

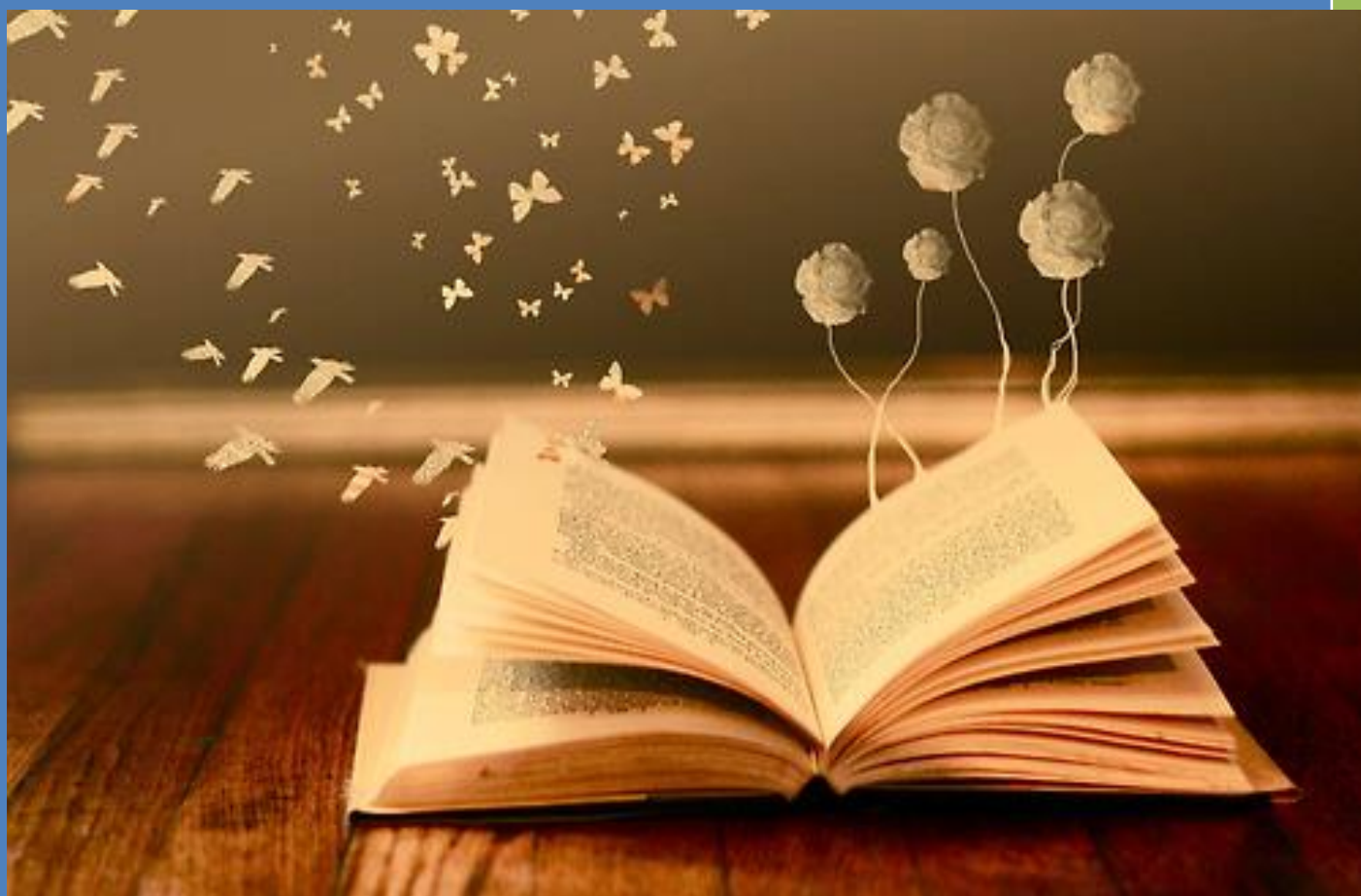
Colegiul Economic "Hermes"

Petroșani

Anul 8, nr. 15/ 2024



THINK OUTSIDE THE BOX!



ISSN: 2537- 6063

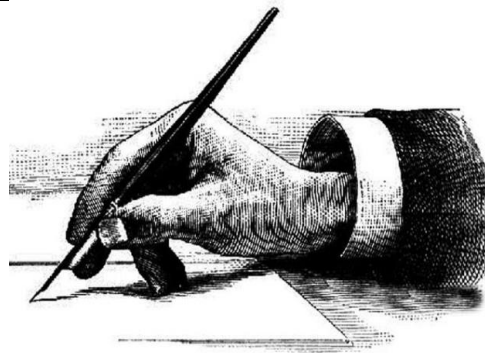
ISSN-L: 2537- 6063

COLECTIVUL DE REDACTIE

Coordonatori: Director: prof. Ramona Estera Ința
 Director adjunct: prof. Mihaela Viorica Ionițoaei
Tehnoredactare și design grafic: prof. Mihaela-Viorica Ionițoaei
 Any Netotea, Briana Cicio, Darius Cuciureanu
Corector: prof. Alina Tănăsie

COLABORATORI

Judecător Cristi Danileț
Profesori: Ramona Estera Ința Mihaela-Viorica Ionițoaei
 Maria Șchiopu Clara Ianc
 Alina Tănăsie Rodica Pascal
 Andra Ichim
 Dacia-Petronela Costea
 Ciprian Ilea

**CUPRINS**

Editorial – dir.prof. Ramona-Estera Ința, dir.adj.prof. Mihaela Ionițoaei	pagina 1
<i>Frumusețea iernii</i> -Maria Cristina Vălvăresc, XII A; <i>Lumina lumii</i> , Raluca Maria Iancu, XII A	pagina 7
<i>Omul de zăpadă</i> , Monica Lorincz X D;	
<i>Parfumul dragostei tale</i> - Adriana Proteasa, XII A, <i>Sclipiri de iarnă: povestea Crăciunului</i> - Darius Andrei Cuciureanu, XII A, <i>Pruncul Iisus</i> , Daniel Rostaș X D	pagina 8
Tradiții din Valea Jiului, Gabriela Alexandra Dulcescu XII A, <i>Brad de Crăciun</i> , Daniel Rostaș X D;	pagina 9
<i>Moș Crăciun</i> , Răzvan Frîncu - IX A	
<i>Dans</i> , Denisa Alesia Petri IX A; <i>Iarna</i> , Raluca Tufiș IX A	pagina 10
Pagina cu culoare - <i>Colindătorii</i> , Petronela Ștefu, X B; <i>Nașterea Domnului</i> , Anca Ioana Stoica, XII A;	pagina 11
<i>Seara de Crăciun</i> , Mădălina Tăzlăuanu, XII A; <i>Iarna pe uliță</i> , Alina Maria Bălțătescu X B; <i>La o poveste</i> , Valentina Andreea Moise, XI C	
<i>Pictură pe sticlă</i> , Ariana Onofrei, clasa XA; <i>Grinch</i> , Denis Ungureanu X D; <i>Santa Grinch</i> , Monica Lorincz X D; <i>Craciunul lui Grinch</i> , Diana Constantin X D	pagina 12
<i>Lumina sărbătorilor de Crăciun</i> , Melinda Bogdan, XII A	pagina 13
<i>Pițărâii</i> , Petronela Ștefu – X B	pagina 14
<i>Cu ce ne lăudăm!</i> , dir.adj.prof. Mihaela Ionițoaei	pagina 15
<i>Intermittent fasting</i> , prof. Rodica Pascal	pagina 21
<i>Omul demn (Homo Dignissimus)</i> , prof. Maria Șchiopu	pagina 27
<i>Utilizarea platformei Nearpod pentru predarea în sistem blended learning a lecției „Operații pe piața monetară. Băncile, creditul și dobânda”</i> , prof. Dacia-Petronela Costea	pagina 31
<i>Educație juridică pentru liceeni- Copilul și organele legii</i> -Cristi Danileț- judecător	pagina 36
<i>Obiective turistice din Delta Dunării</i> , prof. Ciprian Ilea	pagina 42
<i>Să râdem puțin</i>	pagina 46
<i>Let's laugh in English</i> , Alexandru Opriș, clasa IX B	pagina 47
<i>Limba noastră-i o comoară</i> –prof. Alina Tănăsie	pagina 48
<i>Essay writing</i>	pagina 50
<i>Consilierea elevilor pentru combaterea absenteismului și abandonului școlar</i> , dir.prof.Ramona-Estera Ința	pagina 51
<i>Top 10 curiozități matematice</i> , prof. Clara Ianc	pagina 53
<i>Cipru, o aventură de neuitat</i> , Luca Niță clasa XII A	pagina 54
<i>Poezie dadaistă</i> , Bartha Diana, clasa XI B	pagina 55
<i>Proiect PNRR Educație prin cultură „Gândește neconformist</i> , dir.adj.prof. Mihaela Ionițoaei	pagina 56
<i>Bobocii în Brașov</i> , Any Netotea și Briana Cicio - clasa a IX-a B	pagina 58
<i>High-school Hollywood</i> , Ștefan Leach- XII B	pagina 59
<i>Să citim împreună</i> - Alexia Ioana Ionițoaei	pagina 62
<i>Cinema</i> - dir.adj.prof. Mihaela Ionițoaei	pagina 65



Editorial

Școala noastră!

Dir. prof. Ramona Estera Ința

Dir. adj. prof. Mihaela Ionițoei

„Școala noastră” este cea mai veche și singura unitate școlară din acest județ cu profil economic până în anul 1989. Are în dotare un internat școlar cu 32 de garsoniere și o cantină cu o capacitate de 80 de locuri la mese.

S-a înființat în 1948 cu denumirea de *Școală de Comerț*, așa după cum rezultă din cronologia alcătuită de Ion Velica în „Istoria Văii Jiului în date” (un exemplar se află la Muzeul Mineritului din Petroșani). În cartea de muncă a primului director adjunct al școlii – domnul Verzan Marin – prima însemnare este din 1 septembrie 1949, titulatura școlii fiind înscrisă cu numele de *Școala Profesională Comercială*. Școala a funcționat până în 1952 în Petroșani, după care și-a mutat sediul la Râmnicu Vâlcea. În această perioadă s-au pregătit vânzători produse alimentare și vânzători textile-încălțăminte. Tot în această perioadă a funcționat și școala de gospodărie, unde s-au calificat bucătari și croitori (un an de zile).

La 1 septembrie 1962 s-a înființat la Petroșani *Grupul Școlar Comercial* - calificarea 33vânzători, cu durata studiilor de trei ani, iar din 1965 s-au pregătit atât vânzători, cât și lucrători în alimentație publică (bucătari și ospătari).

La 1 iulie 1975, prin Hotărârea Consiliului de Miniștri 642/iulie 1975, această unitate de învățământ devine *Liceu Economic de Contabilitate și Comerț*.

În 1977 i se atribuie denumirea de *Liceu Economic și de Drept Administrativ*, conform Decretului Consiliului de Stat privind organizarea și funcționarea învățământului liceal din 12 iulie 1977.

În 1990, ca urmare a Ordinului nr. 8269 din 21.06.1990 al Ministerului Învățământului, a luat ființă *Grupul Școlar Economico-Administrativ și de Servicii*, denumire care certifică faptul că, în cadrul unității, funcționau atât clase de liceu, cât și clase de școală profesională, domeniile economic și servicii.

În anul 2002 a obținut titulatura de *colegiu*. Începând cu anul școlar 2009-2010, structura învățământului liceal, în general și a învățământului profesional și tehnic se schimbă, întrucât în urma Ordinului MECI nr. 3312 din 02.03.2009, se renunță la Școala de Arte și Meserii, iar din toamna anului 2009, pentru clasele a IX-a, planurile de școlarizare prevăd locuri doar pentru liceu cu filierele: teoretic, tehnologic și vocațional, cu diverse forme de învățământ: zi, seral și frecvență redusă. Devenind liceu tehnologic, cu profilul servicii, domeniile de pregătire, stabilite prin anexele la acest Ordin MECI sunt: Economic; Turism și alimentație; Comerț. În urma restructurărilor realizate de către Inspectoratul Școlar al Județului Hunedoara, începând cu anul școlar 2010-2011, în cadrul Colegiului Economic „Hermes”, intră ca structură și Școala Generală numărul 7, cu clase de învățământ primar și gimnazial.

Începând cu anul școlar 2013-2014, Școala Gimnazială numărul 7 obține personalitate juridică și nu mai este structură a Colegiului Economic „Hermes” ca urmare a Hotărârii Inspectorului Școlar General al I.S.J. Hunedoara nr. 164/12.06.2013.

În prezent, la învățământul liceal, elevii sunt pregătiți pentru următoarele domenii și calificări:

- ECONOMIC - Tehnician în activități economice;
- TURISM ȘI ALIMENTAȚIE - Tehnician în turism intensiv limba engleză;
 - Tehnician în turism;
 - Tehnician în gastronomie;
 - Organizator banqueting;
- COMERȚ - Tehnician în activități comerț;
 - Tehnician în achiziții și contractări;

La învățământul profesional, cu clase și de învățământ dual, elevii sunt pregătiți pentru următoarele domenii și calificări:

- TURISM ȘI ALIMENTAȚIE - Bucătar;
 - Cofetar – patiser;
 - Ospătar (vânzător) chelner în unități de alimentație;
 - Lucrător hotelier;
- COMERȚ - Comerciant vânzător

La învățământul postliceal, elevii sunt pregătiți pentru următoarele domenii și calificări:

- TURISM ȘI ALIMENTAȚIE - Agent de turism – ghid;
 - Asistent manager unități hoteliere;
 - Organizator de conferințe, congrese, târguri și expoziții;
- AGRICULTURĂ - Tehnician activități de agroturism montan;

(<https://www.colegiul-hermes-petrosani.ro/istoric-liceu/>)

„Fă ceea ce-ți place cu adevărat și nu vei mai munci nici o zi din viața ta!” - Confucius

Atunci când alegi să te pui în slujba educației și a tinerilor, nu alegi doar o profesie! Alegi să îți urmezi vocația, iar atunci când faci totul cu pasiune și dedicație... nimic nu este greu.

„Educația este cea mai puternică armă care poate fi folosită ca să schimbi lumea.”

Nelson Mandela

... Și pentru că educația de calitate pornește de la o bază materială de calitate, ne transformăm în fiecare zi, în fiecare an:

Laboratorul de gastronomie



Biblioteca



Cantina- work in progress!



Sala 1-activități extracurriculare



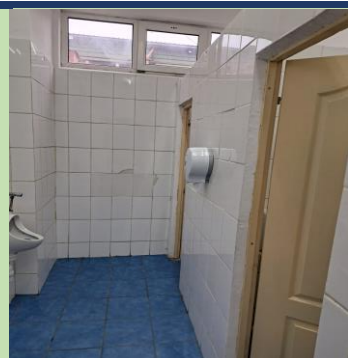
Cabinet matematică



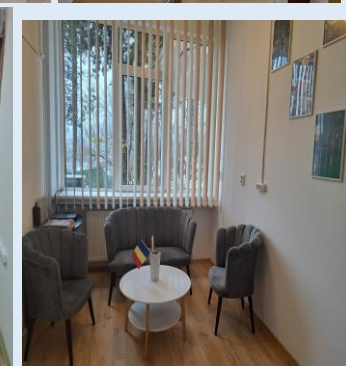
Cabinet limba română



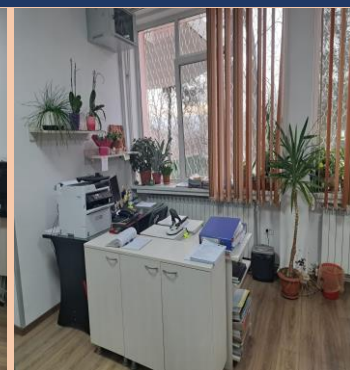
Băi parter



Direcțiune



Secretariat



Frumusețea iernii

Maria Cristina Vălvăresc, a XII-a A



Ochii negrii și lucioși
Sunt cărbuni din sobă scoși.
Sprijinit într-un toiag
Stă-n ogradă un moșneag.

Aruncată pe-o ureche,
Poartă-n cap o pălărie,
Să îi țină de căldură,
Pe întreaga iarnă lungă.

Luna plină a răsărit,
Soarele a adormit,
Iar din cerul luminos
Cade fulgul curios.

Ninge iar și iar!
Toți copiii au fular,
Se întrec cu săniile
Și străbat zăpezile.

Cade fulgul mititel
Peste dealul frumușel,
Totu-i alb și înghețat
Numa' bun de patinat.

Moșul care va veni
Este iubit de copii,
Calculează și citește
Orice scrisoare primește.

Lumina lumii

Raluca Maria Iancu, a XII-a A

Peste pământ s-a așezat
Noaptea ce lumea a schimbat
Și profeția a-mplinit,
S-a coborât din veșnic cer
Dragostea plină de minister
Așa de mult ne-a iubit.

De brațul mamei ocrotit
Rege cuminte și smerit
Gloria Lui și-a lăsat,
Liniștea păcii ne-a stins
Dumnezeirea a cuprins
Neam și popor frământat.

Pruncul născut într-un staul,
Cel ce-a venit pe pământ,
E Mântuitorul nostru.
E al slavei Împărat.
Și ne-a adus bucurie,
Înnoire, fericire.

Tainica stea a luminat
Și-ntunecimea-a destrămat,
Ca să-l putem toți vedea,
Ieslea în rai s-a prefăcut
Când Nemurirea s-a născut
Și ne-a salvat Dragostea.

Omul de zăpadă - Monica Lorincz a X-a D



Parfumul dragostei tale

Adriana Proteasa, a XII-a A

Nu vrem doar despre cadouri
Și iarnă să colindăm!
Nu zâmbim, doar ca în tablouri,
Când dragostea ta o uităm.

Nu vrem o inimă rece
Ce despre Tine a uitat!
Ce nu mai vrea să se aplece
La ieslea ta de împărat.

Vrem Iisus, a ta iubire
Cadou tuturor s-o oferim
Și despre a Ta mântuire
Noi cu toții să vorbim.

Crăciunul îl vreau despre Iisus.
Să fie astăzi, acum!
Cu tradiții creștine
Și al dragostei Tale parfum.

Pruncul Iisus, Daniel Rostaș a X-a D



Sclipiri de iarnă: povestea Crăciunului

Darius Andrei Cuciureanu, a XII-a A



În iarna rece strălucește un colț de lumină,
Sărbători ce-aduc bucurie, încântare divină.
Zăpada dansează sub lumini strălucitoare,
O poveste magică, în suflet să rămână oare?

Colindăm pe străzi în haine împodobite,
Cu dragoste și speranță, inimile unite.
Familii se adună în jurul mesei pline,
Cu bucate alese, povești și cântece fine.

Fulgii de zăpadă dansează ușor,
Pătând pământul în alb cu strălucire,
Magia Crăciunului, clipă de mister,
Lumina sărbătorilor, veșnică iubire.

Familii se adună în jurul bradului împodobit,
Iubirea e darul cel mai de preț împărțit.
Colindele răsună, fulgii cad într-un dans,
Lumina sărbătorilor ne înfășoară, dulce balans.



Tradiții din Valea Jiului

Gabriela Alexandra Dulcescu, a XII-a A

Tradiția spune
Că la ceas de Ignat,
Porcul e pregătit
Și gata de tăiat.
Femeile din sat,
De cu o seară înainte,
Spun *Ghicitoarea lui Ignat*,
Amintind de cele știute,
Pentru a putea pregăti,
Munca de a doua zi.
Casele sunt curate,
Iar bradul cel verde,
Bucuria o vestește,
Pițărăii noștri dragi,
În dimineața de Ajun,
Pornesc frumos la drum,
Cu veselie să ureze,
Nașterea Domnului.
În seara de Ajun,
Cete pornesc la colindat,
Din poartă-n poartă bat,
Din casă-n casă intră.
Cu mere, nuci, colaci
Ei sunt întâmpinați.
După Crăciun,
Aruncă bradul în râu,
Să alunge necazurile,
Relele și grijile. Astfel
Belșugul se împlinește!

Brad de Crăciun, Daniel Rostaș a X-a D



Moș Crăciun, Răzvan Frîncu a IX-a A



Dans

Denisa Alesia Petri, a IX-a A

Ca într-o poveste,
luna își arată fața luminoasă cu sclipiri argintii.
Ninsoarea de fluturi albi se intensifică
clipă de clipă,
iar diafanii fluturi
dansează grațios
un vals doar de ei știut.
Eu mă alătur la dans,
dar fiecare fluture ce mă atinge,
dispare...
eu nu vreau să îi ucid,
așa că îi las să-mi ningă mie pe suflet.



Iarna

Raluca Tufiș, a IX-a A



Iarna a sosit cu greu,
Ea așa vine mereu.
Urcă-ncet pe o alee,
Are-n cap doar o idee:
Vrea s-aștearnă fulgi de nea
Peste teritoriul ei...
Ea a pus pe casa mea
Multă gheață și polei.

Copacii-au rămas pustii,
Totu-n jur e alb... e gheață...
Au plecat spre țări cu soare
Toate păsările călătoare.
Iarna a venit cu greu,
Cu drag o așteptăm mereu,
Cu săniile să ne dăm,
Cu zăpadă s-aruncăm.

Pagina cu Culoare

Colindătorii

Petronela Ștefu, a X-a B



Nașterea Domnului

Anca Ioana Stoica, a XII-a A



Seara de Crăciun

Mădălina Tăzlăuanu, a XII-a A



Iarna pe uliță

Alina Maria Bălțătescu, a X-a B



La o poveste

Valentina Andreea Moise, a XI-a C



Pictură pe sticlă - Ariana Onofrei, a X-a A



Grinch

Denis Ungureanu, a X-a D



Crăciunul lui Grinch

Diana Constantin, a X-a D



Santa Grinch

Monica Lorincz, a X-a D



Lumina sărbătorilor de Crăciun

Melinda Bogdan, clasa a XII-a A



Crăciunul nu este o perioadă, nici un sezon, ci o stare de spirit. Adevăratul spirit al Crăciunului înseamnă să prețuiești pacea și bunăvoința, să oferi din plin compasiune.

La orice vârstă sărbătoarea Crăciunului este percepută ca o sărbătoare a bucuriei, care face să înflorească în sufletele noastre bunătatea și credința. Pe bună dreptate, se spune că dacă spiritul Crăciunului ar ține tot anul, am putea să trăim cu toții într-o lume mai bună. Ca persoane adulte simțim mirosul Crăciunului copilăriei noastre, mirosul de scorțișoară, nucă și vanilie, care cuprindea întreaga casă în toiul pregătirilor din ziua de Ajun. Sărbătoarea este așteptată cu mare entuziasm de toată lumea indiferent de vârstă, se ascultă colinde, se spun povești la gura sobei.

Bradul deține rolul principal. Împodobitul acestuia în Ajunul Crăciunului este cel mai îndrăgit obicei de sărbători la care participă toți membrii familiei. Obiceiul este plin de simboluri cărora li se asociază: **iubire** pentru că este împodobit de întreaga familie; **bucurie** și **fericire**, pentru că sub el sunt cadourile; **magie**, deoarece se spune că Moșul nu vine în casele unde nu este brad; **viață**, **trăinicie** și **sănătate** pentru că este mereu verde, chiar și când afară este zăpadă. Practic, bradul împodobit a devenit centrul sărbătorilor de iarnă.



Să nu uităm de îndrăgitele colinde care însoțesc aceste sărbători minunate. Totul începe în Ajunul Crăciunului, când diminează, cetele de copii cântă bucuroși la geamul gospodarilor, așteptând cu nerăbdare să primească de la gazdă mere, nuci și colăcei. Aprinderea lumânărilor în perioada Crăciunului este o tradiție veche ce reprezintă nașterea lui Iisus și reînnoirea vieții, puritate și speranță, găsirea drumului bun în viață.

Agățarea coronițelor de ușa casei este un obicei originar din Europa unde, de Crăciun, porțile se decorau cu ramuri veșnic verzi, pentru a învia în case spiritele pădurii.



În fiecare an, aștept cu nerăbdare această sărbătoare plină de emoții, împreună cu familia mea, cu colegii și prietenii mei ca să sărbătorim împreună ca într-o mare și fericită familie.



PIȚĂRĂII

Petronela Ștefu, clasa a X-a B

În sudul și vestul țării, oamenii îi numesc pe copii „pițărăi”. Unii poartă colindețe, niște bețe de alun, lungi și groase, decojite în formă de spirală și afumate, ca să fie împetrișate cu alb și negru. Cu ele întetesc focul, ca să fie păsări multe în curte tot anul. Unii ating și vacile, ca să fete viței frumoși, sau vitele bolnave, pentru sănătate. Prin unele sate gazdele le dau copiilor farfurii cu semințe de grâu, dovleac, porumb, iar conducătorul cetei le aruncă în sus ca să crească grânele cât casa. Prin Țara Hațegului, copiii din sate merg împreună în pițărăi. Când apar la capătul uluiței, ies la porți bătrânele, cu coșuri cu mere și pere, dar mai ales cu covrigi și nuci. Copiii trec și strigă: „Rod în grâu, rod în grâu”, luându-și darul.



În ziua de 24 decembrie, în mai toate satele Gorjului, există obiceiul umblatului în pițărăi sau colindeți. În unele părți ale Gorjului, colindeții se dau dis-de-dimineată, în alte sate se dau după ce se lasă seara. La Negomir, de exemplu, toți gospodarii ies la poartă cu un coș de colaci, mere sau biscuiți pentru a le împărți celor plecați în pițărăi. Tinerii și copiii se strâng în capul satului și apoi trec din poartă în poartă pentru a primi ce împart sătenii. În alte sate, plecatul în colindeți are loc în dimineața de Ajun. Datorită faptului că afară este frig, gospodarii le dau tinerilor ieșiți în pițărăi și câte un pahar de băutura caldă. De asemenea, din poartă în poartă gospodarii aprind focuri. Este un obicei foarte-foarte vechi, dar care se păstrează și în ziua de astăzi. Colindeții plecați din casă în casă aveau la gât straițe sau săcuie tradiționale și în mâini colinde, bucați de lemn de alun trecute prin foc și frumos împodobite. Strigătele pițărăilor sunt cele mai frumoase momente. Este o adevărată încântare să vezi cum acest grup de tineri pleacă cu steaguri, împodobite cu flori, năframe, la capătul suportului fiind crucea.

Aceste sărbători ne înfățișează întrunirea în sat a grupului de juni, care sunt îmbrăcați în costume confecționate din lână, cămașă cusută cu mătase neagră, cu fir auriu, căciula de piele de astrahan și cojocul din piele de miel.

Grupul devine din ce în ce mai mare, adunând toți tinerii din sat. Sărbătoarea se încheie printr-o mare horă, formată din toți locuitorii satului.

Cu ce ne lăudăm!

REZULTATE LA OLIMPIADE ȘI CONCURSURI ȘCOLARE

AN ȘCOLAR 2022-2023

Concursul județean „Să traducem împreună”, prof. coordonator Ionițoiu Mihaela

PREMIUL I – Potoroacă Paul, clasa a X-a A

PREMIUL III – Piper Andrada Georgeana, clasa a XI-a B

Iarna de la fereastra mea, prof. coordonator Keberle Liliana

PREMIUL I – Achelărițe Ionela, clasa a XI-a A

PREMIUL II – Gherman Raluca, clasa a IX-a B

PREMIUL II – Stoica Ioan Claudiu, clasa a X-a A

PREMIUL II – Stoica Anca Ioana, clasa a XI-a A

PREMIUL III – Cuciureanu Darius, clasa a XI-a A

PREMIUL III – Moise Valentina, clasa a X-a C

Proiect educativ județean „Suntem copiii Europei”, prof. coordonator Keberle Liliana

PREMIUL I – Stoica Anca Ioana, clasa a XI-a A

PREMIUL II – Dulcescu Denis, clasa a IX-a B

**Proiect educativ regional „Nichita Stănescu - poetul Necuvintelor - opera și limbajul poetic”,
prof. coordonator Keberle Liliana**

PREMIUL II – Stoica Anca Ioana, clasa a XI-a A

PREMIUL III – Morțilă Denis Gabriel, clasa a XI-a A

Proiect educativ județean „Justiția pentru tineri”, prof. coordonator Keberle Liliana

PREMIUL III – Cuciureanu Darius, clasa a XI-a A

Concurs pentru elevi „Pe firul apei”, prof. coordonator Keberle Liliana

Premiul II – Stoica Anca Ioana, clasa a XI-a A

„Valențe educative în context european”, prof. coordonator Boboc Irina

PREMIUL I – Leach Ștefan David, clasa a XI-a B

Proiect educativ regional „Nichita Stănescu - poetul Necuvintelor - opera și limbajul poetic”,

prof. coordonator Boboc Irina

PREMIUL II – Oprea Raluca Andreea, clasa a XI-a B

Festivalul „Interculturalitate și Spiritualitate” ediția a XI-a – Concursul de creație „Costumul meu popular”, prof. coordonator Tănăsie Alina

PREMIUL I – Ungureanu Ryana, clasa a IX-a D

Concursul „Gânduri închise în caligrame”, prof. coordonator Tănăsie Alina

PREMIUL III – Ungureanu Ryana, clasa a IX-a D

Concursul de matematică aplicată „Adolf Haimovici”

MENȚIUNE – Piper Andrada , clasa a XI-a B, prof.coordonator Dumitrașcu Gabriela

MENȚIUNE – Axiniei Andra, clasa a XII-a A, prof.coordonator Munteanu Cristian

Proiect educațional județean Concursul Interjudețean de Matematică Aplicată în Economie

Sibiu, prof.coordonatori Huszar Otilia, Dumitrașcu Gabriela, Bădescu Maria

MENȚIUNE – Opre Raluca, Smădoi Silvana, clasa a IX-a A

Simpozionul Național Studentesc „Student, Știință, Societate”, prof. coordonator Năstasie Cristina

MENȚIUNE – Stoica Anca-Ioana, clasa a XI-a A

Olimpiada de Inovare și Creație Digitală – faza județeană, prof. coordonator Petrescu Florentina

MENTIUNE – Dinculeanu Flavius, Dăncescu Nicolae, clasa a X-a A

Concursul Regional „Mari români”, prof. coordonator Petrescu Florentina

PREMIUL I – Trif Vlad Daniel, clasa a XI-a A

Concursul Interjudețean de artă fotografică „Pasărea măiastră”, prof. coordonator Petrescu Florentina

PREMIUL III – Brescan Georgiana Andreea, clasa a IX-a A

Concursul Național „Familia mea”, prof. coordonator Petrescu Florentina

PREMIUL I – Căldăraru Sabrina Ștefania, clasa a X-a A

PREMIUL II – Onofrei Elena Ariana, clasa a IX-a A

Concursul Regional „Repere culturale românești”, prof. coordonator Petrescu Florentina

PREMIUL I – Onofrei Elena Ariana, clasa a IX-a A

Concursul Național „Lumea din cuvinte și culoare”, prof. coordonator Petrescu Florentina

MENTIUNE – Onofrei Elena Ariana, clasa a IX-a A

Concursul Regional Transdisciplinar „Povești călătore”, prof. coordonator Petrescu Florentina

PREMIUL I – Onofrei Elena Ariana, clasa a IX-a A

PREMIUL III – Vasion Anca, clasa a XI-a B

MENTIUNE – Achelărițe Ionela Almaya, clasa a XI-a A

MENTIUNE – Ungureanu Ryanna, clasa a IX-a D

Concursul Regional de artă fotografică „Magia ZOOM”, prof. coordonator Petrescu Florentina

PREMIUL III – Vasion Anca, clasa a XI-a B

Simpozionul Regional ”Carmen Sylva”, prof. coordonator Petrescu Florentina

PREMIUL II – Achelărițe Ionela Almaya, clasa a XI-a A

PREMIUL III – Onofrei Elena Ariana, clasa a IX-a A

MENTIUNE – Varadi Eduard Claudiu, clasa a IX-a A

CONCURSUL de POSTERE - Bicicleta – alternativa verde - Protejăm mediul și economisim energie – Bicicleta, mai actuală ca niciodată!, prof.coordonator Huszar Otilia

PREMIUL PENTRU CEL MAI CREATIV POSTER – Opre Raluca, Onofrei Ariana, Smădoi Silvana, clasa a IX-a A

Editia a XI-a a TÂRGULUI JUDEȚEAN AL FIRMELOR DE EXERCİȚIU „Din școală în viață prin firma de exercițiu”

- Firma de exercițiu **Summer Edition SRL**, prof. coordonatori Costea Dacia, Năstasie Cristina - clasa a XI-a A: Dulcescu Gabriela Alexandra, Vâlvăresc Maria Cristina; clasa a X-a B: Coman Raluca Maria, Zaharia Maria Cristina, Zarcu Alexandra Maria, Gâlie Denisa Valentina

- Secțiunea: „Standul firmei” - PREMIUL I	„Slogan și siglă” - PREMIUL II
„Spot publicitar” - PREMIUL II	„Site-ul firmei” - PREMIUL III
„Diversitatea materialelor” - MENTIUNE	„Catalogul firmei” - MENTIUNE
„Număr de tranzacții” - MENTIUNE	„Prezentarea firmei” - Premiul III

- Firma de exercițiu **„Team 11 SRL”**, prof. coordonator Popescu Margareta - clasa a X-a A: Stratulat Giorgiana, Căldărar Ștefania, Pușchiu Diana, Vladu Robert, Strat Ianis, Aldea Lorena

„Catalogul firmei” - PREMIUL III	„Prezentarea firmei” - Premiul III
„Standul firmei” - PREMIUL II	

- Firma de exercițiu **„DC CAFFE”**, prof. coordonator Popescu Margareta - clasa a XII-a B: Tănase Laurențiu, Alexa Cristian, Danciu Diana, Țibulcă Delia, Tătar Ianis

„Standul firmei” - PREMIUL III	„Spot publicitar” - MENTIUNE
„Popularitate” - PREMIUL II	

- Firma de exercițiu **„HERMES VENTURE”**, prof. coordonator Popescu Margareta - clasa a XI-a B: Leach Ștefan, Pană Alesia, Ciurea Alexandra, Lascău Lorena, Klauszman Noemi, Borbely Sabrina, Vasion Anca, Stroi Irina, Vocaci Adelian, Buleandră Remina

„Standul firmei” - PREMIUL III	„Prezentarea firmei” - PREMIUL I
„Mascota firmei” - PREMIUL II	„Site-ul firmei” - MENTIUNE
„Slogan și siglă” - MENTIUNE	

- Firma de exercițiu **„KNITS CAFFE”**, prof. coordonator Popescu Margareta - clasa a XII-a B: Ionică Eugen, Stroi Natalya, Gogulescu Naomi, Koracsony Jasmina, Bălan Alexandru

„Standul firmei” - PREMIUL I	„Prezentarea firmei” - PREMIUL I
„Popularitate” - MENTIUNE	„Slogan și siglă” - MENTIUNE

- Firma de exercițiu **„POPASUL URȘILOR”**, prof. coordonator Popescu Margareta - clasa a X-a A: Șoimu Aida, Simonca Andreea, Ciorteș Andreea, Stoian Delia, Stoica Ionuț, Micu Giorgiana

„Standul firmei” - PREMIUL III	„Catalogul firmei” - MENTIUNE
„Prezentarea firmei” - MENTIUNE	

- Firma de exercițiu „**SUMMER VIP**”, prof. coordonator **Popescu Margareta** - clasa a XII-a B: Dobrea Raluca, Hriscu Tony, Drăgulescu Bogdan, Iosza Adina, Cioantă Liviu

„Standul firmei” - **PREMIUL III**

- Firma de exercițiu **PART4YOU**, prof. coordonator **Huszar Otilia** - clasa a IX-a A: Onofrei Ariana, Miclea Silviu, Neaga Stefan, Cruceru Marius, Varadi Eduard, Potoroaca Tudor, Albastoiu Melida, Fulger Vlad

„Standul firmei” - **PREMIUL I**

„Slogan și siglă” - **MENȚIUNE**

„Spot publicitar” - **PREMIUL I**

„Site-ul firmei” - **PREMIUL I**

„Diversitatea materialelor” - **PREMIUL II**

„Catalogul firmei” - **PREMIUL II**

„Număr de tranzacții” - **PREMIUL I**

„Prezentarea firmei” - **PREMIUL I**

„Mascota firmei” - **PREMIUL III**

„Popularitate” - **PREMIUL I**

„Cea mai bună FE” - **PREMIUL I**

Proiect educativ județean „Stop obezității! Vreau să fiu sănătos!”

– prof. coordonator **Năstasie Cristina**: **PREMIUL I** - Costinaș Mihai-Andrei, clasa a XI-a C

PREMIUL I - Pripici Florin, clasa a XI-a C

PREMIUL III - Damian Ionela, clasa a X-a D

MENȚIUNE - Zaharia Teodora, clasa a X-a D

– prof. coordonator **Petrescu Florentina**: **PREMIUL I** - Achelărițe Almaya, clasa a XI-a A

– prof. coordonator **Pascal Rodica**: **PREMIUL I** - Moise Valentina Andreea, clasa a X-a C

PREMIUL II - Șerban Andreea, clasa a X-a C

– prof. coordonator **Popescu Margareta**: **PREMIUL I** - Pană Alesia Denisa, clasa a XI-a B

PREMIUL III - Stoi Delia Romelia clasa a X-a A

OLIMPIADA NAȚIONALĂ A SPORTULUI ȘCOLAR - etapa județeană, prof. coordonator **Țopescu Doina**

LOCUL I handbal băieți - calificată la etapa de zonă: Enache Iustin Fernando, Iftimie Ciprian Andrei, Oprea Liviu, Chiribuc Bogdan Ștefan, Burlacu Mihai Denis, Turan Antony Roberto, Grosu Lucian Ștefan, Răspopa Beniamin Flavius, Vladu Robert, Burlec Alexandru Adrian, Stoic Raul, David Antonio;

LOCUL I rugby - calificată la etapa de zonă: Alexa Cristian Andrei, Radu Andrei Ionuț, Iftimie Ciprian Andrei, Chiribuc Bogdan Ștefan, Burlec Alexandru Adrian, Stoic Raul, David Antonio,

Răspopa Benjamin Flavius, Vladu Robert, Hariton Bianca Daniela, Moldovan Iulia Loredana, Vasion Anca Ioana;

LOCUL I volei băieți - calificată la etapa de zonă: Oprea Liviu, Cristea Robert, Chiribuc Bogdan Ștefan, Burlacu Mihai Denis, Răspopa Benjamin Flavius, Vladu Robert, Voina Dumitru Andrei, Iftimie Ciprian Andrei, Jugravu Alexandru, Lițică Cristian;

LOCUL II baschet băieți: Vladu Robert, Răspopa Benjamin Flavius, Cristea Robert, Trif Vlad Daniel, Pîntea Mihai Alexandru, Morțilă Denis Gabriel, Oprea Liviu, Oprean Alexandru Alin, Șerban Dragoș, Strat Ianis;

LOCUL III baschet fete: Țibulcă Delia, Guță Raluca, Barthă Diana, Harabagiu Timeea, Rache Diana Cristina, Șerban Andreea Lucreția, Meszaroș Ioana Melania, Moldovan Iulia Loredana, Chiriac Ionela Daniela, Hariton Bianca, Spătaru Gabriela Andreea;

LOCUL IV volei fete: Rache Diana, Tămășescu Adina, Urzică Daniela, Boantă Diana, Stratulat Georgiana, Dobre Ingrid, Todeciu Raluca, Mitroi Daria Teodora, Șerban Andreea, Harabagiu Timeea, Raczek Flavia, Todeciu Daria;

LOCUL V fotbal fete U16

LOCUL V fotbal băieți U16

Concurs pe meserii, faza județeană, prof. coordonator Pascal Rodica

- Calificarea bucătar - **PREMIUL I** – Costinaș Andrei, clasa a XI-a C
- Calificarea ospătar (chelner) vânzător în unități de alimentație - **PREMIUL I** – Pripici Florin, clasa a XI-a C

Concursul național „Alege! Este dreptul tău!”, prof. coordonator Popescu Margareta

PARTICIPARE – Stoian Delia Romelia, clasa a XI-a A

Olimpiada națională - Aria tehnologii - faza județeană

- **prof. coordonatori Popescu Margareta, Tetileanu Mihaela**

MENTIUNE – Lăscău Maria-Lorena, clasa a XI-a B

PARTICIPARE – Ciurea Alexandra-Maria, clasa a XI-a B

- **prof. coordonatori Popescu Margareta, Sele Florentina, Huszar Otilia**

PARTICIPARE – Pîntea Mihai Alexandru, clasa a XI-a A

PARTICIPARE – Trif Vlad Daniel, clasa a XI-a A

PARTICIPARE – Stoica Anca-Ioana, clasa a XI-a A

Intermittent fasting

prof. Rodica Pascal

Ce înseamnă postul intermitent?

Postul intermitent reprezintă un model alimentar caracterizat de perioade alternative de abținere de la alimente. Acesta pornește de la 12 ore pe zi și poate dura mai multe zile. De asemenea, postul intermitent presupune respectarea aceluiași program de fasting în fiecare săptămână.

Practic, ținem post alimentar în fiecare noapte, în timpul somnului. Însă, postul intermitent presupune o durată mai lungă de fasting, precum și un orar stabil al acestuia. Cu alte cuvinte, prelungind postul alimentar din timpul nopții pe parcursul zilei, poți obține intermittent fasting. De asemenea, acesta poate presupune și unele *reguli*.

Principiul de bază al postului intermitent se bazează pe ideea că organismul uman este adaptat să funcționeze eficient atât în perioade de abundență alimentară, cât și în perioade de lipsă a hranei.

Postul intermitent sau intermittent fasting este una dintre cele mai noi tendințe în materie de nutriție. În ultimul timp, multe persoane, din dorința de a **scădea în greutate rapid**, folosesc intermittent fasting și sunt încurajate de rezultatele de moment.



Sunt studii care demonstrează beneficii potențiale pentru sănătate ale acestui model alimentar. Totuși, puțini dintre cei care aleg acest stil de viață respectă recomandările unei alimentații sănătoase. Dacă se optează pentru o dietă nesănătoasă și dezechilibrată, postul intermitent poate fi asociat mai degrabă cu riscuri decât cu beneficii.

Există mai multe tipuri de post intermitent, fiecare cu propriile sale reguli și formate de programare a meselor. Intermittent fasting poate fi adaptat în funcție de programul individual. Astfel, poți alege ceea ce ți se potrivește cel mai bine:

Postul de 12 ore

Acesta presupune o durată a abținerei de la alimente de 12 ore, fiind cel mai simplu program de fasting. Acest lucru înseamnă, spre exemplu, că vei lua în fiecare zi micul dejun la 8 dimineața, iar ultima masă la 8 seara.

Postul de 14 ore

Acesta poate însemna că micul dejun este luat zilnic la 7 dimineața, iar cina la ora 17. Practic, îți vei organiza mesele într-un interval de 10 ore, în funcție de programul zilnic. Unele persoane preferă să înceapă meniul direct cu prânzul, astfel încât să poată lua ultima masă mai târziu.

Postul de 16 ore

Dieta cu post de 16 ore presupune consumul zilnic al meselor într-o fereastră de 8 ore, cum ar fi de la ora 10 la 18. Unele cercetări sugerează că minim 16 ore de fasting sunt necesare pentru a te bucura de beneficiile acestui model alimentar, fiind cel mai recomandat tip de post intermitent. În plus, poți integra cu ușurință cele 3 mese principale în această perioadă, dar chiar și 2 gustări. Astfel, te asiguri ca ai un aport nutritiv cât mai echilibrat.

Postul de 18 ore

Postul de 18 ore înseamnă că va trebui să mănânci zilnic într-o fereastră de 6 ore, cum ar fi între orele 10 și 16. Totuși, pentru că în acest caz, fereastră de timp este mult mai redusă, poate fi dificil să ai o dietă care să îți furnizeze toți nutrienții necesari.



Postul de 24 de ore

Acesta presupune abținerea totală de la mâncare pe o perioadă de 24 de ore și poate fi realizat prin:

- ✓ *post alternativ*: zilele de fasting sunt alternate cu cele în care te alimentezi normal și fără restricții. Cu alte cuvinte, o zi mănânci, una nu.
- ✓ *post 5:2*: se aleg 2 zile neconsecutive pe săptămână, în care se ține post timp de 24 de ore. Celelalte 5 zile presupun o alimentație obișnuită.
- ✓ *post de o zi pe săptămână*: se alege o singură zi pe săptămână pentru post alimentar de 24 de ore.
- ✓ *alt tip de post 5:2* – 2 zile pe săptămână poți opta pentru un meniu sărac în calorii, în loc să ții fasting (2, 3). Totuși, postul de 24 de ore se asociază cu mai multe riscuri, în special, cel alternativ.

Ce beneficii are postul intermitent?

Practica postului intermitent a câștigat popularitate în ultimii ani, datorită numeroaselor beneficii pe care le poate aduce organismului. Studiile sugerează că postul intermitent ar putea avea următoarele beneficii pentru sănătate:

- ✓ *reducerea riscului de boli cardiovasculare*: ar putea scădea colesterolul total, LDL („rău”) și trigliceridele, factori de risc cardiovasculari. De asemenea, ar putea crește nivelul colesterolului „bun” sau HDL.
- ✓ *îmbunătățirea controlului glicemic*: postul intermitent ar putea îmbunătăți sensibilitatea la insulină, ceea ce reduce glicemia pe nemâncate. (acest model alimentar nu se recomandă persoanelor cu diabet zaharat aflați sub tratament, din cauza riscului de hipoglicemie).
- ✓ *susținerea metabolismului și ameliorarea sindromului metabolic* – fastingul de minim 14 ore poate ameliora sindromul metabolic prin scăderea glicemiei, poate echilibra nivelul de grăsimi din sânge, reduce circumferința abdominală, grăsimea viscerală și corporală.
- ✓ *scăderea inflamației, stresului oxidativ și riscului de boli cronice* – postul intermitent poate reduce atât inflamația, cât și stresul oxidativ. Astfel, ar putea contribui la scăderea riscului de cancer, boli neurodegenerative și inflamatorii.
- ✓ *scăderea în greutate* – dintre tipurile de fasting, cel de 16 ore pe zi s-a dovedit cel mai util pentru slăbit. În perioadele de post alimentar, organismul utilizează depozitele de glucoză, apoi de grăsimi, pentru a obține energie.

De asemenea, ritmul circadian poate influența consumul de energie. O masă luată dimineața produce un consum energetic mai mare prin termogeneză, comparativ cu aceeași masă luată seara. Așadar, poate fi mai util să îți organizezi mesele în prima parte a zilei. Oricum, calitatea alimentației contează foarte mult pentru a obține beneficiile postului intermitent.

Riscuri și contraindicații ale postului intermitent

Riscurile și contraindicațiile postului intermitent trebuie luate în considerare înainte de a adopta această metodă de alimentație. Intermittent fasting se asociază frecvent cu risc de hipoglicemie și deshidratare, ceea ce poate provoca:

- oboseală;
- iritabilitate;
- tulburări ale dispoziției;
- foame excesivă;

- anxietate;
- dificultăți de concentrare;
- creșterea nivelului de stres;
- tulburări de somn;
- disconfort gastric;
- amețeli;
- dureri de cap;
- posibile căzături și fracturi.

De asemenea, abținerea prelungită de la mâncare poate duce la supraalimentare și mâncat compulsiv în perioadele de alimentare. Riscurile cresc dacă perioada de post alimentar este mai lungă. Pe de altă parte, un meniu dezechilibrat în perioadele de alimentare poate însemna și un aport deficitar de calorii și nutrienți.

Postul alimentar ne poate împiedica să respectăm recomandările unei alimentații sănătoase. Acest lucru se asociază cu deficiențe nutriționale, ceea ce poate afecta buna funcționare a organismului. În plus, în cazul unei alimentații hipocalorice prelungite, te poți confrunta cu efectul yo-yo. Acest lucru înseamnă că, după reluarea dietei obișnuite, vei recâștiga rapid kilogramele pierdute.

Cum să gestionezi efectele secundare ale postului intermitent?

Recunoașterea și înțelegerea efectelor secundare ale postului intermitent este crucială pentru a putea gestiona și diminua impactul acestora asupra organismului. Este normal ca în primele zile să resimți senzația de foame, oboseală, iritabilitate sau scăderea performanței fizice. Acestea sunt reacții normale ale organismului în perioadele de post, când acesta se adaptează la noile condiții alimentare.

Pentru a gestiona aceste efecte secundare, **hidratarea adecvată** este esențială. Consumul suficient de apă poate ajuta la ameliorarea senzației de foame și poate oferi energie organismului. În plus, hidratarea corectă este importantă pentru buna funcționare a organismului în general.

O **alimentație echilibrată** în perioadele de ne-post este, de asemenea, esențială. Este important să consumi alimente sănătoase și echilibrate, care să furnizeze organismului nutrienții necesari și să mențină nivelurile de energie. Aceasta poate ajuta la combaterea senzației de foame și la asigurarea unui aport adecvat de nutrienți.

Adaptarea treptată - începerea postului intermitent gradual, cu un post de 12 ore pe zi, apoi mărirea treptată a intervalului de post, poate permite organismului să se adapteze treptat la noul regim alimentar.

Deși postul intermitent poate avea numeroase beneficii pentru sănătate, este important să fim conștienți de efectele secundare și să le gestionăm într-un mod adecvat.

Aspecte cheie de luat în considerare în perioada postul intermitent

- în perioada de post alimentar, poți consuma doar apă, cafea sau băuturi cu zero calorii. Bea minim 8 pahare de apă pe zi.
- respectă un orar stabil de fasting. De exemplu, alege aceeași zi din săptămână pentru postul de 24 de ore de o zi. Pentru postul de 12-18 ore, urmează zilnic același orar al meselor.
- nu începe brusc cu post intermitent zilnic. Poți începe cu perioade scurte de fasting.
- în perioada în care te alimentezi, încearcă să respecti cât mai mult recomandările unei diete sănătoase și să eviți alimentele procesate. Fastingul nu înseamnă că poți mânca orice fără riscuri.
- Nu sări peste micul dejun sau peste cină. Mai degrabă, încearcă să îți reorganizezi toate mesele în intervalul orar ales. Poți lua în considerare și diferite produse naturale sau suplimente alimentare pentru creșterea aportului de nutrienți.
- dacă scopul tău este să slăbești, optează în plus pentru o restricție calorică zilnică de 500-600 kcal, pentru alegeri alimentare sănătoase și activitate fizică regulată.

Prin urmare, postul intermitent este un model alimentar ce poate aduce beneficii sănătății. Pentru că se asociază însă și cu riscuri, este indicat să discuți cu medicul înainte de a-l adopta.

Dacă optezi pentru acest stil de viață, asigură-te că dieta este variată, echilibrată și sănătoasă!

Bibliografie:

- Bracht, Petra, *Postul intermitent. Cea mai simplă formulă pentru longevitate, suplețe și sănătate*, Editura Paralela 45, Pitești, 2023
- Dr. Rădulescu, Vasi, *Fasting: regula 6/18 Lasă pe mâine ce poți mânca azi*, Editura Readers Do Good, 2022



OMUL DEMN (*HOMO DIGNISSIMUS*)

prof. Maria Șchiopu

„Toate ființele umane se nasc libere și egale în demnitate și în drepturi. Ele sunt înzestrate cu rațiune și conștiință și trebuie să se comporte unele față de altele în spiritul fraternității.”

- Declarația Universală a Drepturilor Omului -

Umanitatea, afirma Kant, este ea însăși o demnitate. Prin urmare, este o necesitate morală, o datorie să-i tratăm pe oameni respectând legea morală, care ne spune că orice om este scop în sine și nu doar mijloc pentru interesele noastre egoiste.

Din momentul apariției și până în zilele noastre, omul se află în centrul investigațiilor științifice și filosofice. Fiind o ființă dotată cu rațiune, omul este cercetat fie în sens metafizic, fie în sens moral sau din alt punct de vedere, accentuându-se omenescul, virtuțile lui, demnitatea pe care o manifestă sau alte calități. În acest context, remarcăm că pe parcursul evoluției gândirii filosofice au fost expuse mai multe viziuni și concepții privind omul și virtuțile sale.

Aristotel a numit omul animal politic, Rabelais afirma că omul este un animal care râde, J. Cardan l-a numit pe om animal care e dispus să mintă, să inducă lumea în eroare. A. Schopenhauer considera omul ca fiind un animal tragic, al cărui instinct nu este convins în acțiuni chibzuite și argumentate. În dialogul *Protagoras* Platon examinează omul atât ca ființă problematică, cât și ca ființă cu aptitudini orientate spre activitate (*Homo faber*). Apreciind omul, Cicerone accentuează faptul că acesta posedă rațiune, iar de aici și aprecierea *Homo sapiens*. A.



Comte se referă la o „știință a omului”, iar W. Dilthey – la o „știință despre om”. Hegel consideră că sarcina istoriei rezidă în a îndeplini funcția de metodă de investigare a realităților umane.

Antropologia filosofică contemporană evidențiază un șir de aprecieri noi: *homo oeconomicus*, *homo significus*, *homo religious*, *homo ecologicus*, *homo moralis*, *homo politicus* etc.

Fiecare dintre aceste aprecieri conține anumite elemente de adevăr, deoarece în fiecare din ele este făcută încercarea de a explica că omul a devenit – ființă cu un statut ontic propriu, în virtutea

utilizării rațiunii și imaginii creatoare. În practica socială contemporană atât de contradictorie a omului ar putea să apară și alte noțiuni - aprecieri ale ființei umane.

Una dintre aceste noi noțiuni - aprecieri ar putea fi *Homo summae dignis* (sau *dignissimus*), noțiune care ar cuprinde, ar reflecta calitatea omului de a fi demn, aptitudinea de a avea prestigiu social și moral, de a fi o adevărată autoritate morală.

Demnitate, din latină *dignitas* - *demn* este un termen abstract, care indică calitatea reacțiilor, comportamentului unei persoane; calitatea de a fi demn, atitudine demnă; autoritate morală, prestigiu; gravitate, măreție; funcție sau însărcinare înaltă în stat; rang. Demnitatea arată valoarea, cinstea, meritele morale, gradul de prețuire ca și rangul atins de o persoană în cadrul societății.

În învățătura creștină, demnitatea umană este un dar divin, care indiferent de condițiile în care trăiește individul, ia ca exemplu chipul lui Dumnezeu. În societate, sub forma termenului de demnitate se mai poate înțelege autonomia și libertatea gândirii, cât și a comportamentului unui individ.



La nivel filosofic, demnitatea umană este definită ca fiind ceva intrinsec. Ne naștem cu ea, este amprenta noastră supremă de ființe umane. Astfel, Immanuel Kant scria: „Lucrurile au o calitate atunci când le putem folosi. De exemplu, pantofii sunt de calitate dacă ne vin bine și putem alerga cu ei. Dacă pantofii se strică și nimeni nu mai

poate alerga în ei, nu mai au nici o calitate. Cu oamenii e diferit. Oamenii au valoare. Chiar dacă sunt bolnavi. Chiar dacă nu pot lucra. Vorbind despre valoare, vorbim despre demnitate. Și fiecare persoană are această demnitate, pentru că este om”.

La nivel legislativ, demnitatea umană definește „valoarea egală a tuturor oamenilor”, prevede drepturi egale pentru toți, indiferent de originea, sexul, vârsta, religia, limba, statutul social, cetățenia, opiniile politice sau de altă natură ale unei persoane. În 1948, recunoașterea



demnității umane a fost chiar inclusă în Declarația Universală a Drepturilor Omului, pe motiv că aceasta „constituie fundamentul libertății, al dreptății și al păcii în lume”, constituind nu doar un drept fundamental în sine, ci reprezentând „însuși temelul drepturilor fundamentale”.

Principiul demnității funcționează ca o constantă a drepturilor omului și se regăsește atât în codurile morale, cât și în cele deontologice ale diferitelor profesii ori în reglementările juridice naționale și internaționale.

Homo summae dignis (dignissimus) este o noțiune care reprezintă o nouă stare calitativă (am putea spune chiar un salt calitativ esențial) a devenirii omului și a societății. Și această nouă stare sau salt calitativ demonstrează că umanitatea continuă cu înverșunare dezvoltarea sa ascendentă și contradictorie.

Demnitatea poate fi examinată nu numai ca una din manifestările moralei (categoriile), la fel ca și alte categorii ale ei (binele și răul, datoria, sensul vieții), ci ca o anumită temelie, din care iau naștere celelalte categorii sau virtuți morale.



Această calitate sau virtute morală e necesară mai ales astăzi, când mulți oameni, din cauza destinului vitreg, nu-și pot păstra cu adevărat demnitatea și nu se pot afirma în măsură cuvenită în societatea contemporană. Dar omul nu poate fi lipsit de demnitate, după cum nu poate fi lipsit de sufletul său. Demnitatea se prezintă ca dimensiune umană de primă valoare.

Omul este valoarea supremă care se dezvoltă numai în procesul de interacțiune a sistemului om - societate. Și drept confirmare este conceperea demnității, în viziunea lui La Rochefoucauld: „Există o demnitate care nu depinde de noroc: este o anumită atitudine care ne distinge și care pare a ne destina pentru lucruri mari: este prețuirea pe care ne-o dăm singuri, fără a ne da seama, prin această calitate câștigăm respectul celorlalți oameni și de obicei este aceea care ne pune deasupra lor mai mult decât nașterea, funcțiile și deci însuși meritul”.

În practica socială, se realizează în mod concret faptul că interacțiunea și interdependența om - societate exprimă în mod adecvat esența noțiunii (categoriei) de demnitate. Astfel, categoria „demnitate” necesită a fi examinată împreună cu categoria „cinste”. Deci „cinstea” și „demnitatea” reprezintă două categorii - noțiuni corelative care exprimă valoarea morală

supremă a omului. Prin cinste se subînțelege aprecierea socială a omului, recunoașterea nemijlocită a demnității lui reale.

Cinstea, fiind un stimulent adecvat privind îndeplinirea de către om a datoriei sale sociale, se manifestă, de regulă, în activitatea socială în formă concretă de cinste profesională (etica profesională).

Concepută și interpretată astfel, cinstea cuprinde conștientizarea importanței sociale a profesiei, a mândriei și dragostei profesionale care generează creativitate și avânt spiritual.

Respectarea principiilor eticii profesionale contribuie la o utilizare eficientă și argumentată a aptitudinilor adecvate individuale ale omului. Ambele categorii, cinstea și demnitatea umană, necesită a fi examinate din punctul de vedere al conținutului lor prin prisma generalului, singularului și particularului.

Demnitatea umană este o necesitate și în același timp, o condiție de care este legată însăși existența ființei umane ca individ, ca „homo sapiens”. Nu în zadar în toate actele internaționale de rând cu proclamarea drepturilor omului se subliniază obligativitatea respectării demnității umane, demnitatea fizică într-o egală măsură cu demnitatea morală.

În concluzie, demnitatea ar însemna calitatea de a fi respectabil și respectat. Evident, propria noastră imagine asupra demnității se reflectă în primul rând în viața cotidiană. Nu suportăm ușor să fim jigniți, drept urmare răspundem la o jignire printr-o replică în care calitatea de a fi demn este pusă în valoare. Cerem ca părerile noastre să fie respectate, chiar dacă aceste păreri nu sunt neapărat adoptate. Încercăm să ne educăm copiii să fie și ei respectabili, deci demni, atunci când vor crește mari.

Sentimentul demnității umane nu trebuie să depindă de împrejurări, nici de bogăție, nici de proveniență socială, nici chiar de noroc. Ea trebuie să persiste mereu între oameni, ca un element indispensabil oricărei societăți. Se susține că există o demnitate care nu atâră de noroc; este o anumită atitudine care ne distinge și care pare a ne destina pentru lucruri mari; este prețuirea pe care ne-o dăm noi înșine fără a ne da seama; prin această calitate câștigăm respectul celorlalți oameni și, de obicei, ea este aceea care ne pune deasupra lor mai mult decât nașterea, funcțiile și decât însuși meritul.



Demnitatea este o calitate a ființei umane, dar și a popoarelor. Ea vine de la om, și se reflectă în om. Schiller, adresându-se semenilor, nota: „Demnitatea umană e în mâinile voastre, păstrați-o. Ea coboară o dată cu voi! Cu voi se va înălța!”

Bibliografie:

1. *Filosofia greacă până la Platon. P. I-VII.*, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1979
2. Scheler, Max, *Poziția omului în cosmos*, Editura Paralela 45, București, 2003
3. Surdu, Alexandru, *Filosofia contemporană*, Editura Paideia, București, 2003
 - <https://www.readcube.com/articles/10.2139/ssrn.2578548>
 - <https://dilemaveche.ro/sectiune/tema-saptamanii/demnitatea-in-vremurile-retelelor-sociale-2309280.html>
 - https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/06%20Dimensiuni%20si%20interpretari%20ale%20demnitatii%20umane
 - <https://uzpr.ro/22/02/2021/demnitatea-umana-si-nationala/>

Utilizarea platformei Nearpod pentru predarea în sistem blended learning a lecției „Operații pe piața monetară. Băncile, creditul și dobânda”

prof. Dacia-Petronela Costea

Lecția se poate vizualiza pe acest link:

https://app.nearpod.com/?pin=A9F3E5DD48D3CACFE335D77A85F7CF68-1&&utm_source=link

Nearpod este un site web și un instrument digital bazat pe aplicații, care le permite profesorilor să creeze resurse de învățare bazate pe diapozitive, care sunt



interactive, pentru a stimula elevii să se implice activ și să învețe. **Nearpod** îi ajută pe profesori să facă orice lecție interactivă, în sala de clasă sau în cea virtuală, deoarece oferă posibilitatea creării de prezentări interactive prin inserarea de activități cum sunt *chestionarele*, *videoclipurile*, *panourile de colaborare*.

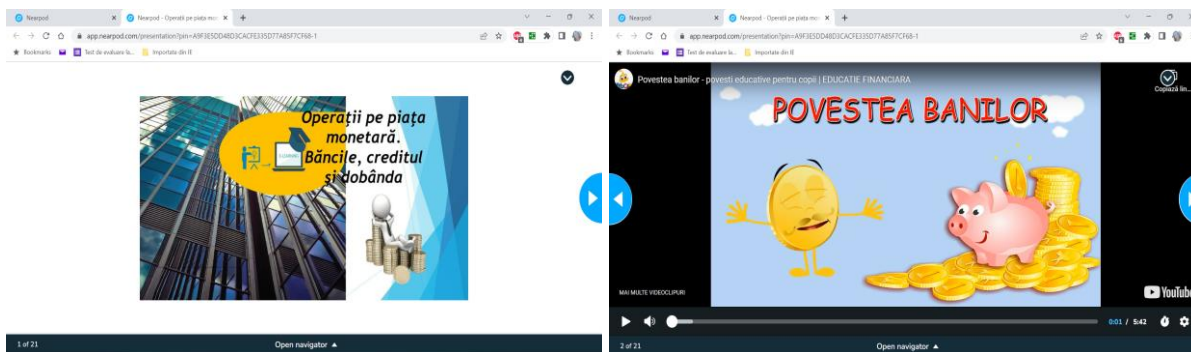
Profesorii pot utiliza lecțiile existente pe platformă, pot ei înșiși să creeze lecții sau pot încărca lecții de pe dispozitivele personale pe care mai apoi să le facă interactive folosind

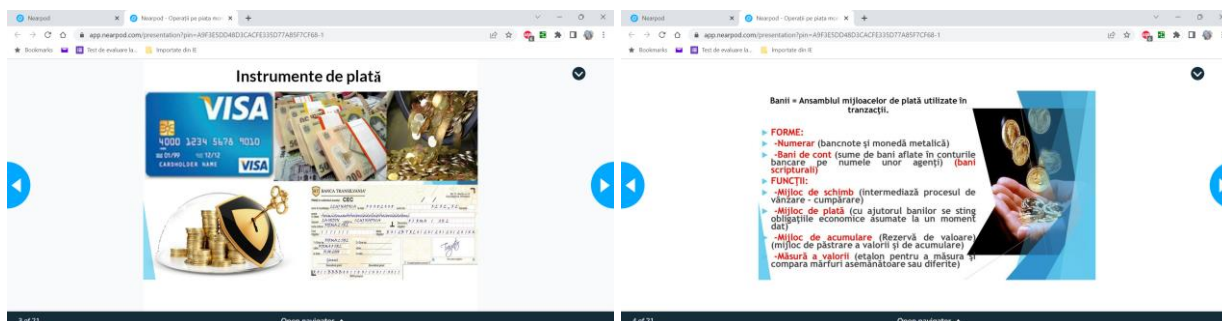
Nearpod în sala de clasă. **Nearpod** facilitează predarea cu instrumentele interactive, resursele și conținutul de care profesorii au nevoie găsindu-se într-un singur loc. Acest site web poate fi utilizat atât pentru activitățile de predare online, *eLearning*, cât și pentru cele mixte sau combinate, *blended learning*. Aplicația este bazată pe web și funcționează pe orice dispozitiv cu conexiune la internet.

Pentru a crea lecția „**Operații pe piața monetară. Băncile, creditul și dobânda**” pe platforma **Nearpod**, nu este necesar să vă creați cont, ci vă puteți conecta utilizând contul personal de google. Această lecție a fost creată utilizând o prezentare PowerPoint transformată în imagini care au fost încărcate pe platforma **Nearpod**, iar în diferite momente ale lecției au fost inserate activități de lucru interactive pentru elevi. Se pot realiza prezentări și direct pe platformă.

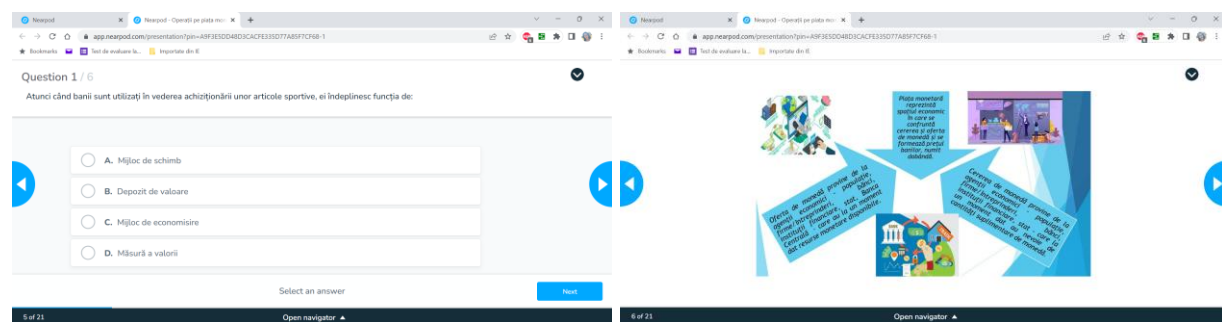
Solicitați elevilor să intre pe platforma **Nearpod** utilizând codul lecției care se generează atunci când profesorul lansează lecția (se pot conecta inclusiv de pe telefoanele mobile). Aveți posibilitatea să alegeți varianta în care profesorul este cel care derulează lecția, pentru ca toți elevii să urmărească în același timp materialele și pentru a avea mai mult control asupra fluxului lecției și a modului în care se derulează activitățile de învățare, oferind explicații suplimentare celor care au nevoie. Mai există și posibilitatea de a permite elevilor să parcurgă materialele în ritm propriu, ceea ce ar reprezenta un avantaj, în special pentru cei care au nevoie de mai mult timp pentru studiu. Acest mod este perfect pentru învățarea la distanță, învățarea hibridă, temele pentru acasă sau munca independentă.

Pentru captarea atenției, dar și pentru a facilita trecerea la noile conținuturi, s-a folosit videoclipul numit „*Povestea banilor*”, solicitând elevilor să îl vizioneze cu atenție și să identifice formele și funcțiile banilor, precum și instrumentele de plată care pot fi folosite.

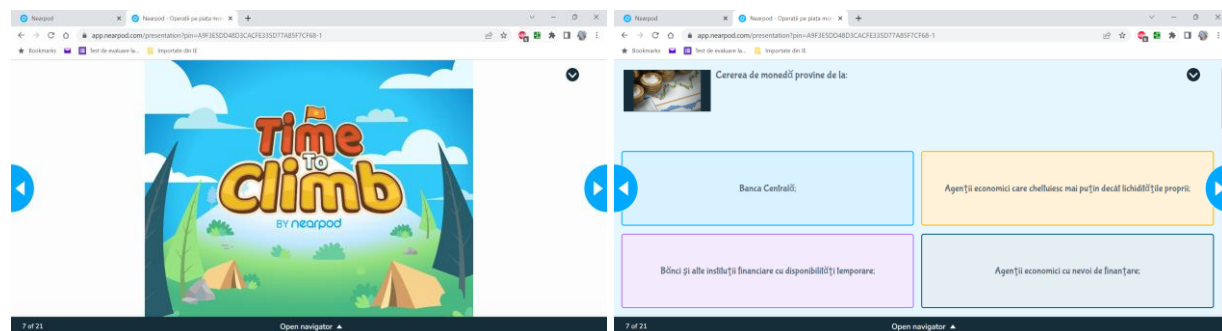




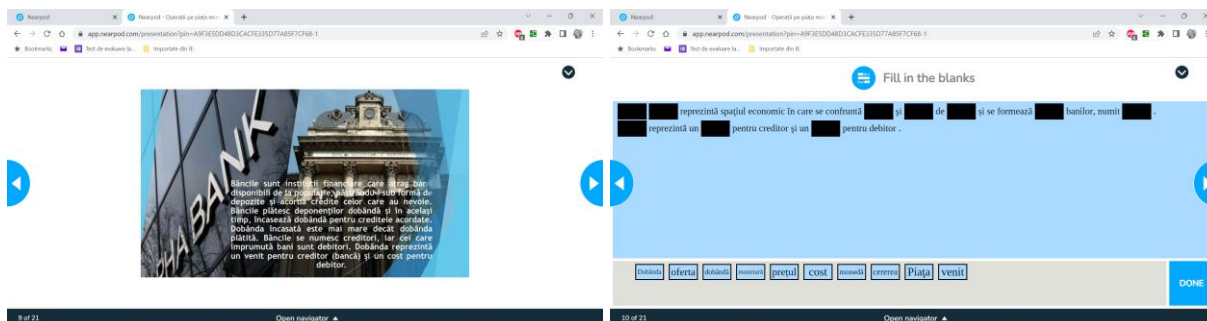
Următoarea activitate interactivă este creată cu ajutorul instrumentelor pe care le oferă platforma **Nearpod**, și anume, sub forma unui *quiz* pe care elevii trebuie să-l rezolve. Profesorul are posibilitatea să vadă în timp real dacă elevii s-au conectat la quiz, dacă l-au finalizat, precum și dacă au răspuns corect la întrebări.



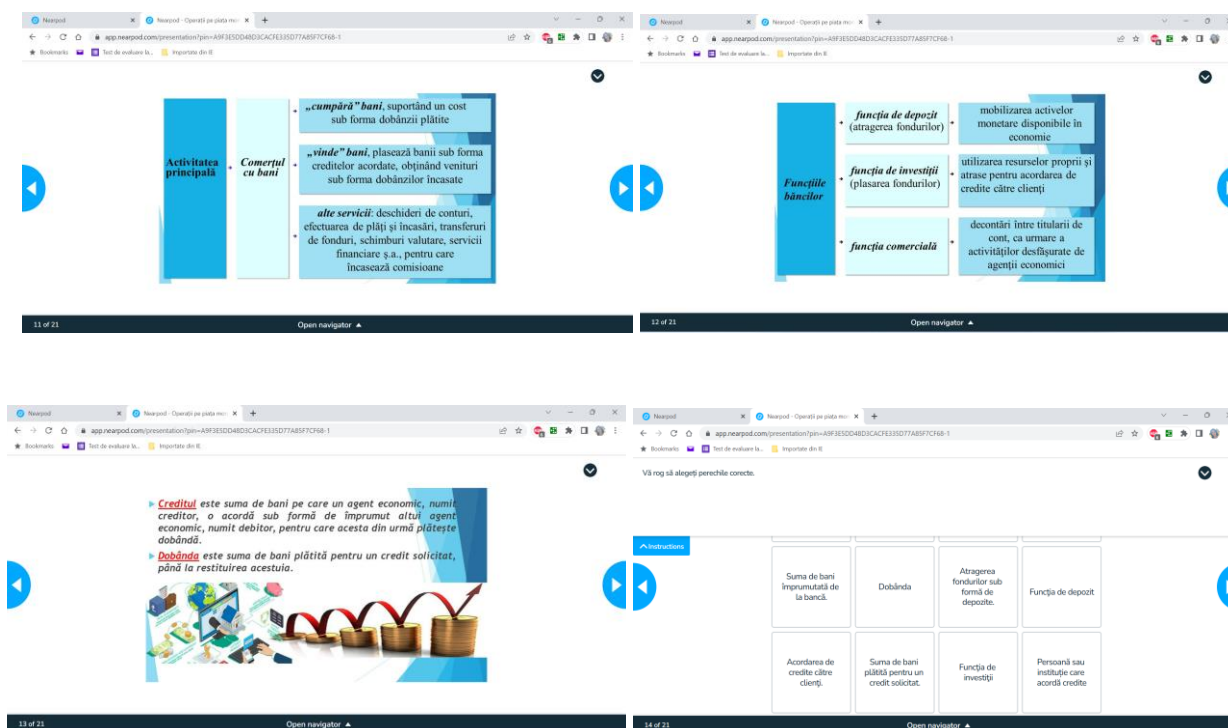
După ce definiți împreună cu elevii piața monetară, identificați obiectul tranzacțiilor pe piața monetară, precum și agenții ai cererii și ofertei de monedă, propuneți elevilor să parcurgă următoarea activitate care se numește „*Time to climb*” (e timpul să urcăm). Pe măsură ce elevii răspund cerințelor, vor urca pe un deal până când vor ajunge în vârful acestuia, unde se va afișa un podium cu primii trei clasai.



Prezentați elevilor imagini cu câteva bănci importante, discutați împreună cu aceștia despre bănci, rolul și funcțiile băncilor, ce este creditor/debitorul, ce reprezintă dobânda pentru creditor/debitor, după care derulați activitatea *Fill in the blanks*, care presupune completarea unor spații libere astfel încât enunțurile să devină corecte din punct de vedere științific.

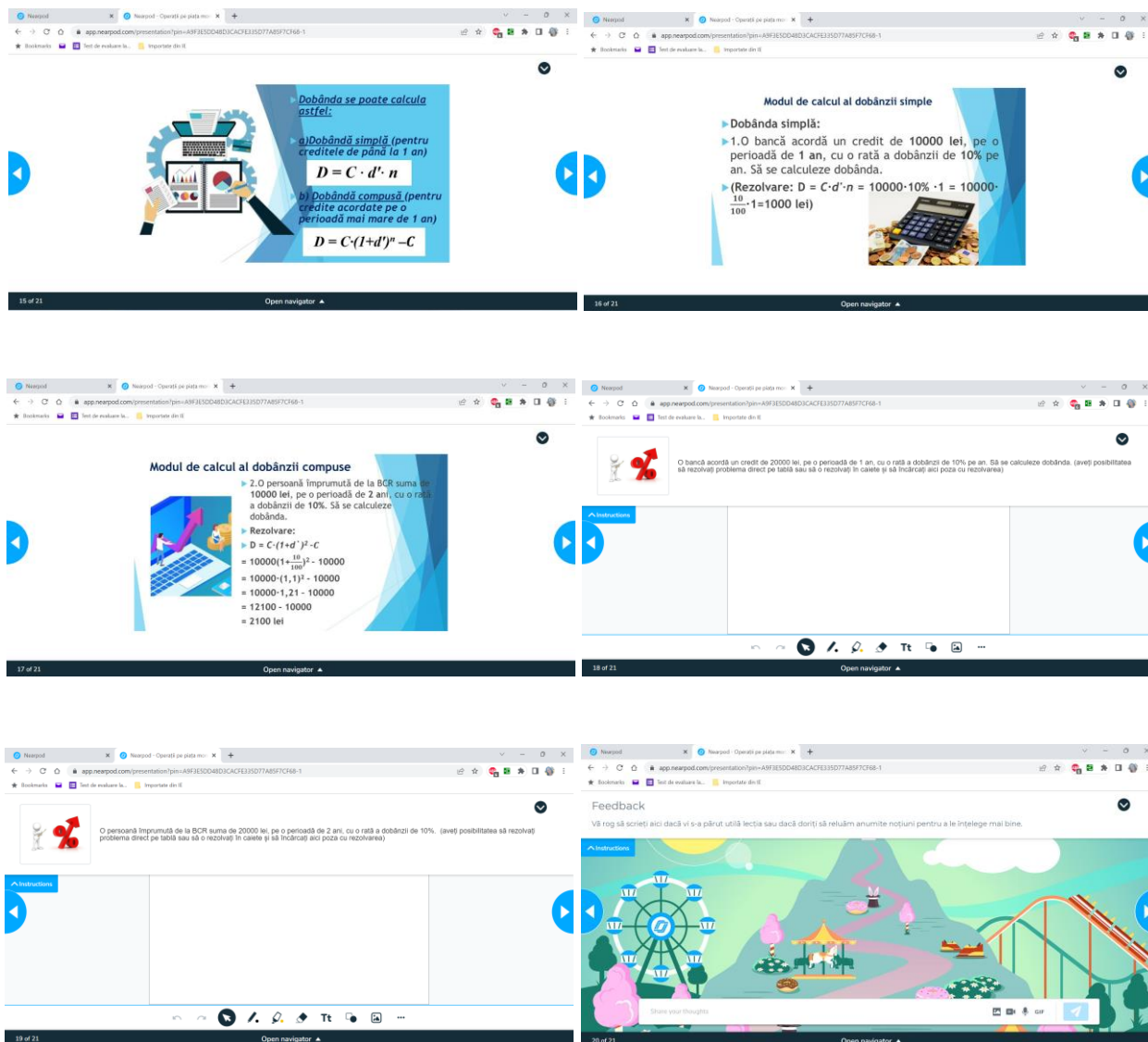


Identificați împreună cu elevii care este activitatea principală a băncilor, care sunt funcțiile băncilor, definiți creditul și dobânda, iar apoi derulați următoarea activitate interactivă, solicitând elevilor să aleagă perechile corecte dintre noțiunile afișate pe ecran (două câte două).



După finalizarea acestei activități, explicați elevilor că dobânda se poate calcula ca dobândă simplă sau ca dobândă compusă, prezentați și explicați formulele de calcul, modul de calcul al dobânzii simple și al dobânzii compuse, rezolvați împreună cu ei aplicații utilizând o tablă interactivă pentru predarea online sau tabla din sala de clasă pentru predarea *blended-learning*.

Următoarele două activități sunt create sub forma unor table interactive cu ajutorul cărora solicitați elevilor să rezolve individual aplicațiile. Elevii au posibilitatea să scrie direct pe tablele respective (utilizând tablete grafice sau cu ajutorul mouse-ului) sau pot să rezolve aplicațiile pe caiet, să facă poze și să încarce imaginile cu rezolvările.



La finalul lecției, pentru realizarea feedback-ului, elevii au posibilitatea de a formula, utilizând o tablă colaborativă (*collaborate board*), câteva impresii sau sugestii despre modul în care s-a desfășurat activitatea, dacă le-a plăcut sau nu, dacă au înțeles informațiile prezentate, dacă li s-a părut utilă lecția, ce noțiuni și-ar dori să mai reluată.

Odată ce lecția este finalizată, **Nearpod** generează un raport de clasă cu participarea fiecărui elev, care poate fi folosit ca evaluare formativă sau pur și simplu pentru diagnostic. Platforma **Nearpod** poate fi folosită ca aplicație pe telefoane sau tablete sau prin web și se poate integra în *Zoom*, *Google Classroom* și *Microsoft Teams*.

„Educație juridică pentru liceeni”

Cristi Danileț – judecător

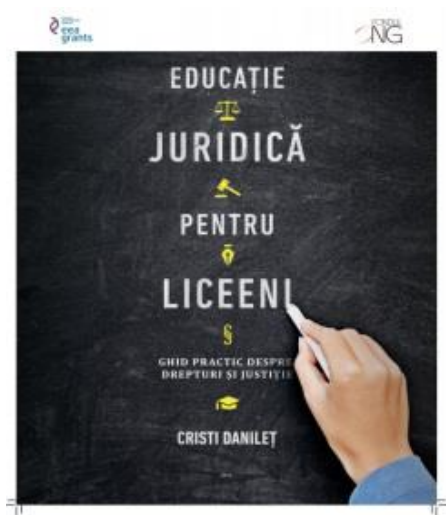
COPILUL ȘI ORGANELE LEGII

Politia și jandarmeria

Polițiștii sunt primii oameni ai legii pe care îi cunoaștem. Ei veghează la siguranța cetățenilor. Există trei structuri de poliție. Cea mai cunoscută este *poliția națională* aflată în structura Ministerului Afacerilor Interne; în localități există posturi și secții, iar în fiecare județ există un Inspectorat județean de poliție, în vârful ierarhiei fiind Inspectoratul General al Poliției Române.

Apoi există *poliția locală*, înființată în fiecare localitate ca o structură a primăriei (în trecut se numea „poliție comunitară” și, anterior, „corpul de gardieni publici”). Și mai există *poliția de frontieră* care se ocupă de controlul trecerii frontierei de stat.

Jandarmii fac parte din structura militarizată a Ministerului Afacerilor Interne. Ei intervin să asigure ordinea publică atunci când sunt organizate marșuri sau demonstrații, sau când trebuie prinși evadații.



CARIERĂ

Pentru a fi ofițer de poliție sau jandarmerie trebuie să absolviți facultatea din cadrul academiei de poliție „A. I. Cuza” din București. Agenții de poliție sunt pregătiți la școala de agenți de poliție „Septimiu Mureșan” din Cluj-Napoca și „Vasile Lascăr” din Câmpina. Subofițerii de jandarmerie se formează la școala „A. Ghica” din Drăgășani și „Petru Rareș” din Fălticeni.

CORUPȚIE

Polițiștii au obligația de a fi corecți atunci când vin în contact cu cetățeanul. Ei nu au voie să pretindă sau să primească mită. Astfel de situații trebuie anunțate la telefonul gratuit al direcției generale anticorupție: 0.800.806.806.

Există mai multe categorii de lucrători de poliție. Unii polițiști sunt prezenți în locurile frecventate de noi pentru a asigura *liniștea și ordinea publică*. Alții se ocupă de *circulația*

rutieră. Polițiștii din *poliția judiciară* îi ajută pe procurori în descoperirea faptelor nelegale și prinderea infractorilor. Polițiștii sunt prezenți uneori în școli: cei de la brigada rutieră vin pentru a ține lecții de circulație pe drumurile publice, iar polițistul de proximitate pentru a nota incidentele violente din școli.

Trebuie să știi că polițiștii au dreptul să legitimizeze și să rețină persoane. De exemplu, există regula ca fiecare persoană mai mare de 14 ani să poarte la ea în mod obligatoriu cartea de identitate. Dacă nu o aveți la voi, polițistul are voie să vă ducă la sediul postului sau al secției de poliție unde se va lua legătura cu părinții voștri și vă poate aplica o amendă. Nu aveți voie să vă prezentați sub o altă identitate folosind un act fals ori care nu vă aparține. Polițistul nu are voie să jignească, să amenințe sau să lovească persoanele cu care intră în contact. Dar are voie să folosească forța și să încătușeze persoanele care prezintă un pericol pentru cetățeni sau pentru ele însele.

Polițiștii își pot exercita atribuțiile și în afara orelor de program când află de existența unor situații care justifică intervenția lor. Polițiștii au obligația de a constata contravențiile și de a aplica amenzi celor care încalcă legea: de exemplu, cei care nu respectă regulile de circulație, care tulbură ordinea publică, care desenează pe pereții clădirilor, în cazul alarmării poliției sau ambulanței fără motiv, ori a refuzului unei persoane de a se legitima. Cel amendat pe nedrept poate cere anularea amenzii la Judecătoria în termen de 15 zile, formulând o plângere contravențională.

Nu apăsați numărul 112 decât dacă e un pericol real, altfel riscați o amendă de la 500 la 1000 lei. Gândiți-vă că, în timp ce voi faceți doar o glumă și chemați organele de intervenție într-un anumit loc, ele nu pot ajunge la cineva care chiar are nevoie de ajutor în acele momente.

La numărul de telefon **112** puteți apela în mod gratuit atunci când este o stare de urgență cu privire la o persoană, proprietatea cuiva sau mediul și se impune intervenția Poliției, Jandarmeriei sau Salvării. Persoanele cu dizabilități au un număr special de urgență: **113**.

Anunțați atunci când o persoană suspectă merge din ușă în ușă, atunci când intră persoane străine pe proprietatea voastră, când o persoană se furișează pe lângă casă sau forțează intrarea unei case sau a unei mașini. Anunțați o agresiune la adresa voastră sau a altcuiva. De exemplu, tocmai vi s-a smuls poșeta și descrierea suspectului și a mașinii poate ajuta poliția să-și formeze o imagine asupra suspectului. Sunați imediat la 112 dacă observați că cineva pătrunde în interiorul casei vecinilor voștri pe fereastră, știind că vecinii sunt plecați în vacanță. Aceasta este

o situație de urgență deoarece este necesară intervenția imediată a poliției pentru a apăra proprietatea și a descoperi infractorul. Dacă sunteți martor la un accident rutier și un pasager din autovehicul este blocat în interior, aceasta este o situație de urgență care trebuie anunțată imediat.

Judecătorii

Atunci când oamenii nu se înțeleg și cineva a încălcat un drept al altuia, cel din urmă poate cere restabilirea dreptului său și eventual sancționarea primului. Organul legii care intervine pentru a stabili cine are dreptate este judecătorul. Judecătorii lucrează în instituții numite *instanțe judecătorești*. Instanța supremă este Înalta Curte de Casație și Justiție, cu sediul în București. La un nivel mai jos sunt cele 15 curți de apel, care răspund de mai multe județe. Urmează Tribunalele, aflate câte unul în fiecare reședință de județ. În fine, instanțele de la baza sistemului sunt Judecătoriile, care au sediul în toate municipiile din România și în unele orașe din fiecare județ.

Judecătorul este **independent** și față de șefi sau colegi, și față de alte organe ale statului, adică nimeni nu îi poate da sfaturi, ordine și nimeni nu îl poate controla. El are obligația să fie **imparțial**, adică să nu se lase influențat de poziția sau starea vreunei părți din dosar, pentru a nu favoriza sau defavoriza pe nimeni, căci el trebuie să se asigure de egalitatea tuturor în fața legii. Judecătorii decid conducându-se după lege, nu după cum vor ei sau părțile, și pe baza probelor de la dosar. Odată rămasă definitivă, o hotărâre judecătorească este obligatorie întocmai ca o lege. Doar că, spre deosebire de legea care privește toată populația din țară sau dintr-o zonă geografică, o hotărâre judecătorească privește numai părțile implicate în cauză. Pentru cauzele cu minori există judecători specializați. Ei aplică reguli speciale pentru minori și folosesc tehnici speciale de audiere a acestora.

SIMBOLUL JUSTIȚIEI



Justiția este simbolizată de Themis, zeița dreptății la grecii antici, care este legată la ochi și poartă într-o mână o balanță, iar în cealaltă o sabie. Eșarfa care acoperă ochii zeiței și balanța sugerează funcția esențială a judecătorului, aceea de a aplica legea în mod imparțial. Sabia semnifică faptul că hotărârea judecătorului este obligatorie și ea trebuie executată.

ȘTIATI CĂ ...?

În România nu există curți cu jurați, ci judecătorii stabilesc singuri verdictul. Judecătorii de la noi nu au ciocănel în sala de judecată, ca în filmele americane, și nici peruci, ca în filmele vechi britanice.

Procurorii

Când se comit infracțiuni, cel care lucrează cu poliția la identificarea infractorului și care va stabili dacă el trebuie tras la răspundere este procurorul. Procurorii lucrează în instituții numite *parchete*. Există parchete pe lângă fiecare instanță judecătorească, care sunt în număr de aproape 250. Procurorul nu poate aplica sancțiuni suspectului. El poate renunța la cercetări dacă nu sunt probe suficiente împotriva lui sau dacă fapta nu este așa de gravă. Dar dacă trebuie aplicată o sancțiune există două posibilități: fie suspectul recunoaște faptele și încheie un *acord* cu procurorul cu privire la pedeapsa care i se va aplica, fie procurorul *trimite cazul* la instanța judecătorească unde un judecător va decide ce este de făcut numai după ascultarea argumentelor acuzării și ale apărării.

Parchete specializate

Atunci când cineva este suspectat că a luat sau a dat mită, este competent să facă cercetări parchetul numit DNA – Direcția Națională Anticorupție. Atunci când cineva comite o infracțiune de trafic de droguri, de trafic de arme sau de pornografie infantilă cercetările se fac de către DIICOT – Direcția de Investigare a Infracțiunilor de Criminalitate Organizată și Terorism.

CARIERĂ

Judecătorii și procurorii alcătuiesc corpul magistraților; în România sunt în total cam 8500 de magistrați. Pentru a deveni magistrat trebuie să absolviți una din cele 40 de facultăți de drept din România și apoi să fiți admiși la Institutul Național al Magistraturii. Acolo veți fi pentru doi ani auditori de justiție, după care veți deveni judecători sau procurori stagieri. De gestionarea carierei magistraților și de apărarea independenței justiției în raport cu celelalte puteri se ocupă Consiliul Superior al Magistraturii.

Avocații și consilierii juridici

Aceștia sunt specialiști în drept care oferă sfaturi juridice (*consultanță*) oamenilor care nu cunosc legea. **Avocații** sunt angajați în baza unui contract de asistență juridică de către persoana care apelează la serviciile lor. În procesele penale, dacă părțile nu au avocat ales, se asigură asistența din oficiu de către avocați remunerați de stat. **Consilierii juridici** sunt tot un fel de avocați, doar că ei sunt angajați permanent la o instituție publică sau la o firmă, în baza unui contract de muncă. Atunci când nu e posibil să soluționeze chestiunea pe cale amiabilă, avocații/consilierii juridici fac formalitățile pentru sesizarea parchetului sau instanței de judecată unde se duc fie alături de clienții lor (pe care îi *asistă*), fie în locul lor (îi *reprezintă*).

CARIERĂ

În România sunt peste 20.000 de avocați. La nivelul fiecărui județ ei sunt organizați în barouri. Pentru a deveni avocat trebuie să absolviți o facultate de drept din România și apoi să fiți admiși la Institutul Național Pentru Pregătirea și Perfecționarea Avocaților. Cursurile de pregătire au durata de un an și jumătate, după care veți deveni avocați stagiați și, mai târziu, definitivi.

Grefierii

Magistrații sunt ajutați în activitatea lor de grefieri. Ei întocmesc dosarele, au contact direct cu părțile și redactează la computer documentele în care sunt cuprinse deciziile pe care le iau magistrații.

CARIERĂ

Există grefieri cu studii superioare și grefieri cu studii medii. Unii sunt angajați în urma unui concurs organizat de către instanța sau parchetul unde vor lucra. Alții sunt angajați după ce sunt admiși la Școala Națională de Grefieri, unde învață chestiuni practice timp de 6 luni, după care vor fi repartizați la instanțe și parchete.

*

Uneori soluțiile date în procese nu mulțumesc *justifiabilii*, adică părțile din dosare. Oricum, trebuie să știți că magistratul nu are voie să dea soluții pentru a face pe plac părților, publicului sau presei, ci este obligat să se supună numai legii. Poate că unii dintre cei implicați în acele cauze au dreptate, dar nu au avut probe suficiente; poate că alții nu au dreptate și încearcă să inducă în eroare organele judiciare; sau poate că magistratul are o opinie legală cu care procurorul sau avocatul vreunei părți nu este de acord. În această situație, cel nemulțumit are la

dispoziție anumite căi de atac pe care le poate exercita: contestația, apelul, recursul. Cetățenii datorează respect organelor legii și trebuie să se supună autorității acestora, căci ele nu acționează în nume personal și în interesul lor propriu, ci al cetățenilor onești.

ȘTIAȚI CĂ ...?

Cât timp magistratul a acționat cu bună credință, chiar dacă a greșit soluția (eroare judiciară), el nu poate fi în niciun fel tras la răspundere. Eroarea judiciară poate avea multiple cauze: de exemplu, magistratul a greșit soluția pentru că un martor a fost mincinos, un înscris folosit drept probă a fost falsificat, ori legea nu era clară și magistratul a interpretat-o într-un anumit fel.

ULTRAGIERE

Împiedicarea activității desfășurate sau răzbunarea, ambele comise prin acte de amenințare sau de violență fizică, asupra unui polițist sau jandarm constituie infracțiunea de ultraj, iar cele comise asupra unui magistrat, a unui avocat sau a membrilor - ultraj judiciar și se sancționează cu închisoarea.

La rândul lor, organele legii trebuie să fie corecte în relațiile cu cetățenii. Lucrătorii de poliție judiciară și magistrații nu au voie să inventeze dosare pentru a hărțui oamenii, nu pot închide oamenii în mod nelegal, nu pot intimida sau agresa pe cei cu care vin în contact. De asemenea, nu au voie să obțină avantaje personale prin exercitarea funcției. Toate aceste fapte pot duce la sancționarea lor, disciplinară (li se reduce salariul, sunt mutați ori dați afară din serviciu) sau penală (sunt trimiși la închisoare).

CORUPȚIE

Polițiștii, magistrații, grefierii și avocații au obligația de a fi integri atunci când vin în contact cu cetățeanul. Ei nu pot pretinde sau primi mită – este *luare de mită*; și nu pot interveni cu sugestii sau rugăminți la colegii lor – este *trafic de influență*. Astfel de situații trebuie anunțate imediat la DNA, datele de contact fiind indicate pe www.pna.ro. Cei corupți vor fi condamnați penal și dați afară din profesie. De asemenea, cei care dau mită sau cumpără influență riscă închisoarea.

PE SCURT:

Pentru orice problemă juridică puteți apela cu încredere la oamenii legii.

Judecătorul este garantul drepturilor și libertăților fundamentale ale omului.

Cei trei „i” care caracterizează justiția sunt: independența, imparțialitatea și integritatea.

Obiective turistice din Delta Dunării

prof. Ciprian Ilea



Delta Dunării a devenit recent un loc de pelerinaj pentru biologi și turiști. Toate condițiile sunt întrunite pentru acest lucru. Delta Dunării poate fi explorată în cadrul unei croaziere pe Dunăre, precum și în excursii de o zi și tururi cu barca din Tulcea sau Sulina.

Delta Dunării, aflată în mare parte în Dobrogea, România și parțial în Ucraina, este a doua ca mărime și cea mai bine conservată dintre deltele europene.

Principalele obiective turistice care pot fi vizitate în Delta Dunării sunt:

1. Farul din Sulina

Acest far atmosferic este simbolul orașului. A fost construit de Imperiul Otoman la începutul anilor 1800 și a servit ca bază a Comisiei Europene a Dunării de la sfârșitul secolului al XIX-lea până la începutul celui de-al Doilea Război Mondial. De asemenea, poți urca în vârf să admiri priveliștea.



2. Mila 23



Satul Mila 23 este accesibil doar pe calea apei și înfățișează viața lipovenilor cu toate frumusețile ei – aerul curat, fiecare răsărit și apus de soare unic, culori vibrante, stolurile de pelicani, egrete, cormorani, concertele de seară ale broscuțelor și multe alte spectacole ale naturii care te fac să te simți extraordinar aici!



3. Pădurea și satul Letea

Aceasta este o bijuterie naturală în Rezervația Biosferei Delta Dunării și merită mai multă atenție decât primește și este cu siguranță unul dintre cele mai bune lucruri de făcut în Delta Dunării. Pădurea este subtropicală, are dune de nisip la un capăt al ei, iar zona este casa cailor sălbatici.

4. Cetatea Enisala

Apartține de comuna Sarichioi și este singura cetate medievală din Dobrogea, România, cu priveliști cu adevărat spectaculoase.



5. Insula Sacalin

Este o insulă situată în Marea Neagră, foarte aproape de brațul Sfântu Gheorghe. Călătoria spre insulă reprezintă una dintre cele frumoase experiențe – treci pe lângă o epavă, precum și pe lângă peisaje superbe, păsări de tot felul și un cer temperamental.



6. Satul Sfântu Gheorghe

Satul are o populație de aproximativ 800 de locuitori și este un sat de pescari în partea de sud a Deltei Dunării. Este o stațiune de aventură și de viață sălbatică.

7. Plaja Sfântu Gheorghe

Această plajă este masivă și aproape mereu goală, ceea ce o face de-a dreptul fermecătoare.



8. Gura Portiței

Unul dintre cele mai bune lucruri de făcut în Delta Dunării este să te relaxezi, iar locul ideal pentru a face acest lucru este la Gura Portiței, un sat stațiune la Marea Neagră.

9. Muzeul Delta Dunării

Acest muzeu prezintă istoria și cultura Deltei Dunării. Aflat în apropierea falezei, Centrul Muzeal Eco-Turistic Delta Dunării formează, alături de alte două muzee, moscheea musulmană și alte clădiri de patrimoniu aflate în vecinătatea sa, centrul cultural al minunatului oraș Tulcea.



10. Cimitirul maritim din Sulina

Acesta reunește toate credințele pe sectoare: secțiuni catolice, ortodoxe, evreiești și musulmane. Printre mormintele ofițerilor și comandanților Marinei Regale Române se află mormântul Prințesei Ecaterina Moruzi, nepoata Prințului Ioan Sturza al Moldovei.

11. Satul Crișan

Satul se află în inima Deltei Dunării, pe partea dreaptă a Brațului Sulina, fiind înconjurat de lacuri, canale cu nenumărate trasee și circuite turistice – locul perfect pentru iubitorii de natură și aventură.



12. Chilia Veche

Este o așezare cu o istorie îndelungată. Cu secole în urmă, Chilia era un port la Marea Neagră, o legătură importantă între Europa și Orient.

13. Lacul Roșca

Lacul Roșca – o rezervație strict protejată situată între Chilia Veche și Periprava, găzduiește cea mai mare colonie de pelicani albi din Europa; zona adăpostește, de asemenea, gâște, egrete și berze.



14. Maliuc

Maliuc este o comună în județul Tulcea care se află la circa 25 km est de orașul Tulcea, pe brațul Sulina al Dunării. Maliuc se găsește în prima treime vestică a Deltei Dunării, fiind unul din punctele incluse în foarte multe din traseele turistice dedicate vizitării Rezervației Biosferei



Delta Dunării. Lacul Fortuna, unul dintre cele mai mari lacuri din zonă, se află chiar la nord de Maliuc. Perechi de lebede și numeroase găini de mori și rațe sălbatice se amestecă cu alte specii, în timp ce pelicanii albi se adună adesea în număr mare pentru a se hrăni și a se odihni în jurul acestui lac.

15. Periprava

Brațul Chilia al Deltei Dunării este cel mai nordic și se termină în orașul Periprava. În acest punct, Dunărea formează granița dintre România și Ucraina și aproape că se pare că ai putea traversa în înot.

Delta Dunării nu este un loc unde să te grăbești. Să ajungi în anumite locuri poate fi greoi, iar locul pur și simplu duce viața într-un ritm mai lent... și acesta este cel mai bun lucru despre Deltă!



Să râdem...puțin!



- Ce face o albină în sală de clasă?
- Examen.

-
- De ce melcul își poartă casa mereu după el?
 - Pentru că e o casă mobilă.

-
- De ce au cărțile mereu dreptate?
 - Pentru că au colțurile lor!

Cum își certa Nostradamus câinele:
„Cine și-a făcut nevoile aici, peste 15
minute?”

Doi șoricei, într-o sală de cinematograf,
ronțăiau banda unui film.

- Îți place? întreabă un șoricel.
- Nu prea, răspunde al doilea. Mai mult mi-a plăcut cartea!



Doi ardeleni stau pe marginea unei străzi:

- Mă crezi că pot trece strada asta în 10 minute?
- Dar ce, mă, ești fulger??

Un tip intră într-o berărie:

- Dați-mi o bere, îmi aștept nevasta aici.
- Brună sau blondă? îl întreabă chelnerul.
- Nu știu, de-abia a intrat la coafor.

Un tip în avion către o doamnă elegantă:

- Ador parfumul tău! Ce este? Vreau să-i cumpăr și eu soției mele.
- Nu-i lua! Unii idioți îl vor folosi ca scuză, să intre în vorbă cu ea!



Let's laugh in English

* Why don't scientists trust atoms?

Because they make up everything!

* Why did the scarecrow win an award?

Because he was outstanding in his field!

* I told my wife she should embrace her mistakes.

She gave me a hug.

* What did the left eye say to the right eye?

Between you and me, something smells.

* What's orange and sounds like a parrot?

A carrot!

* I only know 25 letters of the alphabet.

I don't know y.

* What do you call fake spaghetti?

An impasta!

* Why don't skeletons fight each other?

They don't have the guts.

* How do you organize a space party?

You planet!

* Why did the tomato turn red? Because it saw the salad dressing!

* I asked the librarian if the library had any books on paranoia.

She whispered, "They're right behind you!"

* I told my wife she was drawing her eyebrows too high.

She looked surprised.

* Why did the golfer bring two pairs of pants?

In case he got a hole in one!



Alexandru Opreș, clasa a IX-a B

LIMBA NOASTRĂ-1 O COMOARĂ

Forme de plural pe care le folosim greșit

prof. Alina Tănăsie



Substantivele **monedă, ciocolată, aragaz, drapel, parapet** au forma de plural în **-E**, iar substantivele precum **chibrit, eseu, furtun, monolog, rucsac** au forma de plural în **-URI**:

- ☑ Am primit rest trei monede.
- ☑ Ionuț a cumpărat două ciocolate cu lapte.
- ☑ Unul dintre aragaze s-a defectat.
- ☑ Au fost arborate câteva drapele.
- ☑ Mașina lui a lovit mai multe parapete.
- ☑ I-a cerut o cutie de chibrituri ca să aprindă focul.
- ☑ Ana a avut de scris două eseuri.
- ☑ Pompierii au utilizat mai multe furtunuri cu apă pentru a stinge incendiul.
- ☑ Având rolul principal în piesă, Mihai a trebuit să învețe câteva monologuri.
- ☑ Și-au luat cu ei două rucsacuri și o geantă.



Există o categorie de vorbitori care utilizează în mod incorect formele de plural ale acestor substantive:

- ☒ Am primit rest trei monezi.
- ☒ Ionuț a cumpărat două ciocolăți cu lapte.

- ☒ Unul dintre **aragazuri** s-a defectat.
- ☒ Au fost arborate câteva **drapeluri**.
- ☒ Mașina lui a lovit mai mulți **parapeți**.
- ☒ I-a cerut o cutie de **chibrite** ca să aprindă focul.
- ☒ Ana a avut de scris două **esee**.
- ☒ Pompierii au utilizat mai multe **furtune** cu apă pentru a stinge incendiul.
- ☒ Având rolul principal în piesă, Mihai a trebuit să învețe câteva **monoloage**.
- ☒ Și-au luat cu ei doi **rucsaci** și o geantă.

✂ Unele substantive au două forme de plural distincte, dar acestea sunt specializate. De exemplu, substantivul **virus** are formele de plural **virusuri** și **virusi**, iar substantivul **vis** are la plural formele **vise** și **visuri**. Este important să cunoaștem sensul lor pentru a le putea folosi corect în funcție de context.

Virusurile respiratorii se transmit cu ușurință. (**virusuri** = *agenți patogeni*)

Virusii au afectat toate fișierele și programele calculatoarelor. (**virusi** = *programe informatice distructive*)

L-au trezit niște **vise** urâte în toiul nopții. (**vise** = *imagini din timpul somnului*)

Îi rămăseseră multe **visuri** neîmplinite. (**visuri** = *aspirații, năzuințe*)

<https://doom.lingv.ro/>



ESSAY Writing



Opening:

It is often said that.../ Many people claim that...
In this day and age.../ Nowadays.../ These days...
...is a hotly-debated topic that often divides opinion.
It goes without saying that.../ Needless to say,...
The following essay takes a look at both sides of the argument.



Introducing points:

Firstly,.../ To start with,.../ First of all,.../ First and foremost,...
Secondly,.../ Thirdly.../ Lastly,.../ Finally,.../ Last but not least,...
Furthermore,.../ In addition,.../ What is more,.../ On top of that,...
Another point worth noting is.../ Another factor to consider is...

Presenting ideas & giving examples:

When it comes to **noun/gerund**,...
In terms of **noun/gerund**,...
Not only...but also...

With respect to **noun/gerund**,...

According to experts,...
Research has found that...
There are those who argue that
For instance.../ For example.../ such as...

Expressing result & reason:

As a result, .../ As a result of **noun/gerund**,
noun/gerund has led to/ resulted in...

Consequently,.../ Therefore,...

On account of **noun/gerund**/ due to **noun/gerund**

One reason behind this is...

Contrasting:

Although/Even though subject+verb,...

Despite/In spite of **noun/gerund**,...

Despite the fact that subject + verb,...

On the one hand...On the other hand...

However,.../ Nevertheless,.../ Even so...

Concluding:

To sum up,.../ In conclusion,...

All things considered,...

Taking everything into consideration,...

Weighing up both sides of the argument,...

On the whole,.../ By and large,.../ In general,...

Opinion:

As far as I am concerned,...

From my point of view,...

In my opinion,...

My own view on the matter is...

Consilierea elevilor pentru combaterea absenteismului și abandonului școlar

Dir. prof. Ramona Estera Ința

Absenteismul este o problemă socială caracterizată prin conduită evazionistă, cronică, care reflectă atitudinea structurată a lipsei de interes, motivație, încredere în educația școlară. Fuga de la ore este o problemă predominant emoțională (conduită de tip evazionist, o formă de evadare fizică și psihologică din situația percepută ca traumatizantă). Absenteismul poate fi o formă de manifestare a devianței școlare (semnal tardiv al existenței unor probleme), poate semnala și reducerea atașamentului și a integrării, identificare scăzută cu obiectivele și aspirațiile grupului de elevi.



Studiile de specialitate indică următoarele tipuri de absenteism:

- absenteism selectiv (fuga de la școală este frecventă la o singură disciplină sau doar la câteva discipline);
- absenteism generalizat (fuga de la

școală este frecventă și generalizată, prefigurează abandonul școlar);

- căutarea singurătății (reacție la tensiunea puternică intra- sau interpersonală);
- dorința de a fi cu partenerul (la adolescenți);
- dorința de apartenență la grup;
- atitudine defensivă față de autoritatea unui sistem.

Semnificațiile psihosociale ale fugii de la școală sunt funcția de separare sau de individualizare, mai ales la adolescenți.

Pentru a putea lua măsurile optime de prevenire a absenteismului, care este de altfel primul pas spre abandonul școlar, este necesară cunoașterea cauzelor care pot genera în rândul elevilor acest fenomen:

- **Cauze care țin de personalitatea și starea de sănătate a elevului:** motivație școlară scăzută, lipsă de interes, încredere scăzută în educația școlară, oboseală, anxietate, autoeficacitate scăzută, imagine de sine deteriorată, sentimente de inferioritate, abilități sociale reduse, pasivitate; refuzul de a adera la o alegere făcută de alții (reacție la presiunea exercitată de dorințele adulților);

- **Cauze care țin de familie, condițiile socio-economice ale familiei:** sărăcia, stil parental indiferent, neglijent, familii dizarmonice, părinți foarte ocupați sau plecați în străinătate;

- *Cauze care țin de contextul școlar specific (inclusiv relația profesor-elev):* presiunea grupului, supraîncărcarea școlară, comunicarea defectuasă elev-profesor (ironizarea, umilirea elevului) evaluarea subiectivă, frica de evaluare, conflict cu colegii, practici educative percepute de elevi ca fiind nedrepte, frustrante, incompatibilitate între aspirațiile, trebuințele de învățare și oferta educațională a școlii; formă de apărare – împotriva disciplinei excesiv de rigidă și severă.

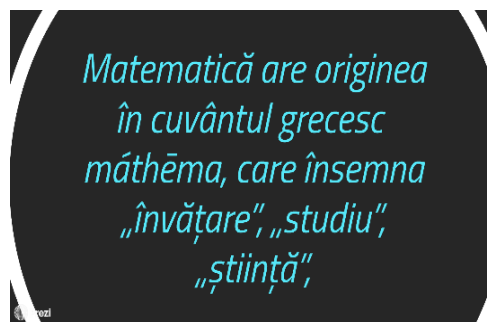
Creșterea responsabilizării cadrelor didactice

- Monitorizarea și consilierea permanentă a elevilor cu risc de abandon ridicat.
- Păstrarea legăturii permanente cu familiile elevilor cu risc de abandon școlar.
- Semnalarea cazurilor conducerii școlii și consilierului psihopedagogic.
- Participarea cadrelor didactice din liceu la module de formare continuă (metode de a crește integrarea și comunicarea dintre elevi; profesor-elev; de a antrena elevii în activități extrașcolare; modalități de a crește implicarea și comunicarea permanentă cu părinții; orientarea extrașcolară a elevilor).
- Utilizarea resurselor școlii pentru atragerea elevilor prin activități de timp liber.
- Confirmarea oficială a legitimării elevului la vreun Club Sportiv și anunțarea prealabilă a programului competițional; aprobarea motivării absențelor pentru participarea elevului la competițiile sportive de către conducerea școlii.
- Menținerea în clasă a unei atmosfere care să asigure satisfacerea trebuinței de siguranță afectivă pentru toți elevii.
- Metode de predare – învățare atractive.
- Promovarea cooperării în clasă, astfel încât și elevii cu performanțe școlare modeste să experimenteze succesul; evitarea constituirii unor elite, concomitent cu etichetarea, marginalizarea celor care nu aparțin elitei.
- Sistem echitabil de recompense – sancțiuni care să mențină motivația școlară a elevilor; nota să fie doar o măsură obiectivă a performanței și nu o modalitate de sancționare a elevului.
- Profesorii să comunice eficient (asertiv, să folosească ascultarea activă) să evite etichetarea elevilor, să critice constructiv, să se focalizeze pe recompensarea elevilor și nu pe sancționarea lor.
- Activități extrașcolare desfășurate în școală cel puțin o dată pe lună.
- Utilizarea la orele de consiliere a experienței celor ce au renunțat la școală pentru a preveni scăderea încrederii în educație.
- Implicarea tinerilor cu risc de abandon în acțiuni comunitare.

Top 10 curiozități matematice

prof. Clara Ianc

1. **Paradoxul aniversărilor:** Într-un grup de doar 23 de persoane, șansele ca două dintre ele să aibă aceeași zi de naștere depășesc 50%.
2. **Numărul Neperian (e):** Este o constantă matematică irațională, aproximativ 2.71828, care apare în multe contexte matematice, inclusiv în creșterea exponențială.
3. **Numere prime:**
 - Există o infinitate de numere prime.
 - Cele mai mari numere prime cunoscute sunt numere Mersenne, precum $2^{82,589,933}-1$.
4. **Conjectura Goldbach:** Orice număr par mai mare decât 2 poate fi scris ca suma a două numere prime.
5. **Triunghiul Pascal:** Este o formă triangulară de numere în care fiecare număr este suma celor două numere de deasupra sa.
6. **Numărul fractalilor:** Dimensiunea fractală poate fi non-întreagă, ceea ce înseamnă că un fractal poate ocupa un spațiu între două dimensiuni.
7. **Teorema lui Pitagora:** Într-un triunghi dreptunghic, pătratul lungimii ipotenuzei este egal cu suma pătratelor lungimilor celorlalte două laturi.
8. **Numărul imaginar (i):** Este definit ca rădăcina pătrată a lui -1 și este esențial în domeniul numerelor complexe.
9. **Divergența serialului $1 - 1 + 1 - 1 + 1 - 1 + \dots$:** Acest șir nu are o sumă finită, dar suma sa se poate schimba în funcție de cum sunt grupați termenii.
10. **Rădăcina pătrată din 2 este irațională:** A fost demonstrat că $\sqrt{2}$ nu poate fi exprimat ca un raport de două numere întregi.



Cipru, o aventură de neuitat!

Luca Niță, clasa XII A

Prima mea experiență Erasmus a avut loc în luna mai a acestui an, când încă eram în clasa a XI a, iar țara unde am avut șansa de a participa la o mobilitate Erasmus, în cadrul proiectului „Start-up through virtual learning cooperation”, a fost Cipru, una dintre cele mai frumoase țări în care am călătorit.



Ajunși acolo, am început să ne cunoaștem cu ceilalți elevi din țările participante. Am legat foarte rapid prietenii și am vizitat câteva orașe de acolo, cum ar fi Ayia Napa, Paralimni, Larnaca, Limassol.

Părerea mea este că cel mai frumos oraș a fost Ayia Napa, deoarece am vizitat Muzeul Sculpturii unde se aflau și câteva lucrări realizate de artiști din România și Republica

Moldova.

Am vizitat liceul din Paralimni, unde am experimentat un alt stil de învățământ. Gazdele au fost foarte amabile cu noi, ne-au pregătit diferite activități și jocuri care au legat multe prietenii.



Am avut șansa de a vizita o fabrică de pâine. Aici am aflat despre tradițiile lor și despre faimoasa făină durum, din care am învățat să facem paste.

Am fost în toată experiența această alături de doamnele profesoare Mihaela Ionițoei și Ramona Ința, împreună cu colegii mei Tomescu Bogdan, Trif Daniel și Laurențiu Tănase.

Pentru mine această experiență a fost de vis, m-a învățat foarte multe lucruri dar în special cum este să călătorești fără familie. M-a dezvoltat pe plan comunicativ însă și social, deoarece am socializat cu adolescenți din toate țările partenere.

Pentru mine a fost o experiență frumoasă, de care îmi voi aminti mereu.

Dacă aveți șansa să participați în acest program, să mergeți fără nicio rețineră!

Cipru -o insulă de vis



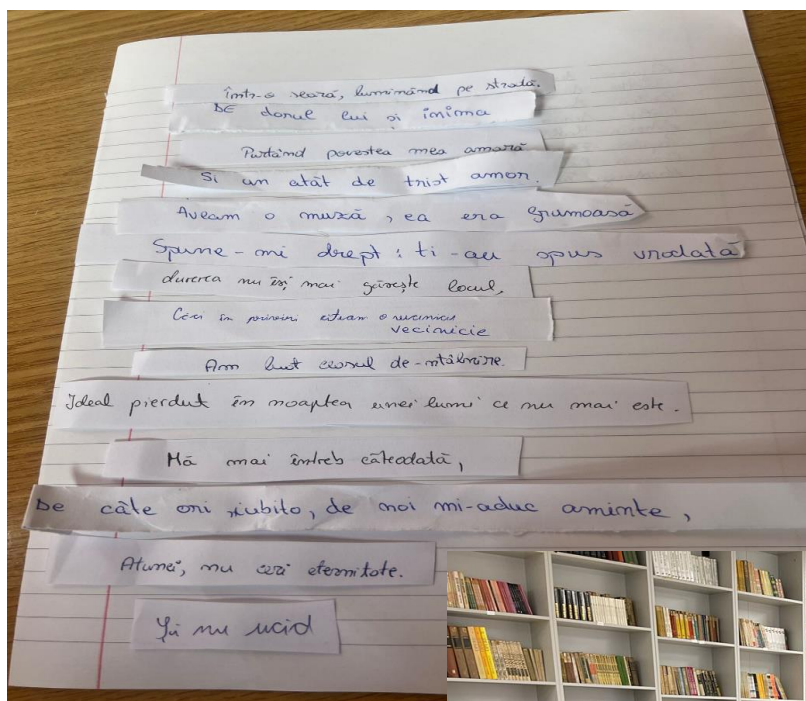
Poezie dadaistă

Diana Bartha, clasa a XI-a B

Astăzi am participat la o activitate creativă și remarcabilă alături de cei 8 colegi ai mei: Pripici Florin, Badea Daniel, Coman Raluca, Zaharia Maria, Grigorescu Denisa, Harabagiu Timeea și Bartha Diana, fiind coordonați de domnul profesor Lunel Cristian. Proiectul a avut ca tema scrierea creativă.

Dadaismul este un curent cultural și artistic neconformist, bazele sale fiind puse de Tristan Tzara.

Pentru a face un poem dadaist aveți nevoie ori de niște ziare, ori de cărți cu poezii. După aceea luați versurile din poeziile altor scriitori, le transcrieți pe foaie, le decupați și apoi, cu ajutorul unui lipici, le așezați pe o nouă foaie albă. După ce ați terminat acești pași, mai rămîne să îi mai dați un titlu potrivit și uite așa se face un poem dadaist ca cel al lui Tristan Tzara.





Proiect PNRR Educație prin cultură

„Gândește neconformist ”

Dir. adj. prof. Mihaela Ionițoi

Pornind de la revista școlii, „Think outside the box !”, care datorită elevilor și profesorilor Colegiului Economic „Hermes” Petroșani apare de 8 ani și dorind să construim o echipă redacțională în adevăratul sens al cuvântului, am profitat de ocazia oferită de proiectele cu finanțare europeană PNRR și am scris un proiect. Așa s-a „născut” proiectul PNRR „Gândește neconformist”. Activitățile pe care ni le-am propus în cadrul acestui proiect sunt: un curs de jurnalism, ateliere de scriere, redacționale și editoriale pentru pregătirea numerelor 15 și 16 ale revistei, precum și o excursie de două nopți la București, la sediul unor publicații naționale - pentru a vedea ce înseamnă cu adevărat o revistă/ ziar, respectiv la televiziunea națională și la Comarnic - la Moara de Hârtie.



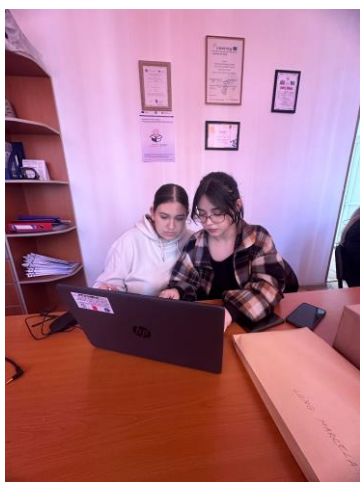
Am avut șansa ca proiectul nostru să fie declarat câștigător și, prin urmare, am beneficiat în luna iulie de un curs de jurnalism desfășurat de dl Ilie Pinte





revistei, respectiv numărul 16, care va apărea în luna mai.

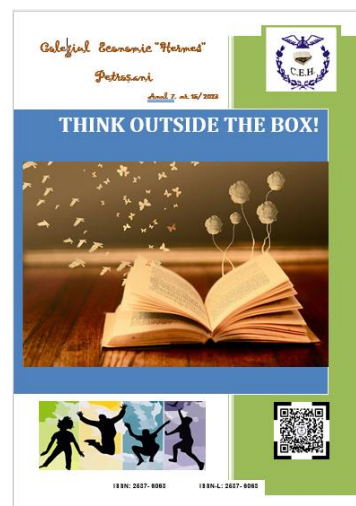
În luna noiembrie au avut loc atelierele de scriere, redacționale și editoriale, în parteneriat cu Asociația Hermes Comunitas 2007. Aceste ateliere au fost coordonate de către profesorii Keberle Liliana, Tănăsie Alina, Boboc Irina, Lunel Cristian, Ichim Andra și Mureșan Diana. Elevii colegiului nostru au lucrat în mai multe echipe pentru articolele din acest număr 15 al



De asemenea, a fost lansat site-ul revistei școlii, www.thinkoutsidethebox.ro. Este un site administrat de colegii voștri Any Netotea, Briana Cicio și Darius Cuciureanu. Este vocea voastră și ne dorim să profitați din plin de această ocazie.

Fiecare elev din școala noastră este binevenit să ne împărtășească ideile sale, talentele sale. Fiecare dintre voi are ceva de spus ! Cum puteți face acest lucru ? Fie prin e-mail la adresa hermespetrosani@gmail.com, fie la redacția revistei, la parter, lângă direcțiune.

VĂ AȘTEPTĂM CU DRAG !



Bobocii în Braşov

Any Netotea şi Briana Cicio - clasa a IX-a B

Prima vacanţă de licean ne-a dus în ţinutul miturilor şi al legendelor lui Dracula. Liceul nostru a organizat o excursie de 2 zile cu destinaţia Sibiu-Braşov-Râşnov-Bran pentru bobocii claselor a IX-a A şi IX-a B. Cu fiecare destinaţie am descoperit noi obiective turistice pe care am promis că le vom revedea alături de familie şi prieteni.

La Sibiu, primul obiectiv a fost Turnul Sfatului de unde am putut admira de la înălţime Piaţa Sfatului şi Podul Minciunilor. Sibiul este un oraş cu o arhitectură impresionantă.

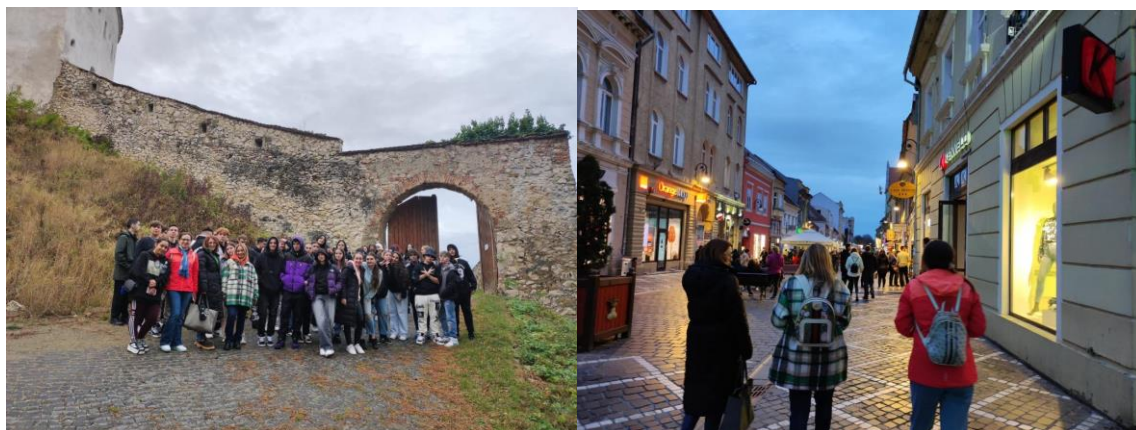
Promenada prin Braşov ne-a dezvăluit un oraş mitic încărcat de cultură. Centrul vechi şi Biserica Neagră sunt inima istorică a oraşului. Am fost profund impresionate de arhitectura gotică a celei mai vechi biserici a cărei construcţie a început în secolul al XIII-lea, Biserica Neagră.

A doua zi, în pofida unei ploi torenţiale, ne-am continuat periplul spre Cetatea Râşnov, una dintre cele mai bine păstrate fortificaţii din Transilvania.

Castelul Bran a fost atracţia principală a excursiei. Un loc plin de turişti veniţi din toate colţurile lumii, unde se îmbină realitatea cu ficţiunea, locul unde încă legenda lui Dracula este vie, castelul ne-a fascinat şi chiar am decis să ne punem o dorinţă la fântana din curtea acestuia.

Această excursie ne-a lăsat amintiri frumoase şi a legat prietenii pentru totdeauna. Peisajele au fost uimitoare şi sperăm să vă convingem de acest lucru prin intermediul fotografiilor pe care le-am ales ca modalitate de a împărtăşi amintirile noastre cu lumea.





High-school Hollywood

Balul bobocilor CEHP 17.11.2023

Ștefan Leach, clasa a XII-a B



Încă de pe vremea când eram în clasa a VI-a, am visat că o să am cel mai tare bal din toți anii, că o să mă pot desfășura fix așa cum îmi place. Din păcate, exact atunci când am început liceul și eram boboc, a venit pandemia și nu am mai reușit să experimentez sentimentul de muncă în echipă sau emoția că o să fie ceva care se uită la mine din public și rămâne uimit.

De aceea, din clasa a IX-a, eu împreună cu colegii mei ne-am propus să organizăm unul dintre cele mai cool baluri de până acum, ne-am propus să fim mai mult decât



mentori, să fim și prieteni, frați mai mari și familie pentru cei care vor trăi unele dintre cele mai mari emoții de până atunci, bobocii.

În prima zi când au sosit bobocii am fost entuziasmați deoarece auzeam povești noi, vedeam fețe noi, dar știam că cei mai emoționați erau ei pentru că aveau de-a face cu proiecte noi, colegi noi, colectiv nou și un mare eveniment pentru care nu i-a pregătit nimeni.

Noi, coordonatorii, am început să ne facem planuri, să pregătim coregrafii, scenete, am comandat recuzita de care am avut nevoie și, după ce am analizat fiecare dată a problemei, ne-am apucat de muncă. Am contactat o echipă de producție de film și un fotograf și de aici încolo a început adevărata distracție, dar și muncă în același timp. Cu ajutorul celor din echipa Cinevista am reușit să realizăm un film cu adevărat inedit al balului bobocilor: am scris scenariu, am ales locații, am luat parte la procese de filmare și editare profesională, însă cel mai important este că am învățat faptul că lucrurile în care punem pasiune și în care investim mult, chiar dacă nu sunt ușor de realizat, la final îți aduc mari satisfacții. Au fost



două luni în care ne-am distrat, am dobândit experiență în domeniul muncii în echipă și am creat legături frumoase.

Câștigătorul titlului de Mister boboc, **Opriș Alexandru** ne-a împărtășit: „În primul rând, am muncit foarte mult pentru a ajunge mister boboc, având în vedere faptul că nu am lipsit de la nicio repetiție. Chiar dacă nu sunt cel mai bun dansator, am încercat să fac față și, deși am avut perioade în care eram extenuat deoarece aveam antrenamente pentru competițiile sportive, aveam și repetiții pentru bal, trebuia să învăț și pentru teste, tot mi-am dat interesul și am fost implicat până la final, iar în momentul în care am ajuns pe scenă, am încercat să las emoțiile deoparte și să dau tot ce este mai bun, rezultatele vorbind de la sine.”

Țiței Patricia, câștigătoarea titlului de Miss boboc: „La acest bal s-a muncit foarte mult, toată lumea a depus eforturi mari începând de la boboci până la coordonatori. A fost o imensă bucurie să pot face parte din acest proiect, dar și o experiență de neuitat. Cu aceasta ocazie am cunoscut oameni frumoși și mi-am făcut amintiri nemaipomenite. Pot spune că nu regret nicio secundă. Pentru mine acest bal a



însemnat și încă înseamnă foarte mult, nu doar pentru că am câștigat titlul de Miss boboc, ci și pentru că tot ce am făcut am făcut cu suflet, și nu numai eu, toți. Fiecare a adus ce a avut mai bun și le-am pus laolaltă, pentru a vă prezenta produsul finit „High School Hollywood”. Emoțiile au fost pe măsură, iar toate acestea au creat o experiență unică în viața mea. De abia aștept să îmi vină rândul, pentru a putea să ofer și eu mai departe această experiență viitorilor boboci, pentru că este ceva extraordinar.”



Uitându-mă înapoi realizez că munca noastră - a elevilor, a profesorilor și a echipei cu care am colaborat pentru acest proiect - nu a fost în zadar și că totul a ieșit fix așa cum ne-am dorit. A fost unul dintre marile noastre succese.



Să citim împreună!
Let's read together!



Alexia Ionițoei

@books._goals (Instagram)

<https://www.booksgoalsbylexy.com/>

As I started reading “**Vincent and Theo**”, I was expecting several dates, locations and names; an exhausting biographical piece of writing. Instead, I shortly found myself in the middle of a modern synthesis of life, art, emotion and madness. Is the painful and naked truth acceptable when it’s on the point of breaking a heart? Sometimes love is the one breaking two people apart, not the lies.

Synopsis:

Vincent Van Gogh lived not for art, but through it. Colors, or... the lack of colors... guided him through madness and passion. To try and summarize his life in words would be impossible, his career... a long-lost battle. But, until you finish reading this book, let yourself “live” Vincent’s story through colors and symbols. It’s the only chance to understand his tragedy.

Theo might’ve not been a scandalous lover or a secret muse but, for Vincent, he was even more: a loving brother, one who cared more about him than his own feelings. He represented the painter’s anchor and a long-life oath.

Narration:

The biographical novel starts in a rising tension style: revealing the storm of one decisional scandal, which turned Vincent’s life upside down, and changed his art unmistakably. It was never going to be the same ever again. Who was the one who made his sufferance unbearable, but his art irreplaceable for us today?

The 3rd person story-telling begins therefore with the very ending of the protagonist's story. The narration is suggestive along the whole novel, not telling, but "showing" the impact of each one of Vincent's relationships - platonic or romantic - upon his "journey" and art. For him, life was color itself, or lacking it.

The book is split in several parts which try to entitle the main stages of his life, each surrounded by what existence meant to Vincent: art and emotion. The omniscient narrator addresses, here and there, to the reader, making the novel an interesting experience, and surely, more engaging.

Beside being impressed by the excruciating side of Vincent's story, I got to understand a small part of the way in which he saw the world: colors, passion and symbols. They, in the painter's life, composed together the great sketch for his final masterpiece. The artistic terminology played itself a crucial role in the book; moments and emotions were transmitted through words, their intensity and effects continuously escalating.

A role model

There was a key point in which I knew I chose the right biography to read. Coming home once in his early childhood, an older friend offered to carry his ragbag for him. Vincent politely refused and loudly affirmed that everyone needs to carry its own. Was the discussion actually about the ragbag?



No other way would've been better to start the book in. I've always known Vincent Van Gogh was a misunderstood presence in the history of art but, to my shame, I've never paid him enough attention to try and find out his life story. He might've been sick for such many reasons, but he was still an emotional touch on the journey of the history of art.

Always coming back home

Theo's importance for Vincent was highlighted very nicely through the place on which family was situated in their lives. They were educated to value the love which only family could offer and to acknowledge that it was one of the few places where they could return anytime - unjudged or pushed away. The Van Gogh family nurtured in their children, most of all, the moral and Christian values, making a long-lasting family tradition out of a prayer which became specific for their family. It was supposed to always bring and keep them all together emotionally. Therefore, the two brothers were built a healthy moral "base"

for becoming successful and happy adults later on. The roots were promising, so... what happened then?

An outstanding biography

One detail which I especially enjoyed was the typical fictional story-telling which conducted the biography. The genre of the book and the narration style - dramatic, fascinating and full of emotion - were in complete contradiction, but, honestly, nothing has ever intrigued and made me more passionate than this combination.

It is a biography focused more on the essence and less on dates and enumerating names. As there existed an oath between Theo and Vincent, made in their teenage years, it sealed not only their brotherhood, but also their lives. It remains unexplained, a secret between the two, but it is reminded on several occasions along the story, changing the brothers' thoughts or actions. While the oath was made in their teenage years, its ghost kept haunting the two the whole rest of their lives.

It got me curious and even intrigued, I could say. I think that there's nothing more enchanting than a great biography of a remarkable existence. I had already known that this book was only going to get better and better.

Between faith and art

Vincent van Gogh's life was surrounded by desperation, confusion and drama. He suffered of several emotional disorders which not only marked his moral portray, but also had a word in each stage of his life. Vincent found himself, on many occasions, in the middle of a nowhere - no direction, no motivation, no guideline. Only him... and Theo.

Embodying a source of motivation, not socially, but morally, he got up and continued trying: pursuing a dream in spite of the public opinion. He preferred the "blindness" offered by an egocentric and stubborn perspective to listening to the nosy and mischievous voice of society.

In his cloudy existence, the priest son lost his faith only to regain it afterwards. He was grown up to live for God, but would that be complementary to living through art? Vincent often found himself between faith and art, between credence and disbelief.

This biography was one of the few I enjoyed reading. Moreover, its "protagonist" and close-up surprised me for the best. The details which got me the most impassionate about this book were, I must admit, the descriptions not only of the paintings, but of their real-life backstories. Reading this book is not only learning about art and the conflictual existence Vincent was, but it's a complete life-changing experience.

Two sons, one name

As the painter was named after his oldest and long-lost brother, I have a strong feeling that his life was dedicated to both of them: himself and his brother as well. From treating ill's wounds to healing people's soul through art, Vincent has always helped society one way or another. He felt like he needed to do so; to give God a reason for his detrimental existence to the first Vincent.

The two haven't ever met, but they still were two hearts in one body. I highly appreciated this sequence; it offered a special context to his later actions. It often seemed that, through the emotional disorders he was suffering of, two kinds of emotions, thoughts and rationality were hiding in him. Maybe they were two in the end: one physically, and one emotionally. It could've been that the famous painter, known today as "Vincent van Gogh", was a merging of two natures, both impetuous and sentimental.

Contemplating a painting without "seeing" its story is no better than listening to music without hearing its melody.



Cinema

[The Great Debaters](#) (2007)

- Regia [Denzel Washington](#)
- Cu [Denzel Washington](#)
- Gen film [Dramă](#)
- Durata 123 minute
- Rating **AP-12 | ACORDUL PARINTILOR PT COPII SUB 12 ANI**

Filmul „**THE GREAT DEBATERS**” este inspirat din remarcabila poveste a echipei olimpice de dezbaterei a Colegiului Wiley din anii 30’. În pofida legilor rasiste, „**The Great Debaters**” urmărește drumul echipei Colegiului Wiley – antrenată de strălucitul și pasionatul profesor Melvin B. Tolson (Denzel Washington). Convingerea acestuia, și anume că puterea cunoașterii reprezintă cel mai mare avantaj, a îndreptat acești studenți către victorie, într-o perioadă în care totul era împotriva lor.

Profesorul Tolson își alege cu grijă echipa, nu doar din cauză că aceștia sunt cei mai buni elevi ai Colegiului Wiley, dar și pentru că poartă în ei scânteia unei noi generații. El își propune să îi încarce pe studenți cu încrederea și cu simțul răspunderii necesare nu numai în viața lor personală. În același timp, este conștient că trebuie să îi protejeze de propriile lui activități, fiind organizator al Sindicatului Fermierilor din Sud.

Cel mai înflăcărat student al lui Tolson este băiatul minune în vârstă de 14 ani, James Farmer Jr. (Denzel Whitaker), care preferă să îndure presiunea echipei în schimbul prezenței dominante a tatălui său, James Sr. PhD (Forest Whitaker), un impunător și renumit savant. James Jr. se maturizează repede, fiind martorul unor oribile acte de prejudecată, simțind chinurile dragostei, devenind astfel profesor, în timp ce tatăl lui afla că, pentru ca știința să devină o putere, trebuie să existe dorința de acțiune și afirmare.

În Henry Love, un student cu un temperament exploziv, Tolson vede o inteligență neșlefuită și o ardoare în descoperirea justiției. Uneori, spiritul său independent și neînfricat se ciocnește de profesorul și echipa lui. Faptul că face parte dintr-o echipă de dezbateri, reprezintă prima sa experiență cu adevărat importantă, aducându-i acestuia simțul responsabilității.

Samantha Boone (Jurnee Smollett) are onoarea de a fi prima femeie din echipa Wiley College. Aceasta nu se confruntă numai cu prejudecățile rasiste, dar și cu problema femeii care dorește să răzbată în societate. Pe măsură ce încrederea în sine crește cu fiecare dezbateri la care participă, aceasta reușește să facă față provocărilor cu brio.

Ceea ce în aparență pare un grup de studenți „rătăciți”, în esență reprezintă viziunea profesorului Tolson a unui grup bine calculat și sclipitor. Pe măsură ce echipa câștigă o experiență cu un succes fără precedent și victorii consecutive, ei lucrează și mai conștiincios pentru a atinge scopul final – o dezbateri inovatoare la Harvard cu Campionii Naționali. Această poveste a fost inspirată de pasiunea, dedicarea și învățăturile lui Melvin B. Tolson.

(<https://www.cinemagia.ro/filme/the-great-debaters-22230/>)

dir. adj. prof. Mihaela Ionițoei



Colegiul Economic “Hermes” Petroșani
Str. Independenței nr. 1A, Petroșani, jud. Hunedoara
Telefon/Fax: 0254 548 450, 0254 542 252

www.colegiul-hermes-petrosani.ro

e-mail: lecohermespet@yahoo.com

ISSN: 2537- 6063

ISSN-L: 2537- 6063





ISSN: 2537- 6063

ISSN-L 2537-6063

