

LICEUL TEHNOLOGIC SPECIAL PELENDAVA

NUFERI

Nr. 17 / 2026

COLECTIVUL DE REDACȚIE:

Redactori coordonatori:

Director: prof. Minodora Tașcu-Stavre
Prof. Bărbulescu Diana Maria Loredana
Prof. Ciulea Iuliana Daniela

Redactori elevi:

Yeniatakan Ediz
Pascal Oana
Cercea Victor
Badea Elvis
Dobre Kevin
Tomescu Ioana Alexandra
Răfăilă Renato D. I.
Singurelu Vasile
Mărunțelu Flavius Florin
Lingurar Dragoș
Ușurelu Marius
Bărbulescu Robert
Gherman Alexandru
Jiga Alex
Grancea Remi-Nicolae
Damian Pavelică Remus
Negru Lorena
Tomescu Ioana Alexandra
Bogdan Florin Teodor
Vizitiu Doinița
Borcan Adrian Marian
Coloji Sani-Marius
Constantin Alexandru Romario
Bărbosu Marius Eugen
Uță Georgiana Lidia
Moldovan Dorel Ionuț
Baronescu Maria
Brumar Mădălin Bogdan

Profesori coordonatori:

Tașcu-Stavre Minodora Ralița
Ciulea Iuliana Daniela
Timoș Andreea Roxana
Popa Cristiana
Dișteanu Anca
Rățulescu Alexandra
Bărbulescu Diana
Popescu Ștefania
Bîrzanu Felicia
Nica Dan Șerban
Ionică Claudia
Ică Alina Elena
Stancu Adriana
Văetiși Mihaela
Hoară Simona
Vais Elena
Traistă Ion Vasilică
Lupu Cătălin Marian
Popa Virgil Ionuț
Murtaza Laura
Sârbu Adriana
Cîrlugea Marius
Cîrlugea Daiana
Nicola Cătălin
Sârbu Dan Gabriel
Nicoli Adrian
Bran Gabriela Violeta

Secretar de redacție: Bărbulescu Diana Maria Loredana
Tehnoredactare: Jiga Alex

Revista are avizul favorabil al ISJ Dolj nr. 3489/11.04.2016

ISSN 2069 – 2897

CRAIOVA

Str. Bariera Vâlcii, nr. 160 A, Craiova, Dolj
e-mail: spscraiova@gmail.com
web: liceulpelendava.ro



LIMBĂ ȘI COMUNICARE

Liceul Tehnologic Special „Pelendava”

Acest capitol reunește creațiile și contribuțiile elevilor din sfera literaturii, oferind un spațiu dedicat exprimării libere și explorării universului literar. Cititorii vor descoperi aici poezii originale, articole tematice, curiozități despre scriitori și reflecții personale, toate realizate de elevi.

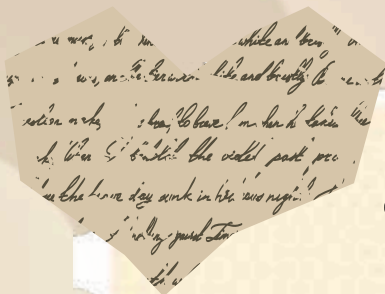
În realizarea acestor materiale, elevii beneficiază de resursele oferite de cabinetul de Limbă și comunicare, Centrul de Informare și Documentare și biblioteca școlii, unde au acces la o varietate de opere și autori – de la clasici consacrați, până la scriitori contemporani din literatura universală.

Prin diversitatea materialelor incluse, secțiunea evidențiază creativitatea, sensibilitatea și interesul pentru literatură și limbaj, încurajând dezvoltarea abilităților de exprimare și cultivarea gustului pentru lectură.



„A vorbi despre limbă este ca și cum ai vorbi despre tine însuși.”

Nichita Stănescu



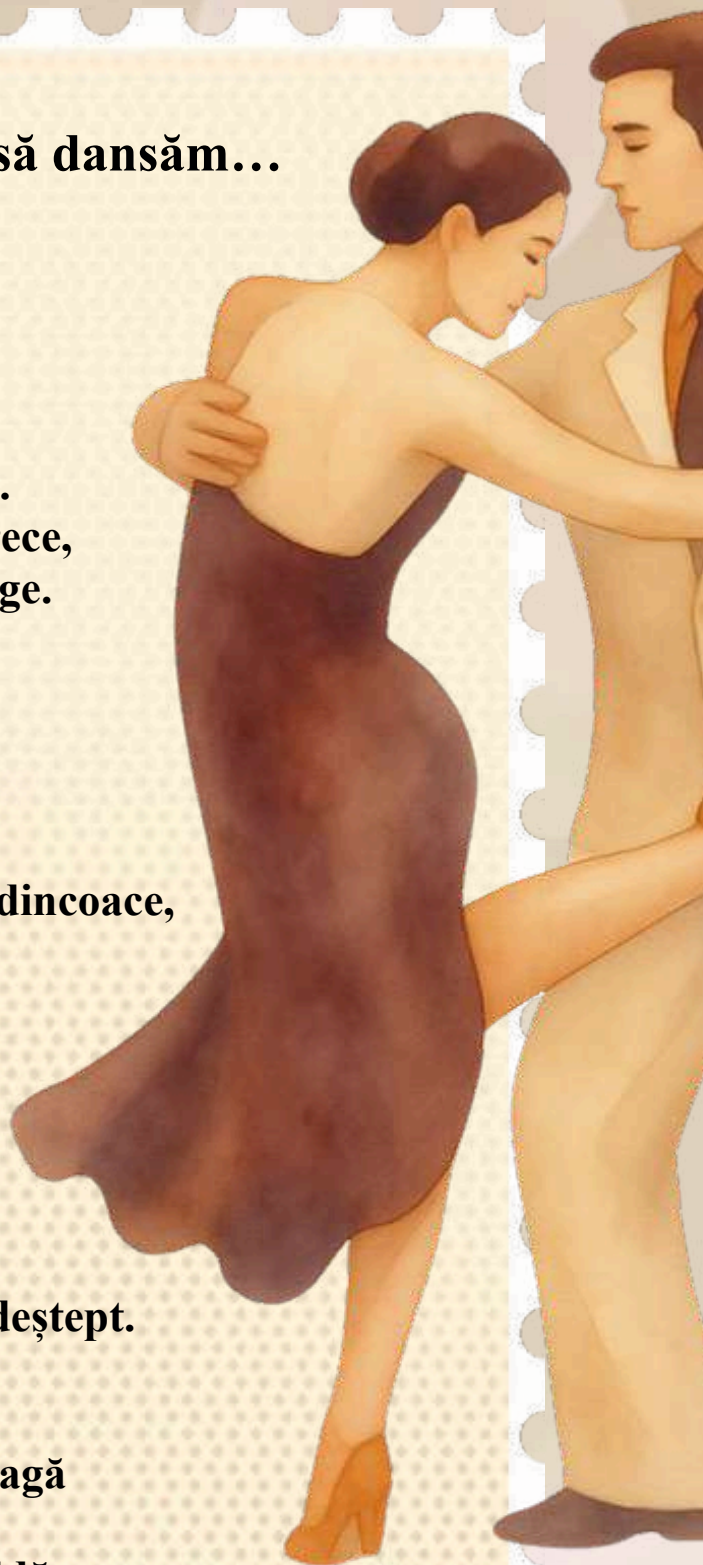
Cred că ar trebui să dansăm...

**Cred că ar trebui să dansăm!
Intrinsec, privind cu ochii goi,
Stropul pictat, frivol în doi
Atrași, opuși, în aerul sec: strigoi.
Ne-a tulburat mintea presiunea rece,
Jupuită de obicei, când firea merge.**

**Cred că ar trebui să dansăm?
Greșit, tu nu mă înțelege!
Aș domni mortuar ca un rege,
Peste cirezi ivite dinspre lege,
Minunându-mă nespus, dincolo, dincoace,
De cataliscul ieșit din găoace.**

**Cred că ar trebui să dansăm.
Nu este cale de întoarcere.
Am plâns și eu în copilărie
Când m-a furat jocul la stingere.
Purtam orologiul rupt în piept,
Credeam că omul negru nu este deștept.**

**Cred că ar trebui să dansăm?!
Te rog, nu pierde noțiunea-mi dragă
Conceptul are gust de lagăr
Mântuit prin venerarea unui maldăr
Osos, excrescent, cărămiziu prin picături
Scoase prin măduva venoasă a primei călduri.**



Mama...

**Te simt alături zi de zi
Ca și cum încă ai fi
Și mi-e tare dor de tine
Mamă, te-aș mai vrea o zi cu mine...**

**M-am ofilit, deși par bine,
De când nu mai ești cu mine
Mama mea cu ochi căprui,
M-ai lăsat a nimănui!**

**În furtună am intrat,
Răul m-a îngenuncheat,
Amintirea ți-am trădat
Și n-am să mă iert vreodată'.**

**Ani de zile au trecut
De când printre îngeri ai trecut,
Jumătate din inimă
Mi s-a stins odat' cu tine.**

**Pascal Oana, clasa a XI-a M
Prof. îndrumător: Văetiși Mihaela**

Nimeni



Cine sunt eu?

Sunt o fărâmbă unică sau o corcitură plăpândă,
Incapabilă să realizeze o imaginație flămândă
Zac într-o larmă indescritibilă

Și-mi place mortal, suav,
Fiindcă în lipsa ei cad firav
În confortul ecoului cărnii
Căreia nu-i dau niciun drept.

Ceva a semănat în mine, o sămânță răposată de adevăr,
Care transformă orbii în zei, pătrunzând în tenebre scabroase.
Desfăcând miturile ființei,
Focalizând durerea către dorință,
Dorința de a cuprinde infinitul,
Sortit să eșuez pe uscatul morții,
Ajung la concluzia că totul contează,
Iar atunci când totul contează, nimic nu contează fără motiv.

Dezbaterea-i moartă din pântec,
Fiindcă sămânța de adevăr
S-a pierdut în zadar, într-un om incapabil.
Poate, dacă ar vrea omul,
S-ar ridica spre ceva
Dar, cum acel ceva e mereu mai sus,
Vrerea lui piere pe drum
Sângele lui spurcând calea.

Alții vor încurca, poate, să pășească direct,
Aflând că au corpul nesperat defect

Yeniatakan Ediz, clasa a X-a G
prof. îndrumător: Popa Virgil



Doamne un gând am mereu

**Doamne, un gând am mereu:
Să fiu în libertate și eu.
Că aici unde sunt
Pe tine, Doamne te-am cunoscut.**

**Te rog, Doamne, să mă ierți
Atunci când păcătuiesc,
Că am sufletu' întunecat
De ăla rău am fost manipulat.**

**Dar, Doamne, știu că mă iubești!
Și sufletu' o să mi-l ierți
Și libertate tu îmi vei da
Să fiu iar lângă familia mea.**

**Că au trecut ani de zile
De când nu mai sunt lângă mine,
Dar acum mă pot bucura
Că sunt lângă familia mea.**

**Doamne, Ție îți mulțumesc,
Că m-ai făcut să trăiesc
Că atunci când mi-a fost greu
Te-am primit în sufletul meu.
Să mă pot bucura
De familia mea.**



**Lingurar Dragoș, clasa a IV-a
prof. îndrumător: Dișteanu Anca Iulia**

Amurg în sufletul apus

Crudul Safari în întuneric,
Copleșindu-mă, s-a sfârșit feeric.
Am ajuns dincolo, pășind himeric,

Spiralând din cap până-n picioare,
Lumina dezlipită de pe geamuri sare.
Căutând strălucirea reținută, soră-i muritoare.

O singură voce drege scrâșnetul
Ivit prin corzile vocale, Imamul.
Epopeic, multiplicând iar praful.

S-a depus așa mult că-i de prisos,
La fiecare gură de aer nisipos
Să încerc să mă alimentez în haos.

Sunt pașnic ca trăire pe care o simți
Când ieșit din pat, pe o parte din minți,
Traversez calmul apei empirice oglinda morții

Râzând, îți masez spatele strivit,
Pământul pleacă fără tine șerpâind
Plescăi fără control până ești șlefuit.

Aruncat din nou în culcuș,
Ca piatra uneltită unor intruși
Care cioplesc amintiri din rumeguș.

Atenție, ei îl strâng când dorm,
Mușcându-mi genele grele fierbinți,
Praful de vise cade rupt printre colți.

Procedeul singur poate avea rezultate catastrofale,
Sintetizând dezordinea cu rafale,
Moi ca aroma topită de centrale.

Fără de rost, mirați-vă agale
Credeți că am vreo scăpare
Vrând să produc o schimbare?

Povestind cum m-am urnit dintr-o mișcare,
Alunecat - am ca o viperă spre soare,
Scurpat cu poftă în propriile hotare.

Cercul ambulant a strâns cenușa,
Vrăjitorul obosit cântând răgușea
Sensul pornea învârtind vocea.

Călătoria e la capătul sorții,
Fără de sfârșit în fața porții,
Veștejit lângă castelul curții.

Yeniatakan Ediz, clasa a X-a G
prof. îndrumător: Sârbu Adriana



Femeia este ca busola,
Te-nvârte, te aburește,
Până când părul din cap îți albește.
Când se supără te uiți la cer
Și spui „Doamne Ferește!”

Cel mai bine știe
Cel care-o pățește.
Dar cu toate că mai spui uneori
“Doamne ferește!”

Femeia merită iubită nebunește,
Pentru că ea este busola ta.
Și mereu te va ghida.
Oriunde ai fi în lumea asta
Ea mereu îți va arăta
Calea spre destinația ta.

Deci care este ideea?!
Iubiți-vă femeia!

Dobre Kevin, clasa a V-a A
prof. îndrumător: Dișteanu Anca Iulia



MELANCOLIE

Când cerul nopții îl privesc,
De dorul tău îmi amintesc,
Și-n liniștea ce mă cuprinde
Durerea iar începe-a plânge.

Privesc la poze și suspin,
Iar ochii mei de lacrimi plini,
Te caută parca în trecut,
În tot ce-am fost, în tot ce-am vrut.

Când închid ochii te zăresc,
Atât de viu de regăsesc,
Te strig încet, dar ești departe,
Iar dorul meu mă rupe-n noapte.

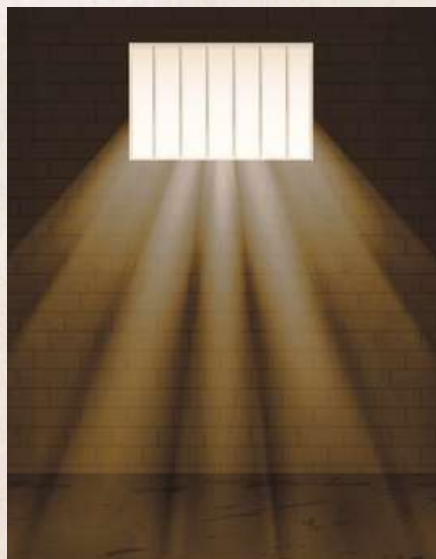
La geam eu stau și ploaia cade,
Pe gânduri triste, reci și fade,
Și parcă cerul plânge iar
De dorul tău, tot mai amar.

Chiar dacă timpul va trece ușor,
Tu vei rămâne al meu dor,
O rană blândă, un destin,
O amintire și un chin.

Dar dintre toate câte sunt,
Tu ești iubirea mea din gând,
Și chiar de nu te mai găsesc,
O viață - ntreagă te iubesc.

Tomescu Ioana Alexandra, clasa a IX-a L
Prof. îndrumător: Ică Elena Alina





Suflet de deținut...

M-agăț de un vis, la propriu-zis,
M-agăț de o speranță, ce baltă nu mă lasă.
Ascult liniștea-n surdină,
Mintea îmi e o ruină,
Între gratiile de fier
Suflete de îngeri pier.
Cu inima întemnițată,
Gândul îmi pleacă departe,
Mă poartă în libertate
Depart de garduri înalte,
Înconjurată cu sârme ghimpate.
Fizic, sunt un prizonier.
Psihic, sunt un călător,
Ce în vise pleacă-n zbor
Spre necunoscut...
Aripile voi mi-ați rupt
Când în cătușe m-ați dus
La Craiova pe Barieră,
Într-o cameră stingheră,
Decorată sobru, alb,
Doar cu paturi și tavan
Unde-am stat an după an.....

Pascal Oana, clasa a XI-a M
prof. îndrumător: Văetiși Mihaela

Nihil

Eram în culmea fericirii când am început
Să scufund de profundis sufletul-n tenebre renăscut.
Zvârcolind trupul-ncolăcit în șapte zări,
Când vis cedând, ceața a cuprins în zori.
Gravă peste lumina râncedă negru-i soare
Înlocuind, muribund la viață putred în dezolare.

Aerul nou era hedonist,
O, ce miros plăcut!
Întocmai candela-nmireasmată, străvechi lut,
Lut ce s-a strecurat prin porii dilatați,
Cuprinși d`extaz și feromoni sfărâmați.

Ca bestia ce sălășluiește în plămâni în sânge răniți
S-au deschis găuri negre, lipicioase, și a curs smalt.
Scăpatu-mi-a atunci un geamăt sadic, în plăcere,
Lepădând carnea templului, zorit spre decădere.
De rea a fost ursita slujindu-se cu sete,
Din cotropitul corp amăgit în perete
Falnic perete ascultător, șoptind elogiul frângerii,
Chipului lui Iisus, alături de diavol și îngeri.

”Nihil sin Deo”, zicea minte-ai lucidă,
Iar ”nihil sine ego” șoptea Iago în tindă.
Inimioara-mi păplândă n-a rezistat durerii,
Luând chipul și asemănarea, culoarea tăcerii.
Nu-i o culoare, spun veșnic înțelepții,
Coloratură însă respinge doar ineptii.

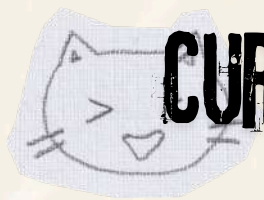
Cum ar fi râuri de curbură
Curgând aievea astăzi către gură,
Cum ar fi cruci pictate pe dantură spartă,
Părând sculptate, ele sunt însă a naturii artă.
Cum ar fi "vulcani puruioși" de un pictor flămând,
Văzând boala mamei pământ, însărcinată-n în gând.

Ruminați de simțiri îmbrățișarea-i rece,
Gândiți de pielea mă frământă mii de ace,
Cum m-am izbit cu barca peste largi catarge,
Strigând, Timonier Carol, vino-ncoace!
Purtatu-m-a vântul ca gândul drace
Către infern Dantes a mi-l trage posoace.

Fiindcă silă s-o spun, mi-e silă
Față de rana ce pulsează acul, îmi e milă
M-a săgetat durerea aurului pur,
Rarefiat cu cortex "de griji" făcut mercur
Găsit inconștient într-un subconștient ca Pandora,
Am deschis gaura și imediat m-a părăsit căldura.

Cuibul frământă-n acest punct de nerăbdare
Să eclozeze oul din care au ieșit covoare
De mațe spurcate, mădulare și un păcat
De care restul imediat l-a atacat
Mare era puterea-i, n-am scăpat,
Devenind monstru mlăștinii de chihlimbar, rarefiat.

Yeniatakan Ediz, clasa a X-a G
prof. îndrumător: Popa Cristiana



CURIOZITĂȚI AMUZANTE ȘI CIUDĂȚENII ale limbii române

Limba română este plină de surprize — de la cuvinte imposibil de tradus până la expresii care îi pun în dificultate chiar și pe vorbitorii nativi. Hai să descoperim câteva dintre cele mai interesante și amuzante aspecte!



1. „Nea” și „mă” – cuvinte mici, dar pline de sens

Românii pot purta o conversație întreagă folosind „mă” la fiecare propoziție. De exemplu: „Hai, mă, ce faci, mă?” — și, surprinzător, totul are sens! La fel, „nea” poate fi un fel de respect amical: „nea Vasile” sună automat mai apropiat decât simplul „Vasile”.



2. Cuvinte care nu prea există în alte limbi

Româna are cuvinte greu de tradus, precum:

- „dor” – un amestec de nostalgie, iubire și lipsă
- „a se descurca” – mai mult decât „to manage”, implică ingeniozitate și improvizație

Străinii rămân adesea blocați când încearcă să le înțeleagă pe deplin.

3. Dubla negație... care nu e greșită

În română poți spune liniștit: „Nu am văzut nimic.” În engleză, o astfel de construcție ar fi considerată greșită („double negative”), dar la noi e perfect corectă!

4. „Poftim?” – cel mai versatil cuvânt

„Poftim” poate însemna:

- „Ia, te rog”
- „Cum ai zis?”
- „Serios?” (cu tonul potrivit)

Practic, este un cameleon lingvistic.



5. Diminutivele la putere

Românii iubesc diminutivele: „cățel”, „căsuță”, „cafeluță”, „băiețel”, „mămică”. Uneori le folosim chiar și când nu e nevoie — pentru că sună mai draguț.



6. Expresii care sună... ciudat

„A trage mâța de coadă” – nu are legătură cu plantele, ci înseamnă a pierde timpul

„A umbla cu cioara vopsită” – a înșela pe cineva

„A bate apa-n piuă” – a vorbi mult fără rost

„A călca pe bec” – a face o greșală

„A face din țânțar armăsar” – a exagera

„A freca menta” – a pierde vremea

„A o lua pe ulei” – a o lua razna

„A rămâne cu buza umflată” – a rămâne dezamăgit

Traduse literal, devin complet absurde!



7. Forme de plural neașteptate

Unele cuvinte au pluraluri care îi pun în dificultate pe toți:

„ou” → „ouă”

„copil” → „copii”

„om” → „oameni”

Nu există mereu reguli simple — trebuie învățate!



8. Articolul hotărât... lipit de cuvânt

În română spunem „omul”, „fata”, „cartea” — articolul este atașat la finalul cuvântului. Pentru străini, asta e destul de neobișnuit, pentru că în multe limbi articolul vine în față.

9. Regionalisme – altă lume

Dacă mergi din Oltenia în Moldova sau în Ardeal, ai impresia că auzi altă limbă:

„io” în loc de „eu”

„no” în loc de „da”

„oleacă” în loc de „puțin”

Româna are multe „accente” savuroase.



10. Umorel din limbajul de zi cu zi

Românii au un talent special de a transforma orice situație într-o glumă, inclusiv prin limbaj:

„Las' că merge și așa”

„Ne descurcăm noi cumva”

„Important e să fie bine, ca să nu fie rău”



Badea Elvis, clasa a V-a A
Prof. îndrumător: Rădulescu Alexandra- Denisa



Curiozități fascinante despre scriitori și poeți români

Literatura română nu înseamnă doar opere studiate la școală, ci și povești surprinzătoare despre oamenii care le-au scris. Dincolo de manuale, scriitorii și poeții români au avut vieți pline de întâmplări neobișnuite, pasiuni ciudate și obiceiuri interesante.

Mihai Eminescu – perfecționistul neobosit

Considerat cel mai mare poet român, Eminescu era extrem de atent la fiecare cuvânt. Se spune că rescria poeziile de nenumărate ori până când suna exact cum își dorea. De asemenea, avea o memorie impresionantă și putea recita pagini întregi din operele altor autori.

Ion Luca Caragiale – maestrul umorului... și al farselor

Caragiale nu era doar un scriitor genial, ci și un mare glumeț. Îi plăcea să facă farse prietenilor și să ironizeze societatea vremii. Un detaliu interesant: era foarte atent la felul în care vorbeau oamenii și folosea expresiile lor reale în piesele sale.

Ion Creangă – povestitorul cu o copilărie năzdrăvană

Creangă s-a inspirat din propria copilărie pentru „Amintiri din copilărie”. Multe dintre întâmplările hazlii chiar au existat! În plus, stilul său plin de regionalisme face ca poveștile lui să fie vii și autentice.

Lucian Blaga – poetul misterelor

Blaga nu a fost doar poet, ci și filosof și diplomat. Era fascinat de misterele universului și credea că unele lucruri nu trebuie explicate, ci trăite. De aici și celebra idee a „cunoașterii prin mister”.

Mircea Eliade – exploratorul lumilor fantastice

Eliade a fost pasionat de mituri și religii din întreaga lume. A trăit o perioadă în India, experiență care i-a influențat profund scrierile. Romanele lui combină realitatea cu elemente fantastice într-un mod unic.

Tudor Arghezi – poetul cu multe meserii

Înainte de a deveni cunoscut, Arghezi a avut mai multe ocupații: a fost călugăr, tipograf și jurnalist. Această diversitate de experiențe se reflectă în stilul său original și în temele variate ale poeziilor sale.

Nichita Stănescu – inovatorul limbajului poetic

Nichita Stănescu a schimbat modul în care este percepută poezia românească. Era cunoscut pentru stilul său neobișnuit și pentru modul în care se juca cu cuvintele. Spunea adesea că „poezia este ochiul care plânge”.

De ce sunt interesante aceste curiozități?

Aceste detalii ne arată că scriitorii nu sunt doar nume din manuale, ci oameni reali, cu pasiuni, defecte și idei originale. Înțelegându-le viața, putem descoperi mai ușor sensul operelor lor și chiar să ne apropiem mai mult de lectură.

Bruxelles, capitale européenne

L'Union européenne

L'Union européenne (UE) est une organisation politique et économique qui regroupe plusieurs pays. Les symboles de l'UE sont le drapeau, l'hymne («Ode à la joie»), la devise «Unie dans la diversité» et la monnaie commune : l'euro. La Journée de l'Europe est le 9 mai. La capitale de l'UE est Bruxelles. Cette ville a une position stratégique, car elle est au milieu de l'Europe entre la France, les Pays-Bas, l'Allemagne et le Luxembourg.

Destination Bruxelles

Ville : Bruxelles **Pays :** Belgique **Habitants :** 198 667 (chiffre du Registre national au 1er décembre 2023) **Langues officielles :** le néerlandais, le français, l'allemand **Nationalités dans la ville :** plus de 100 nationalités différentes **Particularité :** Bruxelles est la capitale de la Belgique et de l'Europe.

24h à Bruxelles



Le guide touristique «24h à Bruxelles» vous accompagnera dans votre tour de la ville.

09h00 : La première étape de votre tour est l'un des lieux les plus importants de la ville : la Grand Place. C'est un espace où on trouve l'Hôtel de Ville. Près de cette place, il y a le Manneken-Pis, une célèbre statue d'un petit garçon nu.



12h00 : Pour votre pause déjeuner, nous vous conseillons les moules-frites, c'est l'un des plats typiques de la Belgique. Si on veut se reposer, on peut se promener au parc de Bruxelles, une zone verte très agréable.



14h00 : Une autre visite obligatoire est l'Atomium, une structure qui représente un atome en acier agrandi des millions de fois.



16h30 : Pour finir votre visite, vous pouvez aller au quartier européen, pour voir les principaux bâtiments, comme le Parlement européen.

Bogdan Florin Teodor, clasa a XII-a
Prof. îndrumător: Bran Gabriela



MATEMATICĂ ȘI ȘTIINȚE

Liceul Tehnologic Special „Pelendava”

Acest capitol aduce împreună creațiile și contribuțiile matematice și științifice ale elevilor, oferind un cadru dedicat explorării raționale și înțelegerii fenomenelor din lumea înconjurătoare. Sunt valorificate disciplinele matematică, fizică, chimie și biologie, iar cititorii vor regăsi probleme rezolvate, proiecte științifice, curiozități din aceste domenii, precum și reflecții asupra modului în care cunoștințele dobândite pot fi aplicate în viața de zi cu zi.

Pentru realizarea acestor materiale, elevii utilizează resursele puse la dispoziție de laboratorul de științe, cabinetul de matematică, Centrul de Informare și Documentare și biblioteca școlii, având acces la lucrări de specialitate, materiale didactice și surse diverse de informare din domeniile studiate.



„Matematica este regina științelor, iar aritmetica este regina matematicilor.”

Karl Friedrich Gauss

ȘTIAȚI CĂ



Sateliții sunt folosiți în scopuri diverse, de la asigurarea legăturilor telefonice la mare distanță la difuzarea directă a emisiunilor de televiziune și radio sau obținerea de informații geologice și meteorologice.

Sateliții au orbite diferite, în funcție de serviciul pe care trebuie să-l asigure sau de aria deservită.

Întrucât sateliții se rotesc în jurul Pământului, sunt atrași de forța gravitațională exercitată de acesta. Dacă satelitul nu ar avea o anumită mișcare proprie, ar cădea pe Pământ, aprinzându-se în straturile superioare ale atmosferei. Însă mișcarea de rotație în jurul Pământului are asociată o forță centrifugă, care îndepărtează satelitul de Pământ.

Astăzi există aproximativ 1100 de sateliți operaționali ce orbitează în jurul Pământului. Aproximativ 470 se află pe orbita joasă a Pământului, la doar câteva sute de kilometri altitudine (Stația Spațială Internațională, telescopul Hubble etc.).

Tomescu Ioana, clasa a IX-a L
prof. îndrumător: Vais Elena



În anul 1940 fizicianul George Gamow a lansat ideea că Universul a luat naștere în urma unei explozii incandescente de materie și energie. Numele teoriei „Big Bang” a fost dat de astronomul englez Fred Hoyle în 1950. Teoria Big Bang-ului explică modul în care au apărut materia, energia, spațiul și timpul, altfel spus, existența Universului. Termenul de Big Bang se referă la ideea că Universul s-a extins de la o singularitate primordială erbinte și densă acum aproximativ 13,7 miliarde de ani. Această teorie încearcă să explice de ce universul se extinde permanent încă de la apariția sa.

Astronomul american Edwin Hubble pornește de la ideea că la început a existat doar un punct de o natură cu totul specială, o așa-numită singularitate, fără dimensiuni, dar cu o energie infinită. La momentul zero, acest punct a ieșit din starea lui de singularitate și și-a manifestat uriașa energie printr-o explozie care a determinat expansiunea Universului; această expansiune continuă și în ziua de azi.

Negru Loredana, clasa a X-a E
prof. îndrumător: Vais Elena

INSECTELE – HRANA ECOLOGICĂ A SECOLULUI XXI

Oamenii de știință estimează că există între 6 și 10 milioane de specii de insecte, dintre care doar 1 milion au fost cercetate și documentate. Insectele formează peste 80% din totalitatea animalelor de pe Pământ. Privite cu repulsie de mulți dintre noi, insectele aduc imense beneficii omului, prin rolul esențial pe care îl au în ecosistem. Aceste mici animale polenizează recoltele de care depindem, se află la baza lanțului trofic, combat dăunătorii și consumă bălegarul, transformându-l în îngrășământ.

De ce să mâncăm insecte?

În 2050, Terra va găzdui 9 miliarde de oameni, cu o treime mai mulți decât acum. Populația din ce în ce mai numeroasă va necesita mărirea producției agricole cu 70%, estimează Organizația pentru Alimentație și Agricultură (FAO), pentru că din ce în ce mai mulți oameni vor dori să consume proteine de origine animală.

Profesorul Arnold van Huis, entomolog la Universitatea Wageningen din Olanda, explică de ce acest lucru constituie o problemă: „Acum 20 de ani, în medie, un om consuma anual 20 de kilograme de carne. Astăzi s-a ajuns la 50 de kilograme, iar în 20 de ani un om va consuma, în medie, 80 de kilograme. Dacă vom continua în acest ritm, vom avea nevoie de altă planetă”.

Specialiștii avertizează că această creștere a consumului este nesustenabilă. Conform FAO, anumite insecte în formă uscată conțin de două ori mai multe proteine decât carnea animalelor, iar altele, în forma larvară, sunt bogate în grăsimi și conțin o serie de vitamine și minerale importante. De asemenea, insectele sunt bogate în fier, calciu, vitaminele B1, B2 și D, acid linoleic. Peste 1400 de specii de insecte sunt consumate la nivel Mondial de către oameni, printre care gândaci, furnici, albine, lăcuste sau greieri.

Aproximativ 80% din populația Terrei practică entomofagia (consumul de insecte). În Republica Centrafricană, insectele constituie o treime din sursa de proteine a populației în anotimpul umed. În această perioadă, un kilogram de omizi uscate costă aproximativ 10 euro.

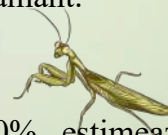
În Africa sudică omizile *Gonimbrasia belina*, cunoscute local sub numele de „viermele mopane”, constituie o sursă atât de importantă de proteine în anotimpul umed încât prețul cărnii de vită scade masiv în acea perioadă. În Columbia, furnicile *Atta laevigata* (denumite local „furnicile cu fundul mare”) reprezintă o delicată, iar în Mexic se consumă escamoles, larvele furnicii *Liometopum apiculatum*, denumite de gurmanzii locali „caviarul insectelor”. În Bali, libelulele fierte în sos de nucă de cocos cu ghimbir și usturoi constituie o delicată, la fel ca pupele furnicilor din genul *Oecophylla* în Laos și Thailanda.

Deși nu realizăm, fiecare dintre noi consumă anual aproximativ 500 de grame de insect. Conform legislației americane, ciocolata poate conține până la 60 de fragmente de insecte la fiecare 100 de grame, iar suc de fructe poate conține 5 ouă de musculițe-de-oțet și 1-2 larve la fiecare 250 de mililitri. În cazul făinii de grâu este permisă prezența a 75 de fragmente de insecte la fiecare 50 de grame, iar în ceea ce privește pasta de roșii folosită în pizza și în alte sosuri, limita este de 30 de ouă de muscă la 100 de grame, sau 15 ouă de muscă și un vierme la 100 de grame. De asemenea, de fiecare dată când mâncați o prăjitură, un iaurt, un milkshake de căpsune, surimi sau orice alt aliment colorat în roșu, să știți că sunt șanse foarte mari ca această culoare să fie dată de acidul carminic.

Obținut din coșenilă, o insectă ce trăiește în America Centrală și de Sud, carminul este unul dintre cei mai populari coloranți, fiind folosit atât în industria alimentară, cât și în industria cosmetică. Acest ingredient poate fi întâlnit și sub denumirea de E120.

Deși în Europa și în SUA insectele sunt privite mai degrabă cu repulsie decât drept sursă de hrană, anumite companii au început deja să facă primii pași spre acceptarea acestora ca o component firească a dietei umane.

În concluzie, importanța insectelor este incontestabilă, iar protejarea acestora reprezintă o responsabilitate esențială pentru menținerea echilibrului ecosistemelor și pentru viitorul omenirii.



Coloji Sani-Marius, clasa a X-a E
Prof. dr. îndrumător: Bîrzanu Felicia-Oana



PROBLEME REZOLVATE

1. Într-o urnă sunt bile numerotate de la 1 la 15. Care este probabilitatea de a extrage o bilă număr prim?

$$\bullet \text{ Probabilitatea } p = \frac{\text{număr bile notate cu număr prim}}{\text{număr total de bile}}$$

număr total de bile = 15

numerele prime de la 1 la 15 sunt : 2, 3, 5, 7, 11, 13; **ATENȚIE ! 1 NU ESTE NUMAR PRIM !** ⇒
⇒ număr bile notate cu număr prim = 6

$$\text{probabilitatea} = \frac{6}{15} = \frac{2}{5}$$

2. Care este probabilitatea ca un număr natural de 2 cifre să fie divizibil cu 9?

$$\bullet \text{ Probabilitatea } p = \frac{\text{numărul de numere din 2 cifre divizibile cu 9}}{\text{număr total de numere din 2 cifre}}$$

numărul total de numere din 2 cifre = $9 \cdot 10 = 90$ (sunt 9 grupe de câte 10 numere)
10,11,12.....19 ; 20,21,22.....29 ; ; 90,91,9299

numerele naturale din 2 cifre divizibile cu 9 sunt : 18, 27, 36, 45, 54, 63, 72, 81, 90, 99
(un număr este divizibil cu 9 dacă suma cifrelor sale este divizibilă cu 9)

numărul de numere din 2 cifre divizibile cu 9 = 10

$$\text{probabilitatea} = \frac{10}{90} = \frac{1}{9}$$

3. Aflați concentrația unei soluții care se obține prin amestecul a 570g apă și 30g sare?

$$\text{concentrația soluției} = \frac{\text{masă sare}}{\text{masă sare} + \text{masă apă}} \cdot 100$$

$$Cs = \frac{30}{570 + 30} \cdot 100 = \frac{30}{600} \cdot 100 = 5\%$$

4. Dacă 0,6 Kg apă de mare conține 12g sare, aflați concentrația apei de mare.

$$\text{concentrația apei de mare} = \frac{\text{masă sare}}{\text{masă apă}} \cdot 100 = \frac{12}{0,6 \cdot 1000} \cdot 100 = \frac{12}{6} = 2\%$$

Atenție ! La această problemă masa de sare este inclusă în masa apei de mare

Constantin Alexandru Romario, clasa a VIII-a
prof. îndrumător: Nicola Cătălin

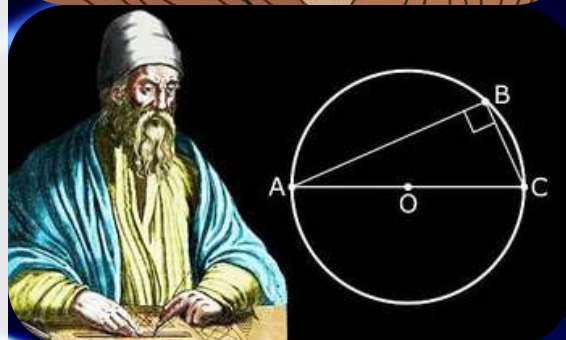
Matematicieni

CELEBRI

Matematica este una dintre cele mai importante științe, fiind baza multor domenii precum fizica, informatica, ingineria sau economia. De-a lungul timpului, numeroși matematicieni au contribuit la dezvoltarea acestei discipline, descoperind teorii și concepte fundamentale care sunt folosite și astăzi. În acest referat vom prezenta câțiva dintre cei mai cunoscuți matematicieni și contribuțiile lor semnificative.

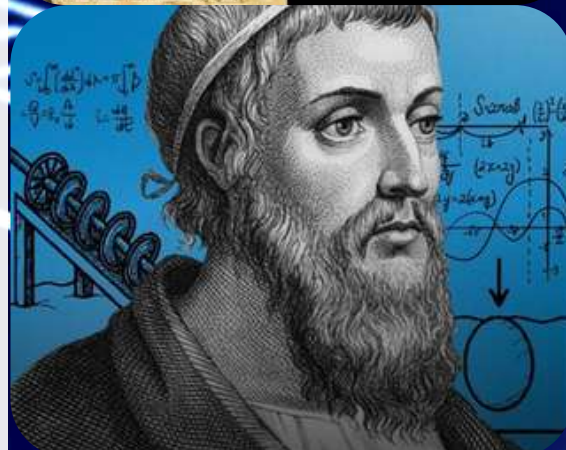
Pitagora (c. 570–495 î.Hr.)

Pitagora a fost un matematician și filosof grec, fondator al școlii pitagoreice. El este cunoscut mai ales pentru teorema lui Pitagora, care afirmă că într-un triunghi dreptunghic, suma pătratelor catetelor este egală cu pătratul ipotenuzei. Această teoremă este una dintre cele mai importante din geometrie și are numeroase aplicații practice.



Euclid (c. 300 î.Hr.)

Euclid este considerat „părintele geometriei”. Lucrarea sa, „Elementele”, a sistematizat cunoștințele geometrice ale vremii și a fost folosită ca manual timp de peste 2000 de ani. Euclid a introdus metoda axiomatică, bazată pe definiții, postulate și teoreme demonstrate logic.



Arhimede (c. 287–212 î.Hr.)

Arhimede a fost unul dintre cei mai mari matematicieni ai Antichității. A realizat descoperiri importante în geometrie, precum calcularea ariei cercului și volumul sferei. De asemenea, este cunoscut pentru principiul care îi poartă numele, folosit în fizică.

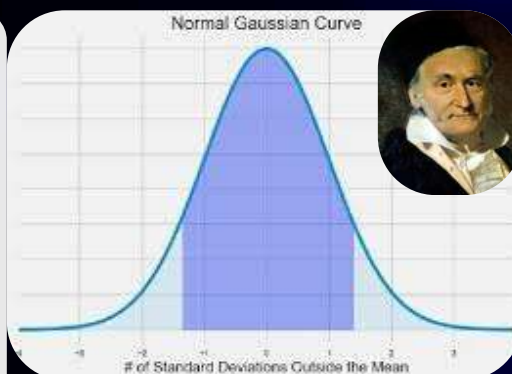


Isaac Newton (1643–1727)

Isaac Newton a fost un savant englez care a contribuit atât la matematică, cât și la fizică. El este unul dintre fondatorii calculului diferențial și integral, alături de Leibniz. Descoperirile sale au revoluționat știința și au pus bazele mecanicii clasice.

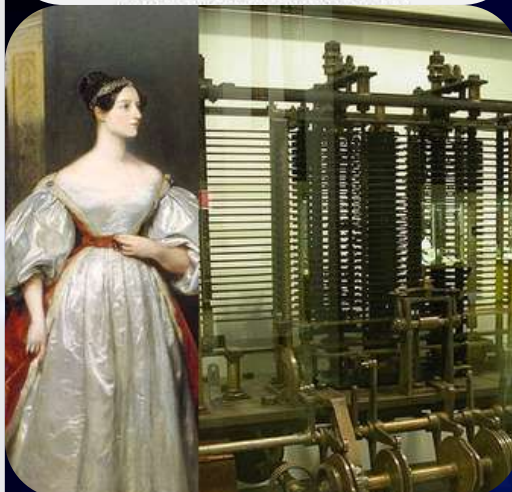
Carl Friedrich Gauss (1777–1855)

Gauss este considerat unul dintre cei mai mari matematicieni din istorie. A avut contribuții importante în teoria numerelor, algebră, statistică și analiza matematică. Este cunoscut și pentru distribuția normală, numită și „curba lui Gauss”.



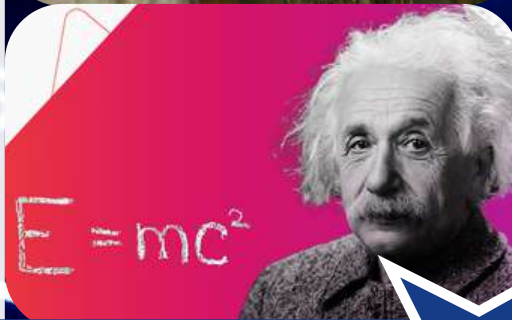
Ada Lovelace (1815–1852)

Ada Lovelace este considerată primul programator din lume. Ea a lucrat la mașina analitică a lui Charles Babbage și a scris primul algoritm destinat unei mașini. Contribuția ei este esențială în dezvoltarea informaticii moderne.



Albert Einstein (1879–1955)

Deși este cunoscut în principal ca fizician, Einstein a folosit matematica la un nivel foarte avansat. Teoria relativității se bazează pe concepte matematice complexe, iar contribuțiile sale au influențat profund știința modernă.



IMPORTANȚA MATEMATICII ÎN VIAȚA DE ZI CU ZI

Matematica nu este importantă doar în domeniul academic, ci și în viața de zi cu zi. De la calcule simple până la tehnologii avansate, matematica este peste tot. Fără contribuțiile marilor matematicieni, multe dintre invențiile moderne nu ar fi fost posibile.

Matematicienii celebri au avut un impact major asupra dezvoltării științei și societății. Descoperirile lor continuă să fie studiate și aplicate în prezent. Este important să înțelegem contribuțiile acestora pentru a aprecia evoluția matematicii și rolul ei esențial în lume.

Bărbosu Marius Eugen, clasa a XI-a M
Prof. îndrumător: Stancu Adriana



ARTE ȘI TEHNOLOGII



Acest capitol pune în valoare universul creativ al elevilor, reunind activități și proiecte din sfera artelor și tehnologiilor. El reflectă îmbinarea armonioasă dintre expresia artistică și competențele digitale, prin contribuții realizate în cadrul disciplinelor educație muzicală, educație plastică, educație tehnologică și TIC.

Spatiile școli stau la dispoziția elevilor pentru realizarea acestor materiale. Instrumentele muzicale, materialele pentru pictură, atelierul de gastronomie, mecanică, relucrarea lemnului și estetică, laboratorul de informatică, și biblioteca devin astfel medii de explorare, experimentare și exprimare liberă în domeniile abordate.

„Tehnologia este natura omului modern.”

Octavio Paz

„Arta spală din suflet praful vieții de zi cu zi.”

Pablo Picasso

ÎNVĂȚARE PRIN PASIUNE LA ORELE DE GASTRONOMIE

Arta gustului



Gătitul este o artă, iar pasiunea este ingredientul secret care transformă orice preparat într-o reușită.

În laboratorul mic, cu pereți simpli și tăcuți, se întâmplă, zi de zi, lucruri mari. Nu se aud doar sunete de ustensile și pași grăbiți, ci și începuturi. Aici, timpul nu mai apasă la fel, iar greșelile nu mai sunt capăt de drum, ci puncte de plecare.

Un elev frământă aluatul cu gesturi nesigure. La început, mâinile lui par să caute mai mult decât o formă – caută răbdare. Încet, mișcările devin mai sigure, iar în liniștea aceea simplă se naște ceva ce nu poate fi trecut într-o rețetă: încrederea.

Altul privește atent cum o prăjitură prinde culoare în cuptor. Nu spune nimic, dar ochii lui urmăresc fiecare clipă. Când o scoate, zâmbește pentru prima dată fără reținere. Nu pentru desert, ci pentru că a reușit.

Aici, între făină, zahăr și tăceri care se transformă în curaj, fiecare elev învață că poate construi. Că poate duce ceva până la capăt. Că, dincolo de greșeli, există întotdeauna o a doua șansă.

Și poate că acesta este cel mai important lucru care se „gătește” în aceste ore: nu doar preparate, ci oameni care învață, pas cu pas, să creadă din nou în ei înșiși.

Dincolo de rețetă

Nu toate lucrurile importante se măsoară în grame și mililitri.

Uneori, într-un bol simplu, nu se amestecă doar ingrediente, ci și gânduri. Gânduri nerostite, temeri, speranțe. La început, mâinile sunt nesigure, iar privirea caută confirmare. „E bine așa?” devine întrebarea care spune mai mult decât pare.

Și totuși, încet, ceva se schimbă.

Un gest devine sigur. O mișcare capătă ritm. O rețetă este dusă până la capăt. Iar în acel moment, când produsul final este așezat pe masă, nu este doar un preparat. Este dovada că se poate.

Se poate să începi. Se poate să continui. Se poate să reușești.

În spatele fiecărei prăjituri stă o mică victorie. Nu perfectă, nu spectaculoasă, dar reală. O victorie care nu se vede doar în gust, ci în atitudine, în liniștea care apare acolo unde înainte era neliniște.

Pentru unii, este doar o oră de practică. Pentru ei, este un exercițiu de încredere. Iar pentru mine, este confirmarea că, dincolo de rețete, se construiesc oameni.

Gastronomia nu înseamnă doar gătit – este o formă de exprimare, o cale de echilibru și o șansă de a construi ceva frumos, acolo unde poate nu a existat înainte.

Cercea Victor, clasa a XI-a G
Prof. îndrumător: Ionică Claudia

BRIOȘE

- 3 ouă mărimea M
- 200 g zahăr
- 70 ml lapte
- 200 ml ulei (175 g)
- 250 g făină
- 7 g praf de copt
- Aroma la alegere
- Un praf de sare

Brioșele sunt mai mult decât un desert delicios. Originea lor franceză (brioche) este legată de un aluat bogat în unt și ouă, iar celebra anecdotă ce se spune că ar aparține Mariei-Antoaneta, „Dacă n-au pâine, să mănânce brioșe”, arăta că acestea erau considerate un aliment accesibil, nu doar de lux.

Be a beautiful cupcake in a world full of muffins!



Mai întâi spargem cele 3 ouă într-un castron încăpător. Peste ele adăugăm tot zaharul odată. Mixăm 2-3 minute până ce amestecul și-a crescut volumul de câteva ori. Acum adăugăm aromele la alegere. Adăugăm laptele și uleiul. Mai mixăm câteva secunde.

La făină adăugăm praful de copt și sarea. Amestecăm puțin. Vrem ca praful de copt să se distribuie uniform.

Acum punem făina peste ouă, toată odată. Mixăm din nou, dar fără să exagerăm, doar până ce totul este omogen, adică vreo 30 de secunde. Aluatul este gata.

Preîncălziți cuptorul la 250 de grade. Dacă aveți cuptor electric, dați căldura sus și jos, fără ventilator.

Porționați aluatul în forma de brioșe tapetată cu hârtiute speciale, astfel încât să fie pline cam pe trei sferturi. Apoi păstrați forma la frigider, cât timp cuptorul se încălzește.

Când cuptorul a ajuns la 250 de grade, puneți brioșele înăuntru, apoi scadeți temperatura la 210 grade. Coacerea durează între 13 și 15 minute. Nu deschideți ușa cuptorului pentru că temperatura va scădea brusc și nu mai obțineți același efect.

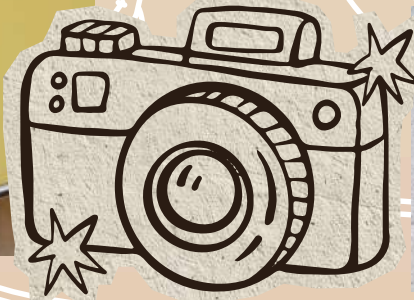
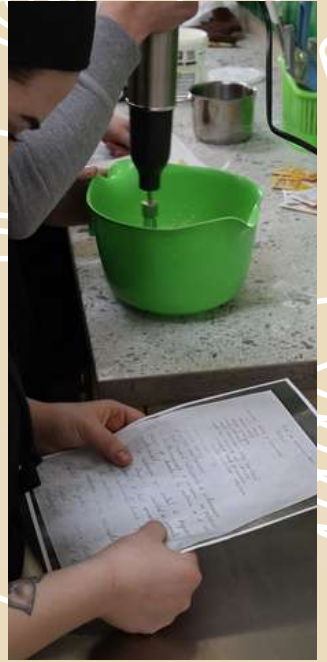
Life is short eat dessert first!

SECRETUL BRIOȘELOR PUFOASE.

În loc să coacem imediat, vom acoperi cu o folie de plastic și vom pune vasul cu aluat la rece. Trebuie să stea minim o oră, dar poate fi ținut și peste noapte, adică maxim 12 ore. Sunt două motive pentru care facem acest pas. Unul este că făina absoarbe foarte bine lichidele. Asta ne va da brioșe moi. Al doilea motiv este că aluatul trebuie să fie rece. Așadar creșterea frumoasă a brioșelor se realizează prin diferența mare de temperatură între aluatul rece și cuptorul foarte fierbinte.



FOTO



PAPANAȘI

„Unde este
prăjitură, există
speranță.
Și întotdeauna există
tort.”
– Dean Koontz



BRÂNZA

Dacă luăm în considerare diversele traduceri ale cuvântului „papanashi”, precum „doughnuts” sau „dumplings”, observăm că acestea trimit la preparate similare, dar nu identice. Totuși, ceea ce diferențiază papanashi este ingredientul lor de bază: brânza, în special brânza dulce sau moale.

Fără acest ingredient esențial, preparatul își pierde identitatea și devine doar o simplă gogoșă.

MOD DE PREPARARE

Cerneți bine făina. Amestecați manual brânza de vaci cu zahărul, ouăle, sarea, zahărul vanilat și bicarbonatul stins cu zeama de lămâie. Adăugați cele 200 de gr de făina și coaja de lămâie. Amestecați bine. Dacă este necesar, în funcție de densitatea brânzei, adăugați 1-2 linguri de făină suplimentar. Lasați aluatul la odihnit 15 min. Puneți uleiul la încins într-o tigaie sau cratiță adâncă. Pe o suprafață de lucru curată și uscată, pudrați făina. Împărțiți aluatul în 8 linguri de cocă pentru papanashi și 8 lingurițe pentru capacul rotund al acestora. Cu mâna dată prin făină formați 8 discuri și tot atâtea biluțe din aluat. Treceți degetul arătător prin făină și înfigeți-l în discul de cocă. Rotiți circular degetul pentru a obține un orificiu central în aluat. În uleiul încins, la temperatură mică, rumeniți câte 2 papanashi deodată – în funcție de dimensiunea vasului de prăjire – și tot atâtea biluțe, pe ambele părți.

În mod normal, papanashi se prădesc cam 5-6 minute fiecare. Acest timp depinde de mărimea papanashilor și de nivelul uleiului din vasul de prăjire. Este foarte important ca focul să fie mic pentru ca papanashi să nu se prăjească doar la suprafață și să rămână cruzi în mijloc.

Scoateți papanashi, pe măsură ce sunt prăjiți, și puneți-i la scurs de excesul de grăsime pe un prosop de hârtie. Mai întâi, veți scoate bilele pentru că, fiind mai mici, se vor face primele.

INGREDIENTE :

- 500 g brânză grasă de vaci
- -100 g zahăr
- -2 ouă
- -1 linguriță bicarbonat de sodiu
- -1 lingură zeamă de lămâie
- -1 plic zahăr vanilat
- -1 linguriță coajă de lămâie rasă
- -1 vârf de cuțit de sare
- -200 g făină (plus 1-2 linguri)
- -300 g smântână
- -200 g dulceată (de care doriți)
- -100 g zahăr pudră (preferabil vanilat)
- -500-700 ml ulei pentru prăjit

PREZENTARE

Se servesc calzi cu smantana si dulceata dupa gustul fiecaruia.

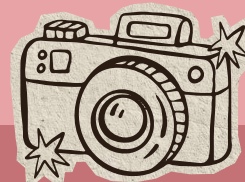
SUNT PAPANASHI ROMÂNEȘTI ?

Papanashul, desertul cu acest nume, este cu siguranță românesc, însă nu există certitudinea că rețeta ce stă la baza lui este 100% românească, transmisă din moși strămoși. Există în alte țări europene deserturi ce poartă diverse nume și sunt mai mult sau mai puțin asemănătoare, așa cum există variațiuni ale rețetei de papanashi chiar în România. Sunt păreri conform cărora acest desert a ajuns în bucătăria românească pe filiera austro-ungară. Cu toate acestea, rețeta a fost adaptată iar modul de prezentare pare a fi românesc, făcând din acest desert unul tradițional, apreciat și de străinii care ne vizitează țara. Cu un rezultat care poate fi extrem de gustos, nici nu mai contează de unde vine rețeta.



material realizat de:
Uță Georgiana Lidia, clasa a X-a E

GALERIE FOTO



Pictura pe sticlă, o experiență de neuitat

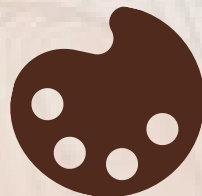
Printre alte activități educative desfășurate în școala noastră, am avut ocazia să pictăm icoane pe sticlă, sub îndrumarea profesorilor educatori. Pentru mine și colegile mele, a fost o experiență nouă, dar și interesantă, prin care am descoperit o tradiție veche din țara noastră.

Am aflat că icoanele pe sticlă erau realizate pentru oamenii fără posibilități, deoarece erau mai ușor de făcut decât cele pe lemn, mai ieftine și ușor de copiat după un model dat. Astfel, ele ajungeau mai ușor în casele tuturor. Ne-a plăcut ideea că lucrăm și noi într-o tehnică atât de veche și că ducem mai departe un obicei tradițional.



Am învățat că pictura pe sticlă presupune mai mulți pași. Mai întâi, sticla trebuie pregătită cu grijă, curățată bine, ca să nu rămână urme de murdărie. Apoi realizăm desenul cu negru, după un model ales. Este o etapă importantă, pentru că de acest contur depinde felul în care va arăta icoana la final.

După ce conturul este gata, începe partea care mie îmi place cel mai mult: colorarea. Spre deosebire de pictura obișnuită, icoanele pe sticlă se pictează pe spatele sticlei, la fel ca desenul, iar culorile se aplică pe rând. Trebuie să avem răbdare și atenție, pentru că ordinea contează foarte mult. Un moment special este lipirea foiței aurii, care dă icoanei un aspect luminos și deosebit. La final, adăugăm rama. Am învățat că și rama poate fi pictată și devine parte din icoană, nu doar un simplu suport. Astfel, întreaga lucrare capătă un sens și o frumusețe aparte.



Pentru mine, această experiență nu a fost doar despre a învăța să pictez. A fost și despre răbdare, despre liniște și despre a face ceva frumos împreună cu celelalte fete. În timp ce lucrăm, vorbim, ne ajutăm și ne încurajăm. Chiar dacă suntem într-un loc închis, prin ceea ce facem simțim că putem crea ceva care depășește zidurile din jurul nostru.

Pictura pe sticlă m-a făcut să înțeleg că fiecare lucru frumos are nevoie de timp și de atenție. Și, poate cel mai important, m-a ajutat să cred că și noi putem schimba ceva în noi, pas cu pas, la fel cum construim o icoană, culoare cu culoare.

Negru Lorena, clasa a X-a E
Prof. îndrumător : Nica Dan Șerban

Simfonia orelor

Există dimineți în care școala nu începe cu sunetul clopoțelului, ci cu o vibrație invizibilă, ca și cum aerul ar fi acordat într-o tonalitate secretă. Coridoarele devin culoare sonore, iar fiecare clasă o scenă pe care se desfășoară, fără repetiții, un concert al cunoașterii. Dacă am avea urechi pentru toate zgomotele, am înțelege că orarul nu este altceva decât un playlist atent construit.

Matematica intră prima, precisă și rece, ca o partitură scrisă în simboluri perfecte. Nu există loc pentru improvizație aici, doar rigoare, echilibru și o frumusețe abstractă care scapă celor grăbiți. Este muzica ordinii universale, un fel de simfonie a logicii, unde fiecare formulă cade exact acolo unde trebuie, ca o notă imposibil de mutat.

Apoi vine literatura, și totul se schimbă. Ritmul devine fluid, sensurile se multiplică, iar cuvintele capătă ecou. Este o melodie care nu se ascultă, ci se trăiește uneori melancolică, alteori optimistă. Fiecare text este o strofă deschisă interpretării, iar fiecare elev, fără să știe, devine interpret.

Geografia aduce cu sine un refren de depărtări. E o muzică largă, aerisită, care miroase a vânt și a orizont. În ea se aud pași pe continente, foșnet de păduri tropicale și liniștea înghețată a polilor. Este poate singura oră în care mintea evadează legitim, fără să fie acuzată de visare.

Istoria este o muzică a memoriei colective, în care vocile trecutului nu au tăcut niciodată cu adevărat. În fiecare lecție se ascunde o lecție despre fragilitatea prezentului.

Informatica rupe ritmul clasic și introduce un beat mecanic, repetitiv, hipnotic. Este muzica viitorului apropiat și depărtat, unde creativitatea se exprimă în limbaje sintetice. Aici, tăcerea nu e lipsă de sunet, ci procesare.

Educația fizică explodează ca un refren eliberator. Este singura oră în care corpul devine instrument, iar oboseala este dovada că ai participat cu adevărat.

Iar arta... arta nu respectă nicio regulă. Este o improvizație continuă, un solo nesfârșit în care fiecare culoare sau linie devine sunet.

La finalul zilei, când „concertul” se încheie, rămâne o liniște ciudată. Dar dacă asculți atent, îți dai seama că nu e liniște, ci o pauză între două piese. Pentru că școala, în esența ei, nu este un loc, ci o compoziție în devenire. Iar noi, fie că vrem sau nu, suntem parte din orchestra ei.

Vizitiu Doinița, clasa a X-a E
prof. îndrumător: Bărbulescu Diana Maria

PLAYLIST-UL UNEI ZILE DE ȘCOALĂ

Te-ai gândit vreodată că fiecare disciplină are propriul ei „soundtrack”? Dacă orele de la școală ar fi însoțite de muzică, unele ar suna relaxant, altele alert, iar unele... pur și simplu imprevizibil. Eu cred că așa ar arăta o zi de școală transformată într-un playlist!

Matematica - „Counting Stars” - OneRepublic

Limba și literatura română - „Story of My Life” - One Direction

Geografia - „On Top of the World” - Imagine Dragons

Chimia - „Radioactive” - Imagine Dragons

Istoria - „Believer” - Imagine Dragons

Informatica - „Technologic” - Daft Punk

Educația fizică - „Eye of the Tiger” - Survivor

Educația plastică - „Firework” - Katy Perry



Moldovan Dorel Ionuț, clasa a XII-a



POLUAREA APEI O PROBLEMĂ GLOBALĂ CU EFECTE LOCALE

Conform Școlii de Sănătate Publică de la Harvard, „poluarea apei este contaminarea surselor de apă cu substanțe care o fac inutilizabilă pentru băut, gătit, curățat, înotat și alte activități”.

Această situație apare atunci când poluanți precum bacterii, gunoaie, substanțe chimice și paraziți ajung în sursele de apă, contaminându-le. Atunci când apa este afectată, devine nepotrivită și dăunătoare atât pentru oameni, cât și pentru viața acvatică.

Există multe tipuri diferite de poluare a apei, cauzate de surse variate. Nu le vom enumera pe toate, dar iată câteva dintre principalele tipuri de poluare a apei pentru a înțelege conceptul mai bine.

- Poluarea apelor subterane apare atunci când apa care provine din scoarța Pământului devine contaminată de prezența unui poluant. Acești poluanți provin în mod obișnuit de la suprafață, dar pătrund în sol odată cu apa de ploaie.
- Poluarea apelor de suprafață apare atunci când sursele de apă situate la suprafața Pământului sunt poluate. Acestea includ lacuri, râuri, oceane, lagune.
- Poluarea chimică este cea mai comună formă de poluare a apei și apare atunci când substanțe chimice ajung în apele subterane sau de suprafață, contaminându-le.
- Poluarea cu materie în suspensie apare atunci când anumiți poluanți (cutii, paie, etc.) ajung în apă și sunt prea mari pentru a se dizolva în ea. Aceștia plutesc la suprafața apei, formând un strat sau se scufundă la fundul apei. În ambele cazuri, poluanții afectează viața marină.
- Poluarea cu substanțe nutritive. După cum indică și numele, acest tip de poluare a apei se referă la excesul de substanțe nutritive care ajung în apă, cum ar fi azotul și fosforul. Acest lucru duce la o creștere rapidă a algelor și vegetației care pot contamina apa.



Cauzele poluării apei

Numeroase activități umane pot contribui la poluarea apei și este important să fim conștienți de ele pentru a avea grijă de mediul înconjurător în viitor. Iată câteva dintre principalele cauze ale poluării apei.

- *Scurgerile de petrol* care se produc în principal din cauza unor accidente, cum ar fi incidentele cu nave petroliere sau spargerea conductelor. Riscul unor astfel de evenimente există oriunde se extrage, utilizează sau transportă petrol.
- *Agricultura joacă* un rol important în poluarea apei. 70% din consumul global de apă este atribuit agriculturii. Aceasta provoacă poluarea apei prin activități precum creșterea animalelor și întreținerea solului, care eliberează nutrienți și deșeuri în apă. Zonele dense de agricultură pot contribui, de asemenea, la deficitul de apă.
- *Deșeurile industriale.* Zonele industriale generează substanțe chimice toxice și poluanți care pot contamina apa.
- *Apele uzate și canalizarea.* Potrivit Națiunilor Unite, „peste 80% din apele uzate se întorc în ecosistem fără a fi tratate sau refolosite.” Apele uzate provenite din gospodării sunt deversate în sursele de apă, ceea ce reprezintă o problemă în cazul în care acestea conțin substanțe chimice sau bacterii dăunătoare.

Consecințele poluării apei asupra mediului

În adâncurile mărilor există o întreagă lume vie! Poluarea oceanelor, lacurilor și lagunelor înseamnă poluarea caselor tuturor organismelor care trăiesc acolo. Substanțele chimice eliberate în apă sunt o amenințare pentru toate speciile marine, la fel cum sunt și deșeurile, precum sacii și sticlele de plastic.

Dar problema nu se oprește aici. Echilibrul ecosistemului este sensibil și dificil de menținut, deoarece toate viețuitoarele : animale, fungi, plante interacționează într-un mod sau altul. Așadar, poluarea apei declanșează un efect de bulgăre de zăpadă care nu afectează doar viața marină, ci întregul ecosistem și planeta.

Consecințele poluării apei asupra sănătății

Poluarea apei are, de asemenea, un impact asupra sănătății noastre, a celor care trăiesc deasupra nivelului mării. Consumul de apă contaminată sau tratată insuficient poate duce la probleme grave de sănătate și boli. Unele probleme de sănătate care ar putea fi efecte ale poluării apei sunt boli precum holera, tifosul, hepatita A și diareea.

Consumul apei nesigure reprezintă o amenințare serioasă pentru sănătatea noastră. Avem nevoie de apă pentru a supraviețui, așa că este esențial să ne asigurăm că, în special apa potabilă, dar și apa cu care ne spălăm și curățăm, este tratată și nepoluată în beneficiul planetei, biodiversității și tuturor celor din jurul nostru.

„Apa nu este doar un lichid este memoria vieții. Când o poluezi, nu rănești doar natura, ci ștergi încet viitorul din propria ta lume.”

Măsuri de prevenire a poluării apei

Poate că cea mai eficientă metodă de reducere a efectelor deșeurilor toxice asupra sănătății umane și a mediului ar fi eliminarea producției acestora. Toxinele pot fi reduse prin înlocuirea unor produse, cu alternativele lor nepoluante. Procesele de producție eficiente și întreținerea corespunzătoare a mașinilor reduc, de asemenea, toxinele. Unele deșeuri, cum ar fi metalele grele, pot fi reciclate, ceea ce poate diminua atât cantitatea de toxine necesare în procesul de producție, cât și costurile producătorului.

De asemenea, ține de fiecare persoană în parte să ajute la reechilibrarea acestei balanțe astfel:

- nu vărsa grăsimea sau uleiul cu care gătești direct în chiuvetă sau în WC. Încearcă să ai un borcan special de depozitare și lasă-l în pubelele de gunoi când este plin;
- nu folosi toaleta pe post de coș de gunoi. Evită să arunci în ea pad-uri demachiante sau șervețele umede;
- folosește mașina de spălat rufe numai atunci când cuva este plină;
- asigură-te că utilizezi o cantitate minimă de detergent atunci când speli haine și vase;
- cumpără recipiente doar biodegradabile;
- evită pe cât de posibil utilizarea plasticului;
- sortează resturile menajere;
- aruncă baterii și becuri doar la pubelele special amenajate pentru ele;
- dacă vizitezi o zonă în care există un lac, un râu sau un ocean în apropiere, nu arunca niciun fel de gunoi în sau lângă apă.

Așadar este foarte important să ții cont de toate aceste lucruri și să nu participi activ la poluarea apelor naturale

Poluarea apei pare o problemă destul de mare, uneori chiar copleșitoare. Cu toate acestea, există încă modalități prin care putem acționa pentru a reduce poluarea apei. Indiferent cât de mici, toate aceste contribuții se adună și pot avea un impact semnificativ.



Bărbulescu Robert, clasa a X-a E
Prof . îndrumător: Murtaza Laura Cornelia



CONSILIERE ȘI ORIENTARE

În acest capitol se regăsesc creațiile și contribuțiile elevilor realizate în cadrul activităților de Consiliere și orientare, oferind un spațiu dedicat autocunoașterii, dezvoltării personale și explorării diferitelor parcursuri educaționale și profesionale. Cititorii vor descoperi aici articole de reflecție personală, texte confesive, materiale informative despre gestionarea emoțiilor, precum și prezentări ale unor activități educative și ale unor meserii, toate realizate de și împreună cu elevii.

Sunt incluse articole variate, precum „La oglindă”, care prezintă o activitate de consiliere și dezvoltare personală cu valențe creative; „Copilul interior neacordat”, un text de autocunoaștere și reflecție personală; „Where Love Doesn’t End (Dear Heaven)”, un text epistolar în limba engleză cu caracter intim și emoțional; „Gestionarea stresului”, un articol informativ și explicativ despre reacțiile și efectele stresului; precum și „În culisele meseriilor: bucătar, frizer, mecanic”, un articol de orientare în carieră care prezintă profesii practice și rolul lor în viața de zi cu zi.

Pentru realizarea acestor materiale, elevii beneficiază de resursele puse la dispoziție de cabinetul de terapii specifice.

Secțiunea evidențiază interesul elevilor pentru cunoașterea de sine, înțelegerea emoțiilor, dezvoltarea abilităților de comunicare și orientarea în carieră, contribuind la formarea unor tineri echilibrați și bine informați.



„Dacă-ți place ceea ce faci, nu vei munci nicio singură zi din viața ta.”
— Confucius



La oglindă

„Iată-mă! Tot eu cea veche!
Ochii? hai, ce mai pereche!
Și ce cap frumos răsare!
Nu-i al meu? Al meu e oare?
Dar al cui! Și la ureche
Uite-o floare.

Mă gândeam eu că-s frumoasă!
Dar cum nu! Și mama-mi coasă
Șorț cu flori, minune mare
Nu-s eu fată ca oricare:
Mama poate fi făloasă
Că mă are.”

În cadrul unei activități educative cu valențe artistice și formative, elevele au explorat motivul oglinzii, pornind de la poezia „La oglindă” de George Coșbuc. Momentul a debutat cu interpretarea cântecului inspirat din acest text liric, facilitând o apropiere sensibilă de universul interior al operei.

Din perspectivă literară, poezia surprinde procesul devenirii și al conștientizării de sine, oglinda devenind un simbol al reflecției interioare, al identității și al trecerii de la inocență la maturizare. Privirea în oglindă nu este doar un gest exterior, ci o incursiune în propriul eu, marcată de emoție, curiozitate și uneori vulnerabilitate.

În continuarea activității, elevele au realizat oglinzi din folie de aluminiu, transformând un obiect simplu într-un instrument simbolic. Din perspectivă terapeutică, acest exercițiu a încurajat autocunoașterea, exprimarea creativă și acceptarea propriei imagini, contribuind la consolidarea stimei de sine și la dezvoltarea unei relații pozitive cu propria identitate.

Activitatea a evidențiat armonios legătura dintre literatură, artă și dezvoltare personală, oferind un spațiu sigur de reflecție și exprimare autentică.

prof. Bărbulescu Diana Maria Loredana

"Rămas Bun!

Mi-ar fi plăcut să vă privesc în ochi atunci când ne luăm rămas bun deoarece după cum știți îmi este destul de greu să pun ceea ce gândesc în rânduri pe hârtie și ar fi fost ceva mai ușor în cuvinte dar esența este aceeași. Vreau să vă mulțumesc pentru că m-ați ajutat de multe ori pe parcursul pedepsei și întotdeauna m-ați tratat bine, cu înțelegere, amabilitate și respect, ați făcut abstracție de fapta mea și de defectele mele și cu ajutorul vostru am putut să mă dezvolt și să mă înțeleg mai bine atât pe mine cât și pe cei din jurul meu. Școala a fost cea mai bună parte a detenției și știu că mergând la școală cât de des am putut am avut doar de câștigat atât eu cât și colegii mei deținuți (cei care au fost dispuși să învețe ceva)

Îmi pare rău că se termină așa brusc îmi este dor de voi și acum iar pe Tichilești îmi va fi și mai dor [...]

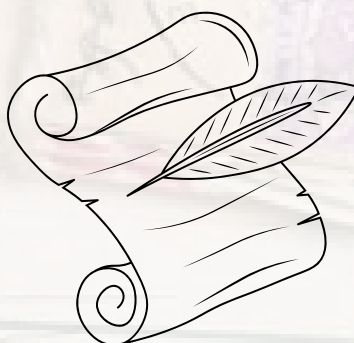
Oricum, nu sunt prea bun la scrisori dar am vrut să știți că sunt recunoscător și că vă doresc mult succes și prosperitate!

Rămas Bun!"

Gherman Alexandru clasa a XII-a

Despărțirile sunt întotdeauna grele, dar sfârșitul unei povești, atâta timp cât privim spre viitor, este începutul alteia. Dorim celor care ne-au trecut pragul și celor care urmează să o facă, mult succes, echilibru și speranță!

prof. coordonator Traistă Ion Vasilică



Where Love Doesn't End



Dear Heaven,

I don't know if this letter will ever reach you, or if words written here can cross the distance between what is seen and what is only felt. And yet, I write. Not because I am certain you will answer, but because some silences become too heavy, and the only way to carry them is to give them a voice. If you can, please find my mother and tell her that she is still present in my life, in ways that go beyond memory. Time has passed, but her absence has not become easier, it has only become quieter, more subtle, woven into the fabric of my everyday existence.

There is a strange transformation that happens when someone you love is no longer here. The world does not stop. People continue their lives, days move forward, and everything seems, at first glance, unchanged. But for you, something fundamental shifts. The same places feel different. The same moments carry a different weight. What once felt complete now feels slightly unfinished, as if something essential is missing, even when everything appears whole.

I find her in unexpected places. In the tone of my own voice when I speak with kindness. In the decisions I make when I choose patience over anger. In the quiet strength I didn't know I possessed until life demanded it from me. She is no longer beside me, and yet, she has never truly left. When I was younger, I thought love was something visible, something you could hear, touch, or clearly recognize. Now I understand that the deepest kind of love is often the one that remains when everything else is gone. It does not depend on presence, and it does not disappear with absence. It changes form, becoming something silent, but constant.

There are moments when I still expect her to be there. Moments when I want to turn around and tell her something, something small, something unimportant to anyone else, but meaningful to me. And in those moments, reality feels sharper, not cruel, but undeniable. I have learned that grief is not a single feeling. It is not just sadness. It is memory, longing, love, and silence, all at once. It does not fade; it evolves. Some days it is a quiet presence in the background, and other days it returns with a force that reminds me how deep love can reach.

And yet, within that grief, there is something else, something steady. Gratitude, for having known her, for having been shaped by her and for carrying forward the parts of her that time cannot erase. Dear Heaven, if she can see me, I hope she understands that I am trying. Not to replace what was lost, because that is impossible, but to honor it. To live in a way that reflects everything she gave me, even in her absence.

Tell her that I have not forgotten. Not her voice, not her presence, not the way she made the world feel safe. Tell her that she is still my measure of love, my definition of strength, and my quiet source of courage.

Because I have come to understand something that no one ever truly explains: love does not end when life does. It changes, it deepens, it becomes invisible to the eye, but it remains, just as real, just as powerful. And maybe that is what connects us still not memory alone, but something stronger, something that does not depend on time or distance. So if you find her, don't just tell her that I miss her, also tell her that she is still here, in me, in everything I am becoming.

Singurelu Vasile, clasa a XII-a
Prof. îndrumător: Ică Elena Alina



GESTIONAREA STRESULUI

prof. Hoară Simona

Stresul este o trăsătură umană universală, care implică o interacțiune sofisticată între modul în care corpurile și mințile noastre reacționează la presiunile și provocările externe. În esență, stresul funcționează ca un răspuns natural, pregătind indivizii să înfrunte sau să gestioneze amenințările percepute. Coordonarea complexă dintre sistemul nervos și răspunsurile hormonale dă naștere binecunoscutului răspuns de „luptă sau fugi”, un instinct primar de supraviețuire care predispune indivizii să acționeze imediat atunci când se confruntă cu pericolul.

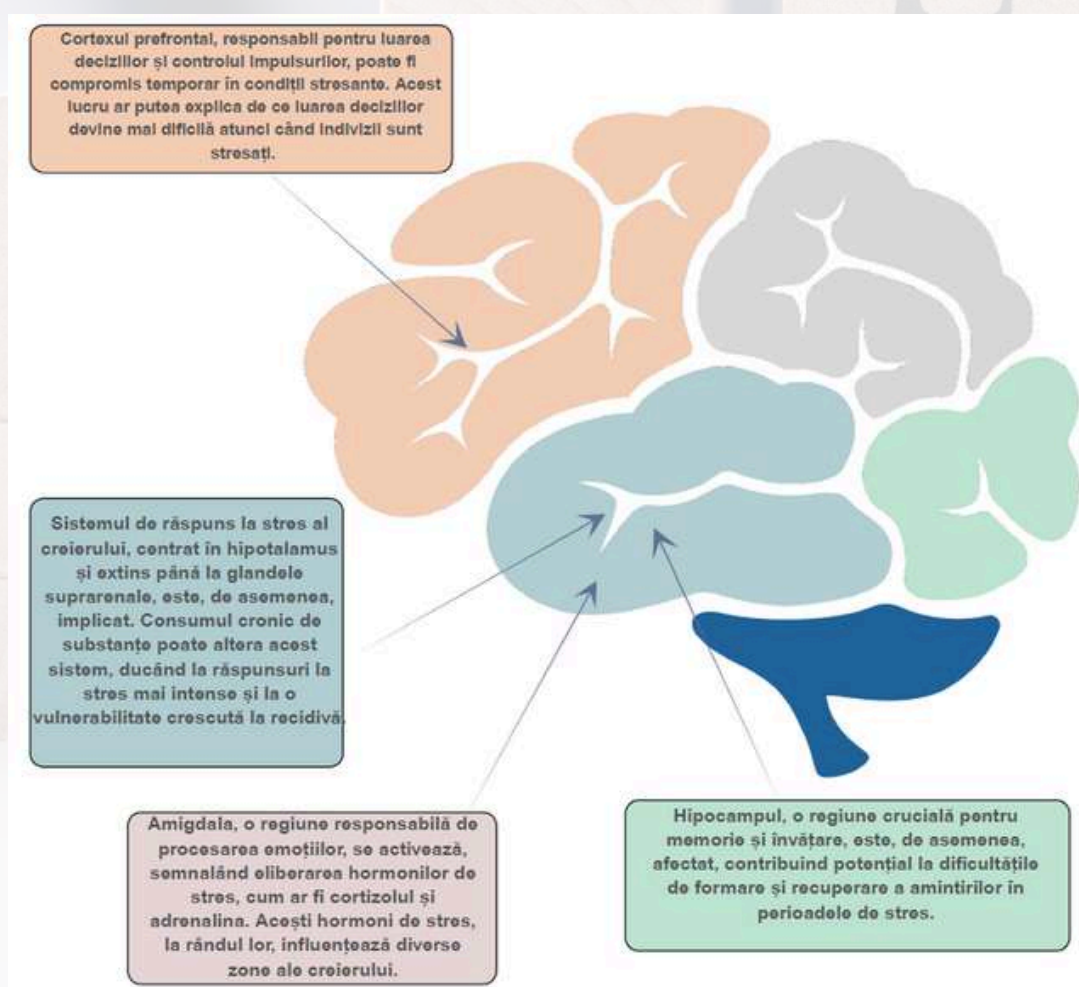
Stresul este mai mult decât o simplă senzație de presiune; este modul în care organismul se adaptează la situații care necesită adaptare sau reacție. Este o forță dinamică cu efecte atât pozitive, cât și negative. Stresul devine problematic atunci când intensitatea sau durata sa depășește capacitatea unui individ de a se adapta. Este esențial să înțelegem că factorii stresori - adică ceea ce cauzează stresul - pot lua multe forme, de la probleme cotidiene, cum ar fi ambuteiajele, până la evenimente majore din viață, cum ar fi mutarea sau schimbarea locului de muncă. Prin urmare, stresul apare ca un aspect nuanțat și omniprezent al existenței umane, necesitând abordări personalizate pentru o gestionare eficientă.

Distincția dintre stresul acut și cel cronic oferă o perspectivă asupra momentului și naturii experiențelor stresante. Stresul acut este un răspuns scurt la un factor de stres imediat, mobilizând resursele organismului pentru o provocare specifică, limitată în timp. Aceasta ar putea implica un termen limită strâns, o discuție neașteptată sau o întrerupere trecătoare. În schimb, stresul cronic se manifestă pe o perioadă prelungită, rezultând adesea din expunerea persistentă la factori de stres fără o ameliorare suficientă. Impactul cumulativ al stresului cronic poate avea un impact semnificativ asupra sănătății mintale și fizice, contribuind la afecțiuni precum probleme cardiovasculare, afectarea funcției imunitare și tulburări de sănătate mintală. Recunoașterea diferențelor subtile dintre stresul acut și cel cronic este crucială pentru adaptarea strategiilor de gestionare a stresului la nevoile specifice ale diferitelor situații și indivizi.



Stresul are un impact profund asupra funcționării complexe a creierului, modelând atât structura, cât și funcția acestuia. Atunci când creierul percepe un factor de stres, fie că este vorba de un termen limită strâns, o ceartă sau un eveniment dificil din viață, acesta activează o serie de răspunsuri pentru a ajuta organismul să facă față. Rețeaua de comunicare a creierului, care implică neurotransmițători precum serotonina și dopamina, poate fi perturbată de stresul cronic, afectând starea de spirit și bunăstarea mentală generală. Înțelegerea relației dintre stres și creier subliniază importanța unor strategii eficiente de gestionare a stresului nu numai pentru sănătatea mintală, ci și pentru menținerea funcției cognitive și a rezilienței emoționale. Stresul cronic poate duce la modificări structurale ale creierului. În timp, expunerea continuă la hormonii stresului poate provoca remodelarea rețelei neuronale, în special în regiunile asociate cu reglarea emoțională. Acest lucru poate contribui la o susceptibilitate crescută la anxietate și tulburări de dispoziție.

Înțelegerea cauzelor stresului în viața ta este un pas crucial pentru gestionarea eficientă a stresului. Reflecția asupra acestor factori declanșatori te poate ajuta să dezvolți strategii specifice pentru a face față stresului mai eficient. Acordă-ți timp să reflectezi asupra situațiilor sau factorilor care îți provoacă în mod constant stres. Fii sincer și specific cu privire la ceea ce declanșează răspunsul tău la stres.



Copilul interior neacordat

Chiar și acum, în viața adultului grăbit și preocupat, copilul interior trăiește în mine, ca o scânteie care refuză să se stingă. Îl abordez deseori pe copilul din mine, nu ca pe o amintire vagă, ci ca pe un companion viu care mă însoțește la fiecare pas. Este copilul care râdea fără reținere, care plângea cu aceeași sinceritate, care se minuna de fiecare frunză, fiecare zbor de pasăre, fiecare rază de soare.

Copilul din mine îmi amintește că, indiferent de câte greutateți voi întâlni, libertatea adevărată începe în interior: în felul în care aleg să iubesc, să sper și să mă bucur de fiecare clipă. Într-o lume care cere pragmatism, el păstrează intact visul pur. Îmi amintește că iubirea nu trebuie calculată, prietenia nu trebuie condiționată, iar bunătatea nu trebuie ascunsă. În el găsesc răspunsul la întrebările pe care viața le ridică fără milă: cum să continui, cum să sper, cum să nu renunți la tine însuși. Mai mult decât atât, copilul meu este un ghid în a mă înțelege pe mine însumi. Îmi arată că a fi puternic nu înseamnă a fi impasibil, ci a-ți permite să simți, să greșești, să te ridici și să mergi mai departe. El mi-a arătat că fiecare emoție, chiar și cea dureroasă, poate deveni lumină dacă o privesc cu ochii curioși ai copilului. Astăzi, îl port mereu cu mine. Nu ca pe un ecou îndepărtat, ci ca pe un tovarăș care mă învață să privesc viața cu ochi deschiși, cu inima deschisă, cu sufletul viu. Copilul din mine este și o lecție despre curajul de a visa.

El este vocea care-mi amintește că viața adevărată se simte cu sufletul, nu doar cu mintea. Copilul acesta nu cunoaște granițele timpului sau ale fricii. În lumea lui, fiecare obiect simplu devine o comoară, fiecare întâmplare este o aventură. Am descoperit de la el că bucuria nu trebuie căutată în lucruri mari, ci în detalii: mirosul ploii după o zi călduroasă, foșnetul frunzelor sub pași, sunetul râsului altcuiva.

Am învățat de la el să păstrez speranța și bucuria. În momentele de singurătate sau tristețe, copilul din mine vorbește fără cuvinte. Îmi arată că nu sunt singur, că există un spațiu în mine unde timpul nu poate deteriora inocența, unde râsul rămâne pur și nepătat de mâhniri. El mă încurajează să îmi asum emoțiile, să le privesc cu blândețe, să le îmbrățișez și să le las să curgă, fără teama de judecată sau pierdere. Când eram copil, visam fără limite. În acele clipe, eram liber, chiar și în împrejurări grele. În fiecare temere ascunsă, copilul meu găsea curajul să înfrunte necunoscutul. El m-a învățat că imaginația nu are ziduri și că, deși lumea poate fi crudă, inima poate rămâne deschisă. Chiar și acum, când responsabilitățile și greutatețile zilei mă strivesc uneori, simt că acel copil încă știe să găsească o scăpare, un colț de lumină în întuneric.

Mereu alături de copilul din mine, știu că nu voi rătăci drumul. Pentru că el nu mă lasă niciodată singur, și prin ochii lui, lumea rămâne un loc plin de magie, curiozitate și speranță. Și poate că acesta este cel mai important dar pe care copilăria ni-l oferă: amintirea că, indiferent de vârstă, inima noastră poate rămâne mereu vie și liberă. A fi adult nu înseamnă să uiți de copil, ci să-l ții aproape, să-i ascuți glasul atunci când deciziile lumii te presează și să-i lași inimii libertatea să se joace, să viseze, să creadă. Iar eu, ori de câte ori simt oboseala sau tristețea lumii mari, îl găsesc pe copilul din mine. Îl găsesc în zâmbetul meu, în ochii mei, în felul în care mă bucur de soare sau de vânt, în felul în care aleg să iubesc fără rezerve.

Răfăilă Renato Daniel Ionuț, clasa a VI-a B

Prof. îndrumător: Hoară Simona

Cartea mea de vizită

Ce ar trebui să conțină o carte de vizită

Crearea unei cărți de vizită reușite implică un echilibru între informațiile esențiale, un design atractiv și o calitate superioară a materialelor din care este confecționată. O carte de vizită trebuie să fie memorabilă și să reprezinte profesionist afacerea sau persoana respectivă.

Iată câțiva pași pentru realizarea unei cărți de vizită de succes:

1. Informațiile

Nu aglomerați cartea de vizită cu prea multe detalii. Concentrați-vă pe informațiile cheie:

- Numele și prenumele: Elementul principal, scris vizibil.
- Titlul sau rolul profesional: Ce faceți (ex: "Graphic Designer", "Consultant Financiar").
- Numele companiei și logo-ul: Pentru identitate vizuală.
- Date de contact: Număr de telefon, e-mail profesional, site web.
- Elemente opționale: Adresa fizică (dacă este relevantă), cod QR către portofoliu sau LinkedIn.

2. Aspectul Vizual

- Mai puțin înseamnă mai mult: Evitați aglomerarea designului, un spațiu alb sau gol ajută la lizibilitate.
- Culori și fonturi: Folosiți culori care se potrivesc cu brandingul companiei și fonturi lizibile (nu prea mici sau complicate).
- Forme și materiale premium: Luați în considerare materiale de calitate, finisaje speciale (mat/lucios) sau chiar forme neconvenționale pentru a ieși în evidență, în special în domenii creative.

Specificații Tehnice

- Dimensiuni standard: dimensiune comună este 90/50mm, deși 85/55mm este, de asemenea, populară în România.
- Margini de tăiere: lăsați întotdeauna o margine de tăiere de 2-3 mm pentru a evita apariția unor linii albe nedorite la tăierea fizică.

3. Instrumentele de Creare

Puteți realiza cărți de vizită personalizate folosind:

- Platforme online: Multe site-uri oferă șabloane gratuite și posibilitatea de a comanda direct (ex: Canva).
- Microsoft Publisher/Word: Ideal pentru crearea propriilor modele, folosind șabloane predefinite.
- Programe de design: Adobe Illustrator sau Photoshop pentru control creativ total.

Alte sfaturi pentru un impact maxim

- Calitatea tiparului: O carte de vizită subțire sau de proastă calitate oferă o impresie neprofesionistă. Alegeți un carton mai gros (ex: peste 300g).
- Creativitatea: Utilizați imagini sau un design care reflectă personalitatea firmei tale.
- Verificarea finală: Asigurați-vă că nu există greșeli de tipar (nume, telefon, site) înainte de a trimite la tipar.

„În culisele meseriilor: bucătar, frizer, mecanic”

Bucătar

Activități: pregătește mâncăruri, stabilește meniuri, respectă rețete, organizează ingredientele și menține curățenia în bucătărie.

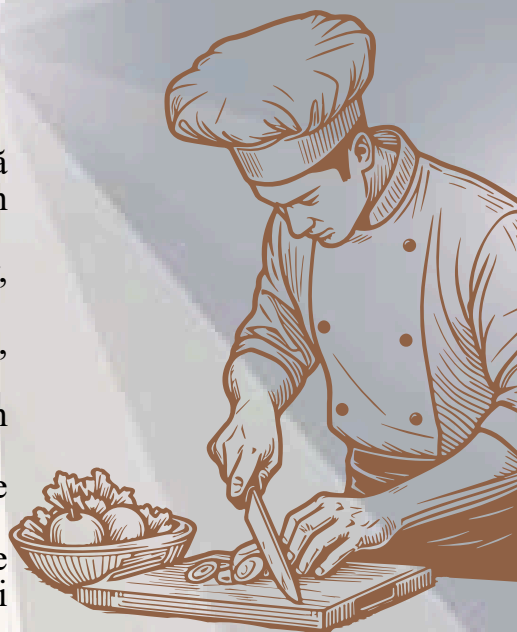
Instrumente de lucru: cuțite profesionale, tigăi, oale, cuptor, ustensile de gătit.

Vestimentație: uniformă de bucătar (bonetă, halat, șorț), mănuși.

Program de lucru: în ture (dimineața/seara), inclusiv în weekend.

Salariu: mediu, poate crește în funcție de experiență și locul de muncă.

Reguli de siguranță: respectarea igienei, atenție la obiecte ascuțite și suprafețe fierbinți, păstrarea alimentelor în condiții corespunzătoare.



Frizer

Activități: tunde părul clienților, aranjează și coafează diferite tipuri de coafuri, spală și îngrijește părul, oferă consiliere privind stilul potrivit fiecărui client.

Instrumente de lucru: foarfecă profesională, mașină de tuns, piepteni, uscător de păr, produse cosmetice (șampon, fixativ, vopsea).

Vestimentație: halat sau uniformă de lucru, uneori șorț de protecție, încălțăminte comodă.

Program de lucru: de obicei 8 ore/zi, uneori și în weekend, în funcție de programările clienților.

Salariu: mediu, cu posibilitatea de creștere prin experiență, clienți fideli și servicii suplimentare.

Reguli de siguranță: respectarea igienei (dezinfectarea instrumentelor), atenție la utilizarea foarfecelor și aparatelor electrice, protejarea pielii și a scalpului clienților în timpul tratamentelor.



Mecanic auto

Activități: repară și întreține mașini, schimbă piese, verifică motorul și sistemele auto.

Instrumente de lucru: chei, truse de scule, elevator auto, aparate de diagnosticare.

Vestimentație: salopetă, mănuși de protecție.

Program de lucru: 8 ore/zi, uneori suplimentar în perioade aglomerate.

Salariu: mediu, poate crește în funcție de experiență și numărul de clienți.

Reguli de siguranță: utilizarea corectă a sculelor, atenție la substanțe periculoase, asigurarea mașinii înainte de intervenții.



OM ȘI SOCIETATE



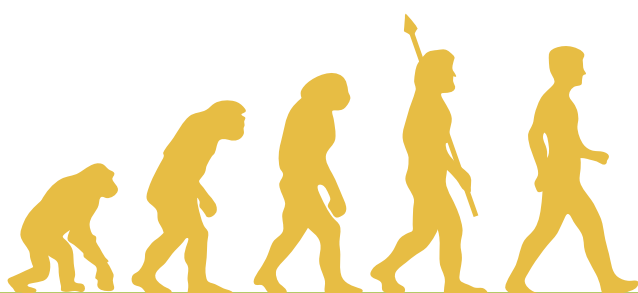
Acest capitol evidențiază implicarea elevilor în activități și proiecte specifice ariei curriculare „Om și societate”, punând accent pe dezvoltarea spiritului civic, a gândirii critice și a valorilor sociale și culturale. Materialele reunite reflectă preocupările și perspectivele elevilor în cadrul disciplinelor istorie, geografie, cultură civică, educație socială și religie, prin activități menite să încurajeze colaborarea, comunicarea și înțelegerea lumii în care trăim.

Spațiile școlii oferă elevilor cadrul necesar pentru desfășurarea acestor activități și realizarea materialelor prezentate.



„Omul este prin natură o ființă socială.”

– Aristotel



CURIOZITĂȚI DESPRE UNII DOMNITORI

Istoria României este plină de domnitori curajoși, strategii pricepuți și personalități puternice. Dincolo de imaginea serioasă prezentată în manuale, mulți dintre acești conducători aveau obiceiuri neobișnuite, pasiuni interesante sau chiar momente amuzante care îi fac mai... umani.

Un exemplu celebru este Ștefan cel Mare, cunoscut pentru numeroasele sale lupte și victorii. Se spune că, după fiecare bătălie câștigată, acesta ridica o biserică. Totuși, mai puțini știu că era și o persoană cu simțul umorului și că aprecia mesele bogate alături de oștenii săi, unde atmosfera devenea uneori veselă și plină de voie bună.

Mihai Viteazul, primul domnitor care a unit cele trei țări românești, era cunoscut pentru statura sa impunătoare și curajul său. Există relatări care spun că impresiona atât de mult prin prezență, încât adversarii deveneau intimidați înainte de luptă. În același timp, era apreciat de soldați pentru faptul că știa să glumească și să le ridice moralul în momente dificile.

Un domnitor cu o personalitate aparte a fost Vlad Țepeș. Deși este cunoscut pentru metodele sale dure de pedeapsă, există și anecdote care îl prezintă într-o lumină diferită. Se spune că aprecia ordinea atât de mult, încât lăsa uneori o cupă de aur în mijlocul drumului, fără ca cineva să îndrăznească să o fure – un exemplu... mai puțin obișnuit de „disciplina publică”.



Alexandru Ioan Cuza, domnitorul care a realizat Unirea Principatelor Române, era cunoscut pentru spiritul său modern și apropierea față de oameni. Se povestește că obișnuia să se deghizeze și să iasă printre cetățeni pentru a vedea cum trăiesc aceștia cu adevărat. Uneori, aceste ieșiri duceau la situații amuzante, când oamenii nu știau că stau de vorbă chiar cu domnitorul.

De asemenea, Constantin Brâncoveanu era renumit pentru eleganța și rafinamentul său. Curtea sa era una dintre cele mai luxoase din acea vreme, iar domnitorul avea o pasiune pentru hainele fine și bijuteriile prețioase.

Aceste curiozități ne arată că, dincolo de paginile de istorie, domnitorii români au fost oameni cu personalități complexe, cu momente serioase, dar și cu trăsături care îi apropie de noi. Istoria devine astfel mai interesantă și mai ușor de înțeles atunci când descoperim și partea ei... amuzantă.

În concluzie, domnitorii români nu au fost doar figuri istorice importante, ci și personaje pline de viață, ale căror povești merită descoperite și povestite mai departe.

Damian Remus Pavelică, clasa a VI-a A
Prof. îndrumător: Tașcu-Stavre Minodora

Tradiții și obiceiuri pascale din diferite regiuni ale României



Paștele este una dintre cele mai importante sărbători religioase din România, fiind încărcat de semnificații spirituale, dar și de tradiții și obiceiuri transmise din generație în generație. Fiecare regiune a țării păstrează ritualuri specifice, care reflectă bogăția culturală și diversitatea folclorică românească.

În Bucovina, tradițiile pascale sunt deosebit de spectaculoase. Încondeierea ouălor este o adevărată artă, realizată cu multă migală și simbolism. Modelele folosite – precum soarele, crucea sau spicul grâului – transmit mesaje despre viață, credință și natură. De asemenea, în noaptea de Înviere, credincioșii merg la biserică îmbrăcați în costume populare, ducând coșuri cu bucate pentru a fi sfințite.

În Maramureș, tradițiile sunt păstrate cu sfințenie. Oamenii merg la biserică încă din zorii zilei de Paște, iar apoi participă la masa festivă alături de familie. Un obicei interesant este stropitul fetelor cu parfum în a doua zi de Paște, practică preluată din cultura central-europeană, care simbolizează purificarea și renașterea.

În Transilvania, pe lângă stropit, există și obiceiul numit „udatul fetelor”, unde băieții merg din casă în casă pentru a stropi fetele, primind în schimb ouă roșii sau dulciuri. Tot aici, ouăle roșii sunt nelipsite de pe masa de Paște, simbolizând sângele lui Iisus Hristos și victoria vieții asupra morții.

În Oltenia, tradițiile pascale pun accent pe familie și comunitate. În noaptea de Înviere, oamenii aduc lumina acasă și o folosesc pentru a face semnul crucii pe tocul ușii, considerând că astfel casa va fi protejată de rele. În unele sate, există obiceiul ca primul care intră în casă să fie un bărbat, pentru a aduce noroc și prosperitate.

În Moldova, pregătirile pentru Paște încep cu postul și curățenia generală a casei. În Joia Mare se vopsesc ouăle, iar în Sâmbăta Mare se pregătesc bucatele tradiționale, precum cozonacul și pasca. În dimineața de Paște, copiii se spală pe față cu apă în care au fost puse un ou roșu și monede, pentru a avea sănătate și prosperitate.

Indiferent de regiune, tradițiile pascale din România au în comun respectul pentru credință, familie și comunitate. Ele reprezintă o moștenire culturală valoroasă, care merită păstrată și transmisă mai departe generațiilor viitoare.

În concluzie, diversitatea obiceiurilor pascale din diferite zone ale țării arată cât de bogată este cultura românească. Prin aceste tradiții, oamenii își exprimă credința, bucuria și speranța într-un nou început.



Elev: Dobre Kevin, clasa a V-a A
Prof. îndrumător: Ciulea Iuliana Daniela

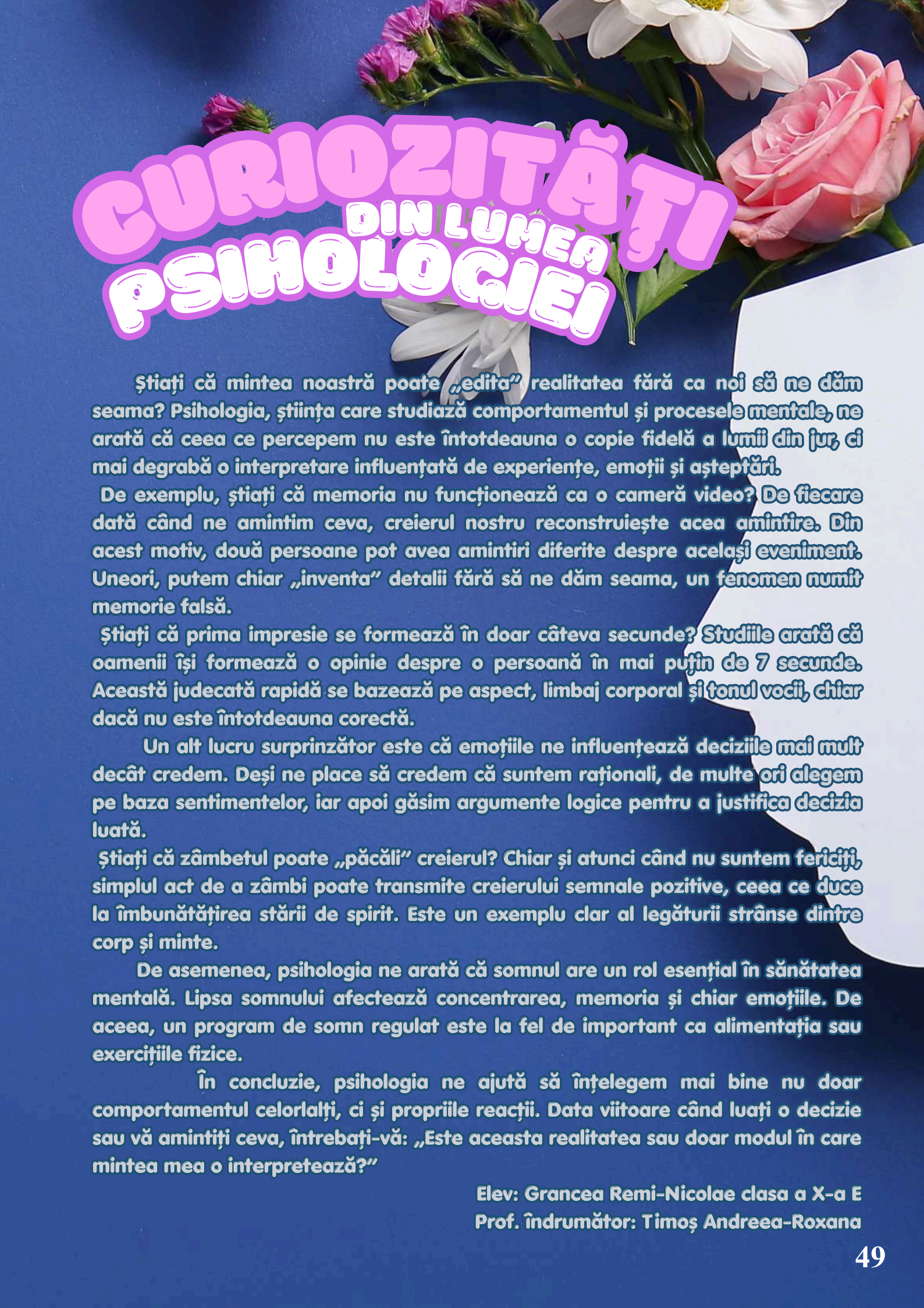
NATURA, VIATA MEA

Totul începe în penitenciar, sătul de ziduri de betoane, înconjurat de oameni răi. Mă pun în pat încercând să mă refugiez de tot ce mă înconjoară. Îmi imaginez o pădure deasă, verde, liniștită și mă văd construind o cabană mică modestă la marginea pădurii lângă care este o baltă. Mă văd construind un ponton pe care să stau să mă contopesc cu natura, să ascult ciocârlia și dulcele glas al privighetorii. Să mă joc cu iepurași și cu căprioare pe care să le hrănesc, să le obișnuiesc cu omul naturii. Acolo la cabană să îmi fac colțul meu de rai, să mă plimb prin pădure respirând aerul curat, adulmecând diferite miresme ale miraculoaselor plante salvatoare de vieți, leacuri pentru multe boli. Să caut ciuperci, trăind cu natura tot restul vieții departe de răutatea oamenilor și de prostia acestora, protejând natura care are un rol foarte important pentru ca noi să putem respira bine un aer curat. Matura care ne menține stratul de ozon fără de care am suferi, potopuri, tornade, dezlănțuiri ale naturii furioase măturând pământul de lăcomia oamenilor. Oameni care în goana după bani strică unicul lucru care menține în viață natura defrișând păduri pentru a vinde lemnul, pentru a construi blocuri și focare poluatoare iar indiferența multora care omoară bietele animale prin a le vâna sau a le infesta prin gunoaie aruncate cu atâta nepăsare fără a gândi o secundă măcar să planteze un pom.

Și astfel deschid ochii plini de lacrimi și aștept eliberarea pentru a-mi împlini visul de a mă contopi cu viața mea, natura, să trăiesc restul vieții și să mor fericit în pădure, iar în locul în care voi fi îngropat să fie o ghindă îngropată odată cu mine ca în acel loc să crească un falnic stejar, mândru și înalt ajungând la cer. Cei ce vor vedea stejarul să afle că acel stejar a crescut în inima omului frate cu natura.

Ușurelu Marius, clasa a IX-a C

Prof. îndrumător: Tașcu-Stavre Minodora Ralițica

The header features a dark blue background with several flowers: pink roses, white daisies, and small pink buds. A white silhouette of a human head in profile is positioned on the right side, facing left. Overlaid on this is the title 'CURIOZITĂȚI DIN LUMEA PSIHOLOGIEI' in a large, bubbly, pink font with a white outline and a drop shadow effect.

CURIOZITĂȚI DIN LUMEA PSIHOLOGIEI

Știați că mintea noastră poate „edita” realitatea fără ca noi să ne dăm seama? Psihologia, știința care studiază comportamentul și procesele mentale, ne arată că ceea ce percepem nu este întotdeauna o copie fidelă a lumii din jur, ci mai degrabă o interpretare influențată de experiențe, emoții și așteptări.

De exemplu, știați că memoria nu funcționează ca o cameră video? De fiecare dată când ne amintim ceva, creierul nostru reconstruiește acea amintire. Din acest motiv, două persoane pot avea amintiri diferite despre același eveniment. Uneori, putem chiar „inventa” detalii fără să ne dăm seama, un fenomen numit memorie falsă.

Știați că prima impresie se formează în doar câteva secunde? Studiile arată că oamenii își formează o opinie despre o persoană în mai puțin de 7 secunde. Această judecată rapidă se bazează pe aspect, limbaj corporal și tonul vocii, chiar dacă nu este întotdeauna corectă.

Un alt lucru surprinzător este că emoțiile ne influențează deciziile mai mult decât credem. Deși ne place să credem că suntem raționali, de multe ori alegem pe baza sentimentelor, iar apoi găsim argumente logice pentru a justifica decizia luată.

Știați că zâmbetul poate „păcăli” creierul? Chiar și atunci când nu suntem fericiți, simplul act de a zâmbi poate transmite creierului semnale pozitive, ceea ce duce la îmbunătățirea stării de spirit. Este un exemplu clar al legăturii strânse dintre corp și minte.

De asemenea, psihologia ne arată că somnul are un rol esențial în sănătatea mentală. Lipsa somnului afectează concentrarea, memoria și chiar emoțiile. De aceea, un program de somn regulat este la fel de important ca alimentația sau exercițiile fizice.

În concluzie, psihologia ne ajută să înțelegem mai bine nu doar comportamentul celorlalți, ci și propriile reacții. Data viitoare când luați o decizie sau vă amintiți ceva, întrebați-vă: „Este aceasta realitatea sau doar modul în care mintea mea o interpretează?”

Elev: Grancea Remi-Nicolae clasa a X-a E
Prof. îndrumător: Timoș Andreea-Roxana



ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

Liceul Tehnologic Special „Pelendava”



„Educația este ceea ce rămâne
după ce cineva a uitat ceea ce a
învățat la școală.”

Albert Einstein

ZEL- Ziua Europeană a Limbilor

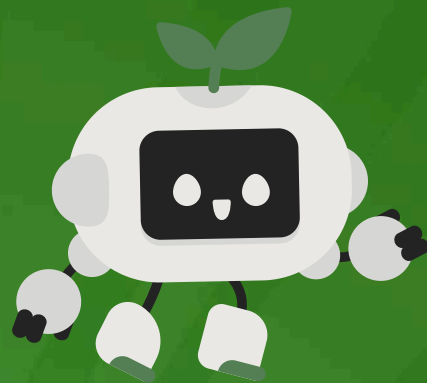
26 Septembrie 2025

Cu ocazia Zilei Europene a Limbilor (26 septembrie), elevii au desfășurat o serie de activități menite să evidențieze importanța diversității lingvistice și culturale europene. Programul a inclus: pregătirea materialelor vizuale (afișe, stegulețe, postere), o prezentare PowerPoint despre semnificația ZEL și discuții interactive, jocuri educative de recunoaștere a limbilor, activități de comunicare în diferite limbi (română, engleză, franceză, italiană), precum și un moment artistic multilingv, cu interpretarea unor cântece în limbi străine. Toate etapele au fost surprinse într-un material video, ulterior postat pe pagina oficială a școlii.





Săptămâna verde concursul „Roboții salvatori ai planetei”



Una dintre activitățile care au adus creativitate și entuziasm în cadrul programului „Săptămâna Verde” a fost concursul de popularitate „Roboții Salvatori ai Planetei”.

Elevii școlii noastre au demonstrat că imaginația și grija pentru mediu pot merge mână în mână, transformând materiale reciclabile în adevărate opere de artă cu accente tehnologice. Astfel, au prins viață trei roboți unici, fiecare cu o poveste și o misiune proprie:

Sylvara-spiritul naturii,
Metalix-metal cu suflet nou și
Aqualix-gardianul apelor curate.
Concursul a implicat întreaga comunitate, participanții fiind invitați să-și aleagă favoritul printr-un LIKE la fotografia robotului care i-a inspirat cel mai mult. Activitatea a încurajat nu doar creativitatea, ci și implicarea activă și conștientizarea importanței reciclării și protejării mediului.

În urma voturilor, câștigătorul concursului a fost Metalix, robotul care a impresionat prin originalitate și mesajul său puternic despre reutilizarea metalelor și renașterea materialelor.

Felicitări tuturor elevilor pentru implicare și ideile ingenioase!





Una dintre cele mai atractive activități extracurriculare a fost jocul „Ce spun elevii?”, o experiență interactivă și plină de energie, care i-a provocat pe elevi să gândească rapid și să colaboreze.

Regulile sunt simple, dar captivante: elevii trebuie să ghicească cele mai frecvente răspunsuri oferite de colegii lor la anumite întrebări. Pentru desfășurarea jocului, am realizat în prealabil un sondaj la care au răspuns 50 de elevi. Răspunsurile au fost apoi centralizate și ordonate în funcție de frecvența apariției, de la cele mai populare până la cele mai rare.

Jocul nu a fost doar distractiv, ci și educativ, contribuind la dezvoltarea gândirii logice, a spiritului de observație și a capacității de analiză.

Întrebările care au stârnit cele mai interesante reacții au fost:

Am întrebat 50 de elevi:

- Ce poți găsi în ghiozdanul unui elev?
- Ce cadouri primește mama de 8 martie?
- Ce sport faci când e cald afară?
- Ce insecte vedem mai des primăvara?

RĂSPUNSURI: (caiet, manuale/cărți, penar pachet/mâncare, sticlă cu apă)
(Flori, desen/relieftare, ciocolată/dulciuri, parfum, bijuterii)
(fothal, alergare, mers cu bicicleta, mers pe roile)
(fluturi, albine, buburuză, furnici, muște)

Care ar fi fost răspunsurile tale la aceste întrebări?



ERASMUS DAYS



Erasmus Days a fost sărbătorit în școala noastră în perioada 13-18 octombrie prin activități dedicate diversității culturale și colaborării europene. Elevii au participat la prezentări, ateliere și jocuri interactive, descoperind informații despre programul Erasmus+ și despre alte culturi. Evenimentul a fost o oportunitate de a învăța lucruri noi și de a încuraja implicarea în proiecte internaționale.



Ziua Alimentației

Ziua Alimentației, sărbătorită în fiecare an pe data de 16 octombrie, a fost marcată în școala noastră printr-o activitate educativă și interactivă. Elevii au participat la discuții despre importanța unei alimentații echilibrate, au urmărit materiale informative și au pregătit gustări. Prin această activitate, sunt urmărite încurajarea alimentației sănătoase, reducerea risipei alimentare, promovarea solidarității în lupta împotriva foametei.

Evenimentul a fost o activitate reușită și o oportunitate de învățare practică.





Galerie foto

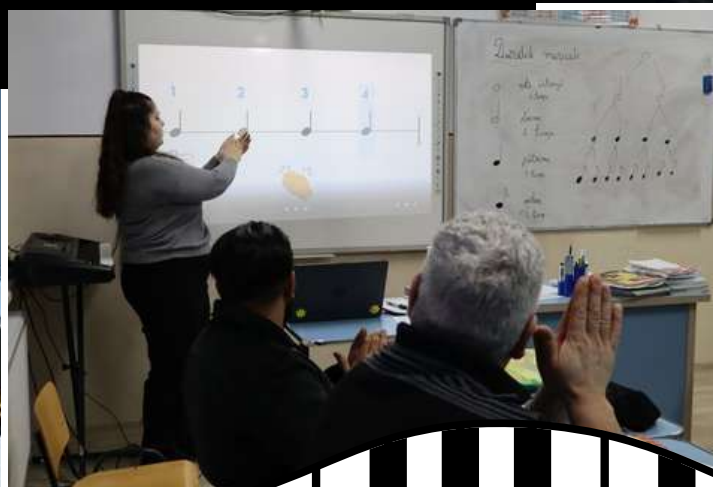




EDUCAȚIA MUZICALĂ

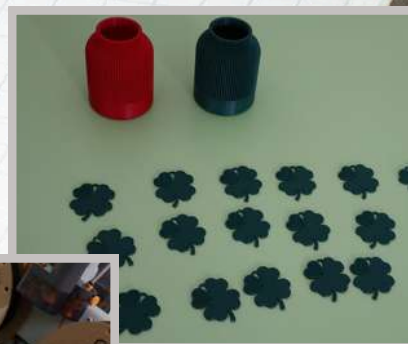
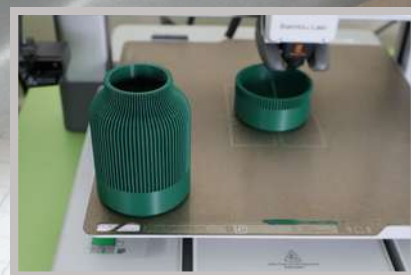
În cadrul orelor de educație muzicală desfășurate cu elevii Liceului Tehnologic Special „Pelendava”, se urmărește dezvoltarea aptitudinilor artistice și stimularea capacității de exprimare într-un cadru organizat și adaptat specificului grupului.

Educația muzicală reprezintă astfel un instrument important în susținerea parcursului educațional și a procesului de reintegrare socială.



De la producție...

3D



....la personalizare



Parada Mărțișoarelor

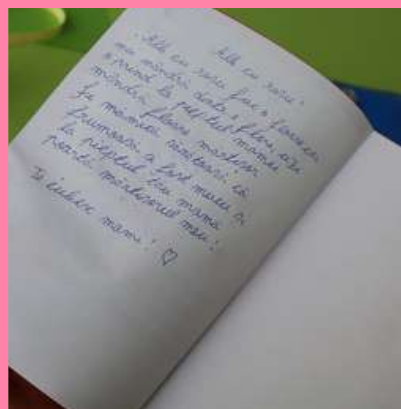


Cu ocazia zilei de 1 Martie în școala noastră s-a desfășurat o activitate specială. Activitatea a urmărit realizarea de mărțișoare de către elevi cu scopul de a fi expuse la muzeul Olteniei, în cadrul festivalului „Parada Mărțișoarelor”.



8 Martie

*felicitări și flori pentru
femeile din viața
fiecăruia*



UTILIZAREA INSTRUMENTELOR DIGITALE ÎN PROIECTELE ETWINNING

Prof. Daiana Cîrlugea
Prof. Cătălin Lupu



Young Entrepreneurs' Workshop (Atelierul Tinerilor Antreprenori) este un proiect internațional eTwinning care încurajează elevii să-și dezvolte gândirea antreprenorială, creativitatea și abilitățile de colaborare. Prin ateliere interactive, lucru în echipă și instrumente digitale, elevii creează idei de afaceri inovatoare și inspirate din punct de vedere cultural.

10 elevi de la Liceul Tehnologic Special Pelendava, coordonați de prof. Daiana Cîrlugea și prof. Cătălin Lupu, sunt implicați în acest proiect derulat în anul școlar 2025-2026, alături de elevi de la licee din Turcia, Italia și Kosovo.

În realizarea sarcinilor proiectului și crearea de conținut digital, elevii descoperă și învață să utilizeze o varietate mare de instrumente, platforme și programe: Canva (<https://www.canva.com/>) și Gamma (<https://gamma.app/>) pentru prezentări, Wordwall (<https://wordwall.net/ro>) pentru jocuri interactive, Google docs (chestionare), Voki (<https://l-www.voki.com/>) pentru avatare, Logo (<https://logo.com/>) pentru creare logo etc.

Una dintre primele activități a fost ca fiecare echipă să creeze un logo pentru proiect.



În urma exprimării online a voturilor elevilor, a fost selectat logoul câștigător:

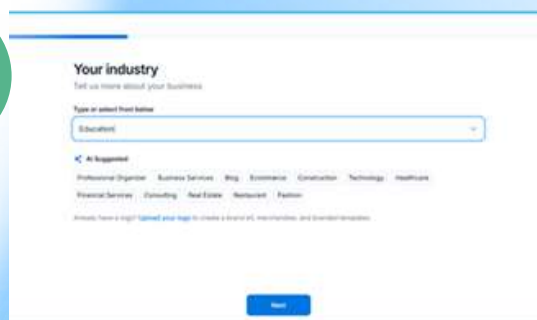


PAȘI PENTRU CREAREA UNUI LOGO (<https://logo.com/>)

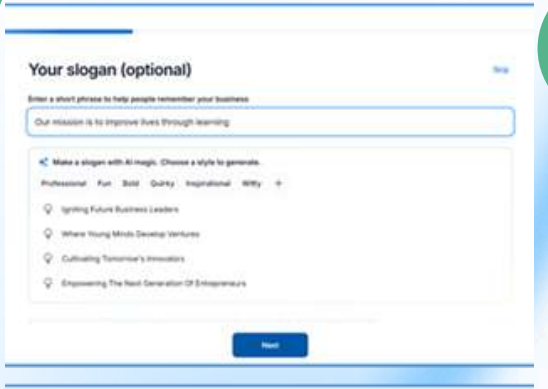
1



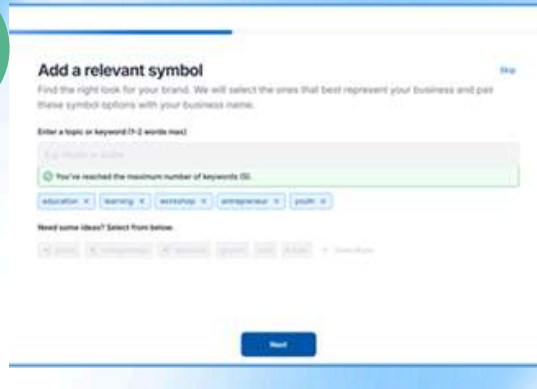
2



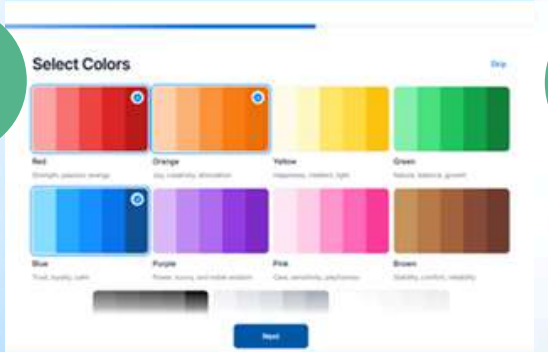
3



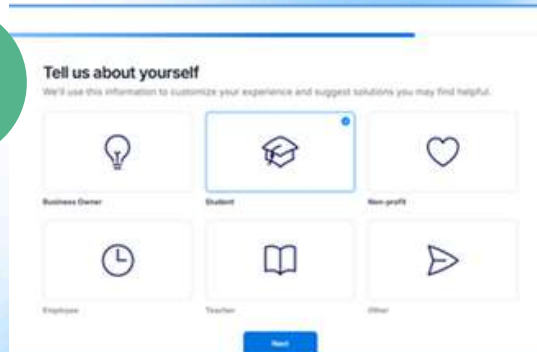
4



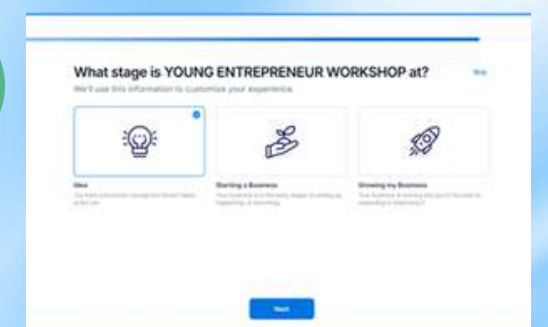
5



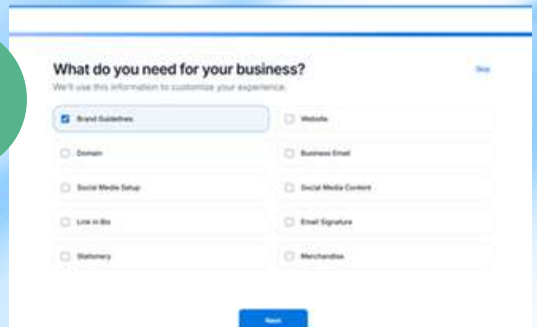
6



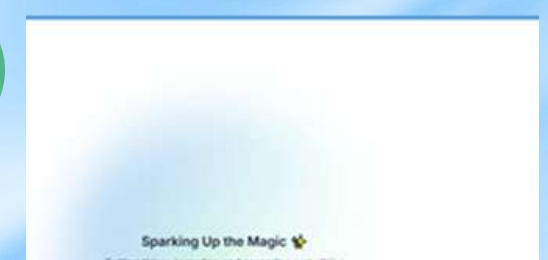
7



8



9



10



11



Campania Eroii FAST

Eroii FAST – o campanie care poate salva vieți

Într-o lume în care educația depășește granițele manualelor, proiectul Eroii FAST (FAST Heroes) reprezintă un exemplu remarcabil de învățare aplicată, cu impact real asupra comunității. Această inițiativă educațională internațională are ca scop principal creșterea gradului de conștientizare cu privire la simptomele accidentului vascular cerebral (AVC) și importanța intervenției rapide.

Programul se adresează în special elevilor, valorificând capacitatea acestora de a învăța și de a transmite mai departe informații esențiale către familie, în special către bunici – categoria cea mai vulnerabilă în fața acestei afecțiuni.

Prin activități interactive, jocuri, materiale vizuale și povești atractive, elevii învață să recunoască semnele unui AVC și să acționeze corect, apelând rapid numărul de urgență 112. Educația se transformă astfel într-un instrument concret de salvare a vieții, iar copiii devin adevărați „eroi” în comunitatea lor.

Campania are o misiune clară: informarea corectă și rapidă poate face diferența între viață și moarte. Studiile și rezultatele implementării arată că informațiile dobândite de elevi sunt transmise cu succes familiilor, crescând semnificativ nivelul de conștientizare și reacția corectă în situații de urgență. În plus, programul promovează valori precum empatia, responsabilitatea și grija față de cei dragi, consolidând legătura specială dintre copii și bunicii lor.

Activitățile din cadrul proiectului Eroii FAST s-au desfășurat și în liceul nostru, unde elevii au participat cu interes și entuziasm la această inițiativă educativă. Prin implicarea lor activă, aceștia nu doar că au dobândit cunoștințe importante, dar au devenit ambasadori ai sănătății în propriile familii și în comunitate.





Ce este FAST ?

„F.A.S.T.” este un acronim folosit pentru a recunoaște rapid semnele unui accident vascular cerebral (AVC). Fiecare literă vine din engleză:

F – Face (Față) - fața este asimetrică, „cade” într-o parte

A – Arms (Brațe) - persoana nu poate ridica sau menține ambele brațe

S – Speech (Vorbire) - vorbirea este neclară sau dificilă

T – Time (Timp) - este esențial să suni imediat la 112

Pe scurt, dacă observi aceste semne, timpul este crucial – intervenția rapidă poate salva viața și reduce efectele grave.



În concluzie, Eroii FAST demonstrează că educația poate salva vieți. Prin pași mici, dar esențiali, elevii devin parte dintr-o misiune globală: aceea de a proteja și de a avea grijă de ceilalți.



Prof. Cîrlugea Marius
Prof. Cîrlugea Daiana

<https://ro-ro.fastheroes.com/>

CUPRINS

Limbă și comunicare	
Cred că ar trebui să dansăm.....	2
Mama.....	3
Nimeni.....	4
Doamne un gând am mereu.....	5
Amurg în sufletul apus.....	6
Femeia.....	7
Melancolie.....	8
Suflet de deținut.....	9
Nihil.....	10
Curiozități amuzante și ciudățenii ale limbii române.....	12
Curiozități fascinante despre scriitori și poeți români.....	14
Bruxelles, capitale européenne.....	15
Matematică și Științe	
Știați că?.....	17
Insectele-hrana ecologică a secolului XXI.....	18
Probleme rezolvate.....	19
Matematicieni celebri.....	20
Arte și Tehnologii	
Învățare prin pasiune la orele de gastronomie.....	23
Brioșe.....	24
Papanași.....	26
Pictura pe sticlă, o experiență de neuitat.....	28
Simfonia orelor.....	30
Playlistul unei zile de școală.....	31
Bandă desenată.....	32
Poluarea apei o problemă globală cu efecte locale.....	33
Consiliere și orientare	
La oglindă.....	37
Rămas bun!.....	38
Where love doesn't end.....	39
Gestionarea stresului.....	40
Copilul interior neacordat.....	42
Cartea mea de vizită.....	43
În culisele meseriilor: bucătar, frizer, mecanic.....	44
Om și societate	
Curiozități despre unii domitori.....	46
Tradiții și obiceiuri pascale din diferite regiuni ale României.....	47
Natura, viața mea.....	48
Curiozități din lumea psihologiei.....	49
Activități extracurriculare	
Zel- Ziua Europeană a Limbilor.....	51
Săptămâna verde „Roboții salvatori ai planetei”.....	52
Ce spun elevii?.....	53
Erasmus Days.....	54
Ziua alimentației.....	55
Educația muzicală.....	57
Imprimanta 3D.....	58
Parada Mărțișoarelor.....	59
8 Martie.....	60
Utilizarea instrumentelor digitale în proiectele eTwinning.....	61
Campania eroii FAST.....	63

ISSN 2069 – 2897

CRAIOVA

STR. BARIERA VÂLCII, NR. 160 A, CRAIOVA, DOLJ

e-mail: spscraiova@gmail.com web:

www.liceulpelendava.ro



Printre nuferi