,8 miliarde de ani, fiind descoperite în Africa, Groenlanda, și Australia.

Diamantul este cel mai dur mineral. În lume se cunosc astăzi peste 4000 de minerale.

Eratosthene (c. 275-195 î.e.n.) a fost primul om care a calculat cu o precizie remarcabilă pentru acele timpuri, circumferința Terrei.

Fosele oceanice reprezintă sectoarele cele mai coborâte de pe Pământ. Reprezintă 1% din suprafața Terrei și se află situate în zonele de subducție, având o desfășurare mai mare în Pacific.

Hidrogenul este cel mai abundent element din Univers. El este, totodată, și cel mai simplu, fiind format, de obicei, dintr-un proton și un electron.

Jupiter este cea mai mare planetă a sistemului solar, fiind de 1300 de ori mai mare decât Terra. Este o planetă gazoasă formată din heliu și hidrogen, care conține 70% din masa planetelor din sistem. Planeta are 16 sateliți naturali.

Kiria este o provincie din China unde a căzut cea mai mare ploaie de meteoriți la 8 martie 1976. Printre cele 2700 kg de fragmente descoperite, cel mai mare avea 1770 kg.

Luna este singurul satelit natural al Terrei. Un om care pe Pământ cântărește 66 kg, pe Lună nu ar avea decât 11 kg. Luna are o masă de 81,3 ori mai mică decât Pământul și un volum de 50 de ori mai mic.

Magellan (1480-1521) este cel care demonstrează practic pentru prima dată, sfericitatea Terrei, prin realizarea ocolului Globului terestru pornind spre vest și mergând continuu în aceeași direcție.

Nicolaus Copernic (1473-1543) a fost primul om care a spus că Pământul se deplasează în jurul Soarelui.

Olympus Mons este cel mai înalt munte din sistemul nostru solar. Vulcanul uriaș are o înălțime de 22 km și se află pe Marte.

Proxima Centaure este cea mai apropiată stea față de Terra, din galaxia noastră, fiind situată la o distanță de 4,2 ani-lumină.

Rusia este țara cu cele mai multe fusuri orare (11), deoarece are cea mai mare întindere în longitudine.

Sri Lanka (65 610 km pătrați) este cea mai populată insulă a Oceanului Indian (15 mil. locuitori).

Tanami Desert este cea mai mare rezervație naturală din Australia (3766 500 ha).

Uranus este planeta cu cele mai multe inele din sistemul nostru solar: 19. Inelele sunt alcătuite din gaze, praf, roci și gheață.

Victoria (Seychelles) este cea mai puțin populată capitală din lume: 25.000 locuitori.

Premiul Nobel pentru Fizică 2021

Premul Nobel a fost câștigat în 2021 de către Klaus Hasselmann, Syukuro Manabe și Giorgio Parisi pentru „contribuțiile lor revoluționare la înțelegerea noastră asupra sistemelor fizice complexe”. Sistemele fizice complexe sunt sisteme care o comportare haotică (ex. gazele aflate în diverse incinte, atmosfera, plăcile tectonice, economia, populațiile).

Syukuro Manabe și Klaus Hasselmann le-a fost decernat împreună cu premiul pentru “modelarea fizică a climei Pământului care cuantifică variabilitatea și precizează cu acuratețe încălzirea globală”. Giorgio Parisi a primit și premiul pentru „descoperirea interacțiunilor de dezordine și fluctuații în sistemele fizice, de la scara atomică la cea planetară”.

Un exemplu de sistem fizic complex este caruselul cu pahare. Atunci când este așezată sub robinetul din care curge apa, mișcarea de rotație a caruselului în jurul axei proprii este foarte complicată. La viteze mici de curgere a apei sistemul are comportament previzibil. La viteze mari de curgere a apei, roata se învâртеște mai repede și paharele au mai puțin timp pentru a se umple și pentru a se goli, sistemul având comportament haotic.

Un alt exemplu de sistem fizic complex este pendulul haotic, compus dintr-un magnet disc, fixat la capătul liber al unei tije metalice suspendate de un trepid. Pe placa aflată la bază se află mai mulți magneți fixi așezați diferiți. Unii cu polul nord în sus, alții cu polul sud. Ca urmare a interacțiunii magnetul fixat de tijă va avea o mișcare haotică.



Sistemele complexe sunt caracterizate de stări aleatorii și dezordine și sunt dificil de înțeles. Una dintre caracteristicile esențiale ale sistemelor complexe este impredictibilitatea. Aceasta este generată de sensibilitatea la condițiile inițiale. Aceasta înseamnă că în cazul unui sistem complex, modificări oricât de mici ale condițiilor inițiale conduc la un moment ulterior dat, la rezultate complet diferite. Acest fenomen este numit “efectul fluture” (butterfly effect). Teoretic neglijarea unei bătăi din aripi a unui fluture aflat într-un anumit loc, poate să conducă la imposibilitatea modelului de a prezice o furtună sau alt efect într-un loc îndepărtat.

Syukuro Manabe; Klaus Hasselmann Giorgio Parisi

Premiul din acest an recunoaște noi metode în descrierea și precizarea comportamentului pe termen lung a acestor sisteme.

Klaus Hasselmann s-a născut la 25 octombrie 1931 în Hamburg. Este un oceanograf german, fiind cunoscut pentru elaborarea modelului Hasselmann al variabilității climatice. A studiat matematica și fizica la universitatea din Hamburg și a absolvit în 1955 după terminarea unei teze despre turburența izotropă. Și-a continuat activitatea la universitatea din Göttingen și la Institutul Max Planck pentru meteorologie din Hamburg obținând un doctorat la Universitatea din Göttingen în 1957.

Syukuro Manabe s-a născut la 21 septembrie 1931 în Japonia. A fost profesor invitat la Universitatea din Nagoya și Tokyo, în Japonia și a lucrat pentru administrația națională de atmosferă din SUA. Din 1997 până în 2002 a condus divizia de cercetare privind încălzirea globală din Japonia. Actualmente predă la Universitatea Princeton din SUA.

Giorgio Parisi s-a născut la 4 august 1948 în Roma, Italia. Este un fizician ale cărui cercetări s-au concentrat în domeniile teoriei cuantice a câmpurilor și a sistemelor complexe. Predă la Universitatea La Sapienza din Roma.

Premiul pentru Fizică este considerat unul dintre cele mai prestigioase premii Nobel, fiind câștigat în trecut de oameni de știință renumiți ca Albert Einstein, Pierre și Marie Curie, Max Planck etc. Fizica a fost primul domeniu în care s-a acordat premiul Nobel, încă din 1895. Între anii 1901 și 2019 au fost acordate 113 premii Nobel pentru fizică. John Bardeen este singurul om de știință care a primit Nobelul pentru fizică de două ori.

Ștef Denis

Popa Antonia

Mădălina Moldovan, clasa a VII-a A

prof. coord. Armegioiu GrațIELa și Rada Carla



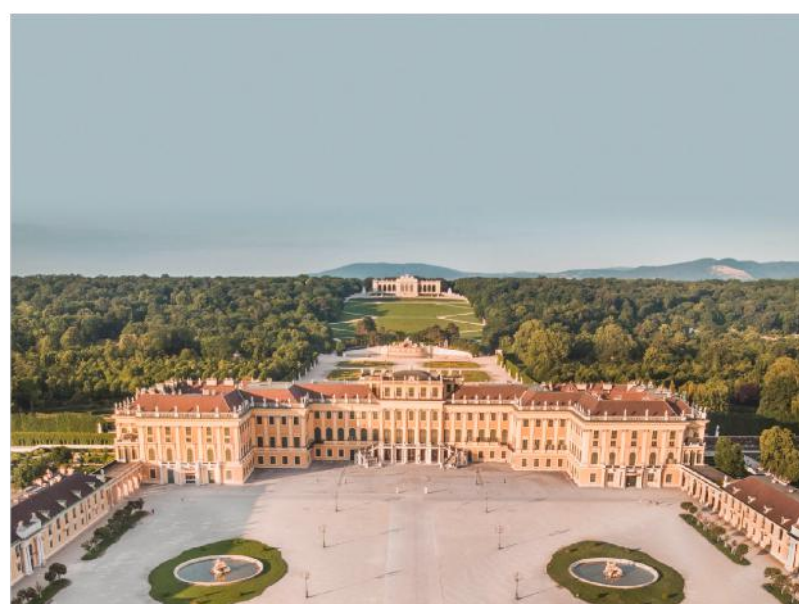
Syukuro Manabe

Apariția ideilor democratice moderne. De la absolutism la constituționalism

Între secolele XVII-XVIII, în Europa, se produce o schimbare a regimurilor politice, trecerea de la monarhia absolutistă la monarhia constituțională. Această schimbare constă în schimbarea regimului politic prin faptul că regele este nevoit să împartă puterea și bogățiile cu întregul popor.

În timpul monarhiei absolutiste regele deținea întreaga putere și lua decizii despre țară de unul singur, iar cetățenii nu aveau drepturi. De fapt ei nu erau cetățeni, erau supuși. Supușii sunt cei care au construit marile orașe ale Europei, și alte monumente pe care le întâlnim și în zilele noastre, și pe care turiștii le apreciază. Dar ceea ce nu știu turiștii este povestea acestor orașe. De exemplu, Petru cel Mare a mutat capitala Rusiei de la Moscova în noua capitală construită de el numită Saint-Petersburg, pentru că așa dorea el. Saint-Petersburg a apărut pe malurile râului Neva într-o zonă expusă la inundații în jurul anului 1700. Orașul vroia să imite Amsterdamul iar oamenii erau obligați să se mute în acest oraș fără voia lor. Petru cel Mare a făcut toate acestea pentru a-și mări țara încercând să modernizeze Rusia după modelul monarhiilor absolutiste din Europa de vest.

Începând cu secolul al XVIII-lea monarhiile absolutiste încep să dispară. În primul rând oamenii nu mai erau de acord cu stilul acela de guvernământ. Acest secol este supradenumit și „Secolul luminilor”.



IULIA BECA, VI A
PROF. COORD. BĂLĂNEAN BOGDAN

Monarhiile absolutiste dispar și sunt înlocuite de monarhiile constituționale. În monarhia constituțională regele este decăzut din drepturi și este nevoit să-și împartă puterile cu întregul popor. Această formă de guvernare susține egalitatea în drepturi între persoanele de rând și persoanele nobile. Unul din regii care au acceptat acest regim politic a fost Regele Angliei, Wilhem al II-lea care prin "Declarația Drepturilor" adoptată în anul 1689 accepta să împartă puterea cu Parlamentul. Dar nu peste tot schimbarea de putere se realizează în mod pașnic. Regele Ludovic al XVI-lea care a fost nevoit să își împartă puterea cu supușii săi este executat în timpul revoluției franceze de către revoluționarii francezi. În Franța, monarhia este înlăturată și se instaurează republica. În timpul revoluției franceze s-au adoptat și documente care explică de ce oamenii trebuie să aibă drepturi. „Declarația universală a drepturilor omului” prezenta pentru prima dată drepturile oamenilor care sunt naturale și universale. Printre cele mai importante drepturi sunt libertatea și egalitatea în fața legii. În opinia mea, deși monarhii doreau să aibă toată puterea doar pentru ei, încercând să își extindă tot mai mult puterile acest lucru nu mai era posibil în secolul XVIII, deoarece societatea se schimbă o dată cu noile idei promovate de iluminism, dar și de evoluția societății care dorește drepturi și libertăți.

Drepturilor omului

CTION
L'HOMME
OYEN,

ans les séances des 20
acceptés par le loi

VII
NUL homme ne peut être accusé, arrêté,
ni détenu, que dans les cas déterminés

VIII
LA loi ne doit établir que des peines strictement et évidemment nécessaires, et nul ne peut être puni qu'en vertu d'une loi établie et promulguée antérieurement au délit, et légalement appliquée.

N. N. ne doit être inquiète pour ses opinions, mêmes religieuses, pourvu que leur manifestation ne trouble pas l'ordre public établi par la loi.

XII.

La garantie des droits de l'homme et du citoyen nécessite une force publique; cette force est donc instituée pour l'avantage de tous, et non pour l'utilité particulière de ceux à qui elle est confiée.

XIV.
LES CITOYENS ont le droit de constater par eux-mêmes ou par leurs représentants, la nécessité de la contribution publique, de la consentir librement d'en suivre l'emploi, et d'en déterminer la quotité, l'assiette, le recouvrement et la durée.

XVI.
TOUTE SOCIÉTÉ, dans laquelle la garantie des droits n'est pas assurée, ni la séparation des pouvoirs déterminée, n'a point de constitution.

XVII.
LES propriétés étant un droit inviolable et sacré, nul ne peut en être privé, si ce n'est lorsque la nécessité publique, légalement constatée, l'exige évidemment, et sous la condition d'une juste et préalable indemnité.

PEUPLE FRANÇOIS.

CATÉGORIE. 1. Travail seul.
statut des droits de l'homme attachés et contenus sur ce pied social, par une loi ou une convention d'un
d'un corps et de tout état d'une quarantaine de rhéme tombant de chaque côté en pondérant d'un trait de la ré-
du du Département du Royaume le droit le rationnel, la puissance et la supériorité du gouvernement
18. et de la Loi, Rue de la Loi, 18. 18.



Interferențe lingvistice balcanice

9A

Popa Rafael, Iulia Șimăndan

Formarea poporului român și a limbii române

Procesul de formare al poporului român și a limbii române poartă numele de etnogeneză. Etnogeneza românească a fost un proces complex, al cărui rezultat a fost apariția unui popor neolatin, poporul român, fiind singurul moștenitor al romanității orientale. Prin romanitatea orientală, înțelegem limba de origine latină care a existat în partea de est a Imperiului Roman, care mai târziu a devenit Imperiul Roman de Răsărit, cunoscut și sub numele de Imperiul Bizantin.

Etapile formării poporului român au fost:

1. perioada stăpânirii daco-romane (sec. al II-lea și al III-lea, în Dacia, respectiv sec. I și al VII-lea, în zona dintre Dunăre și Marea Neagră), când s-a exercitat romanizarea coloniștilor și a veteranilor asupra dacilor, formându-se o populație daco-romană;
2. continuitatea daco-romanilor la nordul Dunării după retragerea aureliană (anul 271), în perioada migrațiilor, când romanizarea i-a cuprins și pe dacii liberi;
3. apariția slavilor începând cu secolul V-VI în spațiul dintre Carpați, Dunăre și Balcani.

Cu toate că migrația slavă a dus la apariția limbilor slave în Europa, spațiul nord-dunărean a rămas vorbitor de limbă neolatină din care a apărut și s-a dezvoltat limba română. Până la sfârșitul sec. al VIII-lea, populația daco-romană s-a transformat în populație românească. Formarea limbii române a parcurs aceleași etape ca și formarea poporului român.

În ceea ce privește invazia slavă aceasta a dus la apariția limbilor slave. Chiar dacă româna a rămas o limbă de origine latină, iar mișcarea de emancipare națională din secolele XVIII-XIX a pus accentul pe originile latine ale limbii române, influențele slave și coabitarea limbii române cu celelalte limbi balcanice nu sunt deloc de neglijat.

Limbile slave sunt o familie de limbi vorbite de popoarele slave din Europa Centrală și de Est, în Balcani și în partea de nord a Asiei. Limbile slave sunt clasificate în trei ramuri principale: limbile slave de vest (poloneza, ceha, slova), limbile slave de est (rusa, ucrainiana, belarusă) și limbile slave de sud (sârba, bulgara, macedoneana, croata). La baza limbii slave vechi scrise, se află frații Chiril și Metodie care au inventat alfabetul chirilic, după modelul alfabetului grec, cultura greacă continuând să exercite o influență mare asupra popoarelor balcanice prin intermediul Bizanțului. Nu trebuie să ne mire faptul că alfabetul chirilic a apărut în Balcani la slavii de sud, acolo unde influența civilizației clasice greco-romane a exercitat cea mai mare influență asupra unei ramuri a limbilor slave, mai exact asupra slavei de sud. De la slavii de sud, alfabetul chirilic s-a extins și spre ceilalți slavi spre ruși sau ucrainieni. Totuși, cehii, slovacii sau croații rămași sub influența Bisericii Romano-Catolice la contact cu civilizația occidentală și cu influența latinei la nivelul structurilor ecleziastice au utilizat alfabetul latin. Există așadar popoare slave care au preluat alfabetul latin, la fel cum poporul român, a preluat alfabetul slav sub influența slavilor sudici, fiind singurul popor latin cu alfabet slab. În secolul XIX, ca urmare a procesului de occidentalizare al poporului român, românii au înlăturat alfabetul chirilic, adoptând alfabetul la latin.

Contactele dintre neolatina de la nord de Dunăre (viitoarea limbă română) și limbile slave de sud au condus inevitabil și la apariția unor interferențe culturale între limba română și limbile balcanice, la care s-a adăugat și influența limbii grecești sau a albanezei, limbi mai vechi în regiune. Unele cuvinte de origine latină din limba română au fost preluate prin intermediul albanezei, albaneza deținând și ea o serie de cuvinte de origine latină din perioada în care Imperiul Roman încerca să romanizeze Balcanii. Alte cuvinte de origine greacă s-au răspândit atât în limbile sud-slave cât și în limba română. Dar să vedem câteva cuvinte cu semnificații și sensuri similare în limba română și celelalte limbi balcanice:

Câteva exemple de cuvinte cu origini similare care circulă în spațiul balcanic:

Univers – În română “lume” are sens de univers. În bulgară “svet” are sens de lume/ univers. De la “svet”-ul bulgar (lume/univers) s-a format “svetlina” = lumina care a pătruns și în română.

Prin intermediul albanezei româna a preluat cuvintele care desemnează culorile: „verde” și „galben”. Ele au fost preluate printr-o permutare din albaneză, deoarece în albaneză “verdhë” înseamnă galben și “gjelbë” înseamnă verde. De aici a rezultat expresia aparent inexplicabilă în limba română “verde la față” care desemnează o persoană palidă, ea fiind de fapt galbenă. Astfel de permutări sunt destul de frecvente la anumite limbi vecine, când din neînțelegerea sensului unor cuvinte, rezultă o inversiune care în limba vecină devine normă.

Grecescul Πρόσωπον (prósōpon) care desemnează atât fața cât și persoana a ajuns în limba română să desemneze prosopul. Totuși semnificația bivalentă în limba greacă de chip și față a persoanei s-a transmis și la bulgari unde “obraz” și „lice” au luat ambele sensuri de chip și față. Dar ea s-a transmis și la români atunci când spunem „față bisericească” sau “Ce față palidă ești!” unde sensul de persoană este evident. Observăm astfel că de multe ori, nu doar originea cuvintelor este cea care contează, aici nefiind vorba de preluarea originii, cât a sensului și a semnificației cu care aceste cuvinte sunt folosite și care se poate transmite prin coabitarea unor popoare printr-o perioadă mai lungă de timp.

Există și o evoluție comună romano-albaneză în ceea ce privește latinizarea produsă de Imperiul Roman în zona balcanică. De exemplu balaurul, creatura mitologică din basmele populare românești este întâlnită și în albaneză cu un nume similar “boljë” sau „buljar”, care desemnează și șarpele. Originea acestor termeni nu este alta decât latinescul clasic “belua” care înseamnă monstru, animal malefic sau război, adică animal care produce pagube. Totuși este foarte probabil ca originea latină a balaurului românesc să fie preluată prin intermediul albanezei, “balaurul” românesc neevoluând prin formă lingvistică și sens direct din latină.

Tot de origine grecească este și cuvântul “farmacie” care provine de la phármakon (φάρμακον) care poate înemna remediu, medicament sau chiar otravă. De aici a rezultat expresia “a-i face farmece”. Termenul îl întâlnim și în limba albaneză unde “farmák” desemnează otrava, iar “farmákos” înseamnă a otrăvi. Iată cum greaca sau latina poate influența concomitant două sau mai multe limbi din aceeași regiune.

Un exemplu interesant sunt termenii care desemnează “masă”. Dacă termenul de “masă” este de origine latină de la latinescul “mensa” fiind cel care s-a impus în vocabularul românesc, există și varianta greacă a trapezului. Trapezul a rămas o simplă figură geometrică în limba română, dar etimologic provine de la “tetra-podia” – pod cu patru picioare. Dacă românii au preluat forma latină, albanezii au preluat forma greacă, masa fiind în albaneză desemnată ca „trypezë”. Turcii otomani intrând în contact cu popoarele balcanice au preluat masa.

Exemplele de mai sus, sunt doar câteva dintr-o serie întreagă de evoluții terminologice în limbile popoarelor balcanice care ne ajută să conștientizăm la nivel concret faptul că orice limbă este un organism viu care evoluează prin interacțiuni complexe cu limbile vecine, din spațiul proxim. Și de ce nu, este un exemplu care ne-ar putea arăta că învățarea limbii grecești, a bulgarei sau a albanezei s-ar putea realiza plecând de la etimologia unor cuvinte deja cunoscute în limba română, ceea ce înseamnă că învățarea limbilor străine poate fi ușurată prin asemănări complexe între mai multe limbi. Iată o altă perspectivă de a învăța o limbă străină!

O EXCURSIE IMAGINARĂ LA ATENA

Este 1 martie. Clasa a V-a A este în Grecia. Astăzi vizităm Parthenonul, unul dintre cele mai importante monumente ale lumii. Parthenonul este cea mai importantă clădire a Greciei. Parthenonul este și un simbol al democrației și al civilizației vestice, deoarece la Atena s-a experimentat în Antichitate prima formă de democrație care a inspirat democrațiile moderne. Construirea sa a început în 447 î. Hr și s-a încheiat în 432 î. Hr în timpul lui Pericle, după ce grecii au încheiat războaiele cu persii. Templul este dedicat zeiței Athena Parthenos, fiind opera lui Phidias, alături de Ictinus și Callicrates. Ansamblul de pe Acropolă este construit din marmură de pentelic. În fața Parthenonului se afla și statuia zeiței Atena, înaltă de 12 metri. Aceasta era realizată din aur și fildeș. Pe partea frontală sunt reprezentate scene precum nașterea Atenei, iar pe frontul din apus disputa dintre Poseidon și Atena pentru stăpânirea Aticii.

Atena de astăzi este un oraș foarte frumos, la fel ca și Grecia. Orașul are multe parcuri, restaurante și alte locuri de vizitat, precum Templul lui Hephaistos, piața Syntagma unde se află guvernul Greciei sau parcul cu templul lui Zeus. Bucătăria grecească este foarte frumoasă și diversificată, iar limba grecească mi se pare foarte grea, deoarece are propriul alfabet grecesc. Dacă vrei să vizitezi Grecia și nu ești cunoscător de limba greacă îți recomand un ghid turistic și un translator.

Bulbucan Octavia, clasa a V-a A

La danse de la mer

Il veut danser,
Il veut danser,
Il veut danser à l'envers
Tremper ses bras dans un départ
fou,
Et elle chante, elle chante si
merveilleusement.

Il veut danser,
Il veut danser,
Il veut danser comme un oiseau de
proie,
Il s'est levé, s'incline, commence à
parler
Jeu flottant, planant au loin.
Il veut danser,
Il veut danser,
Il veut danser pour toujours,
Il veut que son berceau s'effondre
La terre entière.

**Balea Elena, Iancu Gabriela,
coord. Romoșan Maria**

PARTHENON





Șanta Mirela Gabriela

coord.: Pop Cecilia

Cel mai bun prieten

Cel mai bun prieten
Noi ne naștem foarte mici
Și creștem cu mulți amici
Creștem și învățăm,
Iar greșelile le practicăm.

Dar un prieten dacă avem,
Multe lucruri noi putem
Reușim, ce ne dorim
Pe prieteni să nu-i
dezamăgim.

Prietenia este lucru rar,
Poate fi și temporar,
Dacă ai un prieten bun
Pe el să-l susții oricum!

#1

Geography and History of United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

Zmărăndescu Isabela Maria, clasa a X-a B
Prof. coordonator: Lal Adriana

The United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland, is also known as the United Kingdom (UK) or Britain, is a sovereign country situated in north-western Europe, off the north-western coast of the European continent.

The United Kingdom includes the island of Great Britain, the north-eastern part of the island of Ireland, and many smaller islands within the British Isles.

Northern Ireland shares a land border with the Republic of Ireland. Otherwise, the United Kingdom is surrounded entirely by water: the Atlantic Ocean, the North Sea to the east, the English Channel to the south and the Celtic Sea to the south-west, this ensuring UK of the 12th-longest coastline in the world. Furthermore, The Irish Sea separates Great Britain and Ireland. As a fun fact, although UK is a big country, no matter where you live, you'll never be further than 120 km from the sea.

The total area of the United Kingdom is 93,630 square miles (242,500 km²), with an estimated population in 2021 of 67, 406 million. The population is composed of English (major ethnic group), Scots, Irish, and Welsh and immigrants and their descendants from India, the West Indies, Pakistan, Bangladesh, and Africa.



Bayeux Tapestry' is an embroidery which depicts the Battle of Hastings and the events leading up to William the Conqueror's conquest of England in 1066.

Languages: English (official); also, Welsh, Scottish Gaelic. London, the capital of UK, houses more than 8 million citizens who communicate via different languages. It is estimated that more than 300 languages are spoken in the city. Fun fact: French was the official language from 1066 till 1362, for almost 300 years. Fun fact: there are more English speakers in the US, India, Pakistan, Nigeria and the Philippines than in the United Kingdom.

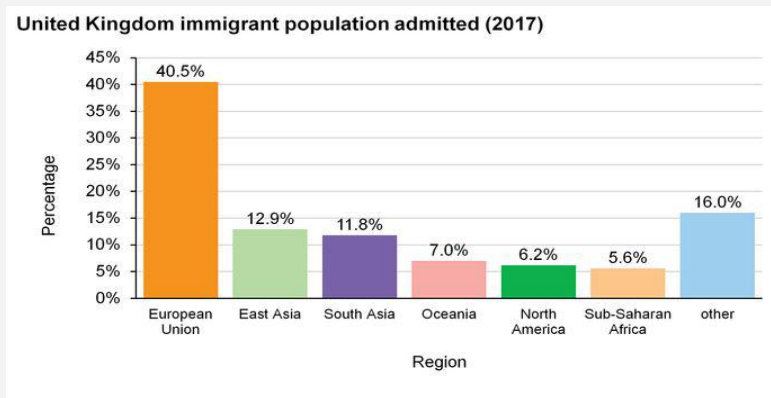
The deposits of tin and iron and the coal industry declined ending with pit closures in the 1980s. Great Britain still has significant Offshore petroleum and natural gas reserves. The chief crops are barley, wheat, sugar beets, and potatoes. Major manufactures include motor vehicles, aerospace equipment, electronic data-processing and telecommunication equipment, and petrochemicals. Fishing and publishing also are important economic activities.

Skara Brae is an archaeological site in Orkney that shows the remains of a Neolithic village.

G E O G R A P H Y

#2 HISTORY

The first human presence on the land of United Kingdom can be traced back to 800.000 or 1 million years ago according to studies performed by archaeologists in the beginning of the 21st century. These studies revealed some stone tools and lead the people to believe once more in the presence of a civilization settled there before the Roman conquest (begun AD 43), although history does not present details, facts, dates but just a general overview.



Religions: Christianity (Protestant [Church of England—established; Church of Scotland—national], Roman Catholic, other Christians); also, Islam, Hinduism, Sikhism, Judaism.

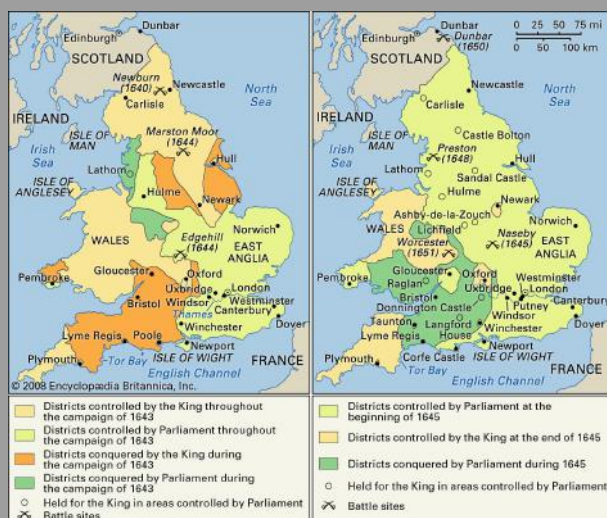
Britain was part of the continental landmass and this fact made it accessible to migrating hunters until late in the Mesolithic Period. Around 6000-5000 BCE, the cutting of the land bridge made migration became more difficult and for long impossible to large numbers which made Britain developed insular characteristics. The early pre-Roman inhabitants of Britain (see Stonehenge) were Celtic-speaking peoples, including the Brythonic people of Wales, the Picts of Scotland, and the Britons of Britain. Celts also settled in Ireland c. 500 BCE. Julius Caesar invaded and took control of the area in 55–54 BCE. The Roman province of Britannia endured until the 5th century CE and included present-day England and Wales. Germanic tribes, including Angles, Saxons, and Jutes, invaded Britain in the 5th century. The invasions had little effect on the Celtic peoples of Wales and Scotland. Christianity began to flourish in the 6th century.

During the 8th and 9th centuries, Vikings, particularly Danes, raided the coasts of Britain. In the late 9th century Alfred the Great repelled a Danish invasion, which helped bring about the unification of England under Athelstan. The Scots attained dominance in Scotland, which was finally unified under Malcolm II (1005–34). William of Normandy (see William I) took England in 1066. The Norman kings established a strong central government and feudal state. The French language of the Norman rulers eventually merged with the Anglo-Saxon of the common people to form the English language. From the 11th century, Scotland came under the influence of the English throne. Henry II conquered Ireland in the late 12th century. His sons Richard I and John had conflicts with the clergy and nobles, and eventually John was forced to grant the nobles concessions in the Magna Carta (1215).

uk

The concept of community of the realm developed during the 13th century, providing the foundation for parliamentary government. During the reign of Edward I (1272–1307), statute law developed to supplement English common law, and the first Parliament was convened. In 1314 Robert the Bruce (see Robert I) won independence for Scotland. The house of Tudor became the ruling family of England following the Wars of the Roses (1455–85). Henry VIII (1509–47) established the Church of England and incorporated Wales as part of England. The reign of Elizabeth I (1558–1603) began a period of colonial expansion; in 1588 British forces defeated the “invincible” Spanish Armada. In 1603 James VI of Scotland ascended the English throne, becoming James I, and established a personal union of the two kingdoms. The English Civil Wars erupted in 1642 between Royalists and Parliamentarians, ending in the execution of Charles I (1649).

After 11 years of Puritan rule under Oliver Cromwell and his son (1649–60), the monarchy was restored with Charles II. In 1689, following the Glorious Revolution, Parliament proclaimed the joint sovereigns William III and Mary II, who accepted the British Bill of Rights. In 1707 England and Scotland assented to the Act of Union, forming the kingdom of Great Britain. The Hanoverians ascended the English throne in 1714, when George Louis, elector of Hanover, became George I of Great Britain. During the reign of George III, Great Britain's North American colonies won independence (1783). This was followed by a period of war (1789–1815) with Revolutionary France and later with the empire of Napoleon. In 1801 legislation united Great Britain with Ireland to create the United Kingdom of Great Britain and Ireland. Britain was the birthplace of the Industrial Revolution in the late 18th century, and it remained the world's foremost economic power until the late 19th century.



During the reign of Queen Victoria (1837–1901), Britain's colonial expansion reached its zenith, though the older dominions, including Canada and Australia, were granted independence (1867 and 1901, respectively).

The U.K. entered World War I allied with France and Russia in 1914. Following the war, revolutionary disorder erupted in Ireland, and in 1921 the Irish Free State (see Ireland) was granted dominion status. Six counties of Ulster, however, remained in the U.K. as Northern Ireland. The U.K. entered World War II in 1939.

Following the war, the Irish Free State became the Irish republic and left the Commonwealth. India also gained independence from the U.K. Throughout the postwar period and into the 1970s, the U.K. continued to grant independence to its overseas colonies and dependencies. With UN forces, it participated in the Korean War (1950–53). In 1956 it intervened militarily in Egypt during the Suez Crisis. It joined the European Economic Community, a forerunner of the European Union, in 1973. In 1982 it defeated Argentina in the Falkland Islands War. As a result of continuing social strife in Northern Ireland, it joined with Ireland in several peace initiatives, which eventually resulted in an agreement to establish an assembly in Northern Ireland. In 1997 referenda approved in Scotland and Wales devolved power to both countries, though both remained part of the U.K.

Map presenting the districts and the battlesides during the Civil War



The coronation of Queen Victoria

Works Cited:

<https://uniacco.com/blog/80-interesting-facts-about-the-united-kingdom>

https://en.wikipedia.org/wiki/United_Kingdom

<https://www.britannica.com/place/United-Kingdom>

William Shakespeare "The Swan of Avon"

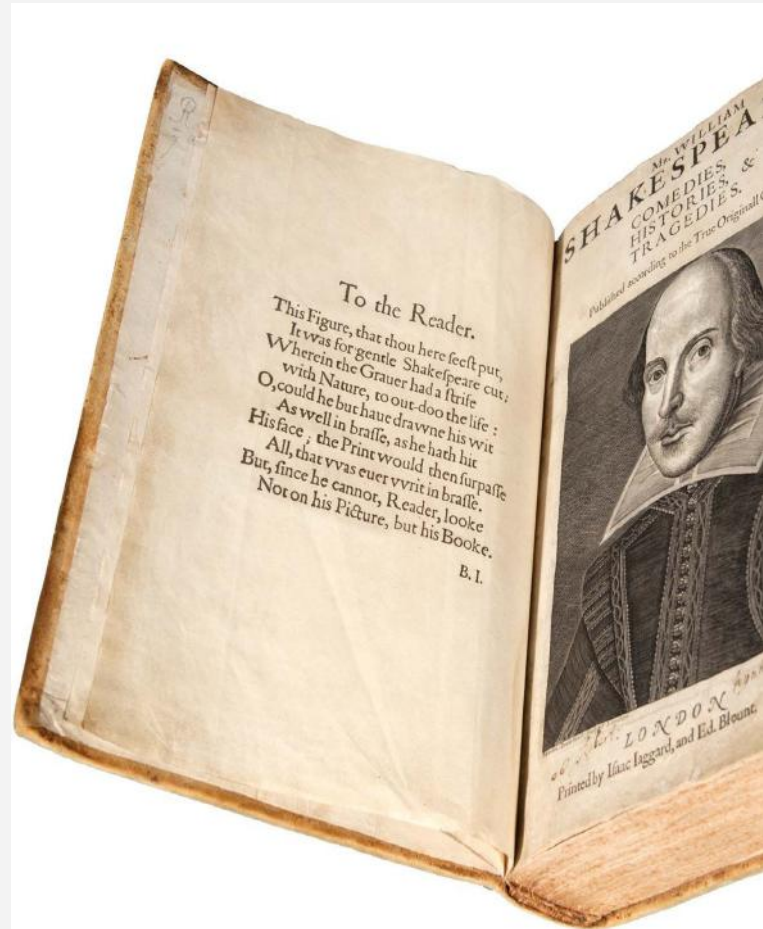
**"He was not of an age, but
for all time!" Ben Johnson**

William Shakespeare was an English playwright and poet widely regarded as the best writer in the English Language and the world's greatest dramatist. He is often referred to as the English national poet and "The Bard of Avon" or "The Swan of Avon".

He was born in Stratford-upon-Avon on the 26th of April 1564, as the son of John Shakespeare, and of Mary Arden. His father was a burgess of the borough, who in 1565 was chosen an alderman and in 1568 bailiff (the position corresponding to mayor, before the grant of a further charter to Stratford in 1664). His mother was the daughter of an influent landowning family. He was the third of eight children and the eldest surviving son. He was educated at a Grammar School, King's New School in Stratford, a free school chartered in 1553.



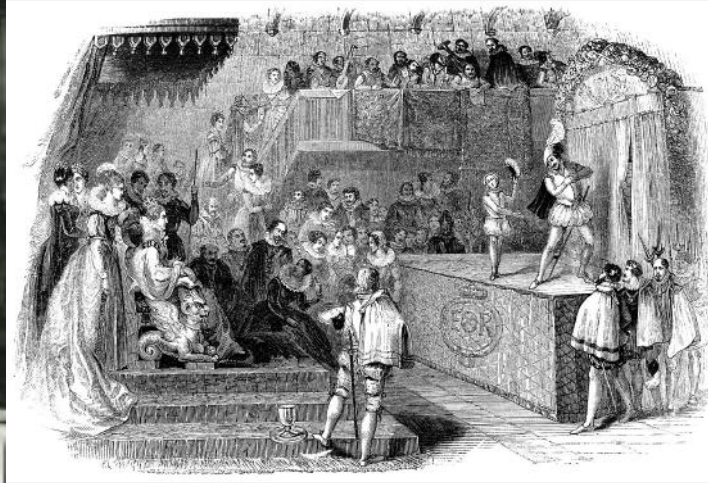
At the age of 18, Shakespeare married 26-year-old Ann Hathaway with whom he had three children: Susanna, and the twins Hamnet and Judith (Hamnet died of unknown causes at the age of 11).



**At the age of 49, he appeared to have retired
to Stratford, where he died three years later.**

It is rather unclear how did his career begin, but from 1594 onward Shakespeare was an important member of the Lord Chamberlain's company of players (called the King's Men after the accession of James I in 1603). The company had a great actor, Richard Burbage; a very good theatre, the Globe which was finished by the autumn of 1599; and of course, the best dramatist, Shakespeare. Everything taken into consideration lead ton the prosperity of this company. Shakespeare became a full-time professional man of his own theatre, who did not cease to be preoccupied with the financial success of the plays he wrote.

Shakespeare produced most of his known plays between 1589 and 1613. His early plays were mostly comedies: "The Comedy of Errors", "As You Like It", "A Midsummer Night's Dream" or "Love Labour's Lost" and historical plays like: "King John", "Richard III" and "Henry VI".



Balea Elena, IX A

Coord. Adriana Lal

These plays are regarded as some of the best works produced in these genres. He then wrote mainly tragedies until 1608, among them "Hamlet", the prince of Denmark, apparently inspired by the untimely death of one of his twins (1596), "Romeo and Juliet" (1597), "Othello", "King Lear", and "Macbeth", all considered to be among the finest works in the English language. In 1599, he wrote two of the early projects of sonnets 138 and 144, which appeared in "The Passionate Pilgrim". In the last phase of his life, he wrote tragicomedies like "The Merchant of Venice" (1596), "The Winter's Tale" (1610), "The Tempest" (1611), and collaborated with other playwrights.

Besides being the English National poet, and a world recognized playwright, Shakespeare did something else. He "invented" words. And he invented a lot of words—words that continue to shape the English language—even now. How many words he invented? When it comes to stating a number, we have a problem in determining the method to use. Some method state 2000, some method states 6000, nevertheless he coined words like: accessible, accommodation, addiction, admirable, bedroom, belongings, birthplace, cheap, chopped, cold-blooded, etc

The play, "Romeo and Juliet", is a tragedy which is set around two young Italians which fight against prejudice, their family hatred and destiny. They meet by chance at a masquerade ball, fall in love and marry in secret, but their love will not be fulfilled, due to coincidences, confusion and misunderstandings which lead to the death of the two protagonists.

**Did my heart love till
now? Forswear it, sight,
For I ne'er saw true
beauty till this night.**

Romeo Montague, *Romeo and Juliet*



I recommend you all to read this play as it presents the eternal love, and the difficulties that the two lovers fight to overcome just to be together, despite the conflicts between the families that make their love impossible.

Works Cited:

https://en.wikipedia.org/wiki/William_Shakespeare
<https://www.britannica.com/biography/William-Shakespeare>
<https://www.litcharts.com/blog/shakespeare/william-shakespeare-invented/>
<https://www.audible.com/blog/quotes-romeo-and-juliet>

Sunt credința în Dumnezeu și știința contradictorii? Cum își poate depăși știința propria limită împăcându-se cu credința? Suntem noi rezultatul unui accident petrecut cu sute de milioane de ani în urmă, când câteva substanțe anorganice, lipsite de viață s-au unit întâmplător și au format prima moleculă (macromoleculă), care a evoluat gradual, până când a devenit o ființă umană? Sau suntem rezultatul purtării de grijă a unui Creator, care ne-a creat spre sfârșitul celei de-a șasea zi a săptămânii creației, cu doar câteva mii de ani în urmă, care ne-a creat după chipul și asemănarea Sa, spre a locui veșnic această minunată planetă albastră?

Pentru a găsi un răspuns corect, logic și adevărat, vom analiza comparativ „teoria evoluției”, propusă de știința modernă și „creația” omului, relatată de Biblie.

Teoria „evoluției organice”, propusă de Darwin și alți savanți din secolul XIX, susține că toate vietățile de pe Pământ, inclusiv omul, s-au născut printr-un proces de evoluție material și natural, pornind de la o sursă unică, care ea însăși este rezultatul unui proces similar ce a avut loc într-o lume moartă, lipsită de viață. Aceasta este numită și teoria „molecula-om”.

Biblia, în prima carte a Genezei, scrisă cu 3500 de ani în urmă, afirmă că tot regnul vegetal și animal, a fost adus în existență prin actul de creație al lui Dumnezeu, printr-un proces unic. Apoi, la finalul acestui proces, a fost adus în existență omul, ca o capodoperă a creației pământești a lui Dumnezeu.

Cunoscutul savant francez Louis Pasteur, a descoperit și a dovedit că viața nu poate proveni decât din viață. Aceasta este faimoasa lege a biogenezei, care afirmă că: „Viața se naște numai din viață”. Cu declarația Bibliei nu este nici o problemă, deoarece ea afirmă că Dumnezeu cel viu, izvorul vieții, a dat viață tuturor vietăților de pe pământ, inclusiv omului.

În zilele lui, Charles Darwin a crezut, de asemenea, că „celula” avea o structură cu adevărat simplă. Astăzi însă, știința modernă demonstrează că „celula simplă” conține mii de tipuri diferite de proteine, împreună cu diferite tipuri de ADN, ARN și alte molecule, aranjate într-un sistem incredibil de complex.

Teoria evoluției afirmă că totul s-a întâmplat printr-o serie de micro-mutații. Mutațiile sunt schimbări neașteptate în structurile genetice, determinate de factori externi, cum ar fi radiațiile sau penetrarea unor germeni străini în celulă. S-a susținut că atunci când aceste mutații sunt benefice sau folositoare, ele sunt păstrate și transmise generațiilor următoare și acestea sunt apoi responsabile pentru dezvoltarea unor tipuri superioare în viitor.

Altă afirmație a evoluționiștilor este că urmele lăsate de „fosile” susțin evoluția. Ce sunt fosilele? Când un organism este antrenat și purtat de ape curgătoare, este îngropat împreună cu sedimentele, într-un loc anume. Sedimentele se compactează în rocă, iar organismele sau urmele lor devin parte a rocii. Acestea se numesc „fosile”. Conform teoriei evoluției, urmele lăsate de fosile ar trebui să ne arate că în stratul cel mai vechi se găsesc cele mai primitive forme de viață și, gradual, parcurgând diferite straturi, să găsim forme de viață din ce în ce mai complexe.

Un alt aspect pe care îl luăm în discuție se referă la metodele de datare a vârstei rocilor pământului, în care au fost înglobate aceste fosile. Metoda Uraniu – Toriu – Plumb și Potasiu – Argon, se bazează pe dezintegrarea în timp a unor elemente radioactive în alte elemente.

Astăzi, cei mai raționali oameni de știință, chiar și aceia care refuză să creadă în Dumnezeu, admit că există o problemă în înțelegerea deplină a Universului. Ei recunosc că nici existența lui Dumnezeu și nici Biblia nu pot fi dovedite sau negate prin știință, tot la fel precum multe dintre teoriile lor nu pot fi dovedite sau respinse. Și Dumnezeu a intenționat întodeauna ca noi să venim la El prin credință, nu prin logică.

Este cert că lumea a avut și are o evoluție. Nu a fost creată perfectă, ci spre perfecțiune. Aceasta implică și calea evolutivă a universului și a omului.

Cum se poate împăca credința cu știința și știința cu credința? Putem răspunde scurt: știința este cunoaștere, credința are nevoie de cunoaștere, Dumnezeu este izvorul științei și al cunoașterii, deci ele merg împreună. Credința adevărată și știința adevărată se completează una pe alta. Dar unde este problema? Problema o reprezintă credința greșită și știința greșită, făcând referire la conținutul și scopul lor.

1. RECICLARE PENTRU SĂNĂTATE ȘI MIȘCARE

În luna decembrie 2021 am inițiat proiectul „Reciclare pentru sănătate și mișcare”, proiect cu care am participat, împreună cu elevii și cadrele didactice din ciclul primar din școala noastră, la Campania “ARUNCĂ ISTET!”- Reciclează și vei fi recompensat.”- o campanie CCR - Decathlon.ro. Aportul nostru la acest proiect a constat în strângerea de baterii uzate la punctele de colectare special amenajate în școală. Bateriile colectate de noi le-am dus la punctele de colectare din magazinul Decathlon și am primit în schimb echipamente sportive pentru elevii școlii noastre, conform regulamentului campaniei.

3.

Am fost profund impresionată de modul în care, atât elevii, cât și cadrele didactice, s-au implicat cu trup și suflet în proiectul inițiat de mine. A fost o experiență plăcută pentru toți cei care ne-am implicat în acest proiect.

4.

Rezultatele au fost pe măsura implicării. Am adunat în total 900 de baterii uzate. În fruntea clasamentului pe clase s-a situat clasa a III-a A, condusă de prof.înv primar Ilieș Elena. Elevii din această clasă au adunat 250 de baterii. Cel mai inimos dintre elevi a fost Rostaș Adrian Ioan din clasa a III-a B, condusă de prof.înv primar Iozsa Georgiana, care a strâns singur 250 de baterii uzate de la jucăriile, mașinuțele și telecomenzile găsite în casa pe care părinții au cumpărat-o recent.



2. 6.

Acest proiect are și o componentă educațională puternică, ajutându-i pe elevi să înțeleagă unele dintre cauzele poluării mediului și să conștientizeze faptul că reducerea acestora depinde de fiecare dintre noi. Vom contribui în acest fel la protejarea atât a mediului înconjurător cât și a sănătății noastre (substanțele conținute de bateriile aruncate contaminează apa și solul și ajung în corpul plantelor și animalelor, afectând grav sănătatea umană).



7.

Și răsplata pentru strădania de care au dat dovadă toți cei implicați în proiect nu s-a lăsat așteptată. Elevii școlii noastre au primit cu mare bucurie un dar sportiv constând din 7 mingi, 2 rucsacuri și un recipient pentru apă.

Stimularea interesului pentru lectură al elevilor

profesor Cecilia Pop



Fiecare dintre noi citim având motivații și scopuri diverse, fie că vrem să ne informăm într-un anumit domeniu care ne interesează sau să studiem o temă care ne este impusă la un moment dat în traseul nostru școlar, fie că vrem să fim de acord cu ce se întâmplă în cultura sau în societatea noastră sau cu felul în care anumite evenimente sunt prezentate și comentate de alții, citim atunci când vrem să ne destindem și să ne oferim un moment de evadare din realitate și lista ar putea continua.

La rândul lor elevii citesc mai mult sau mai puțin, cu motivații și scopuri diferite, în stiluri diferite. Parcurgerea unei cărți bune reprezintă un beneficiu pentru tânărul aflat în formare. Operele literare oferă o bogăție culturală pe care elevii o pot valorifica pe parcursul vieții, deoarece educația se continuă și după anii de școală. Mediul școlar are un rol important în dezvoltarea tânărului, pregătindu-l pentru profesia pe care o va urma.

Cititorii de cărți se dezvoltă pe băncile școlii, iar menirea noastră este să cultivăm pasiunea pentru lectură în sufletul micilor cititori. Trebuie să concurăm cu mass-media și cu jocurile pe calculator. Atunci când nu există o persoană care să dirijeze această activitate mulți elevi nu simt plăcerea de a citi. Numai o lectură dirijată poate să confere un interes permanent pentru intrarea în lumea fermecătoare a literaturii.

Lectura propusă în școală pare mai curând un contract, o obligație pe care elevii și-o asumă sau nu, decât o punte către lectura de plăcere. Pentru ieșirea din această criză profesorul încearcă să creeze o punte pe care elevul ar putea să o traverseze și să facă o legătură între cele învățate în școală și felul în care ar putea folosi aceste achiziții în experiența lor de cititori de-a lungul vieții.

Lectura oferă copiilor frumusețile poveștilor, povestirilor și a altor texte unde imaginația zboară, trăind împreună cu personajele emoții, dezamăgiri, speranțe. Trebuie să-i convingem pe elevi să citească și această influență o putem exercita explicându-le ce pot descoperi prin parcurgerea unui text scris, libertatea de a alege, de a lua atitudini, de a comenta.

Pentru a stimula interesul elevilor pentru lectură trebuie să abordăm modelul dezvoltării personale cunoscut și ca orientarea spre cititor. El presupune o abordare a lecturii în care noi profesorii punem accent pe efectul pe care îl are textul asupra elevului-cititor. Principalul scop este dezvoltarea personală a elevilor, prin participarea activă la experiența lecturii. Profesorul încearcă să creeze situații de învățare prin care elevii să devină conștienți de valorile emoționale prin care lectura textului le activează și să provoace răspunsurile elevilor. Este o cale de încercare pentru deschiderea căilor de comunicare între text și cititor și de a stimula dialogul. Acest model pornește de la ideea că fiecare cititor aduce în procesul lecturii alte experiențe care încurajează apoierea elevilor de text și formarea imaginii de sine.

Această abordare este menită să stimuleze reflecția elevilor asupra textelor citite. Elevii sunt puși în situația de a citi, să scrie despre ceea ce citesc, de a vorbi despre ceea ce citesc și scriu. Profesorii îi ghidează să-și construiască propria înțelegere asupra literaturii și să-și dezvolte propriile preferințe de lectură. Metodele de evaluare se bazează pe portofoliile de lectură. În consecință, practica lecturii școlare ar trebui să se bazeze pe lucrul cu textul, implicarea elevilor-cititori într-un dialog viu cu textul, adaptarea la interesele de lectură ale elevilor.

lectura

O CĂLĂTORIE SPRE INFINIT

Oancea Alina

Cuvintele... Sunt poate arma cea mai puternică pe care o avem la dispoziție zi de zi, deoarece prin intermediul cuvintelor putem determina pe cineva să râdă sau să plângă, să viseze sau să sufere, putem aduce unei persoane momente de fericire sau de disperare. Formarea și modelarea caracterelor, deprinderea copiilor cu normele de comportare civilizată, cultivarea sentimentelor moral-patriotice sunt cerințe la realizarea cărora opera literară, prin specificul ei, aduce o contribuție majoră. Dacă școala are ca finalitate instruirea și educarea unui copil, dacă viitorul adult trebuie să fie un foarte bun tehnician, dublat de un umanist capabil să înțeleagă și să aprecieze frumosul din natură, atunci realizarea tuturor acestor imperative se leagă de cultivarea pasiunii pentru lectură. Copilul, această ființă minunată, trebuie permanent îndrumat spre un evantai diversificat de cărți instructive, de la basm la povestire, schiță sau nuvelă de la fabulă la călătoriile extraordinare, la romanele științifico-fantastice.

Desigur, tot prin intermediul cuvintelor "bine potrivite", poezii și scriitorii ne-au comunicat vastitatea și extraordinarul mesaj emoțional al trăirii unui anumit timp, al experienței unei generații. Cum altfel, decât prin scrierile unora ca Balzac, Tolstoi sau Preda am fi putut "trăi" în urmă cu secole sau decenii pentru a înțelege mai bine ceea ce noi suntem astăzi?

Televizorul, calculatorul, telefonul mobil, internetul au devenit, în ultima perioadă, repere de bază pentru generațiile din ultimii ani. Dacă menționăm aceste mijloace de informare rapidă și comodă care oferă elevilor meniul complet în orice domeniu al cunoașterii acoperim deja o plajă substanțială a timpului liber, care rămâne din ce în ce mai puțin. Și atunci se naște întrebarea: mai este cartea "o făgăduință, o bucurie, o călătorie prin suflete, gânduri și frumuseți" cum afirma scriitorul român Tudor Arghezi? În mâinile cititorului o operă capătă noi semnificații, se îmbogățește cu sensuri noi. Atât timp cât ea stă pe rafturile bibliotecii, e oarecum lipsită de valoare. De obicei, copiii posedă o imaginație bogată și o înclinație spre visarea diurnă. Lectura poate fi pentru un adolescent o cale prin care își îmbogățește viața imaginară. Este foarte important să le stărnim elevilor interesul pentru lectură, să-i atragem spre cărțile captivante, astfel încât ei să fie fascinați de ceea ce vor descoperi.



Rămâne așadar obligația părinților, dar mai ales a școlii de a repune cartea în drepturi. Scriitorul român I. L. Caragiale afirma acum aproape un secol : "O carte bună de citire, în vârstă fragedă, este, poate, una din împrejurările cele mai hotărâtoare ale vieții unui om. Multe cariere intelectuale nu se datorează altei împrejurări decât unei cărți căzute la vreme bună în mâinile unui copil".

Într-adevăr o carte bună e o călătorie prin care descoperi și te descoperi, te raportezi la ceilalți, la un ideal; îți ridică întrebări care te ajută să te cunoști mai bine, să analizezi, să compari și să-i înțelegi și pe alții. Opera literară capătă viață prin lectură , deoarece doar în momentul în care ajunge în mâinile cititorului capătă noi valențe. Orice lectură, fie că e întreprinsă din dorința de amuzament sau pentru dobândirea unor cunoștințe poate avea o dimensiune ludică. Astfel că un text valoros poate avea caracteristicile unui joc la finalul căruia se dezleagă un mister. Lectura de plăcere este cea prin care adolescentul se va delecta cu o hrană spirituală – constând din cărțile preferate. E fără doar și poate că lectura poate contribui la mărirea gradului de provocare intelectuală, iar adolescentul poate descoperi în diferite texte lucruri extraordinare.

Lectura continuă duce în timp la modelarea personalității fiecăruia dintre noi. Nevoia de a cunoaște, de a înțelege, de realizare a propriilor aptitudini, de considerație din partea celorlalți componente ai grupului devin motivații care conduc la o nouă deschidere a elevului spre un nou univers. Consecințele extraordinare pe care le are lectura, apar destul de repede și se manifestă în ușurința exprimării, în creativitate, în simțul umorului, în toleranță și dorința de fi de ajutor altora.

Odată cu trecerea anilor, nevoia de frumos-cea mai înaltă nevoie-devine imperativă la elevii pasionați de lectură și singuri își vor selecta lecturile în care vor căuta "eroii" justițieri, cu idealuri înalte pe care le ating pe căi drepte, cinstite. Acești elevi vor merge de plăcere în bibliotecă, ajungând în anumite situații să se identifice cu eroii preferați, care pot deveni modele de viață, deoarece acum mai mult ca niciodată avem nevoie de exemple care să ne îndrume pașii. De aceea este important să îi atragem pe elevi spre universul magic al cărților, să le călăuzim pașii spre cunoașterea și înțelepciunea umană.

Integrarea școlară a copiilor cu CES

“Școala trebuie adaptată la copii și nu copiii adaptați școlilor” – Alexander Sutherland

Integrarea școlară este un proces de includere în școlile de masă/clase obișnuite la activitățile educative formale și nonformale, a copiilor cu cerințe educaționale speciale.

Integrarea copiilor cu CES permite, sub îndrumarea atentă a cadrelor didactice, perceperea și înțelegerea corectă, de către ceilalți elevi ai școlii, a problematicei și potențialului de relaționare precum și participarea lor la serviciile oferite în cadrul comunității.

Educația specială se referă la adaptarea, completarea și flexibilitatea educației pentru anumiți copii în vederea egalizării șanselor de participare la educație în medii de învățare obișnuite.

Condițiile de care are nevoie copilul cu CES sunt:

- Condiții de stimulare și sprijin a dezvoltării elevului din cele mai timpurii perioade;
- Flexibilitate didactică;
- Adaptarea curriculumului la posibilitățile individuale;
- Individualizarea educației;
- Programa școlară adaptată;
- Planuri de intervenție personalizate;
- Integrare școlară și socială.

Este de evidențiat faptul că:

- Fiecare copil este unic în felul său și are un anume potențial de învățare și dezvoltare;
- Copiii au dreptul să învețe împreună, fără să se țină cont de diferențele dintre ei;
- Școala și comunitatea asigură șanse egale de acces la educație pentru toți copiii;
- Copiii cu cerințe educaționale speciale au nevoie de o atenție deosebită din partea celor din jur.



Un copil educat este un om câștigat!

Anca Buicescu



Pentru a fi un om desăvârșit este necesară o bună pregătire profesională, indiferent de domeniul în care acționăm, dar și de un comportament moral.

Consultând mai multe dicționare, am putea spune că morala reprezintă totalitatea concepțiilor privind normele de conviețuire și de comportare ale oamenilor în raporturile dintre ei și față de societate. Dacă o definiție se găsește relativ ușor, nu același lucru se întâmplă cu stabilirea normelor de conviețuire, a ceea ce este moral.

Ideea de moralitate a evoluat de-a lungul timpului. Astfel, ceea ce acum două mii de ani era considerat imoral, în prezent, este perfect moral. Tendința noilor generații este de a depăși negativ limitele moralității.



Educația este un sistem de acțiuni exercitate într-un mod conștient, organizat și sistematic asupra unor persoane sau grupuri, în vederea transformării personalității lor, potrivit unor finalități ale gândirii la care acestea au aderat. Educația nu este și nu poate fi deplină, dacă nu asigură armonia între trup și suflet, conferind o formație spiritual-religioasă personalității umane în devenire. Așadar vizează întregul și este posibilă în toate perioadele vieții omenești. Educația religioasă este una din laturile educației, alături de educația intelectuală, educația fizică, educația estetică, educația civică etc. Toate acestea contribuie la realizarea idealului educației. Educația religioasă este importantă întrucât în lumea modernă există tendința de a considera viața morală independentă de exigențele religiei. În trăirea religioasă își au originea influențe adânci, care pot determina pe om la fapte morale în conformitate cu imperativele divinității. Educația religioasă este temelia educației morale; percepțiile morale creștine nu sunt produsul rațiunii omenești, ci în etica filozofică, ci sunt revelate. De aceea, creștinul are certitudinea că Dumnezeu nu este o simplă construcție a speculației, ci El există aievea.

Plecând de la premisa că morala nu se predă, ci se trăiește (C. Freinet), putem afirma că elevii și, în general, copiii învață din interacțiunile zilnice cu noi, din exemplele noastre. Pentru educarea oricărui copil există două categorii de modele de viață: obligatorii sau indispensabile și facultative. Această diferențiere are la bază următorul raționament: școala și familia sunt factorii de culturalizare care ocupă cea mai mare parte din timpul efectiv al elevului, motiv pentru care dascălii și familia, în special părinții, trebuie să reprezinte în mod necondiționat modele de viață. În cazul comunității, care devine o sursă de modele facultative, lucrurile se schimbă puțin în sensul că aici avem de-a face cu un întreg univers, atât de vast și de variat, încât este imposibil să ofere viitorilor cetățeni numai modele demne de urmat din punct de vedere moral. În alegerea acestor modele provenite din rândul comunității un rol extrem de important îl au școala și familia.

EDUCAȚIA

Prin educație, omenirea durează și dăinuie. Din această perspectivă, o cultură importantă trebuie să dispună și de un învățământ pe măsură. Prin el, își construiește elementele dăinuirii sale. Acest lucru se întâmplă dacă ținem cont de cele două mari scopuri ale educației: primul este "să dăm copilului cunoștințe generale de care, bineînțeles, va avea nevoie să se servească: aceasta este instrucția." Celălalt e "să pregătim copilul de azi pe omul de mâine, și acesata este educația!"



Sarcina lor nu e deloc ușoară. Se impune mai întâi o alegere potrivită a modelelor, după care urmează partea mai dificilă: să-l convingi pe elev că personalitatea aleasă este potrivită pentru a fi model de viață. Mediul în care trăim și caracterul individului sunt doi factori care se condiționează reciproc. Totalitatea caracterelor dau nota definitorie a mediului, în timp ce mediul, la rândul său își pune amprenta asupra caracterului. Mediul elevului este constituit de școală, familie și comunitate.

Educația este aceea care își asumă rolul determinant pentru destinul societății omenesti; este cea care anticipează sau trebuie să anticipeze încotro ne îndreptăm. Educația realizată prin familie și prin procesul de învățământ devine astfel responsabilă pentru valorificarea vocației individuale. Educația este una dintre cele mai nobile și mai complexe activități umane. Ea se realizează în perspectiva unui ideal de personalitate umană, acordat la repere culturale și istorice bine determinate. Este absolut necesară omului, existând în acesta dorința, înclinația, dar și capacitatea de a răspândi zestrea înțelepciunii și învățăturii sale, de a se perpetua din punct de vedere spiritual, dincolo de timpul și spațiul ce i-au fost hărăzite.



IMPORTANȚA FAMILIEI ÎN EDUCAȚIA COPILULUI

În educarea unui copil, părinții, educatorii, școala și societatea, în general, sunt mijloace importante de educație și instrucție. Printre problemele importante ale învățământului în această etapă de schimbare și modernizare rapidă se găsește și cea vizând parteneriatul cu alți factori educaționali, între care familia ocupă un loc privilegiat.

Familia, prima școală a vieții este cea care oferă copiilor primele cunoștințe, primele deprinderi, dar și primele modele comportamentale, echivalentul psiho-afectiv-stimulativ necesar debutului sociofamilial. Ca primă verigă a sistemului educativ, familia are responsabilități clare și diverse. Întrebarea care se pune este, dacă familia de astăzi are timp pentru îndeplinirea responsabilităților educative, dacă este pregătită să activeze constant ca un factor educativ. Realitatea ne-a dovedit că nu toate familiile sunt dispuse să-și îndeplinească consecvent responsabilitățile educative față de copii, acuzând lipsa de timp, grijile vieții zilnice, minimalizând rolul de factor educativ. Alte familii, deși doresc să asigure educația corespunzătoare copiilor le lipsesc pregătirea psihopedagogică, experiența.

PROF. LAL DANIELA



Factorii care influențează astăzi mediul educativ sunt: noua concepție care se cristalizează asupra educației ca serviciul social și extinderea mass-media (T.V). Părinții trebuie să-și întărească fundamentarea relațiilor pe baza dragostei lor față de proprii copii și pe dorința lor ca aceștia să aibă performanțe și succes în viață. Aceasta nu se poate realiza dacă părinții nu cunosc personalitatea propriului copil.

Educația copilului este factorul principal care dezvoltă personalitatea lui. În educația copiilor trebuie să existe între părinți înțelegere și acord în diferite probleme și de aici decurg normal și celelalte. În activitatea de educație în familie, un rol important îl are climatul care este rezultatul raporturilor dintre membrii familiei. Aceste raporturi și caracterul lor pot forma climatul pozitiv (favorabil) sau climatul negativ (nefavorabil) educației, adică formarea copilului ca cetățean, ca om.

Raporturile dintre părinți și copiii acestora sunt raporturi educative, cu repercursiuni asupra formării lor, lucru de care ar trebui să fie conștienți toți părinții. Atitudinile, comportamentul nostru, vorbele noastre, ale părinților influențează atitudinile, comportamentul și modul de a fi al copiilor.

Voi enumera câteva din posibile atitudini și comportamente ale părinților și implicațiile lor în formarea profilului moral al copilului.

Familia severă - anumite limite imprimă ordine, disciplină, seriozitate, asigură unitatea și echilibrul familiei. Severitatea este necesară în raporturile educaționale din familie, dar cu măsură. Ce s-ar întâmpla în cazul în care părinții aplică copiilor pentru orice abatere pedepse corporale? Atunci copilul crește timorat cu gândul pedepsei, ascunde greșelile făcute, simte nevoia să mintă, se îndepărtează afectiv și efectiv de părinți și își caută înțelegerea și afectivitatea în altă parte. Așa se nasc „găștile” și „bandele” de minori. Mai gravă este situația când părinții sunt împărțiți în „tabere”: unul sever și unul indulgent. Astfel se formează viitorul demagog, viitorul ipocrit, trasături de personalitate pe care nu și le dorește nici un părinte pentru copilul său.

Familia permisivă sta la polul opus al familiei severe, are un climat de „puf”. Copilul familiei permissive va fi neajutorat, un egoist, un meschin, căci, în familie îi este permis orice, el are numai drepturi, în timp ce părinții, doar datorii. Un asemenea copil se adaptează și se încadrează cu mari dificultăți în colectivele de la școală sau, mai tarziu, la locul de muncă.

Familia rigidă prejudiciază maturizarea copiilor, generând lipsă de încredere în sine, teama de nereușită și sancțiune. Cadrul didactic trebuie să intervină, după ce cunoaște situația reală, prin vizite la domiciliu, discuții cu părinți (în particular, nu în ședințe) sugerându-le cu discreție, tact și calm în ce mod și sub ce formă se poate atenua și echilibra severitatea. Dascălul trebuie să fie în postura sfătuitorului și nu a judecătorului.

Familia libertină creează o atmosferă lejeră, prezentând riscul de a întârzia sau împiedica maturizarea socială a copiilor datorită preocupării excesive a unui părinte sau a ambilor, pentru ei înșiși. Dascălul trebuie să intervină pentru a dezvolta siguranța de sine în sensul obținerii unor rezultate bune la învățătură, capacitatea de decizie, spiritul de independență. Punerea fermă în gardă a părinților în legătură cu pericolul evoluției nefavorabile a copiilor este posibilă și necesară. Părinții trebuie să înțeleagă bine relația dintre fapta și măsura ei educațională.

În climatul educațional sunt necesare toate ipostazele acestuia (severitatea și blândețea, afectivitatea și sobrietatea, larghețea și strictețea) toate însă cu măsură și la timp, orice exces fiind păgubitor în sfera formării umane.



REMEMBER CLASA A XII-A

Secțiune coordonată de prof.
Cismașiu Teodora



A fi elev.....din perspectiva unora este o viață ușoară, fără griji, dar aparențele sunt înșelătoare. Viața de elev poate fi solicitantă, chiar dacă nu pentru toată lumea. Încă din primii ani de școală am fost un elev sânguincios care a învățat mereu la toate materiile. Dar toate acestea nu le-am făcut pentru că mi-a plăcut neapărat să învăț, am știut că numai acumulând cunoștințe voi avea baza necesară pentru un viitor, așa cum mi-l doresc. Viața unui elev poate fi considerată o îmbinare între provocări, responsabilități, greutăți și vise, bucurii, împliniri...bătătorind drumul spre viitor.

Moga

Raluca

Punct. Niciodată nu m-am gândit că finalul acestor patru ani să fie așa de emoționant, iar sentimentul de regret atât de profund. În acest moment simt că îmi va fi dor de tot, de toate și de toți. Un loc special în sufletul meu va fi ocupat, pentru totdeauna, de doamna dirigintă, un model de om, cu multă răbdare, înțelepciune și suflet frumos.

Fugit irreparabile tempus....numărătoarea inversă a început pentru noi, elevii din clasa a XII-a, dar parcă am dori să oprim puțin timpul, să ne mai bucurăm de colegi, de profesori, de ore, de pauze, de emoții și chiar de note slabe.

Încheiem un capitol al vieții cu fruntea sus și cu zâmbetul pe buze, căci orice drum are și un capăt, așa cum orice poveste are și un sfârșit.

Se închide o ușă, dar se deschide alta, vom intra cu toții pe ușa vieții și ne vom bucura de amintirile acestor ani mereu. Le doresc tuturor colegilor mei un drum fără greutăți în hățișul vieții, să aibă parte de viața pe care și-o doresc.

Vlad

Geanina

Se spune că cei mai frumoși ani din viața unui om sunt petrecuți în liceu. Și dacă tot sunt cei mai frumoși ani trebuie trăiți din plin.

Începutul clasei a IX-a a venit cu multe emoții, multe așteptări, dar și tot atâtea necunoscute. Pe majoritatea colegilor i-am cunoscut încă din clasele gimnaziale, acestora adăugându-se colegi noi pe care mă bucur că am avut ocazia să-i cunosc. Anii de liceu au însemnat un drum inițiativ, acumulare de noi cunoștințe, noi prietenii.

Nu voi uita niciodată clipele trăite alături de colegi, momentele când luam o notă mică și căutam prin clasă alți colegi cu aceeași notă, ca apoi să batem palma și să ne propunem, ca data viitoare, să ne dăm silința pentru una mai bună, momentele când chiuleam toți de la ultima oră sau aveam un test la care nimeni nu a învățat. Toate acestea sunt amintiri dragi, alături de persoane dragi, amintiri pe care le vom păstra pentru totdeauna.

Borza Andrei

Dacă stau acum să mă gândesc la ce a însemnat perioada liceului, e greu să găsesc un răspuns corect, dar presupun că această perioadă poate fi denumită "maturizare". Este în natura noastră, a oamenilor, să evoluăm constant, ori noi ca elevi exact acest lucru l-am trăit în anii de liceu. Nopti nedormite pentru a studia, notele mici, eșecurile la lucrări și teze, chiulul de la ore, toate au fost ingrediente ale acestui proces.

Importante au fost prietenii legate în această perioadă, pe care le consider trainice, dar viața va demonstra acest lucru. Poate nu am apreciat, la vremea cuvenită, fiecare moment trăit, iar acum regreturile sunt tardive. Cei patru ani vor rămâne în sufletele noastre ca ceva neprețuit.

Cicioc Marian



REMEMBER



Am avut plăcerea să fiu elevă la acest liceu și norocul de a întâlni profesori care și-au pus amprenta asupra formării mele, nu doar din punct de vedere profesional, ci și personal. Nu a existat niciun moment în cei patru ani de studii în care să nu fi fost permanent sprijiniți și încurajați. Pentru mine perioada liceului a însemnat o sumă de emoții, trăiri, conflicte, iar toate acestea au contribuit la maturizarea mea. La final de drum pot să afirm că am devenit o tânără capabilă să-și ia viața în propriile mâini.

Cei patru ani au reprezentat o perioadă extraordinară, datorită oamenilor frumoși și cu suflet mare pe care i-am întâlnit.

Mihalache

Ionela Nicoleta

Viața înseamnă o serie de etape pe care trebuie să le parcurgi, pentru a realiza un ciclu complet. Anii de liceu pot fi considerați o asemenea etapă, după părerea unora fiind cea mai frumoasă dintre toate. Viața de licean este ca un tort cu toate aromele. Liceul este locul tuturor posibilităților: legi prietenii care pot dăinui întreaga viață, înveți lucruri utile (sau inutile), dar cel mai captivant lucru este că înveți ce e iubirea.

Nicio amenințare sau sancțiune nu poate strica entuziasmul crescut în sânge în toți acești patru ani. Pentru prima dată în viață cunoști adevărata putere a deciziei, înveți să gândești și să elaborezi strategii. La sfârșitul clasei a XII-a va trebui să spunem adio copilăriei, teribilismului și să ne luăm viața în piept. Dar toate amintirile anilor de liceu vor fi depozitate într-un sertar al sufletului nostru și vor deveni tezaurul vieții noastre.

Acești ani au constituit un drum de inițiere, pe parcursul căruia ne-am transformat din copilași derutați în cea mai bună versiune a unor tineri, gata să dea piept cu viața, niște inițiați gata să pornească pe aripile vântului. Suntem la un moment de răscruce, o ușă se închide pentru a permite alteia să se deschidă. Mulți dintre noi sunt încă nehotărâți în ceea ce privește alegerea carierei viitoare, la ce ușă să bată. Eu sunt unul dintre acești nehotărâți. Oscilez între a-mi alege meseria de pompier sau a urma Facultatea de Inginerie în construcții. Dacă nu mă decid până la vară, mi-am făcut un plan foarte ingenios în ceea ce privește viitorul meu. Voi face două bilețele cu aceste două opțiuni și voi trage la sorți, căci întreaga viață pare a fi o tombolă uriașă, așa că, de ce nu?

Dacă ceva e mai bun decât plăcinta cu mere, acel ceva e viața de liceu. Cu regret și nostalgie privesc în urmă, văd un copilaș timid care s-a transformat în cea mai bună versiune a sa, transformându-l pe „eu”, în „cel mai bun eu”.

Pîrva Antonio

Lucruri interesante pe care nu le știai despre ciocolată

Știați că ...?

prof. Abrudean Mihaela

1. Denumirea ciocolatei provine din cuvântul aztec "chocolatl" Chocolatl înseamnă apă amară. În acele vremuri nu exista zahăr, așa că gustul ciocolatei din timpurile străvechi era complet diferit.

2. Denumirea științifică a copacului pe care cresc boabele de cacao este "Hrana zeilor". Omul de știință Karl Linnaeus era un fan al ciocolatei, așa că în 1753 arborele de cacao a fost numit "Hrana zeilor".

3. Cacao a fost inventată în Jamaica la începutul anilor 1700

Băutura de cacao a fost făcută pentru prima dată de botanistul irlandez Hans Sloane în Jamaica. Localnicii i-au dat boabe de cacao. Le-a amestecat cu lapte pentru a-și potoli setea. Și așa a apărut cacao.

4. Ciocolata albă nu este deloc ciocolată
Ciocolata albă conține unt de cacao, dar nu praf de cacao. Acest unt nu este foarte gustos, așa că i se adaugă grăsime din lapte, vanilie și zahăr.

5. Ciocolata are peste 600 de arome
Ciocolata conține peste 600 de compuși aromatici, conform American Chemical Society. De exemplu, există doar aproximativ 200 de tipuri de vinuri roșii.

6. Producerea a 10 batoane de ciocolată necesită o recoltă anuală de boabe dintr-un copac

Da, boabele dintr-un copac sunt suficiente doar pentru 10 batoane de ciocolată.

7. Un baton de ciocolată a fost vândut cu 687 de dolari

Era o ciocolată Cadbury. Unicitatea sa constă în faptul că în 1901 a călătorit împreună cu Robert Scott la prima expediție americană în Antarctica. La momentul vânzării, ciocolata avea 100 de ani.

8. Mai mult de jumătate din ciocolată se consumă în Europa
Acest lucru este demonstrat de datele din revista Forbes. Cele mai mari țări consumatoare de ciocolată sunt Elveția, Germania și Irlanda.

9. Aztecii au folosit boabele de cacao pe post de bani
Spre deosebire de mayași, aztecii consumau ciocolata rece și credeau despre ea că are proprietăți afrodisiace și că oferă consumatorilor energie și putere. Aztecii au fost primii care au folosit boabele de cacao pe post de bani: conchistadorii spanioli au descoperit că 100 de boabe de cacao erau prețul pentru o canoe plină cu apă potabilă.



ROLUL FRUCTELOR ȘI LEGUMELOR ÎN ALIMENTAȚIA NOASTRĂ

PROF. HORT ANDRADA

Activitate cu clasa a IX-a A



Fructele reprezintă unele dintre cele mai sănătoase alimente pentru corpul omenesc. Au un conținut mare în apă și un conținut foarte redus în grăsimi și calorii așa că pot fi consumate și în cantități mai mari.

Fructele dau savoare și varietate meselor. Fructele au un conținut mare de glucide simple. Ele sunt cu atât mai dulci cu cât sunt mai coapte. Fructele mai proaspete au un conținut mai mare de apă. Pepenii verzi și pepenii galbeni sunt fructele cu cel mai scăzut conținut în glucide tocmai datorită cantității importante de apă pe care o conțin. Cantitatea de glucide simple din fructe crește dacă sunt supuse procesului de deshidratare (în cazul merelor, prunelor, perelor, caiselor). Fructele au și un conținut ridicat de fibre alimentare, care deși nu furnizează energie sunt foarte importante pentru sănătate (reduc riscul de cancer, de diabet, obezitate, scad colesterolul).

Fructele constituie o sursă importantă de vitamine, minerale și antioxidanți. Vitaminele sunt substanțe de care organismul are nevoie în cantități mici dar de care nu se poate lipsi, acestea intervenind în desfășurarea unor procese vitale. Mineralele reprezintă 6% din greutatea corporală și îndeplinesc funcții extrem de diverse și de importante pentru organism. Au un conținut redus de grăsimi și calorii și protejează organismul împotriva bolilor de inimă și a cancerului.

Sucurile de fructe sunt surse importante de vitamina C, dar nu conțin fibre alimentare. Sucurile de fructe sunt foarte bogate în apă, conțin glucide cu moleculă mică (direct asimilate de către organism), săruri minerale, vitamine, fermenți, etc. Ele sunt recomandate în alimentație oamenilor de toate vârstele, îndeosebi în cea a copiilor și bătrânilor, precum și a femeilor gravide sau care alăptează.

Datorită conținutului mare în săruri de potasiu, flavone și vitamine, sucurile de fructe sânt indicate în profilaxia și tratamentul bolilor cardiovasculare, acționând favorabil asupra întregii activități a mușchiului cardiac. Având acțiune alcalinizantă, aceste sucuri combat hiperaciditatea gastrică. Tratamentul cu sucuri își găsește o largă aplicare în bolile de ficat și ale vezicii biliare, precum și în cele de rinichi.

Sucurile de fructe cu conținut mai redus în glucide și sunt recomandate diabeticilor și obezilor.

Merele - sunt bogate în vitamina C și fibre. Au rol important în funcționarea sistemului imunitar, digestiv, a inimii și vaselor sanguine, oase, mușchi. Conțin pectin ce scade nivelul colesterolului și previne cancerul de colon.

Gutuile sunt pline de vitamine și de fibre. Astfel, cine dorește să slăbească, ar trebui să folosească gutui în alimentație. De asemenea, datorită proprietăților antioxidante, gutuile ajută organismul să lupte împotriva radicalilor liberi și reduc riscul de cancer.

Perele - bogate în potasiu și fibre. Sunt importante pentru buna funcționare a inimii și a circulației sângelui, a sistemului digestiv.

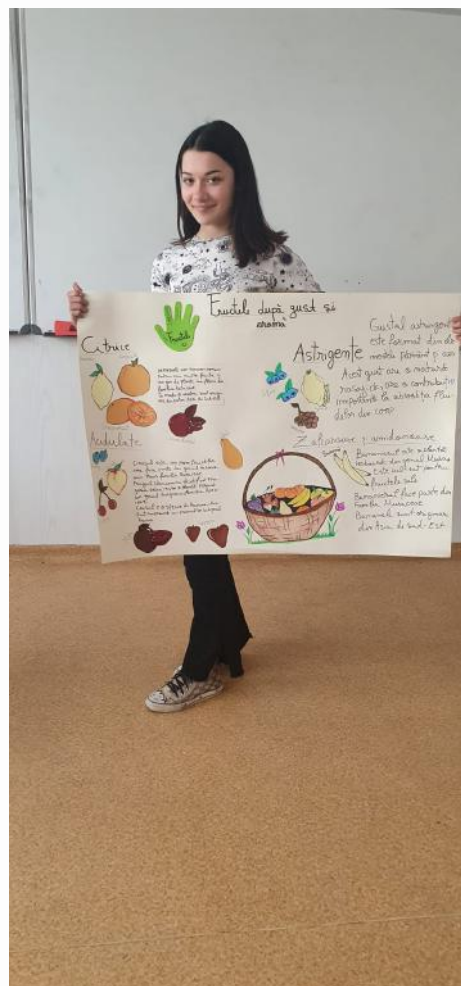
Cireșele - bogate în vitamina C și bioflavonoizi (ajutoare ale vitaminelor). De consumul lor beneficiază sistemul imunitar, oasele și mușchii, sistemul excretor.

Caisele - bogate în betacaroten și fier, indicate pentru sistemul imunitar, sistemul digestiv, piele și păr, sistemul reproducător.

Piersicile sunt recunoscute pentru conținutul în apă și pentru efectul laxativ. Alcalinizează sângele, reglează activitatea intestinelor, ajută la eliminarea toxinelor din organism.

Strugurii- sunt indicați pentru sistemul digestiv, imunitar, ochi, sistemul reproducător, oase, mușchi, sistemul excretor.

Prunele - conțin potasiu, fier, fibre. Indicate pentru sistemul digestiv, circulator, nervos.





Grapefruit-ul este bogat în vitamina C și în una din cele mai importante clase de pigmenți ce previn cancerul.

Afinele protejează vezica urinară prevenind infecțiile ei. Bogată în acid folic și vitamina C.

Legumele conțin aproape toate elementele nutritive de care are nevoie organismul în fiecare zi. Legumele nu conțin grăsimi și colesterol, prin urmare, sunt sigure chiar și pentru persoanele care țin cură de slăbire. Legumele conțin aproximativ 80% apă și sunt sărace în glucide, lipide și proteine. Cel mai mare conținut este în vitamina C dar și în caroten. Având în vedere faptul că organismul uman nu este în măsură să sintetizeze vitamina C, aportul de vitamina C este foarte important. Vitamina C se găsește mai ales în frunzele verzi cum sunt cele de pătrunjel, leuștean, mărar, țelină, spanac, ștevie, dar și în ardei, ceapă verde, cartofi.

Specialiștii ne demonstrează cum culoarea reflectă tipul de nutrienți pe care îi conțin fructele și legumele. Fructele și legumele de culoare roșie – aliatul inimii! Fructele și legumele de culoare roșie conțin licopen, un antioxidant puternic ce stimulează regenerarea celulelor, oprește inflamațiile, ajută la reducerea nivelului de colesterol și păstrează glicemia la un nivel optim. Mai mult, acest antioxidant este completat și de o varietate de nutrienți ce asigură tonifiere vasculară, reduc tendința de coagulare a sângelui și previn ateroscleroza: antocianine, vitamina E, niacina și complexul de vitamine B. O condiție obligatorie pentru a asigura beneficiile esențiale ale acestor alimente asupra sistemului cardiovascular este ca ele să aibă atât coaja, cât și pulpa roșie: roșii, cireșe, zmeură, căpșuni, mere roșii, ardei gras roșu, ceapă roșie, măceșe, rodii, sfeclă.

Piele și ochi sănătoși cu alimentele portocalii și galbene!

Culoarea acestor fructe și legume se datorează betacarotenului, nutrientul din care este sintetizată vitamina A. Supranumită și „vitamina pielii”, aceasta are proprietăți variate de refacere a epidermei, stimulare a producției de collagen. Ea asigură protecție naturală împotriva arsurilor solare și nu în ultimul rând, îmbunătățește vederea. Fructele și legumele de această culoare conțin și vitamina C, potasiu și flavonoizi, elemente ce mențin oasele sănătoase, reduc riscul apariției cancerului și previn îmbătrânirea celulară la nivel cerebral. Ele sunt recomandate în special în perioadele de suprasolicitare intelectuală: pepenele galben, dovleacul, morcovul, portocalele, lămâile, porumbul, ananasul, piersicile, perele, caise, mango, mandarine, papaya.

Combate anemia cu alimentele verzi!

Indiferent dacă este vorba de fructe și legume sau plante medicinale verzi, acestea sunt alimentele cele mai bogate în nutrienți cu proprietăți energizante pentru organism, iar în cazul germenilor și mlădițelor tinere, acestea pot fi utilizate chiar și în gemoterapie. Fructele și legumele verzi sunt bogate în clorofilă, fier, fibre, calciu și vitamina C, cu rol esențial în prevenirea anemiei, îmbunătățirea metabolismului, scăderea tensiunii arteriale și prevenirea apariției celulelor canceroase. Cele mai benefice fructe și legume verzi sunt: broccoli, spanac, varză, fasole, păstăi, salată, dovlecel, avocado, kiwi, pere, mere verzi, struguri verzi, mazăre, rucola. Fructele și legumele albe scad riscul de AVC (accident vascular cerebral). Bogate în fibre, proteine, acid folic, substanțe minerale și vitamine, aceste alimente ajută la menținerea sănătății sistemului cardiovascular, reglarea tensiunii arteriale, reducerea nivelului de colesterol „rău” din sânge și diminuarea riscului de atacuri cerebrale. În plus, specialiștii au demonstrat că persoanele care consumă în mod regulat fructe și legume albe au un risc cu 52% mai mic al accidentelor vasculare.

Topul celor mai benefice alimente albe include: conopida, bananele, ciupercile, usturoiul, cartofii albi, ceapa, perele albe, țelina, prazul, andivele.

Fructele și legumele mov – izvorul de antioxidanți!

Când vine vorba de alimentele de culoare mov sau albastre, cu cât culoarea acestora e mai închisă, cu atât sunt mai bogate în resveratrol, cel mai bogat antioxidant natural. Prin acțiunea sa puternic antioxidantă, substanța previne îngroșarea vaselor de sânge, menține elasticitatea acestora, are rolul de a păstra ADNul intact și de a repara celulele deteriorate de radicalii liberi. Acestui antioxidant puternic i se adaugă vitamina C, flavonoizi și luteina ce stimulează sistemul imunitar, reduc inflamațiile și asigură sănătatea tractului urinar. Cele mai bogate surse de resveratrol sunt strugurii roșii, murele, afinele, prunele, fasolea neagră, varza roșie, coacăzele, smochinele și vinetele. Resveratrol- antioxidant antiîmbătrânire, protejează, în principal, sistemul cardiovascular.

10 legume sănătoase!

Broccoli este o legumă foarte importantă deoarece protejează organismul de cancer. Aceasta legumă conține, de asemenea, elemente nutritive esențiale, precum vitamina C, vitamina K, acid folic, potasiu, calciu și fier. Broccoli este esențial și pentru stimularea imunității.

Morcovii sunt o sursă bogată de vitamina A și toată lumea știe cât de importanți sunt aceștia pentru vedere. Aceasta legumă este foarte sănătoasă și pentru că printre elementele nutritive esențiale pe care le conține se numără vitamina B, vitamina C, vitamina K, potasiu, magneziu și acid folic.

Spanacul este una dintre cele mai bune legume cu frunze verzi, datorită elementelor nutritive esențiale conținute, printre care fierul, calciul, magneziul, potasiul, carotenoizii și vitaminele B, C, E și K. Spanacul este bun și în cazul constipației.

Roșiile sunt alimentul de bază pentru o salată bună de vară. În plus, sunt și foarte sănătoase. Roșiile conțin vitamina C, vitamina K și protejează organismul de cancer.

Ardeiul gras este recomandat pentru menținerea unei inimi sănătoase. Indiferent de soi, ardeiul gras conține fibre, potasiu, mangan și vitaminele A, B, C și K.

Vinetele conțin enzime care protejează celulele creierului de deteriorare. Vinetele mai conțin cupru și potasiu.

Ceapa ajută la păstrarea sănătății inimii, reduce riscul apariției cancerului și osteoporozei. Se spune că ceapa scade nivelul zahărului din organism.

Ridichile negre sunt bogate în vitamina C, vitamina A, puține fibre și cantități mici de minerale. Sunt indicate pentru sistemul imunitar, pielea, păr, ochi.

Usturoiul bogat în alicină, indicat pentru sistemul imunitar, sistemul digestiv, pielea, păr, ochi, sistemul respirator, sistemul circulator.

Varza este bogată în fier, acid folic, vitamina C, varza murată conține calciu și potasiu. Recomandată pentru sistemul digestiv, sistemul nervos, sistemul reproducător. Conține factorul antiulceros și este recomandată în tratarea ulcerului gastric. Sucul proaspăt de varză are efect vermifug (împotriva viermilor intestinali), nu trebuie să lipsească din alimentația diabeticilor deoarece scade glicemia. Ajută la cicatrizarea leziunilor, la calmarea durerilor reumatice.

CUM CONSUMĂM LEGUMELE?

Se recomandă ca fructele și legumele să fie consumate crude. Cruditățile constituie cel mai bun tratament de întinerire și înfrumusețare. Se accelerează înnoirea celulelor, pielea redevine elastică. Dispare obezitatea, toxinele sunt eliminate. Alimentele crude hrănesc și vindecă totodată deoarece conțin enzime, izvoare de viață care nu pot fi fabricate. Ele sunt necesare atât pentru cei bolnavi cât și pentru cei sănătoși. După 2-3 săptămâni în care mâncăm fructe și legume 5 porții/zi, dispare oboseala, grăsimile în exces, rezistența organismului crește considerabil. Legumele fierte în apă sunt cel mai puternic depreciate, se distrug enzimele și vitaminele, toate sărurile minerale se elimină prin apa care fierbe, chiar și la aburi. Proteinele modificate prin fierbere se depun în corp sub forma de reziduuri. Este sănătos să se consume cât mai multe legume verzi, organismul se alcalinizează cu sucuri verzi.





SEE YOU NEXT TIME!