

## Vă recomandăm:

### Sumar :

## “Magister dixit”

1-2

## Evenimentele liceului

3-9

## Interferențe culturale

10-11

## Traditii românești

12

## Ne privește ...

13-17

## Informații IT

18-21

## Credință și spiritualitate

22

## Speak your mind!

23

### Recomandare de lectură

24-25

## Creațiile noastre

26-28

## Divertissement

**29-30**

# LICEUL TEORETIC „DUNĂREA” în era tehnologiei digitale

**Liceul Teoretic „Dunărea” din Galați și-a propus să aducă tehnologia de ultimă generație în sălile de clasă pentru a oferi elevilor săi atât o învățare formală de calitate, cât și programe și proiecte educaționale extrașcolare ancorate în realitatea secolului al XXI-lea.** Astfel, echipa de profesori implicată în scrierea proiectului a accesat fondurile în cadrul apelului de proiecte „Dotarea cu laboratoare inteligente a unităților de învățământ secundar superior, a palatelor și a cluburilor copiilor” din Planul Național de Redresare și Reziliență, în vederea finanțării a două laboratoare inteligente (digital și lingvistic), de tip SmartLab. Proiectul vizează creșterea ac-

cesului la mijloace mo-  
elevi, consolidarea com-  
lizarea instrumentelor  
pentru cadrele didactice,  
tențe comune și specifice  
adaptarea și integrarea cu  
piața muncii și în viața  
cesului la educație pentru  
combaterea excluziunii  
ducerea absenteismului și

derne de învățare pentru  
petențelor digitale în uti-  
tip „laborator” inteligent  
dezvoltarea unor compe-  
care să conducă la  
succes a absolvenților pe  
socială, creșterea ac-  
grupurile vulnerabile și  
sociale, prevenirea și re-  
abandonului școlar.

Finanțat de Uniunea Europeană (Reprogramarea)

Ministerul Educației Naționale

[Logo-ul Ministerului Educației Naționale]

Planul Național de Redresare și Reziliență

PNR: Fonduri pentru România modernă și reformată Finanțat de Uniunea Europeană - Reînvie economiei

LICEUL TEORETIC "DUNAREA": în saltele de beneficiar, implementează proiectul "DOTARE CU LABORATOARE INTELIGENTE A LICEULUI TEORETIC "DUNĂREA" / cod proiect PNRR-Inov-Labo-2023-1295, finanțat prin PLANA NAȚIONAL DE REDRESARE ȘI REZILIENȚĂ - Componenta C15 Educație + Inovare / Asignare echipei managerilor și a resurselor tehnologice digitale pentru unitatea de învățământ.

Proiectul este desfășurat în perioada DECEMBRIE 2023 - IANUARIE 2025, valoare totală a contractului de finanțare fiind de 596.287,81 lei, fonduri nerambursabile din partea Uniunii Europene.

Obiectivul general al proiectului este Creșterea accesului la mijloace moderne de învățare pentru elevi și consolidarea competențelor digitale în utilizarea instrumentelor de tip "Laborator Inteligent" pentru cadrele didactice. Promovarea valorii de coerență internă a sistemului la educația pentru grupurile vulnerabile și combaterea excluziunii sociale, absentismului și abandonului școlar.

Activitățile derulate în cadrul proiectului:

- Achiziționarea de echipamente tehnologice (inclusiv module ergonomice adaptate și integrate specific pentru dezvoltarea unor laboratoare inteligente digitale, smartlab) conform OME nr. 3497/2022
- Achiziționarea de servicii educaționale care să asigure demersul de programare științifică și de software financiar în scopuri educaționale care să asigure distribuția corectă, în repaus local, a materialelor didactice pe dispozitive
- Conectarea dispozitivelor din laboratorul inteligent în rețeaua de comunicații a unității de învățământ
- Instituirea cabinetelor didactice pentru utilizarea echipamentelor aferente conceptului de Laborator Inteligent digital integrat prin 4 sesiuni de training

Cumprătorul acestui material nu răspunde în mod obligatoriu pentru valoarea a Unirii Europene sau a României Modernizării.

\*PNRR: Fonduri pentru România modernă și reformată!

<https://edu.gov.ro/proiect/>

<https://www.facebook.com/PNRRBUCOL>

Proiectul „Dotarea cu laboratoare inteligente a LICEULUI TEORETIC „DUNĂREA” a obținut finanțarea pentru două laboratoare inteligente, a fost conceput în urma analizei de nevoi realizate de către conducerea instituției și se derulează în intervalul 14.12.2023-30.09.2025. Aceste laboratoare digitale pot transforma activitățile tradiționale în experiențe interactive, captivante și relevante pentru viitor.

*Continuare pagina 2*

Implementarea SmartLab-urilor în liceul nostru le va oferi elevilor posibilitatea de a explora, crea și învăța folosind tehnologie avansată, într-un mediu sigur și stimulant. Elevii și profesorii care vor beneficia de SmartLab vor putea să-și dezvolte abilitățile sociale și digitale, să-și antreneze gândirea critică, analitică, creativă, computațională. Datorită investițiilor, elevii Liceul Teoretic „Dunărea” vor avea acces la tehnologie VR (Virtual Reality – Realitate Virtuală) de ultimă

generație, roboți educaționali, ochelari VR, creioane, imprimante și scannere 3D, table interactive, mobilier școlar complet integrat și adaptat tehnologiilor avansate, sisteme audio-video, laptopuri, conținut educațional care va

acoperi domenii din programa școlară și licențe software educaționale inteligente pentru toate echipamentele. Personalul unității de învățământ va beneficia de programe de pregătire profesională adecvate nevoilor / cerințelor și echipamentelor specifice (achiziționate prin proiect) aferente conceptului de laborator inteligent digital integrat. Vor fi organizate patru sesiuni de instruire utilizatori (cadre didactice) de minimum 24 ore fiecare. Pentru activitățile de instruire vor fi contractate servicii specializate care să acopere formarea întregului colectiv de aproximativ 47 cadre didactice din cadrul LICEULUI TEORETIC „DUNĂREA”.

Echipamentele destinate elevilor și cadrelor didactice, achiziționate prin proiect, vor fi transferate și utilizate de către generațiile următoare de ele-

vi, în vederea facilitării accesului la orele desfășurate, a experiențelor de învățare digitală, a formării în spiritul noilor tehnologii, a comunicării eficiente, pentru activitățile extrașcolare sau alte proiecte ce vor fi implementate de către școală. Rezultatele obținute în urma implementării proiectului se vor concretiza în: procese educaționale moderne, digitalizate, reducerea abandonului școlar, participarea mai activă a elevilor și cadrelor didac-

tice la diferite conferințe, seminarii, la evenimente de schimb de bune practici, workshop-uri în cadrul unor evenimente locale, regionale, naționale.

Proiectul ”Dotarea cu laboratoare inteligente a LICEULUI TEORETIC

„DUNĂREA” susține reformele și investițiile în următoarea generație, copii și tineri - esențiale pentru a promova educația și competențele, inclusiv competențele digitale, actualizarea competențelor, reconversia profesională și recalificarea forței de muncă active, programele de integrare pentru șomeri, politicile de investiții în accesul și oportunitățile oferite copiilor și tinerilor în materie de educație, sănătate, nutriție, locuri de muncă și locuințe, precum și politicile care reduc decalajul dintre generații.

*Coordonator proiect,  
Dir. Prof. Piticari Ramona Angela*



## Evenimentele liceului

### Elevii noștri – laureați la faza națională a Festivalului-Concurs Național de Cultură și Civilizație „CDIdei în cărți”, ediția a IX-a, 2024

Începutul vacanței dintre primele două module ale anului școlar a fost marcat pentru șase eleve de la Liceul Teoretic „Dunărea” din Galați de participarea la **Gala laureaților Festivalului-Concurs Național de Cultură și Civilizație „CDIdei în cărți”**, organizată la Biblioteca Județeană Astra din Sibiu în zilele de 25 – 26 octombrie 2024.

Acest proiect educațional este organizat de Centrul Județean de Excelență din Sibiu și se află la a IX-a ediție, bucurându-se de o amplă popularitate în rândul elevilor preuniversitari (clasele V–XII) din toată țara, fiind inclus în *Calendarul proiectelor de educație extrașcolară naționale și internaționale finanțate de Ministerul Educației* în anul școlar 2023-2024. Pornit de la ideea unei activități cu caracter nonformal, aceea a Muzeului literar, Festivalul „CDIdei în cărți” și-a asumat de-a lungul celor nouă ediții o misiune culturală, atrăgând din ce în ce mai mulți elevi în universul nobil al cărților. Astfel, obiectivul principal al acestui proiect are în vedere dezvoltarea

abilităților de lectură, a competențelor infodocumentare, a deprinderilor practice, a competențelor TIC și de comunicare ale elevilor. La festival participă echipe formate din câte trei elevi, coordonate de câte un profesor și organizate în funcție de categoriile de vârstă și secțiunile concursului (limba română și limbi moderne). Fiecare echipă își alege o carte îndrăgită și realizează fișa de prezentare a acesteia, jurnalul echipei și un produs reprezentativ (care poate fi un booktrailer, un afiș în format fizic sau digital, o machetă). Aceste produse trebuie prezentate apoi în fața unui juriu la diferitele etape

ale concursului (județeană, regională, națională).

La **Gala laureaților de la Sibiu** de anul acesta au participat peste 120 de elevi și profesori coordonatori care au obținut premiul I la fiecare secțiune a concursului. Din județul Galați au obținut **premiul I** doar două echipe, ambele de la Liceul Teoretic „Dunărea”: echipa formată din elevele DULGHERU MARIA, NICULIȚĂ-GHIMPU RAMONA-IONELA și PÎRVU DIANA-MIHAELA (clasa a XII-a, coordonator: prof. ELENA PANAIT) și cea formată din elevele BORȘ MAIA-ALEXANDRA, PRANGATE ADRIANA și ȚIPLICA MIHAELA (clasa a X-a, coordonator: prof. CLAUDIA IANCU). Aflate la al treilea

an de participare la acest festival, elevele din clasa a XII-a au ales să prezinte cartea autoarei japoneze Hiro Arikawa „Memoriile unui motan călător”, care le-a rămas în suflet de la cercul de lectură desfășurat în liceu. Mesajul vibrant al acestei cărți despre prietenie și demnitate a fost surprins într-un afiș în format fizic,

prin care cele trei eleve și-au exprimat deopotrivă talentul pentru frumos și preocuparea pentru lectură. Elevele din clasa a X-a au prezentat romanul Rutei Sepetys „Sfârșitul șoaptelor: Decembrie 1989” printr-un booktrailer emoționant care susține din plin dorința autoarei cărții de a arunca o rază de lumină în colțurile întunecate ale istoriei. Prin produsele realizate în manieră originală și inventivă, ambele echipe au dat glas pasiunii lor pentru cărți, fiind o dovadă vie că tinerii noștri încă citesc și își asumă în mod conștient și creativ actul lecturii.

**Continuare pagina 6**



## Evenimentele liceului

Participarea elevelor de la Liceul Teoretic „Dunărea” la Gala laureaților de la Sibiu a fost o încununare a pasiunii și entuziasmului depuse pentru a obține premiul I. Desfășurat în atmosfera sobră a Bibliotecii Județene Astra din orașul de pe malul Căminului, evenimentul

a fost un adevărat regal de cultură, reunind elevi și profesori din toate colțurile țării și oferind tuturor participanților clipe de autentică sărbătoare a spiritului creativ. „Atât primirea călduroasă, cât și ospitalitatea desăvârșită a gazdelor, precum și înalta ținută culturală a acestui eveniment au transformat cele două zile petrecute la Sibiu într-o experiență de neuitat și ne-au motivat, o dată în plus, să participăm și în anii următori”, au declarat elevele de la Liceul Teoretic „Dunărea”.

La Liceul Teoretic „Dunărea” s-a consolidat o adevărată comunitate „CDIdei în cărți”, datorită participării în fiecare an a mai multor echipe, atât de la clasele de liceu, cât și



de la clasele de gimnaziu. În fiecare an, odată cu lansarea concursului, în liceul nostru se produce o adevărată efervescență de creativitate și bucurie de a citi: elevii pasionați de cărți se reunesc cu mic, cu mare, se grupează în echipe și își aleg cărțile pentru concurs, se întâlnesc apoi în pauze și în timpul liber pentru realizarea produselor, schimbă idei care de care mai originale și pline de imaginație și încearcă emoții noi, care îi apropie unii de alții și îi reconectează la valorile cu adevărat importante. Toți își doresc să mențină cât mai mult timp liceul nostru pe harta acestui concurs de prestigiu național.

Le urăm elevilor dunăreni succes la edițiile viitoare ale Festivalului-Concurs Național „CDIdei în cărți”, exemplul lor cu siguranță îi va inspira și pe alți copii și tineri!

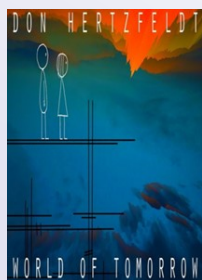
**Prof. PANAIT ELENA**

## Cu gândul la „lumea de mâine”

În „Săptămâna Educației

Globale” (18 – 24 noiembrie 2024), elevii clasei

a XII-a E, coordonați de prof. diriginte Panait Elena, au susținut o dezbatere interesantă cu tema „Lumea de mâine”, pornind de la un film de animație pus la dispoziție de kinoteca.bloczero.ro. Temele de interes general-uman atinse de acest film sunt: riscurile tehnologizării excesive, înstrăinarea, absența comunicării interumane, lipsa iubirii, artificializarea totală a inteligenței, dar și a capacității afective a oamenilor, relația om – divinitate ș.a. După ce au urmărit filmul, elevii au dezbătut aspecte precum: riscurile tehnologizării și digitalizării excesive, clonarea umană, artificializarea inteligenței umane, călătoria în timp, colonizarea altor planete.



La finalul activității, elevii au fost invitați la un exercițiu de imaginație, concretizat sub forma unui eseu de 5 minute: „Descrieți lumea de mâine în viziunea voastră, ca lume ideală, așa cum v-ați dori voi să se prezinte lumea în care vor trăi nepoții și strănepoții voștri”.

Activitatea a avut ca obiectiv principal conștientizarea responsabilității față de generațiile viitoare.

**Prof. Panait Elena**

### Dincolo de vot – educație media în context electoral pentru elevii de la Liceul Teoretic „Dunărea”

La începutul modului al doilea din acest an școlar, 60 de elevi de la Liceul Teoretic „Dunărea” care fac parte din generația *first time voters* au participat la două workshopuri cu tema „Dincolo de vot – educația media în context electoral”, susținute de reprezentante ale Centrului de Jurnalism Independent, furnizorul cursului de „Introducere în educația media pentru profesori”: Bianca Oanea (expert media), Veronica Lungu (asistent PR și comunicare) și Alina Anton (asistent de proiecte). Elevii au discutat despre democrație și puterile statului, despre importanța votului și a verificării mesajelor pe care le văd în timpul campaniei electorale, indiferent de sursa sau mijlocul de comunicare folosit, pentru a lua decizii informate, dintr-o perspectivă circumspect-reflexivă. Pornind de la analiza intereselor personale și a principalelor surse de informare pe care le folosesc, elevii dunăreni au



dezbătut despre cum funcționează mass-media și

rolurile acesteia, despre tipurile de discurs persuasiv și strategiile de manipulare, despre amprenta digitală, precum și despre

dinamica socială a comunicării în masă. Au lucrat apoi pe grupe pentru a exersa concret tehnicile de verificare a informației (compararea surselor, interpretarea situațiilor, autentificarea informațiilor, distincția dintre fapte și opinii, plasarea în contexte spațio-temporale adecvate) și au învățat să analizeze acuratețea, calitatea, veridicitatea și credibilitatea mesajelor pe care le receptează.

Aceste ateliere i-au ajutat pe elevi să conștientizeze importanța educației media în formarea propriilor opinii echilibrate și au contribuit la dezvoltarea lor ca cetățeni responsabili, capabili să examineze critic relația dintre mass-media și societate.

**Prof. Panait Elena**

### Ramy's în lumea poveștilor – lansare de carte la Liceul Teoretic „Dunărea”

Pentru elevii Liceului Teoretic „Dunărea” Galați, toamna se deschide cu o incursiune în lumea poveștilor. Fără îndoială, acest univers al magicului, al supranaturalului își găsește corespondent în fiecare dintre copiii care își însușesc astfel valorile binelui, ale adevărului și ale frumosului. Prezentarea celor patru volume (Lăcașul Zănelor, Magia Crăciunului, Magia întoarcere de Anul Nou și Călătoria unei zâne în Ținutul Foarte Îndepărtat) scrise de prozatoarea, prof. Ramona Sonu, sub pseudonimul „Ramy'S”, a fost primită cu entuziasm, nu doar de elevii claselor de gimnaziu, ci și de clasele de liceu, cu atât mai mult cu cât prezentarea a avut atât caracter interactiv, cât și sinestezic. Autoarea a ales să îmbrace portul specific culturii asiatice și în egală măsură, cadrul a fost întregit prin armonia muzicală caracteristică shamisenului.

Astfel aventurile lui Ramy'S au impresionat micii spectatori, personajul este un erou al timpului modern, jovial, empatic și mereu gata de o nouă lecție. Volumele aduc în prim plan valorile culturale atât din perspectivă diacronică – optimismul, dreptatea, curajul, cât și din perspectivă sincronică: toleranța, nondiscriminarea, reziliența, cunoașterea. Odată cu Ramy'S, cititorul inocent se descoperă pe sine într-o lume complicată, pe care o descifrează treptat alături de personajele secundare. Povestea este ea însăși un drum, o unealtă a cunoașterii căci dincolo de planul picaresc al aventurii, se regăsește alegoria și autoficțiunea. Alegoria

alături de personificare, dă naștere fabulei; însă în poveștile lui Ramy'S, ea este însăși expresia personajului, care încetează să mai semnifice în plan textual, transferându-și astfel sensul într-o realitate iminentă a cititorului, Ramy'S se dovedește a fi eroul pe care fiecare copil îl va găsi în sine.

Se întâmplă adesea ca ficțiunea să ia locul realității, naratorul –locul naratorului și invers, personajele capătă liber arbitru (pot părăsi lumea cărții și pot invada realitatea), iar textul devine un sistem complex la rândul său generator de realități complexe. Prin inocența ludică, Ramy'S se depărtează de rigorile și de stereotipiile moralizatoare ale basmului clasic, cu toate acestea gingașia eroului îl aduce cu fiecare aventură mai aproape de frumusețea copilăriei.

Scriitoarea Ramona Sonu propune o alternativă modernă, dinamică și în egală măsură ludică poveștilor clasice, demonstrând grijă pentru detaliu, pentru adaptarea tehnicilor narative la specificul afectiv al vârstei cititorilor și mai ales pentru promovarea celor mai importante valori morale ce se transformă în vectori ai dezvoltării personale.

**Bibliotecar Ariton Lica**



## Serbarea școlară – formă a educației estetice

Privită ca manifestare cultural – artistică a componentei extradidactice a procesului instructiv – educativ, serbarea școlară se dovedește o excelentă oportunitate de a pune în valoare imaginația și creativitatea fiecăruia dintre cei implicați în organizarea acesteia, elevi sau profesori. Devenită parte importantă a culturii organizaționale dezvoltate la nivelul liceului nostru, serbarea de iarnă reprezintă pentru elevii dunăreni o tradiție ce definește exemplar specificul relațiilor elevi–profesori, elevi–elevi, școală–comunitate și, nu în ultimul rând, părinți–școală.

Anul acesta, serbarea de iarnă a Liceului Teoretic „Dunărea”, „Armonii de iarnă”, a avut loc pe 18 decembrie 2024, pe scena Casei de Cultură a Studenților. Evenimentul s-a bucurat, ca în fiecare an, de atenția tuturor dunărenilor, elevi, profesori și părinți, atât în ceea ce privește organizarea (proiectarea, stabilirea programului, repetițiile în afara programului școlar etc.), cât, mai ales, desfășurarea propriu-zisă. Momentele pregătite cu grijă și creativitate de elevi au fost savurate de un public numeros, care a răsplătit cu



liceului care a deschis spectacolul cu un frumos colaj de colinde religioase, interpretate cu finețe și iscusință vocal-instrumentală.

Elevii de gimnaziu au ținut să se implice în mod egal alături de colegii lor mai mari, astfel că numerele pregătite de ei au fost bine primite de public: sceneta „Școala ne omoară” (elevi din clasa a V-a), o variantă umoristică a celebrei povești „Scufița-Roșie”, devenită „Scufă și lupul” (pusă în scenă de elevi ai clasei a VI-a), dans sportiv și modern, momente în limba engleză și franceză, cântece interpretate cu mult talent.

La finalul spectacolului, toți cei implicați în organizarea și desfășurarea acestuia au urcat pe scenă și au cântat împreună un cântec simbolic pentru perioada sărbătorilor, „A venit iar Crăciunul”. Serbarea de anul acesta s-a dovedit a fi un nou succes pe agenda de activități a Consiliului elevilor, ai cărui reprezentanți au fost prezenți trup și suflet în ducerea acesteia la bun sfârșit, de la faza de proiect până la realizarea ei. Astfel de activități au un puternic impact asupra elevilor, reprezentând un bun prilej de apropiere și intersocializare concretă, autentică.



aplaude binemeritate eforturile și emoțiile tuturor. Prezentatorii spectacolului, Miruna Andrei și Teodor Neagu, elevi în clasa a XI-a C și respectiv, a X-a A, au demonstrat că au depășit tracul începătorilor (tot ei au prezentat și serbarea de anul trecut) și au introdus cu dezinvoltură pe scenă numerele din program: multe scenete pline de haz, dansuri populare, sportive și moderne, cântece și, bineînțeles, colinde tradiționale și internaționale. Un aspect inedit pentru serbarea de anul acesta l-a reprezentat Corul de colindători al

**Prof. Panait Elena**  
**Prof. Epure Mihaela**

## ZIUA NAȚIONALĂ A LECTURII – CONCURSUL DE *FACE PAINTING*

Cu ocazia sărbătoririi Zilei Naționale a Lecturii – 15 Februarie 2025, elevilor din liceul nostru li s-a propus o activitate cultural-artistică interactivă care a avut un impact important la nivelul stimulării interesului lor pentru lectură – un concurs de *face painting* pornind de la personaje literare celebre din literatura română și universală, clasică sau contemporană. Intitulată „Face (paint) your character! Voice your character!”, această inițiativă a evidențiat rolul major al lecturii în formarea absolventului de liceu, corespunzând unor competențe-cheie precum: competența de citire, scriere și înțelegere a mesajului, competența în multilingvism și competența de sensibilizare și exprimare culturală. Totodată, activitatea a avut drept scop valorificarea lecturii drept o abilitate esențială pentru învățarea pe tot parcursul vieții. Atât profesorii coordonatori, cât și elevii participanți s-au transformat în ambascadori ai lecturii în rândul comunității școlare și chiar locale, oferind exemple de bună practică și creativitate în abordarea cărților și a actului de a citi în era digitalizării, când interesul pentru acest domeniu este din ce în ce mai scăzut. Prin lectură, omul poate explora în profunzime atât lumea imaginației, cât și lumea în care trăiește, având șansa unei înțelegeri intime a celor mai tainice sensuri ale acesteia. A ne transpune în rolul personajelor poate să ne ajute să-i înțelegem mai bine pe semenii noștri, să rezonăm mai atent cu experiențele și felul fiecăruia de a fi.

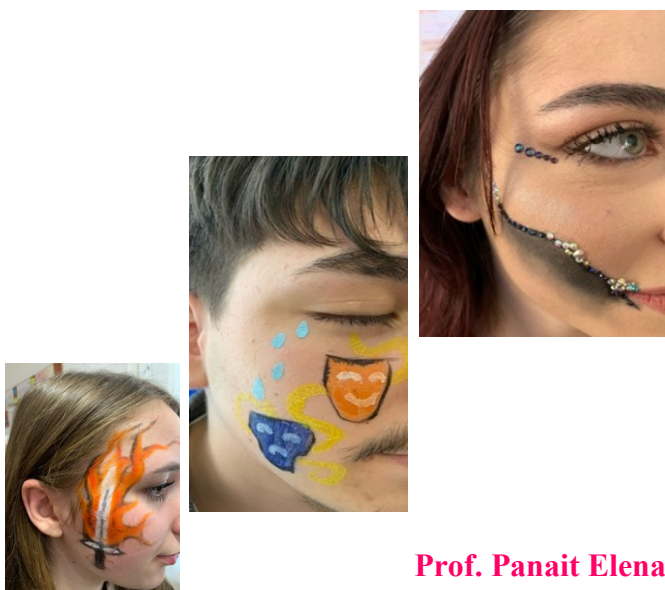
Obiectivele activității au fost următoarele:

- încurajarea lecturii în rândul elevilor;
- promovarea importanței lecturii în dezvoltarea personală;
- dezvoltarea gândirii critice a elevilor;
- exersarea abilităților de susținere a unui discurs scurt în fața unui public;
- crearea unui mediu educațional / cultural favorabil dezvoltării interesului pentru lectură al elevilor;
- stimularea creativității elevilor.

Activitatea s-a desfășurat în două etape: pentru

început, elevii înscriși au participat la un atelier de *face painting*, în cadrul căruia și-au realizat pictura pe față, după care au fost antrenați într-un captivant concurs de pictură facială și lectură cu indicii.

Elevii au participat fie individual (realizându-și singuri pictura facială inspirată de personajul preferat), fie în perechi (un elev fiind *painting artist* și celălalt interpretul personajului ales). În cadrul activității propriu-zise, fiecare participant și-a prezentat personajul printr-un scurt monolog (de maxim 3 minute, în limba română, dar și în limbile engleză și franceză) prin care a oferit indicii pe baza cărora membrii juriului și spectatorii au putut ghici / identifica (mai greu sau mai ușor) personajul reprezentat. Astfel, pe parcursul activității au defilat numeroase personaje reînvierte de elevi, precum: Alexandru Lăpușneanu din nuvela lui Costache Negruzzi, Harap-Alb din basmul lui I. Creangă, Hamlet, dar și Romeo și Julieta din tragediile shakespeariene, Kya din romanul „Acolo unde cântă racii” de Delia Owens, Gayatri Devi din romanul „Toate viețile pe care nu le-am trăit” de Anuradha Roy ș.a. A fost un prilej de reală bucurie a constatării extrem de reconfortante că elevii de azi încă mai citesc, și nu doar textele literare prevăzute de manuale, ci și literatură actuală de bună calitate. Toți elevii participanți au primit diplome și premii, astfel încât să fie încurajați să participe și cu alte ocazii la astfel de activități.



**Prof. Panait Elena**

### Istoria în epoca tehnologiei

#### CONCURSUL Național "Istorie și societate în dimensiune virtuală"

În ultimii ani Liceul Teoretic "Dunărea" Galați, găzduiește etapa județeană a Concursului Național "Istorie și societate în dimensiune virtuală", concurs interdisciplinar ce reprezintă o oportunitate pentru pasionații de istorie, socio - umane și informatică să își folosească cunoștințele și abilitățile pentru a crea pagini web sau softuri educaționale.



Concursul are drept scop realizarea unor materiale cu ajutorul computerului pe teme de istorie (istoria românilor sau istorie universală) și științe socioumane (educație civică, educație socială, logică, argumentare și comunicare, psihologie, sociologie, economie, filosofie, educație antreprenorială, studii sociale). Materialele pot fi realizate, la alegere, fie sub forma unor "Pagini Web" fie sub forma

unor "SOFT-uri educaționale"

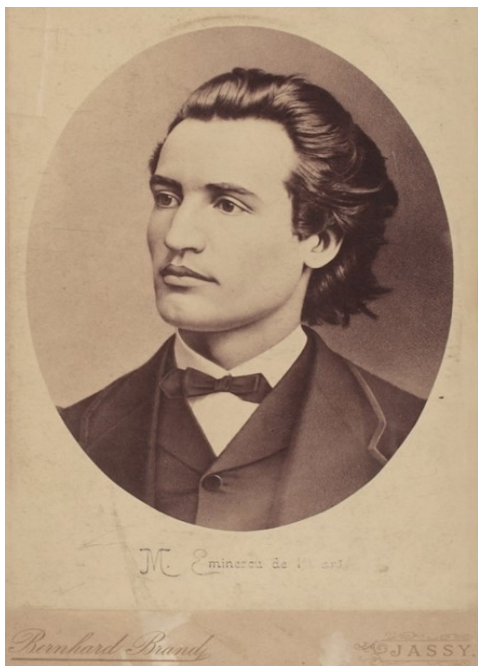
Anul acesta ne-am bucurat de o prezență numeroasă, 20 de elevi de liceu în Galați, Tecuci, Târgu Bujor, Berești participând la cele două secțiuni ale concursului. Am putut urmări teme legate de Războiul Rece, dezvoltarea AI, fotbal și istorie, calculator de prețuri, pregătirea examenului de bacalaureat etc. Proiectele realizate de elevi sub îndrumarea profesorilor de istorie, socio-umane și informatică, ne-au arătat multă seriozitate, rigoare științifică, abilități deosebite în tehnologia informației, dar și pasiune și determinare. Am observat și bucuria elevilor de a se întâlni cu alți colegi pasionați de istorie, socio - umane și informatică, colaborarea dintre ei și, ca în fiecare an s-au legat strânse prietenii. Felicitări tuturor

participanților și succes celor calificați la etapa națională ce se va desfășura în iulie 2025 la Craiova.



**Prof. Ștefan Cristina**

### Portrete EMINESCIENE



**MIHAI EMINESCU,**  
Portret făcut la Praga, în 1869,  
în atelierul lui Jan Tomáš



**MIHAI EMINESCU,**  
Portret făcut la București, în atelierul lui  
Franz Duschek, 1880 - 1883

O fotografie făcută în grabă la Praga avea să devină, peste ani, emblema lui Mihai Eminescu. Acest portret realizat în anul 1869, în Piața Sf. Wenceslas, atunci când Eminescu avea 19 ani, a reușit să-și impună supremația.

*„Portretul, ne dă impresiunea unui frumos tânăr, care dacă nu aduce prea mult cu poetul de mai târziu arată deslușit caracterele fisionomice ale acestuia. Ras la mustăți și cu părul mare – reminiscențe ale vieții de actor – Eminescu ni se înfățișează deja cu figura-i distinsă: cu capu-i cesarian remarcabil, cu fața de un oval clasic, cu fruntea largă, netedă, nobilă, cu ochii luminoși, visători, cumiți, cu gura expresivă, cu toate trăsăturile feții ca eșite din inspirația unui mare artist al armoniei plastice.”*

**Ion Scurtu**

Portretul care a fost considerat o bună perioadă de timp imaginea reprezentativă a poetului, e realizat de Franz Duschek, un fotograf ceh care-și avea studioul pe Str. Franklin din București.

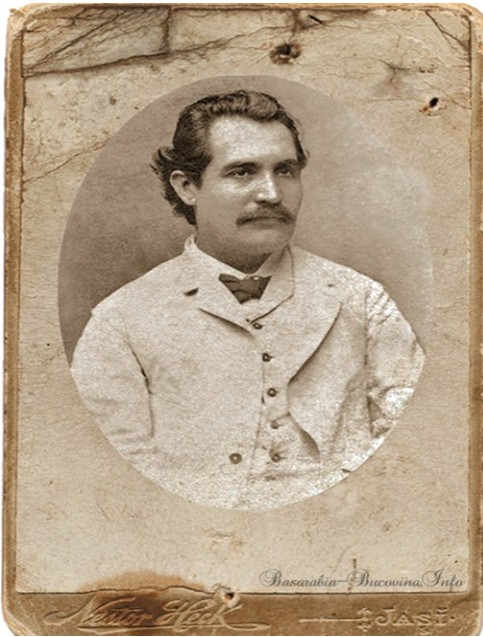
Fotografia a fost realizată în perioada 1880-1883, atunci când Mihai Eminescu avea în jur de 30-33 de ani, și a fost publicată de Titu Maiorescu într-un medalion cu portretele membrilor asociației culturale Junimea; acesta e și motivul pentru care poetul s-a lăsat fotografiat.

Probabil că și lui Eminescu i-a plăcut acest portret, având în vedere că i-a dăruit Veronicăi Micle un exemplar. O poezie scrisă de Veronica Micle, pare inspirată de această imagine:

*"Ș'acum mă'ntreb: simțirea adâncă  
Cum de se naște pentru'un portret,  
Căci nu-ți văzusem ochii tăi încă,*

**Continuare pagina 11**

## Interferențe culturale



**MIHAI EMINESCU,**  
Portret făcut la Iași, în atelierul lui  
Nestor Heck, 1884 - 1885

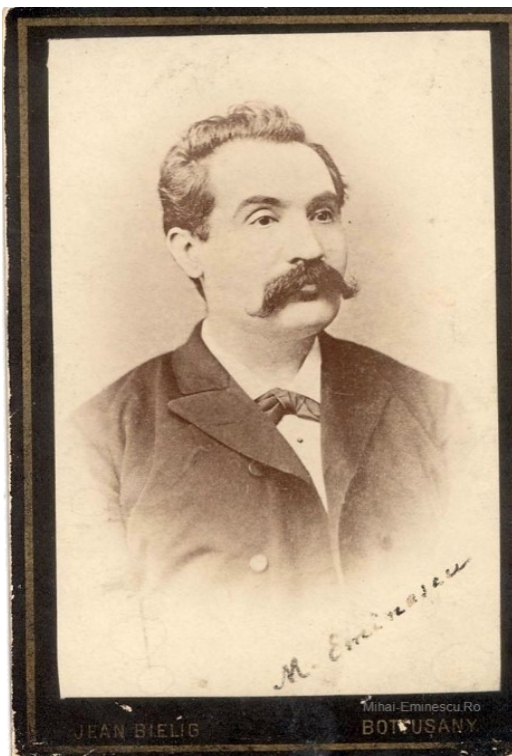
A treia fotografie a lui Eminescu este realizată la Iași, prin anii 1884-1885, în atelierul lui Nestor Heck. Împrejurările în care a avut fotografierea sunt relatate de unul dintre prietenii poetului, A. C. Cuza:

*„În sfârșit, într-o zi, vara, profitând de bunele dispoziții, l-am luat de pe terasa hotelului Traian din Iași pe Eminescu, împreună cu*

*Wilhelm Humpel și cu Petru V. Grigoriu, și așa, îmbrăcat în costumul său alb de vară, cum era,*

*ne-am dus cu toții la atelierul de fotografie*

*Nestor Heck, strada Lăpușneanu, nr. 42, unde a consimțit a se fotografia, însă numai în grup, alături de noi, ne-am așezat împreună. După indicațiile noastre însă, fotograful l-a scos numai pe dânsul, ceea ce nu puțin l-a supărat mai apoi, văzându-se amăgit ca un copil.”*



**MIHAI EMINESCU,**  
Portret făcut la Botoșani, în atelierul lui  
Jean Bieling, noiembrie 1887

Ultima fotografie a poetului este realizată în noiembrie 1887, de către fotograful Jean Bieling din Botoșani, la insistențele surorii sale, Aglaia, care venise de la Cernăuți. Eminescu, bolnav, se afla în casa celeilalte surori ale sale, Henrietta, care-l îngrijea.

*„... celebra privire tăioasă și penetrantă e deja amintire; ochii privesc golul interior, ca și pe cel din afara propriei ființe, o deșertăciune a existenței prinsă cu atâta profunzime în opera sa”,*

*scrie muzeograful Liviu Apetroaie de la Muzeul „Mihai Eminescu”, Iași*

**Prof. Epure Mihaela**

## Sărbătorește Dragobetele!

## Tradiții românești



Dragobete este o sărbătoare a tinerilor în special. Dacă vremea e frumoasă, sărbătoarea poate fi petrecută în aer liber, în natura pregătită pentru un nou an, printre flori și plante de primăvară.

Dacă e frig și vânt sau zăpadă, se petrece în casă. Altădată, când de Dragobete vremea era urâtă, fetele se strâneau la cineva acasă, de obicei la una dintre ele, unde invitau și băieții. Ei își petreceau ziua spunând glume, curțându-se și "făcând" Dragobetele (din cuvântul slav "drag").

Dacă o fată nu întâlnea niciun băiat sau bărbat în ziua de Dragobete, era foarte nefericită deoarece exista convingerea că nu-și va găsi un prieten sau un iubit în cursul anului.

*Flori de fragă*

*Din luna lui Faur*

*La toată lumea să fiu dragă*

*Urâciunile să le despartă*



De aceea tinerii obișnuiau să organizeze mici petreceri și să creeze o atmosferă caldă, dragăstoașă în această zi.

**De Dragobete nu uita:**

- ♦ *Să fii bun cu cei din jur și să le arăți cât îi prețuiești și cât îi iubești*
- ♦ *Să atingi prima dată în zi un băiat pentru a fi dragăstoașă tot anul*
- ♦ *Să oferi o floare cuiva drag pentru a-i aminti că-l iubești și că a venit primăvara*
- ♦ *Să fii vesel și să sărbătorești ca să fii ferit de boli tot anul*
- ♦ *Să îți reînnoiești promisiunile de prietenie*
- ♦ *Să iubești și să fii iubit/ă*



Vălela Bisericii



Drag



Fagot

Tinerele fete, în anumite comunități rurale organizau "întreceri de dragoste".

Acelea care erau curtate de mai mulți băieți erau suspectate că le-ar fi făcut acestora vrăji de amor, pentru a le răpi bucuria prietenelor lor de a-și găsi un iubit.

Fiu al **Babei Dochia**, Dragobetele era sărbătorit pe **24 februarie**. Deoarece însemna pentru omul arhaic începutul primăverii, ziua când natura se trezește la viață, ursul iese din bârlog, păsările își caută cuiburi, iar omul participa și el la bucuria naturii.

Dragobetele era un bărbat chipș, un neastâmpărat și un năvalnic.



Alina



Lugoj



Dăhor

Preluat de la vechii daci, unde Dragobetele era un pețitor și un naș al animalelor, românii au văzut în Dragobete un protector al iubirii celor care se întâlnesc în ziua de 24 februarie, iubire care ține tot anul, așa cum și păsările "se logodesc" în această zi.

În această zi satele românești răsunau de veselie a tinerilor și de zicala: **Dragobetele sărută fetele.**

Sunt multe credințele populare cu referire la Dragobete. Astfel se spunea că cine participa la această sărbătoare avea să fie ferit de bolile anului, și mai ales de febră, și că Dragobetele îi ajută pe gospodari să aibă un an îmbelșugat.



Târnă



Arad



Ien

Îmbrăcați de sărbătoare, fetele și flăcăii se întâlneau în fața bisericii și plecau să caute prin păduri și lunci, flori de primăvară. În sudul României fetele se întorceau în sat alergând, obicei numit zburătorit, urmărite de băieții cărora le căzuseră dragi. Dacă băiatul era iute de picior și o ajungea, iar fata îl plăcea, îl săruta în văzul tuturor. Sărutul acesta semnifica logodna celor doi pentru un an, sau chiar căsătoria. De Dragobete era un prilej pentru comunitate să afle ce nunți se pregătesc pentru toamnă.

*Prof. EPURE MIHAELA*

### Parlamentul - locul unde protejăm mediul cu ajutorul legilor

Am mai fost în Parlamentul României de mai multe ori. De fiecare dată, la Camera Deputaților, cu grupuri de elevi.

De data aceasta, Camera a devenit neîncăpătoare pentru atâtea școli aflate în Săptămâna Verde sau în Școala Altfel programate în ultima săptămână de cursuri din 2024. Pe noi nu ne-au mai putut primi. Ne-au direcționat spre Senat. Norocul nostru!

La Senat, pe scurt, control de securitate. Cărți de Identitate. Bagaje scanate. Instructaj-unde putem face poze și unde nu e voie. Unde ne putem așeza și unde nu. Intrăm.

Scara principală, replică supradimensionată a scării din Palatul de Iarnă de la Sankt Petersburg. În capul scării – cel mai frumos brad. Și domnul Nicolae Ciucă, încă Președinte al Senatului, trece pe lângă noi salutând. Un grup de vizitatori colindă lângă brad umplând holurile Senatului cu glasurile lor. Divin!

Suntem fascinați precum Alice în Țara Minunilor: pe pardosele - mozaic, pe pereți – marmură albă sau lemn, cel mai exact ceas din România, încastrat într-un perete. Totul la superlativ!

Sala de Plen e Verde. Ca noastră. Aici se nasc legile. apără mediul înconjurător. vorbește despre reguli și Despre vot.

Intrăm în sala Stere”. Ne place mult. Este tehnologie de ultimă generație internațională. Într-o sală alăturată se lucrează intens pentru validarea noului Parlament. Mă încercă, recunosc, o intensă curiozitate. Aș fi vrut să bag capul pe ușa acelei săli și să aflu cu o clipă mai devreme, cum va arăta acesta, după noile alegeri, cine va fi al doilea om în stat, după Președintele României, noul Președinte al Senatului?

Discutăm și despre chestiuni organizatorice și chestiuni tehnice. Dacă toate luminile Parlamentului ar fi aprinse, consumul de energie ar echivala cu cel al unei jumătăți de București. Vorbim despre economia de curent electric ce se face în Parlament. Despre colectarea apelor de infiltrație din subsolurile tehnice. Despre deversarea acestor ape în caseta de ape reziduale aflată sub Dâmbovița. Iar Dâmbovița este sub metrou. Iar metroul, sub clădirile, străzile, picioarele noastre.

Un colos la a cărui construire au contribuit toate fabricile, uzinele, atelierele meșteșugărești din țară, timp de 14 ani. Tot poporul a pus umărul la ridicarea ”Casei Poporului”, cea mai mare clădire administrativă pentru uz civil (ca suprafață), din lume, cea mai scumpă clădire administrativă din lume și cea mai grea clădire din lume!



unul atomic, românesc! Totul

și săptămâna Inclusiv cele ce Ghidul nostru ne regulamente.

”Constantin dotată cu pentru conferințe

Prof. dr. GIGLIOLA-ELENA DOBRIN

## VOLUNTARIII DUNĂRENI

### Donează o carte pentru bibliotecă!

Scopul major al bibliotecilor școlare este acela de a susține îndeplinirea obiectivelor educaționale și de învățământ, pe care le deservește și anume de a răspunde prompt nevoilor elevilor. Actualizarea și completarea colecțiilor bibliotecii se face atât prin cumpărare, cât și prin donații.

Donațiile sunt calea prin care biblioteca procură cărțile care corespund programei școlare în vigoare. Bibliografie școlară solicitată de către cititorii noștri se uzează în timp. Prin donațiile realizate de **Voluntarii dunăreni**, biblioteca școlară reușește să compenseze insuficiența volumelor solicitate. Gestul de a dona cărțile citite din biblioteca personală în favoarea bibliotecii liceului, este unul de lăudat. În ultimul timp, am primit donații de cărți, datorită generozității și inițiativei diriginților, împreună cu elevii din clasele liceului nostru, iubitori de carte.

În luna decembrie a acestui an doamnele profesoare



Tudor Veronica și Robu Cristina împreună cu elevii claselor a X-a A și a XI-a A au donat cărți pentru biblioteca noastră, cu preponderență din literatura pentru copii și adolescenți. Acestea vor putea fi citite atât de elevii de gimnaziu cât și de cei de liceu, multe din titluri fiind recent apărute.

Datorită inițiativei Voluntarilor dunăreni, elevii vor vizita mai des biblioteca liceului nostru, pentru a pătrunde în lumea minunată a cărților.

**Bibliotecar Arion Lica**

### Săptămâna fructelor și legumelor donate

În 28 noiembrie, elevii Liceului Teoretic "Dunărea" s-au implicat în campania "Săptămâna fructelor și legumelor donate" organizată de SNAC, sub coordonarea doamnelor director Piticari Ramona și Petrea Cosmina. Aceștia au distribuit aproximativ 250 de kilograme de fructe și legume copiilor din școlile speciale din Galați.

Primii beneficiari au fost copiii de la Grupul Școlar "Simion Mehedinți", unde am descărcat sacoșele cu produse sănătoase. Conducerea Școlii Speciale "Simion Mehedinți" ne-au întâmpinat și ne-a invitat să luăm parte la activitatea proiectului "Masa și clasa". Elevii de la Liceul Teoretic "Dunărea" au avut ocazia să prepare o salată de fructe și să se socializeze cu copiii de la școala gazdă, care ne-au dăruit o felicitare realizată de ei cu multă migală.



Am continuat activitatea de voluntariat la Școala Specială nr. 1 "Emil Gârleanu", unde elevii liceului nostru au donat fructe și legumele și au adus zâmbete pe fețele copiilor. Voluntarii dunăreni au petrecut mai mult timp cu copiii școlii gazdă cărora le-au spus povești și i-a implicat în jocuri educative.

Ultima oprire a fost la Centrul de zi pentru copii "Sfântul Spiridon", unde am fost întâmpinați de către copiii cu multă căldură ce ne-a încălzit sufletele, în ciuda vremii friguroase de afară. A fost o bucurie mare să petrecem o oră cu acești copii, cu imaginație și creativitate remarcabilă.

Închei prin a, mulțumi tuturor elevilor ce au înțeles importanța implicării lor în viața comunității și rolul voluntariatului. Elevii voluntari și-au manifestat interesul în a participa la alte astfel de activități ce sunt un real sprijin pentru persoanele aflate în dificultate.

**Andrei Miruna Mariela-cla XI-a C**

**Prof. coord. Dir. adj. Petrea Cosmina**

### IMPORTANȚA FIZIOLOGICĂ ȘI FARMACEUTICĂ A CROMULUI



**Cromul** este un oligoelement esențial a cărui funcție specifică este de a favoriza acțiunea insulinei pe carbohidrați și lipide (este un cofactor al insulinei), având

rol important în metabolismul glucidic; prin urmare, are rol în diabet, acționând preventiv împotriva acestuia, dar și în procesul de vindecare. Cromul participă, împreună cu insulina, la transportarea zahărului din sânge în țesuturile organismului, pentru utilizare sau acumulare.

Rolul principal al cromului în organism constă în reglarea nivelului de zahăr în sânge. Este activ sub formă chelată - crom bioorganic (probabil peptidic). Acest bioelement este atât de important pentru toleranța zahărului, încât deficitul lui are ca urmare dezvoltarea unei maladii asemănătoare cu diabetul. Lipsa cromului determină rezistență insulinică.

Ultimele studii efectuate în paralel la unități de cercetare din America și Europa au aratat că persoanele cu zahăr din sânge mai mare și sensibilitate mai mică la insulina pot răspunde mai bine la suplimentele de crom. Un studiu amplu pe mai mult de 62.000 de adulți din SUA a aratat că probabilitatea de a dezvolta diabet a fost cu 27% mai mică la cei care au luat suplimente alimentare care conțin crom.

Cromul are rol în diferite procese, precum scăderea tensiunii arteriale (preîntâmpinând hipertensiunea) și procesul de creștere (încetinește pierderile de calciu, deci poate fi de ajutor în prevenirea pierderii de masă osoasă la femeile aflate la menopauză). Cromul reduce colesterolemia, protejând vasele de sânge; cromul scade LDL-colesterolemia, crescând HDL-colesterolemia. În acest fel, previne cardiopatia ischemică.

Necesarul de crom este de 200 mg/zi. Cromul se găsește în stare naturală în ficatul de vițel, carnea de pui, scoici, drojdia de bere, semințele integrale de cereale, germeii de

grâu, ciuperci, sparanghel, brocoli, fasolea verde, cartofi, prune etc. Nivelul cromului în organism se reduce în timpul sarcinii și după naștere, la copiii bolnavi de diabet, la persoanele care suferă de afecțiuni arteriale coronariene (sclerozarea arterelor inimii). Deficitul cromului în timpul sarcinii explică diabetul care se poate dezvolta în această perioadă (diabetul gravidelor), iar interacțiunea cromului cu insulina poate, de asemenea, influența creșterea bruscă a masei corpului, acumularea lichidului și creșterea tensiunii arteriale, întâlnite frecvent la femeile însărcinate.

Cromul trivalent este un nutrient esențial pentru om și lipsa sa poate cauza îmbolnăvirea inimii, dereglarea metabolismului. Scăderea cromului în organism este asociată cu riscul crescut de insuficiență cardiacă congestivă, hipercolesterolemie, reducerea fertilității. Deficitul de crom poate determina diverse afecțiuni oculare. Există o legătură între nivelul scăzut de crom și riscul de glaucom. Asimilarea cromului trivalent în exces poate duce, de asemenea, la distrugerea sănătății, determinând prurit. Cromul trivalent se fixează pe albuminele plasmatiche.



Cromul hexavalent reprezintă forma cea mai importantă de crom din punct de vedere toxicologic. Cromul hexavalent este methemoglobiant (cu simptome asfixiante, cianoză) și anemiant. Intoxicația cu crom hexavalent determină scăderea acțiunii sistemului imunitar și alterarea materialului genetic. Cromul hexavalent este nefrototoxic și hepatotoxic. Cromul hexavalent este cancerigen,

producând cancer pulmonar și, mai rar, cancer nazal și laringian. Doza letală pentru omul adult este de 0,25 - 0,30 g  $K_2Cr_2O_7$ . Cromul hexavalent se fixează inițial în țesutul pulmonar, apoi trece în sânge, fiind vehiculat pe hematii. Cromul se depozitează în ficat, splină, rinichi și se elimină renal și digestiv. Antidotul folosit este  $CaEDTA Na_2$  (calciu Haussmann) și BAL (dimercaprol).

**Dir. adj. prof. Petrea Cosmina**

### ROLUL PROIECTELOR ȘCOLARE ÎN VALORIZAREA ELEVILOR

În anul școlar 2023-2024 s-a desfășurat proiectul școlar „Planul meu de pregătire pentru bacalaureat”, aplicat la clasa a XII-a D, profil real, specializarea științe ale naturii.



Necesitatea întocmirii unui plan de recapitulare a materiei pentru susținerea examenului de bacalaureat la matematică a fost dictată de

rezultatele obținute de elevii clasei la testul inițial aplicat la începutul anului școlar 2023-2024, unde am observat că nivelul de cunoștințe din clasele a IX-a și a X-a nu este satisfăcător pentru a face față provocărilor acestui examen.

Pentru a elimina insuccesele constatate, am studiat posibile cauze și factorii determinanți cu care se confruntă elevii din învățământul liceal (printre acestea, superficialitatea în gândire, lipsa exercițiilor suplimentare, neasimilarea noțiunilor predate, lipsa aprofundării lor prin rezolvare de exerciții), motiv pentru care mulți elevi nu fac față diverselor probleme întâlnite în manuale și în auxiliarele curriculare pentru pregătirea examenului de bacalaureat, declarându-se depășiți de situație. De aici strădania de a identifica activități, de a depista strategii în recapitularea unităților de învățare, prin crearea de sinteze teoretice, cu aplicarea acestora în teste, având finalitatea de a diminua și, de ce nu, de a eradica eșecul examenelor de matematică.

Activitatea a avut ca scop eliminarea obținerii notelor nesatisfăcătoare la examenul de bacalaureat. Elevii s-au obișnuit astfel cu sistemul de notare, cu cerința de

încadrare în timp, și-au adaptat ritmul de lucru la timpul alocat pentru teste tip examen de bacalaureat.

S-a urmărit învățarea eficientă, precum și o rezolvare corectă prin aplicarea de metode potrivite. S-a alocat mai mult timp elevilor care își însușesc mai greu materia și care au puțină intuiție matematică, în a aplica metode de rezolvare și a utiliza cele mai potrivite tehnici de rezolvare, oferindu-le feed-back-uri concludente și sugerându-le idei, atenție și înțelegere menite să îi încurajeze pentru a ajunge la rezultate mai bune. Remedierea situației la învățătură, obținerea procentului de promovabilitate de 100% la examenul de bacalaureat, precum și formarea unei imagini de sine corespunzătoare, depind de colaborarea permanentă dintre profesor-elev-părinte și de respectul reciproc, creând un climat corect de muncă, în care nivelul de aspirație al elevului să fie în concordanță cu posibilitățile sale reale de învățare.

Am stabilit următoarele obiective:

Conștientizarea importanței participării active la procesul instructiv-educativ



Schimbarea atitudinii elevilor față de matematică prin creșterea motivației de a ști din necesitatea largii aplicabilități a acestora în diferite domenii

Implicarea elevilor în procesul de învățare prin folosirea de metode și strategii adecvate și accesibile

Aprofundarea cunoștințelor minimale și formarea automatismelor în executarea corectă a unor tehnici (ex. calcul, redactare etc.)

Proiectul a fost un succes, rezultatele la bacalaureat fiind grăitoare: s-au obținut note de la 6 la 10, iar media pe clasă a fost 8,49.

**Prof. Robu Cristina-Maria**

### BENEFICIILE UNEI ALIMENTAȚII SĂNĂTOASE

#### Alimentația sănătoasă este acel comportament alimentar care:

- nu aduce noi factori de risc pentru sănătatea umană
- asigură aportul nutritiv, mineral și de vitamine adecvat
- are un rol benefic în crearea stării de bine.

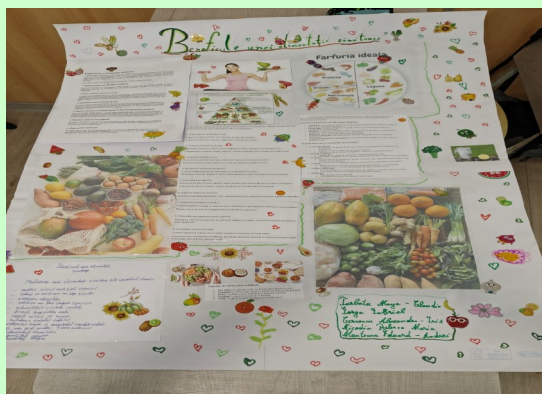
#### Acordă importanță:

- fructelor, legumelor, verdețurilor,
- cerealelor integrale,
- produselor lactate degresate,
- cărnii fără grăsimi, peștelui, ouălor,
- cantității suficiente de apă.



#### Principii ale unui regim alimentar rațional:

- luarea mesei de 5 ori pe zi (dejun, gustare, prânz, gustare, cină) cu intervalul între mese de 3 ore, pauza nocturnă fiind de 10 ore
- mesele principale (dejun, prânz, cină) să fie consistente și constituite din mâncare caldă
- la gustarea de dimineață se pot servi fructe sau suc de fructe, la gustarea de după masă – legume, salate de legume, suc de legume.
- respectarea orelor de masă



- cea mai importantă masă - din punct de vedere nutrițional și caloric este micul dejun, conținutul căruia va fi digerat total pe parcursul zilei, fără a se depune sub formă de grăsimi
- se recomandă ca cina să fie cu 3 ore înainte de somn, deoarece va rămâne un surplus caloric în organism tocmai când consumul energetic este mai redus.
- de consumat produse alimentare cu un conținut scăzut de grăsimi și colesterol, de preferat carnea mai puțin grasă
- de înlocuit produsele prăjite cu cele fierte, preparate la aburi sau coapte
- de consumat preponderent fructe, legume și cereale integrale
- de redus consumul de zahăr și sare.



Ținând cont de principiile unei alimentații sănătoase prezentate, elevii clasei a V-a au lucrat în grupe de câte cinci elevi, au adunat materiale și au notat, pe coli de flip-chart, cunoștințele dobândite. Materialele au fost prezentate colegilor și expuse în sala de clasă.

**Prof. Roșca Irene -Cristina**

## Robotica: Viitorul tehnologiei și impactul asupra societății

Robotica este una dintre cele mai dinamice și revoluționare domenii ale tehnologiei moderne, având un impact semnificativ asupra multor industrii și asupra vieții de zi cu zi. De la roboți industriali și asistenți personali până la mașini autonome și inteligență artificială, robotica redefinește modul în care interacționăm cu tehnologia și lumea din jurul nostru.

### Ce Este Robotica?

Robotica este ramura ingineriei care se ocupă cu proiectarea, construcția, operarea și utilizarea roboților. Aceasta îmbină mai multe discipline, precum informatica, mecanica, electronica și inteligența artificială, pentru a dezvolta sisteme autonome sau semi-autonome capabile să îndeplinească sarcini variate.

### Aplicații ale Roboticii

Robotica are aplicații extinse în diverse domenii, printre care:

**-Industria manufacturieră** – Roboții industriali sunt utilizați pe scară largă în fabrici pentru a automatiza procesele de producție, sporind eficiența și reducând erorile umane.

**-Medicină** – Roboții chirurgicali, precum da Vinci, permit intervenții minim invazive, crescând precizia și reducând timpul de recuperare al pacienților.

**-Transport și logistică** – Vehiculele autonome și dronele sunt utilizate pentru livrări rapide și eficiente, eliminând necesitatea intervenției umane.

**-Agricultură** – Roboții agricoli ajută la însămânțare, recoltare și monitorizarea culturilor, optimizând utilizarea resurselor.

**-Explorare spațială** – Roboți precum roverele de pe Marte sunt esențiali pentru explorarea planetelor și sateliților unde condițiile sunt prea dure pentru oameni.



in-

**-Asistență personală** – Roboții de tip AI, cum ar fi asistenții virtuali, ajută la automatizarea sarcinilor zilnice și oferă suport pentru diverse activități.

### Provocări și etică în Robotică

Pe măsură ce tehnologia avansează, robotica ridică și o serie de provocări și dileme etice, precum:

- **Impactul asupra locurilor de muncă** – Automatizarea ar putea duce la pierderea unor locuri de muncă tradiționale, necesitând recalificarea forței de muncă.

- **Siguranța și securitatea** – Sistemele autonome trebuie să fie securizate împotriva atacurilor cibernetice și să funcționeze în mod fiabil pentru a evita accidentele.

**Decizii morale** – Roboții care iau decizii autonome ridică întrebări despre responsabilitate și etică, mai ales în domenii sensibile precum medicina și transportul.

### Viitorul Roboticii

Robotica va continua să evolueze rapid, influențată de progresele în inteligența artificială, materiale avansate și miniaturizare. În viitor, ne putem aștepta la o integrare și mai profundă a roboților în viața cotidiană, cu sisteme inteligente care vor îmbunătăți calitatea vieții și eficiența industrială.

În concluzie, robotica nu este doar o tehnologie a viitorului, ci o realitate prezentă care modelează lumea în moduri extraordinare. Investițiile continue în acest domeniu vor duce la inovații și soluții care vor transforma fundamental societatea și economia globală.

**Prof. Burlacu Cătălina**

## Cum luptăm împotriva SPAM-ului?

! Protejați computerului cu programe anti-virus sau anti-spyware actualizate.

! Atenție, când deschideți atasamente e-mail provenite de la persoane necunoscute, când descărcați fișiere, programe sau jocuri de pe Internet sau când folosiți stick-uri USB sau HDD-uri externe, scanați-le înainte oricât de grăbiți ați fi.

! Adresa/adresele voastre de e-mail reprezintă o informație cu caracter personal, de aceea nu o publica pe Internet.



! Multe programe software pot aduna adrese de e-mail de pe web și crea liste de distribuție care sunt apoi folosite pentru a trimite mesaje nesolicitate. În marea majoritate a cazurilor aceste mesaje sunt trimise cu intenții necinstite.

Dacă ai primit un mesaj cu subiect suspect, trebuie să îl ștergeți, nu îl deschideți

De fiecare dată când primiți un mail cu fișiere atașate, scanați fișierele, chiar dacă persoana care ți le-a trimis îți este cunoscută.

**Prof. Tudor Veronica**

## Ce este un booktrailer ?



Lumea contemporană, atât de complexă și de diversă în multitudinea de paliere și arii comunicaționale, are la dispoziție numeroase modalități de promovare a unei cărți în rândul publicului cititor.

O resursă – cheie în demersul de promovare a unei cărți este booktrailerul, material ce reprezintă o recenzie video, o prezentare a unei cărți prin utilizarea instrumentelor audiovizuale. Ca instrument inovator de marketing, booktrailerul poate fi considerat preludiul lecturii operei literare prezentate, crearea lui implică imaginație, originalitate și creativitate din partea autorilor. Scopul unui booktrailer este captarea atenției și atragerea unui public cât mai larg către o anumită carte (popularizarea unei cărți), prezentarea argumentelor pentru care o carte merită să fie citită.

Se pot enumera diverse strategii de realizare a unui booktrailer: de exemplu, inserarea fotografiei cărții tipărite poate atrage mai mulți cititori, știut fiind că majoritatea acestora judecă o carte după copertă. De asemenea, intriga și evenimentele-cheie din carte nu trebuie dezvoltate. Booktrailerul presupune și recrearea vizuală, prin reprezentare teatrală, a scenelor-cheie, care să aducă la viață personajele cele mai importante. Scenariul trebuie să fie bine gândit, într-o manieră cât mai creativă și atractivă. Acesta presupune crearea unui *storyboard*, adică o succesiune de imagini care vor servi drept ghid pentru înțelegerea poveștii. Pentru a o realiza, se pot folosi programe digitale precum *Invideo*, *Adobe Animate*, *Blender* sau *Visme*. Ca durată, booktrailerul trebuie să fie scurt; dacă depășește două minute, este posibil ca cei care-l vizionează să-și piardă interesul. Fie la început, fie la sfârșit, este necesară includerea unor informații esențiale: titlul cărții, autorul, eventual editura și anul apariției, precum și numele realizatorului/realizatorilor booktrailerului. Odată finalizat, acesta poate fi încărcat pe platformele video sau postat/difuzat prin alte canale, cum ar fi

grupuri de lectură pe rețelele sociale.

În contextul școlar actual, care încurajează formatul *e-learning* în scopul îmbunătățirii performanțelor de învățare ale elevilor nativi digitali, booktrailerul se poate dovedi un instrument deosebit de eficient în formarea și exersarea unor competențe și abilități diverse în rândul elevilor, precum: cultivarea interesului pentru lectură, stimularea gândirii critice și autonome, dezvoltarea capacității de lucru în echipă, dezvoltarea competențelor digitale, crearea unei viziuni multiculturale și transdisciplinare, conectate la realitățile contemporane. Utilizat ca abordare interactivă a unei cărți fie în cadrul cercurilor de lectură, fie la orele de limbă și literatură română propriu-zise, booktrailerul orientează elevii către o lectură cu înțelegere, o citire activă și asumată a unei cărți, antrenându-le abilitățile actricești, de montare și editare de film, dar și pe cele de scriere creativă. Identificarea semnificațiilor nodale ale unei cărți (din programa școlară, propusă de profesor sau aleasă de elevi, în funcție de preferințele lor de lectură) și redarea acestora în limbaj multimodal presupun o abordare integrată și o lectură conștientă, critică și totodată creativă.

Realizarea propriu-zisă a unui booktrailer e precedată de etape importante, parcurse la nivelul fiecărei echipe: discutarea subiectului cărții, problematizarea/dezbaterea cu privire la semnificațiile cele mai importante ale acțiunii și evoluției personajelor, stabilirea scenariului, a elementelor de decor și recuzită (inclusiv costumele), distribuirea rolurilor, alegerea imaginilor și a fundalului sonor, înregistrarea vocilor/mesajelor, interpretarea scenelor, montarea acestora în forma finală. Este vorba, așadar, de un demers complex și de durată, care ajută la dezvoltarea personală a fiecărui elev, atât la nivel cognitiv-intelectual, cât mai ales la nivel socio-emoțional.

**Prof. Panait Elena**

## Aplicația CVMaker -redactare CV on-line

Cu siguranță ați auzit de CV sau curriculum vitae, și vă gândiți la momentul în care veți fi nevoiți să vă întocmiți propriul CV. În prezent există o multitudine de programe care îți permit să îți creezi un CV profesional direct pe telefonul mobil. Printre acestea, sunt incluse aplicațiile online disponibile pe site-urile dedicate locurilor de muncă, dar există și alte aplicații disponibile și care pot fi descărcate atât din magazinul Google Play cât și din iTunes.

Varianța profesionistă de întocmire a unui CV este

cea oferită de <https://europa.eu/europass/ro>,

dar pentru cei fără experiență profesională, este dezamăgitor deoarece sunt multe rubrici pe care nu aveți cu ce să le completați, fiind lipsiți de experiență. În acest caz este indicat

să vă întocmiți un CV pe una din aplicațiile on-line care ne ghidează în întocmirea unui CV prin sfaturi utile și o interfață prietenoasă.

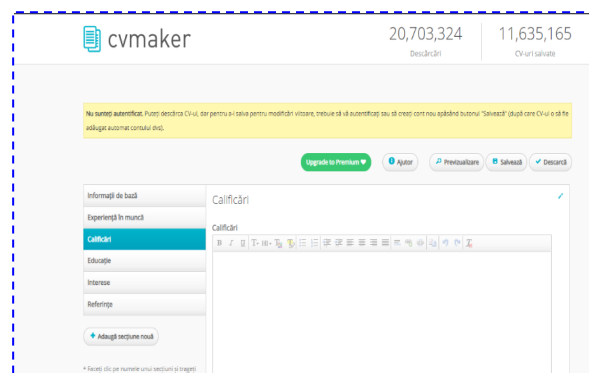
Majoritatea aplicațiilor online sunt gratuite și, de asemenea, au șabloane pentru a simplifica la maximum procedura de creare a unui CV profesional. Tot ce îți rămâne de făcut este să completezi câmpurile cu informațiile necesare despre tine, iar CV-ul este creat automat.

Una dintre aceste aplicații este: **Aplicația CV Maker.**

<https://cvmkr.com/ro/CV/new#0>

Aceasta oferă o interfață prietenoasă, în care informațiile sunt introduse structurat în secțiunile:

- informații de bază (nume, adresă, adresă e-mail, telefon, fotografie etc);
- experiență de muncă;
- calificări;
- educație;
- interese;
- referințe;



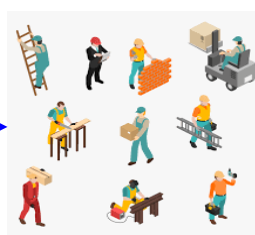
Dacă una din secțiunile de mai sus nu se completează, acea secțiune nu apare în CV. Dacă vi se pare că este important să adăugați unele informații care nu se încadrează în cele șase secțiuni ale aplicației, puteți adăuga o nouă secțiune în care să adăugați informații utile pentru locul de muncă pe care îl vizați.

Această aplicație ne dă posibilitatea să previzualizăm CV-ul, să salvăm modificările și să descărcăm documentul în format pdf, html sau txt.

Este important să aranjăm textul în pagină, să utilizăm fonturile potrivite, ușor de citit (Times New Roman sau Arial) și unitare, de dimensiune 12, să introducem doar informații utile care vă avantajează în raport cu postul pentru care depuneți CV-ul. Nu vă atașați fotografia decât dacă vi se solicită și doar dacă vă avantajează.

Redactați paragrafe scurte și concise grupate tematic, folosind spații de 1,5 rânduri între acestea. Concepeți un CV atractiv, atrageți atenția angajatorilor cu un format de CV atractiv! Prezintă-te și scoate în evidență cele mai importante aspecte profesionale!

**Prof. Tudor Veronica**



## Republic of Danube Robotics Team

O echipă tânără și entuziasmată care promite performanță! Republic of Danube este o echipă de robotică aflată la început de drum, dar plină de entuziasm și dorință de învățare. Această echipă este formată din următorii membri entuziaști: *Mocanu Andrei - XI A, Ivanov Ioana IXA, Tudor Bogdan IX A, Pândeale Iulian-IX A, Roșca Nicola - IX A, Sandu Maria IXA*, toți pasionați de robotică și dornici să își dezvolte abilitățile tehnice, dedicați explorării tehnologiei, dezvoltării abilităților STEM și participării la competiții pentru a-și îmbogăți cunoștințele și pentru a căpăta experiență.

Regionala de Robotică de la Piatra Neamț a provocat



echipa Republic of Danube să participe pentru prima dată sub această formulă, la competiția FTC (First Tech Challenge), unde a reușit să impresioneze juriul și să obțină premiul întâi pentru cel mai bun interviu.

Echipa își propune să continue să evolueze, să exploreze noi inovații în domeniul roboticii și să inspire alți elevi să își urmeze pasiunea pentru tehnologie.

Obiectivul principal este dezvoltarea atât din punct de vedere tehnic, cât și ca echipă, participând la competiții și colaborând cu alte echipe de robotică.

În prezent, nu dispunem de resursele financiare necesare, dar suntem încrezători în visul nostru ce va deveni realitate. Cu sprijinul dumneavoastră, putem face pași mari spre atingerea obiectivelor noastre:

Acoperirea costurilor de deplasare și cazare pentru participarea la competițiile regionale și naționale de robotică;



Acoperirea costurilor pentru deplasările în scopul de a prezenta în alte instituții de învățământ din județ robotica ca pasiune și posibilitate de carieră;

Achiziționarea de piese pentru robot – atât componente esențiale, cât și piese suplimentare pentru testare și demonstrații, fără a fi nevoie să demontăm robotul pregătit pentru competiție;

Achiziționarea de produse de prezentare și branding pentru competiții și expoziții – bannere, stand-up banners, stickere, materiale printate, tricouri etc.;



Scule, echipament de protecție, cutii de transport;

Licențe software (Fusion 360, Jira etc.).

Orice sprijin este valoros pentru noi și ne va ajuta să ne atingem obiectivele, să învățăm și să inspirăm viitoarele generații de pasionați de tehnologie.

**Prof. Burlacu Cătălina**

### Prețuirea sănătății și a vieții ca daruri ale lui Dumnezeu

#### ***Grija față de trup în viața Sfințelor Zenaida și Filonila***

Surorile sfinte, Zenaida și Filonila (în unele documente acestea sunt numite Zinaida și Filonela), s-au născut districtul Tarsus la începutul primului secol, într-o familie evreiască foarte educată, înrudindu-se cu Sfântul Apostol Pavel și Sfântul Iasos Episcopul din Tarsus. Mucenițele erau înzestrate cu o inteligență deosebită și dragoste pentru învățare, astfel încep a studia filosofia la cele mai prestigioase centre din prelegerile teoreticienilor medicali.

Avându-l ca mentor în credință și Zenaida și Filonila au dezvoltat o mare Iisus Hristos. După ce s-au botezat, cele necesar studiului în detaliu al filosofiei, dar Creștinismului în ideile filosofiei medicale. vindecare. După încheierea studiilor, Munților Pelion- recunoscută pentru



Tarsus, unde devin instantaneu atrase de filosofia creștină pe Sfântul Iason, Sfințele dragoste și compasiune față de Mântuitorul două au depus efortul și au sacrificat timpul și al medicinei, începând să aplice principiile Ele au înțeles că mântuirea este un proces de surorile s-au mutat în Tesalonic, în zona abundența apelor minerale binefăcătoare.

Dorința lor cea mai mare era ca medicina să se afle în armonie cu rugăciunea și credința sinceră în Dumnezeu. Cele două sfinte surori sperau ca toți cei care vin să le ceară ajutorul și vor primi vindecare fizică, să audă și Cuvântul Sfintei Scripturi și să contemple asupra credinței întru Iisus Hristos pentru a se vindeca și spiritual. Ele și-au găsit lăcaș într-o cavernă din Munții Pelion. Acolo au construit cu simplitate o capelă creștină, dedicându-se vindecării în liniște și contemplație până în cele din urmă zile ale vieții pământești.

Sfânta Filonila s-a străduit toată viața să elibereze medicina de ideea de magie, astrologie și superstiții, s-a specializat în medicina experimentală, utilizând metode științifice, iar Sfânta Zenaida era mult mai contemplativă, cu precădere interesată de suferința copiilor, și a lucrat pentru dezvoltarea îngrijirii pediatrice. Dragostea surorilor, compasiunea și deschiderea lor față de cei săraci și umili i-au atras pe mulți la credința în Domnul nostru Iisus Hristos, și nu numai calitățile medicale ale sfințelor au devenit renumite. Spre sfârșitul vieții ei, Sfânta Zenaida s-a dedicat complet vindecării bolilor psihiatrice și celor sufletești. Mulți dintre cei ce căutau vindecarea sufereau de severe depresii și alte boli psihice, iar ea avea înțelepciunea de a le recunoaște, apoi se preocupa de cauzele lor și le vindeca. Nu numai că sfințele Zenaida și Filonila au fost primii doctori creștini (după Apostolul Luca), dar ele au fost și primii dintre sfinții pe care îi numim „medici nemercenari”, medicina creștină a început cu femeile sfinte.

Textele hagiografice menționează că cele două sfinte au fost, fără echivoc, făcătoare de minuni. Scenariile morții celor două mucenițe variază, însă varianta oficială vorbește despre faptul că cele două au fost ucise cu pietre în somn, de către un grup de păgâni. Pentru că surorile sfinte aparțin istoric primului secol al creștinătății, detaliile vieții lor sunt mărunte și păstrate doar în textele vechi, specializate, greu accesibile. Această mică prezentare însă, surprinde câteva detalii ce urmează cu rigoare istoria oferită de ortodoxie.

Sfintele Zenaida și Filonila și-au dedicat întru totul viața îngrijirii trupului semenilor, iar pe lângă aceasta îngrijindu-i și sufletește prin îndemnul urmării lui Dumnezeu și prin rugăciunile adresate Lui de către surorile făcătoare de minuni.

***Radu Mihaela Alexandra***  
***Clasa a X-a***

**Prof. coord. Văceanu Mariana**



### The clock in the attic

It was a rainy day in my home country. I was having a great time, watching a movie when the lights suddenly went off. I was home alone and I was quite scared given the fact that my house was very old and there had been rumours that it was haunted. I rushed upstairs to the attic, trying to turn the generator back on, but it was very dark and I couldn't see a thing. I went to my room to get my phone so that I could use my flashlight, but my cat also wanted to come with me, so she followed me as we went upstairs. After searching for what felt like forever, I saw the generator and I turned it back on. The sudden light almost blinded me, but since I was already there, I started exploring. That's when I heard my cat meowing. I turned around, and that's when I saw my cat's paw pointing to a gorgeous clock that I had never seen before.

I picked it up and looked at it very closely, spotting every little detail. It was from Bucharest, dated back to 1940, it had some horses on the back and there were two initials carved on the back, S and D. I became very curious and just when I was about to grab my phone to search for some information, I saw a small button on the left side. I grabbed my cat and, a little bit scared, but curious, I pressed it. Suddenly, everything went black. I felt as if I was being dragged back and I couldn't do anything about it, so I held my cat tight and closed my eyes.

I woke up in a bed that was mine, but seemed older, with my cat right beside me. My room looked extremely outdated, but I thought I was just imagining things. That's when I looked outside and everything seemed completely different. Women were wearing long skirts with some kind of cloth on their heads, there were no roads, only dirt and no cars, almost everyone was on a horse.

I sat up, my heart racing as I tried to process what was happening. I looked around the room again, trying to convince myself that I was just having some weird dream or maybe even a hallucination from the sudden blackout. But the room felt too real, too solid. The old wooden floors creaked under the weight of my steps, and the smell of the air was thick with something ancient, something I couldn't quite place. I looked at my cat, who was still curled up beside me, calmly licking her paws as if nothing unusual had happened. It was comforting, yet unsettling at the same time. I reached out to pet her, but she didn't seem to notice

my nervous energy. Then, I remembered the clock. The strange, beautiful clock with the mysterious initials. I jumped out of bed, my feet hitting the cold wooden floor. I ran to where the clock had been, but it wasn't there. Panic surged through me. Had I imagined the whole thing?

I quickly scanned the room, my eyes landing on a small wooden table near the window. There, sitting innocently, was the clock. It seemed unchanged, despite everything that had just happened. I picked it up again, holding it close to my face. The initials, S and D, were still there, carved with precision into the back. The horses still galloped across the clock's face, frozen in time. I felt a strange compulsion to press the button again, the one on the side. But this time, something stopped me. Was I ready to go through whatever this was again? My mind raced as I considered the possibilities. Was I in the past? Had I somehow time-travelled? Or was this some kind of alternate reality?

Suddenly, I heard a soft knock at the door. My heart skipped a beat. I hesitated for a moment, unsure of what to do. But curiosity won, and I slowly made my way toward the door. I opened it just a crack, peeking out. Standing there was a woman, dressed in the long skirts and headscarf that I had seen from the window. She looked at me with a kind, but knowing smile.

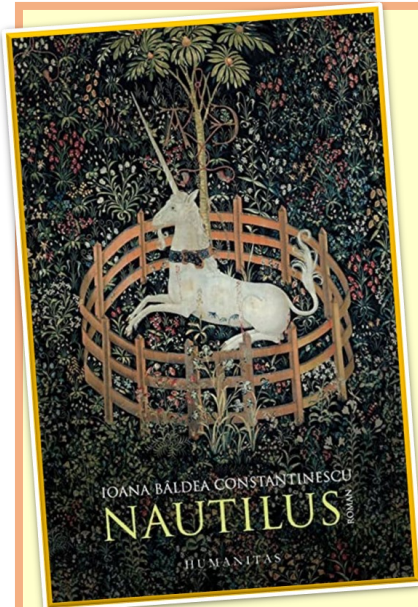
"Good morning," she said softly, her voice gentle and warm. "It's time for you to join us." I stared at her, too stunned to speak. How did she know I wasn't from this time? Was I even really in the past? The woman stepped closer, noticing my hesitation. "Come," she said again, taking a step back. "You've been chosen. The clock will guide you. Don't be afraid." With no other choice, I stepped into the hallway, the wooden floor creaking beneath me. My cat trotted beside me, seemingly unfazed by anything, as if she belonged here too.

As I walked down the narrow, lit hallway, I couldn't help but wonder: where was I really? What had I just gotten myself into? And more importantly, could I find my way back?

**ȘTEFAN ILINCA SOFIA, clasa a VIII a**

**Prof. coord. Genete Alina**

### NAUTILUS – Ioana Bâldea Constantinescu



"Nautilus", romanul scris de **Ioana Bâldea Constantinescu** și apărut la editura Humanitas, e una dintre cele mai bune cărți pe care le-am citit.

E o scriitură care m-a ținut captivă între rânduri și care m-a redus la emoție pură. Am citit-o cu ochii umezi (nu de tristețe, ci de "ceva"-ul acela care zbârnâie în ființa noastră fragilă, amintindu-ne cât de oameni suntem) și mă va bântui mult timp, așa cum Yakoov e bântuit de Miriam.

E o carte despre... ceea ce ne ține captivi într-un țarc invizibil "și noi știm prea puțin ce anume". Despre limita de suportare a disfuncționalității într-o relație. Despre sentimente trăite sau înăbușite, despre tatuajele noastre de pe piele, de sub piele și din suflet. Despre toată frustrarea provocată de ființa iubită și despre incapacitatea de a trăi, cu adevărat, în afara existenței acesteia. Despre oameni între care cresc "capitole de biografie neîmpărțită". Despre modul în care supraviețuim "demonilor" care ne "mănâncă pe dinăuntru". Despre cochilia circulară a vieților noastre. Despre oamenii pe care îi cărăm, bucăți, în noi înșine. Despre lumi care se fac fărâme.

Și despre frică. Frica de speranțe false, frica că visul o să dispară, Frica de a iubi, frica de a continua să iubești, frica de a nu ști dacă asta e dragoste, frica de a nu ști dacă te-ai oprit din iubit. Frica că celălalt va retrage degetele mâinii sale, atunci când, noaptea, i le atingi cu ale tale. Frica că cineva drag va cădea "stupid și fără sens" din lumea ta.

**Și despre oameni care merg să vadă marea împreună.**

"Nautilus" e răvășitoare. E sfâșietoare.

Am citit-o ținându-mi respirația, ca Yakoov, sau Blanche, sau Luna, să nu știe că sunt acolo, cu ei, și că le înțeleg așa de bine sentimentele.



**Prof. EPURE MIHAELA**

# Recomandare de lectură

## Recomandare de lectură

### Heart Bones

de Colleen Hoover

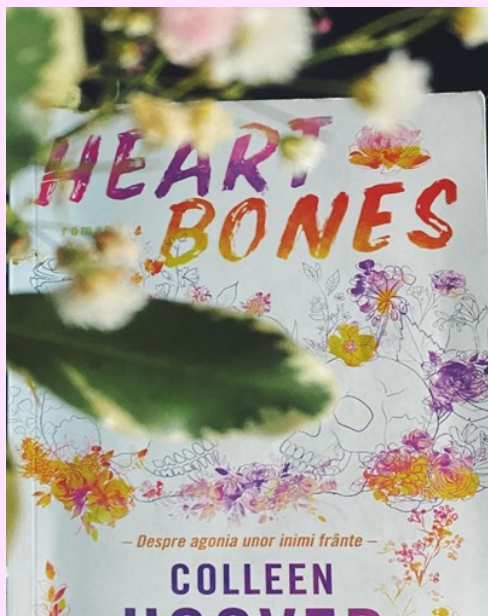
Titlul cărții reflectă perfect tema acesteia: agonia unor inimi frânte. Heart Bones de Colleen Hoover este un roman despre probleme familiale, tristețe, dezamăgiri, pierdere și regăsire, iar atunci când personajele se așteaptă cel mai puțin, despre o iubire intensă, marcată de obstacole și încercări. Cu un mesaj profund și o doză captivantă de suspans, această carte este ideală pentru cititorii care își doresc o poveste de dragoste autentică, plină de suferință și coborâșuri, dar care, în cele din urmă, duce spre un final memorabil.

Beyah Grim a învățat să se descurce singură într-o lume care i-a oferit puțin. Crescută de o mamă dependentă, și trăind mereu la limita supraviețuirii, Beyah nu a cunoscut siguranța sau iubirea familială. Când un eveniment tragic o lasă fără acoperiș deasupra capului, este nevoită să plece să locuiască pentru o vară cu tatăl ei, un om pe care abia îl cunoaște și de care este legată doar printr-un nume, într-un oraș de pe coastă complet diferit de viața ei anterioară. Acolo îl întâlnește pe Samson, un băiat misterios, care pare să ascundă propriile dureri. Deși provin din lumi total diferite, cei doi simt o conexiune puternică, bazată pe rănilor și secretele pe care le poartă. Pe măsură ce relația lor se aprofundează, Beyah descoperă că Samson ascunde adevăruri care ar putea să-i destrame tot ce au construit împreună. Într-o poveste despre pierdere, supraviețuire și iubire, Beyah trebuie să învețe nu doar să aibă încredere în ceilalți, ci și să se lase iubită.

Această carte a fost mult timp una dintre preferatele mele, reușind să îmi depășească așteptările, mai ales în categoria soft romance, eu citind mai mult dark romance. M-a impresionat profund, deoarece m-am regăsit în anumite aspecte ale vieții personajului principal, dar și stilul de scriere al lui Colleen Hoover, care reușește să transmită trăiri intense și autentice. Fiecare personaj are o poveste și un trecut foarte bine conturat, iar în final, toate aceste fire narative se împletesc armonios, creând o poveste perfectă, plină de emoție și profunzime. Recomand această lectură tuturor, în special tinerilor, deoarece abordează subiecte sensibile precum abandonul, abuzul emoțional și psihologic, dar și frumusețea și provocările unei relații, prietenia și puterea de a depăși greutățile vieții. Este o carte ideală atât pentru cei care doresc să descopere genul romance, cât și pentru cei care vor să iasă dintr-un reading slump și să se lase captivați de o poveste emoționantă. Cu siguranță voi reciti această carte într-o zi caldă de vară, pe plajă, lăsându-mă cuprinsă de atmosfera relaxantă, sunetul valurilor și această poveste de iubire emoționantă, ideală pentru zilele superbe sub soare.

**Maxim Beatrice, clasa a IX-a A**

**Prof. coord. Gogoncea Elena**



## Creațiile noastre

### Negustorii de Cuvinte

*Cărțile sunt negustori de cuvinte. Ca să le poți cumpăra Cuvintele, trebuie să le dai Timpul.*

Însa, eu am decis să le fiu Cuvintelor profesor și aș vrea să vă arăt și vouă Cartea mea. Mai mult nu o să pot spune, pentru că profesorii primesc doar Timpul, iar să continui mâine, nu cred că aș putea, pentru că mâine o să am alte Cuvinte și, sigur, nu se vor potrivi cu cele de azi.

Drumul până la Carte este tare întortocheat pentru începători, dar după ce găsești calea corectă, îți este foarte ușor. Este ca un labirint: după ce îl rezolvi, mai vezi doar traseul exact, nu și obstacolele.

Cartea la care predau, nu are formă sau culoare proprie. Fiecare o vede așa cum și-o imaginează. De exemplu, eu văd o Carte mică, cu pagini îngălbenite de timp și cu copertă de carton pe care scrie mereu altceva.

La intrare, înainte de primul Capitol, pe pagina din fața Camerei-Ascuțitoare, se află scrise câteva cuvinte de la Domnul Poveste: „Pentru Virgula și Punctul care mi-au fost mereu alături.” Să nu vă gândiți că se referă la recreație și la sfârșitul ei. Nu, este doar o coincidență! Se referă la cei care l-au ajutat toată viața să-și pună gândurile în ordine.

Acum, am să vă prezint organizarea Cărții și profesorii.

Cuvintele sunt grupate pe Capitole, care la orice carte, cel mai mic este unu, iar numărul maxim variază de la o Carte la alta. Unde predau eu, cel mai mare este patruzeci și unu, dar să nu vă gândiți că este și cel mai important. Ca să nu pierdem Cuvintele, Domnul Poveste a pus un Semn de Carte ca paznic, iar când cauți vreun Capitol, trebuie doar să te duci la pagina unde se află Semnul.

Cuvintele sunt organizate pe rânduri, iar orice vrei să faci: să le ascuți sau să le ordonezi, trebuie să o iei de la stânga la dreapta. Dacă o iei invers, nu mai înțelegi nimic. Nu pot să vă zic dacă Cuvintele stau proptite în ceva, pentru că fiecare își imaginează ce vrea. Eu le văd stând în picioare.

Când dorești să-i pui o notă Cuvântului sau când vrei să notezi despre comortamentul din acea zi, există un registru numit Dictionar. Depinde cum te porți, profesorul te notează la Sinonime sau Antonime. Notele se trec în fața Cuvântului.

În sfârșit, am ajuns la profesori. Sper să găsec cuvintele potrivite pentru descrierea lor. La început, aș vrea să înțelegeți că toți suntem vorbă-lungă. Directorul este Domnul Poveste. Le știe pe toate, le cuprinde pe toate, poate fi mare sau mic, reușit sau nu, frumos sau nu. Depinde cum ți-l imaginezi. Însă asta se oprește la un punct pentru că toți profesorii, inclusiv eu, avem un tipar care nu poate fi modificat. După Director, l-aș numi pe Domnul Juridic-Administrativ care se ocupă cu eliminarea din Dictionar a Cuvintelor cu abateri grave

sau pe cele veterane. Domnul Științific e foarte rece, lipsit de expresivitate și îți începe discuția cu vremea și știri de ultimă oră. Nu îmi este prea pe plac. Domnișoara Argumentativ este lipsită de pată. Nu te salută decât cu „Pentru că...”. Dar în ciuda oricărei păreri nefavorabile despre ea, vorbește extraordinar! Predă mai mult la Capitolele mari. Magister Informativ este o rudă a Domnului Științific, așa am înțeles. Oricum, nici dacă nu mi se spunea, sunt atât de reci, că-ți îngheață sângele-n vine numai de le auzi numele. Chiar și atunci când te anunță că mâine este soare. Dar lăsând toate acestea la o parte, sunt adevărate enciclopedii. Despre Domnișoarele Descriptiv și Narativ nu o să spun prea multe decât că cea din urmă este foarte bună povestitoare, iar Domnișoara Descriptiv te măgulește din doi timpi și trei cuvinte. Domnul pedagog Epistolar, veteran de Carte, e foarte profund, iar uneori te mai ia cu „Dragă” sau „Drăguțul meu”. Ultimul magistru este Monsieur Monolog. Cel mai ciudat dintre toți, după părerea mea, dacă nu-i uităm vârsta. Vorbește și bodogănește singur, fel și fel de lucruri, mai de care mai noi, mai vechi. Dar ce știu eu! Poate că este un profesor foarte bun, care învață, indirect, Cuvintele, adevărata conversație cu sinele.

Desigur că v-ați gândit că m-am omis. De fapt, nu. Dar nici nu am intenția să mă destăinui. Momentan, eu pot fi o imaginație.

Înainte să închei această parte, am să le amintesc pe cele două doamne plinuțe, cam palide și pe care le vezi degradându-se pe zi ce trece. Doamnele Radier, de origine germană, care omit unele greșeli și pete de cerneală, dar care iubesc mult Cuvintele, altfel cred că ar fi șters virgulele, sunt, după părerea mea, cele mai amuzante și mai sincere doamne.

Acum, am să vă arăt puțin, ce se întâmplă printre rânduri. Adică, o zi obișnuită. Sincer, este plină de vorbe și litere cu răvașe. Profesorii intră în Capitole și învață Cuvintele cum să formeze diverse: dialoguri, povestiri, monologuri, etc. Când se vede virgula, e pauză. Cuvintele ies din Capitole și se grupează în Propoziții, unele cu sens, altele nu. Când se vede punctul, învățăceii se regroupează în clase și astfel începe următoarea oră. Și tot așa, până se vede „Liber” care anunță sfârșitul programului. Atunci este momentul când Cuvintele se mută în Memoria măștrilor, până a doua zi. Dimineața următoare, ai alte pagini pline cu slove noi ce așteaptă să fie învățate și întrebuițate în texte. Acestea sunt singurele șanse până devin veterane.

Cărțile sunt negustori de Cuvinte. Ca să le poți fi prieten trebuie să ai și Timpul și Cuvintele.



**CACENSCHI SOFIA-Clasa a VII-a**

**Prof. coord. BURUIANĂ VALENTINA**

## Trandafirul meu



Îmi ești așa, așa frumoasă,  
Când plângi, zâmbești sau doar  
respiri,  
Și-atunci când sunt la pieptul tău  
Emani parfum de trandafiri.  
De fapt, tu ești un trandafir,  
Al meu, promis dintotdeauna,  
Așa cum Soarelui îi este,  
Doar lui promisă Luna.

te vreau te strig te caut nu ești  
sunt singur în mijlocul pădurii  
te vreau te strig te caut nu ești  
calc ghiociei în căutarea ta  
sunt pregătită să distrug orice floare  
sunt pregătită să rup fiecare fir de iarbă  
aș face și pădurea să dispară dacă tu ai  
apărea  
aș renunța la aer și lumina poeziei  
aș renunța până și la mine doar dacă ai  
veni

te vreau te strig te caut nu ești  
și poate nu vei fi vreodată  
ar fi mai bine să mă așez să tac și să  
număr ghiociei

## Confesiune

am fost odată cer în universul tău  
mă străduiam să fiu senin  
să îți zâmbesc  
să îmi zâmbești  
să ne zâmbim

am fost odată nor și m-am certat cu ploa-  
ia  
ea a murit s-a spulberat  
în dans  
catrene  
cântec  
zbor

ea a murit dar eu eram nemuritor  
n-a fost ușor să duc în spate  
și tunete  
și fulgere  
și dor

am fost odată lacrimă pe-obraz de blândă  
mamă  
plângea săracul suflet plângea  
pentru băiat  
pentru fetiță  
pentru soare  
lună  
stea



## Creațiile noastre

plângea săraca mamă dar niciodată pentru  
ea  
o implora o lume  
un cer  
un univers  
Pământul  
să plângă peste mare  
să nu ude nisipul  
am fost odată om  
mai bine nu eram  
eram poet  
eram  
scriam  
plângem  
mi-am întâlnit iubirea  
mai bine n-o făceam  
și trăiam doar o secundă  
trăiam prima secundă  
apoi  
secunda doi  
muream

Rebeca Cefalan-cl. XII-a  
Prof. coord. Epure Mihaela

## E ceață, iubito

E ceață, iubito, pe lac  
Și-n toamna asta târzie  
Oare de ce frunzele tac?  
Oare de ce-mi place mie?

E ceață, iubito, în lume -  
Și-aș vrea așa mult s-o iubesc...  
Dar nu-mi spune, iubito, pe nume  
Căci e așa pământesc.

Și luna se pierde în ceață,  
Nici raza de soare nu mai ajunge la noi.  
Spune-mi, iubito, dacă asta e viață...  
Mă milă de tine, de lume, de noi.



## Alinare

Eu, stinsul tău dintotdeauna,  
M-aprind în versuri, nu sunt viu,  
Tu, stinsă Alinarea mea,  
Mă faci să fiu,  
Mă faci să fiu...

Eu, sclav în iubire, rege al urii,  
N-aștern în versuri ce nu simt,  
Chiar dacă tu, de ochii lumii,  
M-obligh să mint,  
M-obligh să mint...

Chiar de sunt rege-n Infern,  
Tânjesc, aștept stropi de căldură,  
Tu, colțișorul meu de Rai,  
Ia-mă de mână,  
Ia-mă de mână...

Și să fugim acolo unde  
Căminul să ne fie-o stea  
Și să ne-aprindem împreună,  
Tu, stinsă  
Alinarea mea...

## Muzica asta...

Urcă-ți tăcerea cu un semiton  
Si-atinge-i nota mută  
Violoncelului afon  
Ce-n loc să cânte, ascultă.

Nu lăsa iarăși partitura  
Pierdută-n clape fără pianist,  
Nu lăsa inima să moară  
În versul ce deja e trist.

Nu mai lăsa iubiri să moară  
În zori, sub roua dimineții,  
Nu folosi a mia oară  
O cheia sol ca punct al vieții.

Rebeca Cefalan-cl. XII-a  
Prof. coord. Epure Mihaela

# Romante de martie

Creațiile noastre

## Picături de iubire

Te-am întâlnit într-o zi cu ploaie și  
vânt

Când totul părea trist, străpuns și  
înfrânt

Privirea ta, un foc ce ardea încet  
A pătruns în inima mea ca un tainic  
secret

Cu fiecare pas, tu-mi deschizi noi lumini  
Când mă pierd în ochii tăi blânzi și  
senini

În glasul tău simt o muzica veche  
O vrajă ce-n suflet aduce veghe

Mâna ta, când o simt pe mâna mea  
E ca un vis care nu vrea să stea  
Simt că timpul dispare, e doar un ecou  
Când suntem noi doi mă simt un erou

Și totuși, în fața ta, iubirea e imensă  
Căci dragostea noastră e densă  
E ca un râu ce curge, puternic și lin  
Ce învăluie totul în misterul divin



*Mocanu Carlos  
Elev clasa a X a C*

*Îndrumător bibliotecar  
Ariton Lica*



## Căldura primăverii

mașini ocupă trotuare, iar oamenii nu-i văd pe  
stradă,

mă plimb în strofe și poeme ca inspirația să  
mă vadă.

distanța crește zi de zi, iar eu o uit noapte de

noapte/

viața mea în tonuri gri e colorată acum în vechi nuanțe  
pastelate.

căldura o simt până în oase, iar soarele îmi joacă-n păr  
pe trotuare luminoase mă plimb încet sperând să văd  
într-un copac o vrăbiuță, pe floarea roz un fluturaș  
s-aud din cer o muzicuță cântând despre căldura din  
oraș.

și nu e cald ca-n dicționar, e cald în suflete curate,  
e bucurie printre oameni și bunăvoie între fapte/  
lumina soarelui îmbie o fată să-și împletească codițe  
și un băiat din neastâmpăr s-o tragă încet de fundițe,

dar nu mai cântă păsările ca-n povești.

în loc de triluri, auzim

claxoane, telefoane, pași grăbiți,

simt praful din aerul viu

al primăverii din oraș

și cumpăr flori cui eu iubesc

să le amintesc doar un moment

că primăvara e aici

și odată cu ea, ideea că va fi mai  
bine.



*Radu Mihaela-Alexandra  
Clasa a XI a E*

*Îndrumător bibliotecar Ariton Lica*

## Horoscopul dunărenilor:

## Divertisment

**BERBEC:** Încearcă să-ți menții viu spiritul de inițiativă, ceea ce se va dovedi un adevărat punct de lansare pentru un proiect de mare anvergură, la care vei fi părtaș cu trup și suflet. Trebuie să profiți de această șansă, căci vei primi tot sprijinul de care vei avea nevoie.

**TAUR:** Nu-ți fie teamă că nu ești suficient de bun, experiențele școlare care te așteaptă vor scoate la suprafață varianta ta optimă. Fără să fii nevoit(ă) să faci mare lucru, vei avea parte de apreciere și laude din partea colegilor și a profesorilor.

**GEMENI:** Te așteaptă un an școlar extraordinar, chiar dacă te vei putea confrunta cu niște complicații minore. Oportunitățile se vor arăta chiar de la început, și nu doar pe plan școlar, ci și pe cel sentimental. Atenție, așadar, la ofertele pe care le vei primi, să nu le ratezi, căci se vor dovedi pozitive și profitabile pe ambele planuri!

**RAC:** Pe măsură ce anul școlar va avansa de la un modul la altul, vei începe să vezi viața cu alți ochi și totul ți se va părea nou și încântător. La orizont se întrevăd diverse opțiuni care îți vor da speranță că îți vei putea îndeplini visele. Spre sfârșitul anului școlar vei realiza că nu ai avut suficient timp pentru lucrurile cu adevărat importante și îți vei canaliza energia spre ceea ce este prioritar pentru tine.

**LEU:** În acest an vei fi foarte productiv, te așteaptă zile intense și experiențe care îți vor pune limitele la încercare, dar acestea sunt pe placul tău, nu-i așa? Nu uita să bei multă apă și să mănânci sănătos. Chiar și supereroii au nevoie de combustibil pentru a-și îndeplini destinul miraculos! Anul acesta se va dovedi o perioadă remarcabilă pentru dezvoltarea ta personală.

**FECIOARĂ:** În prima parte a acestui an școlar ar trebui să eviți luarea unor decizii importante și acordarea de încredere excesivă unor apropiați (familie, colegi, prieteni), deoarece reprezintă o amenințare pentru planurile tale de carieră. Fii prudent(ă) în privința prietenilor, unii nu sunt mereu ceea ce par. La capitolul „bani”, vei avea parte de o sumă deloc de lepădat care te va surprinde în mod plăcut.

**BALANȚĂ:** În această perioadă, trebuie să te eliberezi pentru a-ți explora dorințele ascunse și a te vindeca emoțional de anumite traume. O anumită experiență va constitui momentul perfect pentru a te conecta cu tine și a încerca/reuși să te înțelegi mai bine. Fii blând(ă) cu tine și acordă-ți timp, pentru că este un an în care îți vei valorifica la maximum abilitățile psihice.

**SCORPION:** Materiile de specialitate ale profilului clasei tale se vor dovedi la un moment dat munți de netrecut, dar nu dispera! Matematica și istoria n-au omorât până acum pe nimeni. Puțină autodisciplină și organizare te vor ajuta să depășești obstacolele din catalog. Este posibil să planifici o excursie în străinătate.

**SĂGETĂTOR:** Anul acesta este recomandat să fii moderat(ă) în tot ceea ce faci și să eviți influențele dăunătoare, care te pot conduce pe o pantă alunecoasă. Exersează să ascuți mai degrabă decât să vorbești și s-ar putea să fii uimit(ă) de ceea ce poți să înveți. Acest lucru te va face să te simți grozav!

**CAPRICORN:** Acordă-ți din când în când mici pauze de la stres și seriozitate, doar astfel vei putea să treci lin prin toate dificultățile acestui an școlar. Colegii vor simți aceste dezertări de la presiune și se vor purta mai amabil cu tine, după cum și profesorii vor fi mai îngăduitori.

**VĂRSĂTOR:** Ambiția ta de a te menține și anul acesta ca lider informal printre colegi e în mod evident amenințată de apariția unui coleg nou. Fii vigilent și gestionează situația valorificându-ți abilitățile sociale. Doar dovedind empatie, spirit de echipă și toleranță vei reuși să-ți convingi colegii că ești cel mai bun!

**PEȘTI:** Este un an excelent pentru relații, chiar romantice, așa că ar fi bine să începi prin a fi receptiv la emoțiile tale și ale celor din jurul tău. O anumită experiență te va inspira să devii mai atent la propriile standarde în ceea ce privește dezvoltarea personală.

## Divertisment

|   |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |  | 9 | 1 | 1 |
| 2 |   |   |   |   |   |   |  |   | 0 | 1 |
| 3 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 4 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 5 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 6 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 7 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 9 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 1 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 0 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 1 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |
| 1 |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |

**ORIZONTAL:** 1) Doctor de gura lumii - Local anglo-saxon de căscat gura. 2) Bună de clantă - Sept interior! - Face spume la gură. 3) Prinse la strâmtoare! - Fondul pe care se conturează buzele. 4) Limbă din Gura Porțiței - Acoperă gura oalelor! 5)

Dare de un... cot (nu în gură) - În gura presei! 6) Zbârlitul cu botul ascuțit - A se limpezi singură! 7) ~ Legate la gură! - Petrecere de gură-spartă. 8) Plombă de canini! - N-au gură ascuțită (masc.). 9) Proces fiziologic început cu băgarea în gură - Julit la gură! 10) Gust când se face gura pungă - Incisivi în gură! - Duce la gură. 11) Legătură de sânge - Scenariu de închis definitiv gura.

**VERTICAL:** 1) Se ia o dată în gură - Vecin peste gură. 2) În gura estuarului! - Orificiu de intrare! - Guran, Gurau... 3) Îți ia cana din mână! - Practic interesul. 4) Urma scării balansate - Se repetă în urări. 5) Rozători cu incisivi superiori în plus - Relativ la doi. 6) Floarea cerealelor - Gura mică. 7) Acceptarea mirilor - Dinții câinilor. 8) Ies din vorbe! - Stau la gura sobei. 9) Dări de gură - O gură de generic! 10) Își iese din piele după un sărut arzător - Evacuare de spută! - Subiect de strâns la gura sobei. 11) A da pe gât - Cunoscute ca gura live!

(Rebus preluat de pe <https://rebusonline.com/>)

ADAUGĂ ȘI TU ARTICOLELE TALE !

[rezonantedunarene@gmail.com](mailto:rezonantedunarene@gmail.com)

## REDACȚIE:

### Colectivul de redacție:

PROF. PITICARI RAMONA-director

PROF. PETREA COSMINA-dir. adj

PROF. EPURE MIHAELA-consilier educativ

PROF. PANAIT ELENA

PROF. TUDOR VERONICA

BIBLIOTECAR ARITON LICA

### Elevi:

COBZARU ROBERT- XII E

PĂUN ALEXANDRA - XII E

BRAJDEȘ IRINA XII E

BULIGA ANTONIO - X A

LUPOAIE ANDREI - X A

NEAGU TEODOR-XA

ZĂINESCU DAVID - X A

Stimați colegi, vă invităm să colaborați la revista noastră cu poezii, eseuri, interviuri, evenimente, articole și umor.

Așteptăm opiniile și propunerile voastre pe adresa revistei noastre:

[rezonantedunarene@gmail.com](mailto:rezonantedunarene@gmail.com)

REDACȚIA