

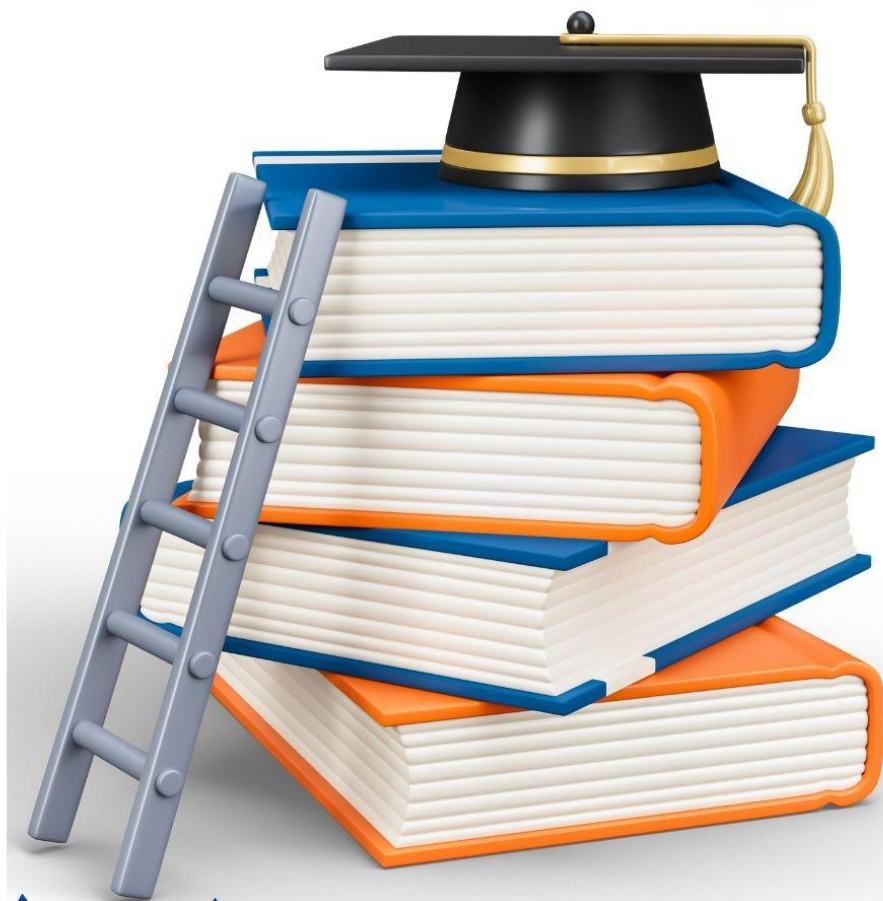
# Colegiul Național „Grigore Moisi” Onești

---

Nr. 4/2025

Aripi de moisilist

Știința nu e bună  
azi dacă ieri nu s-a  
gândit la mâine.  
Grigore Moisi



**EDITOR:**

Instituția: Colegiul Național „Grigore Moisil”

Adresa redacției: str. Tineretului, nr.14,  
Onești, Bacău

**CONTACT:**

E-mail: [scoaladestiinte@gmail.com](mailto:scoaladestiinte@gmail.com)

Website: [Adresa URL a revistei]

**Titlul publicației:** Aripi de Moisilist

**ISSN:**.....

**Periodicitate:** Anuală

**Ediția curentă:** Nr. 4 / 2025 (Publicat în  
2026)

**COLECTIV DE REDACȚIE:**

**Coordonatori ediție:** prof. Buzatu  
Cristina-Lăcrămioara prof. Melinte  
Elena-Carmen

**Colaboratori:** prof. Matei Cristina

REDACTORI: elevii clasei a XII-a F

## ***Cuprins***

|   |    |
|---|----|
| Valorile Uniunii Europene Și Democrația Parlamentară Europeană.....   | 4  |
| Întâlnire cu un eurodeputat.....  | 6  |
| Ziua Internațională a Drepturilor Copiilor.....   | 7  |
| Vizita la Judecătoria .....   | 8  |
| „Ziua Internațională a Poeziei” .....   | 9  |
| Aniversarea A 142 De Ani De La Nașterea Poetului George Bacovia .....   | 10 |
| Clubul de dezbateri de la Moșil.....  | 11 |
| Lansare De Carte – .....  | 12 |
| Programul Go Girls Circular .....   | 13 |
| Discultura .....  | 14 |
| Noaptea Cercetătorilor Europeni .....   | 15 |
| Vizită De Orientare Școlară Și Profesională .....   | 16 |
| Atelier De Dezvoltare Personală .....   | 17 |
| Ziua Națională A Lecturii, 15 Februarie .....   | 18 |
| Ziua Culturii Naționale, 15 Ianuarie.....   | 19 |
| Olimpiada Tinerii Dezbăt .....  | 20 |
| „Și Tu Poți Fi Victimă A Traficului De Persoane” .....  | 21 |
| Câștigători La Pentatlon .....  | 22 |
| Excursie De Documentare La Iași .....   | 23 |
| Câștigători Ai Concursului ”Clasa Lui Moș Crăciun” .....  | 25 |
| Tradiții și obiceiuri de Crăciun.....   | 26 |
| Descoperă Magia Cuvintelor la Clubul de Lectură al Colegiului Național „Grigore Moșil”! .....                                     | 27 |
| Elevii Colegiului Național “Grigore Moșil” Onești implicați în Competiția UNESCO .....  | 28 |
| Creație Literară.....   | 29 |
| Infuzarea conceptelor de Educație Media în ora de Literatură: O abordare transformațională a învățării Prof. Matei Cristina ..... | 14 |
| Promovarea competențelor antreprenoriale pentru elevii cu CES Prof. Virginia-Smărăndița Brăescu .....                             | 16 |
| Școală incluzivă și profesor incluziv Prof. Buzatu Cristina-Lăcrămioara.....  | 18 |
| Cititul de plăcere Prof. Miron Elena-Florina.....   | 23 |
| ALCOOLUL – aliment sau drog? Prof. Gabriela Terchescu .....   | 24 |
| Să Învățăm ALTFEL! Prof. Hanganu Loredana, Prof. Chelaru Ana-Maria.....   | 29 |
| Tradiție și Inovație în Educație la Colegiul Național “Grigore Moșil” Onești.....   | 31 |
| TRADIȚIE ȘI INOVAȚIE ÎN EDUCAȚIE .....  | 37 |
| CRĂCIUNUL LA ȘCOALĂ, ÎN FAMILIE ȘI ÎN COMUNITATE .....  | 37 |
| START IT cu Erasmus+ – O aventură de neuitat în Cipru.....  | 38 |
| Povești dintr-o experiență care schimbă vieți.....  | 38 |

## Valorile Uniunii Europene Și Democrația Parlamentară Europeană

În data de 2 Mai 2023, *Colegiul Național Grigore Moisil Onești* a organizat, în contextul *Ziua Națională a Tineretului* și în cadrul activităților din agenda proiectului *EPAS.-Școală-Ambasador a Parlamentului European*, evenimentul *"Valorile Uniunii Europene și democrația parlamentară europeană - Procesul decizional la toate nivelurile: local, național și internațional"*.



Ne-am bucurat de întâlnirea și dialogul cu invitații noștri speciali, *dl. Eugen Tomac, eurodeputat în Parlamentul European, dl. Valerian Vreme, fost deputat și ministru al telecomunicațiilor în Guvernul României, și dl. Victor Laurențiu Neghină, primar al Municipiului Onești*, care au răspuns întrebărilor adresate de ambasadorii juniori EPAS:

- ✓ Cum pot fi tinerii mai bine informați cu privire la importanța implicării și angajării în protejarea valorilor europene și a democrației, inclusiv pentru a se simți motivați să participe la vot?
- ✓ Care sunt beneficiile pe care democrația parlamentară europeană le oferă tinerilor?
- ✓ Care sunt provocările cu care se confruntă democrația parlamentară europeană înainte de alegerile din 2024?
- ✓ Ce sunt acordurile comerciale internaționale și cum afectează acestea economia și societatea europeană?
- ✓ Ce măsuri poate lua Uniunea Europeană pentru a combate schimbările climatice și pentru a promova un viitor sustenabil pentru Europa?
- ✓ Care sunt drepturile cetățenilor europeni și cum pot aceștia să-și exercite aceste drepturi într-un mod eficient?
- ✓ Ce înseamnă libertatea de mișcare în cadrul Uniunii Europene și cum funcționează aceasta în practică pentru cetățenii europeni?
- ✓ Cum poate Uniunea Europeană să promoveze o cultură a diversității și a incluziunii, atât la nivel social, cât și la nivel politic?
- ✓ Care sunt beneficiile, dar și riscurile inteligenței artificiale și tehnologiei blockchain, și cum pot fi utilizate pentru a sprijini educația și apariția unor noi joburi, care să contribuie la îmbunătățirea economiei europene și la creșterea bunăstării cetățenilor europeni.
- ✓ Ce poziție are Uniunea Europeană în ceea ce privește migrația și cum poate aborda această problemă într-un mod eficient și umanitar?
- ✓ În era digitală, cum pot fi informați corect cetățenii, în general, și în mod special tinerii, pentru a fi protejați de dezinformare și știrile false, inclusiv în ce privește exercitarea dreptului la vot la alegerile europene de anul viitor?

Evenimentul a avut loc la Cinema Capitol din Onești și s-a desfășurat în parteneriat cu Europe Direct Bacău, Consiliul Școlar al Elevilor, Inspectoratul Școlar Județean Bacău, Primăria Municipiului Onești și Biblioteca Municipală "Radu Rosetti" Onești.

**Echipa EPAS**

## Întâlnire cu un eurodeputat

Seftiuc Luca, Zaharia Rareș, clasa a XII-a F

Colegiul Național „Grigore Moisil” Onești a candidat în programul EPAS în anul școlar 2018 - 2019 și a obținut titlul de „Școală-Ambasador a Parlamentului European”. De atunci, datorită activităților desfășurate de ambasadorii seniori și ambasadorii juniori EPAS, Colegiul Național „Grigore Moisil” Onești și-a recâștigat anual statutul de școală activă în rețeaua de școli EPASRO.

În școală există un punct de informare despre Uniunea Europeană și se desfășoară anual cu elevii activități formative pe tematici europene, cum ar fi : 1. Construcția Uniunii Europene; 2. Tu și Uniunea Europeană; 3. Luarea deciziilor în Uniunea Europeană; 4. Europa fără frontiere; 5. Valorile europene; 6. Vocea ta în Europa.

Pe data de 2 Mai 2023, Colegiul Național "Grigore Moisil" Onești, școală-ambasador a Parlamentului European, a organizat, în cadrul activităților din agenda proiectului EPAS, evenimentul "Valorile Uniunii Europene și democrația parlamentară europeană - Procesul decizional la toate nivelurile: local, național și internațional".

Ne-am bucurat de întâlnirea și dialogul cu invitații speciali, dl. Eugen Tomac, eurodeputat în Parlamentul European, dl. Valerian Vreme, fost deputat și ministru al telecomunicațiilor în Guvernul României, dl. Victor Laurențiu Neghină, primar al Municipiului Onești, care au răspuns câtorva întrebări adresate de ambasadorii juniori EPAS, cum ar fi:

- ✓ Cum pot fi tinerii mai bine informați cu privire la importanța implicării și angajării în protejarea valorilor europene și a democrației, inclusiv pentru a se simți motivați să participe la vot?
- ✓ Care sunt beneficiile pe care democrația parlamentară europeană le oferă tinerilor?
- ✓ Care sunt provocările cu care se confruntă democrația parlamentară europeană înainte de alegerile din 2024?

Evenimentul a avut loc la Cinema Capitol din Onești și s-a desfășurat în parteneriat cu Europe Direct Bacău, Inspectoratul Școlar Județean Bacău, Primăria Municipiului Onești, Biblioteca Municipală "Radu Rosetti" Onești.



## Ziua Internațională a Drepturilor Copiilor

Argint Alexandra, Tiliță Elena-Ana, CLASA a XII-a F

Cu o ocazie atât de semnificativă precum Ziua Internațională a Drepturilor Copiilor, care a avut loc pe 20 noiembrie 2022, elevii școlii noastre au luat inițiativa de a marca evenimentul prin implicarea în proiectul educațional "Treptele Drepturilor Copiilor". Acest demers educativ a fost posibil datorită colaborării strânse cu Asociația Amprenta de Bine.

Scopul fundamental al proiectului constă în conștientizarea și educarea copiilor de toate vârstele în ceea ce privește drepturile și obligațiile lor, urmărind să ofere informații esențiale într-un mod atractiv și captivant. Fiecare drept al copilului este asociat cu un QR Code, care poate fi scanat cu ușurință, oferind acces la o prezentare detaliată a aceluia drept.



Această inițiativă educativă reprezintă o modalitate inovatoare de a promova cunoștințele legate de drepturile copiilor și de a încuraja o înțelegere profundă a acestora. Prin scanarea codurilor QR, elevii pot explora în detaliu fiecare drept într-un mod interactiv, transformând astfel procesul de învățare într-o experiență captivantă.

Îndemnul nostru este să fiți informați și să lăsați doar Amprenta de Bine. Suntem convinși că această inițiativă nu doar că va contribui la creșterea gradului de conștientizare a drepturilor

copiilor, ci va și aduce o notă de frumusețe și responsabilitate în lumea noastră. Eforturile noastre comune pentru educație și conștientizare contribuie la construirea unei societăți mai armonioase și mai responsabile.



## Vizita la Judecătorie

Bogdan Mălina, Ciorbă Darius, Clasa a XII-a F

Pe parcursul Săptămânii "Școala Altfel", elevii din clasa a XI-a F au avut oportunitatea de a se familiariza cu două profesii deosebit de relevante din domeniul juridic: cea de judecător și cea de avocat, printr-o vizită la Judecătoria Onești.

Dorim să exprimăm recunoștința noastră către doamna judecător Liliana Badau, care ne-a ghidat și ne-a oferit o perspectivă fascinantă asupra responsabilităților și rolului judecătorilor în sistemul juridic. Am aflat că judecătorul nu doar audiază martorii și verifică probele prezentate de către părți, ci și evaluează credibilitatea și argumentele aduse în proces. În final, pronunță o hotărâre bazată pe propria interpretare a faptelor, corelată cu prevederile legale specifice.

Experiența noastră la Judecătoria Onești a fost cu adevărat ilustrativă și interactivă, oferindu-ne o privire



profundă în lumea complexă a justiției. Ne-am simțit inspirați și motivați să înțelegem mai bine aceste profesii importante și să explorăm posibile căi de viitor în domeniul juridic. Mulțumim doamnei judecător Liliana Badau pentru generozitatea și dedicarea de care a dat dovadă în timpul acestei experiențe educative deosebite.



## „Ziua Internațională a Poeziei”

Mengheriș Medeea, Dodoc Rebecca, Clasa a XII-a F

Pe 21 martie, de Ziua Internațională a Poeziei, elevii din clasa a XI-a F de la Colegiul Național “Grigore Moisil” Onești au avut o experiență culturală captivantă, urmărind fragmente din conferința susținută de Ana Blandiana, distinsă membră corespondentă a Academiei Române. Elevii au fost captivați de o întrebare provocatoare și plină de profunzime: “Ar putea poezia salva lumea?”

Pentru a explora această temă intrigantă, au participat la o lecție specială/soft educațional pe platforma Nearpod, unde au avut oportunitatea de a se familiariza cu semnificația termenului “samizdat” și de a citi din poeziile interzise ale Anei Blandiana. Ana Blandiana, nu doar o scriitoare remarcabilă, ci și o luptătoare pentru libertate civică în România, a adus la lumină prin cuvântul său puternic și expresiv realități care altfel ar fi fost ținute în umbra cenzurii. Elevii au analizat atent poeziile, încercând să dezvăluie sensurile ascunse și să intre în universul poetic al autoarei. Mai mult decât atât, aceștia și-au imaginat momentele critice în care oamenii au apelat la poezie ca o șansă unică de salvare a spiritului în fața opresiunii.

Această activitate nu numai că a deschis porțile spre înțelegerea



mai profundă a puterii poeziei, ci și a inspirat elevii să reflecteze asupra rolului acesteia în transformarea și salvarea lumii. Ziua Internațională a Poeziei a devenit astfel un prilej memorabil în care elevii au explorat și au apreciat diversitatea și impactul literaturii, sub îndrumarea doamnei prof. Cristina Matei.

## Aniversarea A 142 De Ani De La Nașterea Poetului George Bacovia

Botnari Felicia, Melinte Isabella, clasa a XII-a F

Elevii clasei a XII-a F de la Colegiul Național “Grigore Moisil” Onești au dedicat o activitate specială aniversării a 142 de ani de la nașterea poetului George Bacovia.

Cu acest prilej, au citit din creația scriitorului simbolist și au realizat “poezia-blazon” (au ilustrat textul preferat pe care l-au prezentat colegilor). Au analizat un fragment din memoriile Agathe Grigorescu-Bacovia, “Bacovia. Poezie sau destin” și au problematizat dacă experiența de viață influențează sau nu creația.

De asemenea, au aflat despre inaugurarea Muralei Bacovia, un cadou oferit comunității băcăuane de Biblioteca Județeană Costache Sturdza, în cadrul Festivalului Național George Bacovia, un festival realizat cu sprijinul financiar al Consiliului județean Bacău.



## Clubul de dezbateri de la Moșil

– Cîrstian Victor, clasa a X-a E

Astăzi, 6 octombrie 2023, la Colegiul Național "Grigore Moșil" Onești am reluat cu entuziasm activitatea Clubului de dezbateri academic, coordonat de prof. Matei Cristina și prof. Casămândră Vasile, care consideră că: "Complet pregătiți nu vor fi niciodată copiii noștri în fața provocărilor viitorului, dar există, din fericire, abilități pe care le putem dezvolta la aceștia pentru a face călătoria mai plăcută și mai plină de satisfacții; între acestea, la loc de frunte, susțin specialiștii, sunt așa- numitele soft skills.

În linii mari, termenul pompos se referă la abilitățile de comunicare și relaționare ale unei persoane, la genul de atitudine ce o caracterizează, cum știe să pună în valoare ceea ce este și ceea ce știe. Instinctiv, căutăm compania persoanelor optimiste, asertive, cu o gândire flexibilă, care știu să-și susțină punctele de vedere, dar pot accepta și o viziune diferită asupra aceleiași situații, care știu să asculte și nu se simt jignite atunci când sunt contrazise.

Debate-ul (sau dezbaterile) pot contribui la conturarea tuturor acestor trăsături. În plus, îi

educă pentru activitatea în echipă, în sensul documentării temeinice, al accesării de multiple (și variate) surse de informare și le dă copiilor șansa de a pune la lucru cunoștințe și competențe dobândite pe diverse căi; nu întâmplător, liceele și universitățile de prestigiu din lume, cele care intra în top 100, au cluburi sau debating societies."

Clubul are drept scop promovarea unor valori morale și etice fundamentale, precum: fair-play, toleranță, democrație, gândire critică, comunicare rațională, cetățenie activă, necesare tinerilor implicați în problemele lumii contemporane.

În deschidere, a avut loc o dezbateri demonstrativă. Moțiunea abordată:

Acest Parlament crede că, în învățământul liceal, ponderea disciplinelor umaniste ar trebui să fie superioară celei a disciplinelor exacte.

Felicităm echipele implicate:

Guvern- Sara Capătă (10E), Victor Cîrstian (10E), Rareș Ciangău (11E)

Opoziție- Daria Manolache (12C), Daria Matei (12E), Antonia Vîlea (12E)

Urăm bun venit noilor membri: Vișciun Vlad (9C), Neagu Radu (11E), Sîrbu Antonia (11E), Purcaru Anastasia (9C), Fetahu Andra (9E), Mățâ Nicolae ((9E), Radu-Ochiu Andreea (10C), Cristea Maia (10C), Michea Maria (11A)!



## Lansare De Carte –

### Două opere eminesciene ilustrate de talentatele noastre artiste!

Matei Daria, Grozescu Vera, clasa a XII-a E

Într-o atmosferă plină de bucurie și creativitate, Colegiul Național "Grigore Moisil" Onești a fost gazda unui eveniment de excepție pe data de 8 martie 2022 - lansarea a două povești inedite, "Borta vântului" și "Vasile, finul lui Dumnezeu", scrise de marele nostru poet național, Mihai Eminescu.

Ce a făcut acest eveniment cu adevărat deosebit a fost contribuția artistică adusă de două eleve extrem de talentate, Vera Grozescu și Daria Matei. Sub coordonarea dedicată a doamnei diriginte, profesoara Gabriela Gîrmacea, aceste două tinere talente au adus la viață poveștile lui Eminescu prin ilustrații pline de farmec și expresivitate.

Poveștile alese, "Borta vântului" și "Vasile, finul lui Dumnezeu", reprezintă bijuterii literare care păstrează farmecul și profunzimea caracteristică creațiilor eminesciene. Ilustrațiile elaborate cu originalitate de Vera și Daria au adăugat o dimensiune vizuală captivantă acestor povești, făcându-le accesibile și atractive pentru toate vârstele.

Evenimentul de lansare a fost o ocazie de a celebra nu doar geniul literar al lui Eminescu, ci și talentul și pasiunea elevilor noștri pentru artă și cultură. Sala a fost plină de entuziasm și emoție, iar prezența numeroasă a elevilor, profesorilor și părinților a demonstrat că aprecierea pentru valorile culturale și artistice este în plină ascensiune la Colegiul Național "Grigore Moisil" Onești.

Doamna dirigintă, profesoara Gabriela Gîrmacea, a fost prezentă pe tot parcursul evenimentului, oferind încurajări și aprecieri superlative celor două eleve talentate. A subliniat importanța păstrării și transmisiunii moștenirii culturale și literare, iar elevele Vera și Daria au reușit să îmbine tradiția cu creativitatea lor unică.

Astfel, lansarea de carte nu a fost doar un eveniment cultural, ci și o demonstrație a potențialului și dedicării elevilor noștri față de artă și literatură. Felicitări echipei implicate și așteptăm cu nerăbdare următoarele inițiative artistice care vor continua să îmbogățească viața culturală a școlii noastre!



## Programul Go Girls Circular

Lazăr Ioana, Soltan Rebeca, Clasa a XII-a F

Elevii clasei a XII-a F de la Colegiul Național "Grigore Moisil" Onești au fost provocați, în cadrul orei de dirigiență, să participe la ediția 2023 a programului Girls Go Circular pe platforma de elearning interactivă Junior Achievement, având ca scop dezvoltarea competențelor digitale și antreprenoriale și familiarizarea cu conceptul de Economie circulară, un model de producție și consum, care implică reutilizarea, repararea și reciclarea materialelor și produselor existente cât mai mult timp posibil. Astfel, se prelungeste ciclul de viață al produselor. În practică, presupune reducerea la minimum a deșeurilor. Deși proiectul este special dezvoltat pentru a încuraja fetele să se orienteze către domeniile STEM, implicarea băieților este, de asemenea, permisă și susținută.

Junior Achievement este cea mai mare organizație internațională de educație economică și antreprenorială, programele fiind urmate în 40 de țări din Europa și peste 100 din lume.

În România, programele, proiectele și competițiile JA learning by doing și project based sunt urmate anual de peste 260.000 de elevi și studenți din peste 1.900 de instituții de învățământ și se desfășoară local în parteneriat cu Ministerul Educației Naționale, instituțiile de învățământ și susținătorii JA în România.

Girls Go Circular, un proiect educațional finanțat de Uniunea Europeană, este adresat tinerilor cu vârsta cuprinsă între 16 și 19 ani. În rețeaua Junior Achievement, proiectul este implementat în 23 de țări – Armenia, Austria, Belgia, Bulgaria, Cipru, Estonia, Franța, Germania, Grecia, Irlanda, Italia, Lituania, Luxemburg, Macedonia de Nord, Muntenegru, Polonia, Portugalia, România, Serbia, Slovenia, Țările de Jos, Ucraina și Ungaria.



## Discultura

Matei Daria, clasa a XII-a E



Recent, elevii ai Colegiului Național "Grigore Moisil" Onești au avut onoarea să participe la o prezentare captivantă susținută de pictorul Valentin Boantă (tatăl colegei noastre, Ioana Brumă) și bunul său prieten, Cosmin Brumă, arhitect-șef al Oneștiului. Acești doi creatori talentați au împărtășit elevilor noul lor proiect, DISCULTURA, o inițiativă care redefinește conceptul de vehicul cultural eclectic și deschide porțile către o experiență vizuală și senzorială inedită.

Locul ales pentru această prezentare a fost o hală industrială în cadrul fostului UTON, subliniind abilitatea lor de a transforma un spațiu aparent brutal, rece și părăsit într-un mediu prietenos și captivant, bogat în expresivitate artistică. DISCULTURA este, prin excelență, o punte către tineri, oferindu-le oportunitatea de a se conecta cu arta într-un mod inovator și interactiv.

Elevii de la clasa a XII-a e au avut privilegiul de a participa la această experiență captivantă, însoțiți de cadrele didactice implicate în proiect: prof. Gabriela Gîrmacea, prof. Cristina Matei, prof. Mihaela Vasilache și prof. Cristina Romandaș. Prezența lor activă a contribuit la atmosfera plină de entuziasm și a oferit elevilor șansa de a explora și de a dialoga cu creațiile expuse.

DISCULTURA nu este doar un proiect artistic, ci și o demonstrație concretă că arta poate transforma și revigora spațiile aparent neprimitorii. Este o inițiativă care stimulează imaginația, încurajează dialogul și încântă simțurile, oferind comunității noastre școlare oportunitatea de a experimenta frumusețea în locuri neașteptate.

Felicităm pe Valentin Boantă și Cosmin Brumă pentru această inițiativă remarcabilă, iar elevilor și profesorilor noștri le transmitem mulțumiri pentru participarea lor activă și pentru deschiderea către explorarea noilor orizonturi culturale. DISCULTURA reprezintă o fereastră către un univers artistic fascinant și inspirator, și suntem încântați că am avut șansa să facem parte din această călătorie creativă.



## Noaptea Cercetătorilor Europeni

Michea Maria, Aylin Tenie, clasa a XI-a A

Elevi ai Colegiului Național "Grigore Moisil" Onești, pasionați de știință și dornici să cunoască tainele activității de cercetare, au participat la un eveniment captivant, "Noaptea Cercetătorilor Europeni", organizat de Universitatea "Vasile Alecsandri" Bacău pe 29 septembrie 2023.

S-au implicat în activități inedite, interactive și atractive - ateliere de lucru, experimente, simulări și demonstrații.

Noaptea Cercetătorilor Europeni se înscrie în seria evenimentelor Marie Skłodowska-Curie și își propune să arate publicului larg ce înseamnă să fii cercetător și cât de interesantă poate fi munca de cercetare.

Anual, în ultima zi de vineri a lunii Septembrie, Noaptea Cercetătorilor Europeni (eveniment organizat în majoritatea statelor Uniunii Europene) face știința accesibilă tuturor, prin activități științifice ce combină educația cu divertismentul, organizându-se expoziții, experimente în care publicul este implicat activ, conferințe, jocuri, concursuri și multe altele.

De la prima ediție a Noptii Cercetătorilor Europeni în 2005 și până acum, milioane de vizitatori au intrat în legătură cu oameni de știință de pe întreg continentul și nu numai. Evenimentul atrage anual peste 1.5 milioane vizitatori din Europa și nu numai.

Anul acesta, evenimentul Noaptea Cercetătorilor Europeni a fost organizat în 26 țări, pe 29 Septembrie 2023. Peste 400 orașe europene și nu numai au găzduit întâlniri cu cercetători și oameni de știință, iar publicul a avut ocazia să-i cunoască și să înțeleagă mai bine impactul pe care munca lor îl are asupra vieții cotidiene.



## Vizită De Orientare Școlară Și Profesională

Moisă Edoardo, Cernea Robert, clasa a XII-a F

Pe 3 martie 2023, elevii clasei a XI-a F de la Colegiul Național „Grigore\_Moisil” Onești au vizitat Școala Națională de Pregătire a Agenților de Penitenciare Târgu Ocna în cadrul programului Saptamâna Școala altfel, ocazie cu care s-au familiarizat cu particularitățile activității profesionale a polițiștilor de penitenciare din sistemul penitenciar românesc.

Au vizitat: săli de curs, simulatorul de specialitate, cabinetul de cunoaștere a armamentului, sălile de e-learning, sala de consiliu, pavilionul de cazare, cantina pentru servirea mesei și sala de sport.

Elevilor aflați în vizită le-au fost prezentate procedura de accedere în poliția penitenciară, specificul și complexitatea profesiei de polițist de penitenciare, precum și beneficiile alegerii unei cariere profesionale în sistemul penitenciar.

Vizitele au inclus și prezentarea Memorialului Târgu Ocna compus din Muzeul Penitenciarelor, Biserica închinată martirilor și mărturisitorilor din închisorile comuniste, capela școlii și Calea Martirilor.



## Atelier De Dezvoltare Personală

Moisă Emanuele, clasa a XII-a F

În cadrul săptămânii "Școală Altfel", desfășurată pe data de 28 februarie 2023, atmosfera la Colegiul Național „Grigore Moisil” Onești a fost vibrată de entuziasmul adus de prezența lui Răzvan Curcubată. Acesta nu doar că este un trainer profesionist și public speaker desăvârșit, dar își ocupă și funcția de președinte al Asociației Sellification4EDUcation.

Elevii moisiliști și profesorii din comunitatea oneșteană au avut privilegiul de a participa la sesiuni de învățare experiențială, unde metodele atractive și interactive au fost la ordinea zilei. Experiența a fost una captivantă și educativă, oferind participanților o perspectivă inedită asupra procesului de învățare.

Asociația Sellification4EDUcation a adus nu doar cunoștințe, ci și inspirație și inovație în clasă. Metodele lor inovatoare au captivat atenția, transformând procesul de învățare într-o călătorie captivantă și interactivă. Elevii și profesorii au fost încântați să descopere modalități noi și provocatoare de a aborda învățarea.

Cu recunoștință, transmitem un sincer "Mulțumim, Sellification4EDUcation!" pentru contribuția lor valoroasă în săptămâna "Școală Altfel". Această experiență nu doar că a adus noi dimensiuni în procesul nostru educațional, ci a consolidat și legăturile dintre elevi și profesori, creând un mediu propice pentru explorarea și dezvoltarea continuă.

Săptămâna "Școală Altfel" la Colegiul Național „Grigore Moisil” Onești a fost, așadar, nu doar o perioadă de excepție, ci și un moment semnificativ în evoluția noastră educațională. Este un pas către o școală mai dinamică și adaptată nevoilor și așteptărilor elevilor noștri.



## Ziua Națională A Lecturii, 15 Februarie

Anoca Ionela, Margasiu Tudor, clasa a XII-a F

Cu ocazia Zilei Naționale a Lecturii, elevii din clasa a XI-a F de la Colegiul Național „Grigore Moisil” Onești au pășit într-o călătorie fascinantă prin harta interactivă a literaturii române. În cadrul acestei experiențe educative inovatoare, tinerii au avut ocazia să descopere informații noi despre scriitori și opere, utilizând tehnologia QR pentru a accesa resursele din harta literară.

Prin scanarea codurilor QR, elevii au deschis o poartă către lumea bogată a literaturii române, explorând biografii ale unor autori consacrați și deslușind poveștile captivante din spatele operelor lor. Exercițiul de lectură reflexivă a fost orientat spre înțelegerea și interpretarea valorilor morale prezentate în literatură, aducând astfel o dimensiune etică și filosofică în explorarea textelor literare.

O altă realizare notabilă a acestei zile a fost crearea unei cărți în format digital, îmbogățită cu fișiere audio. Elevii au adus astfel literatura la viață, oferind audienței nu doar cuvinte scrise, ci și interpretări și emoții transmise prin intermediul vocii lor. Această inițiativă a adus în prim plan nu doar importanța lecturii, ci și potențialul captivant al tehnologiei în explorarea și promovarea literaturii.

Astfel, Zilei Naționale a Lecturii la Colegiul Național ”Grigore Moisil” Onești i-a fost conferită o dimensiune interactivă și modernă, punând în lumină rolul vital al lecturii în dezvoltarea personală și intelectuală a elevilor noștri.



## Ziua Culturii Naționale, 15 Ianuarie

Fichioș Denisa, Lupică Denisa, clasa a XII-a F



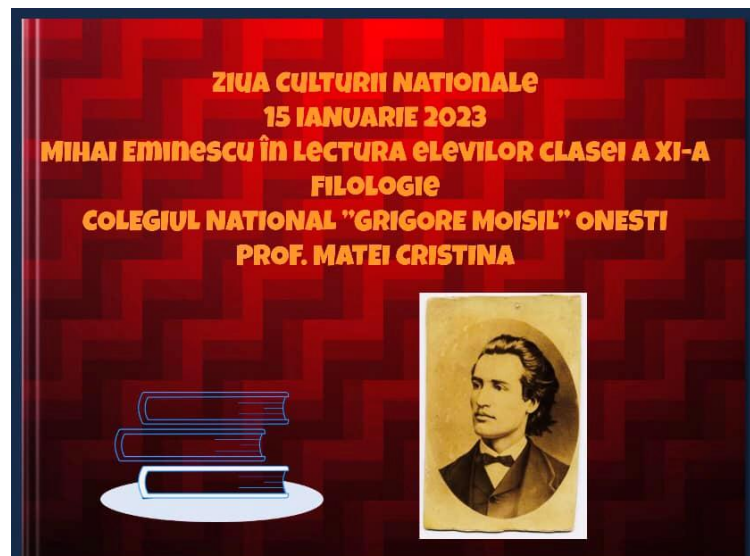
Mihai Eminescu, o figură copleșitoare, a lăsat o amprentă inestimabilă asupra contemporanilor săi prin inteligența sa scriitoare, memoria impresionantă, curiozitatea intelectuală remarcabilă, cultura de nivel european, precum și farmecul și bogăția limbajului său. Este evident că influența sa este atât de profundă încât, după cum afirma Tudor Vianu, "fără Eminescu am fi altfel și mai săraci".

Într-o reverență adâncă față de acest gigant al literaturii române,

elevii clasei a XI-a Filologie de la Colegiul Național "Grigore Moisil" Onești au ales să marcheze Ziua Culturii Naționale într-un mod autentic și onest. Ei au decis să își exprime admirația și recunoștința prin crearea unui ebook personalizat, în care fiecare elev a ales să se înregistreze recitând pasaje din poeziile preferate ale lui Eminescu.

Acest proiect nu este doar o celebrare a culturii noastre naționale, ci și o manifestare a identității noastre culturale și a legăturii noastre vii cu operele și cuvintele marelui poet. Elevii au fost onești și autentici în exprimarea lor artistică, aducând la viață cuvintele lui Eminescu prin propriile voci și interpretări.

Astfel, în spiritul zilei dedicate culturii naționale, elevii noștri au contribuit la perpetuarea moștenirii literare a lui Eminescu și la consolidarea legăturii noastre cu patrimoniul cultural românesc. Acest ebook reprezintă nu doar o celebrare, ci și o continuare a dialogului cu operele lui Eminescu și a angajamentului nostru de a le transmite și generațiilor viitoare.



## Olimpiada Tinerii Dezbat

### Ciangău Rareș, clasa a XI-a E

După momente pline de emoție și o victorioasă etapă județeană, talentații elevi ai liceului nostru, Rareș



Ciangău și Victor Cîrstian, împreună cu dedicata doamnă profesoară Cristina Matei, au participat la faza națională a Olimpiadei de Argumentare, Dezbateri și Gândire Critică "Tinerii Dezbat". Desfășurată în inima Bucureștiului, în campusul Universității de Științe Agronomice și Medicină Veterinară, competiția a avut loc în perioada 31 august - 8 septembrie 2023.

"Tinerii Dezbat" reprezintă un eveniment național care încurajează valorile culturale și etice, fair-play-ul, competiția și abilitățile de comunicare interumană. Această olimpiadă contribuie esențial la dezvoltarea gândirii critice și a abilităților de comunicare rațională

în spațiul public, formând atitudini sociale-civice democratice în rândul tinerii generații. Scopul său este să cultive o atitudine logică și rațională în rândul tinerilor, să promoveze cetățenia activă și să dezvolte toleranța față de diversitate.

Cu argumente convingătoare și abilități remarcabile de comunicare, Rareș și Victor au impresionat juriul, câștigând locul întâi pe echipă și ocupând locurile întâi și al doilea ca vorbitori individuali la faza județeană. La etapa națională, au demonstrat spirit competitiv și determinare, confruntându-se cu echipe puternice din întreaga țară.

De remarcat a fost prezența doamnei Cristina Matei în calitate de arbitru, aducând nu doar evaluări obiective, ci și un sprijin inestimabil pentru Rareș și Victor. Experiența sa a subliniat importanța dezvoltării abilităților de gândire critică în cadrul educației.

Temele dezbătute au fost captivante și actuale, acoperind subiecte precum principiul "udeskole" în România, toleranța zero față de reclamele mincinoase și impactul inteligenței artificiale asupra umanității. Participarea la această olimpiadă nu a fost doar o șansă pentru elevi de a-și exersa abilitățile oratorice, ci și o oportunitate de dezvoltare personală, învățând să formuleze argumente puternice, să gestioneze presiunea și să lucreze în echipă pentru a atinge obiectivele propuse.

Astfel, participarea lor la Olimpiada Națională de Dezbateri nu a fost doar o competiție, ci și un proces de creștere personală într-un mediu competitiv. Acești tineri reprezintă cu mândrie liceul nostru și ne inspiră pe toți să cultivăm gândirea critică și abilitățile de comunicare în drumul nostru către excelență.



## „Și Tu Poți Fi Victimă A Traficului De Persoane”

### Săptămâna care m-a transfigurat...

Doamne, ce săptămână a mai fost și aceasta! Vreme rea, câinoasă, cu ger și viscol! Dacă stau să mă gândesc mai bine, chiar din prima zi a săptămânii lucrurile au mers prost.

Luni, după ce am ieșit de la școală, am pierdut microbuzul de la ora 14:00. M-am resemnat și, flămândă, cu ghiozdanul greu atârând-mi chinuitor pe spate, am luat-o la pas, pe jos, spre casă.

Bătea un vânt tăios! Mi-am amintit iute că nu mi-am luat de dimineață nici căciulă, nici mănuși, nici fular. Mă adusesse mama cu mașina în oraș și nu le-am simțit lipsa. Oricum altă variantă nu aveam și cei cinci kilometri nu erau chiar Everestul. Imediat ce am ieșit din oraș, pe marginea drumului, zăpada a început să mă lovească rece în față. Curând, simțeam că părul mi s-a transformat în țurțuri. Măinile și picioarele îmi erau sloi.

Mărșăluiam năucă printre nămeții de pe acostament și mă gândeam la un ceai cald, fierbinte poate și la șemineul meu de acasă. M-a trezit la realitate un claxon. Am întors capul și, -Fata Morgana oare?- pe șoseaua aproape blocată de zăpadă staționa, lângă mine, o mașină neagră. Șoferul a lăsat în jos geamului și m-a invitat, prietenos, să urc. Mi-a zis că avem același drum și e păcat să deger mergând prin omăt. M-am bucurat de această apariție! Nici nu mă gândeam la așa noroc! Am dat să întind mâna înghețată spre portieră cand, ascuțit, un gând mi-a înțepat conștiința: mama, care în fiecare zi, aproape, mi-a spus să nu ma urc niciodată, NICIODATĂ, într-o mașină străină. Timp de două, trei secunde, glasul mamei și senzația de frig cumplit au alternat în simțurile mele. M-a dezmeticit bărbatul de la volan, care mi-a spus, mios, că nu-mi ia nici măcar bani, că vrea să mă ajute doar.

Am retras mâna, am întors spatele mașinii și am pornit din nou, hotărâtă și amărâtă. Automobilul mă secolta, iar domnul mă striga mereu, îndemnându-mă să îl ascult. Brusc, un plan mi-a încolțit în minte: cât timp stă în mașină, îl ignor, iar dacă se dă jos, fug. Fug! Inima îmi bătea năvalnic și simțeam că încep să mă încălzesc. A plecat până la urmă și am ajuns acasă, singură. Nu am spus părinților nimic. Iar ar fi început sfaturile sâcâitoare și ideile de groază.

Marti, miercuri, nu m-am dus la școală, căci după frigul tras, m-am ales cu o răceală strașnică, dublată de febră și dureri de cap.

Joi am aflat că toată strada pe care locuiesc fierbea de trei zile: o fată din vecini, de vârsta mea, nu a ajuns acasă de la școală. Căutări, poliție, oameni, agitație și, din păcate, nimic! M-a izbit gândul că ar trebui să le spun părinților despre pățania cu mașina neagră. Nu știam ce să fac! Poate aveau să mă certe că nu le-am spus mai devreme... Am tăcut.

Vineri am văzut că panică era și mai mare. Mama mea era îngrozită, tata stătea întunecat și trist. Atunci le-am povestit. Le-am spus și au sărit să le spună, la rândul lor, polițiștilor. A fost o pistă bună. Au găsit mașina, au făcut portretul-robot al șoferului. Au găsit-o și pe vecina mea. Era în stare de șoc, aproape nu mai știa cum o cheamă, dar trăia.

Este sâmbătă. M-am făcut sănătoasă, dar nu am chef de nimic. Îmi revine, obsesiv, gândul: "Dacă urcam eu în acea mașină?"

Cred că nicio călătorie nu este prea lungă sau prea grea dacă ajungi cu bine acasă. Și cred că părinții, știu ei ce spun...

ANDREEA APETRI  
Clasa a IX-a E

## Stiu, România este oaia neagră a Europei pe harta traficului de persoane...

România nu face destule eforturi pentru a combate traficul de persoane. Conform Directivei din 2011, traficul de persoane este „Recrutarea, de persoane, inclusiv schimbul sau transferul de control asupra persoanelor în cauză, efectuate sub amenințare sau prin uz de forță sau prin alte forme de constrângere pentru a obține consimțământul unei persoane care deține controlul asupra alteia, în vederea exploatării.” Trebuie să realizăm faptul că traficul de persoane este o industrie de miliarde de dolari pe plan internațional și a doua ca profitabilitate după traficul de droguri, singura diferență fiind faptul că „produsul” poate fi revândut. Înfiorător este că, în Europa, peste jumătate din victimele traficului de persoane sunt exploatare în scopuri sexuale, victimele sunt bătute și violate în mod repetat, private de libertate și terorizate.

Din pacate, numărul victimelor traficului de persoane crește, însă, nu toate recunosc în mod oficial abuzurile și refuză să fie numite victime, din pricina fricii. Astfel, în România, conform statisticilor, în 2012 numărul victimelor era de 1.014, dintre care 526 exploatare sexual, iar aproape jumătate din victime fiind minori. În 2020, pentru al doilea an la rând, România rămâne un punct nevralgic al Europei – principală sursă de export de persoane traficate în scopuri sexuale sau pentru a fi exploatare la muncă, după un raport al Departamentului de Stat al SUA.

Îngrijorător pentru mine este faptul că, în majoritatea cazurilor, victimele sunt persoane de sex feminin, care au nevoie de bani sau sunt amăgite de o dragoste naivă și promisiuni zadarnice. Însă, indiferent de situația financiară precară sau dragostea oarba a unei adolescente, nicio femeie nu ar trebui să devină sclavă pentru a satisface diferite plăceri. *Prostituția nu e soluția!* În rândul victimelor traficului de persoane se găsesc și bărbați. Aceștia sunt mutilați și desfigurați, iar mai apoi sunt trimiși la cerșit, banii ajungând în final la traficant.

Nu pot rămâne indiferentă la această realitate cruntă! Aș vrea ca fiecare coleg al meu să conștientizeze pericolul: ”Și tu poți fi victimă a traficului de persoane!”

**CHIOCHINĂ CLAUDIA**  
Clasa a IX-a F

## **Câștigători La Pentatlon**

**Robert Șimon, Edoardo Tudor, clasa a XII-a F**

În data de 31 martie 2023, sala de sport a devenit arena competiției intense în cadrul etapei județene a Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar, dedicată disciplinei de pentatlon pentru fete și băieți de liceu. În acest context plin de energie și pasiune pentru performanță, elevii Colegiului Național "Grigore Moisil" din Onești au strălucit, obținând rezultate remarcabile și aducând gloria școlii noastre.

În competiția dedicată băieților, Șimon Robert-Andrei s-a evidențiat cu un loc de onoare, ocupând meritatul Locul II. Performanța sa impresionantă a fost marcată de cel mai bun rezultat la proba de 60 m plat, cu un timp de 7'52, și la saritura în lungime cu elan, unde a atins 6,17 m. De asemenea, Tudor Edoardo s-a clasat pe Locul III, excelând la aruncarea greutății, cu o distanță de 10,84 m.

În competiția dedicată fetelor, Padure Lara-Ioana a reușit să obțină o mențiune meritorie, remarcându-se prin cel mai bun rezultat la aruncarea greutății, cu o impresionantă distanță de 11,75 m. De asemenea, Alexandru Diana-Alexandra a ocupat un loc fruntaș, clasându-se pe Locul V.

Aceste rezultate de excepție nu doar reflectă talentul sportiv al elevilor noștri, ci și munca asiduă, dedicarea și spiritul competitiv pe care l-au investit în pregătirea pentru această competiție de amploare, fiind coordonați de doamna profesoară Maria Stanciu. Performanțele lor nu sunt doar o sursă de mândrie pentru ei înșiși, ci și pentru întreaga comunitate școlară.

Ne mândrim cu acești tineri atleți și le transmitem felicitări călduroase pentru rezultatele lor impresionante la etapa județeană a Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar. Sperăm că aceste succese să fie doar începutul unei serii de performanțe remarcabile și că vor continua să fie o sursă de inspirație pentru toți ceilalți elevi ai școlii noastre.



## Excursie De Documentare La Iași

Brînză Ana, Hazaparu Denisa, clasa a XII-a F

În cadrul "Săptămânii Școala Altfel", sub îndrumarea doamnei diriginte Matei Cristina, am avut ocazia de a participa la o excursie educativă și culturală în orașul Iași. Una dintre destinațiile noastre a fost Universitatea "Alexandru Ioan Cuza", unde am beneficiat de o sesiune de consiliere profesională, aflând detalii despre diversele facultăți și procesul de admitere. Această instituție de învățământ superior reprezintă o combinație de tradiție și modernitate, fiind recunoscută pe plan național și internațional pentru realizările sale educaționale și științifice. Experiența aceasta a reprezentat un punct de plecare esențial în pregătirea noastră pentru viitoarea etapă după liceu.

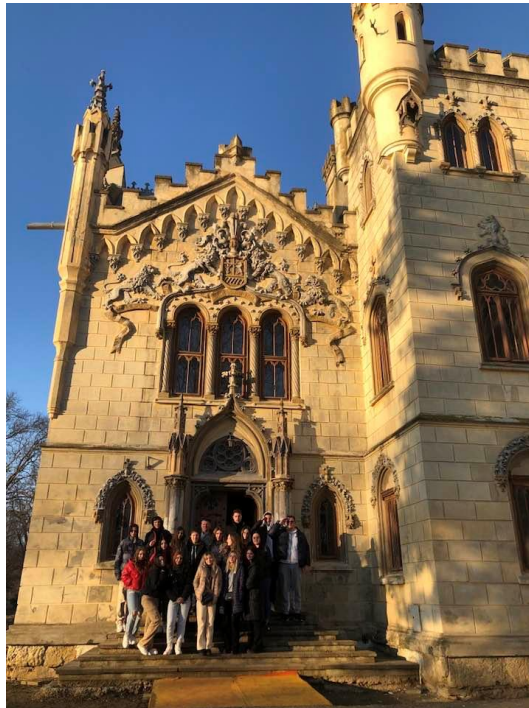




În continuare, am explorat Palatul Culturii din Iași, palatul muzeelor, un monument încărcat de istorie, o capodoperă arhitecturală construită în stil neogotic între 1906-1925, ce a servit inițial drept Palat Administrativ și de Justiție. Începând din 1955, acesta găzduiește Complexul Național Muzeal "Moldova" Iași, reprezentând una dintre cele mai de seamă instituții culturale ale orașului.

Un moment deosebit a fost vizita la Castelul Sturza de la Miclăușeni, în apropierea orașului Roman. Acest castel neogotic cu elemente de baroc, construit între 1880-1904, a reprezentat o călătorie în stilul Belle Époque, o perioadă de pace și prosperitate între Războiul de Independență din 1877 și Primul Război Mondial din 1914. Elementele Art Nouveau, precum gingășia feminină și grația, au fost evidențiate în decorațiunile exterioare și interioare ale castelului.

Experiența captivantă a excursiei noastre nu doar că ne-a informat cu privire la viitoarele opțiuni academice, ci ne-a deschis orizontul asupra bogăției istoriei locale și a frumuseții perioadelor trecute, subliniind astfel importanța cunoașterii și aprecierii moștenirii culturale.



## Câștigători Ai Concursului "Clasa Lui Moș Crăciun"

Ciochină Claudia, Căluian Maria, clasa a XII-a F

Cu bucurie și entuziasm, clasa noastră, a XI-a F, a participat cu succes la proiectul "Clasa lui Moș Crăciun", experimentând beneficiile unei colaborări strânse în cadrul colectivului nostru.

Această experiență a devenit un moment de unitate și distracție, oferindu-ne prilejul de a redescoperi plăcerea muncii în echipă și consolidând legăturile dintre noi.

Sceneta pe care am realizat-o sub titlul "Crăciunul de altădată în perioada comunistă" a fost cu adevărat o provocare pe care ne-am asumat-o cu mult curaj. Chiar dacă ne-am asumat riscul de a nu fi înțeleși sau apreciați pe deplin, totuși am sperat să atingem coarda sensibilă a juriului și a audienței. Cu mândrie, putem spune că am depășit așteptările și am câștigat premiul I, ceea ce a adus o satisfacție imensă întregii clase și doamnei diriginte, Matei Cristina.



vederea contribuția profesoare de istorie, care opționalului "Istoria pasiunea și cunoștințele procesul de realizare a concurs, oferindu-ne Mulțumim cu recunoștință deosebită, fapt ce a reușita noastră.



Nu am putea trece cu esențială a doamnei ne-a ghidat în cadrul comunismului". Cu sale, ea ne-a fost alături în acestui proiect pentru îndrumare și susținere. pentru implicarea sa contribuit semnificativ la

Astfel, participarea noastră la "Clasa lui Moș Crăciun" nu doar că a adus bucurie și amuzament, ci a fost și o lecție valoroasă despre puterea colaborării și dedicării în atingerea unui scop comun. Ne bucurăm de această experiență care ne-a întărit legăturile și ne-a oferit șansa de a demonstra că munca în echipă poate duce la rezultate remarcabile.



## Tradiții și obiceiuri de Crăciun

Dalban Alina, Radu Gabriela, clasa a XII-a F

Odată cu apropierea sărbătorilor de iarnă, Crăciunul și Anul Nou, am avut privilegiul de a participa la o activitate specială care și-a propus să aducă în prim-plan obiceiurile și tradițiile românești autentice.

Împreună cu colegii de la diferite clase, am ales să ne îmbrăcăm în portul tradițional românesc și să ne adunăm în curtea școlii, cu scopul de a evidenția obiceiurile care, din păcate, au pierdit din importanță în zilele noastre. Sărbătorile au devenit tot mai dominate de comercializare, iar spiritul care odinioară ne lega a început să se estompeze.



Cu tradiționalul strigăt „Primiți cu colindul?” precum în seara de Ajun, am fost primiți de către profesori în curtea școlii. Am început să interpretăm câteva colinde tradiționale, iar unii dintre colegi au adus în scenă și o urătură, însoțită de bici. A fost o demonstrație emoționantă și autentică, în care am trăit fiecare moment cu bucurie. Cu precădere, am apreciat faptul că această activitate ne-a adus împreună și a reușit să refacă legăturile care definesc comunitatea noastră

școlară.

Într-un context în care tradițiile se estompează, activitățile precum aceasta reprezintă un prilej de a celebra și păstra autenticitatea obiceiurilor noastre, aducând în prim-plan frumusețea și semnificația tradițiilor de iarnă.



## Descoperă Magia Cuvintelor la Clubul de Lectură al Colegiului Național „Grigore Moisil”!

Măță Nicolae, clasa a IX-a C

În atmosfera călduroasă a bibliotecii liceului, Clubul de Lectură al Colegiului „Grigore Moisil” și-a deschis porțile pentru prima ședință a acestui an școlar, pe 9 noiembrie 2023. Sub îndrumarea pasionată a doamnelor profesoare de Limba și literatura română, Cristina Matei și Elena Miron, și cu sprijinul doamnei bibliotecare, am avut privilegiul de a explora universul captivant al cărții „Alchimistul” de Paulo Coelho. Intervenții notabile au avut și doamnele prof. Gabriela Anghel și prof. Cristina Lungu.

Paulo Coelho, un maestru al literaturii contemporane, a dat viață unei opere magistrale traduse în 81 de limbi și vândute în peste 320 de milioane de exemplare la nivel global. Cu recorduri de vânzări și o influență puternică, „Alchimistul” a devenit un companion de nădejde pentru cei ce caută înțelesurile adânci ale vieții.



În cadrul clubului, am explorat lumea fascinantă a romanului și am dezbătut aspecte esențiale ale călătoriei personajului principal, un tânăr visător în căutarea unei comori. Această poveste nu doar că a captivat inimile cititorilor de pretutindeni, dar a oferit și lecții prețioase despre maturizare, obstacole, încercări și triumfuri.

Atmosfera animată a discuțiilor a fost îmbogățită de gândurile și părerile elevilor prezenți, care au adus perspective proaspete asupra temelor abordate în „Alchimistul”. La finalul întâlnirii, am împărtășit fragmente semnificative din cartea lui Coelho, alimentând curiozitatea celor care încă nu au avut ocazia să exploreze această capodoperă literară.

Pentru cei care nu au parcurs încă această operă magistrală, dorința tinerilor prezenți este clară: să descopere tainele „Alchimistului” și să acumuleze valori și înțelepciune care să-i ghiduje în călătoria lor personală de maturizare și autodescoperire. Într-un mediu plin de entuziasm și pasiune pentru literatură, Clubul de

Lectură al Colegiului „Grigore Moisil” a demonstrat că unele cărți au puterea de a conecta minți și de a deschide noi orizonturi ale înțelegerii umane.

## Elevii Colegiului Național “Grigore Moisil” Onești implicați în Competiția UNESCO "Patrimonito"

Matei Daria, Grozescu Vera, clasa a XII-a E

Elevii talentați și creativi ai Colegiului National “Grigore Moisil” din Onești, Școală Asociaată UNESCO, au debutat în lumea artei și creativității la vernisajul expoziției de storyboard “Patrimonito”, desfășurat pe 2 noiembrie 2022. Daria Matei și Vera Grozescu, două eleve din clasa a XI-a E, au împărtășit lumii viziunea lor unică asupra patrimoniului cultural prin intermediul desenelor lor remarcabile.

Sub coordonarea dedicată a d-nei profesoare Gabriela Girmacea, elevii noștri au participat cu



entuziasm la Competiția de storyboard “Patrimonito 2022”, o inițiativă de excepție organizată de Centrul Patrimoniului Mondial UNESCO. Această competiție nu numai că promovează creativitatea tinerilor, dar îi și încurajează să devină apărători ai valorilor Patrimoniului Mondial.

Obiectivul competiției este de a inspira elevii să-și utilizeze abilitățile artistice și spiritul lor inovator pentru a spune povești care să sensibilizeze privitorii cu privire la importanța protejării și aprecierii

patrimoniului cultural. Participanții sunt invitați să-și pună imaginația la contribuție și să creeze storyboard-uri captivante, iar lucrarea aleasă de juriul internațional va deveni sursa de inspirație pentru un film de animație educativ, cu distribuție globală.

Elevetele Daria Matei și Vera Grozescu au reușit să aducă la viață în desenele lor povestea bogată a patrimoniului cultural românesc. Prin imaginație și măiestrie artistică, au transformat istoria și tradițiile într-un spectacol vizual plin de semnificație.

Vernisajul expoziției a fost nu doar o ocazie de a admira talentele elevilor noștri, ci și de a reflecta asupra valorilor care definesc identitatea noastră culturală și de a susține creativitatea în rândul tinerilor. Interesul lor reflectă mândria și angajamentul nostru față de protejarea și promovarea patrimoniului cultural, contribuind astfel la



construirea unui viitor în care aceste valori să fie împărtășite și apreciate în întreaga lume.

## Creăție Literară

**MIRUNA-MARIA BACALU, clasa a XII-a E**



Lucrarea a fost premiată la Concursul „Cartea pe care o iubesc” – PREMIUL I, 2021



Când Divinitatea a suflat graiul vieții în suflet, un imbold sacru a pus la încercare ființa umană să se joace de-a teatrul cu sfoara libertății. O singură regulă avea de respectat, și anume să nu fure, nici în glumă și nici involuntar, sfoara aproapelui, deoarece va condamna eul ambelor persoane. Astfel, incandescenta din trup a luat naștere arzător, cu patos, iar ființa și-a dat frâul liber de a gândi ca și un tot unitar, ce creiona balanța rațiunii și-a dragostei. Nu mult timp această mentalitate avea să-și ducă traiul, pentru că ființa întâmpina o mare povară în a fi individualizată. Așa că s-a întocmit *psihologia adelriană*, ce promova relațiile interpersonale, un fel de hrană sufletească ce-i va stârni ființei apetitul pentru cunoașterea celui de-aproape.

O carte care ilustrează rețeta perfectă pentru acest antidot este „*Curajul de a nu fi pe placul celorlalți*” clădită sub forma unui dialog socratic între un fillsof (*Ichiro Kishimi*) și un tânăr (*Fumitake Koga*). Probabil că ai căutat răspunsuri pentru întrebările adresate vidului, căci le credeai fără sens; probabil că atunci când încercai

să-ți croșetezi viața, ațele erau prea întortocheate; probabil că te crezi neînțeleș de cei din jur; probabil vrei să faci o schimbare, dar nu știi cum să începi. Crede-mă că această carte îți poate ameliora fiecare cicatrice cu un singur capitol, cu o singură pagină, cu un singur paragraf, chiar și cu un singur cuvânt. Însă ca să scapi din ghearele abisului, alocă-ți în fiecare zi, un ceas, de citit în care îți faci un ceai, o cafea, după bunul plac, ca să dai aroma acestei idile, adresată oamenilor neînțeleși, bolnavi, fără-un pic de speranță-n suflet. Și-ai să vezi cum medicamentul te va vindeca atât de miraculos încât vei crede că ai renăscut din propria ta cenușă.

Pe prima pagină, inclusiv pe copertă, un deliciu de sintaxe va da gust acestei lecturi palpitate, pentru că ea are la bază niște înșiriri de întâmplări interesante, din care ai ce învăța. „Fii tu însuți! Nu-ți face griji cu privire la ce cred ceilalți despre tine, asta e problema lor, nu a ta.” este cel dintâi argument ce introduce cititorul în universul lecturii. De când l-am citit, am simțit o forță divină exercitată parcă de un necunoscut fantasmagoric. *Este piesa lipsă din eu!*, am zis. „Evoluția începe de la cunoașterea de sine. Prin lectură, pornim într-o călătorie înspre sine, pentru ca apoi să găsim starea de împăcare în echilibrul interior.” Dacă te lași purtat de valurile cuvintelor, ai să vezi cum această carte te va cizela preponderent, ca și individ, într-o societate... Îmi aduc aminte de un capitol în care tânărul îi povestise filosofului despre un prieten de-al lui, care prefera să se inhibe în loc să socializeze. Având în vedere că orice carte este concepută pe baza unui caracter cognitiv, am întâlnit și termenul de „etiologie”, care sugerează că o suferință își are originea dintr-o cauză, din trecut. Însă, în realitate, este vorba despre ademenirea victimei proprii într-o distopie creată cu scopul unei scuze... Acel prieten avea o scuză pentru izolarea sa: fusese dintotdeauna o fire introvertită. Dar el singur își formase o întregă utopie, mai ales din simplul motiv că voia să se simtă unic. Cred că oricine vrea să fie mai presus de normalitate, pentru că pare de-a dreptul anost să te încadrezi conform unui șablon, însă, de fapt, o viață simplă ar putea fi mult mai benefică, dacă e să percepem psihologia adleriană. „Așadar, în psihologia adleriană, nu ne gândim la „cauzele”, ci, mai degrabă la „scopurile” din prezent”

Consider că nu există un dușman mai presus decât propria persoană. Singuri ne inducem aceste idei, singuri ne lăsăm pradă hazardului. Însă mai consider că tot noi, putem fi îndeajuns de vrednici, încât să producem o



schimbare. „Dacă te schimbi, cei din jur se vor schimba și ei(...) În loc să aștepti ca ceilalți să se schimbe sau ca situația sa se schimbe, fă dumneata primul pas.” Ceea ce admir enorm la cultura japoneză, este faptul că cetățenii sunt niște oameni educați și politicoși. Faptul că cei doi oameni se adresau între ei cu pronume personale de politețe, îmi propulsa o mare doză de serotonină. Respect foarte mult persoanele cu bune maniere și aspir să fiu și eu una ca ele. Odată ce ai început să conversezi cu un individ, și observi că este o persoană disciplinată, parcă îți este mai mare dragul. De aceea, indiferent de orice situație, fie ea bună sau rea, diplomația este cel mai puternic scut.

Revenind după ce am pus capăt acestei lungi paranteze, vreau să clarific importanța unei schimbări interioare. În primul rând vreau să îmi spun opinia cu privire la fenomenul acesta, și anume că diferă de la o ființă umană la alta, ținând cont că este cel mai probabil să aibă un caracter subiectiv. Așa că, indiferent de forța cărții exercitată asupra cititorului, ea poate lua o întorsătură mai ceva ca un boomerang. Ceea ce înseamnă că ființa umană este caracteristică liberului arbitru. Despre libertate este vorba în această carte, dacă e să luăm perspectiva mea ca și punct obiectiv: „Piatra nu are putere. Odată ce începe să se rostogolească nu se oprește atât timp cât acționează gravitația și inerția. Dar

noi nu suntem pietre, suntem ființe capabile să ne opunem. Putem să ne oprim din rostogolire și să urcăm dealul.” Iar atunci când ești liber, dobândești o putere aproape inumană, fără orizonturi sau alte limite. Ea urcă și tot urcă până la infinit. Cam la acest fapt se rezumă capacitatea omului, el este mai presus de orice prin prisma gândirii sale absolute. Noi singuri avem dreptul să ne hipnotizăm, deoarece nimeni altcineva nu ne va diseca idealurile. „Te vei consuma, asemenea pietrei, până când totul se va netezi? Atunci când nu va rămâne decât o pietricică rotundă, acela va fi adevăratul eu? Nu merge așa.” Vorbele filosofului plantează sămânța în sufletul tânărului, dându-i aripile edenului. Însă pentru a-ți da drumul în zborul vieții, vei avea nevoie de ajutorul celorlalți, de aceea „Nu trebuie să gândim: *Ce îmi va da această persoană?*, ci mai degrabă: *Ce-i pot oferi eu acestei persoane?*”. Ceea ce, la urmă, tu va trebui să-i răsplătești, așa că atâta timp cât îți zidești o mentalitate care coincide cu psihologia adleriană, totul va fi așa simplu, iar prin acea simplitate, de multe bunătați vei avea parte. Bucuriile le identifici în lucrurile mici. Nu trebuie să ne complicăm existența, viața este acum, în prezent, fără trecut, fără viitor, așa cum susține și filosoful: „Putem trăi doar aici și acum. Viețile noastre există doar în momente. Adulții care nu știu acest lucru le impun vieți „liniare” celor tineri.”

Dar până la urmă, la ce se rezumă această carte? Ce înseamnă să ai curajul de a nu fi pe placul celorlalți? „Curajul de a fi fericit include și curajul de a fi antipatizat.”, spune filosoful. Este foarte important să fii cumpătat și să ai grijă. Oamenii sunt invidioși, frustrați și parșivi, dar, ce ar fi dacă am începe să ne schimbăm? Întâi prin a nu da prea multă atenție părerilor celorlalți și după, prin a începe să devenim mai iubitori. Chiar și cu cei care ne-au făcut să suferim. Ei se hrănesc prin frământările noastre sufletești, așa că dacă am transmite bucurii și zâmbete chiar și lor, oare, ceva va avea să se întâmple? „Pentru ființa umană cea mai mare nefericire este să nu se iubească pe sine.” Poate că, dacă am începe să ne iubim mai întâi pe NOI, sau măcar să fim mai darnici cu persoana noastră, după dragostea față de cei din jur va prinde viu grai de asemenea. Nu promovez egoismul, dar, dacă nu avem încredere în noi, atunci cine o să mai aibă?

„Trăiește-ți propria viață, nu pe-a altora. Nu-ți trăi viața în funcție de valorile celorlalți.” Bucură-te! Bucură-te de fiecare clipă, dar întâi și întâi, IUBEȘTE! Nu permite suferința să te acapareze, mai degrabă zâmbește-i, ca și cum ai uda o floare pe cale să se ofilească întru totul.

## Premiul I, 2022



## Lucrare premiată la Concursul de proză scurtă, 2022



**Titlu:** KANDRA

**Categorie de vârstă:** 16-20 de ani

**Motto:** „Un joc de șah este viața. Destinul singur joacă.

*Iar noi suntem pionii. Vrând de urât să-i treacă,*

*Ne mută, ne oprește, un timp ne mută încă,*

*Și-apoi în cutia Neantului ne-aruncă.”<sup>1</sup>*

Deschid ochii. Singurul lucru de care sunt în stare să îl duc până la capăt. Unde sunt? Presupun că la răscruce de drumuri între credibilitate și utopie. Trupul îmi este amorțit ca de obicei, după ce m-au anesteziat pentru a nu știu câta oară săptămâna aceasta. Ei cred că mă vindecă sau cel puțin îmi ameliorează starea, dacă se folosesc de corpul meu ca de o extensie a minții mele bolnave, un portal ce face trimitere dincolo de gândurile mele? Patetic...Și se mai cred și experți, demni de meserie. Aș râde, dar după cum am dat de înțeles, mi s-a curmat orice fel de senzație care să se exteriorizeze, rămânând în stadiul de proiecție mintală a unei acțiuni.

- Domnișoară, după cum bine știți, efectul acesta își va menține durata ca de obicei. Tind să vă readuc la cunoștință că, în seara aceasta veți rămâne aici. Asistenta o să vă aducă de îndată masa după ce treceți de acest episod. Eu am să mă retrag.

Doctorul nu poate fi luat în serios cu o asemenea atitudine de om cu maniere, literalmente, regizate. În fine. Mai bine îmi centrez atenția pe tavan decât să-i dau ascultare. Doar lasă-ți imaginația să zburde pe tavan, adică, nu-i așa că seamănă cu o pânză albă canvas? Mă simt în siguranță cu mine, aici. De fapt, oriunde. Doar singură. În timp ce mulți, obișnuiți cu spiritul de a socializa, se simt în primejdie în momentul în care nu le este nimeni alături, eu tânjesc după a fi lipsită de orice fel de contact cu alte persoane.

Cina de astăzi: supă din conservă și o banană. Genial, dau nota 10 cu felicitări. Nu am mai mâncat așa ceva de foarte multă vreme... De la prânz. Ca să fie mai clar, cina este practic o repetiție a prânzului. Diferența e că ne schimbă suplimentul. În loc de banană, am avut kefir. Cum îmi revin parțial, apuc să sorb câteva înghițituri din supa deja răcită pe jumătate. Dacă aș descrie gustul, sigur ți s-ar întoarce stomacul pe dos. De banană nici nu mă ating, căci deja mi s-a acrit de la supă. Așa sunt condițiile dacă îi superi pe „domnii inspectori”: ei nu sunt cu mult mai diferiți față de dulcea karmă.

De când i-am scos din sărite, mă țin aici captivă în condiții aproape imposibil de supraviețuit. Dacă ar veni vreun reporter, ar reuși sigur să scoată un articol genial. M-aș debarasa de eticheta de *antagonistă* și, în sfârșit, aș fi și eu înțeleasă măcar o dată ca fiind o *victimă*... Stând zile și nopți consecutive doar între patru pereți, culcată pe un pat din fier, cu o saltea ce-i ies arcuri nonstop de parcă ar fi ofertă la electrocasnice tipic Black Friday, fără orice soi de geam și cu o veioză probabil reciclată din vechituri; cred că ți se pare și ție cât se poate de sufocant. Dar, dacă aș alege între a sta singură sechestrată într-o celulă ca aceasta și, de a împărți un potențial de dormitor-garsonieră cu încă vreo șapte inși, din prima aș fugi de a doua opțiune. Doar gândește-te, să îți petreci restul zilelor care ți-au rămas cu cele mai înapoiate mentalități, stând cu toții între patru pereți. Mai bine mă condamn la singurătate. Și de unde știu eu că cine ajunge aici, nu mai are cale de întoarcere? Pentru că, în cele din urmă, scopul lor este de a-ți scurta durata de viață. Ceea ce mă liniștește însă este că nu duc dorul nimănui. Și dacă pomenești de familie, să știi că eu, una, nu am avut parte de așa ceva. Nu au fost ei în stare de asemenea sarcină. Mamă, tată, doar cu apelativul, nimic mai mult. Ah, era să omit pe *cineva*... Cred că aici este mai mult de relatat...

\*

Nu știu dacă s-a întâmplat cu mult după ce am ajuns aici. Cert este că eram cu moralul la pământ în primele zile, pentru că îmi pierdusem tot ce aveam mai de preț: o cafenea ambientală, care mai și beneficia de o mică bibliotecă de unde puteai împrumuta cărți, bineînțeles, dacă aveai permis. Am reușit să o instalez din propriile mele resurse, fiind învățată să mă descurc pe cont propriu încă de la o vârstă foarte fragedă. Deja mă duce cu gândul la rețeta casei, un shot de espresso, cu unt de cocos și scorțișoară măcinată... Parcă și acum resimt mixurile cu melodii relaxante, de preferat cele franțuzești. Am avut și eu o singură perioadă mai îmbelșugată, știi, când trăiești oarecum din abundență. Așa obișnuiam să fiu la un moment dat. Cumva, era cât pe ce să re trăiesc acele clipe, deoarece am întâmpinat pe cineva anume.

Singura alegere la care avea dreptul să o facă un deținut era să se înscrie la un număr anume de atelier. Eu, de exemplu, am fost înzestrată cu un văz artistic, așa că am ales artele plastice, și, pentru că mi-a plăcut să fiu o puștoaică studioasă încă de când mă știu, am vrut să mă înscriu și la clubul de lectură. Așa că ne pomenim într-una din zile că ne schimbă dascălul la atelierul de arte plastice. De obicei cei ce ne supraveghează sau dascălii, sunt ori voluntari, ori persoane deja administrate cu o funcție în această instituție, așa că, ne alegem și noi cu un nou profesor, de fapt suplinitor, deoarece dânsa intrase în concediu medical. Respectivul, a fost totodată primit la *noi* și cu funcția de psihiatru.

Fiindcă ei nu mi-au administrat la timp medicamentele, am întârziat la curs, fix în ziua aceea; pentru o secundă am trăit cu impresia că voi întârzia, dar nefiind informată cu privire la această schimbare, nu aveam nicio mustrare. Ajung liniștită acolo, dar constat că nu ne-a venit dascălița. Aha, deci vom avea un suplinitor, dau eu să înțeleg. Mă așez la locul meu, din spate, și-mi și dau drumul la mână să schițez ceva, până când se ivește un nou musafir. Deja pe figura lui i se citea disperarea și agitația, semn că se îngălbenise la față. Ceea ce ar putea fi caracterizat simbolic la înfățișare îi erau bucele negre răvășite până și pe fruntea înaltă, încrețită, probabil această expresie trădându-i uimirea, atunci când ne vede, de fapt, când îi vede pe restul, gălăgios, că doar eu stăteam liniștită în banca mea. Medicamentele își făcuseră efectul, eu fiind încă în transă. Era îmbrăcat din cap până în picioare în negru, de zici că mergea la înmormântare, și nu la ospiciu. Nu cred, eu, personal, că a confundat locurile, ci că a făcut doar abstracție. Postura îi era dreaptă, mersul hotărât, iar privirea, și-o îndreptase din prima, către mine. Nu știu ce a simțit el în momentul de față. Eu mai că mă uitam prin el, și nu la el. Neintenționat îl intimidasem, pentru că abia dacă a început să se prezinte și deja, se bâlbâia. Îi și simțeam tremurul din voce. Cu mici fluctuații între o voce înaltă și una mai joasă, cauzate cu siguranță de valul acela de emoție, cred că felul în care își alegea cuvintele, ori intonația, cumva, ceva anume, îl făcea atractiv. Ah, dar mai ales accentul... Face prezența. Eu sunt undeva pe la început, așa că deja mă trezesc că mă și strigă:

- Kandra Deveraux este prezentă?

Ridic o mână nesigură. Oare sunt unde trebuie să fiu?!

- Da-ncetați odată cu zarva, oameni buni! comentează la adresa colegilor mei, spunând pe un ton acid și bătând cu pumnul în biroul său, de asemenea, pe mine ignorându-mă total de parcă nici nu m-aș fi aflat aici. Nu cred că a reușit vreodată cineva să liniștească un colectiv de-al nostru mai repede ca unul dintre cei ce ar trebui să se ocupe de disciplină. Zic ar trebui, pentru că nimeni nu și-a făcut treaba cum se presupune, cât timp am fost eu aici. Sigur este psihiatru sau vreun fel de paznic? Îl trădează construcția firavă, dar probabil e de la îmbrăcăminte, pentru că negrul în general subțiază mult. A terminat și cu prezența. Începe să discute despre câteva generalități cu privire obiectul nostru, dar eu nu ascultam nimic din ce zicea. Nu cred că arta ar trebui să aibă teorii, asta i-ar tăia din aripi. Artă este denumită așa prin felul în care nu respectă nicio teorie și nicio lege. De ce nu trece direct la practică? Ori nu este înzestrat și tot ce va face de acum încolo este să prălăvrăgească precum televizorul dat ca sunet de fundal. Asta până când, îi dă prin cap să treacă prin spate, pe la banca mea.

- Domnișoară, văd că deja mi-ați luat-o înainte cu predatul. Ați și ajuns la proba practică? Inițial, voiam să încep primul curs cu noțiuni introductive. Ce ați desenat acolo? îmi și ia schița din mână, deși eu nu voiam să-l las. Ca atunci când te atingi de provizia unui animal sălbatic, doar că nu aveam cum să ripostez. Nu știu a cui mână este mai rece în momentul în care ne atingem, dar pot să spun că are un ceas superb. Degetele îi sunt subțiri și grațioase, ca de pianist. Manichiura pătrată, îngrijită, precum și parfumul bărbătesc pe care-l emană, denotă respectul în primul rând față de el, apoi față de ceilalți. Îl analizează preț de câteva minute, timp în care se lasă liniște. Ridică o sprânceană neagră, arcuită, perfect conturată, și spune: Ai făcut meditații? dau din cap că nu. Gândești dincolo de aparențe și preferi să te scufunzi în profunzime. Ai o viziune

întunecată și distinsă; se uită în ochii mei de parcă ar insista să mă las acaparată de întunericul din privirea sa. Se apropie prea mult... *Doar în capul tău, Kandra... E doar în capul tău.*

*Am căzut. În gol. Și nu mă mai opresc. E ca și cum. Sentimentul de vină ar fi atins cote maxime. Devenind etern precum căderea aceasta absurdă în gol. Nu se mai termină. E ca și cum te-ai învârti în cerc. Într-un spațiu sferoid. Unde, totul este beznă. Întuneric.*

*- Kandra, tu aparții întunericului. Noi doi suntem la fel. Același suflet în trupuri diferite. Același suflet în trupuri diferite.*

Instinctul mă face să tresar brusc, respirând sacadat. Sudori de transpirație le simt ivindu-se alocuri pe tâmpile. A fost aici în tot acest timp. Înghit sec. Domnul psihiatru și suplinitor al cursurilor de arte plastice, Ivan Petrovici, îmi oferă săritor un pahar cu apă rece. Îl beau fără să mă opresc, până îl golesc. Mai cer încă unul. Probabil, dacă nu era aici să-mi ofere apă, nici nu aș fi trăit cu impresia că îmi era sete. Zici că mintea mi-ar fi literalmente deconectată de trup. Acum îl percep de parcă mi-ar fi cel ce-mi traduce nevoile trupului sau ale minții. Exact ca o sinapsă.

- Ați leșinat; mă uit absentă la el. Ă... Când vă analizam lucrarea, dumneavoastră...ați dat cu capul de bancă. Credeam că erați atât de obosită, încât ați ațipit instant, dar de fapt... Ați leșinat; ridic o sprânceană confuză. Erați la atelierul de arte. Ați avut primul curs cu mine. Sunt Ivan, suplinitorul dumatiale; mă apucă din senin o criză isterică de râs. Ah, și ce mai râs. Mă simțeam de parcă mă debarasam de toate efectele medicamentelor. Precum că mi s-ar fi oferit o porție mare și zdravănă de libertate. Păcat de efemeritatea senzației, care fusese doar o utopie.

Ne trezim și cu asistenta în încăpere. Eu acum observ că ajunsese pe un pat familiar, din fier, dacă e să mă raportez în prezent. Salteaua, neconfortabilă, din cauza resorturilor, iar perna, probabil rudă cu câmpul lexical al pietrelor, îmi oferă niște condiții ideale. Văzând în ceață, probabil îmi injectează al nu știu câtelea sedativ. Mai bine. Îi ofer un zâmbet cald brunetului arătos. Sau un zâmbet tâmp?

- Acum vă aduceți aminte? Uitați, asta-i desenul dumatiale. Îl recunoașteți? mi-l dă să mă uit. Ce înțelegeam eu din ce am desenat erau câteva mâzgălituri. Adică, până la urmă, la asta se rezumă o operă de artă, nu-i așa? Vreți măcar să vorbiți cu mine? V-am supărat cu ceva? mă interoghează Ivan cu accentul său specific. Văd că nu avem ce discuta, așa că o să mă retrag. Vă sfătuiesc să vă odihniți, mâine avem o zi lungă; dă să apese pe clanță.

*„Mâine avem o zi lungă?!”*

- Stați; mă strădui din răspuțeri să rostesc acest cuvânt dintr-o singură silabă. Simplu pentru normali, dificil pentru mine.

Se întoarce, ridicând ambele sprâncene. Schițează un zâmbet slab, doar de dragul de a fi acolo.

- Aparent, știți să vorbiți, domnișoară Deveraux.

- Kandra... Vă... rog... Spuneți-mi Kandra.

- Te rog; mă corectează Ivan. Fără prenume de politețe. Mi se pare atât de...

- Rece.

- Da. Rece. Mi se pare atât de rece să ne adresăm unul altuia cu pronume de politețe.

Mă simt prost. E ca și cum aș avea o ședință de logopedie și nu o conversație atipică alături de un psihiatru proaspăt angajat. Sigur m-am înroșit toată. Revine asistenta. De data aceasta cu prânzul pe care trebuia să-l am. Pilaf. Răcit, desigur. Refuz să mă ating. Având stomacul întors pe dos, fix foame îmi mai era.

- Dacă nu iei măcar o lingură... Nu am să plec de aici.

- Păi nu vreau să plec!

- O, nu. Rectific. Dacă nu iei măcar o lingură... Plec.

- Nu mă deranjează.

- Ție chiar nu îți este foame? Nici la micul dejun nu te-am văzut mâncând.

El... Mă pânda? Și eu nu l-am văzut. Adevărul este că, de dinainte să vin aici, trebuia să merg să fac un control la ochi. Mi-au reanărut diontriile cu siguranță și cred că au mai și crescut de atunci. Am să ajung

să nu mai văd pe unde merg, dar puțin probabil că le pasă de miopia mea. Tresar când observ că în tot acest timp, cât îmi făceam introspecție, el se holba la mine. Nu am să mă ciondănesc cu el pentru că nu voiam să mănânc. Prefer să mă prefac că mă odihnesc. În cele din urmă se retrage. Sincer, îl apreciez că nu a insistat și mai mult de atât.

A doua zi, după ce m-au externat din aripa de infirmerie, de câteva ori, am dat de el pe coridor, dar mi se părea total detașat față de ziua precedentă. Faptul că aveam doar de două ori pe săptămână acest curs, mai trebuia să aștept până vineri, atunci fiind luni. Tentată să iau o decizie pripită, instant ținându-mă de cuvânt și cu entuziasm, m-am gândit că nu ar fi dubios dacă l-aș urmări. La urma urmei, eram de serviciu, și mi se dăduse sarcina să mătur și să dau cu mopul după aceea. Bun gândit, prost acționat. Nu aveam să fiu pregătită pentru asta... Îl prind cum este chemat în cabinetul directorului, nou venit, deoarece precedentului i s-a recidivat cancerul și la scurt timp a și decedat. Nu am putut asculta întreaga discuție, dar segmentat am reușit să înțelegem despre ce era vorba...

- (...) Deveraux: născută în (...) anul (...) crescută într-un centru de adopție, deși vizitată de părinții biologici la fiecare sfârșit de săptămână (...) motivul internării: ucidere din culpă, dependență de droguri, personalitate de tip Borderline, pierderi de memorie, diverse episoade de epilepsie sau convulsii, tulburare severă de personalitate (...) talentată la pictură, scrie poezii adepte simbolismului (...) Aceasta o să fie pacienta dumneavoastră, domnule Petrovici. O să aveți prima ședință abia săptămâna viitoare.

Așteptând cu sufletul la gură, a venit și în cele din urmă ziua de vineri. De data aceasta ajunsesem mai repede cu câteva minute. Mai era doar un coleg, pe care nici acuma nu-mi mai amintesc cine era. Îmi plăcea foarte mult să admir felul în care era amenajată sala: diverse picturi, probabil donate, umpleau un perete sau probabil că astupau diversele imperfecțiuni, pentru că ospiciul datează de dinainte de Al Doilea Război Mondial, ultima oară fiind renovat în anii 70. Câteva panouri puse pe peretele paralel, erau îmbăxite cu foi trase la xerox, cu informații despre artiștii celebrii, alături fiind și puse imagini reprezentative. Fiecare hârtie era lipită cu scotch și nu cu bolduri, pentru a preveni posibile „mici” incidente. Atmosfera era de o monotonie curată, așa că ce puteam face eu ca să evaderez din starea aceea era să desenez. Nu îmi propusesem să fac ceva anume, dar în cele din urmă reușisem să schițez clădirea ideală unde mi-aș fi instaurat eu cafeneaua. Am visat de când mă știu eu la arhitectura gotică sau victoriană, pentru că felul în care erau concepute inspira un aer mistic, desprins din alte orizonturi. Sentimentul acesta de nedescris părea să se asocieze divin cu gustul pe care îl avea mirosul de cafea proaspăt măcinată. Îmi lipsea foarte mult savoarea cafelei de calitate, pentru că serviciul personal al spitalului nu dispunea de mărfuri prea bune. La fix, Petrovici se afla în aceeași încăpere cu noi. În momentul în care vorbea, reușisem să-i disting originea accentului: probabil Europa de Est, țară slavică sau cel mai probabil Rusia. Ulterior, urma să află nu peste mult timp că dispunea de dublă cetățenie rusă și moldoveană. În ziua aceea, Ivan Petrovici se înfățișase foarte rezervat, dar chiar încrezut, emanând un sentiment de superioritate. Felul în care îmi rostise numele parcă îi oferea o oarecare complexitate, producându-se astfel, subtil, o muzicalitate neobișnuită asupra silabelor. În timp ce, punând accent pe primul „A” din prenumele meu, aproape că îi conferea și o stofă de lirism. Dezamăgirea mea, însă, cu care mă confruntam, era că el se comporta neobișnuit de rece. Ca și cum cineva i-ar fi parazitat fizicul.

Luni dimineață, la prima oră, mi se dă de veste că mi s-a schimbat psihiatrul. Nu eram deloc surprinsă, fiind „informată” de săptămâna trecută. Cu stomacul gol, din cauza unui amalgam de emoții străine, am înghițit sec și am intrat în cabinetul său, însoțită de o asistentă. Încăperea era predispusă în capătul coridorului de la ultimul etaj. Pereții erau albi imaculați, de parcă ieri fuseseră renovați. În centru, două canapele de nuanță burgundie erau așezate paralel, de o parte și de cealaltă a mesei confecționate din picioare de marmură, sau un fel de imitație, restul fiind de sticlă. Puteai zări așezate două cești de cafea și un platou cu biscuiți digestivi. Ivan stătea pe un scaun voluminos, care se învârtea, la un birou, de culoare wenghe, exact ca mobila minimalistică situată la cealaltă periferie a camerei, unde puteai zări și un televizor cu tub catodic. Pe nasul

drept al psihiatrului erau cocoțați niște ochelari cu lentile rotunde și ramă subțire. Era proaspăt bărbierit și mirosea a aftershave. Purta o maletă gri, ușor mulată, care-i pune în evidență figura atletă. Avea același ceas, purtat la mâna dreaptă, și ceea ce-l distingea față de zilele precedente, era cerceul rotund, tip verigă, auriu, abia vizibil, în urechea stângă. Ceva îmi spunea că îl omitea să-l poarte, dar nu și în ziua aceea. Răsfoia un dosar extras dintr-un biblioraft și nu părea să fie afectat de prezența mea. După cinci minute, face semn asistentei să se retragă. Îmi zice să mă așez pe fotoliu și să servesc un biscuite. Abia după ce se așază și el, luând unul pe care îl termină din două îmbucături, iau și eu un biscuite cu sfială, pe care încep să-l sfărâmițez pe șervețul așezat de o parte a ceștii de cafea.

- Nu te-am întrebat dacă vrei zahăr, spune el, dar eu îi răspund că nu trebuie. Aha, îți place să-ți îneci amarul în amar, adaugă el cu ironie, după ce își pune un pliculeț de zahăr brun în cafea; pufnim în râs amândoi. Hai, hai, că avem doar un ceas la dispoziție și nu avem timp toată viața să râdem. Ești simpatică. Hai, povestește-mi despre tine...

Nu înțeleg rostul, dacă el deja a discutat cu directorul despre situația mea, dar, neavând de ales, îi împărtășesc autobiografia mea: cum am crescut la orfelinat, pentru că din cauza faptului că proveneam dintr-o familie, modestă, numeroasă, ai mei nu au mai avut cum să mă întrețină, eu fiind mezina casei; de asemenea faptul că am rădăcini irlandeze; despre pasiunea mea pentru literatură și artă, cum mi-am înființat propria cafenea, închiriind un spațiu proaspăt amenajat situat în centrul orașului, din fonduri împrumutate, dar și din resurse strânse din premiile în bani câștigate la diferite concursuri, olimpiade la limba franceză, logică și psihologie, precum și în urma tablourilor mele scoase la licitație, când au fost organizate vernisaje ce promovau talentele tinerilor artiști; și cum ajuns în cele din urmă aici, deoarece...

- Din cauza unei erori? întrebă mai mult ca pentru sine, rămânând oarecum șocat. Tu crezi că ai comis o crimă, care de fapt este o eroare? Nu înțeleg, Kandra...

- Am fost obligată să accept situația. Eu sunt nevinovată. Mi-au băgat pe gât această calomnie, ca dosarul meu depus la psihiatrie să pară că ar cuprinde un conținut foarte riguros și dramatic. Adevărul e că eu sunt perfect normală. Teoria mea este că, orfelinatul, care îmi oferea un cămin și niște condiții destul de decente, începea să dea în faliment. Au comis această fraudă pentru a-și satisface nevoile. Am auzit că și ai mei au avut de unde să profite; mai că am turuit inutil de-a dreptul, pentru că Ivan nu a crezut nimic din ce am zis (...)

- Desenarea capului cere studii prealabile temeinice. O să aveți în vigoare toate materiile prin care ați parcurs până acum: metode de măsurare, regulile perspectivei...

Lunile se scurgeau din clepsidra timpului într-o manieră foarte înceată, lipsită de vlagă. Neavând, ca de obicei, nicio tangentă cu vreo persoană, continuam să mă refugiez în schițele mele sau în lecturi. Treceam printr-o perioadă mai puțin agreabilă, deoarece personalul se confrunta cu insuficiența de alimente. Am fost restricționați la două mese pe zi, cina fiindu-ne exclusă. Cursurile cu Petrovici se dovedeau a fi monotone. Tot ce făcea era să turuie din manuscrise. Avea el probabil talent, că ne mai și împărtășea din lucrările sale, compuse din portrete, figuri umane, de regulă feminine, și naturi moarte, dar nu avea sub nicio formă stofă de dascăl. În schimb, ca și psihiatru era foarte atent la fiecare gest pe care-l făceai. Avea un spirit de observație foarte ager, însă era lipsit de empatie. Nu știu cum a fost acceptat în instituție, poate că nu mai beneficia de alte opțiuni. În ziua aceea, la curs, nu mă simțeam în stare să mă concentrez la lecție. Dintr-o dată mă deșteptasem din reverie, fiindu-mi strigat prenumele. Nu înțelegeam exact ce se întâmpla, așa că restul începuseră să chicotească. El repetase fraza, de data aceasta și cu mai multă intonație rostindu-mi prenumele. Față de alte tinere femei, care probabil s-ar fi îmbujorat, eu însă mă îngălbenisem. Palmele reci, deși transpirate, erau produsul unui fior ce-mi străbătuse traiectoria inconștientului. Eram confuză, dar și inertă.

- Kandra, ești binedispusă să te oferi voluntară ca și model? am dat din cap, o ușoară cută simțind cum mi se dezvăluie pe frunte. Pofitim în față; îmi cedase locul, așezând scaunul mai în mijloc. Deci, după cum

vedeți, colega voastră are fața în formă de inimă: fruntea înaltă, cu marginile circulare, ca de semilună, pomeții proeminenți...(îmi dispune cu grijă poziția chipului în profil, expunându-mi linia maxilarului; cu două degete îmi centrează înapoi fizionomia feței; simt o ușoară mângâiere de la linia ascuțită a maxilarului, până la bărbie). Secretul unei fețe umane reușite este înțelegerea caracterului. În acest caz, este de ajutor determinarea unghiului facial, care diferă de la un individ la altul, fiind un excelent mijloc de control pentru precizia desenului. Unghiul facial este acela dintre două drepte din profil. Mărimea sa variază de la un unghi drept până la unul obtuz, cum are și Kandra. Una dintre drepte se intersectează cu osul frontal și punctul cel mai proeminent al osului maxilarului inferior, adică zona de sub nas. Ea unește cealaltă dreaptă, care la rândul ei se intersectează zona auditivă și zona de sub nas <sup>2</sup>(atinge subtil urechea, după care face trecerea către nas; întâmplător ne privim în ochi; respirația sacadată inspiră mireasmă de cafea, precum și alte mirodenii, contopindu-se parfumul său bărbătesc același ca de obicei, cu o ușoară adiere mentolată; îmi mușc buza de jos din reflex)... Puteți trece la loc, vom discuta mai multe data viitoare. Pe săptămâna viitoare! (ne)intenționat, îmi atinge curbura gâtului ca un gest de grijă, poate de supunere sau poate că unul orbit, inconștient, semn de ispită. Avea palma la fel de rece și de transpirată ca a mea. Își retrase cu rușine, poate cu regret pentru că probabil și-a dat seama că mi-am pus un semn de întrebare, dar asta ar însemna că are destulă empatie, ceea ce ori mi se pare eronat, ori se dovedește că este un om imprevizibil, fapt că nu-l cunosc de foarte mult timp.

Treptat, urma să-mi dau seama că începeam să devin dependentă de micile gesturi pe care le făcea. O ușoară atingere pe spate, contactul vizual sau chiar un zâmbet slab, dar subtil. Acestea erau concepute într-o manieră anume de parcă mi se oferea cu porția, și nu totul pe tavă. Ca și cum aș fi tânjit mai mult, doar că trebuia să mă mulțumesc cu ce primeam în farfurie. Aveam să conștientizez că Ivan dispunea de o metodă de abordare aparte, cochetând cu mine foarte subtil și vizibil, dar doar pentru mine. Urma să am dubii, pentru că începeam să cred că mă hazardam în paranoia pe care credeam că o dobândeam, însă totul se dovedea a fi cât se poate de real. Eram, însă, manipulată, pentru că el impunea un raport de subordonare între noi. Mă simțeam ca o marionetă, doar că la momentul respectiv, eram prea naivă ca să pricep ce intenții avea. Nu știam prea multe despre el, fiind clădit ca și individ cu un mister greu de intuit, dar cu o personalitate puternică, dominantă. Ceea ce-l trăda, dar mie îmi oferea niște speranțe infantile, era privirea veninoasă pe care și-o menținea constant, însă când mă vedea, dintr-o dată începea să se însenineze la față. Observam cum își schimba atitudinea, avea tendința să-și îndrepte spatele, să fie cu capul sus, pentru a-și contura cu și mai multă evidență prestigiul, în pofida faptului că noi doi eram aproape de aceeași înălțime. Diferența abruptă de ani era ceea ce-i conferea lui maturitate și experiență față de mine, însă dacă cineva ne pune unul lângă altul, nu s-ar fi deosebit categoriile de vârstă. Avea cam treizeci și ceva de ani, dar omul părea că nu se maturizează la înfățișare, menținând permanent o alură tinerească, aproape adolescentină. Tot timpul îl zăream că își îndrepta cravata, marginile sacoului sau cum își aranja părul.

Eu aveam ședințele de psihoterapie cu el de trei ori pe săptămână: marți, miercuri și joi, deci pe parcursul săptămânii îl vedeam zilnic, în weekend el retrăgându-se acasă; aflasem că dispunea de una din garsonierele din instituție, doar că în celălalt corp (aveam două: unul, destinat nouă, celălalt, lor). Ședințele se desfășurau sistematic, bine puse la punct, însă nu vedeam îmbunătățiri la mine, și nici el. Mă înșelasem: el era priceput în domeniul în care lucra, însă nu i-a fost aleasă pacienta potrivită, pentru că, la urma urmei, eu nu aveam nevoie de un psihiatru ca să mă vindece...Aveam nevoie de ceva mai mult... Într-una din zile, când terminasem cursul de arte plastice, acesta îmi face semn să rămân, așteptând să plece restul colegilor mei. Avea să îmi facă o propunere: să-i fiu model pentru una din lucrările sale. Nu mă așteptasem la una ca asta, pentru că cert este că rămăsesem surprinsă. Omul acesta care mi-a apărut spontan în viață mă învățase o lecție indispensabilă: să nu mă încred nicodată în acțiunile succesoare ale unei persoane, indiferent de aceasta. Cu toții suntem predispuși să fim în mare parte imprevizibili, în proporții mai mult sau mai puțin concentrate. Referitor la această nouă idee, aveam să mă aflu în fiecare duminică seară în cabinetul său. Deci programul

său de lucru se va prelungi în așa fel încât să se retragă acasă doar de pe vineri după-amiază până duminică dimineață. Foarte interesant că alesese serile de duminică, în care să ne vedem pentru a-i fi model. Prima dată a fost diferit, urmând apoi să decurgă în mare parte la fel ca și la început: inedit și divin. Îmi pregătise să port o rochie albă tip cămașă, punându-mă să mă așez pe un scaun cu picioarele înalte. Nu știu dacă era firesc ca eu să-i fiu și pacientă, dar și muză, pentru unul și același psihiatru, respectiv artist.

- Așa trebuie să rămâi. Dacă simți nevoia de o pauză, nu ezita să-mi spui. Legat de expresia facială, încearcă să stai cu gura întredeschisă și să te uiți înspre geam. Ieși bine din unghiul acesta. Este perfect; în momentul de față eu mă ofeream a fi nucelul viziunii sale, subiectul principal, central. Nu eram îndeajuns de sigură dacă să mă simt flatată, onorată sau poate, expusă. De multe ori îl prindeam cum tindea să-și umezească buzele, ori să răsuflă de parcă se confrunta cu o deficiență de oxigen, dar încăperea era mereu aerisită de fiecare dată când ajungeam aici, niciodată nefiind aerul închis. Probabil că era cam anxios sau încordat, dar să nu creadă că era singurul. Eu încercam să-mi controlez emoțiile: îmi era frică să eșuez sau să mă fac de râs. În tot acest timp, episoadele în care împărtășeam contactul vizual se dovedeau a provoca dependență și a stârni tot mai multă dorință... Tremuri, mi se adresează pe un ton părintesc. Vrei să ne oprim? Cred că am lăsat aerul condiționat să meargă. Sper că nu ai tras vreun curent, plus că geamul este oscilorabatant. Îți fac un ceai, spune de care vrei, am mai multe sortimente...

- Este în regulă, nu te stresa prea mult. Nu era musai să luăm o pauză. Nu contează de care ceai este; în cele din urmă alege mușetelul. Îmi oferă o pătură pe umeri. Se lasă o liniște incomodă, după care ne reluăm activitatea. De-alungul procesului realizării tabloului, nu prea schimbam multe cuvinte. Nici eu nu aș vrea să-l silesc să vorbească. Probabil că liniștea îi oferea dispoziția necesară pentru a picta. Fiecare artist își are tabieturile proprii. Eu de pildă obișnuiam să ascult muzică, dar, în situația aceasta, fredonam versuri inventate sau conservate sub formă de amintiri auditive. Așa că îi respectam alegerea și îl înțelegeam, chiar dacă nu îmi spunea el neapărat. Era de ajuns să-i citesc privirea și energia de care dispunea.

- Ți-a mai spus cineva ce ochi expresivi ai... Și dulci, precum caramelul.

- Și în ochii tăi cred că se citește cenușa din care o să se renască o posibilă dorință...Pe care ai negat-o în tot acest timp; s-a oprit instant din pictat.

- Apropie-te.

Inconștientă de forța pe care o exercita față de mine, pur și simplu m-am lăsat controlată de cuvintele seci, ce ascundeau, însă, un adevărat univers mistic, ascuns, dar exteriorizat numai pentru noi doi. Un fior plăcut îmi acapara trupul, paralizându-l, în momentul în care mă trage înspre el, cu mâna pe talie. Îmi dă o suviță de păr după ureche, atingându-mi buzele cu două degete, pe care și le retrage, confuz. Eram bolnavă, oarbă, dar fericită. Fericită pentru iluzia pe care mi-o oferea Ivan pe tavă. Pentru ca, în cele din urmă să mi se întoarcă cu spatele. O lacrimă lasă să-mi cadă pe obraz. Am ales să plec, însă când să deschid ușa, nici nu mi dau seama când o trânteste, după ce mă apropie iarăși de el. Se uită la mine din nou cu acea privire impunătoare, ispititoare. Rânjește. Atunci, însă, începe să bată cineva la ușă. Ivan rostește niște cuvinte, nu prea potrivite, dar mai mult ca pentru el. Îmi pune mâna la gură, și îmi șoptește să mă ascund după perdea, nu înainte să-l ajut să înlocuiesc tabloul cu altul neterminat de pe birou (interesantă strategie, cred că l-a lăsat acolo intenționat; se așteptase la una ca asta). El a ascuns scaunul după cealaltă parte a perdelei, care era în spatele unei canapele. Atât am de comentat, faptul că psihiatrul dispunea de un cabinet foarte spațios, unde ai să vezi de toate în el. Constat că directorul se oferise să-l viziteze pe psihiatru, deoarece vocea pe care o auzeam mi se părea literalmente familiară, plus că după intonația cu care Ivan i se adresa, acesta părea că-și schimbase atitudinea radical. Nu cred că dumnealui fusese informat cu privire la această schimbare de plan.

- Vă ocupați aici timpul cu hobby-ul dumneavoastră? Mi se pare un mod terapeutic în a vă menține constant mintea sănătoasă (...) Înțeleg că nu vă este greu, chiar dacă a trecut un an de când cooperăm (...) Presupun că ar fi mai bine să vă adresez o nelămurire, acum că împărțim un moment mai intim; e și trecut de ora zece seara, deci nu cred că este acum cineva care să ne asculte de după ușă.

*Dar după perdea este...*

- Îmi puteți afirma dacă aveți legătură cu internarea Kandrei Deveraux? Mă tem că trebuie deschisă o anchetă, pentru că, am constatat că ei nu-i stă în putință să săvârșească o crimă. Nu pot să cred că nu cunoașteți zvonurile despre ea... Pe vremea când urma să ajungă aici. Din cauza crimei, ar fi trebuit să facă pușcărie, nu să fie internată, însă ea este aici din cauza dizabilităților mentale, care sunt cât se poate de improvizate. Am dat din întâmplare de adevăratul test poligraf. Dovada că este nevinovată, însă nu înțeleg cum de a fost ascuns în tot acest timp într-un seif. Dacă s-ar fi făcut o treabă bună, acum acest act era demult pus pe foc. Noi în tot acest timp am avut un pacient sănătos! Ați putea să-mi dați niște explicații, domnule Petrovici? Știu că a trebuit să intervină și tatăl dumneavoastră...Și răposatul director predecesor mie...

Dintr-o dată s-a lăsat o liniște inefabilă, însă spaima încă persista să mă copleșească...Rămăsesem o bună perioadă ascunsă după perdea, sau mai bine zis...abandonată? Luându-mi în cele din urmă inima în dinți, m-am strecurat de după perdea, nu înainte să verific dacă totul era în regulă. În încăpere nu se mai afla nimeni. Cum era posibil una ca asta, din motiv ce eu fusesem aici în tot acest timp? Îmi zărisem paharul cu apă lăsat pe birou, însă când să-l duc aproape la gură, depistez ceva neînregulă. Sub nicio formă că nu se afla apă în paharul acela, sau, cel puțin, nu se afla doar apă. Aș fi putut da o explicație pentru care abia ce mă trezisem dintr-o stare de inconștiență. Totuși mi se părea cam deplasat, însă, aveam să descopăr că era cât se poate de aievea. În acel moment, simțisem un fum ieșind din pragul ușii. Din reflex dau să apăs pe clanță. Era încuiat, iar mirosul înecăcios părea să persiste și să devină mai concentrat. Probabil că se aliniaseră fiecare planetă, căci observasem că lângă mobilă se zărea un sistem de stingere. Să fie oare unica mea șansă pentru a distruge o ușă cu unul ca acesta? Bingo! Din clipa aceea, aveam să asist ca martor la un incendiu palpitant...

\*

Știți vorba aceea: de ce-ți este frică, de aia nu scapi? Așa nu am scăpat eu din a fi ținută captivă. De data aceasta, paralizată, într-un pat vechi de un secol. Nu știu cât timp a trecut de când sunt aici. Inițial, puneam de o parte câte un fir de păr pentru fiecare zi scursă. Dacă nu aveam acel geam cu gratii, cred că nu aș fi ținut pasul cu numerotarea zilelor. Reușisem să socotesc 67 de zile... Dar fix după atâta timp i-au dat prin cap să-mi schimbe așternăturile, luându-mi ce aveam mai de preț: ghemotocul meu de păr ascuns după pernă, dar întâmplarea aceasta fusese cu mult în urmă. Nevoită, am decis să renunț și să-mi accept orbirea față de trecerea timpului, dar, într-o noapte târzie, aveam să mă bucur pentru prima oară după mult vreme, de un somn zdravăn și să visez...

\*

De fapt, mă trezisem dintr-un coșmar. Ulterior, urma să aflu că fusesem în stare de comă timp de șaisprezece luni, fiind una dintre puținii ce au supraviețuit incendiului din psihiatria ce nu va fi niciodată restaurată. În următoarele zile, am avut și o vizitatoare, de care nu aveam habar până acum de existența ei, în pofida faptului că ea știa fiecare detaliu despre mine.

- Kandra, mă tem că totul nu se termină aici. Eu nu m-am prezentat în întregime. Am fost logodită cu fostul tău psihiatru, Petrovici, care a fost acuzat că m-a ucis. Totul a fost o înscenare a tatălui său nebiologic, care l-a înfiat pe Ivan din același orfelinat, ce ți-a fost și ție cândva cămin. Motivul pentru care s-a folosit de această pseudocrimă ca și cal troian este că, în tot acest timp, Ivan este cel ce-ar fi avut nevoie de fapt de recuperare. El ar fi trebuit să fie internat, nu tu, Kandra. Tu ai fost o momeală, pentru că dacă nu erau părinții tăi să te dea pe mâna psihiatriei, din nevoia de un suport financiar constant, tu nu ai fi pățit una ca asta. Orfelinatul vostru urma să dea în faliment, iar singura soluție ar fi fost banii murdari ai politicianului de Petrovici, părintele adoptiv al lui Ivan. Tot el a reușit să-l scoată pe Ivan din orfelinat, deoarece cei de acolo aveau să-l interneze într-un loc mai sigur pentru el, dar, deoarece atât el, cât și Petrovici, erau de aceeași cetățenie, hibridă, l-a luat sub aripa sa. Căsătoria noastră era propusă din motive financiare, deoarece tata i se încredinșase lui Petrovici. Am fost abuzată luni cât timp am trăit cu Ivan, iar această „crimă” avea să fie unica

soluție care ar fi putut pune capăt, deoarece între timp apăruseră și alte inconveniențe între familiile noastre. Tu ai fost scutul tuturor treburilor murdare, inocența ta s-a ales cu una ca asta. Probabil că ai să mă crezi că este imposibil ca eu să-ți fiu un înger păzitor, însă eu insist să-ți ofer o mână de ajutor. Tatăl meu se va ocupa de anchetă și fiecare își va ispăși pedeapsa binemeritată, începând cu Ivan care va ajunge de îndată la o psihiatrie cu cele mai stricte norme și condiții, fiindcă penitenciarul nu pare să-i priască.

Din momentul acela, eu trăiesc cu o enormă recunoștință și cu o datorie automatizată față de Anastasya Romanova și familia ei. Crescând alături de tatăl său, avocat, și de mama de-a doua, Nastya se prespune a fi un fenomen divin. Cineva spusese că fizicul nu este decât o reflecție a ceea ce se află în lăuntrul nostru, iar unul dintre exemplele care susțin această teorie este chiar ea. Nu e de ajuns că pielea de un opal precum spuma laptelui și părul blond argintiu, împreună cu o pereche de ochi oceanici ca de păpușă, alcătuiesc un portret de-a dreptul angelic? Tocmai ce absolvise academia de poliție, nu era de mirare de ce era dispusă să ajute și să fie adeptă a corectitudinii. În cele din urmă aveam să mă mut într-un apartament de-al lor, în Belarus, deoarece ea acolo a fost crescută de către părinții ei...

Recăpătându-mi cafeaua, reușeam acum să mă descurc destul de bine. Într-una din zile, mă trezesc la ușă cu un colet de la un anonim, la care nu m-aș fi așteptat să conțină așa ceva. Primul obiect ce mi-a sărit în ochi fusese un dosar, însă când să-l iau, în clipa aceea, rămân stupefiată. Sub dosar se afla un tablou pe pânză învelit într-un prosop. Nu era un oarecare tablou, era cel în care eram eu pictată, de către Ivan. Individu ce se presupunea a fi eu, nu era cu mult diferită față de mine, însă anumite detalii păreau a fi omise, adăugate sau schimbate, ca de pildă, părul meu, ce părea a fi mult mai deschis, înspre o nuanță mai cafenie, mai lung și mai voluminos. Maxilarul era cu mult mai puțin proeminent, cea din tablou părând să fie cu trăsăturile mai fine și mai rotunjite, față de mine, a cărei față avea constituția mult mai osoasă. Ochii erau singurii ce păreau a fi transpuși din realitate în pictură, la fel și buzele, în special nuanța trandafirie. Pistrii îmi erau omiși. De asemenea respectase adevărata figură a corpului meu, ea fiind la fel de înaltă și de subțire, cu picioarele lungi și genunchii osoși, cu pielea albă ca de porțelan. Cămașa era așezată oarecum mai diferit în realitate față de cum era reprodușă în tablou, deoarece nasturii păreau să fie mai mulți deschiși, iar materialul să fie unul mai transparent. Întorcându-mă la dosar, zăresc că ceea ce se afla în el se rezumau la diverse schițe, preponderent ele fiind incomplete. Câteva dintre ele mi se păreau reconoscibile, pentru că cel mai probabil, fuseseră prezentate la cursul de arte plastice, însă, răsfoind mai departe, descopăr o succesiune de schițe cu portretul meu. În unele desene păream să fiu serioasă, în altele mai veselă, chiar și senzuală, cu gura întredeschisă și ochii visători. Una dintre ele era mult mai deosebită, pentru că era compusă din două figuri umane, a mea și a lui. Eu eram realizată din profil, uitându-mă de jos în sus, pentru că eram schițată mai sub portretul lui Ivan, el respectând unghiul din față, dar cu privirea îndreptată înspre mine, fizionomia fiindu-i mai serioasă, față de a mea care se dovedea a fi mai expresivă și pătrunzătoare. Instinctiv, întorc desenul pe verso și constat că era un text sumar, probabil fiind scris din creion, deoarece pe fața cu desenul nu se descifrau literele în relief:

*„Îmi ești și îmi vei rămâne pe veci muză, fiindcă mi-ai marcat viața, Kandra. Dacă desenele te-au găsit, e semn că eu te caut pe drumul ce bun.”*

Aleg să le-arunc în focul zdravăn din șemineu. Refuz să-mi întorc privirea înapoi, oricât de înlăcrimată ar putea fi. Pentru că, la fel cum a ars el clădirea, așa am transformat și eu în cenușă conexiunea noastră, nimic nefiind în putință să se nască din aceasta.

<sup>1</sup> În vol. „Rubaiyatele lui Omar Khayyam”, traducere de George Popa, Ed. Timpul, Iași, 2001, p.55

<sup>2</sup> „Școala de desen PORTRATE”, András Szunyoghy, traducere de Steliana Simu, Ed. Aquila Logistic, Oradea, p.36

## Un Moș Ene modern – Sandman

Matei Daria, clasa a XII-a E

Niel Gaiman este cunoscut ca un creator de bestseller, scriind și alte titluri recunoscute cum ar fi “Coraline”, “Cartea Cimitirului” și “Good Omens”. Însă romanul grafic “Sandman”, apărut la Editura GRAFIC în anul 2018, mi-a atras atenția grație ilustrațiilor făcute de Sam Kieth, Mike Dringenberg și Malcolm Jones III.

Scopul inițial al autorului în acest roman grafic a fost de a reînvia un vechi personaj din catalogul DC. Astfel, a fost creat Lordul Viselor, cunoscut și ca Dream/Visul și Morfeu.

Povestea începe cu un grup de ocultişti de la începutul secolului al 20-lea ce îl iau prizonier pe Vis din greșeală, ei încercând să prindă Moartea pentru a deveni nemuritori. Aceștia îl țin captiv câteva zeci de ani, până are șansa de a scăpa. Odată cu evadarea sa, Morfeu îi pedepsește pe nelegiuïți și începe căutarea obiectelor sale magice ce i-au fost furate și împrăștiate în lume în absența lui.

De aici, începe o aventură tumultoasă care ne transportă prin diverse decoruri, vizitând, odată cu personajul principal, tărâmul viselor, iadul și chiar faimosul Azil Arkham. În această călătorie întâlnim diferite personaje, unele deja cunoscute cititorilor de benzi desenate, cum ar fi John Constantine și Doctorul Destiny, dar și unele noi, create doar pentru contextul poveștii, ce au rolul de a reprezenta oamenii simpli, reali.

Niel Gaiman se folosește de mitologia greacă antică, de idei abstracte dar își plasează acțiunea în locuri moderne pentru a crea unul din cele mai apreciate romane grafice din toate timpurile, impunând un standard pentru un fantasy matur în domeniul benzilor desenate.

Stephen King descrie opera ca având “limpezimea basmelor și subtilitățile subversive ale ficțiunii moderne de primă mână”.

Eu am adorat acest roman grafic pentru povestea stranie, ce a luat întorsături neașteptate și pentru interpretarea unică a unor idei abstracte cum ar fi visul, moartea, disperarea, delirul, durerea și destinul, transformându-le în personaje care, deși au puteri superioare zeilor, au personalități complexe și trăiri ce par aproape umane. Greutățile personajului principal m-au ajutat să mă atașez de Vis, acesta începând povestea singur, fără superputeri, dar plin de furie și determinare, și sfârșind-o exact în opoziție, mai puternic decât fusese vreodată, dar neștiindu-și locul în lumea din care lipsise pentru zeci de ani. Mă pot vedea pe mine însămi în acest personaj, comparându-ne dorința de libertate, căutarea de putere, furia față de lumea înconjurătoare și confuzia în privința viitorului. Ilustrațiile te fac să le privești cu plăcere, oferindu-i cărții o estetică aparte, jucându-se cu tablouri abstracte ale lumilor supranaturale, dar și cu peisaje urbane, conturând aspecte mai puțin fericite ale societății în care trăim.

De asemenea, am simțit că textul încă este relevant timpurilor noastre, pentru că, deși povestea a fost inițial publicată în anii 90, totuși romanul prezintă subiecte de ultimă oră: un

“virus” misterios ce a provocat isterie mondială și a afectat întreaga populație, dar și subiectul discriminării ce încă este prezent în viața noastră de zi cu zi, dar pe care alegem să îl ignorăm.

## Matematica dragostei

Uneori mă întreb,  
Care este probabilitatea ca tu să mă placi...  
Uneori fac o analiză sentimentelor mele  
Pentru că iubesc ceea ce faci...  
Uneori imi zic că nu ești perfect,  
Dar nu-ți pot găsi vreun defect!

Știm că unu adunat cu unu face doi,  
Dar legea dragostei se schimbă la noi!  
Un trup, un suflet, un perfect...  
Două jumătăți ce creează un întreg!

Ești ecuația vieții mele,  
Dar și rezolvarea ei  
Mereu mă gândesc la tine  
Și la ochii ăia ai tăi  
Zâmbetul tău spune multe,  
Dar tu ești așa tăcut  
Dacă ai fi lângă mine,  
Chiar aș vrea să te sărut!

Stanciu Ana-Maria  
Clasa a IX-a D



# ***Secțiunea profesori***

## **Infuzarea conceptelor de Educație Media în ora de Literatură: O abordare transformățională a învățării**

**Prof. Matei Cristina**

Programul Educație Media tratează în mod critic informația, pentru a evita dezinformarea sau manipularea. Prin infuzarea conceptelor media în cadrul orelor de limba română sunt testate competențe, conținuturi conexe domeniului literaturii, este deschisă calea experimentării unor noi metode de învățare. Prin competențele dobândite elevii vor deveni cetățeni mai informați și mai responsabili, mai implicați social. Implementarea acestui program produce o apropiere a elevilor de text, prin sesizarea unor subtilități dincolo de analiza din perspectiva noțiunilor de teorie literară, schimbă modul în care elevul receptează opera literară, iar plasarea în contexte literar – istorice – sociale devine mai relevantă în analiza textului literar.

Infuzarea conceptelor de educație media aduce în actualitate semnificații și contexte îndepărtate, momentul de infuzare este de fapt o filtrare a textului, a profilului personajului, prin prisma altor valori și coincide cu interiorizarea lecturii, în acest proces de deconstrucție a mesajului. Textul capătă un nou sens prin re-compunerea detaliilor, prin integrarea unor noțiuni media care se suprapun în mare măsură cu cele ale orei de literatură sau de comunicare. Îi obligă pe elevi să se re-poziționeze față de actul învățării, iar pe profesor să regândească scenariul didactic în sensul evocării – realizării sensului și reflectării pentru ca elevul să fie antrenat într-un proces activ și complex, de aprofundare a învățării, pornind de la achiziții cognitive, pe care le poate acum conecta cu elemente noi, fiindcă poate gândi în corelații și este pus să își asume în mod conștient învățarea.

Privite într-un context mai apropiat de actualitatea elevilor de azi, multe teme etichetate drept aride, încep să capete sens și cel mai important, se modifică atitudinea față de textul literar. Acest întreg proces ce implică dezvoltarea gândirii critice, a abilității de exprimare, de comunicare în moduri diferite, originale, și mai ales, dezvoltarea spiritului analitic, impun elevului să reacționeze, să fie permanent prezent în propria învățare. De exemplu, un exercițiu de infuzare a conceptului de context (implicit contextul literar-istoric) poate fi discutat în relație cu perspective asupra personajului în și în-afara textului și poate avea drept scop conștientizarea în rândul elevilor a definerii clare a contextului în care o informație este plasată, dar mai ales semnalarea consecințelor pe care le poate avea scoaterea din context a acesteia, întrucât poate genera prejudecăți. Se va avea în vedere o analiză atentă a detaliilor relevante din imagine/text, activarea noțiunilor din domeniul literar, asocieri, corelări cu alte texte literare care ar putea fi analizate prin prisma contextului, pentru ca finalitatea atinsă să devină dezvoltarea gândirii autonome, reflexive, critice.

Vom fi surprinși să constatăm că o discuție despre stereotipuri și prejudecăți (bias de confirmare) poate fi integrată într-o oră despre Tema și viziunea despre lume în nuvela realistă Moara cu noroc, de Ioan Slavici. Reacția elevilor este una pozitivă, sunt interesați de acest subiect conax orei de literatură, apreciază ancorarea în realitate a unor noțiuni ce țin de teoria

specifică disciplinei de limba română. Sesizează cu ușurință substraturile de interpretare ale textului suport. Sunt deschiși la piste, reperele de interpretare spre care îi îndrum. Asociază idei cu dezinvoltură, își pun întrebări, cooperează și își susțin puncte de vedere ce demonstrează spirit critic și atenție acordată detaliului.

Conștientizarea necesității unei implicări sociale mai active, luarea de atitudine devin constante ale demersului didactic. Elevii se dovedesc capabili a-și susține puncte de vedere, care pot chiar deranja. Fac dovada capacității de a disocia între informațiile primite, fac corelații între idei, aduc completări, comentarii personale pe tema propusă discuției. Își vor schimba astfel percepția asupra personajelor, asupra destinului acestora, proiectat în relație cu mediul sau comunitatea în care evoluează, vor analiza realismul viziunii autorului prin prisma unor experiențe de viață cu care sunt familiarizați deja.

Efectul scontat al acestor tipuri de activități va fi cu siguranță creșterea gradului în care elevii vor fi capabili să aplice în viața de zi cu zi cunoștințele dobândite la școală, prin dezvoltarea unor competențe necesare într-o societate democratică. De altfel, finalitatea acestui program se reflectă în setul de valori și atitudini enunțate chiar de programa școlară de liceu. Pornind de la un subiect de actualitate se pot găsi repere și la nivelul opere literare, provocând elevii să se implice în dezbateri să se informeze în legătură cu stereotipuri de gen, de vârstă, să analizeze cu atenție contextul unui fenomen social/ situație și să privească însuși personajul în relație cu backgroundul social sau cu epoca în care a fost scrisă opera. Exercițiile de infuzare au impact pe termen lung în rândul generației de astăzi, cea a viitorilor adulți, consumatori responsabili de media.

Stimularea gândirii reflexive, cultivarea unei atitudini pozitive față de conținutul media, creșterea vigilenței în ceea ce privește identificarea mesajului media corect, respingerea și sancționarea decăderii calitative sunt câteva dintre punctele forte ale implementării unui astfel de program încă din primii ani de liceu. Întregul demers presupune echilibru, flexibilitate, consecvență, atât în diversificarea strategiilor de învățare, cât și în deplasarea accentului de pe achiziții pe formarea de competențe și atitudini.

#### Bibliografie:

Centrul pentru Jurnalism Independent – Suport curs – Introducere în Educația Media



## Promovarea competențelor antreprenoriale pentru elevii cu CES

Prof. Virginia-Smărăndița Brăescu

Colegiul Național “Grigore Moisil” Onești, România

*Numărul cazurilor de elevi cu CES (cerințe educaționale speciale) a crescut în ultimii ani și în școlile din România. Profesorii caută soluții prin care să-i sprijine să se integreze în învățământul de masă și pentru a reuși să-i implice în activități plăcute, creative și eficiente, care să-i motiveze să învețe și să-i stimuleze să lucreze în echipă, conform necesităților, intereselor, dezvoltării cognitive, deprinderilor, performanțelor anterioare, precum și nivelului funcțional actual.*

*Cuvinte cheie: competențe antreprenoriale, cerințe educaționale speciale, elearning*

*La nivel global, politicile educaționale pun accentul pe dobândirea de competențe care să fie recunoscute și pe piața muncii. Aceste competențe sunt expresia integrării reușite a unor atitudini, cunoștințe, deprinderi și resurse cognitive multiple pentru rezolvarea unor situații complexe. Comisia internațională a educației pentru secolul 21 subliniază importanța înlocuirii competenței profesionale cu noțiunea de competență personală, care reprezintă un mănunchi de atitudini, valori, cunoștințe, capacități și deprinderi proprii fiecărui individ: calificarea dobândită prin formarea tehnică și profesională, comportamentul social, capacitatea de a lucra în echipă, spiritul de inițiativă și curajul de a-și asuma riscuri. Dincolo de toate aceste exigențe, angajatorii doresc ca fiecare angajat să poată deveni un agent al schimbării, să știe să comunice, să lucreze eficient cu ceilalți, să gestioneze și să rezolve conflicte, adică să acționeze împreună ca „o echipă de proiect inteligentă”. (Jacques Delors, 1999)*

Scoala este un mediu favorabil socializării și dezvoltării de proiecte educaționale. Ideea parteneriatului în cadrul proiectului Erasmus+KA229 de schimb interșcolar, intitulat “The Promotion of Entrepreneurial Skills Among SEN Students”, a prins formă din nevoia de a-i sprijini pe elevii cu cerințe educaționale speciale prin crearea de contexte de învățare atractive și eficiente, atât în școală, cât și în comunitate.

Din categoria elevilor cu CES fac parte, atât elevii cu abilități înalte, cât și elevii cu anumite deficiențe și elevii fără deficiențe, dar care prezintă manifestări stabile de inadaptare la exigențele școlii: elevii cu deficiențe

senzoriale și fizice; elevii cu deficiențe mintale, comportamentale; elevii cu tulburări afective, emoționale; elevii cu handicap asociat; elevii cu dificultăți de cunoaștere și învățare; elevii cu deficiențe de comunicare și interacțiune.

Formele, strategiile funcționale și măsurile practice pentru o abordare inclusivă și integrarea optimă a elevilor cu CES în învățământul de masă au fost identificate și evidențiem următoarele:

- Cunoașterea legislației în vigoare privind organizarea serviciilor de sprijin educațional pentru copiii, elevii și tinerii cu cerințe educaționale speciale integrați în învățământul de masă;
- Grupuri de câte doi-trei elevi cu C.E.S. incluși în clasele obișnuite;
- Integrarea individuală a acestor elevi în clasele obișnuite;
- O evaluare eficientă pentru a ști cum învață fiecare elev dintre elevii cu CES, dar și ce și cum anume este necesar să fie învățat;
- Un curriculum planificat diferențiat, de predare-învățare și evaluare specializate, adaptate stilului predominant de învățare;
- Consiliere școlară și vocațională personală și a familiei.
- Centrarea învățării pe activitatea practică;
- Identificarea zonei proxime de dezvoltare și împărțirea sarcinilor în etape mici, astfel încât să poată fi realizate;
- Efortul elevului în munca de învățare, astfel încât acesta să fie un colaborator la solicitările formulate de școală și posibilitățile personale ale elevului de a se adapta la cerințele școlare și de a le rezolva;
- Conținuturi și sarcini simplificate, precum și un sprijin suplimentar din partea colegilor și colectivului profesoral al clasei pentru crearea unui climat afectiv pozitiv și suportiv, stimularea încrederii în sine, încurajarea și aprecierea eforturilor în scopul desprinderii de dependență, creșterii autonomiei personale și valorizării progresului;
- Rampă de acces pentru deplasare;
- Asistență medicală specializată;
- Sprijin emoțional pentru ca elevul să simtă că aparține colectivului unei clase și comunității școlare;
- Organizarea multor activități în dinamică de grup, care să stimuleze comunicarea și relaționarea interpersonală (jocuri, excursii, proiecte extrașcolare, activități sportive, de echipă);
- Limbaj simplu, accesibil elevului cu C.E.S. și nivelului lui de înțelegere;
- Să nu fie confundate comportamentele elevului cu C.E.S. cu personalitatea acestuia;
- Atitudine deschisă, înțelegătoare și binevoitoare a colegilor și profesorilor din școală;
- Parteneriatele școală – familie – comunitate

**Ce competențe cheie europene își vor dezvolta elevii implicați în acest proiect?**

- **Abilități digitale** și de folosire a noilor aplicații pentru învățare și crearea de materiale de promovare și produse atractive: afișe, postere, filmulețe, articole etc;
- **Spirit de inițiativă și abilități de comunicare a ideilor;**
- **Abilități lingvistice**, de exprimare orală și scrisă, în limba maternă/română, în limbile moderne studiate în școală (engleză și franceză), precum și în celelalte limbi ale partenerilor de proiect;
- **Abilități de gândire creativă și gândire critică** constructivă pentru procesul decizional, valorizarea punctelor tari, optimizarea punctelor slabe, fructificarea oportunităților, anticiparea riscurilor, integrarea feedbackului, promovarea și valorizarea talentelor și rezultatelor obținute prin metoda proiectului și utilizarea strategiilor de marketing educațional;
- **Abilități de media literacy** pentru a accesa informația în mod eficient și eficace, pentru evaluarea critică a informațiilor, recunoașterea și prevenirea răspândirii știrilor false ("fake news");
- **Abilități de lucru în rețea cu elevi și profesori din alte școli europene;**
- **Abilități de învățare activă și experiențială;**
- **Abilități estetice, de grafică și design;**
- **Abilități de mediere culturală și interculturală;**

- *Abilități de planificare și organizare, de management al timpului și managementului de proiect;*
- *Abilități antreprenoriale, de lucru în echipă și leadership.*

Cum vom implica elevii cu CES din școală în acest proiect Erasmus+KA229?

Principalele modalități ce pot fi folosite în cadrul procesului de adaptare curriculară pentru elevii cu CES sunt (cf. D.V. Popovici, 2007):

1. *Selectarea unor părți din curriculum-ul general* destinat elevilor normali, ce pot fi parcurse de elevii cu CES în activități individuale variate și renunțarea la părțile mai complexe;
2. *Simplificarea tuturor părților din curriculum*, pentru a putea fi accesibile, înțelese și învățate de elevii cu CES;
3. *Completarea curriculum-ului general cu elemente noi, suplimentare, constând în activități individuale, compensator-terapeutice și recuperatorii cu scopul restabilirii participării lor eficiente la procesul de învățământ destinat normalilor - extensie (în cazul în care potențialul intelectual nu este afectat, de exemplu pentru elevii cu deficiențe vizuale sau fizice), adică prin introducerea unor activități suplimentare de compensare - recuperare, simplificare și mixtă;*

Ne-am propus să-i implicăm pe elevii cu CES în activitățile de socializare în dinamică de grup, prin joc, ca să poată să-și optimizeze starea de bine, să-și exprime propriile capacități, să se informeze despre mediul în care trăiesc și să intre în comunicare cu alte persoane din comunitate. De asemenea, pentru fiecare elev cu CES, se recomandă realizarea și corelarea *P.I.P – Planul de Intervenție Personalizat* cu *PSP – Planul de Servicii Personalizat*.

**Dacă *P.I.P – Planul de Intervenție Personalizat* vizează un singur domeniu de intervenție și are ca scop final elaborarea unui program individualizat prin metodele cele mai adecvate stilului de învățare și de viață al elevului, fiind periodic reevaluat și revizuit, *PSP – Planul de Servicii Personalizat* fixează obiectivele generale și stabilește prioritățile pentru a răspunde cerințelor globale ale elevului, având un câmp de aplicare larg și desfășurându-se pe o perioadă mai mare de timp.**

Resurse bibliografice recomandate:

Călin Iepure, Răzvan Curcubătă, Bogdan Vaida – *Captivează-ți elevii în online mai ceva ca la clasă*, SELLification, Timișoara, 2020;

Doru Vlad Popovici, *Orientări teoretice și practice în educația integrată*, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, pag.106;

Ionel Mușu - *Ghid de predare-învățare pentru copiii cu cerințe educative speciale*, Asociația RENINCO România, publicație realizată cu sprijinul UNICEF;

Jacques Delors, *Education: un trésor est caché dedans*, éditions UNESCO, 1999, disponibil pe internet: <http://unesdoc.unesco.org/images/0011/001159/115930f.pdf>;

Philippe Perrenoud, *Des savoirs aux compétences: de quoi parle-t-on en parlant de compétences?* in *Pédagogie collégiale* (Québec), Vol. 9, n°1, octobre 1995, pp. 20-24, disponibil pe internet: [https://www.unige.ch/fapse/SSE/teachers/perrenoud/php\\_main/php\\_1995/1995\\_08.html](https://www.unige.ch/fapse/SSE/teachers/perrenoud/php_main/php_1995/1995_08.html).

Incluziunea în școli îi face pe toți să se simtă în siguranță, respectați și apreciați. Toți copiii ar trebui să se simtă incluși în procesul de învățare, indiferent de diferențele individuale, cum ar fi dizabilitatea, rasa, mediul cultural, statutul economic sau orice alt factor.

O școală incluzivă este un mediu mai eficient, mai productiv și mai puternic pentru toată lumea. Elevii excelează în medii incluzive, atât din punct de vedere academic, cât și social. Din aceste motive, personalul școlii, profesorii și părinții ar trebui să găsească cele mai eficiente modalități de a promova un cadru de incluziune.

### **Ce înseamnă incluziunea în școli?**

În timp ce incluziunea poate însemna multe lucruri pentru multe grupuri diferite de oameni, includerea în școli a elevilor cu dizabilități are definiții legale. Înțelegerea sensului includerii în acest context este esențială. De ani de zile, campionii drepturilor omului au promovat oportunități egale de învățare pentru elevii cu dizabilități.

Școlile trebuie să includă elevi cu dizabilități în mediul cel mai puțin restrictiv, creând trei impacturi de bază asupra școlilor. Elevii cu dizabilități să:

- Fie inclus în clasă alături de elevii din învățământul de masă.
- Aibă acces la curriculumul standard.
- Aibă acces la activități extrașcolare tipice.



### **Beneficiile incluziunii în școli**

Incluziunea în școli este de folos tuturor – elevi cu dizabilități, elevi și profesori. În ultimele câteva decenii, studiu după studiu s-a constatat că includerea elevilor cu dizabilități în școli are efecte pozitive sau neutre asupra celor implicați. Toți studenții se bucură de beneficii academice și sociale din includerea diversității. Atunci când elevii cu dizabilități se simt incluși, beneficiază în multe feluri. În primul rând, au un sentiment mai

puternic de apartenență. Deoarece elevii din învățământul de masă se obișnuiesc mai bine cu diferite niveluri de abilități, barierele sunt rupte și se formează prietenii. Școlile incluzive îi învață pe toți elevii că diferența este normală, acceptabilă și chiar favorabilă.

Pentru studenții cu dizabilități, acest beneficiu poate avea un impact pozitiv asupra dezvoltării lor emoționale și sociale generale. Ei se pot implica în activități din clasă și din afara acesteia, demonstrând independență și dezvoltând stima de sine.

Unii părinți și profesori se pot întreba dacă includerea elevilor cu dizabilități va împiedica învățarea elevilor care se dezvoltă în mod obișnuit. Dar incluziunea are beneficii atât sociale, cât și academice pentru elevii unei școli care se dezvoltă de obicei. Potrivit unui studiu al Institutului Național de Sănătate, a avea studenți cu dizabilități intelectuale în sala de clasă nu a avut niciun impact asupra progresului de învățare al colegilor lor. În mod similar, elevii din școlile incluzive sunt la fel de probabil să-și continue educația după absolvire. Un studiu realizat în Finlanda a constatat că proporția de studenți cu dificultăți de învățare nu a avut niciun impact asupra proporției de studenți care au urmat studii postliceale. De fapt, includerea studenților cu dizabilități poate ajuta studenții care se dezvoltă de obicei să aibă acces la o gamă mai largă de resurse. De exemplu, în loc să scoată studenții din sala de clasă pentru terapie logopedică, un logoped ar putea petrece timp în sala de clasă, oferind sugestii, informații și sprijin tuturor elevilor.

O sală de clasă incluzivă oferă, de asemenea, elevilor care dezvoltă de obicei expunerea la diversitate, ceea ce ajută la stabilirea acceptării. Acest beneficiu poate duce la adulți mai empatici care înțeleg mai bine dizabilitatea și diversitatea. În plus, sălile de clasă incluzive tind să găzduiască diferite

stiluri de învățare. Toți studenții, cu sau fără dizabilități, pot beneficia de această practică, deoarece copiii au preferințe diferite de stil de învățare.

### **Beneficii pentru profesori**

Profesorii din școlile incluzive au experiențe unice și oportunități de învățare, care îi pot ajuta să devină educatori mai buni. Setările incluzive oferă profesorilor șansa de a colabora cu colegii lor, de a promova mai multe stiluri de învățare și de a adopta noi abilități. Crearea unui mediu incluziv în și în afara sălii de clasă favorizează creșterea și îmbunătățirea. Profesorii învață noi abordări și metode pentru a crea cel mai pozitiv și eficient cadru pentru toți elevii.

### **Includerea este puternică**

Promovarea incluziunii are ca rezultat un mediu de învățare mai eficient pentru toți elevii și oferă oportunități de consolidare pentru educatori. Dacă sunteți în căutarea unor modalități de a vă face mediul mai incluziv, luați în considerare următoarele strategii:

#### **1. Folosiți diverse imagini și resurse**

Atunci când alegeți resurse educaționale, inclusiv postere, texte academice și cărți de bibliotecă, căutați o reprezentare diversă. Alegeți povești care prezintă diverse personaje create de diverși scriitori, ilustratori și editori. Un număr tot mai mare de cărți pentru copii abordează probleme de rasă, etnie, religie, dizabilități și alte aspecte ale diversității. Puteți găsi resurse pentru orice vârstă sau nivel de lectură. Această integrare va ajuta la normalizarea diferențelor și va oferi elevilor un vocabular productiv pentru a aborda aceste diferențe.

#### **2. Promovarea colaborării și dezvoltării**

Creșterea și schimbarea continuă ar trebui să fie priorități de top. Școlile ar trebui să încurajeze și să organizeze conversații între profesori, părinți și familii. Școlile trebuie să mențină liniile de comunicare deschise și accesibile, în special atunci când integrează măsuri de incluziune. Colaborarea și luarea în considerare a ideilor noi va ajuta școlile să depășească orice provocări care apar pe parcurs.

#### **3. Faceți-vă spațiile de joc accesibile**

Incluziunea trebuie să se extindă dincolo de sala de clasă și pe locul de joacă. Jocul este vital pentru dezvoltarea oricărui copil. Ajută la stimularea abilităților sociale, gândirii critice, sănătății corporale și abilităților motorii. Școlile ar trebui să includă echipamente de joacă accesibile pentru a extinde aceste beneficii la elevii de toate abilitățile și mediile. Echipamentele accesibile deservește persoanele cu dizabilități fizice și intelectuale.

#### **Exemple de locuri de joacă accesibile**

Exemplele de echipamente accesibile pentru locuri de joacă ar putea include un vârtej care se rotește cu acces la nivelul solului pentru cei care folosesc scaune cu rotile. Această funcționalitate permite celor cu mobilitate limitată să se bucure de distracția bazată pe mișcare. Locurile de joacă pot include, de asemenea, tehnologie accesibilă a jocurilor video pentru dezvoltarea abilităților vizuale, auditive și de relații spațiale, promovând în același timp exercițiul fizic. Aceste opțiuni oferă studenților cu dizabilități fizice o oportunitate de a colabora cu colegii lor care se dezvoltă de obicei.

Spațiile de joacă accesibile oferă, de asemenea, refugiu elevilor cu anxietate socială sau risc de suprastimulare. Când creați un loc de joacă accesibil, includeți spații confortabile în care acești elevi se pot ascunde până când sunt gata să reia jocul. Aflați cum puteți face orice loc de joacă mai incluziv, adăugând elemente bine gândite. Activitățile în aer liber școlare incluzive sunt la fel de esențiale ca și sălile de clasă incluzive.



În sala de clasă, profesorii pot încuraja și sprijini incluziunea, iar crearea unui mediu incluziv ar trebui să fie o prioritate de top pentru toți profesorii. Iată câteva sfaturi despre cum să promovați incluziunea în școlile primare și gimnaziale.

### **1. Stabiliți reguli pentru comportamentul acceptabil**

Stabilirea unor reguli clare la clasă este întotdeauna esențială. Elevii trebuie să știe ce comportamente sunt și nu sunt acceptabile și de ce. Imediat, profesorii ar trebui să le spună elevilor să-și facă colegii să se simtă în siguranță și respectați, să onoreze spațiul și limitele personale și să folosească doar un discurs amabil. Când un elev încalcă una dintre aceste reguli, consecințele ar trebui să fie clare și consecvente. Consecințele ar trebui să încurajeze elevii să-și corecteze comportamentul, mai degrabă decât să-i umilească sau să-i pedepsească.

### **2. Pregătiți-vă pentru momente de învățare**

Profesorii ar trebui să știe cum să răspundă atunci când aud limbaj insensibil sau observă excluderea anumitor elevi. Ar trebui să întrerupă aceste comportamente cât mai curând posibil și să explice cum ele rănesc. De exemplu, dacă un elev îi spune „Nu poți să te joci cu noi”, unui elev cu dizabilități, profesorul ar trebui să adreseze comentariului și să ofere sugestii despre cum se pot juca împreună elevii. Intervenția profesorului este crucială pentru prevenirea agresiunii și pentru crearea unui mediu mai incluziv.

### **3. Cunoașteți nevoile unice ale fiecărui student**

Fiecare elev, indiferent dacă are sau nu un handicap, are nevoi unice. Profesorii ar trebui să-și ia timp pentru a afla despre circumstanțele fiecărui elev pentru a crea cel mai productiv, sigur și mai favorabil mediu. Pre-evaluarea și sondajele private vor ajuta profesorul să învețe despre elevii lor. Acestea ar trebui incluse la începutul fiecărui nou an școlar. Cunoașterea nevoilor fiecărui elev face ca mediul de învățare să fie mai incluziv. În plus, profesorii ar trebui să fie conștienți de diversele etnii, religii, structuri familiale și alți factori dintre elevii lor. Diversitatea remarcată va ajuta profesorul să folosească un limbaj incluziv. De exemplu, în loc să spună: „Toată lumea întreabă pe mama și pe tatăl său”, profesorul ar trebui să spună: „Toată lumea întreabă pe adulții săi acasă”. Această frază include elevii din case monoparentale, elevii în alte situații.

### **4. Concentrați-vă pe progresul individual, nu pe competiție**

În multe săli de clasă, învățarea este competitivă. Profesorii compară elevii între ei, folosind clasamente și sisteme de premii. Această structură poate fi descurajantă pentru elevii cu dizabilități care afectează progresul și chiar îi poate determina să renunțe la o anumită sarcină.

Este mai productiv să te concentrezi pe progresul individual, mai degrabă decât pe competiție. Provocați elevii să facă mai bine decât au făcut ieri, în loc să se descurce mai bine unul decât altul. Întrebați fiecare elev cum se poate perfecționa pentru data viitoare, inclusiv pe cei care excelează. Această atenție este utilă pentru toți elevii, inclusiv pentru cei dotați din punct de vedere academic. Îi învață să aibă o mentalitate de creștere, ceea ce îi va ajuta să atingă obiectivele viitoare.

### **Cum își pot învăța părinții copiii să fie mai incluzivi**

Învățarea elevilor să fie incluzivă începe acasă. La fel ca și profesorii, părinții joacă un rol cheie în încurajarea incluziunii la școală. Iată câteva dintre modalitățile prin care părinții își pot învăța copiii să fie mai incluzivi.

#### **1. Învățați copiii cum este excluderea bullying**

Elevii s-ar putea să știe cum folosirea cuvintelor care rănesc sau a agresivității poate fi bullying. Părinții ar trebui să-și ajute copiii să înțeleagă cum poate fi dăunător să-i țină pe alții în afara grupului. Întrebați-vă copilul cum s-ar simți dacă toată lumea s-ar juca fără el,



lăsându-l în afară. Această perspectivă îi va ajuta să dezvolte un sentiment mai puternic de empatie și va încuraja comportamente incluzive la școală.

## **2. Model de comportament inclusiv**

Nu este un secret pentru nimeni că copiii modelează comportamentul pe care îl văd. În calitate de părinte, depuneți eforturi pentru a vă implica cu diverse grupuri de oameni de diferite rase, religii, statusuri socio-economice și alte caracteristici. Permiteți-i copilului să interacționeze cu copii din medii diferite, cu diferențe notabile. Alege acceptarea mai degrabă decât stereotipuri sau prejudecăți, iar copilul tău va învăța să facă același lucru.

## **3. Arată cât de bună este diferența**

Învăță-ți copilul iubirea de sine și stima de sine pe baza caracteristicilor sale unice. Arată-le cum diferențele calității ale fiecăruia o fac pe fiecare persoană specială - cum aspectul, personalitatea, interesele, credințele și alte caracteristici ale unei persoane o fac ceea ce este. Puteți folosi cărți și alte resurse pentru a vă ajuta în aceste conversații, învățându-vă copilul să prețuiască diferența în ceilalți, mai degrabă decât să vadă diferența ca pe ceva negativ. Ei vor fi mai înclinați să-și includă colegii cu dizabilități, precum și colegii cu alte diferențe.

## **4. Încurajează limbajul respectuos**

Încurajează-ți copilul să folosească cuvinte amabile și să vorbească cu ceilalți cu respect și învață-l să recunoască și să evite cuvintele nepoliticoase. Modelați acest comportament abținându-vă de la un limbaj neplăcut în situații din viața reală. De asemenea, este esențial să înveți un copil cum să-și ceară scuze dacă rănește sentimentele cuiva. Apoi pot stabili și menține prietenii sănătoase cu alți copii, inclusiv cu copiii cu dizabilități.



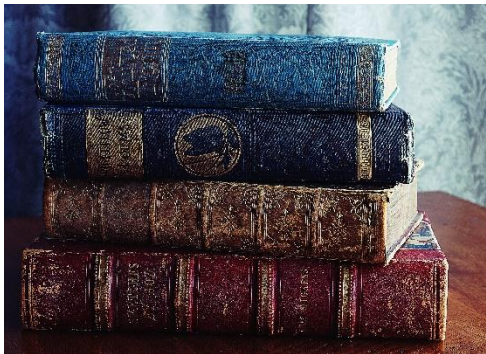
Incluziunea aduce beneficii tuturor. Recunoașterea și celebrarea diversității face ca orice mediu să fie mai primitiv și mai eficient. Într-o școală incluzivă, elevii cu dizabilități au aceleași oportunități de socializare și progres academic ca și colegii lor care se dezvoltă de obicei. Drept urmare, au cariere academice mai productive și își fac mai ușor prieteni. Se simt mai acceptați și fericiți. Între timp, elevii care se dezvoltă în mod obișnuit beneficiază de acces la diferite resurse, dezvoltă abilități sociale mai puternice și devin oameni mai acceptatori și empatici.

Școlile ar trebui să promoveze incluziunea atât în clasă, cât și în afara acesteia. Ei ar trebui să încurajeze părinții și profesorii să folosească strategii incluzive. De asemenea, ar trebui să ia măsuri incluzive în afara sălii de clasă, oferind locuri de joacă în aer liber pentru școli incluzive.

## Cititul de plăcere

Prof. Miron Elena-Florina

Studiul literaturii în școală contribuie la formarea unui sistem axiologic care duce la creșterea stimei de sine, la îmbogățirea universului afectiv și la promovarea unor valori și atitudini care pregătesc elevii pentru viață. Programa analitică a disciplinei limba și literatura română, atât pentru ciclul inferior al

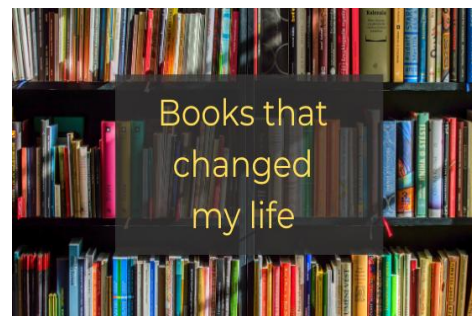


liceului (clasele IX-X), cât și pentru ciclul superior (clasele XI-XII) prevede paradigma comunicativ-funcțională. Conform *Notei de prezentare* din programa școlară de clasa a XI-a „Prin studiul limbii și literaturii române se urmăresc valori și atitudini care să contribuie la formarea unei personalități autonome a elevilor, capabile de discernământ și de spirit critic, apte să-și argumenteze propriile opțiuni, dotate cu sensibilitate estetică, având conștiința propriei identități culturale și manifestând interes pentru varietatea formelor de expresie artistică.” De

asemenea, la acest nivel, conform programei, se urmărește dezvoltarea competențelor de lectură, elevul să devină cititor competent și autonom cu o capacitate proprie de a interpreta viziunea despre lume exprimată în textele studiate. Așadar, literatura este o modalitate de formare culturală a individului, dar și reper științific ca domeniu de interes social. Lecțiile de literatură au ajuns, din nefericire, ținta unor critici generalizate din cauza șablonizării unor metode de lucru la clasă, a necesității formării unor competențe de redactare a unor compuneri/eseuri pe o temă dată ca finalitate a probei scrise în cadrul examenului de bacalaureat prin respectarea unor repere prea stricte care îngrădesc originalitatea viziunii elevilor, reducând-o la reproducerea unor informații pe care cel mai adesea elevii nu le înțeleg.

În învățământul liceal, studiul literaturii este o continuă provocare, întrucât acesta presupune din partea elevilor, o lectură conștientă, atentă și activă, implicare afectivă, voință pentru asimilarea specificului estetic. În plus, este necesară și o implicare deosebită din partea profesorului, bună pregătire profesională, să fie capabil să recurgă la strategii didactice care să stimuleze interesul elevilor pentru lectură, trasarea prealabilă a unor direcții de explorare a textului ficțional, motivarea permanentă prin exemple concrete de bune practici. Se apelează, din păcate, prea ușor la metodele tradiționale care reduc nivelul de implicare a elevilor prin accentul pus pe stricta prelegere sau expunere generând dezinteres din partea clasei. A devenit deja un truism faptul că elevii nu mai citesc sau citesc din ce în ce mai puțin, de cele mai multe ori literatură de proastă calitate numită generic *subliteratură* care le stimulează interesul de moment prin subiecte adolescente epurate de substanțialitate fără funcție educativă sau estetică. Preferința pentru acest gen se asociază unei ușurințe în parcurerea firului narativ, nu este activat procesul de gândire, respingând autorii clasici deoarece îi asociază obligativității lecturii. Și, nu-i așa, ceea ce ne obligă, ne îngreșește libertatea de decizie, de aici refuzul. Mutațiile profunde în preferințele tinerilor au cauze dintre cele mai diverse, de la absența unei motivații reale de ordin psihologic, un model la care să se raporteze, până la intruziunea tehnologiei în toate palierele existenței. Audiovizualul a înlocuit interesul pentru călătoriile în lumea cărții, telefonul inteligent a ajuns o prelungire a corpului uman, de aceea imaginea iconică a mâinilor ținând cartea a fost înlocuită cu aceea a butonării febrile în universul internetului. De aceea, rolul profesorului devine din ce în ce mai important, mediind între decidenți și elevi. Într-un asemenea context întrebări precum „Cum îi motivăm pe copii să citească?”, „Cum verificăm dacă într-adevăr au citit?”, „Au înțeles elevii ceea ce au citit?”, „Ce valori au descoperit elevii citind cărțile recomandate?”, „În ce măsură lecturile școlare clădesc sistemul de valori și atitudini ale elevilor?” sunt constante în demersul didactic și suscită harul pedagogic al dascălului școlii românești din prezent. Este,

desigur, o mare provocare pentru profesorul de literatură să motiveze elevii să citească de plăcere, „lectura pentru lectură”<sup>1</sup>, dovada certă a conștientizării importanței cititului care ar transforma dezideratul primei discipline din catalog într-o realitate. Este cunoscut faptul că literatura este un mijloc de formare a educației estetice în rândul elevilor și al omului în general. Constantin Cucoș consideră că formarea gustului estetic este o sarcină prioritară a profesorului, în general, și al celui de literatură, în special. „Gustul estetic” este definit ca o capacitate de a reacționa spontan printr-un sentiment de satisfacție sau insatisfacție, interes-dezinteres față de obiectul estetic. Pedagogul ieșean este de părere că nu trebuie uitată nici „judecata estetică”, acel act de deliberare și de ierarhizare a biectelor estetice într-un câmp axiologic. De aceea, considerăm dificilă misiunea profesorului secolului XXI să selecteze și să propună cele mai reprezentative texte, inclusiv contemporane, pentru a forma educația estetică și sistemul axiologic al alevilor seduși de agresiunea imaginii, a filmului și a vitezei unui click.



## ALCOOLUL – aliment sau drog?

Prof. Gabriela Terchescu

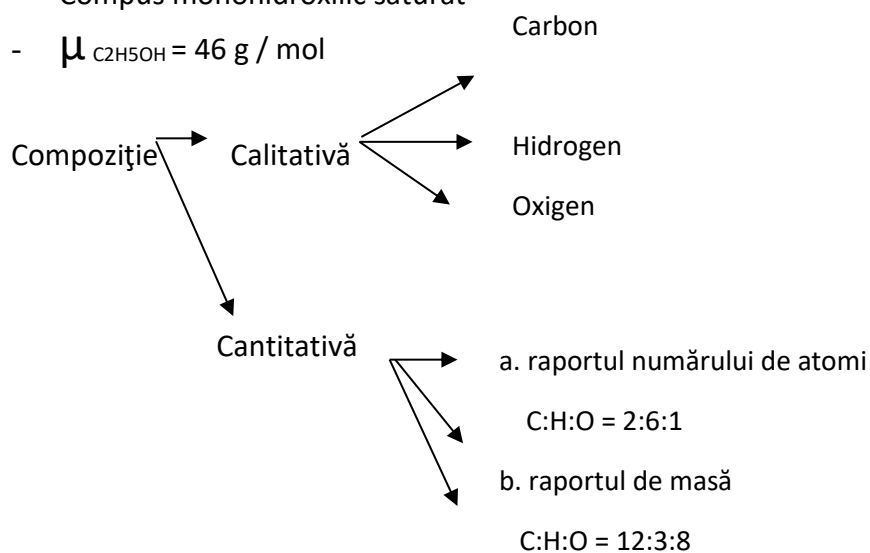
*"Ceea ce ai fost nevoit să descoperi singur lasă în minte o urmă pe care poți păși din nou când se ivește nevoia"*

(C. Lichtenberg)

Cuvântul „alcool” se referă la etanol sau alcoolul etilic.

### Generalități

- Formula structurală:  $\text{CH}_3\text{-CH}_2\text{-OH}$
- Compus monohidroxilic saturat
- $\mu_{\text{C}_2\text{H}_5\text{OH}} = 46 \text{ g / mol}$

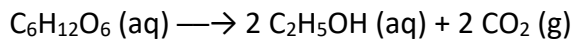


### Obținere

<sup>1</sup> Emanuela Ilie, *Didactica literaturii române*, Editura Polirom, Iasi, 2008, p. 13

Fermentația alcoolică este cea mai importantă metodă de obținere a alcoolului etilic și singura metodă de obținere a alcoolului etilic alimentar. Fermentația are loc în prezența unor enzime din drojdia de bere. Materiile prime sunt cerealele, cartofii, sfecla de zahăr, fructele dulci.

Ecuția reacției chimice:



glucoză                      alcool etilic      dioxid de carbon

Produsul de fermentatie conține cel mult 16 – 18% alcool(procente volumetric). Când conținutul de etanol din soluția alcoolică ajunge la aproximativ 15%, acesta „otrăvește” enzima din drojdie și fermentația încetează.

Concentrații mai mari de alcool se obțin prin distilare.

Pentru a împiedica transformarea alcoolului în oțet, vasele în care are loc fermentația sunt închise în așa fel, încât aerul să nu poată pătrunde, dar să fie permisă eliminarea dioxidului de carbon format.

*Berea* - este băutura alcoolică extrasă prin fermentarea cerealelor, asezonată cu diverse arome, care conține 3-7% alcool.

*Vinul* - este obținut prin fermentația alcoolică a strugurilor după diverse procedee, conținând 12-14% etanol.

*Lichiorurile* - sunt ceva mai concentrate 18-21% alcool, iar *băuturile distilate (spirtoase)* - țuica, palinca, vodka, whisky, rom, gin - pot conține până la 40-45% alcool.

## Istoric

Băuturile alcoolice sunt cunoscute din cele mai vechi timpuri. Pe papyrusurile și pe monumentele vechilor egipteni, cu mult de 3000 de ani î.e.n., la fenicieni, asirieni, se pomenește de vin ca de o băutura a petrecerii, pentru cinstirea oaspeților sau pentru îndeplinirea ritualurilor religioase.

Cu mult înainte de era noastră, chinezii și japonezii fabricau rachiu din orez ca și din alte cereale.

Grecii de odinioară aveau un zeu al veseliei, pe Dionysos. La romani Bachus, zeul veseliei și al petrecerilor era reprezentat ca un tânăr care ține în mână un toiag, împodobit cu iederă și viță de vie, numit tirs.

Unii istorici arată că grecii au început să cultive vița de vie sub influența fenicienilor. De la aceștia, vița de vie a trecut în Sicilia, extingându-se apoi treptat pe toată coasta Mării Mediterane.

În Evul Mediu se consumau mult vinurile și în general băuturile alcoolice, în care se introduceau diferite extracte din plante. Berea se fabrica în mănăstiri pentru consumul populației de pe teritoriul acestora. Pe la mijlocul sec. al XVI-lea, mănăstirile au pierdut monopolul fabricării berii,

producția acestei băuturi capătând un caracter cvasiindustrial, în special în Germania. Consumul vinului și al berii, atâta vreme cât nu era exagerat, nu producea consecințe prea grave pentru organismul omenesc. Urmări mult mai periculoase asupra organismului se vor ivi odată cu descoperirea și extinderea băuturilor distilate.

În sec. al VIII-lea, alchimiștii arabi au descoperit alcoolul pe care l-au obținut printr-un proces de distilare. De altfel, denumirea de alcool provine din arabul *Al-Kohol* ( subtil, impalpabil ).

În zilele noastre, alcoolul este răspândit sub numeroase forme, care din păcate sunt accesibile tuturor, indiferent de vârstă și care aduc consecințe foarte grave asupra organismului omenesc.

### **Efectele asupra organismului**

Alcoolul are caracteristicile principale ale substanțelor care duc la toxicomanie, și anume:

- consum repetat, caracterizat prin dorința sau, în unele faze avansate, de necesitatea irezistibilă de a mări doza;
- dependența de ordin psihic, uneori și fizic;
- recurgerea la orice mijloace pentru procurarea sa;
- apariția sindromului de abținere la suprimarea drogării.

Efectele nefaste ale alcoolului sunt de netăgăduit: alcoolismul este considerat în lume a treia cauză a mortalității, după bolile cardio-vasculare și cancer. Alarmant și mai demoralizator pentru zilele noastre este faptul că, dacă în trecut alcoolismul era considerat o problemă tipic masculină, în prezent, începând îndeosebi din deceniul șapte al secolului XX, el s-a extins și la femei, adolescenți, tineri.

Etanolul este absorbit de tubul digestiv prin mucoasa bucală, gastrică și intestinală. El difuzează rapid în țesuturi, unde este supus metabolizării. Cea mai mare parte a cantității de alcool absorbit se concentrează în creier, iar restul în organe ca: plămâni, splină, rinichi. Orice exces de alcool îl costă pe om distrugerea a 10.000.000 de neuroni care nu se mai pot regenera - performanțele creierului scăzând în consecință.

Alcoolul etilic nu se acumulează în organism, ci dispare într-un ritm rapid, din momentul apariției lui în țesuturi. Cea mai mare parte din alcoolul absorbit ( 90 – 95% ) este metabolizat și numai cantități mici ( 2 – 4% ) se elimină ca atare prin urină și prin aerul expirat ( 3 – 7% ). Biotransformarea alcoolului se produce prin influența alcooldehidrogenazei, enzima care are drept cofactor nicotinamid – adenin – dinucleotidul ( NAD ).

Oxidarea alcoolului etilic succesiv în acetaldehidă, dioxid de carbon și apa se face exclusiv în ficat, care conține o cantitate limitată de alcooldehidrogenază, cantitate ce nu poate degrada, la adultul normal, mai mult de 8 – 10 g de alcool pe oră.

Pentru o alcoolemie de 1 g ‰ (ingestia de 1 g alcool pur / kg) sunt necesare 6 – 7 ore pentru dispariția completă din organism. Toxicitatea alcoolului este diferită, după cum este vorba de intoxicația acută sau cronică.

Simptomatologia **intoxicației acute** evoluează în trei faze în funcție de alcoolemie:

- faza de excitație,

- faza medico-legală
- faza comatoasă.

În *faza de excitație*, în care alcoolemia este de **0.5 – 1.5 g ‰**, intoxicatul prezintă o stare de euforie, expansivitate, logoree și comportament nereținut. Capacitatea de observație, acuitatea vizuală și cea acustică, precum și promptitudinea reflexelor sunt diminuate.

În *faza medico-legală*, care corespunde unei alcoolemii de **1.5 – 2.5 g ‰**, intoxicatul prezintă manifestări ale beției alcoolice: ideile sunt confuze și incoerente, se constată trecerea treptată de la logoree la dizartrie, se produce slăbirea vederii și auzului, mersul este nesigur. În această fază intoxicatul poate prezenta tulburări psihice, care duc la acte agresive: furturi, crime, accidente, etc.

Ultima *fază, coma alcoolică*, corespunde unei alcoolemii de **peste 2.5 g ‰** și durează 6 – 12 ore. Coma alcoolică evoluează prin insuficiență respiratorie sau circulatorie. Alcoolemii de peste 4 g ‰ (300 – 400 mL alcool pur) conduc rapid la comă și moarte.

În *intoxicația cronică* se observă manifestări neuropsihice (polinevrită, nevrită optică, tulburări de comportament, insomnie) și manifestări organo-somatice (gastrite, ulcere, hepatită subacută până la ciroză, tulburări cardiovasculare, endocrine, etc.).

Consumarea alcoolului în cantități mari mărește riscul apariției cancerului gurii, limbii, faringelui, laringelui și al esofagului. Poate cauza atacuri de cord și determină creșterea presiunii sângelui. Alte afecțiuni cauzate de abuzul de alcool includ: gastrita, ulcerul digestiv și afecțiuni neuro-psihice.

Alcoolul poate produce sterilitate și tinde să încetinească dezvoltarea fătului.

## Posibile beneficii ale alcoolului

### Alcoolul ca medicament

Se știe că, în cantități mici, alcoolul intensifică imunitatea unor celule, scade tensiunea arterială și ameliorează valorile colesterolului (crește nivelul de HDL colesterol – colesterol „bun”). În afară de aceasta, fenolii, conținuți în special în vinul roșu, acționează ca niște antioxidanți. Un pahar înainte de masă îmbunătățește digestia. Recomandarea este să se consume băuturi alcoolice numai în strictă concordanță cu fișele de alimentație, în funcție de grupa sanguină, tip Peter D’Adamo.

În cazul grupei sanguine A: se recomandă zilnic un pahar de vin roșu. Se poate bea și un pahar cu vin alb. E bine să se evitate berea. Persoanele care au grupa sanguină A2 nu au voie să bea băuturi distilate.

În cazul grupei sanguine B: e permis să se bea bere și câte un pahar cu vin roșu sau alb zilnic; sunt interzise băuturile distilate, apa carbogazoasă.

În cazul grupei sanguine AB: e permis consumul berii, un pahar cu vin roșu sau alb, apă carbogazoasă, sifon; sunt interzise băuturile distilate.

În cazul grupei sanguine O: se recomandă sifon; se poate bea și bere, un pahar cu vin roșu sau alb; nu se vor bea băuturi distilate.

Se susține că alcoolul este un aliment argumentându-se că alcoolul se metabolizează, majoritatea oxidându-se în dioxid de carbon și apă, cu degajare de energie (7 cal / g), iar o parte din acidul acetic rezultat din oxidarea acestuia se poate depune sub formă de grăsime în țesutul adipos. În realitate, **alcoolul în sine nu este aliment/nutrient**. Unele băuturi alcoolice cum ar fi: berea, care conține malț sau unele vinuri care conțin zahăr pot fi considerate alimente în măsura în care conțin aceste substanțe nutritive. Pentru alcoolul propriu-zis sunt o serie de argumente care demonstrează că el nu este un aliment. Cea mai valoroasă dovadă în acest sens este comportarea etanolului în organismul prin care trece, distrugând vitaminele și afectând numeroase țesuturi și organe.

Cea mai mare particularitate a alcoolului este faptul că el nu este perceput ca fiind un drog, ci ca o parte integrantă din viața, cultura și economia noastră.

Concluzia este următoarea: **„Consumul de alcool dăunează grav sănătății”**.

#### Bibliografie:

1. Stanciu, V. *Didactica postmodernă*, Ed. Universității Suceava, 2003
2. Șunel, V., Ciocoiu, I., Rudică, T., Bîcu, E. *Metodica predării chimiei*, Ed. Marathon, Iași, 1996
3. Tănăsescu, G, Ciobanu, A., David, A. *Chimie pentru clasa a XI<sup>a</sup>, C<sub>1</sub>*, Ed. Niculescu ABC, București, 2001
4. Ursea, L., Neacșu, I. *Chimie organică*, Ed. Humanitas Educațional, București, 2003
5. Vlădescu, L, Doicin, L.I., Tăbărășanu-Mihăilă, C., *Chimie pentru clasa a X<sup>a</sup>. Culegere de teste, exerciții și probleme, probleme practice*, Grupul Editorial Art, București, 2006

## Să Învățăm ALTFEL!

Prof. Hanganu Loredana, Prof. Chelaru Ana-Maria

Activitățile ocazionate de **Săptămâna Altfel** care s-a desfășurat în perioada 27.02-03.03.2023 sunt un prilej de a deschide educația spre valori culturale, istorice, sociale și pragmatice dobândite de către elevi, în afara scenariilor școlare clasice, dar cu atât mai necesare ca finalitate a formării viitorilor adulți.

Excursia de la Iași, desfășurată în perioada 28.02-01.03.2023, a claselor aXa A și aXIa B, C.N.Gr. Moșil, diriginți -prof. Chelaru Ana-Maria și prof. Hanganu Loredana, alături de doamnele profesoare Steclaru Simona, Vasilache Mihaela și Iliescu Mihaela, a adus, atât elevilor cât și cadrelor didactice, oportunități de cunoaștere și modelare non-formală și informală, prin dezvoltarea abilităților și facultăților intelectuale, morale, sociale și etice, esențiale pentru conturarea noastră ca indivizi.

Insoțiți de doamna Lidia Bourceanu, reprezentant media al Universității AL. I. Cuza, elevii au descoperit informațiile utile și oportunitățile oferite de universitate prin programe, specializări, parteneriate, campus, cantina, tot atâtea ocazii de reșezare, revelare și obiectivizare a unor intenții de studii superioare, Universitatea AL. I. Cuza fiind o alegere reală pentru mulți dintre foștii și actualii elevii ai C. N. Gr. Moșil. De asemenea, Muzeul de Istorie al Universității i-a captivat pe elevi prin prezentarea profesionistă de către muzeograful instituției.

Institutul Francez din Iași a fost gazda următoarei incursiuni a elevilor și profesorilor în cultura franceză și francofonă. Grație reprezentanților instituției, elevii s-au familiarizat cu funcționarea și facilitățile acestui spațiu cultural- bibliotecă, mediateca, evenimente, expoziții și rolul lui de operator al Francofoniei, cu un calendar precis de examene specifice de limba franceză, DELF/ DALF și cu o istorie dar și actualitate ale spațiului francez și francofon cu impactul lor cultural larg dar și imediat pe piața muncii. S-a oferit, astfel, elevilor deschiderea atât de necesară de perspective noi și nebanuite, cu rol profund formator.

Palatul de la Ruginoasa care ne-a întâmpinat cu holograma domnitorului AL.I. Cuza, Casa Pogor și Palatul Culturii, toate aceste obiective au completat interactiv cunoștințele elevilor, stârnindu-le curiozitatea și interesul pentru domenii și abordări noi.

Această complexă excursie, prin calitatea informației și valoarea adăugată, se alătură celei de anul trecut, la Brașov, care a îmbinat drumeția alpină cu teatrul **-La dispute**, Marivaux, ambele înscriindu-se, sperăm noi, într-o tradiție ce se dorește implementată și continuată, dat fiind feedback-ul încurajator al elevilor și părinților, ceea ce ne determină să rămânem receptivi la această formă de educație ALTFEL.

# Secțiunea Proiecte

## Erasmus



## Tradiție și Inovație în Educație la Colegiul Național “Grigore Moisil” Onești

La cumpăna dintre ani, **Colegiul Național “Grigore Moisil” Onești** (director, prof. Irina-Livia Enache) sărbătorește relația **tradiție - inovație în educație** prin parteneriate **școală – familie – comunitate**, prin activități în contextul proiectului educațional „Crăciunul la școală, în familie și în comunitate” și în proiectele Erasmus+ coordonate de consilierul educativ, prof Virginia-Smărăndița Brăescu.

**Activitățile de voluntariat din cadrul Colegiului Național “Grigore Moisil” Onești au fost coordonate de prof. preot Cornel-Constantin Jupenschi și s-au desfășurat cu sprijinul părinților, profesorilor și elevilor moisiliști, în parteneriat cu Centrul Rezidențial Alexandra din Onești și Asociația Sfântul Voievod Ștefan cel Mare de la Hîrja. Reunite sub deviza “Banca de alimente – Dăruiește sufletește, fii mai bun!”, acțiunile campaniei de Crăciun, desfășurate în școală și în comunitate, au avut ca scop colectarea de alimente și produse de igienă, atât pentru copiii din Centrul Rezidențial Alexandra din Onești, cât și pentru copiii și vârstnicii din Centrul de la Hîrja.**

### 2021, un an al proiectelor de succes

După un an de pandemie, în care mobilitățile transnaționale au fost suspendate, anul 2021 a permis reprogramarea călătoriilor și desfășurarea activităților de formare în străinătate pentru 12 profesori și 3 elevi moisiliști, în cadrul a două proiecte Erasmus+ a căror implementare a început în toamna anului 2019.

Proiectul Erasmus+ 2019-1-RO01-KA101-062586, intitulat **Profesori pentru clase inovative! – Activități formative pentru dezvoltarea gândirii creative**, își propune crearea pentru profesori și elevi a unor contexte inovative de învățare și creștere în toate ariile curriculare și în toate ariile vieții.

În perioada august – septembrie 2021, s-au desfășurat 2 fluxuri de formare a profesorilor în străinătate. Astfel, în perioada 9 – 14 august 2021, profesorii *Virginia-Smărăndița Braescu, Cristina Matei, Maria Stanciu și Magdalena-Maria Velicu* au participat, alături de alți profesori din Grecia, Spania și Ungaria, la cursul de formare **“Conflict Management, Emotional Intelligence and Bullying Prevention”**, organizat de Europass Teacher Academy din Florența, Italia, și susținut de Susan Gagliano, Teacher Trainer, Professional Counseling School.

Tot în cadrul proiectului **Profesori pentru clase inovative!**, în perioada 30.08 – 03.09. 2021, alți opt profesori moisiști (*prof. Gabriela-Elena Anghel, prof. Ana-Maria Chelaru, prof. Elena Dreghici, prof. Cristina-Elena Lungu, prof. Laura-Mihaela Ghiorghiu, prof. Elena-Carmen Melinte, prof. Ana-Maria Mihalache, prof. Mihaela – Eugenia Vasilache*) au participat la cursul de formare **“Digital Skills and Social Media at School”**, organizat de Associazione Euphoria din Roma, Italia, și susținut de Cristina Ceccarelli, Teacher Trainer, Professional Counseling School.

Colegiul Național „Grigore Moisil” Onești mai implementează, în afară de proiectul Erasmus+KA101 pentru formarea personalului didactic, alte 2 proiecte Erasmus+ KA229 de parteneriate strategice între școli, proiectul **The Promotion of Entrepreneurial Skills among SEN Students** (2019-1-TR01-KA229-076957\_4), finanțat și început tot în 2019, și proiectul **Peace în Class, Peace în School** (2020-1- TR01-KA229-093716 \_4 ), finanțat și început din toamna anului 2020.

**Proiectul The Promotion of Entrepreneurial Skills among SEN Students își propune promovarea și dezvoltarea abilităților antreprenoriale pentru elevii cu nevoi educaționale speciale. Competența antreprenorială este una dintre cele opt competențe cheie recomandate de Parlamentul European și Consiliul Europei pentru învățarea de-a lungul întregii vieți și se referă la capacitatea individuală de a transforma ideile în acțiuni. Această competență include creativitatea, inovația, asumarea riscurilor, dar și abilitatea de a planifica și gestiona proiecte pentru atingerea obiectivelor. Această competență este utilă zi de zi, acasă, la școală și în comunitate, pentru ca angajații să poată fi conștienți de contextul muncii lor și să fructifice oportunitățile, reprezentând o bază pentru dezvoltarea abilităților și cunoștințelor specifice cerute de angajatori în general și de antreprenorii care desfășoară activități sociale și sunt interesați să dezvolte afaceri profitabile sustenabile în mod special.**

În cadrul proiectului **The Promotion of Entrepreneurial Skills among SEN Students**, în septembrie și noiembrie-decembrie 2021, s-au desfășurat alte 2 mobilități transnaționale pentru profesori și elevi, în Portugalia și Turcia. În perioada 6 – 10 Septembrie 2021, patru profesori moisiști (*prof. Virginia – Smărăndița Brăescu, prof. Cristina Matei, prof. Maria Stanciu și prof. Magdalena-Maria Velicu*) au participat la cursul de formare **“ICT Education in Europe – Innovative Digital Classes”**, organizat de Asociația AEVA din Aveiro, Portugalia, iar în perioada 29 Noiembrie – 03 Decembrie 2021, s-a desfășurat mobilitatea transnațională cu tema **“21st Century Skills”**, organizată de Yolbulan-Baştuğ Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, școala coordonatoare de proiect din

Osmanyie, Turcia. Echipa Colegiului Național „Grigore Moisil” Onești a fost reprezentată de 2 profesori (*prof. Virginia-Smărăndița Brăescu și prof. Maria Stanciu*) și 3 elevi: *Daria-Ioana Matei* (clasa a X a E), *Andra-Maria Mihalache* (clasa a X a D), *Ilinca Sasu* (Clasa a XI a D).

**Activitățile formative s-au desfășurat în limba engleză, *indoor* și *outdoor*, pentru a oferi profesorilor și elevilor contexte de învățare experiențială și exemple de bune practici, pentru transferul de experiență și realizarea de inovații în practica didactică și managerială. Toate cursurile s-au finalizat pentru profesori și elevi cu certificatul de absolvire și Documentul Europass Mobility.**

Ce aduce anul 2022

**Până la sfârșitul anului școlar 2021-2022 sunt planificate a se desfășura alte mobilități în România și în țările partenere. Conducerea Colegiului Național „Grigore Moisil” Onești și echipele responsabile de managementul și implementarea proiectelor Erasmus+ se pregătesc pentru a găzdui, în perioada ianuarie-februarie 2022, activitățile de formare pentru profesori și elevi, în cadrul celor 3 proiecte deschise Erasmus+. Sunt așteptate la Onești echipe de profesori și elevi de la școlile partenere din Turcia, Italia, Portugalia, Croația, Polonia și Bulgaria, precum și 3 profesori de la IES Serpis din Valencia, Spania, școală parteneră pentru activitățile de job shadowing.**

**Consilier educativ,  
Prof. Virginia-Smărăndița Brăescu  
Comisia pentru proiecte și programe educative școlare și extrașcolare  
Colegiul Național “Grigore Moisil” Onești**



## ACTIVITĂȚILE PROIECTULUI: CE FACEM?



1. Deschiderea proiectului și identificarea nevoilor de formare continuă ale cadrelor didactice din școală în noul context pandemic.
2. Pregătirea lingvistică în limba engleză pentru profesorii din grupul țintă
3. Pregătirea pedagogică și culturală
4. Cursuri de formare în străinătate pentru profesorii din grupul țintă
  - "Conflict Management, Emotional Intelligence and Bullying Prevention" with Europass Teacher Academy in Florence (Italy)
  - "Digital and Social Media Competencies @ School" with Associazione Euphoria in Rome (Italy)
  - "The 4Cs: Creativity, Communication and Collaboration in Schools" with Europass Teacher Academy in Florence (Italy)
5. Job shadowing (școală parteneră - IES Serpis, Valencia, Spania)
6. Activități de management de proiect (planificare, organizare, monitorizare și evaluare)
7. Activități de diseminare a rezultatelor parțiale ale proiectului
8. Realizarea produselor finale (4 broșuri, 1 blog, 1 ghid metodologic)
9. Eveniment de închidere a proiectului: prezentarea produselor și rezultatelor finale, sustenabilitatea proiectului.

## PRACTICA REFLEXIVĂ ȘI INOVAREA DIDACTICĂ

Orice proces de învățare și schimbare începe cu o întrebare.



Cum folosim tehnologia modernă și digitalizarea pentru inovarea didactică și motivarea eficientă a profesorilor și elevilor pentru învățare și formare continuă, dezvoltare personală și profesională, atingerea performanței?



• Care sunt provocările, rolurile și responsabilitățile profesorilor în online?



• În ce fel învățarea online a schimbat comportamentele, așteptările și interesele elevilor, profesorilor și părinților?



• Ce este important pentru un elev la un curs online și de ce sunt toate aceste aspecte atât de importante?



• Cum putem folosi tehnologia digitală în designul educațional pentru a oferi participanților la un curs online cât mai multe avantaje și beneficii?



• Din perspectiva profesorului, de ce este util să știe care sunt caracteristicile, avantajele și beneficiile unui curs online? Dar din perspectiva elevilor, părinților, angajatorilor de pe piața muncii?



• Cum facem tranziția de la cultura controlului la cultura evaluării, de la școala care notează și clasifică la o școală pedagogică, care notează procesul de învățare.

"Întrebările pe care ni le adresăm sunt cele la care primim răspuns."  
Tony Robbins

## COMPETENȚE CHEIE PENTRU SECOLUL 21



- Folosim digitalizarea pentru inovație didactică și motivarea eficientă a elevilor pentru învățare și dezvoltare personală.
- Dezvoltăm competențele cheie ale profesorilor și elevilor, abilitatea de a gândi creativ și critic constructiv, pentru optimizarea muncii în echipă și o comunicare eficientă cu toți actorii și partenerii educaționali.
- Optimizăm cunoștințele și abilitățile de "media literacy" pentru accesarea eficientă a informației, într-un mod sigur și responsabil.
- Dezvoltăm abilitățile de management și implementare a proiectelor europene.

## RITUALURILE PEDAGOGICE, PREDAREA, ÎNVĂȚAREA ȘI EVALUAREA, ÎNTRE TRADIȚIE ȘI INOVAȚIE ÎN EDUCAȚIE

Inspirație pentru EDUCAȚIE



INTERVIU  
Predarea, Învățarea și Evaluarea Elevilor ONLINE

Prof. Virginia Brăescu  
Școala Parteneră - IES Serpis

Comunitatea Educatorilor #SELLication

## ACTIVITĂȚI DE DISEMINARE ÎN ȘCOALĂ, ÎN COMUNITATE ȘI ÎN SOCIAL MEDIA, LA NIVEL LOCAL, JUDEȚEAN, NAȚIONAL ȘI INTERNAȚIONAL

### MOTIVAREA EFICIENTĂ PENTRU ÎNVĂȚARE



### DEZVOLTAREA DE NOI PARTENERIATE PENTRU SCHIMB DE EXPERIENȚĂ ȘI BUNE PRACTICI



Înțelegerea și dezvoltarea comunității **PROFESORI PENTRU CLASE INOVATIVE!** pentru valorificarea softului educațional, dezvoltarea portofoliului digital prin parteneriate online, schimb de experiență și bune practici la nivel național și internațional.

### PARTENERIATE STRATEGICE - EUROPE DIRECT



Dincolo de barierele lingvistice prin experiența Erasmus+, la Colegiul Național "Dionisie Măcelar" Oradea

### INTERVIU - INSPIRAȚIE PENTRU EDUCAȚIE



### INTERVIU - ERASMUS DAYS 2021



În contextul #ErasmusDays, în #Sbirlive, prof. Virginia Brăescu a răspuns invitației doamnei Mara Iepure, în cadrul emisiunii Next: Generația viitorului, pentru a discuta despre beneficiile implementării proiectelor europene pentru profesori și elevi, și despre impactul programului Erasmus+ în domeniul educației, formării profesionale, tineretului și sportului.

Alte activități de diseminare au avut loc în școală și în Social media, pe paginile și grupurile de Facebook ale proiectelor Erasmus+, pe blogurile profesionale și în comunitățile cadrelor didactice.

### COMUNITATEA #SELLication4EDUcation



### MANAGEMENTUL PROIECTELOR EDUCAȚIONALE



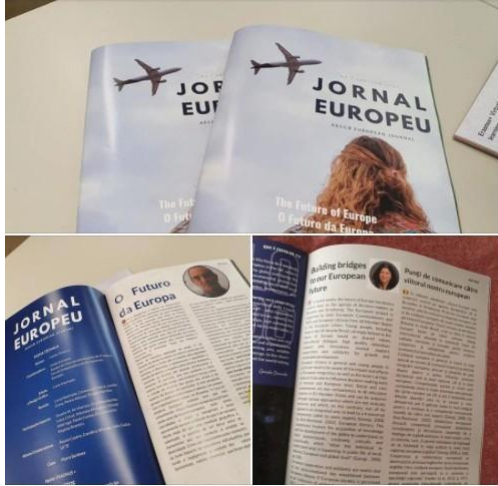
Diseminare despre **managementul proiectelor educaționale** în comunitatea Platforme educaționale online pentru cadrele didactice, AISE - Academia pentru Inovare și Schimbare în Educație, Republica Moldova.

### ZIUA EUROPEANĂ A LIMBILOR 2021



ZIUA EUROPEANĂ A LIMBILOR - LA JOURNÉE EUROPÉENNE DES LANGUES - EUROPEAN DAY OF LANGUAGES Dincolo de barierele lingvistice prin experiența Erasmus+ - Alinaștea de Oradea

## Construim punți de comunicare - Building bridges



### Tradition et innovation en classe de FLE

Le Jour du Prof de Français 2021

Prof. Virginia -Smărăndița Brăescu  
Collège National "Grigore Moșil"  
Onești, Bacău, Romania



### La médiation pédagogique

- repérer les difficultés d'apprentissage des élèves, afin de créer les outils pédagogiques adaptés aux objectifs à atteindre.
- évaluer également autre chose que des connaissances savantes.

### *Autour de la table en famille... Pourquoi?*

Une famille en meilleure santé



- Préparer un repas familial et manger ensemble est structurant et sécurisant pour l'enfant.
- Ce rituel permet d'échanger et resserrer les liens familiaux.



### Tradition et Innovation... Pourquoi?

Le repas en famille permet de...

- s'investir dans la préparation des plats et la mise en place de la table.
- signaler un quelconque problème ou une difficulté à l'école.
- développer l'autonomie et le sens des responsabilités.



## START IT cu Erasmus+ – O aventură de neuitat în Cipru

Între **14 aprilie și 5 mai 2024**, un grup de **16 elevi** din clasele a X-a, profil **matematică-informatică**, a avut ocazia de a trăi o experiență unică în cadrul proiectului „**START IT cu Erasmus+**” (nr. 2023-1-RO01-KA122-VET-000146565). Sub îndrumarea profesorilor **Elena-Carmen Melinte și Cristina-Lăcrămioara Buzatu**, elevii au desfășurat un stagiu de practică la compania **L. Lazarou CTC** din orașul **Paphos, Cipru**.

Acolo, tinerii au învățat să creeze și să proiecteze site-uri web utilizând platforme și programe precum **WordPress, HTML, CSS, Adobe Illustrator și Adobe Photoshop**. Activitățile lor au inclus instalarea, proiectarea, dezvoltarea, testarea și verificarea funcționalității site-urilor, respectând totodată **standardele de securitate informatică, securitatea la locul de muncă și reglementările de mediu** din domeniul IT.

### Povești dintr-o experiență care schimbă vieți

**Vlad Palade (clasa a XI-a B)** povestește cu entuziasm:

„A fost o experiență de neuitat, plină de oportunități de învățare, dezvoltare personală și descoperire a unei noi culturi. Am participat la cursuri interactive de proiectare web alături de profesioniști IT din Cipru și am aflat despre cele mai noi tendințe din domeniu. Mi-am perfecționat abilitățile tehnice și am dobândit cunoștințe valoroase pentru viitoarea mea carieră.”

El adaugă că mentorul cipriot, **dl. Lazaros Lazarou**, i-a inspirat pe toți participanții nu doar profesional, ci și personal:

„Ne-a învățat să credem în noi, să ne urmăm visele și să privim fiecare provocare ca pe o oportunitate.”

În afara orelor de practică, elevii au explorat frumusețile insulei: **Larnaca, Stânca Afroditei, Băile Afroditei, situl arheologic Nea Paphos și orașul Polis**. „Experiența culturală a fost uimitoare”, spune Vlad, „plină de locuri fascinante, tradiții și oameni calzi.”

**Daria-Denisa Manea (clasa a XI-a A)** a trăit la rândul ei o transformare profundă:

„Erasmus+ m-a ajutat să descopăr o cultură nouă și, mai ales, să mă redescopăr pe mine. Am învățat să lucrez într-un mediu profesionist, deschis și motivant, alături de mentori care ne-au ghidat cu răbdare și profesionalism.

Ea își amintește cu drag orele de lucru cu **Lazaros Lazarou**, unde au creat logo-uri, au editat imagini și au proiectat site-uri profesionale. Totodată, colaborarea cu **Demetra Panaretou** i-a învățat să aprecieze natura și să folosească instrumente digitale pentru a promova conservarea mediului. Pe lângă pregătirea profesională, activitățile culturale și recreative ne-au oferit clipe de relaxare și bucurie. Peisajele,

marea și apusurile din portul Paphos vor rămâne mereu vii în amintirea mea”, povestește Daria.

„Sunt nespus de fericită că am avut oportunitatea de a face parte din proiectul Erasmus+ și consider că este o șansă unică în viață. Cu această ocazie, am văzut partea interesantă a învățării, am vizitat locuri noi și am descoperit frumusețile Ciprului. Am întâlnit, de asemenea, persoane noi și am observat traiul oamenilor de pe insulă. Am creat, de asemenea, legături strânse cu colegii mei. Cipru este una dintre țările care trebuie vizitate cel puțin o dată în viață și mă bucur că am avut ocazia să o vizitez alături de oameni minunați. Am acumulat multe amintiri frumoase în aceste 3 săptămâni, de care îmi voi aminti cu drag și dor, precum și multe cunoștințe noi în domeniul designului web.

Una dintre principalele componente ale acestui program a fost cursul intensiv în WordPress, Adobe Illustrator și Adobe Photoshop. Aceste platforme esențiale în domeniul designului web și grafic m-au captivat imediat. Am avut oportunitatea să învăț de la profesori cu experiență, care au împărtășit cunoștințe avansate și tehnici creative. Am experimentat procesul de creare a site-urilor web dinamice folosind WordPress și am dezvoltat abilități solide în design grafic, lucru care m-a încântat și m-a motivat în același timp. Am fost îndemnați de către profesori să participăm activ la lecții și activități, să punem întrebări și să colaborăm cu colegii pentru a maximiza beneficiile învățării, să fim deschiși către noi cunoștințe, experiențe și culturi, de care am ținut cont pe tot parcursul mobilității.”

**Bortoș Alisia-Antonia, clasa a XI-a B**

„Experiența Erasmus+ mi-a oferit oportunitatea de a descoperi o nouă cultură, un nou mediu de viață, dar cel mai important este faptul că m-am redescoperit pe mine. Am avut șansa de a explora un mediu de lucru cu care m-am familiarizat pe parcurs, prin intermediul căruia mi-am putut deschide o multitudine de orizonturi ale cunoașterii, și care m-a inspirat deosebit de mult în privința parcursului meu academic și al carierei pe care mi-aș dori să o urmez în viitor.

Orele de curs s-au desfășurat într-un cadru prietenos, deschis, cu mentori care m-au îndrumat pe tot parcursul mobilității și care mi-au oferit posibilitatea de a răspunde cu ușurință cerințelor propuse. Lectorii au dat dovadă de profesionalism, îngăduință și sinceritate, și-au expus opiniile în mod obiectiv în ceea ce privește produsele realizate de noi și ne-au încurajat să ne exprimăm liber și să ne urmăm obiectivele.”

**Radu Daria-Alexandra, clasa a XI-a A**

## Un proiect care inspiră generații

Pentru elevii participanți, proiectul „START IT cu Erasmus+” a însemnat mult mai mult decât un simplu stagiu de practică — a fost o **lecție de viață, curaj și prietenie**. Aceștia s-au întors acasă mai încrezători, mai pregătiți profesional și cu dorința de a continua să învețe și să exploreze lumea.

„A fost, fără îndoială, una dintre cele mai frumoase experiențe din viața mea”, mărturisește Daria.  
„Am rămas cu amintiri care vor dura o viață întreagă.”

