

IANUARIE-APRILIE  
2024

# AMPHITRYON

NR. 42

REVISTA LICEULUI TEHNOLOGIC ECONOMIC DE TURISM IAȘI





# Argument

Într-o epocă a tehnologiei și a vitezei, când timpul care parcă și-a scurtat durata aleargă necrutător, când toate evenimentele din viața unei școli sunt consemnate „la cald” pe pagina web a școlii și discutate în spațiul virtual pe grupurile de Facebook sau WhatsApp ale elevilor, vă întrebați probabil ce rost ar mai avea editarea unei reviste școlare.

Dragi elevi, revista școlară a fost și va rămâne o carte de vizită a școlii, a tuturor evenimentelor și preocupărilor școlare și extrașcolare, dar mai ales a opiniilor, trăirilor, emoțiilor și așteptărilor voastre. Fiecare articol redactat de voi și pentru voi va lăsa totdeauna să răzbată printre rânduri și o părticică din sufletul vostru adolescentin care se transmite de la o generație la alta.

Datorită ideilor și imaginației voastre și a grupului redacțional entuziast, sperăm ca revista „Amphitryon” să-și continue existența și să rămână o oglindă vie a liceului nostru.

# AMPHITRYON

CUPRINS

**4**

GALERIE DE PORTRERE

**11**

PROIECTELE ȘI ACTIVITĂȚILE NOASTRE

**18**

GLASUL MUZELOR

**23**

INVITAȚIE LA LECTURĂ

**27**

PAGINA LIMBILOR STRĂINE

**32**

ȘTIAȚI CĂ?

**36**

AMALGAM

**46**

VIN SĂRBĂTORILE!





# *Galerie*

DE PORTRETE

## 5 ÎNTREBĂRI / 5 RĂSPUNSURI DESPRE ȘCOALĂ CU D-NA PROF. DR IULIANA ȚUGUI, INSPECTOR PENTRU ÎNVĂȚĂMÂNTUL PROFESIONAL ȘI TEHNIC

**Reporter:** Doamna Inspector Iuliana Țugui, ați fost până acum un an și jumătate director al liceului nostru și, cea mai mare parte din ceea ce reprezintă liceul nostru astăzi, se datorează muncii dumneavoastră. Am vrea să aflăm totuși care sunt realizările dumneavoastră de suflet din perioada în care ați manageriat liceul ?

**D-na Inspector Iuliana Țugui:** Am fost director al acestei școli de la înființare, în septembrie 2004, până în septembrie 2022 și, îmi este foarte greu să selectez doar câteva dintre realizările din cei 18 ani și să le consider realizări de suflet pentru că fiecare an școlar era un alt început care venea cu noi provocări și presupunea stabilirea unor noi obiective.

Primii ani au fost marcați de realizarea unei baze materiale adecvate pentru învățământul liceal și profesional de profil, în condițiile în care s-a pornit pe structura unei școli gimnaziale, care avea nevoie urgentă de reabilitare și modernizare iar în anul 2006 s-a preluat o altă școală gimnazială, Școala nr. 16 "Mircea cel Bătrân", actualul corp B.

Au urmat ani cu realizări variate, fiecare ne-a încântat sufletele și ne-au dat putere să mergem mai departe. Îmi amintesc cu drag de rezultatele obținute de elevi și profesori la diverse competiții școlare, de primul titlu de "Școală Europeană", obținut după 8 ani de la înființarea școlii, de rezultatele bune și foarte bune la examenele naționale și nu în ultimul rând, de bucuria pe care am trăit-o în anul 2018, când numele școlii noastre a fost așezat în rândul școlilor de elită, cu un rezultat de "zece" la examenul de bacalaureat. Au fost 18 ani remarcabili și întregul traseu al școlii, inclusiv locul pe care școala noastră îl are acum în rândul liceelor tehnologice, este rezultatul muncii de echipă.



**Reporter:** În opinia dumneavoastră, este mai dificil să fii director de școală sau inspector ?

**D-na Inspector Iuliana Țugui:** Din punctul meu de vedere, nu consider "dificil" să fii director sau inspector. Ambele calități m-au provocat și le desfășor cu mare drag, fiecare cu atribuții specifice și de complexități diferite.

Așa cum bine știți, sistemul educațional din țara noastră se găsește sub spectrul unor schimbări, trebuie să ne adaptăm continuu și să găsim cele mai bune soluții pentru contextul în care noi ne desfășurăm activitatea.

**Reporter:** Legat de întrebarea anterioară, spuneți-ne dacă perspectiva dumneavoastră asupra școlii și educației în general s-a schimbat din momentul în care ați devenit inspector?

**D-na Inspector Iuliana Țugui:** După experiența în calitate de inspector, pot spune că perspectiva mea asupra școlii s-a extins și s-a îmbunătățit pentru că am posibilitatea să particip la acțiuni care privesc sistemul educațional la nivelul județului și nu numai.

**Reporter:** Cum arată din punctul dumneavoastră de vedere elevul ideal?

**D-na Inspector Iuliana Țugui:** Sunt dascăl în învățământul preuniversitar de peste 32 de ani, perioadă în care am lucrat cu generații de elevi. Din punctul meu de vedere, nu există "elev ideal" fiecare elev are propria personalitate, propriile înclinații și chiar "propriile interese", în ceea ce privește educația sa. Am lucrat frumos cu generații de elevi dar am trăit și bucuria de a lucra cu elevi pasionați de aspectele economice, care au "îmbrățișat" cu mare drag disciplinele pe care eu le-am predat și care au obținut premii remarcabile la competițiile școlare județene și naționale. Sunt vise împlinite, pentru profesor și elevi deopotrivă.

**Reporter:** Cum ați caracteriza liceul nostru în trei cuvinte și ce mesaj ați dori să transmiteți elevilor liceului ?

**D-na Inspector Iuliana Țugui:**  
MUNCĂ, COMPETIȚIE ȘI PERSPECTIVĂ

Dragi elevi, transformați școala în locul în care încercați să creșteți frumos, să conștientizați că fiecare zi e o zi de "învățare", locul din care trebuie să plecați pregătiți și adaptați să faceți fața fiecărei situații din viață.

Reporter : Vă mulțumim pentru interviul acordat și vă dorim mult succes în activitatea dumneavoastră profesională !

**Interviu relizat de Ursu Sebastian,  
elev în clasa a XII a F**



## INTERVIU CU SIMIONESCU MIRUNA NICOLE, CLASA A XI-A F, PREȘEDINTELE CONSILIULUI ȘCOLAR AL ELEVILOR

**Simionescu Miruna Nicole** este elevă în clasa a XI F și de doi ani este președinta Consiliului Școlar al Elevilor din cadrul liceului nostru. La începutul lunii februarie am invitat-o pe Miruna să răspundă la câteva întrebări pregătite de redacția revistei. Fire comunicativă, energică și spontană, Miruna a răspuns cu sinceritate întrebărilor, așa cum puteți vedea în interviul de mai jos.

**Reporter** – Bună Miruna, cred că toți elevii liceului nostru te cunosc, datorită funcției tale de președinte al Consiliului elevilor. Spune-ne în câteva cuvinte, cum ai ajuns să fii președinta Consiliului elevilor liceului și care sunt responsabilitățile pe care le ai vis a vis de această funcție ?

Totul a început în clasa a X-a, când, pe pagina liceului a fost anunțată depunerea dosarelor de candidatură pentru alegerea președintelui Consiliului Școlar al Elevilor. În urma citirii anunțului, am discutat cu doamna profesor Ana Georgescu, care coordonează Consiliul Școlar al liceului și, la sfaturile dumneaei, am hotărât să-mi depun candidatura. Timp de mai multe săptămâni m-am pregătit temeinic, am realizat filmulețele de prezentare și afișe de promovare.

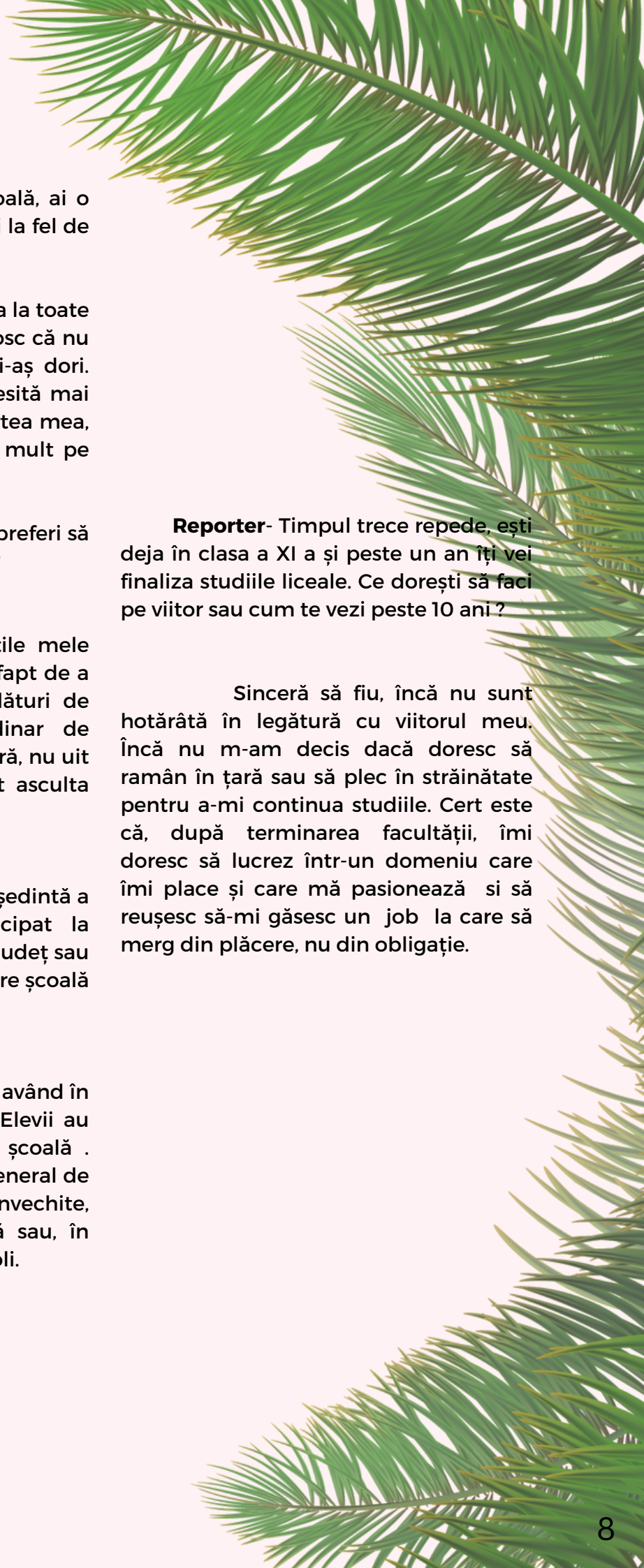
Acestea, împreună cu activitățile pe care le-am desfășurat la nivelul școlii și care mi-au adus o oarecare popularitate în rândul colegilor, au contribuit la alegerea mea în această funcție.

Astăzi, în calitate de președinte al Consiliului elevilor liceului nostru, organizez întruniri cu reprezentanții elevilor fiecărei clase din liceu pe diferite teme școlare, fiind preocupată, în primul rând, de respectarea libertății de exprimare a colegilor mei. Sunt purtătorul de cuvânt al elevilor liceului nostru la nivel județean, particip, la invitația doamnei director, la unele ședințe ale consiliului de administrație, la care se discută aspecte privind activitatea școlară.



**Reporter**- Cum arată o zi obișnuită din viața ta ?

Zilele mele sunt destul de asemănătoare. Mă trezesc în fiecare dimineață în jurul orei 06:00-06:30. Îmi petrec la școală cea mai mare parte a timpului, străduindu-mă să fiu cât mai atentă la ore pentru a reține cât mai multe informații. Astfel reduc timpul de învățare pentru a doua zi sau zilele următoare, reușind să câștig câte puțin timp în fiecare zi pentru activitățile mele preferate.



**Reporter-** Referitor la școală, ai o materie preferată sau te pregătești la fel de intens la toate materiile ?

Mmm...încerc să îmi dau silința la toate materiile la fel de mult, dar recunosc că nu întotdeauna îmi iese așa cum mi-aș dori. Sunt anumite discipline care necesită mai multă atenție și seriozitate din partea mea, așa că aleg să ma focalizez mai mult pe ele.

**Reporter-** Ce pasiuni ai ? Ce preferi să faci atunci când vrei să te relaxezi ?

Una dintre activitățile mele preferate,este plimbarea. Simplul fapt de a ieși la aer curat, singură sau alături de prieteni, mă relaxează extraordinar de mult. Atunci când mă plimb singură, nu uit să îmi iau cu mine căștile ca să pot asculta muzica preferată.

**Reporter-** În calitate de președintă a elevilor liceului nostru ai participat la numeroase întâlniri cu tineri din județ sau din țară. Care este părerea lor despre școală în general ?

Părerile sunt foarte diferite având în vedere că și școlile sunt diferite. Elevii au argumente pro și contra despre școală . Nemulțumirile lor sunt legate în general de programele încărcate, manualele învechite, numărul mic de ore de practică sau, în unele cazuri, lipsa dotărilor din școli.

**Reporter-** Timpul trece repede, ești deja în clasa a XI a și peste un an îți vei finaliza studiile liceale. Ce dorești să faci pe viitor sau cum te vezi peste 10 ani ?

Sinceră să fiu, încă nu sunt hotărâtă în legătură cu viitorul meu. Încă nu m-am decis dacă doresc să rămân în țară sau să plec în străinătate pentru a-mi continua studiile. Cert este că, după terminarea facultății, îmi doresc să lucrez într-un domeniu care îmi place și care mă pasionează si să reușesc să-mi găsesc un job la care să merg din plăcere, nu din obligație.

## COSMINA HÎNCU - CLASA A XI-A G

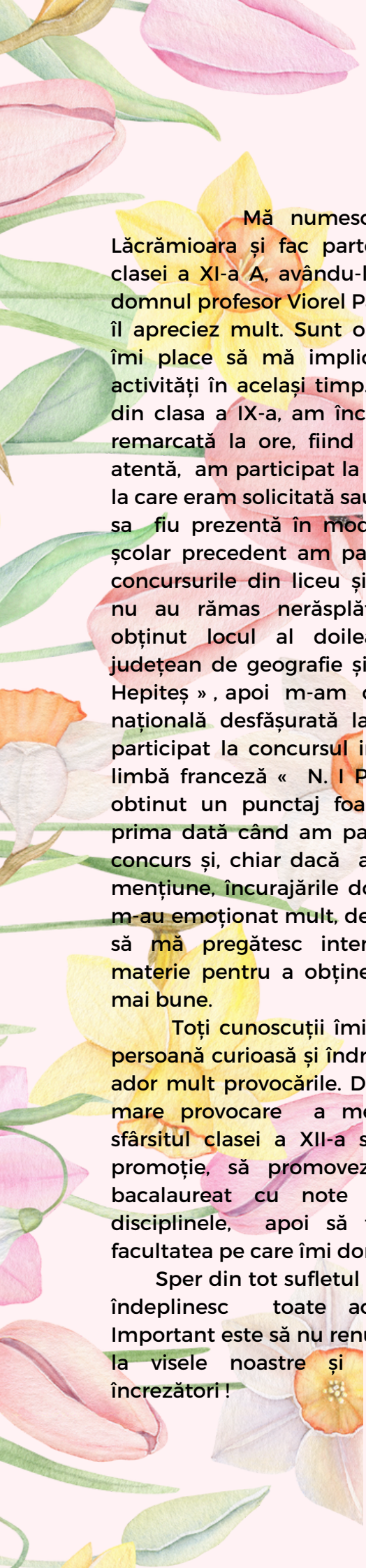
Numele meu este Hîncu Cosmina, am 17 ani și studiez la Liceul Tehnologic Economic de Turism., fiind elevă în clasa a XI a G. Pentru că îmi este totdeauna greu să vorbesc despre mine, am ales să mă prezint colegilor prin intermediul acestei reviste. În liceu m-am remarcat în calitate de organizator ,alături de alți colegi și profesori, al evenimentului "Povești de succes la ECO3". Dacă în clasa a noua mă simțeam uneori stinghera și mi se părea că este foarte dificil să fii elevă a acestui liceu, acum pot spune că sunt încântată că învăț aici și că am în preajma mea oameni deosebiți, așa cum sunt profesorii și colegii mei.



În ceea ce privește pasiunile mele, nu pot spune ca sunt diferită de alți adolescenți de vârsta mea. În primul rând, îmi place să citesc. Recunosc însă că operele școlare nu reprezintă opțiunea mea principală, fiind mai mult atrasă de romanul polițist, în special de romanele Agathe Christie. Tind să cred că pasiunea pentru acest gen, provine de la emisiunile pe care le vizionez încă din copilărie. Cea de-a doua pasiune a mea despre care aș putea să vă vorbesc la nesfârșit este dansul popular. Am început să dansez încă de la grădiniță, la insistențele părinților cărora acum le mulțumesc. Am participat la numeroase concursuri și spectacole din întreaga țară. Când sunt în sala de repetiții sau pe scenă, uit de tot ce mă înconjoară , mai ales de dificultățile și oboseala pe care o resimt uneori. De curând, această pasiune s-a transformat și într-un fel de job part-time, ansamblul folcloric din care fac parte fiind solicitat la multe evenimente private. Recent, am început să creez și coregrafiile folclorice pentru o echipa de voluntariat din care fac parte, voluntariatul fiind o altă pasiune cu care mă mândresc. Cum sunt o persoană activă și energică, îmi place să fiu permanent implicată în cât mai multe activități, școlare sau extrașcolare.

Pe lângă toate acestea, iubesc foarte mult animalele. Drept dovadă, în familia mea și-au găsit adăpost 5 câini și 4 pisici.

În încheiere, aș vrea să vă îndemn să vă urmați visurile și să aveți mereu încredere în voi și în ceea ce faceți . Nu vă speriați când ceva nu va ieși din prima, important este că aveți curajul să o luați de la capăt.



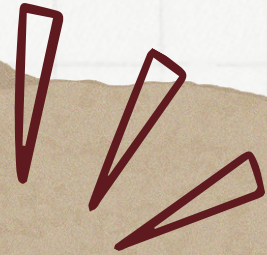
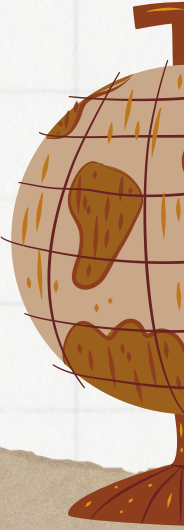
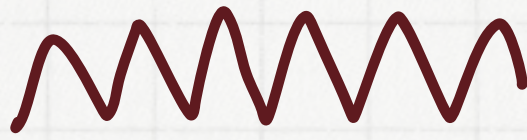
Mă numesc Agape Ionela Lăcrămioara și fac parte din colectivul clasei a XI-a A, avându-l ca diriginte pe domnul profesor Viorel Paraschiv, pe care îl apreciez mult. Sunt o fire energică și îmi place să mă implic în mai multe activități în același timp. Recunosc, încă din clasa a IX-a, am încercat să mă fac remarcată la ore, fiind mereu activă și atentă, am participat la toate activitățile la care eram solicitată sau la care doream să fiu prezentă în mod deosebit. Anul școlar precedent am participat la toate concursurile din liceu și eforturile mele nu au rămas nerăsplătite. Astfel, am obținut locul al doilea la concursul județean de geografie și fizică « Stefan Hepiteș », apoi m-am calificat la etapa națională desfășurată la București. Am participat la concursul interjudețean de limbă franceză « N. I Popa » unde am obținut un punctaj foarte bun. A fost prima dată când am participat la acest concurs și, chiar dacă am obținut doar mențiune, încurajările doamnei profesor m-au emoționat mult, determinându-mă să mă pregătesc intens la această materie pentru a obține rezultate mult mai bune.

Toți cunoscuții îmi spun că sunt o persoană curioasă și îndrăzneță. În plus, ador mult provocările. De altfel, cea mai mare provocare a mea este ca la sfârșitul clasei a XII-a să ajung șef de promoție, să promovez examenul de bacalaureat cu note mari la toate disciplinele, apoi să fiu studentă la facultatea pe care îmi doresc să o urmez.

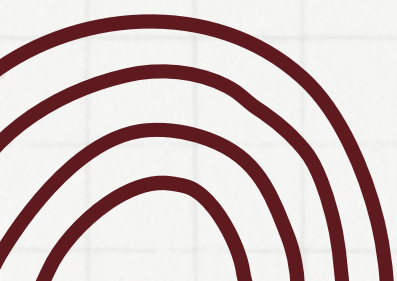
Sper din tot sufletul să reușesc să-mi îndeplinesc toate aceste obiective. Important este să nu renunțăm niciodată la visele noastre și să fim mereu încrezători !

## **IONELA-LĂCRĂMIOARA AGAPE- CLASA A XI-A A**





Proiectele și  
activitățile noastre



## TÂRGUL FAPTELOR BUNE

Începutul lunii decembrie, mai precis ziua de Sfântul Nicolae a adus și anul acesta, ca și anii precedenți, o atmosferă deosebită dată de organizarea activității caritabile "Târgul faptelor bune", devenită tradiție în liceul nostru. Elevii claselor a XI a și a XII a, însoțiți de profesorii coordonatori au realizat standuri în care și-au promovat produsele realizate cu multă muncă și ingeniozitate în cadrul firmelor de exercițiu. Fiind un eveniment caritabil, prin donații simbolice, elevii și cadrele didactice din școală au putut contribui la aducerea unor mici bucurii și speranțe în inimile membrilor unor familii aflate în dificultate.

Pentru că orice muncă presupune și răplată, Firmele de exercițiu implicate au fost recompensate după cum urmează:

Premiul pentru cel mai ATRĂGĂTOR STAND DE PREZENTARE:

- 12H- F.E CONTEMPORAN S.R.L
- 12C- BLUE REGAL EVENTS

Premiul pentru cel mai ORIGINAL POSTER DE PROMOVARE:

- 12H- F.E CONTEMPORAN S.R.L
- 12C- BLUE REGAL EVENTS

Premiul pentru cele mai GUSTOASE și ASPECTOASE produse:

- 12H- F.E CONTEMPORAN S.R.L
- 12C- BLUE REGAL EVENTS

Premiul pentru cei mai mulți bani donați pe clasa/firmă:

- 12C- BLUE REGAL EVENTS
- 11G- F.E. HAU-MIAU

Felicitări tuturor elevilor și profesorilor coordonatori !

David Roberta Geanina, clasa a XI a E



## METODE INOVATIVE DE PREDARE CU AJUTORUL INSTRUMENTELOR DIGITALE PRIN PROGRAMELE ERASMUS+ PENTRU PROFESORII DE LA LICEUL TEHNOLOGIC ECONOMIC DE TURISM

În contextul Acreditării în domeniul Educației Școlare, cu numărul 2023-1-RO01-KA121-SCH-000120716, în perioada 19-23 februarie 2024, șapte profesori de la Liceul Tehnologic Economic de Turism au participat la două cursuri de formare susținute de organizația **Idevelop Training S.L.** din Spania. Activitățile desfășurate la cursurile ICT learning by doing și Digital classroom au avut ca obiectiv principal îmbunătățirea competențelor profesorilor în folosirea instrumentelor TIC. Profesorii care au urmat aceste cursuri vor integra tehnologiile digitale în activitatea didactică, urmărind implicarea activă a elevilor în procesul de învățare.

Participanți la cele două cursuri predau discipline de studiu diferite (limba și literatura română, limba engleză, geografie, istorie, economie, contabilitate, dar și discipline din domeniul Turism și Alimentație) și au fost inițiați în folosirea diferitelor instrumente digitale, astfel încât activitatea didactică să fie atractivă pentru elevi. Instrumentele digitale au fost diverse și au urmărit îmbunătățirea calității învățării și predării de conținuturi, astfel încât elevul să devină interesat și implicat în rezolvarea sarcinilor de lucru: **Google Sites, Canva, Picsart, Befunky, Screenpal, Kapwing, Book Creator, Khan Academy, TED Ed, Class Dojo, Socrative, Edpuzzle etc.**

Activitățile desfășurate au oferit experiență de calitate și un cadru optim pentru îmbunătățirea competențelor în ceea ce privește integrarea instrumentelor digitale în procesul educativ. De asemenea, au contribuit și la dezvoltarea abilităților lingvistice, deoarece comunicarea s-a realizat cu profesori din diferite țări europene, iar echipele de lucru au promovat interculturalitatea.

Activitățile de formare Erasmus+ au avut un impact major asupra participanților, care au conștientizat că tehnologiile digitale pot oferi elevilor posibilitatea să învețe eficient, pregătindu-i astfel pentru o viață de calitate.

PETRONELA BUDEANU



## CONVERSAȚII DESPRE FEMINITATE



Joi, 7 martie 2024 liceul nostru a fost gazda unui eveniment, organizat în preajma Zilei internaționale a femeilor de către doamna psiholog Mioara Claudia Rusu. Evenimentul intitulat „CONVERSAȚII DESPRE FEMINITATE LA ECO3” a pus în discuție tema feminității, ce înseamnă cu adevărat feminitatea și cum este ea percepută în societate.

Invitatele evenimentului au fost: Ana Octavia, Andreea Timofte, Lorena Andreea Pascal, Gabriela Rusu, Dariana Gugulică și Olguța Popa, foste absolvente ale liceului nostru, care astăzi sunt adevărate femei de succes prin activitățile pe care le desfășoară în domenii diferite. Toate sunt prezente active în liceul nostru, ele participând și la un alt eveniment de succes organizat în liceu: „POVEȘTI DE SUCCES LA ECO3”. Publicul format din elevi și profesori a apreciat experiențele personale relatate de fiecare invitata în parte și mai ales sinceritatea și spontaneitatea cu care au răspuns la toate întrebările.

Mă bucur că am avut ocazia să mă număr printre organizatorii acestui eveniment unde, prin intermediul invitatelor, am aflat diferite experiențe de viață și mai ales am înțeles că feminitatea este un cuvânt care înseamnă mai multe lucruri în același timp: delicatete și grație dar și puterea de a te impune într-o lume a bărbaților și nu în ultimul rând, puterea de a te accepta așa cum ești. Fiecare femeie are propriile sale imperfecțiuni și tocmai acestea o diferentioază de toate celelalte.

**Patrașcu Amalia Narcisa , clasa a XI a G**

## PE CĂRĂRI DE MUNTE

Dacă ai norocul să ai pe parcursul liceului un diriginte profesor de geografie, cu siguranța vei face multe excursii interesante și instructive în același timp.

În luna februarie am făcut prima excursie a acestui an, în județul Harghita unde am vizitat mai multe obiective turistice. Vremea mai puțin bună, chiar geroasă i-a cam sperat pe unii colegi care au preferat să rămână acasă, astfel că am pornit în marea aventură doar zece colegi însoțiți de domnul diriginte Viorel Paraschiv. Excursia a debutat în localitatea Bălan, unde am avut și cazare pentru trei nopți. De aici am făcut zilnic drumeții. Astfel, în cele trei zile ale excursiei am vizitat pe rând Barajul Mesteacanul, Hășmașul Mare și Piatra Singuratică. Ultima drumeție a fost și cea mai anevoioasă, traseul de trei ore fiind foarte abrupt și chiar periculos din cauza gheții care acoperea drumul. Deși dificil, urcusul până la 1504 m înălțime ne-a adus și o mare satisfacție. Nimic nu se compară cu peisajele uimitoare care ne-au tăiat respirația și care ne vor rămâne în minte toată viața.

Ca în orice excursie, pe lângă faptul că am descoperit locuri noi, am profitat de timpul petrecut împreună pentru a ne cunoaște mai bine. Astfel am petrecut momente relaxante alături de colegi și de domnul diriginte care ne-a povestit multe lucruri din călătoriile sale în lumea întreagă. Timpul a trecut nespus de repede și după trei zile a trebuit să ne facem bagajele și să plecăm spre casă. Pe drumul de întoarcere am făcut o mică escală în Miercurea Ciuc, unde am vizitat Muzeul Secuiesc, un alt loc pe care îmi doream să îl descopăr.

Fotografiile făcute în timpul excursiei, pe care le privesc deja cu nostalgie, mă trimit cu gândul la următoarea ieșire care sper să fie cât mai curând și la care cu siguranța vor participa toți colegii mei!

**Agape Ionela Lăcrămioara,  
Caciuc Mălina Maria , clasa a XI A**





Sunt **Daria Ichim**, elevă în clasa a XI-a A și am să vă vorbesc în acest articol despre mine și sportul pe care îl ador și îl practic de mai mulți ani, baschetul.

#### **Cum a ajuns baschetul în viața mea?**

Eram în clasa a VI-a când un antrenor de la un club privat din Iași a intrat în sala de clasă și m-a remarcat datorita înălțimii mele, eu fiind pe atunci mai înaltă decât ar fi trebuit pentru vârsta mea. Mi-a oferit un pliant cu echipa sa, spunându-mi că mă așteaptă la antrenament. Ajunsă acasă, i-am arătat pliantul tatălui meu, care, fără să stea prea mult pe gânduri, m-a încurajat și m-a condus imediat la acest club sportiv, considerând ca este foarte bine pentru mine să practic un sport și ,de ce nu, să ajung la o anumită performanță.

Nu credeam că baschetul o să mă atragă atât de mult, dar, după primul antrenament, am realizat că acesta este sportul în care vreau sa excelez, oricât de mult ar trebui să muncesc.

#### **Cum a fost evoluția mea ca jucătoare?**

Pe zi ce trecea, iubeam tot mai mult terenul de baschet și aproape că nu simțeam efortul depus în timpul antrenamentelor. În 2018, am primit licența Federației Române de Baschet pentru primul meu sezon în lumea acestui sport. Figuram ca jucătoare pentru BC STARTERS IAȘI și eram mândră de acest lucru. Primul sezon a fost cu multe urcușuri și coborâșuri: de la emoțiile primului meci, bucuria primelor puncte pe tabelă, până la așteptările antrenorului și tatălui meu în ultimul meci, când ,din nefericire, am cedat psihic pentru prima oară.

Am reușit însă să mă redresez în următorul sezon, cel din 2019, care a fost unul excelent pentru mine. Numeroasele antrenamente dădeau raode, domnul antrenor avea încredere deplină în mine și în deciziile pe care le luam într-o fracțiune de secundă pe teren în timpul meciurilor. Devenisem, prin muncă și perseverență omul de bază al echipei.



#### **Cum am reușit să trec peste perioada pandemiei?**

Așa cum era de așteptat, o dată cu începerea pandemiei, activitățile și competițiile sportive au încetat. La început am sperat că această întrerupere nu mă va afecta, dar m-am înșelat..Continuam să mă antrenez zilnic pe cont propriu, după programul trimis de antrenori. Aveam ședințe online cu echipa în care discutam probleme apărute în sezoanele anterioare. Cu toate acestea, lucrurile nu mergeau prea bine și, în ciuda eforturilor antrenorilor, echipa era pe punctul de a se destrăma. Drept urmare, împreună cu tatăl meu, am luat decizia de a ma tranfera la o altă echipă.

Ce a urmat după pandemie și cum mi-am continuat drumul spre performanță?

În aprilie 2020 am dat probe pentru echipa CSS UNIREA IAȘI. În ciuda concurenței, m-am prezentat foarte bine și am fost acceptată în această echipă. Un nou drum se deschidea în fața mea. În vara aceluiași an am fost selectată în lotul echipei CS POLITEHNICA și am avut șansa de a participa la Campionatul Național de 3x3 la care am câștigat medalia de ARGINT, locul 2 pe țară.



Cum drumul spre performanță este presărat uneori și cu obstacole, finalul anului mi-a adus și un eveniment nefericit; în urma unei accidentări, a trebuit să întrerup antrenamentele pe o perioadă de 4 luni și să urmăresc meciurile din tribună. Cu această ocazie am învățat cât de important este să fii atent și responsabil pe terenul de joc. Astfel, după o recuperare destul de anevoioasă, m-am întors pe teren mai motivată ca niciodată, dornică să fac față cu brio noului sezon competițional.

**Ce am realizat în 2023, anul meu de vis?**

Câștigând meci după meci, m-am calificat cu echipa la Turneul Final, la categoria U18, de la Oradea, unde am obținut locul 7 pe țară. Datorită echipei noastre, orașul nostru avea din nou după 7 ani de absență, o echipa de baschet de senioare care să-l reprezinte în turneele naționale. Tot în acest an, mi s-a oferit șansa de a juca pentru CS POLITEHNICA în Liga 1 și de a participa la 3 turnee de 3x3 în cadrul Sport Arena Streetball unde m-am confruntat cu cele mai bune jucătoare din Liga Națională.

**Cum arată programul meu ca sportiv de performanță?**

Programul meu ca sportiv de performanță nu este unul ușor: am 6 antrenamente pe săptămână, iar în timpul sezonului am meciuri aproape săptămânal. Restul timpului sunt la școală, învățând, Vacanțele mi le petrec în cantonamente fizice și în sala de baschet. La asta se adaugă două lucruri foarte importante pe care trebuie să le respect: odihna și alimentația, pentru a fi mereu în formă. Recunosc că nu e totdeauna ușor, dar, din fericire, am alături de mine multe persoane care mă susțin atunci când cedez.



**Cum mi-a schimbat sportul viața?**

Ca sportiv de performanță, am învățat să renunț la micile plăceri. Față de alți adolescenți de vârsta mea, nu îmi permit să mă distrez sau să pierd noțiți prea des. Înainte de a practica acest sport, eram uneori nesigură pe forțele mele, dar rezultatele obținute prin multă muncă și perseverență m-au făcut să îmi îmbunătățesc imaginea de sine. Sportul m-a învățat să rămân consecventă unui anumit stil de viață ce presupune rigurozitate și disciplină.

Astăzi sunt mandră de mine, de tot ce am realizat și pot spune, fără modestie, că nu oricine e capabil să fie sportiv!

**Ichim Daria, clasa a XI-a A**





*Glasul  
muzelor*

# Poezii

## Luna

În întuneric stam cândva și mă gândeam,  
Că tot ce-am vrut și n-am avut curaj să-l am,  
Tot ce-am iubit e azi mult prea departe.  
...Ramas-am eu stingher uitat de toate.

E doar un singur gând în minte-ntipărit:  
Doresc să te iubesc sau să mă simt iubit...?

Nu are rost să caut în zadar minciuna  
E ceasul cam târziu și Luna-i una...  
Mă simt îmbrățișat în dulcea ei lumină  
...Lumină blândă ce cu durere inima-mi alină.

Privirea mi-e pierdută către cer...  
Ea-i sfeșnic sfânt— eternic giuvaier.  
Mă adâncesc cu teamă în al ei mister.

Argint neșlefuit al nopții grele  
Sufletul meu e plin cu praf de stele.

Îmi luminează drumul spre visare  
...Închis-am ochii și dat-am în uitare—  
Mângâietoare raze scilpitoare  
Ce îmi ating obrajii cu iertare...

## Stai.

Mai stai și pleacă-ți capul spre pământ  
Și vezi cum calea ta e tot spre mine.  
În umbra fiorosului veșmânt— sunt eu.  
Te aștept plâpând cu brațul către tine...

Tu nu mă vezi sau pur și simplu mă ignori?  
Aștept d-un veac răspunsul de la tine...  
Te uiți în ochii mei cu un amar dor  
Ce ai vrea să înțeleg? Tu ai uitat de mine.

Cum pasul tău devine tot mai mut  
Și brațul mi-e întins spre nepăsare  
Sunt ploile ce vin pe drumul tău  
As vrea să te salvez— dar inima mă doare...

În umbră am rămas simțind un gol în piept  
Nu vrei să mă iubesti un demon ca și mine  
Eu însă te-aș aduce înapoi— egoul rău mă ține  
Îmi pare rău. Să nu mă uiți. Eu te-am iubit pe tine.

Și chiar de-ai mai dori să te întorci vreodată  
Nu m-aștepta degeaba, fără rost  
O inima va bate întodeauna doar odată  
Nu pot să cred cât de orbit am fost...

Caradintă Amalia,  
clasa a XII-a D

# Poezii

## Apelant ascuns

Te-am sunat să-ți spun că îmi pasă  
Că-ți mai dedic poeme când și când  
Că patima iubirii nu mă lasă,  
Și sper să te mai vad din nou trecând.

Te sun adeseori că-mi vine  
Să aud eu vocea ce cândva  
Îmi răsuna în minte foarte bine  
Și-acum nu mai există în mintea mea

Nu ai putea vorbi acum?  
Ar fi mai bine mai târziu?  
Oricum voiam să te aud să știu....  
Să pot să te mai sun și să îți scriu.

Vlădeanu Lavinia Nicoleta  
clasa a XI-a D

## Scrisoarea minții

Dragă minte, cum mai ești?  
Te mai frământă? Te enervezi?  
Inima îți face viața grea?  
Haide minte, doar nu-i așa rea?

Zilele îți sunt cam fripte?  
Cine te atacă cu săbii înfipte?  
Clipelile? Oamenii? Gândurile neîntrerupte?  
Sau nodurile vieții crunte?

Când te-ai bucurat ultima dată?  
Atunci când ai făcut o alegere neașteptată?  
Cum îți transcrii tu bucuria?  
Și mai dă feste câteodată euforia?

Ce este pentru tine iubirea?  
Sau de fapt ea îți e nemulțumirea?  
Ce ar fi dacă și tu te-ai îndrăgosti?  
Atunci, omul două inimi ar adăposti?

Știi ce e iubirea cea veche, străveche?  
Și că inima nu-i o ureche?  
Nu poți să o astupi cu degetul  
Și să-i zici să facă cum vrei tu!

Năstase Denisa,  
clasa a IX-a G

## Magie aproximativă cu ciorbă de burtă

Text scris cu inspirație și în stilul lui Vlad Mușatescu

Soarele atârna spânzurat deasupra capului meu, deci ora cinei se apropia cu pași repezi. Tabloul ciorbei de burtă îmi stătea în minte de câteva zile, de când ai mei s-au trudit zdravăn cu Siegfried, vițelul sacrificat, lucru pentru care, sinceră să fiu, mă uitam cam chiondorâș la ei.

Fiecare tranșă a fost atent planificată astfel încât să poată fi gătite diferite genuri și subgenuri de preparate pline de culoare, strălucire și densitate, dar atent îmbinate ca să nu ne procopsim cumva cu vreo indigestie.

Nu-mi place să îmi dau ifose de bucătar ce își alimentează în permanență carburația din zeci și zeci de cărți, dar când, în apusul casei noastre, am pus la fiert ciorba, iar pe sub acoperișul de țiglă magia a început, părea că aburul se strecura prin pereți, prevestind începerea ospățului.

Mama a așezat oala la foc, iar eu îl alimentez cu nuiiele împletite. După câteva jumătăți de ceas, am adăugat legumele viu colorate care arătau ca o zi de piață în plin sezon, desfășurată pe teritoriul ciorbei pe trei sferturi preparată.

Sora mea cea mică vine să se încredințeze că ciorba e pe drumul cel bun, drept pentru care îi arăt piureul obținut din legumele pasate și liezonul care vor desăvârși ciorba până la un gust dumnezeiesc. După câteva momente de adâncire a problemei, se declară mulțumită și merge să pregătească masa, acoperind-o cu o față de masă din damasc precum omățul, farfurii, tacâmuri, pahare și altele care vor fi de trebuință.

Între timp, deasupra am adăugat câte două lingurițe cocoșate din fiecare condiment, iar la final am îmbogățit-o cu reflexe de verdeață proaspăt tocată. ... de 'năcrit să și-o 'năcrească fiecare după pofta inimii!

La un semn, în aplauzele generale, mama așază pe masă o supieră plină ochi cu ciorbă de burtă aburindă. Tata, înșfacă un polonic și începe să împartă în stânga și dreapta farfurii pline cu licoarea care ne îmbie nările.

Când atacul ciorbei pornește, observăm deodată cu toții că unchiul Mircea devine instant policrom: mai întâi se înroșește, apoi se-ngălbenește, apoi iar se înroșește.

Mama întreabă:

- Ce-i, Mirceo?

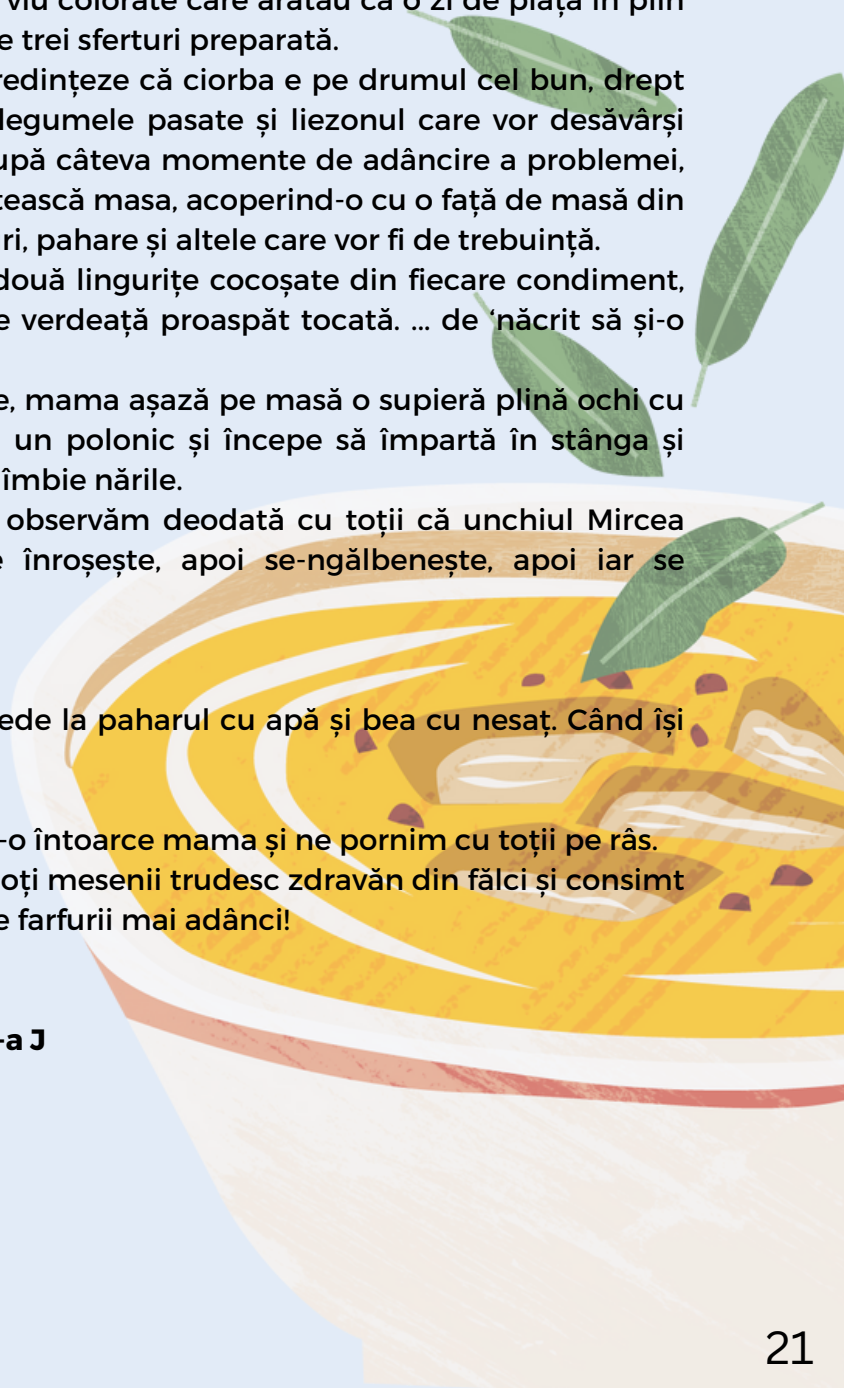
Unchiul Mircea nu răspunde, dar se repede la paharul cu apă și bea cu nesaț. Când își recapătă darul vorbirii, spune spășit:

- N-am suflat în ciorbă!

- Lasă, că de-acum o să sufli și în iaurt! - i-o întoarce mama și ne pornim cu toții pe râs.

În atmosfera aceasta tihnită de familie, toți mesenii trudeszc zdravăn din fălci și consimt în gând că e mare păcat că mama nu are farfurii mai adânci!

**Cataramă Sedrana Georgiana, clasa a X-a J**



Zilele cu tine sunt leacuri la tot ce se întâmplă în jurul meu, balsam binecuvântat pentru agitația, oboseala sau tristețea care mă înconjoară uneori. De fiecare dată când te aud și te văd, toată ființa mea vibrează, iar eu mă pierd în ochii tăi cristalini. Să iubești cu adevărat înseamnă să uiți de tine, să vorbești despre totul și despre nimic, să nu știi să răspunzi la întrebarea "cât de mult mă iubești?" pentru că iubirea nu se poate contabiliza, să nu te plictisești niciodată atunci când sunteți împreună. Să fii îndrăgostit înseamnă fericire, bucurie, pasiune, dorință și suferință la un loc.

**Patrașcu Amalia, clasa a XI-a G**

# De Dragobete,

## sau...

Cu tine am învățat să spun „te iubesc” și să cred în puterea iubirii. Alături de tine, lumea înconjurătoare este mai frumoasă, timpul trece mai repede atunci când aștept să ne vedem. Iubirea adevărată este un sentiment atât de complex, încât nu reușești să-l definești în cuvinte, oricât de mult te-ai strădui. O recunoști doar atunci când îți dai seama că fericirea lui este și fericirea ta și ajungi să crezi că doar asta contează!

**Petrișor Narcisa, clasa a X a F**

În lumea noastră, iubirea este o forță misterioasă și puternică, capabilă să transforme vieți și să creeze legături care durează o viață întreagă. Este o călătorie plină de momente frumoase, dar și de provocări, o călătorie în care învățăm să ne descoperim unul pe celălalt și să ne susținem reciproc în orice situație. Mulți spun că cel mai frumos cadou pe care îl primești de la viață este să iubești și să fii iubit. Ei bine...este adevărat. Cei care nu cred în iubire, este pentru că nu și-au găsit încă persoana potrivită. Eu cred că iubirea adevărată există și sunt mândră că mă aflu în rândul celor care cred în ea. Iubirea adevărată nu înseamnă doar atracție fizică sau dorințe egoiste, ci se bazează pe respect, empatie și devotament reciproc.

**Agape Lacramioara, clasa a XI a A**

# Frânturi

# de Dragoste

Pentru mine iubirea înseamnă viață: ne naștem din iubire, creștem cu iubire și suntem ceea ce iubim. Câtă dreptate avea Liviu Rebreanu când spunea: „Iubirea nu este un târg: te iubesc pentru că mă iubești, iubirea este o certitudine: te iubesc pentru că te iubesc!”

**Buhă Gabriela, clasa a XII a H**

pendisse in est  
eu. Quis ipsi  
Pharetra mas  
ut eu sem inte  
lutpat sed. Ris  
ra orci sagitti  
lentesque e!

Urna n  
conv  
tur a e  
cipit a  
lobortis  
cursu  
eleme  
adipi  
Elen  
Neg  
ut

# Invitatie la lectură



# Metro 2033

de Dmitri Gluhovski

"Metro 2033" de Dmitri Gluhovski este un roman captivant și tulburător care te transportă într-o lume post-apocaliptică întunecată și înspăimântătoare. Cartea oferă o privire detaliată asupra unei societăți umane care trăiește în subsolul unui metrou din Moscova, după ce Pământul a fost devastat de un război nuclear.

Artiom este protagonistul din "Metro 2033", un tânăr care trăiește în stațiile de metrou ale Moscovei post-apocaliptice. El primește o misiune periculoasă de a livra un mesaj crucial altei stații, călătorind prin tunelurile întunecate ale metroului. Pe parcursul călătoriei, Artiom evoluează de la un tânăr neexperimentat la un luptător hotărât, confruntându-se cu pericolele și dilemele morale ale lumii sale

. Întruchipând speranța și reziliența umană, Artiom este o figură centrală captivantă în povestea distopică a cărții.

Unul dintre aspectele remarcabile ale cărții este atmosfera intensă și opresivă pe care Gluhovski o creează. Cititorul este absorbit în lumea întunecată și claustrofobică a tunelurilor de metrou, unde supraviețuirea este o luptă zilnică împotriva monștrilor mutați, a condițiilor extreme și a amenințărilor umane



Personajele sunt complexe și bine conturate, iar povestea este plină de suspans și tensionare. Autorul explorează teme profunde precum natura umană, moralitatea și puterea, oferind o reflectare întunecată asupra posibilelor consecințe ale războiului și ale supraviețuirii în condiții extreme.

Un alt aspect fascinant al cărții este universul său detaliat și imaginativ. Gluhovski pictează un tablou vivid al vieții subterane din Moscova, cu societăți subterane separate, fiecare cu propriile lor culturi, credințe și conflicte interne.

În ansamblu, "Metro 2033" este o lectură provocatoare și intensă, care îți va captiva atenția de la prima pagină până la ultima. Este o carte recomandată tuturor celor pasionați de ficțiunea distopică și de povestiri complexe despre supraviețuire și umanitate în fața adversității.

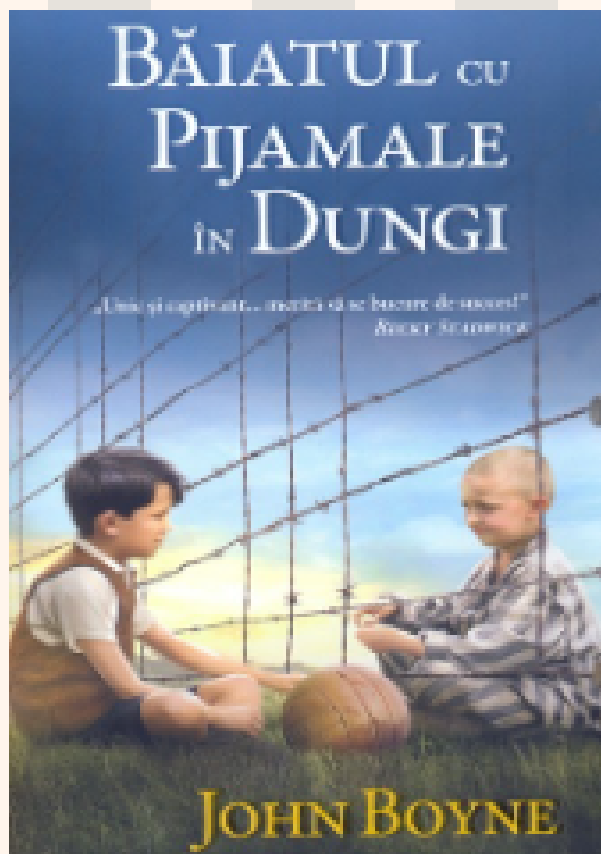
**Butnaru George Cristian, clasa a XI a E**

# Băiatul cu pijamale în dungii

de John Boyne

Poate ați auzit de această carte iar dacă nu ați auzit încă, vă invit să o citiți pentru că nu veți regreta. Îmi propusesem încă din vara trecută să o citesc dar nu am găsit timpul necesar. Așteptarea lecturării ei a meritat din plin. 'Băiatul cu pijamale în dungii' este o carte absolut minunată a carei acțiune se situează în perioada Celui de-al Doilea Război Mondial. Cartea, scrisă de romancierul irlandez John Boyne, aparută în anul 2006, are ca personaj principal un băiețel german de 9 ani pe nume Bruno a carui tată este numit comandant al lăgăărului de exterminare de la Auschwitz. Spre deosebire de alte romane despre Holocaust, acest roman ne dă posibilitatea să percepem războiul prin ochii unui copil. Plecat cu familia din Berlin, Bruno se trezește departe de oraș, într-un loc ciudat. Pentru a-l scuti de traume, părinții decid să- i ascundă baiatului adevărta realitate, cea a lăgăărului de concentrare, și, în acest sens. îi interzic băiatului să părăsească curtea de unul singur. Atent totuși la detaliile din jurul lui, Bruno observă gardurile nesfârșite în spatele cărora se afla mii de oameni îmbrăcați în pijamale în dungii. Dacă cititorul bănuiește despre ce este vorba, Bruno nu prea înțelege ce se întâmplă.

Plictisit, lipsit de compania prietenilor și mai ales impins de curiozitate, Bruno, pornește să exploreze zona pe ascuns. Îl întâlnește astfel pe Shmuel, un băiețel de vârsta lui slab și murdar, îmbracat în haine în dungii, aflat de partea cealaltă a gardului. ei doi se împrietenesc, se vizitează zilnic, povestindu-și amănunte din viața lor.



Pentru a-l ajuta pe Shmuel să-și găsească tatăl, Bruno trece într-o zi de cealaltă parte a gardului și pentru a nu fi recunoscut îmbracă haine în dungii aduse de Shmuel. Nefericirea face ca în acea zi să se dea alarma și, în aglomeratia pricinuită, cei doi copii vor fi purtați, fără voia lor spre camera de gazare.

Scrisă într-un limbaj simplu, copilăresc, cartea este mult mai mult decât o poveste pentru copii tocmai prin mesajul pe care îl transmite : nimeni nu se naște rău sau rasist, dar împrejurările cu care ne confruntăm de-a lungul vieții ne modelează și ne transformă în ceea ce suntem.

Cartea a fost adaptată într-un film cu același nume în 2008 , un balet în 2017 și o opera intitulată ' Un copil cu pijamale în dungii ' în 2023. În 2022 a apărut și o continuare a ei ' Ruinele timpului', pe care abia aștept să o citesc și, de ce nu, să vă vorbesc despre ea în numărul următor al revistei.

**David Roberta, clasa a XI a E**

# Crima perfectă. Instrucțiuni pentru fete cuminiți

de Holly Jackson

Este o lectură captivantă și plină de suspans. Această carte îți oferă o explorare profundă a personajelor și relațiilor complexe dintre acestea, transpunând cititorul într-o lume plină de secrete, misterioasă.

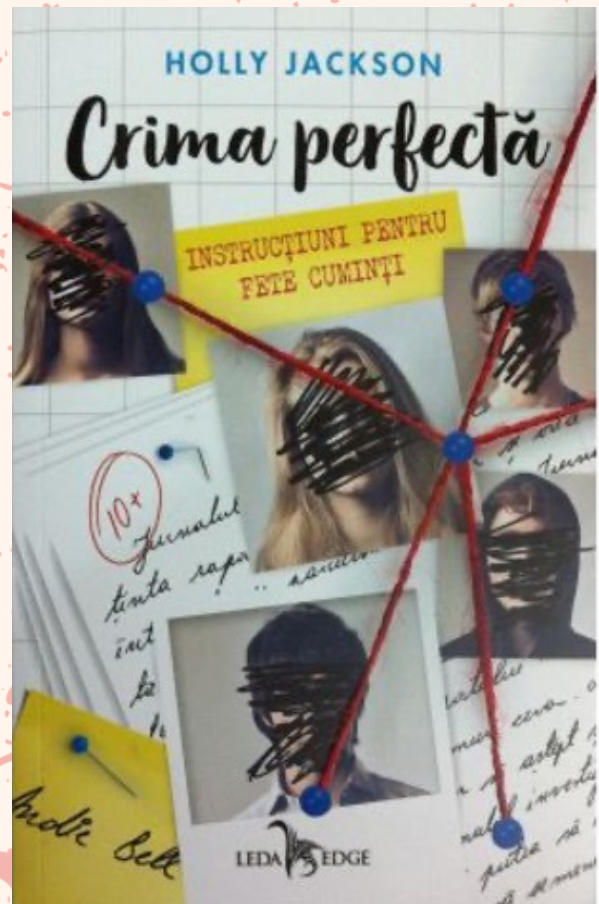
Personajul principal, Pippa, este o adolescentă curajoasă și inteligentă. Aceasta devine rapid un detectiv amator, dispus să meargă până la capăt pentru a descoperi adevărul despre o crimă din orașul ei.

O trăsătură a cărții este abordarea unor teme diferite, cum ar fi prietenia, familia și problemele sociale ale adolescenților în societate. Aceste elemente aduc profunzime și complexitate poveștii.

Autoarea, Holly Jackson, reușește să construiască o intrigă captivantă, cu viraje neașteptate și răsturnări de situație. Adolescența atipică, Pippa, este nevoită să își înfrunte propriile temeri și limite. Putem observa evoluția ei, dar și a celor din jurul ei.

În concluzie, Crima perfectă. Instrucțiuni pentru fete cuminiți este o carte pe care o recomand celor pasionați de lectură. Acțiunea oferă cititorului situații surprinzătoare și unele indicii care susțin imaginația și starea tensionată până la deznodământ.

**Cornici Mara, clasa a IX-a G**





“



**PAGINA  
LIMBILOR  
STRĂINE**

”



**HI!**

**BONJOUR**

**HOLA!**

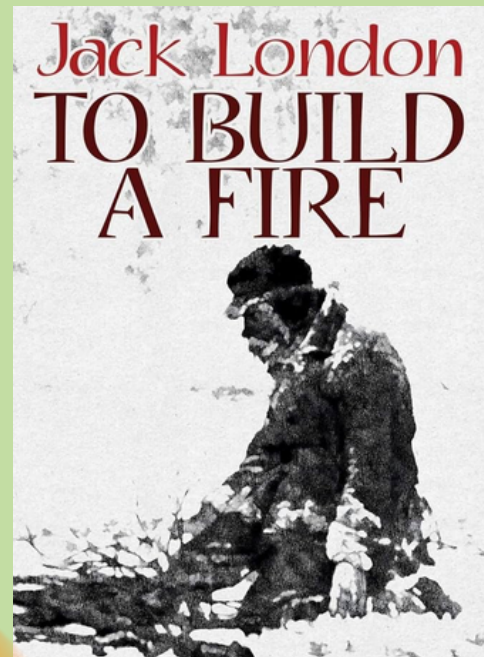
# To build a fire

By Jack London

Jack London (1876-1916) was an American novelist, journalist and social activist who wrote several popular novels and short stories. He was born in San Francisco and grew up in poverty, working various odd jobs to support himself. He was an avid reader and began writing at a young age. He is best known for his adventure novels, such as "The Call of The Wild", "White Fang", and "Sea Wolf".

"To Build a Fire" is a book first published in 1908. It tells the story of an unidentified man who is traveling in the Yukon territory of Canada during winter. He is trying to reach a mining camp to meet his friends. The unnamed man is warned by an old man from Sulphur Creek not to travel all by himself in the extreme cold of Yukon territory, especially when the temperature is fifty below zero. The protagonist thinks that the old man is just weak and a real man can face anything if he stays calm. Despite the warning, he still adventures alone, with a wild dog by his side. Even though the man is well dressed, he still feels the cold and is uncomfortable because of the unmerciful temperatures. He says that he should arrive to the mining camp of Henderson Creek in at least six hours, which is about ten miles away from his current location.

As the time passes by, he decides to have lunch but, as soon as he takes off his gloves his fingers freeze, so he builds a fire to keep him warm. He enjoys his warm stay but can't delay the travel. His friends were waiting for him with hot meal. Along the way, the man is underestimating the cold by building a fire in a bad location and later on, his feet become soaked to the knees and suffers from hypothermia.



He is thinking about killing his dog who has been accompanying him since his arrival and bury his hands in its warm body. The man then, reaches for his knife, but his fingers are completely frozen and can't hold the weapon properly.

In such moments of desperation, the man begins to run so he can get warmer but keeps on falling into the cold snow. He decides to have rest for a while. The man remembers the old man's advice and realizes he was right. It was foolish of him to travel on such cold temperatures alone. If he had another man with him, he could build a fire. Yet, that wasn't the only thing he realized. The man becomes fully aware that he can't feel his nose, nor hands or legs, but he feels warm. He knows that he is going to die, but accepts his fate knowing there are worse ways to die.

For me, this story was heart touching and almost made me cry. It describes very well the theme of the individual versus the unmerciful nature and the instinctual survival skills. I recommend everyone to read this truly beautiful yet sad story of Jack London.

**CREȚU ELENA - XI G**

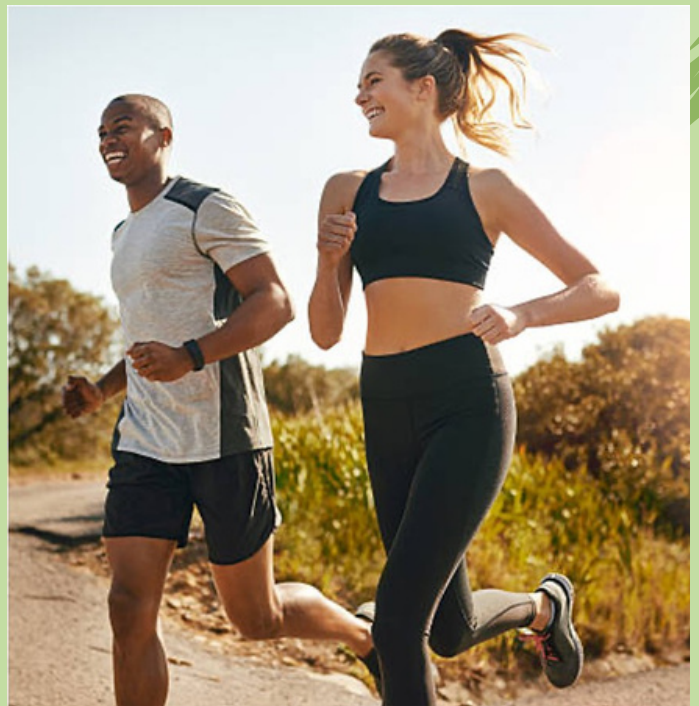
# The Importance of Sports in Education

Sports play a crucial role in the harmonious development of young people and in improving school performance. By actively participating in sports activities, students benefit from numerous physical, mental and social advantages.

First, regular exercise helps maintain optimal health. Exercising not only improves physical endurance and muscle strength, but also helps prevent health conditions such as obesity, diabetes and heart disease.

Secondly, sports promote important values such as fair play, collaboration and mutual respect. Participating in sports teams or individual competitions means learning to work in a team, taking responsibility and adapting to various situations. These social skills are just as important in everyday life and career as academic skills.

In conclusion, sports should not be seen only as a pleasant break or a hobby, but as an integral part of education.



**Chiriac David Octavian - IX E**



# L 'uniforme scolaire en France - un sujet d'actualité

A partir du mois de janvier, le sujet de l'uniforme scolaire est très discuté en France. Les spécialistes en éducation ont décidé l'introduction de l'uniforme dans toutes les établissements scolaires français à partir de 2026.

Pour le moment, le port de l'uniforme est expérimenté dans une centaine d'écoles. L'uniforme proposé est très simple et neutre. C'est une tenue mixte, sans choix entre pantalon et jupe pour les filles pour éviter toute polémique. Elle est formée d'un pantalon gris anthracite, d'un polo gris ou blanc et d'un pull bleu marine. Cette tenue peut être personnalisée par chaque école ou région par une cravate ou un autre signe distinctif.

L'introduction de l'uniforme a divisé la société française en deux : les adeptes et les sceptiques. Face aux discussions contradictoires, même le président de la République Française, Emmanuel Macron a énoncé comme nécessaire l'expérimentation du port de la tenue scolaire unique dans les écoles qui permettra d'éclairer le débat public sur ce sujet.

## Arguments pour l'uniforme scolaire

- L'uniforme crée un sentiment d'appartenance à une école qui peut représenter une source de fierté pour les élèves ;
- L'uniforme est pratique, pas besoin de chercher dans l'armoire des habits pour t'habiller le matin ;
- L'uniforme réduit les discriminations données par l'origine sociale des élèves ;
- Le port de l'uniforme favorise l'ordre, le sérieux et la concentration et renforce l'autorité des professeurs.

## Arguments contre l'uniforme scolaire

- L'uniforme est un symbole d'une époque révolue
- L'uniforme empêche les élèves d'exprimer leur personnalité et renforce la soumission aux normes ;
- L'uniforme peut devenir un élément de distinction en manière négative : un élève qui porte l'uniforme d'une école prestigieuse peut se moquer de celui d'une école moins réputée ;
- L'uniforme oblige les parents à prévoir une certaine somme d'argent pour l'acquisition de l'uniforme au début de chaque année scolaire.

Voilà à quoi ressemble l'uniforme scolaire en France :

**Tudorache Teodora**  
clasa a XII a E



# Mes loisirs

Un proverbe que j'aime beaucoup dit : „ Le loisir, voilà la plus grande joie et la plus belle conquête de l'homme.” Rémy de Gourmont. À mon avis, avoir un loisir génère de multiples bénéfices dans la vie d'une personne, comme l'augmentation de la qualité du temps libre, le pouvoir de concentration et la réduction du stress.

Quant à moi, j'ai plusieurs loisirs. Le premier c'est voyager. Depuis mon enfance j'ai été fascinée par tout ce qui touche au voyage et à l'exploration du monde. J'aimais bien regarder des émissions qui me faisaient découvrir le monde qui m'entourait et, plus tard, à l'école j'ai commencé à aimer la géographie et l'histoire. Quand je voyage, je ne suis pas du tout stressée, le seul soucis est de monter dans le bon bus au bon moment. J'aime rencontrer de nouvelles personnes et découvrir des lieux avec leurs histoires et leurs traditions, ou tout simplement admirer les paysages. Mais voyager n'est pas mon seul passe-temps préféré. Quand je fais mes devoirs ou quand je veux me détendre, j'écoute toujours ma musique préférée. La musique me calme et me donne envie de continuer à accomplir mes tâches facilement et sans hâte. Un autre loisir, est de regarder des films. Le soir, après une journée difficile, j'aime regarder un film sur mon ordinateur portable. Cela me détache du monde extérieur et des pensées pressantes. J'aime sortir avec mes amis le week-end, et s'ils ne sont pas disponibles, je me promène seule dans la ville. Cette activité m'aide à organiser mes idées et à faire de futurs projets. Quand j'ai l'occasion, je fait du shopping, j'aime acheter de belles choses pour ma famille et mes amis. Et enfin, après l'école, je consacre quelques heures à la lecture car je considère que la lecture est extrêmement importante pour le développement de ma personnalité.

Personnellement j'espère qu'à l'avenir, mes loisirs deviennent non seulement une activité qui me donne le sourire et l'épanouissement de l'âme, mais aussi une source de revenus. Je crois que si je combine ces deux choses, le succès serait assuré.





**ȘTIATI  
,  
CĂ...?**

---

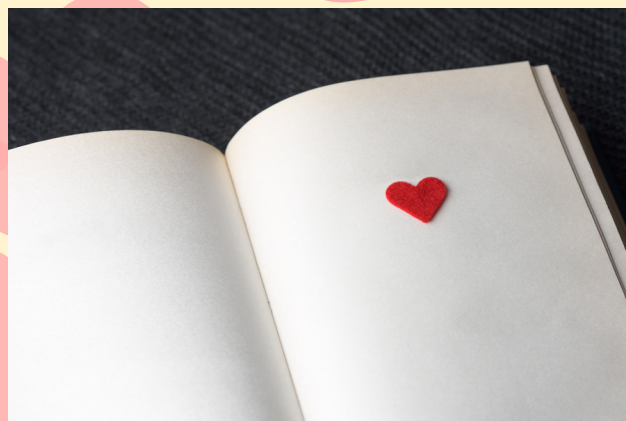
# Curiozități și tradiții despre Valentine's Day

Valentine's Day... o sărbătoare atât de controversată la noi în țară! În timp ce unii o așteaptă cu nerăbdare pentru a sărbători iubirea, alții nu o recunosc ca fiind o sărbătoare pentru români. Este adevărat că sărbătoarea este specifică americanilor, dar în ultimii ani, a câștigat tot mai multă popularitate în întreaga lume. Chiar și în România, încă din primele zile ale lunii februarie începe „febra” pregătirilor pentru Valentine's Day. Vitrinele magazinelor sunt decorate cu inimioare, flori, bomboane sau jucării din pluș. În ciuda controverselor, Valentine's Day rămâne o sărbătoare a iubirii, o zi în plus în care cuplurile își pot exprima sentimentele iar persoanele singure își pot întâlni sufletul pereche.

De-a lungul timpului, au apărut numeroase tradiții și obiceiuri legate de aceasta sărbătoare, care diferă mult de la o țară la alta. Iată câteva dintre ele:

1. În Japonia, femeile sunt cele care fac cadouri bărbaților pe 14 februarie. E drept că dăruiesc doar ciocolată, iar aceasta diferă în funcție de tipul relației. Cea normală este oferită colegilor și prietenilor iar cea fină, iubitului, logodnicului sau soțului.
2. În Finlanda, multe cupluri se logodesc sau se căsătoresc pe 14 februarie, însă ceastă zi este dedicată mai mult prieteniei decât iubirii. Este un prilej de reuniuni între amici, care-și fac mici cadouri simbolice.
3. În anumite regiuni din Marea Britanie, în ajunul Sfântului Valentin, fetele necasatorite își pun frunze de dafin sub pernă și mănâcă doar ouă cu sare, sperând că astfel își vor visa peste noapte ursitul.
4. În Vietnam, cuplurile obișnuiesc să se asorteze vestimentar de Ziua Îndrăgostiților, adoptând aceleași tendințe și culori.
5. În Italia, există tradiția ca fetele nemăritate să privească pe fereastră dis-de-dimineată iar primul bărbat pe care îl văd sau unul care seamănă cu el, le va deveni soț pe parcursul anului.
6. În Filipine, se organizează anual o ceremonie unică de căsătorie pentru toate cuplurile care aleg să se căsătorească în această zi, urmată de o petrecere comună sponsorizată de guvern. Este o soluție populară pentru cuplurile tinere care nu-și permit să-și organizeze singure nunta.

**David Roberta Geanina, clasa a XI a E**



## Curiozități geografice

1. Cea mai adâncă groapă săpată vreodată pe pământ este gaura de foraj de la Kola, din Rusia. Aceasta are o adâncime de 12.261 m și a fost săpată cu scop științific.



2. În anii 1811 și 1812, trei cutremure de aproximativ 8 grade pe scara Richter au făcut ca râul Mississippi din America de Nord să curgă invers. Acestea au fost numite "cutremurele de la Noul Madrid" după locul în care s-a produs atunci primul cutremur.

3. San Marino este cea mai veche republică constituțională din lume. Statul a fost fondat în anul 301 de către un pietrar creștin persecutat de împăratul Dioclețian. Constituția sa, redactată în anul 1600, este cel mai vechi document de acest gen din lume. San Marino este totodată, unul dintre cele mai mici state independente din Europa și din lume, cu o suprafață de 60 km pătrați și 30.000 de locuitori.



4. Cea mai ridicată temperatură absolută la nivel mondial a fost atinsă în El Aziza, Libia - 54,4 grade Celsius, în timp ce minima absolută a fost înregistrată în Antarctica, în anul 1983, când termometrele au arătat - 89,2 grade Celsius.

5. Cel mai mare oraș din lume, ca suprafață, este Hulunbuir, măsurând 265.953 km pătrați. Acesta este situat în regiunea autonomă Inner Mongolia din China. Potrivit statisticilor, în anul 2012 orașul avea 2.549.278 locuitori.



6. Cea mai scurtă denumire a unei localități are doar prima literă a alfabetului „A”. Este vorba de localitatea situată între țările nordice Suedia și Norvegia. În limbile celor două țări „A” înseamnă „râu”.

7. Cel mai mare canion din lume este Marele Canion din Arizona, SUA și se întinde pe o lungime 440 km și poate influența vremea, fiind sculptat timp de 6 milioane de ani.



8. Cel mai îndepărtat punct de centrul Pământului este vârful Muntelui Chimborazo (6.310 m), din Ecuador, iar cel mai apropiat este Marina Trench, Oceanul Pacific, la 10.971 metri.

9. În localitatea Brignoles din Franța a plouat în 1973 cu...broscuțe; o coloană de aer cu circulație rapidă a ridicat sute de amfibieni dintr-o zonă mlăștinoasă și i-a aruncat peste orașul din Provence.



10. În paradisul tropical din Insulele Borneo și Sumatra din Indonezia și Malaezia crește cea mai mare floare din lume: Rafflesia, cu un diametru de pana la 100 centimetri. Din pricina mirosului urât pe care îl degajă, planta este preferată doar de câteva insecte.

11. În Australia există câteva lacuri cu apă de un roz intens. În conținutul ei sărat trăiește alga Dunaliella Salina, care produce un pigment roșu.

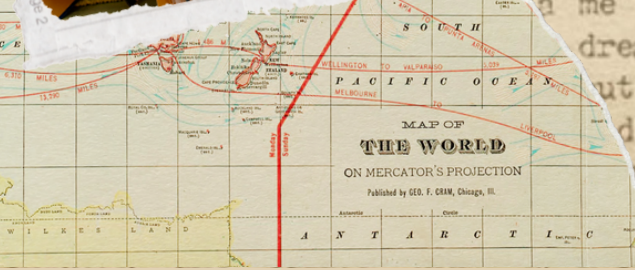


12. Cel mai devastator cutremur produs vreodată în lume, a fost de 9,5 grade pe scara richter și a durat 10 minute. El s-a produs în Chile în 22 mai 1960 și a generat un val tsunami puternic.

**Bejenariu Ioana Daria, clasa a XI a A**  
**Agape Lacramioara, clasa a XI a A**



# Amalgam



...rested the Great Basket... and fell in love v...  
...dition to rebuild the village... as a h...  
...breast like a bowlful of... He w...  
...ow Gave chubby and plump, a right down, And the wo...  
...day to jolly old elf, And I laughed sharp and the...  
...t to my when I saw him, in spite of brown, I'll no...  
...appear, myself; A wink of his eye and though my...  
...and a twist of his head, Soon gave For it b...  
...me to know I had nothing to when...  
...dread; He spoke not a word, hear...  
...ut went straight to his work, wi...  
...d filled all the stockings; r...  
...n turned with a jerk, And...  
...ng his finger aside of h...  
...And giving a nod, up...  
...Santa

# Jurnal de bibliotecar

« Cărțile au soarta lor, depinde cum le primește cititorul .. »

Terentian Mavr

Încă de la apariția lor, bibliotecile au reprezentat adevărate temple ale cunoașterii, fiind locul în care, prin intermediul cărților, îți hrănești sufletul și gândul cu cele mai interesante cunoștințe sau te întâlnești cu alți semeni interesați să-și sporească la fel ca și tine, universul cunoașterii.

Este adevărat că astăzi, internetul și alte tehnologii informaționale concurează cu biblioteca, dar, cu toate acestea, cred că nimeni nu va reuși să înlocuiască în totalitate cartea cu alte invenții. Biblioteca, chiar și în manieră virtuală va rămâne un templu al cărților, mereu deschis publicului larg.

Datorită internetului, modalitatea de a găsi informația care ne interesează a devenit mult mai rapidă și mai simplă. În locul mersului la bibliotecă, adolescenții zilelor noastre preferă căutarea informațiilor pe internet. Doar tastând câteva cuvinte, ei reușesc să găsească rapid tot ce-i interesează, cu observația că informațiile respective sunt uneori incorecte sau incomplete.



Acest lucru nu se va întâmpla niciodată într-o bibliotecă clasică unde cărțile pot furniza texte întregi și referințe bibliografice complete, unde vor găsi totdeauna un bibliotecar dispus să-i ghideze în găsirea informațiilor corecte.

În plus, dacă pășesc mai des pragul bibliotecii, au șansa să se îndrăgostescă iremediabil de cărți și să-și dorească să împrumute și altele la fel de interesante. Tot aici, în spațiul intim al bibliotecii pot întâlni alți tineri ca ei, cu care pot socializa sau se pot împrieteni în mod real, nu virtual.

Biblioteca liceului nostru dispune de un număr de 24.800 de volume. Fondul de carte cuprinde volume de literatură română, literatură universală, generalități, artă, religie, spiritualitate, matematică, științe, istorie, geografie, dar și limbi străine, în principal limba engleză. Ca orice bibliotecă școlară, asigură accesul la informație și documentație tuturor elevilor liceului, dar și cadrelor didactice. Pe lângă activitatea de împrumut, biblioteca noastră desfășoară și alte activități legate de viața școlii precum Clubul de lectură al iubitorilor de carte, club animat de doamna profesor Brândușa Pleșca, expoziții tematice de cărți, organizate cu ocazia aniversării unor scriitori sau cu ocazia comemorării unor evenimente, concursuri literare menite să verifice cunoștințele elevilor iubitori de lectură, campanii de donare de carte pentru elevii unor școli care nu beneficiază de bibliotecă.

În calitatea mea de bibliotecar, vreau să transmit elevilor noștri că lectura nu este un lucru de domeniul trecutului, ci un lucru esențial în formarea personalității. Indiferent dacă preferi cărțile în format electronic sau în format clasic, important este să citești în fiecare zi. De aceea, dragi elevi, vă aștept zilnic la bibliotecă, atât în corpul A, cât și în corpul B, ca să împrumutați cărți sau să participați la activitățile noastre !

# Adolescenții și dependența de internet

În era tehnologiilor avansate care antrenează un ritm rapid al vieții moderne, tinerii de vârsta mea se confruntă cu o serie de provocări complexe. După parerea mea, este foarte important să conștientizăm aceste provocări și să găsim soluții pentru depășirea lor.

Atât la școală, cât și în afara ei, adolescenții sunt provocați uneori să experimenteze diferite situații de viață care le pot afecta sănătatea psihică, conducându-i spre anxietate și depresie, scăderea stimei de sine, scăderea motivației pentru învățare și, uneori, deteriorarea relației cu propria familie. Cele mai întâlnite provocări sunt tehnologia avansată, bullying-ul și cyberbullying-ul, anturajul, decepția în dragoste sau mediul familial nefavorabil.

Adolescența a fost dintotdeauna vârsta marilor experiențe în formarea adolescenților ca viitori adulți, însă, comparativ cu generațiile anterioare, tinerii din ziua de azi sunt mult mai îndrăzneți, mai dezinvolți, deschiși tuturor experiențelor, fără a reflecta prea mult timp la consecințele sau riscurile faptelor lor sau a lua în considerare sfaturile adulților din jur.

Voi prezenta câteva dintre consecințele impactului internetului în viața adolescenților și metodele prin care eu reușesc să reduc dependența de internet și tehnologie.

În prezent, internetul face parte integrantă din viața noastră. Orice adolescent este conectat la rețelele de socializare, mesagerie instantanee și alte platforme online.



Acestea ne oferă în permanență o varietate de informații - de la stiri și evenimente actuale, până la resurse educaționale și de divertisment. Totuși, această accesibilitate are și o serie de dezavantaje: suntem expuși în permanență la informații inexacte sau periculoase, iar utilizarea excesivă a mijloacelor mobile pentru a comunica sau a ne distra conduce la scăderea performanțelor școlare.

Cunoscând toate aceste provoări, am încercat să-mi tratez dependența de internet și să-mi găsesc propriile reguli în utilizarea cât mai responsabilă a tehnologiei.

Astfel, cel mai important lucru este, după părerea mea, gestionarea timpului. Am început să-mi limitez timpul petrecut pe internet și să dedic timpul câștigat altor activități precum sportul, lectura și socializarea față în față cu prietenii. Mi-am făcut un program zilnic pe care încerc să îl respect.

Al doilea aspect care m-a ajutat mult este implicare în activități recreative în aer liber. Mai întâi mi-am dezinstalat o parte din jocurile de pe calculator care puteau să mă tenteze și am preferat să ies mai mult cu prietenii, la o simplă plimbare sau la un meci de baschet sau de fotbal.

Pe mine, cele două aspecte de care v-am vorbit m-au ajutat foarte mult să-mi domin dependența de internet și pot spune că astăzi sunt o persoană mai echilibrată, mai relaxată, mai disciplinată și, de ce nu, mai puternică.

**Haraga Valentin, clasa a IX a F**

# Invitație la teatru

În ultimul an de liceu mi-am dat seama, mai mult ca niciodată, că sunt fascinată de lumea minunată a teatrului. Nu am calități actoricești, nu visez să devin o actriță cunoscută, sunt doar o spectatoare care uită de tot ce se întâmplă în jur, atunci când în sala de spectacole se anunță începutul piesei mult așteptate. Ridicarea cortinei și apariția primilor actori mă emoționează de fiecare dată. Deși uneori cunosc conținutul pieselor, încerc să deslușesc ceea ce a vrut să transmită în plus regizorul la punerea în scenă a piesei sau să descopăr sensuri noi pe care nu le sesizasem la lecturarea ei. Cu timpul, mi-am dat seama că teatrul este mai mult decât o simplă artă, un mijloc de divertisment. Teatrul concurează cu viața, prezentând, prin vocea actorilor, evenimente, fapte, acțiuni, stări de spirit, idei, pasiuni asemănătoare celor pe care le întâlnim în lumea înconjurătoare.

Acum înțeleg mai bine ceea ce spunea Liviu Rebreanu când vorbea despre teatru : « Teatrul trebuie să fie pentru noi nu satisfacerea ușoară a unui gust trecător sau o simplă curiozitate, ci o necesitate sufletească și culturală. O patimă mare și sfântă trebuie să ne atragă spre templul celei mai înalte arte, patima pentru frumos».

Din nefericire, am observat că mulți oameni și tineri de vârsta mea aleg să meargă astăzi la teatru, nu pentru că sunt atrași de frumos, ci doar pentru a fi văzuți de ceilalți sau pentru a posta ceva nou pe rețelele de socializare. Noi, iesenii, avem șansa de a avea în orașul nostru o clădire a teatrului cu o arhitectură deosebită, înscrisă în lista monumentelor istorice.

Pentru cei care nu știu încă, clădirea Teatrului Național ieșean a fost inaugurată în decembrie 1896, fiind construită după planurile arhitecților Fellner și Helmer, cei mai căutați constructori ai vremii, apreciați mai ales pentru calitatea și timpul scurt al execuției lucrărilor, atenția pentru detalii și mai ales acustica deosebită. De altfel, clădirea Teatrului Național adăpostește astăzi și Opera ieșeană,

Dacă nu ai pășit niciodată în interiorul Teatrului, te invit să o faci cât mai repede cu putință. Vei fi impresionat de rafinamentul și somptuozitatea ornamentelor de inspirație barocă și rococo, de candelabru cu 109 becuri de cristal de Veneția sau de cortina pictată de maestrul vienez Lenz. Pe holurile teatrului vei descoperi urme ale marilor nume ale scenei ieșene precum Mihail Pascaly, Matei Millo sau Aristizza Romanescu.

Astăzi trupa teatrului Național este formată din actori celebri precum Daniel Busuioc, Constantin Pușcașu, Emil Coșeru, Doru Atanasiu, dar și din actori tineri la fel de talentați : Andrei Sava,, Andreea Boboc, Oana Sandu. Teatrul Național pune în scenă în fiecare stagiune piese noi din dramaturgia clasică și universală, urmărind în aceeași măsură și promovarea noii dramaturgii românești.

Pasiunea mea pentru teatru m-a făcut să fiu în sală la premierele tuturor pieselor puse în scenă în ultimii doi ani. De aceea îmi permit să vă fac câteva recomandări pe care puteți să le aveți în vedere, dacă alegeți să mergeți curând la teatru.

# Un vis împlinit

Mă numesc Maxim Matei, sunt elev în clasa a XI-a F și sunt pasionat de călătorii în locuri mai mult sau mai puțin exotice. Ador să descopăr la pas obiective turistice insolite, să aud limbi diferite, adevărate simfonii pentru urechile turiștilor avizați, să descopăr tradiții și obiceiuri noi. Iarna acesta am decis să vizitez împreună cu familia, orașul Bruxelles și Parisul, un oraș în care îmi doream să ajung de mult timp. Astfel, pe 31 decembrie am ajuns în Belgia, unde am planificat să petrecem revelionul în centrul orașului, mai precis în Grand Place, una dintre cele mai frumoase piețe din lume, prin arhitectura specifică a clădirilor vechi, bogat ornamentate. Aici am asistat la un minunat spectacol de artificii, o adevărată explozie de culori și lumini. Următoarele zile au fost dedicate vizitării obiectivelor europene: sediul ONU și Parlamentul European, dar și a altor atracții turistice importante precum Parcul Mini-Europa și Atomium, considerat simbolul orașului.

Ceea ce m-a impresionat în mod deosebit a fost amestecul dintre vechi și nou care conferă orașului un farmec aparte. La tot pasul întâlnești palate și catedrale, grădini și piețe imense, muzee și cafenele situate pe bulevarde mari sau străzi înguste și pitorești.

O altă amintire de neuitat este descoperirea orașului Bruges, situat în nord-vestul Belgiei. Aici am putut admira frumusețea arhitecturii medievale cu dantelării din piatră, străduțele pietruite, vechile poduri sau bisericile gotice maiestuoase. Canalele de apă care străbat orașul i-au dat numele de Mica Veneție a Belgiei sau Veneția Nordului. Dacă pașii vă vor îndrepta vreodată spre acest oraș, nu ezitați să vizitați turnul Beffroi, de peste 90 de metri, având 366 de trepte care oferă o panoramă de neuitat asupra orașului.

Ultima zi a vacanței mele mi-a dat posibilitatea să-mi îndeplinesc visul: descoperirea Parisului, cea mai vizitată capitală din Europa. Pașii mei s-au îndreptat mai întâi spre Turnul Eiffel a cărui vedere m-a copleșit. L-am revăzut și la lăsarea serii, strălucind în lumina becuțelor care îl îmbrăcau. Am pornit apoi de-a lungul Senei și ne-am oprit în Grădina Luxembourg, cel mai popular loc de întâlnire între parizieni. Această locație a rămas printre preferatele mele, alături de Turnul Eiffel, desigur. Atmosfera era relaxantă și rafinată în același timp, parizienii și turiștii odihnindu-se laolaltă pe scaunele din fier care dau un farmec aparte grădinii. Turul atracțiilor pariziene a continuat cu Arcul de Triumf, Catedrala Notre-Dame, cartierul Latin și celebrul bulevard Champs-Élysées.

Scurta mea vizită m-a făcut să înțeleg că Parisul nu înseamnă doar câteva obiective turistice și că este ceva mai mult decât o simplă capitală europeană. Parisul este de fapt un oraș plin de viață pe care merită să-l descoperi nu cu harta în mână, așa cum ar face un turist ordonat, ci la pas, rătăcind la întâmplare pe străzi necunoscute, încercând să simți pulsul orașului. Este ceea ce mi-am propus să fac la următoarea mea întâlnire cu acest oraș fabulos!

**Maxim Matei, clasa a XI-a F**



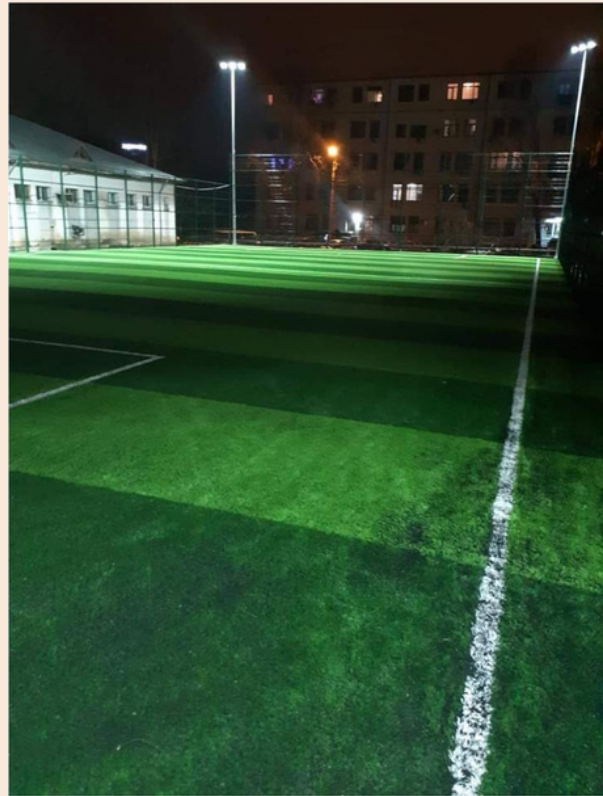
## Viața la cămin- o experiență aparte

„Anii de liceu....cei mai frumoși ani, cea mai frumoasă perioadă din viața oricărui tânăr, mai ales dacă alegi să stai la cămin”-sunt cuvintele pe care le auzeam adesea la cunoscuții mei, înainte de a începe clasa a IX-a.

Și totuși, care este adevărata realitate? Cei trei ani petrecuți în liceu și mai ales în cămin cu experiențele mai mult sau mai puțin minunate, ne-au determinat pe mine și pe colega mea Diana să scriem acest articol pentru revista școlii.

Mai întâi să facem cunoștință!

Mă numesc lordachi Elena, am 18 ani și sunt în clasa a XI-a A. În cei trei ani de liceu am locuit în cămin și pot spune că am trăit momente frumoase, dar și mai puțin frumoase, care m-au ajutat să mă dezvolt personal și să-mi depășesc timiditatea care mă caracteriza în anii de școală gimnazială. Acum, cu puțină detașare, pot spune că viața în cămin are farmecul ei. Doar în cămin poți lega prietenii de durată, înveți să fii mai ordonat, înveți să respecti reguli stricte, deși uneori le mai și încalci și tocmai asta face viața mai frumoasă și mai palpitantă. Nu pot să nu vă vorbesc despre petrecerile pe ascuns, partidele de fotbal din spatele căminului care se terminau, bineînțeles, cu geamuri sparte, despre bățile cu apa de pe holurile sau băile căminului!



Să nu credeți că lucrurile au mers bine încă de la început. Acomodarea cu viața de cămin a durat destul de mult pentru mine. În primul an, duceam în fiecare zi dorul părinților, camera pe care o împărțeam cu colegele mele care nu erau întotdeauna amabile, mi se părea strâmtă și sufocantă, bucuria sfârșitului de săptămână, când puteam merge acasă, era înlocuită cu o imensă tristețe în fiecare zi de luni când luam drumul liceului și implicit al căminului. Cu timpul însă, lucrurile s-au ameliorat, cu ajutorul părinților și colegilor am depășit momentele dificile, între timp s-au schimbat colegele de cameră și pot spune că au urmat doi ani superbi. În acești ani am cunoscut-o mai bine și pe colega mea de clasă, Muntianu Diana cu care acum împart camera de cămin și care a devenit cea mai bună prietenă a mea.

Viața la cămin, cu plusurile și minusurile ei, rămâne pentru orice licean o experiență aparte!

**lordachi Elena, clasa a XI-a A**

# Crepes Suzette - Clătite frantuzzești

Timp de pregătire 10min + O seară

Timp de gătit 30 min

1 porție

## INGREDIENTE

- 2-3 clătite
- 1 portocală
- 1 lămâie
- 100g zahăr
- 50g unt
- 35ml lichior de portocale (optional)
- un vârf sare



## Mod de preparare:

1. Mai întâi, radem fin coaja de portocală, apoi îi stoarcem sucul, Procedam în același mod și cu lămâia.
2. Pregătim sosul astfel: facem un caramel prin topirea untului și amestecarea zahărului cu un vârf de sare și câțiva stropi de apă. Adăugăm sucul de citrice și coaja. Tot acum se pune și lichiorul de portocale.
3. Sosul pentru crepes Suzette se păstrează cald, la foc mic. Pliem fiecare clătită în 4 și o scunfundăm în tigaia cu sos. Le lăsăm (la foc mic) cam 1-2 minute.
4. Cu ajutorul unei spatule, scoatem clătitele pe o farfurie și scurgem sosul rămas în tigaie peste acestea. Clătitele se servesc calde și se pot decora cu fâșii subțirii de coajă confiată de portocale.

Bon appétit!



Andrei Ipate, clasa a XII-a D

# Dezvoltarea holistică a elevilor prin activități extracurriculare

Coordonarea educațională în cadrul activităților extracurriculare este esențială pentru dezvoltarea holistică a elevilor. În general, activitățile extracurriculare pot completa și îmbogăți substanțial experiența educațională a elevilor pregătindu-i pentru provocările vieții. Aceste activități pot varia în funcție de obiectivele specifice planificate, specificul grupului țintă și de vârsta sau nivelul de dezvoltare al elevilor. Iată câteva coordonate educaționale ce pot fi abordate în cadrul activităților extracurriculare:

## **Promovarea învățării experiențiale:**

Prin activități precum excursiile educaționale sau proiectele de cercetare, elevii pot învăța într-un mod mai concret și aplicat, ceea ce îmbunătățește înțelegerea și retenția informațiilor.

## **Dezvoltarea abilităților sociale:**

- Învățarea lucrului în echipă.
- Dezvoltarea abilităților de comunicare.
- Promovarea empatiei și a înțelegerii reciproce.

## **Dezvoltarea abilităților de gândire critică:**

- Stimularea gândirii analitice și critice.
- Promovarea abilităților de rezolvare a problemelor.
- Dezvoltarea capacității de evaluare a informațiilor.

## **Dezvoltarea creativității:**

- Încurajarea gândirii inovatoare.
- Sprijinirea exprimării artistice și creative din diferite domenii de interes
- Promovarea abilităților de rezolvare a problemelor prin metode neconvenționale.

## **Dezvoltarea rezilienței:**

Participarea la activități extracurriculare poate oferi elevilor ocazia de a se confrunta cu provocări și de a învăța să depășească obstacolele, contribuind astfel la dezvoltarea rezilienței și a abilităților de gestionare a stresului.

## **Promovarea diversității și incluziunii:**

Prin diversitatea activităților extracurriculare oferite, școlile pot să încurajeze participarea elevilor din toate mediile sociale, contribuind la crearea unui mediu școlar mai divers și incluziv.

## **Dezvoltarea competențelor tehnologice:**

- Învățarea și utilizarea noilor tehnologii.
- Stimularea gândirii digitale și a abilităților de programare.
- Dezvoltarea competențelor în utilizarea instrumentelor digitale pentru a rezolva probleme.

## **Dezvoltarea abilităților de leadership:**

- Învățarea abilităților de lider și de urmăritor.
- Promovarea responsabilității și luării deciziilor.
- Dezvoltarea abilităților de organizare și management.

Descoperirea și sprijinirea intereselor și pasiunilor individuale:

- Explorarea diferitelor domenii de interes.
- Încurajarea descoperirii și dezvoltării aptitudinilor personale.
- Promovarea angajamentului și implicării în activități care îi pasionează pe elevi.

## **Promovarea valorilor etice și cetățenești:**

- Învățarea valorilor etice și morale.
- Stimularea angajamentului civic și a responsabilității sociale.
- Dezvoltarea conștiinței asupra diversității și incluziunii.

Aceste coordonate educaționale pot servi drept ghid în planificarea și implementarea activităților extracurriculare pentru a asigura o dezvoltare cât mai completă a elevilor.

Aceste activități ar trebui să sprijine nu doar aspectele academice, ci și cele sociale, emoționale și culturale ale elevilor. Iată câteva domenii ale coordonării educaționale în cadrul activităților extracurriculare:

#### **Arte și cultură:**

- Cluburi de artă și teatru: Oferă elevilor oportunitatea de a-și dezvolta abilitățile artistice și de a explora expresia culturală prin teatru sau arte vizuale.

- Participare la evenimente culturale: Includerea elevilor în evenimente culturale locale sau naționale îi expune la diversitatea culturală și le oferă oportunități de a înțelege și aprecia diferitele tradiții și practici culturale.

Educație civică și socială:

- Proiecte de serviciu comunitar: Oferirea elevilor oportunității de a participa la proiecte de voluntariat și serviciu comunitar îi învață responsabilitatea socială și îi conectează cu problemele din comunitatea lor.

- Cluburi de dezbateri: Dezvoltarea abilităților de comunicare și dezbateri în cadrul cluburilor poate contribui la formarea unor cetățeni informați și implicați în procesul democratic.

Educație fizică și sport:

- Competiții sportive școlare: Participarea la competiții sportive promovează spiritul de echipă, disciplina și sănătatea fizică.

- Cluburi de fitness sau dans sportiv: Oferirea unor alternative variate în activitățile fizice ajută la dezvoltarea unor obiceiuri de viață sănătoase și promovează bunăstarea fizică.

#### **Știință și tehnologie:**

- Cluburi de știință: Promovarea interesului pentru știință și tehnologie prin activități practice și experimente.

- Competiții tehnologice: Participarea la competiții legate de tehnologie încurajează gândirea creativă și rezolvarea de probleme.

Limbi străine și comunicare:

- Cluburi de limbi străine: Oferă elevilor șansa de a-și îmbunătăți abilitățile lingvistice și de a înțelege mai bine alte culturi.

- Evenimente de schimb cultural: Organizarea de evenimente care facilitează schimbul cultural și interacțiunea între elevi vorbind diferite limbi străine.

Tutorat și mentorat:

- Program de tutorat: Înființarea unui program de tutorat în care elevii mai mari să îi ajute pe cei mai tineri poate crea un mediu de învățare colaborativ.

**Prof. Camelia Andriescu**

# Rolul și semnificația culorilor în viața noastră

Culorile au o influență puternică în viața noastră, ele acționând asupra stării de spirit și a sentimentelor. Cercetătorii spun că atunci când porți o haină sau un accesoriu de o anumită culoare, preiei o anumită stare. Efectele culorilor asupra psihicului uman sunt cunoscute încă din antichitate. În prezent nu mai e un secret pentru nimeni că animalele au și ele diverse reacții atunci când sunt expuse la anumite culori cum ar fi, de exemplu, faptul că taurii și curcanii se enervează când văd culoarea roșu. Conform studiilor și plantele se dezvoltă mai bine în lumina verde. Lumea ar fi foarte plictisitoare dacă nu ar exista aceste culori cu o multiple semnificații.

**Roșul** este asociat cu energia și puterea, ceea ce duce la o stare de bună dispoziție generală. Roșul este culoarea pasiunii și a optimismului care intensifică activitatea de orice fel, fiind considerată culoarea cea mai puternică. Aceasta fiind caldă, induce vitalitate, încredere în sine și curaj.

**Rozul**, format din roșu și alb, este o culoare feminină, ca și albul, inducând confort, relaxare dar și imaginea copilăriei, când totul în viață este roz, frumos și nu trebuie să ai griji, preocupări sau probleme.

**Portocaliul** reprezintă ambianța, fiind o culoare caldă. Energia portocaliului ne face mai veseli și ne crește pofta de viață, oferindu-ne extaz, nerăbdare, vigilență. Această culoare este folosită ca mijloc terapeutic pentru a elimina stările de depresie, anxietate.

**Galbenul** este considerat culoarea pozitivă prin excelență, fiind o culoare caldă, a soarelui. Energia culorii galben ne ajută să gândim mai clar, ne stimulează interesul și curiozitatea. Este folosit în terapie pentru a îndepărta stările de stres și de depresie.

**Verdele** simbolizează viața, creșterea și renașterea, fiind culoarea vegetației ce ne înconjoară pretutindeni. Este o culoare rece ce induce echilibrul și autocontrolul.

**Albastrul**, este o culoare extrem de puternică, efectul curativ al culorii calmând stresul și emoțiile. Se spune că prin purtarea unui accesoriu albastru ne curățăm de energiile care nu ne aparțin. Are, de asemenea, un efect relaxant asupra sistemului nervos fiind o culoare rece.

**Movul** stimulează gândurile profunde, spiritualitatea și are rol de echilibru pentru metabolism, de aceea este o culoare rece ne duce cu gândul la galaxie, magie, lumea fantastică.

**Negrul** este o non-culoare plină cu simboluri și reflectă o gamă vastă de emoții, în funcție de context: forță, încredere sau consolare, tristețe, doliu. Această culoare poate fi folosită în vestimentație pentru a te masca, a te ascunde prin lume pentru a nu ieși în evidență. În majoritatea țărilor, negrul este folosit și purtat la înmormântări pentru a arăta regretul și durerea pentru cei răposați.

**Albul** poate simboliza luna, prin urmare feminitatea, puritatea și gingașia.

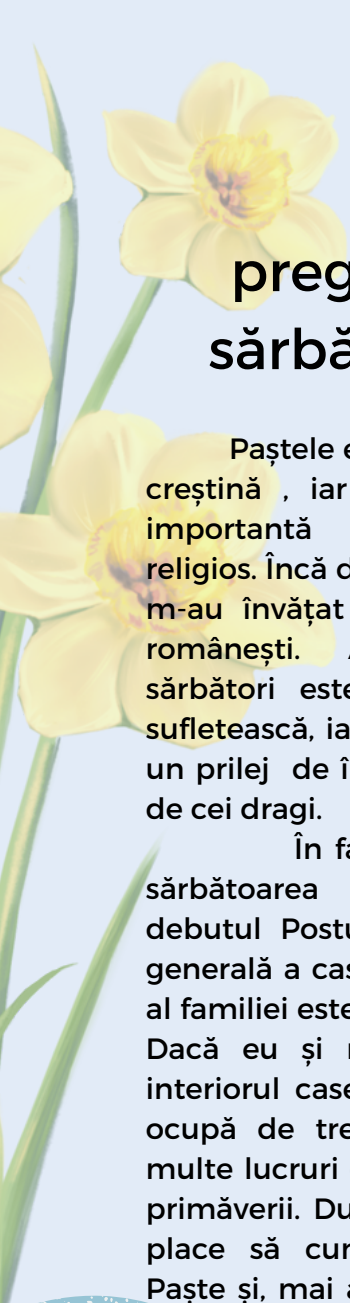
**Maro** este o culoare care ne înconjoară-pământul, copacii, animalele, solul. Mulți oameni asociază culoarea cu siguranța și securitatea.

În concluzie, culorile au o semnificație marcantă pentru lumea noastră. Dacă nu ar exista, lumea ar fi tristă, depresivă și fără viață. Culorile ne deosebesc, ne ajută să avem o personalitate proprie. Se spune despre ele că acționează asupra sufletului, putând trezi sentimente diferite, idei, emoții, care ne aduc liniște sau, dimpotrivă, ne agită sau ne provoacă tristețe.

**Gheoghiu Maya, clasa a IX-a C  
Indrumător, prof. Andriescu Camelia**



Vin  
Sărbătorile!



## Cum mă pregătesc pentru sărbătorile pascale

Paștele este cea mai veche sărbătoare creștină, iar pentru mine este cea mai importantă sărbătoare din calendarul religios. Încă din copilărie, bunicii și părinții m-au învățat să respect tradițiile noastre românești. Astfel, apropierea acestei sărbători este un moment de pregătire sufletească, iar sărbătoarea de Paște devine un prilej de împlinire și de bucurie alături de cei dragi.

În familia mea, pregătirea pentru sărbătoarea pascală începe o dată cu debutul Postului. Întâi facem o curățenie generală a casei și a curții. Fiecare membru al familiei este implicat în această activitate. Dacă eu și mama mea ne ocupăm de interiorul casei, tatăl meu este cel care se ocupă de treburile din curte, unde sunt multe lucruri de făcut o dată cu apropierea primăverii. După terminarea curățeniei, îmi place să cumpăr câteva decorațiuni de Paște și, mai ales, să umplu vasele cu flori care dau o pată de culoare casei și un aer de sărbătoare.

Dar Paștele nu înseamnă doar curățenie; îmi vin acum în minte cuvintele bunicii mele: « nu poți sărbători Paștele dacă nu ești curat la trup dar și la suflet ». În biserica ortodoxă, sărbătoarea pascală este precedată de o perioadă de post numită « Postul cel Mare » care se termină cu Săptămâna Patimilor în care au loc multe slujbe religioase la care îmi place să particip în fiecare an. Părinții, dar mai ales bunicii mei, obișnuiesc să postească în toată această perioadă. Este adevărat că nu este deloc ușor, dar dacă ai puțină voință, ajungi să te obișnuiești, iar alimentația bazată pe legume și fructe este chiar benefică pentru organism.

De altfel, după o perioadă de restricții alimentare, gustul bucatelor pascale va fi mult mai plăcut! În familia mea se pregătesc în general mâncăruri tradiționale la care mai adăugăm în fiecare an câte o rețetă nouă, mai mult pentru a impresiona musafirii care ne vor trece pragul. Lista cumpărăturilor de Paște este totdeauna lungă și, pentru a evita aglomerația din magazine, preferăm să ne facem cumpărăturile cu o săptămână înainte.

În săptămâna dinaintea Paștelui, pregătirile sunt în toi. Cu toții participăm la pregătirea cozonacilor pufoși și la înroșirea ouălor. La asfințitul soarelui, ne grăbim să mergem la biserică pentru a asista la denii, pentru că Paștele înseamnă și smerenie, nu numai mese îmbelșugate și petreceri în familie. În Noaptea Învierii mergem la slujbă și așteptăm ca preotul să sfințească bucatele pe care le-am pregătit cu drag. Ajunși acasă, ne strângem în jurul mesei, ciocnim ouă roșii, rostind tradiționalul « Hristos a înviat! ».

Astfel, pentru mine, Paștele înseamnă curățire sufletească, înnoire, lumină, familie și speranță. Mă bucur că în familia mea încă sărbătorim Paștele în mod tradițional și îmi doresc ca frumoasele obiceiuri pascale să nu se piardă niciodată.

Deoarece Paștele se apropie, vă doresc să aveți o sărbătoare minunată, să nu uitați să fiți recunoscători pentru tot ce aveți și să împărtășiți bucuria Învierii cu cei dragi! Paște Fericit!

**Petrisor Narcisa, clasa a X-a F**

# Tradiții și obiceiuri pascale în Moldova

Paștele este cea mai veche și mai importantă sărbătoare a creștinătății, care a adus omenirii speranța în mântuire și în viața veșnică prin sacrificiul lui Isus Hristos. Este sărbătoarea care și-a păstrat, la fel ca sărbătoarea de Crăciun, farmecul și semnificația, fiind un moment de liniște sufletească și de apropiere de familie.

Pentru că sărbătorile pascale se apropie, ne-am gândit să vă reamintim câteva dintre tradițiile și obiceiurile legate de această sărbătoare, aici în zona noastră, a Moldovei.

## Ouăle roșii

Simbolic, oul a fost întotdeauna asociat cu renașterea, cu învierea naturii și apoi cu a Domnului Isus Hristos. În Joia Mare dinaintea Paștelui, gospodinele vopsesc ouăle în roșu. Legenda spune că Maria, mama lui Iisus, l-a vizitat pe acesta cu un coș de ouă, în timp ce era răstignit. Aceasta a lăsat la picioarele lui coșul, iar sângele ce picura din rănilor lui Iisus a colorat ouăle, devenind roșii. De asemenea, culoarea roșie este culoarea focului care purifică, dar amintește și de jertfa lui Isus Hristos în numele umanității. Ouăle sunt vopsite în culori naturale, obținute din fierberea cojilor de ceapă roșie sau alte plante sau sunt încondeiate cu ceară, cu diferite modele decorative care se găsesc și pe veșmintele tradiționale.

În zona Moldovei, în dimineața de Paște, credincioșii se spală pe față cu apă rece în care a fost scufundat un ou roșu, având credința că astfel vor fi protejați de boli tot anul și că vor avea obrații rumeni și sănătoși precum oul. În localitatea Vama din nordul Moldovei se poate vizita Muzeul Oului, având cea mai mare colecție de ouă, atât din România, cât și de pe întregul mapamond, reunind 16.000 de ouă.

## Pasca

În Moldova pasca este nelipsită de pe masa de Paște. Gospodinele o pregătesc dis de dimineață, în Joia Mare, alături de alte bucate tradiționale. Aceasta nu este gustată, decât după ce a fost sfințită la biserică în Noaptea de Înviere, alături de alte bucate tradiționale. În unele zone, credincioșii înlocuiesc în ziua Învierii, anafura cu pasca sfințită în Biserică.

## Lumina Sfântă

Pentru creștini, Lumina Sfântă reprezintă o minune ce se întâmplă în fiecare an, de la Sfântul Mormânt din Ierusalim. Această minune are loc în Sâmbăta dinaintea Paștelui, numită Sâmbăta Mare. În acest an, creștinii vor lua Lumina în noaptea de 4 spre 5 mai. Tradiția spune că Lumina Sfântă trebuie dusă mai întâi la mormintele celor dragi, apoi adusă cu grijă acasă pentru a aprinde cu ea candela din gospodărie. Lumânarea de la Înviere trebuie păstrată cu sfințenie în casă și aprinsă doar în caz de boală, calamități sau supărări.

Cu trecerea timpului, observăm că o parte din aceste tradiții și obiceiuri se pierd, însă în unele zone, printre care zona noastră, ele se mai păstrează încă, dar ține mai ales de fiecare dintre noi ca aceste tradiții să se transmită generațiilor următoare.

## Morariu Delia Maria, clasa a IX-a H

# Colectivul redactional

*Elevi : Agape Ionela Lăcrămioara (clasa a XI-a A)*

*Dedeagă Veronica Petronela (clasa a XI-a A)*

*Hîncu Cosmina (clasa a XI-a G)*

*Patrașcu Amalia Narcisa (clasa a XI-a G)*

*Simionescu Miruna Nicole (clasa a XI-a F)*

*Leahu Sabina (clasa a X-a B)*

*Bejenariu Ioana (clasa a XI-a A)*

*Spate Andrei (clasa a XI-a D)*

*Ursu Sebastian (clasa a XI-a F)*

*Profesori :*

*Alina Nedelcu*

*Petronela Budeanu*

*Emanuela Racu*

*Daniela Maria Buzatu*



**LICEUL TEHNOLOGIC  
ECONOMIC DE TURISM IAȘI  
STR. MILCOV, NR. 18A**

**TEL: 0232245778**

**0232254144**

**WWW.GSETIS.RO**

**ISSN: 2067-6093**