



PROCOPÍENII

*Revista elevilor și profesorilor
de la Liceul „Ștefan Procopiu” - Vaslui*

Anul VII, Nr.17 / septembrie 2017

“IUBITE CETITORIU,

Multe prostii ai fi citit de când ești. Cetește, rogu-te, și aste și, unde-i vede că nu-ți vine la socoteală, ie pana în mână și dă tu altceva mai bun la ivală, căci eu cu atâta m-am priceput și atâta am făcut.”

(Ion Creangă)

*Responsabilitatea pentru conținutul articolelor
publicate aparține în exclusivitate autorilor.*

ÎN ATENȚIA COLABORATORILOR REVISTEI

Colaboratorii revistei (elevi și profesori) trebuie să respecte următoarele cerințe:

- articolele să fie trimise în format electronic, scrise cu fontul TIMES NEW ROMAN, dimensiunea literei 12, **cu DIACRITICE**, spațierea la un rând, format A4;
- articolul poate fi însoțit de fotografii și bibliografie (acolo unde este cazul);
- articolul să fie corect redactat din punct de vedere tehnic și gramatical;
- **articolul nu trebuie paginat**;
- materialul să fie însoțit de numele și prenumele autorului;

Articolele se pot referi la: parteneriate europene, proiecte educative locale, județene sau naționale, concursuri, activități curriculare și extracurriculare, creații ale profesorilor și elevilor (poezie, proză, eseu, puncte de vedere, mesaje, gânduri, reportaje, interviuri), articole cu caracter științific etc. Pentru următorul număr al revistei, articolele pot fi trimise până la data de 25 ianuarie 2018.

Site-ul revistei "Procopienii": <http://procopienii.webnode.com>



Revista "Procopienii"

Nr. 17/septembrie 2017

ISSN 2248-0692

ISSN-L = 2248-0692

Colectivul de redacție:

Ionela BUSUIOC

Teodora MANDREA

Doina MAZGA

Mariana BACOȘCĂ

Mihaela MĂRÂNDESCU

Diana LUCA

Carmen BĂRDIȚĂ

Areta DIACONU

Aurelia CURELARU

Nicoleta AMANCEI

Anca BOCAN

Mihaela LITEANU

Florin CUCU

Silvia BÎRCĂ

Diana LOGHIN

Ina VLAD

Maria CIULEI

Cristian LOGHIN

Dascălu CONSTANTIN

Coordonator:

Prof. Daniela Ramona CROITORU

Cuprins

<i>Pulsul școlii</i>	Pagina 4
<i>Cooperare europeană</i>	
Competențe dobândite, abilități practice formate de elevii participanți la fluxul 2 de mobilitate "Deservirea, reglarea, întreținerea și repararea mașinilor pentru cusături elastice"	Pagina 27
O școală prietenoasă – Un nou proiect ERASMUS ⁺	Pagina 32
Pregătire practică la Dresda în Germania și la Braga în Portugalia pentru elevi de la clasele a IX-a, a X-a și a XI-a domeniul electric și electronică-automatizări	Pagina 34
<i>Procopienii de azi și ieri</i>	
Anii de liceu	Pagina 38
Interviu cu Mihaela Coșescu (Picioara)	Pagina 39
<i>Condeii Procopienilor</i>	
Povestiri în limba engleză	Pagina 41
Mesajul meu ... ANTIDROG	Pagina 43
Il était une fois...	Pagina 44
<i>Pagina diriginților</i>	
Mișcare în aer liber	Pagina 45
Avantajele mersului pe bicicletă	Pagina 48
<i>Universul cunoașterii</i>	
„Demonizarea” în opera lui Charles Baudelaire, Florile răului (160 de ani de la apariția volumului <i>Les Fleurs du Mal</i>)	Pagina 51
Programarea pianului în Arduino	Pagina 55
Sistemul de securitate al locuinței	Pagina 58
<i>Orizonturi</i>	
Scurte călătorii prin Europa	Pagina 61
<i>Cartea noastră de vizită</i>	Pagina 64

Pulsul școlii

LICEUL "ȘTEFAN PROCOPIU" PREMIAT LA COMPETIȚIA NATIONALĂ "ȘCOALĂ EUROPEANĂ"

În data de 15 iunie 2017, la Palatul Parlamentului a avut loc festivitatea de acordare a certificatelor de "Școala Europeană". Având în vedere că în 2017 se împlinesc 30 de ani de programe educaționale de succes la nivelul Uniunii Europene și 20 de ani de când aceste programe se derulează și în România, ANPCDEFP a organizat o secțiune specială a competiției naționale **"ERASMUS+30 ÎN ȘCOLI"**. Scopul acestei competiții a fost de a pune în valoare realizările și impactul proiectelor europene asupra școlilor din România.

Competiția națională **"ERASMUS+30 ÎN ȘCOLI"** a fost structurată pe două secțiuni:

1. Secțiunea "Pionierii" dedicată școlilor care au derulat proiecte europene în anii 1998 și 1999.

2. Secțiunea "Harnicii" dedicată școlilor care, începând din 1998 și până în prezent, au derulat cel puțin 10 proiecte instituționale (Comenius, Leonardo da Vinci, Grundtvig, Erasmus⁺). Pentru această secțiune, în procesul de selecție s-a ținut cont de eseu realizat (originalitate, stilul de argumentare privind impactul proiectelor asupra liceului și asupra comunității educaționale, utilizarea în context a cuvintelor cooperare, transformare, valori europene) și de numărul de proiecte implementate (minim 10 în perioada 1998-2017).

Liceul "Ștefan Procopiu" s-a numărat printre cele 12 unități școlare premiate la secțiunea "Pionierii" și a obținut Premiul I la secțiunea "Harnicii".

Aceste distincții reprezintă o nouă apreciere a eforturilor "procopienilor" care, în perioada 1999-2017, au contribuit la propunerea, realizarea și implementarea proiectelor europene și completează premiile primite de Liceul "Ștefan Procopiu" în ultimul an: Premiul I la Competiția Națională "Școala Europeană" (iunie 2016) și Premiul de Excelență acordat de Institutul European din România (noiembrie 2016).



Concursul Made for Europe, ediția 2017

Concursul național „Made for Europe” este cuprins în *Calendarul concursurilor naționale școlare finanțate de către M.E.N. în anul școlar 2016-2017*. Obiectivul concursului este valorizarea și promovarea experiențelor pozitive acumulate de unitățile de învățământ preuniversitar în derularea proiectelor finanțate prin programele europene din domeniul educației și formării profesionale.

Liceul ”Ștefan Procopiu” a fost reprezentat de eleva Bărdiță Larisa Ioana (clasa a XII-a G), membră în echipa parteneriatului strategic ERASMUS⁺ ”Skills for Life: Literacy” (coordonat de Liceul ”Ștefan Procopiu” în perioada 1 septembrie 2014-31 august 2016). Eleva Bărdiță Larisa Ioana a prezentat unul dintre rezultatele proiectului, anume auxiliarul didactic ”Lecții despre Uniunea Europeană”. Criteriile de jurizare au fost:

- Relevanța educațională a produsului proiectului pentru unitatea de învățământ;
- Transferabilitatea produsului;
- Caracterul practic (utilitatea produsului);
- Caracterul valorizator al produsului final;
- Calitatea prezentării produsului final.

Faza județeană a concursului național ”Made for Europe” (ediția a XI-a) a avut loc în data de 25 martie 2017 la Școala Gimnazială ”Constantin Parfene” Vaslui. Etapa națională a avut loc în perioada 25-28 aprilie 2017 în Dolj. Eleva Bărdiță Larisa Ioana a obținut Premiul al II-lea la faza națională a concursului.

Ediția din 2017 are o încărcătură simbolică aparte. Anul 2017 marchează împlinirea a 30 de ani de la lansarea programelor europene din domeniul educației și formării profesionale și 20 de ani de când unitățile de învățământ din România participă la aceste programe europene.



Donează o carte!

În luna mai 2017, elevii și profesorii procopieni au făcut o nouă faptă bună! În colaborare cu partenerul nostru Clubul Kiwanis Vaslui, procopienii s-au implicat în acțiunea caritabilă "Donează o carte!" organizată în cadrul Strategiei Naționale de Acțiune Comunitară (SNAC). Procopienii au donat circa 560 de cărți școlilor din comuna Ivănești. S-au implicat 29 de profesori.



Concursul "Cultură și civilizație în România"

În data de 23 februarie 2017, la Liceul Teoretic "Mihail Kogălniceanu" s-a desfășurat faza județeană a Concursului Național "Cultură și Civilizație în România". Este o competiție cu caracter interdisciplinar ce se adresează elevilor din ciclul liceal și constă în două probe, teoretică și practică. Liceul "Ștefan Procopiu" a fost reprezentat de un echipaj coordonat de prof. Croitoru Daniela și prof. Mărândescu Mihaela. Echipajul, format din elevii **Alexandrache Andreea Mălina**, **Iancu Gabriela** și **Larion Claudiu** de la clasa a XI-a P, a obținut Premiul al III-lea.



Sesiunea de referate și comunicări științifice

În data de 30 martie 2017, la Liceul cu Program Sportiv Vaslui, a avut loc faza județeană a Concursului Național "Sesiunea de referate și comunicări științifice ale elevilor din învățământul liceal – disciplina istorie". Concursul are ca obiective educarea capacității de comunicare și dialog, dezvoltarea gândirii critice, cultivarea expresivității și dezvoltarea spiritului de competiție și fair-play și este organizat pe două secțiuni: "Istoria românilor" și "Istoria universală".

Liceul "Ștefan Procopiu" a fost reprezentat de 4 elevi:

Nr. Crt.	Numele și prenumele elevului	Clasa	Secțiune	Prof. coord.	Rezultat
1.	Apenei Loredana	IX G	Istoria universală	Croitoru Daniela	Premiul I Calificată la faza națională
2.	Cocea Elena	IX G	Istoria universală	Croitoru Daniela	Premiul II
3.	Munteanu Victor	X D	Istoria românilor	Croitoru Daniela	Premiul III
4.	Ciobanu Daniela	IX G	Istoria universală	Croitoru Daniela	Participare



"Timp și spațiu românesc în context european"

În data de 18 mai 2017, Liceul "Ștefan Procopiu" a organizat ediția a V-a a concursului județean "Timp și spațiu românesc în context european". Au participat 71 de elevi de la următoarele licee: Liceul "Ștefan Procopiu" Vaslui, Liceul Tehnologic "Ion Mincu" Vaslui, Colegiul Economic "Anghel Rugină" Vaslui, Liceul Tehnologic "Nicolae Iorga" Negrești, Colegiul Agricol „Dimitrie Cantemir” Huși, Liceul cu Program Sportiv Vaslui.

Concursul se desfășoară pe patru secțiuni:

- I. „Istoria antică și medievală” (secțiune pentru elevii din clasa a IX-a)
- II. „Istoria modernă și contemporană” (secțiune pentru elevii din clasa a X-a)
- III. „Europa și România în secolul al XX-lea” (secțiune pentru elevii din clasa a XI-a)
- IV. „Istoria românilor” (secțiune pentru elevii din clasa a XII-a)

Elevii de la Liceul "Ștefan Procopiu", coordonați de Croitoru Daniela, au obținut următoarele rezultate:

Secțiunea I "Istoria antică și medievală"				
Nr. Crt.	Numele și prenumele elevului	Clasa	Profesor îndrumător	Rezultatul obținut
1.	Coccea Elena Mădălina	IX G	Croitoru Daniela	Premiul I
2.	Busuioc Andreea	IX G	Croitoru Daniela	Premiul III
3.	Apenei Maria Loredana	IX G	Croitoru Daniela	Participare

Secțiunea II "Istoria modernă și contemporană"				
Nr. Crt.	Numele și prenumele elevului	Clasa	Profesor îndrumător	Rezultatul obținut
1.	Munteanu Victor	IX D	Croitoru Daniela	Participare

Secțiunea III „Europa și România în secolul al XX-lea”				
Nr. Crt.	Numele și prenumele elevului	Clasa	Profesor îndrumător	Rezultatul obținut
1.	Nedelia Nicola Teodora	XI E	Croitoru Daniela	Premiul I
2.	Andone Mădălina Elena	XI E	Croitoru Daniela	Premiul I
3.	Bălăceanu Raluca Ancuța	XI E	Croitoru Daniela	Premiul I
4.	Cărare Andreea	XI E	Croitoru Daniela	Premiul III
5.	Gruia Gabriela	XI E	Croitoru Daniela	Mențiune
6.	Iorga Maria Cristina	XI E	Croitoru Daniela	Mențiune
7.	Mărdărescu Raluca Mădălina	XI E	Croitoru Daniela	Mențiune

Secțiunea IV „Istoria românilor”

Nr. Crt.	Numele și prenumele elevului	Clasa	Profesor îndrumător	Rezultatul obținut
1.	Gorbuleac Alina	XII C	Croitoru Daniela	Premiul II
2.	Cojocaru Theodora	XII C	Croitoru Daniela	Premiul III
3.	Cozma Sabina	XII C	Croitoru Daniela	Premiul III
4.	Luca Sergiu Cătălin	XII C	Croitoru Daniela	Participare



PRIMUL RĂZBOI MONDIAL TRIUNGHIUL EROIC: MĂRĂȘTI, MĂRĂȘEȘTI, OITUZ

În data de 11 aprilie 2017, 37 de elevi de la clasele a IX-a G, a X-a D și a XI-a E au participat la concursul „Primul Război Mondial. Triunghiul eroic: Mărăști, Mărășești, Oituz”. Obiectivele concursului au fost: îmbunătățirea cunoștințelor elevilor din grupul țintă despre momente importante din istoria națională și dezvoltarea capacității de formulare a unor opinii despre acestea, cultivarea, în rândul elevilor din grupul țintă, unei atitudini de apreciere a valorilor naționale. Subiectele au fost structurate pe două secțiuni:

- Secțiunea I: 40 itemi cu alegere multiplă despre participarea României la Primul Război Mondial (domenii: istorie, geografie, literatură);
- Secțiunea II: 6 întrebări structurate având ca element comun o sursă istorică despre participarea României la Primul Război Mondial care au vizat competențe precum comprehensiunea textelor și extragerea informației esențiale dintr-un mesaj, evidențierea relației cauză-efect într-o succesiune de evenimente istorice.

Profesori organizatori: Croitoru Daniela, Mărândescu Mihaela.

Rezultatele elevilor:

Premiul I

- Nedelia Nicola Teodora (clasa a XI-a E)
- Gruia Gabriela (clasa a XI-a E)
- Mărdărescu Raluca Mădălina (clasa a XI-a E)
- Carp Loredana (clasa a XI-a E)
- Profire Elvis Roberto (clasa a X-a D)

Premiul al II-lea

- Andone Mădălina Elena (clasa a XI-a E)
- Șoica Bianca Petronela (clasa a XI-a E)
- Munteanu Victor (clasa a X-a D)
- Bălăceanu Raluca Ancuța (clasa a XI-a E)

Premiul al III-lea

- Iorga Maria Cristina (clasa a XI-a E)
- Hanțaru Georgiana-Ionela (clasa a XI-a E)
- Coceă Elena Mădălina (clasa a IX-a G)

Mențiuni

- Codreanu Roxana (clasa a X-a D)
- Ciobanu Daniela (clasa a IX-a G)
- Danda Cornelia (clasa a X-a D)
- Busuioc Andreea (clasa a IX-a G)
- Surleac Nicoleta (clasa a X-a D)
- Roman Bianca (clasa a X-a D)
- Iacob Diana-Ionela (clasa a X-D)
- Rîpă Teodora-Florentina (clasa a X-a D)



9 mai 1877: Suntem independenți!

În data de 9 mai 2017, 32 de elevi de la clasele a IX-a G, a X-a D și a XI-a E au participat la concursul "9 mai 1877: Suntem independenți!" pentru a marca 140 de ani de la obținerea independenței României. Obiectivele concursului au fost: îmbunătățirea cunoștințelor elevilor despre Războiul de Independență al României din 1877-1878, dezvoltarea capacității de formulare a unor opinii despre acestea, cultivarea, în rândul elevilor a unei atitudini de apreciere a valorilor naționale. Subiectele au fost structurate pe două secțiuni:

- Secțiunea I: 40 întrebări cu alegere multiplă despre Războiul de Independență din 1877-1878 (domenii: istorie, geografie, literatură);
- Secțiunea II: 6 întrebări structurate având ca elemente comune două surse istorice despre Războiul de Independență care au vizat competențe precum comprehensiunea textelor și extragerea informației esențiale dintr-un mesaj, evidențierea relației cauză-efect într-o succesiune de evenimente istorice.

Profesori organizatori: Croitoru Daniela, Mărăndescu Mihaela.

Rezultatele elevilor:

Premiul I

- Profire Elvis Robert (clasa a X-a D)

Premiul al II-lea

- Nedelia Nicola-Teodora (clasa a XI-a E)
- Carp Loredana (clasa a XI-a E)
- Gruia Gabriela (clasa a XI-a E)

Premiul al III-lea

- Mărdărescu Raluca Mădălina (clasa a XI-a E)
- Munteanu Victor (clasa a X-a D)

Mențiune

- Danda Cornelia (clasa a X-a D)
- Șoica Bianca Petronela (clasa a XI-a E)
- Surleac Nicoleta (clasa a X-a D)
- Mititelu Alexandru (clasa a IX-a G)
- Hanțaru Georgiana Ionela (clasa a XI-a E)



Stai la școală!

În Săptămâna "Școala Altfel" (15-19 mai 2017), "procopienii" s-au implicat în organizarea de activități în cadrul proiectului educațional local "Stai la școală". Obiectivul general al proiectului este prevenirea absenteismului școlar în rândul elevilor și reducerea numărului de absențe pe termen lung.

În cadrul proiectului au fost organizate:

- **22 activități cu tema „Cine sunt eu?”.** Obiectivele principale ale acestei activități: înțelegerea de către elevi a importanței autocunoașterii pentru dezvoltarea personală și planificarea carierei, înțelegerea conceptelor "imaginea de sine" și "stima de sine", dezvoltarea unei atitudini pozitive față de sine și față de alții, identificarea unor modalități de dezvoltare a imaginii de sine și a stimei de sine.
- **15 activități tema "Asertivitatea".** Obiectivele principale ale acestei activități: cunoașterea principalelor caracteristici ale celor trei tipuri de comunicare: pasivă, agresivă, asertivă, identificarea propriului stil de comunicare, dobândirea cunoștințelor necesare pentru folosirea comunicării asertive, conștientizarea importanței comunicării eficiente și asertive între membrii grupului și în strategiile de dezvoltare a carierei, îmbunătățirea abilităților de a eficientiza comunicarea prin aplicarea principiilor asertive și prin exersarea tipurilor de comunicare în diverse situații caracteristice mediului de afaceri, exersarea brainstorming-ului ca metodă activ-participativă.
- **20 activități cu tema "Gestionarea emoțiilor"** Obiectivele principale ale acestei activități: înțelegerea noțiunii de inteligență emoțională, dezvoltarea competențelor de control și autocontrol a emoțiilor proprii și ale celorlalți, formarea și dezvoltarea abilităților de gestionare a emoțiilor negative, cunoașterea nivelului propriei inteligențe emoționale pentru a evita insuccesul profesional și personal, îmbunătățirea abilităților de comunicare.
- **17 activități cu tema "Presiunea grupului".** Obiectivele principale ale acestei activități: formarea și dezvoltarea responsabilității sociale, formarea și dezvoltarea deprinderilor de interacțiune socială, însușirea modalităților de rezistență la presiunea grupului și a unor strategii comportamentale adecvate, dezvoltarea capacității de decizie responsabilă, îmbunătățirea abilităților de comunicare.
- **18 activități cu tema "Învățarea eficientă".** Obiectivele principale ale acestei activități: identificarea stilului individual de învățare, identificarea strategiilor utilizate în cadrul stilurilor de învățare, dezvoltarea abilităților de luare eficientă a notițelor, dezvoltarea abilităților de schematizare grafică a conținutului unui text, dezvoltarea abilităților de citire eficientă, conștientizarea factorilor care motivează învățarea, identificarea și stimularea componentelor motivaționale ale elevilor într-o manieră creativă.



Școala de afaceri pentru tineri

În data de 24 mai 2017, Liceul "Ștefan Procopiu" a fost gazda ultimului seminar de informare din acțiunea "Școala de afaceri pentru tineri/Young in Business" organizată de Europe Direct Vaslui. Cu acest prilej a fost prezentat concursul de planuri de afaceri adresat liceelor și școlilor profesionale.



Elevii care au dorit să participe la concursul "Planuri de afaceri" s-au organizat în echipe de câte trei persoane sub coordonarea unui profesor. Echipajul "procopienilor" (SC "Savarina" SRL) s-a clasat pe locul al II-lea. Echipajul, coordonat de prof. Costel Cucorianu, a fost format din elevele Anton Alexandra-Florentina, Baci Sânziana-Dumitrița și Ciobotaru Diana Elena de la clasa a XI-a P. Premiul a constat într-o excursie la Piata Neamț în perioada 12-13 iunie 2017.



Polițist pentru o zi

În cadrul programului „Școala Altfel” elevii claselor a IX-a I și a X-a J au trăit o experiență nouă, ei au fost agenți ai Poliției Locale pentru o zi. Elevii, îndrumați de prof. Aurelia Curelaru și Iulia Ungureanu, au participat la activitățile organizate de Poliția Locală a municipiului Vaslui în *Ziua Porților Deschise*. Elevilor li s-au oferit informații despre cariera de agent, fiind invitați să îmbrățișeze și ei această meserie. De asemenea, organizatorii au povestit experiențele lor și riscurile acestei meserii. Elevii au admirat expoziția cu armele din dotare, iar unii mai curajoși au îmbrăcat uniforma de agent de poliție și au utilizat mijloacele de transport ale Poliției Locale, ajutați fiind de către organizatorii programului *Ziua Porților Deschise*.



Polițist pentru o zi



Sois Eco, sois Vert!

În *Săptămâna Națională a Voluntariatului* elevii clasei a IX-a I, coordonați de prof. Aurelia Curelaru, au organizat o activitate de ecologizare a zonei de agrement Baraj Delea. Inițiativa a venit din partea elevilor, care au dorit să ofere turiștilor un exemplu de comportament demn și corect în spațiile verzi de agrement. Elevii „și-au confecționat” diverse „mesaje verzi” pentru a atrage atenția turiștilor și pentru a-i îndemna să protejeze natura. Mesajele au fost scrise în limba română și în limba franceză, fiecare alegând să-și exprime gândurile pozitive pe tricouri albe. Elevii au adunat deșeuri din zona Barajului și le-au depozitat în saci de plastic, invitând și turiștii să fie solidari cu acțiunea lor.



Tradiții de Paște la români și la francezi

Înviearea Domnului reprezintă momentul de vârf al creștinismului, triumful luminii asupra întunericului, esența sacrificiului divin. Creștinii de pretutindeni așteaptă cu bucurie lumina sfântă care le va binecuvânta casele și le va aduce liniște.

Sărbătorile de Paște sunt pline de semnificații și tradiții care se păstrează din cele mai vechi timpuri. Cunoașterea acestor obiceiuri și simboluri într-o societate de consum a reprezentat obiectivul principal al activității educative extracuriculare: „**Pâques – fête chargée de symboles**”.



Elevii claselor a IX-a I, a IX-a K, a X-a L, a XI-a D au explicat semnificațiile tradițiilor de Paște existente la creștinii români și francezi, participând la activitatea inițiată de doamnele profesoare de Limba Franceză de la Catedra de Limbi moderne, în Săptămâna Patimilor, 13 aprilie 2017. Elevii au creat colaje prin care au reușit să prezinte perpetuarea obiceiurilor de Paște în zona Transilvaniei, în Țara Moților, în Moldova, precum și în Provence. De asemenea, un grup de elevi de la clasa a IX-a I a realizat o prezentare PPT cu simbolurile pascale franceze (lumina, clopotele, mielul pascal, ouăle vopsite, florile pascale, „les pâquerettes”), iar eleva Ungureanu Andreea (cls. a XI-a D) a prezentat în limba franceză materialul realizat. Elevii au prezentat colajele realizate în limba franceză și în limba română, explicând alegerea temei și a surselor de documentare. La sfârșitul activității, elevii și-au făcut urări de Paște în limba franceză, pregătindu-se astfel spiritual de sărbătoarea Învierii Domnului Iisus Hristos. **Joyeuses Pâques!**



**CONCURSUL NAȚIONAL DE COMUNICĂRI ȘTIINȚIFICE PENTRU ELEVII
DIN CLASELE CU PROFIL TEHNIC „EDMOND NICOLAU”**

19 mai 2017 – Prezentarea lucrărilor în cadrul secțiunii ”Știință și tehnologie” din cadrul concursului național de comunicări științifice ”Edmond Niculau” organizat la Liceul ”Ștefan Procopiu”.



Elevii de la XII C au fost invățători și educatori la școlile lor!

Prof. Mandrea Teodora, diriginte clasa a XII-a C

În cadrul proiectului „Citește unui copil despre iubire necondiționată”, derulat de *Asociația Creștem Oameni* – Vaslui, asociație fondată de Mihaela Coșescu, fostă elevă a liceului nostru, elevii clasei a-XII-C au trăit cu emoție cea mai frumoasă experiență a anilor de liceu. Mihaela Coșescu, care este autoare de cărți pentru copii, a donat prima sa carte „Te iubesc, orice culoare ai avea”, bibliotecilor de la școlile și grădinițelor din județul Vaslui, dar nu oricum. A trimis cu drag cartea prin mesageri care au citit-o copiilor, au discutat împreună cu aceștia mesajul cărții și s-au jucat alături de ei. Elevii clasei XIIC s-au pregătit pentru întâlnirea cu cei mici. Emoțiile erau foarte mari, deoarece trebuiau să meargă în școlile unde ei înșiși au fost elevi, să-și întâlnească foștii profesori, și, mai ales, să capteze atenția copiilor. Domnul psiholog Dragoș Crăescu le-a explicat mai întâi cum ar putea reacționa grupele de copii, apoi le-a arătat cum să intre în pielea celor mici și cum să le citească. Cei mari consideră că a fost o experiență minunată. Unii au zis că acum înțeleg bucuria unui profesor când primește admirația sinceră, necondiționată, a copiilor.



La acest proiect, care a avut loc la sfârșitul anului școlar 2015-2016 și începutul anului școlar 2016-2017 au participat ca voluntari:

- Bursuc Anuța: Școala nr. 9 Vasile Alecsandri, Școala sat Teisoru, Școala gimnazială Oprîșita-Dimitrie Bușila;
- Burca Andreea Ștefana: Școala nr. 9 Vasile Alecsandri, Școala sat Teisoru, Școala gimnazială Oprîșita-Dimitrie Bușilă.
- Dumitru Alondra Maria – Școala Nr. 8 Alexandra Nechita, Școala Crasna, Școala Albești
- Proca Șefania- Școala nr.3 Constantin Parfene, Școala Mihai Eminescu Laza 5.
- Acostinoae Roxana- Școala nr.3 Constantin Parfene, Școala Mihai Eminescu Laza
- Luca Sergiu- Școala nr.3 Constantin Parfene
- Cojocaru Theodora - Școala Nr. 8 Alexandra Nechita
- Zaharia Ionut-Școala Sasova, Școala Adrian Porumboiu-Munteni de Jos

- Creangă Bogdan- Școala Adrian Porumboiu-Munteni de Jos
- Iacomî Laurențiu- Școala Adrian Porumboiu-Munteni de Jos
- Ciobanu Madalina - Școala Valea Mare
- Bolea Delia- Școala Fastaci, Școala Delești
- Bobârnat Ana Maria- Școala Fastaci, Școala Delești
- Proca Roxana- Școala Mihai Eminescu Laza.



În afara de timpul lor , pe care l-au oferit copiilor, aceștia au cumparat cu drag din bugetul propriu, creioane colorate, carioci, cretă, hârtie și chiar dulciuri pentru copii, au suportat cheltuielile de transport, refuzând acoperirea acestor cheltuieli de către asociație. A fost bucuria lor sinceră să se întoarcă la școlile unde au fost elevi, în satele natale sau în oraș, să arate profesorilor de la școlile primare și gimnaziale că educația primită a dat roade.



Și câteva din impresiile lor:

“Această carte este una foarte educativă și ușor de înțeles de către copii. Copiii răspund pozitiv la această poveste. De exemplu astăzi am prezentat cartea **„Te iubesc, orice culoare ai avea!”** la grădinița din satul Crasna. Copiilor le-a plăcut foarte mult și au fost foarte atenți. Regret că din cauza timpului nu le-am putut citi în întregime cartea ci doar le-am povestit-o, dar știu sigur după reacția lor la povestirea cărții că vor dori ca educatoarea lor să le-o citească. Părerile ale copiilor de la grădiniță nu au fost prea multe deoarece sunt puțini copii, mai exact 9. Ioana a afirmat „Îmi place mult cartea, și eu am acasă un frățior!”, iar Andrei „Eu îmi doresc un frățior așa roz cu picățele”. Majoritatea copiilor a fost impresionată de jocul de la sfârșitul cărții **„Te iubesc, oricât, oricum, oriunde, chiar dacă!....”** și ne-am jucat și noi. Au fost foarte fericiți doar că sunt și foarte cuminiți așa că nu au avut multe de zis.

Sunt foarte încântată că le-am putut prezenta această carte, care reprezintă o mică povestire benefică atât celor mici cât și adulților. Reprezintă un sfat pentru adulți pentru a înțelege ceea ce se întâmplă în sufletul unui copil când acesta nu se mai simte văzut și auzit. Chiar dacă nu am copil am învățat ceva din această carte care mă va ajuta să pun în practică la momentul respectiv. Mă ajută chiar să pun în practică acea lecție nu doar cu copilul meu, ci chiar cu alte persoane diferite prin culoare, religie. Vă mulțumesc!” (Alondra)



„La clasa a doua a fost diferit, am împărțit fișele pe care să deseneze girafele, însă au preferat să asculte povestea întâi. La sfârșit și-au declarat iubirea față de prietenul cel mai bun din clasă. Una dintre fete ne-a spus "Am înțeles că, dacă fratele sau sora noastră este albastră noi să nu fim geloși că nu arătăm la fel". O altă fetișă ne-a spus "Am înțeles că atunci când apare un frate sau o soră mai mică noi nu trebuie să fim geloși că nouă nu ne dă nimeni atenție". Un băiețel a spus : "Mie mi-a plăcut povestea pentru că era cu girafe, pentru că sunt așa de înalte". Am informat copii că vor putea găsi cartea în biblioteca școlii dacă vor dori să o citească chiar ei și să o înțeleagă chiar mai bine dacă de la noi nu au înțeles-o foarte bine.” (Cojocar Theodora)

Cooperare europeană

Competențe dobândite, abilități practice formate de elevii participanți la fluxul 2 de mobilitate "Deservirea, reglarea, întreținerea și repararea mașinilor pentru cusături elastice", impresii împărtășite elevilor și cadrelor didactice de la Liceul „Ștefan Procopiu” Vaslui

Programul Erasmus+ Acțiunea cheie KA1, proiect de mobilitate, „Inovare, competență și succes pentru viitorii profesioniști în context european” – ICS-CE 2016-1-RO01-KA102-024159.

Perioada de mobilitate: 14.05-27.05.2017

Parteneri:

Organizația de trimitere: Liceul “Ștefan Procopiu” Vaslui, Romania

Profesor însoțitor: Diaconu Areta

Profesor monitor: Bacoșcă-Bică Mariana

Organizația de primire: Compania GETEX SP Z.O.O., Rybnik, Polonia

Tutore de stagiu: Tadeusz Gol

Organizația intermediară: Compania Aviva Poland, Wroclaw, Polonia

Manager: Konstancja Szymura

Obiectivul general al proiectului:

Dezvoltarea competențelor profesionale ale elevilor din învățământul profesional și tehnic în vederea asigurării tranziției de la școală la viața activă.



Obiectivele specifice ale proiectului:

- dobândirea cunoștințelor și dezvoltarea abilităților practice în domeniile mecanică, industrie textilă și pielărie, pentru un învățământ profesional de calitate care să faciliteze accesul tinerilor spre piața muncii;
- desfășurarea activităților de pregătire practică a participanților în condiții reale de muncă oferite de organizațiile partenere;
- promovarea muncii în echipă;
- îmbunătățirea competențelor lingvistice.



Grupul de participanți: 10 elevi de clasa a-X-a profil tehnic, domeniile:

- Mecanică - 6 elevi, calificările profesionale: Tehnician mecatronist, Mecanic auto
- Industrie textilă și pielărie - 4 elevi, calificarea profesională: Confectioner produse textile

Activități practice desfășurate

- ❖ Festivitatea de deschidere a stagiului, prezentarea participanților și a tutorelui de stagi;
- ❖ Prezentarea companiei Getex și a staff-ului, istoric, activitate;
- ❖ Instruirea elevilor conform normelor de SSM aplicate în atelierele de producție și în cele de întreținere și reparații;
- ❖ Vizită de prezentare a atelierelor de producție și a celor de întreținere și reparații, a mașinilor pentru cusături elastice, a SDV-urilor specifice și a posturilor de lucru pentru fiecare participant;

Domeniul Mecanică:

- ❖ Identificarea părților componente ale mașinilor pentru cusături elastice;
- ❖ Demontarea și montarea organelor de lucru ale mașinilor pentru cusături elastice;
- ❖ Alegerea și utilizarea corectă a SDV-urilor necesare demontării și montării organelor de lucru;
- ❖ Detectarea defectelor de funcționare a elementelor componente ale mașinilor pentru cusături elastice;
- ❖ Stabilirea gradului de uzură a pieselor componente și asigurarea interschimbabilității lor;
- ❖ Efectuarea de reglaje pentru asigurarea funcționării mașinilor de cusut la parametrii de calitate necesari...

Domeniul Industrie textilă și pielărie

- ❖ Identificarea părților componente ale mașinilor pentru cusături elastice (de surfilat, de încheiat-surfilat, pentru cusături plane de acoperire);
- ❖ Pregătirea mașinilor pentru lucru: verificarea stării generale a mașinii, poziția organelor de lucru, înfilarea corectă a firele de ață conform schemei;
- ❖ Exerciții de coasere pe eșantioane de material, verificând parametrii de calitate;
- ❖ Reglarea tensiunii firelor, verificarea calității cusăturilor conform parametrilor impuși;
- ❖ Efectuarea de operații de prelucrare și asamblare a reperelor produselor de îmbrăcăminte;
- ❖ Verificarea calității operațiilor efectuate.

Evaluarea finală

Domeniul Mecanică - Sarcini de lucru

- La mașina de încheiat surfilat, pe baza schemei constructive, realizați demontarea și montarea apucătorului stâng (inferior);
- Verificați dacă ați montat corect prin analiza cusăturii rezultate;
- Rezolvați cerințele din fișa de lucru.

Domeniul Industrie textilă și pielărie - Sarcini de lucru

- Înfilati firele de ață la mașina pentru cusătură plană de acoperire;
- Verificați corectitudinea lucrării prin analiza calitativă a cusăturii realizate;
- Rezolvați cerințele din fișa de lucru.

Festivitatea de închidere a stagiului de pregătire practică

- Concluzii finale;
- Aprecieri și promisiuni de viitor - alte proiecte – alte stagii de formare profesională reușite în Compania Getex SP Z.O.O. Polonia;
- Inmânarea certificatelor de participare la stagiul.

Activități culturale

- Vizite la catedrale, muzee (University Wroclaw Museum, Muzeum Zamkowy, Panorama Racławice)
- Priveliște din Sky Tower la etajul 49
- Plimbare în grădina botanică
- Vizită la rezervația cu zimbri Parku Pszczynskim
- Plimbare în orașelul Ustron, urcare pe munte cu telescaunul.



Impresii ale participanților la stagiul de formare

Bogdan Alexandru Vlase, clasa a X-a I, Tehnician mecatronist: *“Pentru mine, participarea la acest stagiul de pregătire practică a fost o experiență unică, o rampa de lansare pentru cariera mea. Îmi doresc ca și alți elevi să poată beneficia de o asemenea oportunitate. Doar așa poți observa că viitorul tău este aproape și se poate contura”.*



Ioan Alexandru Grecu clasa a X-a I, Tehnician mecatronist: *“Doresc să aduc mulțumiri Agenției Naționale pentru acest proiect deoarece oferă copiilor obișnuiți care învață bine posibilitatea trăirii unei experiențe deosebite, foarte importantă pentru devenirea lor ulterioară”.*

Mihai Alexandru Florea: *“Această mobilitate mi-a plăcut atât de mult încât i-am comunicat doamnei profesoare că mi-ar place să mai scrie un asemenea proiect astfel încât și alți copii care învață foarte bine să poată avea posibilitatea să se pregătească profesional într-o firmă europeană”.*

Constantin Emanuel Ponea, clasa a X-a I, Tehnician mecatronist: *“Mulțumesc profesorilor*



care au propus acest proiect și Agenției Naționale pentru această oportunitate. Mi-am învins temerile, sunt mai puțin emotiv și cel mai important, știu că acum pot să-mi construiesc un nou drum în viață”.

Cosmin Alexandru Gortan, clasa a X-a Bip, Mecanic auto: *“Sunt un băiat obișnuit care învață bine și încă de mic am învățat că, dacă vrei să fii respectat trebuie mai întâi să-i respecti tu pe ceilalți. Nu mi-am închipuit vreodată că urmând o școală profesională la un liceu tehnic cunoscut în județul meu voi fi norocosul beneficiar al unei asemenea mobilități. Mulțumesc doamnelor profesoare pentru implicare și Agenției Naționale pentru această extraordinară experiență. Respect pentru toți!”.*

Laurențiu Munteanu, clasa a X-a Aip, Mecanic auto: *“Să fiu unul din participanții la acest stagi de pregătire practică a reprezentat pentru mine o reală oportunitate. Activitățile practice derulate vor contribui la formarea mea profesională dar și la dezvoltarea mea în plan personal. Acum la final pot spune că acest proiect a fost ceva nou pentru mine, o experiență unică”.*

Andreea Nicoleta Pîrțu, clasa a X-a Eip, Confectioner produse textile: *“Sunt foarte mulțumită că am avut șansa să fiu selectată și să particip la un asemenea stagi de formare profesională. Aș vrea ca și alți colegi din școală să aibă această șansă pentru că este un mod de a ne pregăti pentru viitor, de a trăi experiențe marcante atât pentru formarea profesională cât și pentru dezvoltarea personală. Multumesc Agenției Naționale, Comisiei Europene și tuturor organizațiilor implicate pentru șansa oferită”.*

Irina Gabriela Luca, clasa a X-a Eip, Confectioner produse textile: *“Mi-a plăcut foarte mult să lucrez în firma Getex. Pentru mine, activitățile practice de deservire a mașinilor de diferite tipuri mi-a demonstrat faptul că sunt pregătită să lucrez într-o firmă specializată în confectionarea produselor de îmbrăcăminte. Doar comunicarea în limba engleză trebuie să mi-o îmbunătățesc”.*

Daniela Elena Avram, clasa a X-a Eip, Confectioner produse textile: *“A fost șansa la care nu am visat niciodată. Chiar și d-l tutore de stagi Tadeusz Gol mi-a spus: Daniela, parcă lucrezi dintotdeauna aici. Te-ai integrat foarte bine. Dacă vreodată vei dori, poți veni să lucrezi în firma noastră”.*

Mihai Gabriel Zaharia, clasa a X-a Eip, Confectioner produse textile: *“Tuturor colegilor mei le voi spune că atunci când vor avea posibilitatea să participe la o astfel de mobilitate să o facă cu toată încrederea deoarece merită din plin. Le voi comunica, că pregătirea susținută, efectuată cu responsabilitate și perseverență le poate aduce și lor oportunitatea de a se forma profesional într-o țară europeană”.*



O școală prietenoasă – Un nou proiect ERASMUS⁺

În perioada 1 septembrie 2017-31 decembrie 2018, Liceul ”Ștefan Procopiu” va implementa proiectul de mobilități în domeniul educației școlare (acțiunea K01) cu titlul ”O școală prietenoasă” care vizează participarea a 28 de profesori la 5 cursuri de formare continuă.

Propunător și realizator al proiectului: Croitoru Daniela

Coordonator ul proiectului: Mazga Doina

Obiectivul general al proiectului: creșterea șanselor de reușită ale elevilor în plan personal, social și profesional prin îmbunătățirea cunoștințelor și competențelor profesorilor de la Liceul „Ștefan Procopiu” în domenii precum educația incluzivă, metode de predare-învățare centrate pe elevi, managementul clasei, dezvoltare personală.

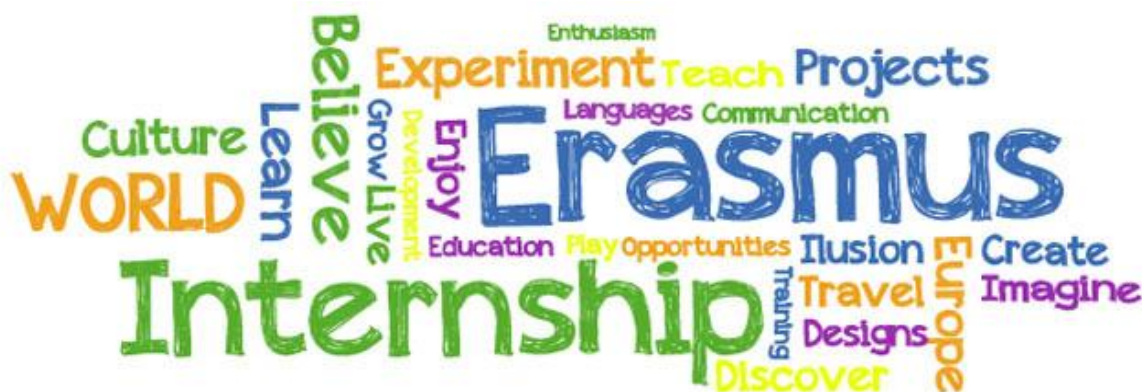
Obiectivele specifice ale proiectului sunt:

O1- îmbunătățirea, pentru 16 dintre cadrele didactice ale școlii, participante la mobilități, a cunoștințelor și competențelor de proiectare și aplicare a demersurilor didactice adaptate nevoilor și particularităților elevilor până în decembrie 2018;

O2- îmbunătățirea, pentru 12 dintre cadrele didactice ale școlii, participante la mobilități, a cunoștințelor și competențelor de management a clasei în scopul îmbunătățirii relațiilor dintre elevi, reducerii actelor de violență și creării unui climat pozitiv în clasă și în școală, până în decembrie 2018;

O3- conștientizarea, până în decembrie 2018, de către cadre didactice a nevoii de adaptare a demersurilor didactice la disponibilitățile intelectuale, sociale și afective ale elevilor și de valorificare a acestora în scopul formării lor în spiritul educației permanente;

O4- consolidarea culturii instituționale a liceului, până în decembrie 2018, prin dezvoltarea și integrarea unor practici și resurse de predare-învățare-evaluare accesibile tuturor profesorilor în vederea promovării unor servicii educaționale de calitate orientate pe nevoile elevilor și adaptate particularităților acestora.



Activitățile principale ale proiectului sunt:

I. Activități de management al proiectului: management tehnic, monitorizare și evaluare, diseminare și publicitate, management financiar

II. Activități de pregătire a participanților la stagiile de formare în perioada ianuarie-mai 2018

III. Activități de mobilitate (perioada iunie-august 2018)

IV. Activități de diseminare și de aplicare a cunoștințelor și competențelor dobândite de către participanții la cursurile de formare continuă (august-decembrie 2018): elaborarea materialelor

pentru cele 2 ghiduri, realizarea de activități curriculare și extracurriculare, implementarea planului de diseminare și valorizare a rezultatelor.

Cursurile de formare continuă propuse sunt:

A1- „Building team spirit in the classroom” organizat de ESMOVIA din Valencia în perioada 25-29 iunie 2018 (5 zile; 6 participanți).

A2- „Innovative Approaches to Teaching” organizat de ITC–International TEFL Certificate din Praga în perioada 9-13 iulie 2018 (5 zile; 5 participanți).

A3- „Inclusive education: tackling with classroom diversity and early school leaving” organizat de IDEC Training Centre din Atena în perioada 23-27 iulie 2018 (5 zile; 5 participanți).

A4- „Conflict Management, Emotional Intelligence and Bullying Prevention” organizat de EUROPASS Centro Studi Europeo din Florența în perioada 23-28 iulie 2018 (6 zile; 5 participanți), în Barcelona.

A5- „Student-centered Classroom: teachers as promoters of active learning” organizat de EUROPASS Centro Studi Europeo din Florența în perioada 6-11 august 2018 (6 zile; 6 participanți).

Rezultatele și impactul proiectului:

- dezvoltarea cunoștințelor și competențelor profesorilor în domeniul educației incluzive: aplicarea de tehnici și metode adaptate nevoilor și particularităților elevilor, care contribuie la dezvoltarea unor competențe cheie precum gândirea critică și creativă, rezolvarea problemelor, dezvoltarea motivației;
- dezvoltarea cunoștințelor și competențelor profesorilor de management al clasei de elevi în scopul îmbunătățirii relațiilor dintre elevi și creării unui climat pozitiv în clasă și în școală;
- dezvoltarea competențelor de comunicare în limba engleză;
- îmbunătățirea cunoștințelor despre cultura și civilizația țărilor furnizorilor de formare și dezvoltarea competențelor interculturale;
- conștientizarea nevoii de formare continuă în scopul adaptării la cerințele societății actuale;
- autonomie și responsabilitate în actualizarea și diversificarea competențelor cu privire la implementarea strategiilor educaționale adaptate nevoilor și caracteristicilor individuale ale elevilor și aplicarea principiilor educației incluzive, la managementul clasei;
- conduită creativ-inovativă în aplicarea cunoștințelor, transferul de cunoștințe și rezolvarea problemelor la clasă.

Erasmus⁺ este programul UE în domeniile educației, formării, tineretului și sportului pentru perioada 2014-2020. (EFTS). Scopul programului este de a contribui la rezolvarea provocărilor cu care Europa se va confrunta până în anul 2020.

The logo for the Erasmus+ program, featuring the word "ERASMUS" in large, multi-colored capital letters (E: teal, R: green, A: yellow, S: red, M: blue, U: purple, S: teal) followed by a black plus sign.

2014 - 2020 programme for Education,
Training, Youth, and Sport



PREGĂTIRE PRACTICĂ LA DRESDA IN GERMANIA SI LA BRAGA IN PORTUGALIA PENTRU ELEVI DE LA CLASELE A IX-A, A X-A ȘI A XI-A DOMENIUL ELECTRIC ȘI ELECTRONICĂ-AUTOMATIZĂRI

**Autori: CIULEI MARIA
LICEUL "ȘTEFAN PROCOPIU" VASLUI / ISJ VASLUI
VLAD INA CLARA
LICEUL "ȘTEFAN PROCOPIU" VASLUI**

În perioada 1 septembrie 2016 – 31 august 2017, s-a derulat Proiectul finanțat prin Programul Erasmus+ Acțiunea cheie K1 – Proiecte de mobilitate „Inovare, competență și succes pentru viitorii profesioniști în context european” – ICS-CEu 2016-1-RO01-KA102-024159.

Obiectivul general al proiectului:

Dezvoltarea competențelor profesionale ale elevilor din învățământul profesional și tehnic în vederea asigurării tranziției de la școală la viața activă.

Obiectivele specifice ale proiectului:

- 1.dobândirea cunoștințelor și dezvoltarea abilităților practice în domeniile mecanică, industrie textilă și pielărie, electric/electronica și automatizări, pentru un învățământ profesional de calitate care să faciliteze accesul tinerilor spre piața muncii;
- 2.desfășurarea activităților de pregătire practică a participanților în condiții reale de muncă oferite de organizațiile partenere;
- 3.promovarea muncii în echipă;
- 4.imbunătățirea competențelor lingvistice.

Activitățile proiectului sunt structurate pe 3 fluxuri.

Fluxul 1: În perioada 06-19 NOV 2016 un număr de 8 elevi de la clasele a X-a și a XI-a, de la filiera tehnologică, specializările din domeniile Electronică automatizări și Electric din cadrul Liceului "Ștefan Procopiu" au participat la derularea mobilității „Proiectarea computerizată a circuitelor electrice și electronice” din cadrul Proiectului finanțat prin Programul Erasmus+ Acțiunea cheie K1 – Proiecte de mobilitate „Inovare, competență și succes pentru viitorii profesioniști în context european” – ICS-CEu 2016-1-RO01-KA102-024159 care s-a desfășurat la Dresda în Germania în cadrul WBS Training AG, instituție de formare profesională cu filiale în toate orașele mari din Germania. Grupul de 8 de elevi a fost însoțit de prof. Ciulei Maria iar prof. Vlad Ina Clara a fost delegat din partea școlii pentru activitățile de monitorizare a derulării mobilității. Această mobilitate are în vedere necesitatea ca elevii implicați să învețe să proiecteze circuite electrice și electronice simple utilizând calculatorul, dacă au la dispoziție softuri specializate care permit simularea funcționării circuitelor electrice și electronice, vizualizarea semnalelor aferente și proiectarea circuitelor structurale bloc, cinematice, electrice complexe utilizând softuri specializate și platforme educationale PLC programing pentru elevi (proiectarea diferitelor scheme de comandă și control automat, modificarea parametrilor electrici, minimizarea schemelor, simularea funcționării circuitelor proiectate).

Lucrările finale de evaluare realizate pe grupe și prezentate în limba engleză:



- Comanda automată a închiderii centralizate a sălilor de clasă / securizarea spațiilor de învățământ
- Controlul și comanda iluminării globale a unei instituții de învățământ (săli de clasă, holuri, sală de sport)
- Iluminarea interioară și exterioară a unei locuințe – activarea unui sistem e alarmare cu efecte luminoase și sonore

Controlul iluminării unei săli de sport în zile și intervale orare predefinite.



Activitățile s-au derulat într-un laborator specializat dotat cu echipamente necesare desfășurării activităților prevazute în proiect completate cu vizite la Universitatea Tehnică din Dresda și Muzeul Tehnologiei.

Pe lângă activitățile de pregătire practică desfășurate pe durata a 60 ore pe parcursul a două săptămâni elevii au participat la vizite culturale și activități de petrecere a timpului liber: Vizitarea centrului vechi și centrului nou al orașului Dresda, Muzeul Zwinger, Semper Opera, Royal Palace, Transport Museum, Muzeul igienei etc.

Fluxul 3: În perioada 18-30 iunie 2017 un număr de 8 elevi de la clasele a IX-a, a X-a și a XI-a, de la filiera tehnologică, specializările din domeniile Electronică automatizări și Electric din cadrul Liceului "Ștefan Procopiu" au participat la derularea mobilității „Abilități practice în activități de proiectare în domeniul electric și electronic”. Elevii care se specializează în domeniul electric/electronica și automatizări au participat la activități de proiectare și realizare practică a

circuitelor electrice si electronice, activitati de simulare a circuitelor proiectate, masurare a marimilor electrice rezultate, verificare si reglare a parametrilor masurati, identificarea erorilor de functionare a circuitelor electrice si electronice si remedierea acestora.

Competențe dobândite de elevi:

- Identifică tipuri de componente electronice;
- Conectează componente electronice în circuite electronice
- Evaluează parametri de intrare și de ieșire;
- Realizează lucrări practice de masurare a marimilor electrice rezultate
- Verifică și reglează parametri masurati, identifică erorile de functionare a circuitelor electrice si electronice si remediază.
- Utilizează limbaj tehnic de specialitate tehnic specific domeniului electric și electronic
- Crează și menține relații profesionale; dezvoltă obiceiuri de lucru, spirit antreprenorial și responsabilități profesionale
- Dobândirea de noi cunoștințe și contactul cu tehnologii și tehnici care depășesc situațiile disponibile în timpul instruirii
- Îmbunătățirea nivelului de limba engleza
- Învățarea diferitelor metodologii și metode de lucru



Activitățile s-au desfășurat în cadrul a patru firme diferite :Plasma Electrónica, Thermopista Parque Industrial de Celeirós, Electro Reparadora da Colina si Electrojad - Electrodomésticos Braga sub directa implicarea a firmei partenera Braga Mob din Braga.



Organizarea activitatilor practice privind proiectarea circuitelor electrice și electronice utilizând soluții optime de proiectare astfel incat elevii să măsoare cu instrumente de măsură, aparate si echipamente valorile parametrilor specifici circuitelor electronice, sa proiecteze si sa remedieze circuite electrice si electronice.

Validarea perioadei de participare la stagiu de pregătire profesionala a participantilor s-a realizat prin acordarea Certificatelor de participare la stagiu de pregătire profesionala care va evidenta abilitatile si competentele practice dobândite de catre elevii pe perioada mobilitatii si acordarea

Certificatelor Europass Mobility.

Pe lângă activitățile de pregătire practică desfășurate pe durata a 6-7 ore pe zi pe parcursul a două săptămâni elevii au participat la vizite culturale a obiectivelor culturale, istorice, turistice din Braga, Porto, Lisabona, Viana Do Castelo si activități de petrecere a timpului liber:.

Obiectivele vizitate au fost Catedrala din Viana Do Castelo, Manastirea Jeronimos, Turnul Belem, Monumentul Descoperitorilor, Piata Comertului, Elevador de Santa Justa, Sanctuarul de la Fatima, Muzeul de istorie din Viana Do Castelo, Cetatea Santa Luiza.etc.



Diseminarea rezultatelor mobilității s-a realizat în presa sau în cadrul diverselor activități desfășurate la clubul elevilor sau în laboratorul de electronica, în care elevii au prezentat echipei de implementare a proiectului, colegilor din școală, părinților și cadrelor didactice experiența profesională și rezultatele participării lor la mobilitățile din cadrul proiectului.



Procopienii de azi și de ieri

ANII DE LICEU Chiriac Andrei, clasa a XII-a G

De când mă știu am îndrăgit matematica. În clasele primare apoi la gimnaziu am participat la toate concursurile și olimpiadele de matematică. Acest lucru se făcea cu sacrificii în viața mea de copil: când băieții de seama mea jucau fotbal lângă bloc, eu rezolvam din Gazeta Matematică sau din alte culegeri.

Dar, povestea mea adevărată începe în primăvara anului 2013. În drumul meu, la întoarcere spre casă de la Olimpiada Națională de Matematică, în mașină i-am spus tatălui meu că matematica este de acum un capitol închis pentru mine și că vreau să mă apuc de informatică.

La sfârșitul clasei a VIII-a am luat împreună decizia de a merge la Liceul “Ștefan Procopiu”. În primul rând pentru orele intensive de informatică, apoi pentru a fi elevul domnului profesor Dan Pracsu, despre care auzisem numai lucruri bune.

După afișarea rezultatelor, toată lumea cu care mă întâlneam nu avea încredere că am făcut alegerea potrivită, dar eu niciodată nu mă las doborât de părerea altora.

Acum, după 4 ani, s-a dovedit ce era de așteptat: am făcut alegerea optimă. Acest liceu a fost locul unde mi-am găsit vocația, unde am avut cele mai multe împliniri. Toate acestea s-au obținut cu mare efort, muncă și perseverență.

Drumul ales nu a fost ușor, nici drept. Așa cum nici căile pe care le voi păși după terminarea liceului nu-mi vor fi ușoare. Sunt trepte de urcat pentru rezolvarea unor probleme de viață și profesie.

Cei 4 ani au trecut pe nesimțite pentru unii, pentru alții care au pus visurile pe primul plan au trecut cu ore de muncă, pregătiri, sacrificii. În fiecare an am participat la Olimpiada Națională de Informatică, în clasa a XI-a am intrat în lotul național de informatică, cu baraje grele, dar calificare la CEOI. Rezultatul a fost pe măsura muncii: medalie de bronz. În clasa a XII-a am obținut calificarea în lotul național.



Interviu cu Mihaela Coșescu (Picioara)

Interviu realizat de prof. Teodora Mandrea

Mihaela Coșescu (Picioara) a fost eleva școlii noastre pe care a absolvit-o în 2001, clasa XIIC, filologie, intensiv limba engleză. A studiat la Facultatea de Științe Politice în București și în prezent este fondatoarea Asociației Creștem Oameni care dezvoltă proiecte și desfășoară activități educative în București și în țară. Mai mult, anul trecut a lansat la Vaslui și în orașe mari din țară prima sa carte pentru copii "Te iubesc, orice culoare ai avea". De curând a terminat o a doua carte, care așteaptă să fie tipărită și lansată. Am păstrat legătura cu Mihaela de-a lungul anilor și cred în efortul ei de a ne arăta că avem responsabilitatea de a "crește oameni". Mihaela are un mesaj important pentru noi, vasluienii, în special pentru tinerii care își caută acum un drum în viață.



TM: Știu că ai făcut Facultatea de Științe Politice. Cum ai ajuns de la științe politice la cărți pentru copii? Ai avut nevoie de curaj?

MC: Facultatea de Științe Politice m-a învățat să gândesc liber, deschis, m-a ajutat să am orizonturi largi și gândire dinamică. Poate părea o distanță mare de la științe politice la cărți pentru copii, dar, într-un sens larg, eu simt că fac politică scriind cărți pentru copii. Am mai multe cărți în lucru, în care integrez ceea ce am învățat în cadrul studiilor universitare sau post-universitare. Copiii de astăzi sunt cetățenii de mâine și modul în care sunt educați de mici devine vocea lor atunci când sunt adulți. M-aș bucura ca prin cărțile mele să aduc o contribuție pozitivă la ceea ce devin copiii de astăzi.

TM: Ce înseamnă *Creștem Oameni* pentru tine? Care este rolul acestei asociații în societatea noastră?

MC: Îmi doresc să contribui la o societate mai frumoasă, în care să ne respectăm și să ne iubim mai mult aproapele, să fim mai empatici, solidari și să reușim împreună să schimbăm lumea în bine. Pentru asta, încerc să cresc proprii copii cât de bine pot, să îi cresc oameni, dar să aduc o contribuție și la educația celorlalți copii. Asociația *Creștem Oameni* e constituită pentru a transmite valori copiilor, pentru a educa, pentru a contribui la educația viitorilor cetățeni din țara copiilor mei.

TM: Ce te-a determinat să scrii cărți pentru copii? Despre ce scrii?

MC: Mi-a plăcut de mică să scriu povești, să călătoresc cu mintea. În copilărie, scriam tot felul de povești pentru mine, mă plimbam prin tot felul de lumi imaginare. Odată cu trecerea timpului, am îmbrăcat costumul de adult, am intrat într-o rutină obositoare și m-am îndepărtat de ceea ce îmi plăcea cel mai mult, cărțile. E foarte ușor să devenim sclavi ai locului de muncă, norocul meu a fost să fiu salvată de copii și readusă în lumea copilăriei și a poveștilor. Scriu pentru că îi captivesc pe copii prin intermediul poveștilor. Am scris prima carte pentru a răspunde nevoii acute a fiicei mele de a primi iubire, de a o auzi, de a i se spune răspicat că e iubită, chiar dacă a apărut în familia noastră un membru nou și total dependent de părinți care ne captivase întreaga atenție. Am scris pentru ca ea să își vadă oglindite și înțelese emoțiile și să înțeleagă că e demnă de iubire, chiar și atunci când emoțiile ei nu sunt chiar de pus în ramă.

TM: Despre generația pentru care scriem se spune că nu mai citește cărți. Cum poate fi îndreptat acest lucru?

MC: Îmi e greu să vin cu rețete și soluții, mai ales că nici nu am copii atât de mari și nu am experimentat aceasta. Pe când eram elevă, cititul era activitatea mea preferată alături de cântat. Citeam oricând, oriunde, însă mi-ar fi plăcut, de exemplu, să fac și sport. Mi-ar fi fost mult mai de folos pentru sănătate. Din experiența ultimului an de când tot citesc copiilor, cred că pentru a avea copii care să citească trebuie să le cultivăm cititul de la cele mai fragede vârste. Le-am citit copiilor de la naștere și când au învățat să meargă cărau cărți prin casă, pentru a le citi. Cred că e foarte important să le citim copiilor, noi, părinții, și timp de

ani buni după ce ei învață să citească. Să le citim până când spun ei: mamă, tată, de data aceasta vreau să citesc singură. Cititul împreună, cu voce tare, aduce copiii în poveste, îi conectează la ceea ce transmite povestea, dar în același timp, conectează părinții cu copiii într-un mod nemaipomenit de frumos. De asemenea, cred că cititul nu trebuie să fie o datorie. Nu trebuie să stea sub incidența lui TREBUIE. Cititul trebuie să fie o plăcere și cred că ar fi foarte important ca părinții și cadrele didactice să observe foarte mult interesele copilului și să îi caute resurse de documentare, povești în acord cu interesele lor. Poate, de exemplu, un copil nu citește, dar e pasionat de biciclete, motociclete. Poate ar citi cu plăcere cărți despre cum au fost create acestea sau povești cu aventuri pe motociclete. Și poate, din aproape în aproape, ar ajunge să descopere apoi și alte cărți. Important e să citească orice, nu neaparat romane clasice din literatura rusă.

TM: Ce sfaturi/gânduri ai pentru elevii de azi ?

MC: Știu că elevii sunt foarte competitivi. Dacă ar fi să transmit un gând acesta este ca atunci când sunteți foarte sus să priviți în jos și să întindeți o mână de ajutor, să vă gândiți cum o fi în papucii celui care e jos, căruia poate îi este chiar teamă să privească în sus. Trăim într-o lume în care tehnologia avansează în fiecare secundă, în care acumularea de cunoștințe nu mai este ceea ce au copiii nevoie, ci dezvoltarea gândirii e ceea ce ne duce mai departe. Am apreciat mereu oamenii care au fost foarte performanți, însă doar în măsura în care performanța este dublată de etică. Este foarte important să îi privim pe cei din jur ca un scop în sine și nu ca mijloc prin care ne îndeplinim noi niște vise sau nevoi, e important să fim solidari cu cei din jur. Mi-ar plăcea să văd pe lângă competiția aceasta care ajută societatea să evolueze și foarte multă cooperare. Și m-aș bucura ca profesorii și învățătorii să cultive cooperarea între copii, din prima zi de școală, implicându-vă în cât mai multe proiecte pe echipă.

TM: Lansarea cărții “Te iubesc, orice culoare ai avea!” a avut loc la Vaslui. Ai implicat elevi voluntari care au mers în școlile din oraș și din satele din județ pentru a citi copiilor cartea și pentru a o dona bibliotecilor. Iubești Vasluiul. Ce crezi că pot face copiii și tinerii din Vaslui pentru orașul nostru?

MC: Iubesc Vasluiul și revin foarte des cu mare plăcere. Cred că oamenii sunt cea mai puternică resursă a Vasluiului și în ei trebuie investit. În jurul oamenilor se pot construi proiecte de succes. În timpurile în care trăim, posibilitățile de dezvoltare sunt nelimitate. Globalizarea are multe efecte negative, dar și pozitive. În zilele noastre, dacă un elev din Vaslui face ceva extraordinar, acel ceva poate face înconjurul lumii. Îl admir din umbră pe profesorul Dan Pracsu, care antrenează lotul național de informatică. Trăim în era aplicațiilor pe telefonul mobil, cred că mai în joacă, mai în serios, copiii de școală generală și liceu vor putea inventa în curând aplicații care pot fi folosite la nivel global. Limbajele de programare vor fi în curând cum era limba franceză acum aproape 30 de ani când eram eu elevă. E nevoie de ceva curaj, spirit antreprenorial, o doză de nebunie și multă muncă.

Mi-ar plăcea să văd la Vaslui un nucleu de informaticieni care lansează proiecte inovatoare, să văd organizat un festival coral mare, găzduit de Corala Fantasia, (Mihaela a fost membră a coralei Fantasia) mi-ar plăcea să văd agricultori care muncesc cu pasiune și responsabilitate, mi-ar plăcea să văd investiții masive în educație, inclusiv în învățământul profesional și tehnic. Cred că fiecare din noi poate contribui la un Vaslui mai frumos prin ceea ce face zilnic: ajutând un necunoscut pe stradă, citind o carte, zece, o sută care nu sunt în bibliografia de la școală, doar pentru că vrem să descoperim lumea și să ne aducem o contribuție la binele ei, împărțind echitabil muncile casnice din familie, fără a aștepta ca mama, tata să ne pună mâncarea pe masă, ratând cu responsabilitate sarcinile de la școală, gândindu-ne în ce mod vrem să contribuim, cu puterile noastre, la o lume în care ne place să trăim, punându-ne cât mai des în papucii persoanelor celor mai dezavantajate din societatea noastră.



Condeii Procopienilor

Povestiri în limba engleză

Prof. coord. Teodora Mandrea

An ideal house

Croitoru Catalin, clasa a X-a D

An ideal house sounds good for a kid , I will try to think about a house. First it needs to be a new house, I mean the outdoors design, something white and black or red, two floors, graffiti everywhere, graffiti, I mean people with funny texts around, or something similar. I know it sounds weird, but believe me, it will be awesome.

Inside there will be a stone floor, the walls covered in graphic design or graphic painting, picturing how a mom looks inside, for instance. Large rooms, a dark painting and a large carpet on the floor, and a robot who says every time *hello* or *good morning* and more. Doors with windows 100% opacity, so no one can see inside.

But if it is a new school house it needs to be endowed with screens, so in all rooms there should be large smart TVs and surround speakers with tiny lights on the floor and changing little colour LED bulbs. So, if there are lights, behind every object, if we have TV screens and speakers, now we need a cat, yes, a cat, because when I'm bored I could play with it, and, also, we need a dog .A dog and a cat, the perfect couple.

The match day

Ailoei Andreea- Raluca, clasa a X-a D

It was a beautiful spring day. Jessie and her classmates were preparing for the much wanted trip and the basketball match which was going to change their future.

It was six o'clock when they left for the airport. Happiness and enthusiasm could be read on their faces. They were happy because for the first time they were going to fly by plane. The plane left at seven o'clock and landed two hours and a half later. One week before, Jessie and her team colleagues had been hard training for the basketball game which was going to take place soon. They were convinced that the victory would stand in their hands. This match was the most important because by winning it, they were to play in the national team. Arrived in Italy, the team was accommodated in a hotel very popular in Rome. After a long day, Jessie and the team decided to go to rest for the game and the training the following day.

The next day at ten o'clock everyone was awake and ready for a last training. They were so sure that nobody and nothing could discourage them and during the training they didn't do much. The time passed and they couldn't realise that the time of the match had arrived. The match started and in a few minutes the opposing team already scored a point. The basketball game ended with a score of 4-1 for the opposing team. Jessie's team had the biggest disappointment but she was the most disappointed. They promised they would work harder and the next victories would be theirs and so it was.

Eventually they came to the national team and are now proud of the trophies won.

Friends

Mincu Constantin, clasa a X-a A

One summer day, my Facebook friends Alex , Cosmin ,Alina and I had played many games . We were just walking on street and talking about many things because it was the first time when we met each other in person. I was showing them my city , shops , the centre, entertainment buildings . We were so happy and made jokes of each other like best friends .We were trying to play games at the same time with the city tour .Cosmin ,I thought, knew a little about Vaslui , because he is from Bârlad , but Alex is from Oradea and Alina from Bucharest and that meant they didn't know my city so well like me . I hoped Nicusor would come from Targoviste and Stefan from Iasi and after that we would be 6, I mean we, four, with these

two friends .And and we could play a real outdoors game, as in reality we talk a lot on Skype , on the phone , What's App and Facebook playing many PC games when everyone else is in the city .

The story of the ring **Danda Cornelia, clasa a X-a D**

A few weeks ago I found in the garden a gold ring with precious stones. I took it and I put it on my finger. From that moment I felt a deep thrill that almost left me breathless. I went to mom and I showed her the precious ring which had a blinding glow. Mother remained speechless, took my hand and looked amazed at the ring repeating "it's impossible". I asked her what the story of the ring was, and she told me everything about it: "...my dear, this ring was grandmother's, mine, and now yours. I was excited and curious to know the story of this ring. Then she began to tell me the story of the mysterious ring: Dear, as I've said the ring was your grandmother's given by your grandfather 60 years ago. Before dying, grandmother gave me this ring but I lost it two years, ago and now look you found it and I am very happy. I felt weird in a good sense when I had the ring on my finger but I didn't know why .Then my mother sat next to me and told me: "this ring is like a lucky talisman because it helped your grandmother when she was sick with an incurable disease, helped me when I got into depression and I cured just looking at it and I hope that it will also help you get through the hard moments.

From that moment I knew that the ring had great value .It was grandmother's, mother's and will be mine until I give it to my daughter.

Story by request **Amarandei Catalin &Lepsa Eduard**

It was a nice day when Eduard was walking to work. On his road he needed to pass a big forest. Unfortunately he had run out of gas. He was in a panic, the wind started blowing and a rainbow appeared. Eduard started running through the forest, he met a tree with a face. The tree apologized and gave him 5 pence. He passed the tree, later he saw a fountain flowing on valley. He drank water thinking it was mineral water. From nowhere a kangaroo appeared, he was playing cards with a leaf. They asked Eduard where the airport was, but he didn't know. The kangaroo put the leaf in his pocket and started flying away. Lost, Eduard climbed a rock to see what the direction of the sunrise was. Now knowing the coordinates he started walking again .He found a sleigh and started sliding. Eduard finally reached his work place. He put his shoes in the hook. The boss was smoking some weed, and Eduard asked him how many zebras are on the earth. The boss answer was "yesterday". Now Eduard knew why left isn't right. Finishing his work he went home. At his house he lifted a slice of bread on his paté and drank a can of expanded wheat. Now, standing on the TV and watching the couch he fell asleep.

A love story **Munteanu Victor, clasa a X-a D**

It was the second Monday of September. The Monday that will forever be marked as my first day in school. I met my teachers and the rest of the school non teaching staff. But what is more important to me than the first love of my life and my classmates? High school is like a jungle. A jungle where everyone must survive for four long years. One way to survive is to be friend to everyone.

I met my love on that Monday, my first day. As all the nine grades, including myself, made their way into the gym, I saw her. That moment of slow motion, hair blowing in the wind; just like every cheesy romantic comedy I had ever seen. But I could not help myself. I was struck. I could have stared at her until I dropped dead.

Thankfully I was saved only a few seconds later. I still remember the words that saved my life. "You still have the size sticker on your pants, you forgot to take it off!" I looked down to check. Despite the multiple reminders I left myself the night before, I still forgot to take the sticker off my pants.

So I ripped the sticker off as fast as possible, but still very discreetly so nobody can see my size. I looked up after my embarrassing encounter with a sticker. She was gone. I do not even know her name. I constantly create scenarios of how I would tell her I love her, and how her reaction would be like. I do not think I will ever tell her how I feel though. A fantasy is a fantasy and could end just as fast as it started; a single slow motion second; a single look; a single dance. But after all, she will remain the love of my life; my life is not over yet.

Mesajul meu...ANTIDROG

Maria Olaru, clasa a X-a K
Coordonator, prof. Nicoleta Amancei

Provocările vieții sunt constante. Dacă nu îți găsești amonia în tine este foarte dificil. Puterea este în tine și tot ce ai nevoie ca să te dezvolti și să depășești anumite situații plăcute se găsește în tine. Trebuie doar să vrei, să te mobilizezi și să păstrezi starea de conștiință a valorii și forței tale și atunci cântă este greu.

“Secolul vitezei” și democrația și-au pus o mare amprentă asupra tinerilor și adolescenților din ziua de astăzi. Să fii dependent, fii libertin este ca...**UN DROG**. Vreau să mărturisesc că nu judec pe nimeni, nu sunt în această măsură doar îmi dau părerea...nu știu ce se ascunde în spatele faptelor la care recurg unii oameni pentru a le fi lor bine.. De obicei în spatele acestor povești sunt tertipuri greu de acceptat sau poate prezentul pentru ei reprezintă o fobie. Am întâlnit mulți tineri dependenți de aceasta pasiune pe care eu o văd negativă, dar cum am mai spus nu condamn pe nimeni. Unul dintre prietenii mei este aproximativ dependent de droguri, alcool, viață de noapte etc, spun aproximativ dependent deoarece nu face tot timpul acele lucruri...dar în mare parte da. Ceea ce pot spune este ca nu îl pot ajuta sa treacă peste aceste vicii, dacă un om nu vrea să se schimbe nu o poate face nimeni altcineva în afară de el însuși. L-am întrebat de foarte multe ori “de ce”, iar răspunsul său a fost mereu ”mă plictisesc dacă nu fac asta”, pe de o parte îl înțeleg, face ce îi place, dar pe de altă parte, nu. De ce să te plictisești când poți face mult mai multe lucruri frumoase și benefice pentru sufletul tău și fericirea ta? Fii pozitiv și alungă gândurile necurate, bucură-te, citește, călătorește, practică un sport, sau plimbă-te pur și simplu cu prietenii în parc!

Mulți spun că acest lucru îi face fericiți, dar nu, ceea ce se întâmplă de fapt este o tristețe și o nefericire cruntă. Mulți nu se acceptă pe sine, nu își acceptă locul în societate, iar pentru a evita acest lucru preferă să facă lucruri pe care ei le văd corecte, sunt orbiți de aceste droguri, și încă ceva, ei nu înțeleg un lucru: acela că dependența întotdeauna are urmări tragice, nu se întâmplă nimic din ceea ce speră și doresc. Sunt oameni care nu își pierd speranța și se schimbă, își pot învinge propriile puteri și pur și simplu trec peste, însă mulți continuă ceea ce au început toată viața. Cei care continuă nu vor avea niciodată un viitor, nu vor avea familie care să îi accepte pentru că fie că vrem să acceptăm, fie că nu, societatea în care trăim este foarte reticentă și foarte selectivă, fiecare vrea tot ce este mai bun pentru el. Este adevărat că în viață trebuie să faci ce îți place, să iei decizii proprii și să nu te lași învins de nimeni, dar câteodată ceea ce îți place nu este benefic pentru viață și sufletul tău. Învață să te faci plăcut în societate și integrează-te, singurătatea și înecul acesteia în diferite surse neprielnice nu îți fac bine.

Acum vă spun că este timpul să ne schimbăm, pe noi înșine deoarece destul am fost pricăjiți și am cunoscut gustul amar, acest sentiment neplăcut al vieții controlate mediocru. Acum minți scilipitoare și frumoase se ridică și se șlefuesc și din inimă vă spun că am încredere în viitorul acestei lumi, în viitorul nostru. Fiți cu toții **ANTIDROG!**



Il était une fois...**Par Drosu Andreea, cls a XII-a A, prof. Anca**

Il était une fois une contrée, on pourrait dire, irréelle. Là, tout le monde était très heureux, sain; il n'y était rien que le mettre dans l'embarras. Tout à coup, les problèmes viennent d'apparaître. Soudain, les gens sont tombés malades et peu à peu, ils mouraient. On pensait qu'il s'agissait d'un virus qui s'est emparé de la contrée. D'autres gens croyaient qu'il s'agissait des sorciers et sorcières qui avaient intervenu de façon surnaturelle en bien ou en mal sur le cours des événements de nos personnages. Avec leurs pouvoirs occultes, ils jettent des sorts, des charmes et des malédictions. Mais, personne ne savait concrètement ce que les attaque.

D'un monde dans lequel tout était parfait, on arrive à un monde où tous souffrent et la douleur est présente partout. Ennuyés de cette vie, les gens ont décidé chercher des explications. Mais, ils n'arrivaient pas à une conclusion. Lentement, ceux-ci se sont habitués à l'idée que c'était leur destin.

Seulement une jeune fille n'a pas accepté la situation. Elle a essayé chaque jour, chaque nuit, entendre ce que se passait, ce que mettait fin aux jours des habitants. Dans son âme était d'indignation; elle ne pouvait pas accepter qu'il n'y était rien qu'elle pourrait faire pour aider les citoyens. Elle a essayé d'associer ce malheur avec plusieurs théories, mais elle ne pouvait rien prouver.

Un soir, il était clair de lune. La lune brillait plus fort que toutes les nuits. Elle paraissait d'être très proche de la Terre. Ainsi, la fille a décidé d'aller à la monastère des environs. Là, tous les moines étaient malades.

<<-Non! Ce n'est pas possible! Vous êtes aussi malades! Pourquoi? Qu'est-ce que se passe dans notre pays? Est-ce que c'est la fin du monde? Ou, mieux dit, la fin de notre contrée?

-Non, ma fille!, a dit le moine. Personne ne sait ce que se passe avec nous; c'est Dieu qui décide.

-Pourquoi Dieu nous ferait-il une chose pareille?>>

Mécontente de ce que le moine lui a dit, elle est partie. <<Pourquoi, mon Dieu? Qu'est-ce que se passe? Donne-moi un signe pour pouvoir résoudre ce mystère.>> Mais elle n'avait pas fini de parler que, soudain, une flamme éclatait dans la forêt près de la monastère. En la voyant, la fille a couru à toute vitesse. Elle tentait d'éviter que l'incendie s'étende, en transportant de l'eau du ruisseau qui traversait le bois. A l'aide d'une femme qui habitait aux environs, l'incendie a été éteint. Toute la végétation était brûlée. Seulement une plante, avec des petites feuilles et d'un vert intense était restée dans la cendre.

<<-Pourquoi elle n'a pas brûlé?

-Ma petite, c'est précisément ce que tu cherches.

-Qu'est-ce que vous voulez me dire?

-C'est ce que tu cherches. Tu as demandé à notre Dieu un signe, n'est-ce pas? Voilà le signe!

-L'incendie?

-Même tu ne te rends pas compte? Le remède pour la maladie des citoyens.

-Cette plante?

-Oui, ma fille! La plante fait son effet quand il y a clair de lune. Tu n'as plus de temps.>>

La fille est partie rapidement. En courant, elle s'est demandée : <<Mais, comment je dois utiliser la plante?>> Alors, un vent très fort s'est déclenché et les plantes se sont envolées des mains de la fille. Instantanément, tous les gens du pays se sont guéris. Comme un miracle, la vie des gens était de nouveau heureuse et manquée de soucis. <<Oh, mon Dieu! C'est vrai que les miracles existent! Je veux Te remercier.>>

On voit que tout est comme il était avant de l'époque des problèmes. Mais, croyez-vous que les problèmes finissent?...

Pagina diriginților

Mișcare în aer liber

Prof. Mihaela LITEANU

Mișcarea este o bună modalitate de a te menține în formă și îți aduce nenumărate beneficii atât pe plan fizic, cât și pe plan psihic. Fie că îți propui să te apuci acum de sport, fie că te gândești la sănătatea copiilor tăi, sau deja ai o rutină care include mișcare, avem o sugestie pentru tine. Urmează-o și îți dublezi beneficiile obținute în urma activităților sportive.

Chiar și 5 minute de mișcare în aer liber îmbunătățește funcțiile creierului și menține organismul sănătos, potrivit unui studiu publicat în revista *Environmental Science and Technology*.

Efectele benefice au un impact extrem de mare în special asupra persoanelor tinere, susțin cercetătorii britanici. Specialiștii au analizat un eșantion de 1250 de persoane pe parcursul a zece studii și au constatat o îmbunătățire semnificativă a stării de spirit, mai ales în cazul unor activități sportive practicate în aer liber, cum sunt ciclismul, plimbările, alergările, grădinaritul, pescuitul, călăritul.

Cu cât activitatea sportivă este prelungită cu atât te poți bucura de efectele benefice asupra sănătății, după cum ne spun specialiștii care specifică faptul că acestea sunt la fel de intense precum în primele 5 minute de exercițiu. Iar dacă ai ocazia să faci mișcare în preajma unei ape vei resimți cu atât mai intens beneficiile sportului în aer liber. "Sperăm ca toți medicii să ia în considerare și sportul ca parte integrantă a unui tratament", adaugă Jules Pretty coordonatorul studiului la Universitatea din Essex.

Sportul reduce stările de anxietate și depresie

Studiile arată că mișcarea fizică efectuată cu regularitate are capacitatea de a reduce cu până la 25% riscul de a suferi de stări depresive și anxietate, îmbunătățind funcțiile mentale și capacitatea de concentrare. Gândește-te că în timpul antrenamentului, substanțele care sunt eliberate în creier te ajută să gestionezi stările de stres, diminuând astfel riscul de anxietate și depresie.

Potrivit terapeutului Sally R. Connolly de la Couples Clinic of Louisville în Kentucky, "beneficiile în plan fizic și psihic pe care le aduce sportul pot să conducă la ameliorarea simptomelor cauzate de anxietate și depresie. Cercetările arată că cel puțin 30 de minute de mișcare fizică efectuată în 3-5 zile pe săptămână poate să aducă îmbunătățiri semnificative". Mai mult, unele studii compară beneficiile activității fizice cu cele aduse de tratamentul medicamentos, demonstrând că efectele mișcării se fac simțite o perioadă mai lungă de timp.

Ce exerciții sunt benefice?

Pentru o persoană sănătoasă, orice tip de mișcare fizică este mai mult decât binevenită. Iar, ținând cont de faptul că vremea de afară ne permite să facem mișcare în aer liber este mult mai indicat să te concentrezi pe activități fizice plăcute ca să petreci cât mai mult timp afară.

În cazul anumitor afecțiuni trebuie să te consulți cu medicul specialist despre exercițiile pe care le poți efectua fără să-ți pui sănătatea în pericol. Însă, în funcție de afecțiuni, exercițiile cele mai recomandate sunt înotul, ciclismul, plimbările, tenisul, dansul. "Nu trebuie să faci un sport de performanță pentru a resimți efectele. Ba mai mult, trebuie evitate situațiile de epuizare cauzate de activitățile sportive în cazul anumitor afecțiuni. Chiar și obiceiul de a coborî din autobuz cu o stație

înainte de destinație și a parcurge restul distanței pe jos sau mersul la cumpărături sau grădinaritul și chiar joaca cu nepotelul sau sesiunea de curățenie în locuință te pot ajuta să-ți lucrezi organismul și să-l menții în formă", recomandă Dr. Mihaela Baciuc, medic medicină generală.

Atunci când vremea este una potrivnică (prea frig sau prea cald) poți realiza câteva exerciții de flexibilitate pentru buna mobilitate a articulațiilor. De exemplu: să cobori capul înainte și înapoi, să te ridici sau să te așezi pe scaun cu mâinile întinse înainte, să faci mișcări, rotații de brațe, ridicări pe vârfuri, balansări de mâini și picioare, potrivit Dr. Mihaela Baciuc, medic medicină generală.

Cum sa te antrenezi în siguranță?

1. Consultă medicul înainte de a începe un program de exerciții în cazul în care te confrunți cu anumite probleme de sănătate;
2. Dacă vei considera că te ajută mai mult și îți permiți, apelează la un instructor personal;
3. Consumă cel puțin o jumătate de litru de apă cu două ore înainte de a începe antrenamentul pentru a te hidrata optim;
4. Fii atent/ă la semnalele pe care ți le dă corpul și ține cont de limitele lui de rezistență;
5. Dacă te simți obosit/ă, odihnește-te puțin apelând la exerciții de relaxare;
6. Încearcă să execuți exerciții cât mai variate pentru a lucra tot corpul;
7. Este indicat să folosești un echipament corespunzător: haine și încălțăminte pentru sport.

Activitățile în aer liber nu numai că sunt foarte distractive, dar aduc și o mulțime de beneficii pentru adulți și copii.

1. Energie și atitudine pozitivă

Mersul cu bicicleta sau cu rolele, alergatul sau alte exerciții fizice realizate afară îți permit să te bucuri de aerul curat, de lumina naturală și de natură în timp ce corpul tău lucrează. Simți că îți crește stima de sine și astfel dezvoltă o atitudine pozitivă față de antrenamentul tău.

Cei din jur sesizează că ai din ce în ce mai multă energie!

Când faci din antrenamente o experiență atât de plăcută, îți vei dori să te bucuri cât mai des de activitățile în aer liber. Asta îți garantează mai multe șanse să integrezi sportul în stilul tău de viață actual.

2. Stima de sine, capacitate de concentrare, prevenirea depresiei

Chiar și 5-10 minute de activități fizice petrecute zilnic în aer liber, îmbunătățesc sănătatea mintală, starea de spirit, respectul de sine și previn depresia, conform unui studiu realizat de cercetatorii de la Universitatea din Essex din Marea Britanie.

Pentru a funcționa corect, creierul are nevoie de 20% din cantitatea de oxigen a corpului. Activitățile în aer liber asigură oxigenarea creierului pentru ca tu să te poți concentra asupra lucrurilor importante și să ai o minte limpede și ascuțită pe durata întregii zile.

3. Un somn mai bun

Mișcarea în aer liber te ajută să îți consumi energia într-un mod plăcut și să te relaxezi, iar efectele se văd chiar din prima seară.

După o zi de sport afară, adormi mai ușor și ai un somn mai adânc.

Memorie bună, putere de concentrare, relaxare, sunt doar câteva din beneficiile de care se bucură persoanele care dorm bine.

4. Soare = Vitamina D

Expunerea la soare de care beneficiezi în timpul mișcării în aer liber îți ajută organismul să producă vitamina D, bineînțeles în condiții de expunere cu măsură, protecție SPF și acoperirea zonelor sensibile cum ar fi capul și ochii. Vitamina D este necesară pentru menținerea sănătății sistemului osos, a sistemului imunitar și ajută la prevenirea îmbătrânirii.

5. Sănătatea sistemului cardiac, imunitar

Sportul îmbunătățește ritmul cardiac, reglează presiunea sângelui și asigură buna funcționare a metabolismului. De asemenea, întărește sistemul imunitar și îl ajută să funcționeze la

capacitate maximă, prin asigurarea oxigenului necesar pentru ca celulele albe să facă față bacteriilor și virușilor.

6. Dezvoltarea armonioasă a copiilor

Activitățile în aer liber sunt esențiale pentru dezvoltarea armonioasă a copiilor. Cu toate acestea în zilele noastre prea mulți copii își petrec timpul liber în fața calculatorului / televizorului, în contextul în care peste 30% dintre ei suferă de diverse afecțiuni cauzate de stilul de viață sedentar.

Este absolut necesar să îi înveți practicarea exercițiilor fizice în aer liber (jocurile copilăriei, role, bicicleta) pentru dezvoltarea mușchilor, întărirea oaselor și buna funcționare a tuturor organelor.

7. Creativitate, capacitate de coordonare, orientare în spațiu

Jocurile în aer liber îi ajută copilul să își dezvolte imaginația, creativitatea, capacitatea de coordonare și orientarea în spațiu.

De asemenea, acestea ajută copilul să înțeleagă mai bine mediul înconjurător, îi dezvoltă și îi ascut simțurile, lucruri care îl vor determina să se descurce mai bine în situații necunoscute din afara spațiului familiar de acasă.

8. Distracție în familie

Activitățile sportive în natură sunt o bună modalitate de a te distra împreună cu familia. În același timp îmbunătățești comunicarea și consolidezi relațiile cu cei apropiați. Când implică toți membrii familiei, un astfel de program are ca rezultat creșterea gradului de încredere și sinceritate între aceștia, fapt demonstrat de numeroase cercetări științifice.



Avantajele mersului pe bicicletă

Prof. Gelu Florin CUCU

Ciclismul este, fără doar și poate, una dintre cele mai răspândite și în același timp benefice pasiuni. Fără îndoială ciclismul este o pasiune potrivită pentru persoanele de toate vârstele, fiind o activitate cu foarte multe beneficii pentru organism.

Scurtă istorie a ciclismului

Ciclismul, după cum bine știți, reprezintă deplasarea folosind bicicleta ca mijloc de transport. Pe lângă faptul că foarte multe persoane îmbrățișează ciclismul ca pe un hobby în adevăratul sens al cuvântului și ca pe o activitate cu foarte multe beneficii pe care o pot desfășura în timpul liber, ciclismul este și un sport care poate fi împărțit în mai multe ramuri.

Istoria ciclismului este foarte interesantă. Încă din cele mai vechi timpuri oamenii au încercat prin diverse modalități să își facă deplasările mai ușoare și în primul rând mai rapide pentru a explora zonele până atunci necunoscute. Inventarea bicicletei a reprezentat un moment foarte important în istoria omenirii. Bicicletele pe care astăzi le folosim sunt foarte moderne, însă schițele primelor biciclete datează din jurul anului 1493 și aparțin lui Gian Giacomo Caprotti, elev al lui Leonardo da Vinci. Mai târziu, în anul 1791, Conte de Sivrac a realizat un celerifer, ceea ce avea să se transforme mai târziu în bicicletă pe care o folosim în zilele noastre. Termenul bicicletă a fost folosit pentru întâia oară în Franța în anul 1860.

Utilitatea acestui mijloc de transport a fost dovedită în situații foarte dificile cum ar fi războiul. Chiar dacă nu era potrivit pentru lupte, acest mijloc de transport era folosit de către soldați pentru a se deplasa mai rapid dintr-o regiune în alta. Mai mult decât atât, bicicletele au fost utilizate în trecut și pentru o deplasare mai rapidă în zone mai greu accesibile, cum ar fi crestele munților. Această activitate a făcut ca o ramură interesantă a ciclismului – mountainbiking să se dezvolte începând din anul 1970, pentru ca în prezent să devină, de asemenea, un sport foarte des practicat și o pasiune deosebită.

Nu a trecut mult timp după introducerea bicicletei ca mijloc de transport, până când adevărate competiții au început să fie organizate. Având în vedere că bicicletele au evoluat rapid în diverse modele, și cursele organizate au început să fie diferite, în funcție de tipul de bicicletă utilizat.

De-a lungul timpului, mijloacele de transport care folosesc două roți au suferit numeroase schimbări. În prezent, bicicleta reprezintă principalul mijloc de transport al oamenilor din foarte multe regiuni ale întregii lumi, ciclismul devenind, după cum am spus și anterior, una dintre cele mai populare și apreciate pasiuni.

Avantajele mersului pe bicicletă:

Avantajele mersului pe bicicletă din punct de vedere medical

- Vei dormi mai bine – o plimbare matinală cu bicicleta te va obosi pe termen scurt, însă va face minuni pentru somnul din timpul nopții.
- Îți protejezi intestinele – activitățile fizice reduc timpul necesar pentru traversarea intestinului gros de către mâncare, limitând astfel cantitatea de apă absorbită de organism. În plus, exercițiile aerobice accelerează ritmul cardiac și respirator, ceea ce ajută la stimularea contracției mușchilor intestinali. În afară de faptul că te protejează de senzația de balonare, te protejează și de apariția cancerului intestinal.
- Creierul funcționează mai bine – O creștere cu 5% a activităților de fitness cardio-respiratorii, venită prin adăugarea de ședințe de ciclism, au dus la o creștere de 15% a rezultatelor obținute la testele de inteligență. Acest lucru se datorează faptului că ciclismul ajută la formarea de celule noi în hippocampus, regiunea creierului responsabilă cu memoria, care se deteriorează după vârsta de 30 ani. Ciclismul trimite mai mult sânge și oxigen la creier, ceea ce duce la regenerarea receptorilor.
- Reziști mai bine la boli – Ciclismul este cea mai bună modalitate de a te menține sănătos. Studiile arată că persoanele care fac ciclism timp de 30 minute pe zi, 5 zile pe săptămână, își iau de 2 ori mai puține zile de concediu medical față de persoanele sedentare.

- Sistem circulator și repirator mai bun – mersul pe bicicletă face ca plămânii să lucreze de 10 ori mai mult decât dacă ai sta pe fotoliu în fața televizorului. Mersul regulat pe bicicletă va ajuta, în timp, la întărirea sistemului cardiovascular, fapt care va permite inimii și plămânilor să lucreze mai eficient și să livreze mai mult oxigen acolo unde este necesar, într-un timp mai scurt. Asta înseamnă că vei obosi mai greu atunci când faci orice fel de activitate fizică intensă.

Avantajele mersului pe bicicletă din punct de vedere estetic

- Arăți mai tânăr – Mersul regulat pe bicicletă îți protejează pielea de efectele negative ale radiațiilor ultraviolete și reduc semnele îmbătrânirii. O circulație mai bună a sângelui în urma exercițiilor fizice înseamnă că oxigenul și substanțele nutritive vor fi livrate mai eficient celulelor, în timp ce elimină toxinele. Exercițiile sunt un cadru ideal pentru ca organismul să producă mai mult colagen, fapt care ajută la reducerea apariției ridurilor și la accelerarea proceselor de vindecare.
- Primul pas pentru a slăbi – majoritatea persoanelor care vor să slăbească se gândesc să înceapă să facă jogging sau să alerge. Problema este că, dacă vrei să slăbești, este logic că ești destul de plinut, adică ai o greutate cam mare. Jogging-ul presupune ca această greutate mare să fie preluată pe rând de oasele și articulațiile picioarelor, iar asta poate fi ceva distructiv pentru scheletul osos. Cea mai bună activitate pentru a începe să slăbești este ciclismul.
- Devii în formă cu efort minim – persoanele care se plimbă cu bicicleta în mod regulat au o formă fizică egală cu a unei persoane sedentare, dar cu 10 ani mai tânără.
- Arzi mai multă grăsime – fiziologii sportivi au descoperit că rata metabolică a organismului nu este ridicată doar în timp ce mergi cu bicicleta, ci rămâne ridicată timp de câteva ore după ce termini plimbarea. Asta înseamnă că, după o plimbare de 30 minute cu bicicleta, organismul tău va continua timp de câteva ore să ardă mai multe calorii decât ar arde dacă ai fi stat acasă. Un studiu recent a arătat că cicliștii care au făcut și câteva sprinturi rapide cu bicicleta au ars de 3 ori și jumătate mai multe calorii decât cei care au mers cu bicicleta într-un ritm lent și constant.

Avantajele mersului pe bicicletă din punct de vedere al timpului

- Ajunși mai repede la destinație – majoritatea orașelor mari au o problemă cu traficul, în sensul că este foarte aglomerat, în special la orele de vârf. Statul în mașină la semafor sau în ambuteiaje înseamnă timp pierdut, iar mersul cu bicicleta înseamnă că, chiar dacă viteza de deplasare este mai mică decât cea a unei mașini, vei ajunge la destinație mai repede deoarece nu vei avea perioade de staționare și nici perioade în care mergi bară la bară (sau roată la roată). De asemenea, nu vei mai pierde timp cu găsirea unui loc de parcare, sau cu deplasarea de la mașină la clădire și înapoi.
- Trăiești mai mult – King's College din Londra a comparat 2400 perechi de gemeni identici și a concluzionat că cei care au făcut exerciții fizice echivalente cu 45 minute de ciclism pe zi, 3 zile pe săptămână, erau, din punct de vedere biologic, cu 9 ani mai tineri decât frații/surorile lor, chiar și după ce s-au eliminat alți factori care ar fi putut afecta rezultatele, cum ar fi IMC (indicele masei corporale) sau fumatul. Doctorul LynnCherkas, cel care a condus acest studiu, spune: „Cei care fac regulat exerciții fizice prezintă un risc mult mai scăzut de a contracta boli cardiovasculare, diabet de tip 2, orice tip de cancer, hipertensiune arterială sau obezitate. Organismul lor își mărește foarte mult imunitatea și își regenerează mult mai multe celule.”

Avantajele mersului pe bicicletă din punct de vedere social

- Un alt avantaj al ciclismului ca hobby este acela că această activitate poate fi desfășurată de întreaga familie. Vremea caldă a sosit așa ca o plimbare cu bicicleta în parc alături de cei dragi, sau chiar în natură dacă sunteți pasionați de mountain-biking reprezintă o activitate ideală care vă va relaxa și vă va ajuta să înlăturați stresul acumulat după o săptămână întreagă de muncă.
- Dezvoltă o dependență pozitivă – înlocuiește un viciu, cum ar fi alcoolul, Țigările sau mâncatul în exces al ciocolatei, cu obiceiul de a merge cu bicicleta. Vei fi o persoană mai sănătoasă și mai fericită!
- Fă-ți prieteni și rămâi sănătos – mersul cu bicicleta într-un mod regulat cu siguranță te va ajuta să cunoști persoane noi și, de ce nu, să-ți faci noi prieteni. Un studiu efectuat de școala medicală Harvard, desfășurat pe o perioadă de 9 ani, a demonstrat că persoanele înconjurate de prieteni sau confidenți au redus riscul de moarte prematură cu 60%. Rezultatele studiului au fost atât de

importante, încât cercetătorii au concluzionat că a nu avea prieteni sau confidenți este la fel de rău pentru organism precum fumatul.

- Ești mai vesel – chiar dacă ești supărat, stresat sau deprimat atunci când pleci la plimbare, totul se va schimba în următoarele 30 minute. Activitățile fizice care presupun un efort cel mult moderat vor face organismul să secrete endorfine, fapt care luptă în mod direct împotriva stresului și depresiei. Pleci cu bicicleta stresat și te întorci o altă persoană! Comparativ cu acum 3 ani, de 4 ori mai mulți medici generaliști prescriu și exerciții fizice ca parte a unui tratament împotriva depresiei!

Având în vedere că există mai multe tipuri de ciclism, sunteți liberi să alegeți tipul preferat. Dacă sunteți pasionat de aventură și iubiți natura, mountain-biking-ul este alegerea perfectă. Este o activitate cu foarte multe beneficii însă pot exista și riscuri. Mountain-biking-ul reprezintă practicarea ciclismului în zone accidentate, de cele mai multe ori pe cărările de munte, unele trasee fiind special amenajate. În acest fel puteți combina dragostea pentru acest sport cu frumusețea naturii. Pe de altă parte, din ce în ce mai mulți adolescenți amatori de senzații tari sunt pasionați de BMX, în special de partea de freestyle, deoarece pot încerca cele mai interesante trick-uri în skatepark-urile special amenajate.

Salvezi planeta – Mersul pe bicicletă nu doar că este benefic pentru sănătate, însă este foarte ecologic și ajută la protejarea mediului, spre deosebire de mașini care nu fac decât să polueze mediul înconjurător. În foarte multe țări dezvoltate, oamenii renunță la mașini și aleg să se deplaseze folosind acest mijloc de transport atât de util.

Este foarte adevărat că pe lângă avantaje, există și un mic dezavantaj. Dacă alegeți să practicați mountain-biking, echipamentul este mai mult decât necesar deoarece riscul accidentărilor este mult mai mare. Bicicletele de tip mountain-bike sunt special concepute pentru acest sport, și cele BMX de asemenea însă, pe lângă biciclete, echipamentul de protecție este foarte necesar. Acesta trebuie să conțină cască de protecție, ochelarii pentru a vă proteja de praf, genunchiere și în unele cazuri și costumul de protecție.

Așadar, dacă încă nu știți cum să profitați de razele de soare după o săptămână stresantă, alegeți ciclismul. Această pasiune este, după cum ați putut observa, foarte benefică atât pentru organism, cât și pentru psihic, reprezentând o minunată metodă de a vă relaxa, de a vă apropia de natură, de a petrece timp cu persoanele dragi și nu în ultimul rând de a vă menține în formă.

Cred că te-ai convins de avantajele mersului pe bicicletă, îndreptate în special asupra sănătății și longevității tale, așa că nu mai aștepta, fă din asta un obicei zilnic. Nu ai bicicletă? Nu e problemă, găsești sute de oferte potrivite oricărui buzunar!



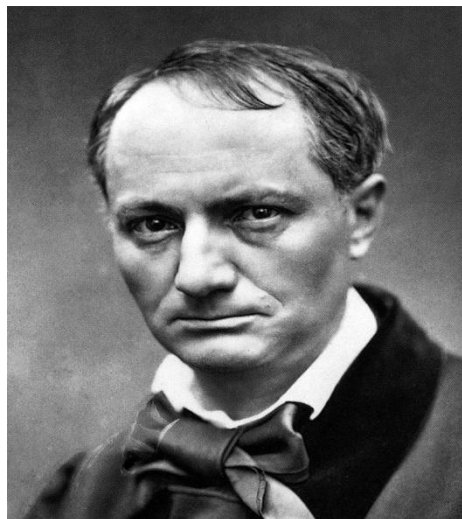
Universul cunoașterii

„Demonizarea” în opera lui Charles Baudelaire, *Florile răului* (160 de ani de la apariția volumului *Les Fleurs du Mal*)

Prof. Aurelia CURELARU

Charles Baudelaire este poetul care a revoluționat întreaga lirică franceză și europeană prin originalitatea volumului său controversat *Les Fleurs du Mal* (*Florile răului*). Privind prin opera sa, străzile Parisului par cutreierate „de demoni” porniți să sporească Răul, de muritorii admirați de Moartea însăși (*Dans macabru*). Orice reflex paradisiac a dispărut din cetatea misterelor. După moartea tatălui, mama sa se recăsătorește cu generalul Aupick, iar Baudelaire trăiește prima fisură de ordin existențial. Acceptă modelul de comportament etic al veșnicului solitar: „sentimentul singurătății încă din copilărie. În ciuda familiei – și mai ales în mijlocul camarazilor – sentimentul unui destin solitar”. Asumarea singurătății din interior, în numele eului său autentic, și opunerea prin ea lumii aduce și specifica culoare ontologică creației sale. Ființa sa intră în regimul alterității și al permanentei dedublări, extremele între care oscilează fiind Dumnezeu și Satan. Dragostea lui de semenea se „satanizează”, împărțindu-se dramatic între o Madonă, Apollonie Sabatier și prostituata pariziană totală, africana Jeanne Duval. Între o „Venus albă” și o „Venus neagră” se consumă sentimentul duplicitar al poetului, urcând spre sfera de senzații celeste și coborând brusc în dragostea păgână și carnală.

Poezia *Litanii către Satan* este ca o rugăciune de salvare a eului poetului din nihilism. Titlul este sugestiv și evocă o antinomie între Lumină și Întuneric, poetul folosindu-se de oximoron crează o înaltă expresivitate. Cuvântul *litanie* reprezentând rugăciunea rostită de preot și credincioși către Dumnezeu în momente grele, precum anumite



calamități. Astfel, este implorată forța divină pentru a salva credincioșii și a le demonstra omniprezența sa.

Baudelaire îl investește pe Satan cu aceleași puteri, pe care credincioșii le atribuie lui Dumnezeu. Poetul slăvește puterea lui Lucifer, „ce între îngeri, ești cel mai învățat” și îl consideră „de soartă și laude trădat”. Asemenea unui acatist („Iisuse preaputernice, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă”, *Acatistul Domnului nostru Iisus Hristos*), poetul folosește un vers în mod repetat, devenind leitmotivul poeziei: „Satan, te rog, ai milă de-a mea nefericire!”. Folosind numeroase metafore și comparații, Baudelaire dorește să se facă auzit de cel în care se încrede total, numindu-l: „Prinț izgonit din ceruri, rămas nedreptățit”. În credința sa, acest Lucifer salvator al spiritului său este „învins” doar aparent, căci se reușește să-i liniștescă îndârjirea eului său, „de-a pururi, te-nalți mai oțelit”.

„Tu ce știi totul, rege al celor din-desubt, / Vindecător al lumii cu sufletul abrupt” sunt versurile în care Baudelaire îl prezintă pe

Satan ca pe Dumnezeu în oglindă. Atributele divinității creștine sunt acordate îngerului din Întuneric. Omnisciența și puterea tămăduitoare îl fac pe poet să spere la alungarea *spleen-ului* și a tristeții sale nesfârșite.

Spleenul parizian demonstrează unul dintre sentimentele cele mai pure și nobile, îl transformă dintr-o valoare naturală în una artificială. Într-o asemenea realitate sufletească dominată de accentul hotărât, sălbatic și terestru al melancoliei, de trăirea intensă, pesimistă, după cum notează poetul însuși, învinge împăcarea orgolioasă cu Satan. Cerul lui Dumnezeu se prăbușește, determinând eul la închiderea în cercul singurătății. Extazul vieții și oroarea de viață pe care și-o recunoaște însuși poetul, așează opera baudelairiană pe axul ființial dumnezeiesco-satanic. Tensiunea e alimentată dezbinul lăuntric, de opoziția fîță de tot ce este Natură. Baudelaire singur își modelează destinul, și-l asumă, luciditatea călăuzind toate aceste game esențiale: mișcările lui spre interior sunt făcute sub dictatul rațiunii, avânturile supravegheate, tensiunea între cei doi poli ai trăirii menținută în mod voit, iar magia sonoră exorcizată. Izgonirea diavolului duce, în fond, la invocarea lui un paradox al acțiunilor sale puse sub semnul voinței.

Drumurile baudelairiene duc spre Satan, căci, așa cum scrie într-o scrisoare către mama sa, „*nu are nevoie de Dumnezeu, pentru că nu-l poate înțelege, ci anume de Satan, pe care-l iubește, ca pe un nedreptățit al lui Dumnezeu*”. Astfel, există, în lirica *Florilor răului*, un proces de demonizare continuă, care pune mereu trăirea sub semnul lui Thanatos, o acțiune de a echivala infinitul cu infernul: „Tată-adoptiv al celor ce Domnu-a vrut să fie/ Goniți din raiul veșnic, în neagra lui mînie”.

Ideea „păcatului original” îl face să înalțe rugă către Satan care este Domnul Păcatului, apoi către Dumnezeu, care este Izbăvitorul acestui Păcat. Prin asemenea rugă zilnice ajunge la o nouă ordine spirituală, izbăvindu-și sufletul, nu însă și trupul. Imaginile vizuale pe care le crează poetul în aceasta „litanie” sunt foarte expresive prin efectul produs asupra cititorului. Sumbre sunt versurile: „Tu ce calmezi privirea celui pe eșafod, /Disprețuind tăcerea prostitului norod,

[...] Tu care pe cel șubred îl scapi de suferință / Și-i pui trăgaciul armei în mână cu știință”. Lectorul e cuprins de o stare de șoc în momentul citirii, însă spectacolul macabru are farmecul său. În ochii lectorului se înfățișează un spectacol macabru de tortură din Evul Mediu, o spânzurătoare, la care participă mulțimea înfometată de macabru.

Aripa lui Satan e văzută de poet ca un suflu de speranță pentru marginali: „Tu care iei leprosul, hulitul și proscrisul, / Și cu a ta iubire le-nchipui paradisul”. Din nou, poetul imaginează o evadare din neant și din spleenul societății pentru cei care oricum sunt în afara ei: „Toiag celui ce fuge și far născocitor, / La spânzurați duhovnic și la uneltitori”. De asemenea, Baudelaire nu uită să prezinte cititorului și misiunea supremă a lui Satan, aceea de a Ispiti: „Tu ce ivești în ochii fecioarelor crescând / Poftirea spre amorul de trupul lor flămând”.

Păcatul original are o dublă calitate la Baudelaire: degradează și înalță, înveninează și tămăduiește, înrăiește și îmblânzește, provoacă la pierdere, dar și la răscumpărare. Grație aceste credințe se declanșează un proces specific de demonizare în bine și în rău, demonismul având o singură rădăcină. Satanismul baudelairian are o origine... divină, satan și Dumnezeu fiind zămisliti din aceeași substanță. Dirența dintre ei este sfidată.

Pactul cu Diavolul este total, în *Florile răului*, și poetul nu face decât să se miște într-un domeniu demonizat pe deplin, în care aerul dulce-veninos se strecoară în plămâni și-i umplu ființa cu duhuri rele: „Fără de preget, Darcul, cu gîndu-i mă-nconjoară, / Plutește împrejur-mi ca boarea nevăzută, / Îl sorb și-mi simt plămânii în flacăra-i amară, / Umplându-mi-i o poftă etern reîncepută” (*Pierzania*). Păcatul, „plăcerile spăimîntătoare”, aspirațiile (foamea de înalt și de stele), sentimentul dragostei, trăirea osîndeii, ispitele, tristețea și ardoarea sunt călăuzite de acest demon universal, ce-aruncă sufletul pe panta Pierzaniei.

Însuși poetul are un atât de puternic sentiment de frică în fața aceste familiarități cu extremele, cu negativul ducător spre Neant încât îi scrie mamei sale, în 1857, anul apariției

volumului *Les Fleurs du Mal*: „Această carte, al cărei titlu *Florile Răului*, spune totul, este acoperită, veți vedea, de o frumusețe sinistră și rece; a fost făcută cu furie și perseverență. Dovada valorii sale pozitive este tot ceea ce spune rău despre ea cartea înfurie oamenii. De altminteri, îngrozit eu însumi de oroarea pe care o voi inspira am modificat o treime în corecturi”. Frumusețea sinistră și rece este un însemn al modernității și prin postularea ei ca normă estetică Baudelaire se impune ca primul mare poet modern. Frumusețea și noblețea pot fi rezultatul rațiunii și calculului, iar negativul, sursă de fascinație. Omul scindat baudelairian este un homo duplex care oscilează între polul satanic și cel ceresc, preluând unele forme maniheiste și gnostice ale greșinismului. Acești poli – răul adus de Satan și idealitatea goală – stimulează evadarea din cercul strâmt al realului. Liricul devine un mag al sunetelor, situând în prim plan nu fondul, ci forma, voința formală.

Mișcarea romantică din cercuri (ale Cunoașterii) se transformă, la Baudelaire, într-o mișcare liniară în Necunoscut, unde se întrezărește doar Noaptea fără sfârșit. Poetul își asumă durerea, o provoacă și o prelungește, o transformă într-un exercițiu spiritual tot astfel precum transformă momentul inspirației într-un proces de elaborare supravegheată care îngăduie artificul. Este, așadar, modelul de *poeta artifex*. Baudelaire se simte bine numai atunci când e departe de natură, când se dedică travaliului îndelungat pentru a găsi cuvântul potrivit. Este primul poet modern care preferă tehnica pură inspirației. Natura îi repugnă, pentru că este o expresie a ingenuității și

spontaneității. Supralicitării tehnicii îi corespunde supralicitarea voită a durerii: „Dacă Baudelaire ar fi natural, el s-ar pierde, fără îndoială, în mulțime, dar în același timp și-ar simți o conștiință curată, ar îndeplini, fără efort, poruncile divine, ar fi ca la el acasă, pe deplin mulțumit în lume. Tocmai asta nu vrea el. Urăște natura și acuză s-o nimicească pentru că ea vine de la Dumnezeu, întocmai cum Satan caută să submineze creația. Prin durere, insatisfacție și viciu, el caută să-și găsească un loc aparte în univers” (J. P. Sarte). Poetul nu mai caută să surprindă o stare, ci s-o producă în noi, nu țintește să ne dea o imagine a lumii, ci o idee a ei prin niște contururi de sistem.

Indiferența față de demonizarea absolută a sufletului este, la Baudelaire, un mijloc de eliberare sufletească, acceptarea măștii, minciunii, convenției vădind o vindere prea îngăduitoare a sufletului diavolului: „Prostia-ți nu m-atinge! Doar să exiști! Nu-mi pasă: Decor sau mască, vino! Destul că te iubesc” (*Dragostea în minciună*).

Modul baudelairian de a concepe poezia ca „o specie de vrăjitorie evocatoare”, în care să se conțină de-a valma obiectul și subiectul, lumea exterioară a artistului și artistul pare să obsedeze, autoritar, pe toți, marii poeți români ai primei jumătăți de secol XX (Valdimir Streinu a arătat în studiul său, *Fenomenul Baudelaire*, în ce mod poeții români au îmbrățișat sau au respins poetica baudelairiană). G. Bacovia, în volumul său *Plumb* (1916), este cel mai înveterat baudelairian, evocând scene funerare, procese de degradare și agonie ale materiei sub ploi, sub vâlul unel spleen urban.

Bibliografie:

Baudelaire, Charles, *Florile răului*, traducere în limba română de Radu Cârneli, Chișinău, Editura „Hyperion”, 1991.

Cimpoi, Mihai, *Între Dumnezeu și Satan*, în Charles Baudelaire, *Florile răului*, Chișinău, 1991, pp. I-XII.

Milner, Max, Pichois, Claude, *De Chateaubriand à Baudelaire (1820-1869)*, Arthaud, Paris, 1985.

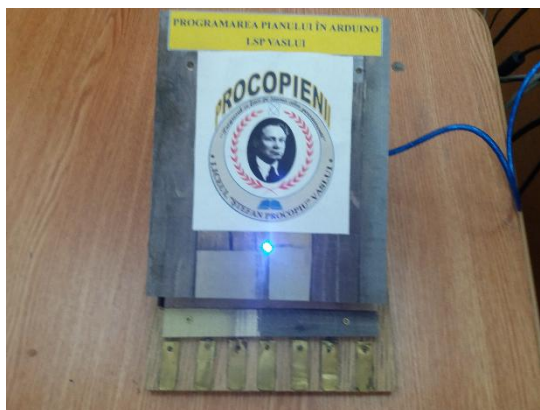
Todorov, Tzvetan, *Les genres du discours*, Seuil, Paris, 1978.

Voia, Vasile, *Baudelaire și estetica romantismului*, Cluj, 1972.

**Concursul de Creativitate în Fizică și Tehnologii
„Ștefan Procopiu”, Ediția a XX-a, Etapa interjudețeană, Iași 27-28 mai 2017**

Sectiunea IV. REFERATE ȘTIINȚIFICE Mecatronică - Licee tehnologice

Programarea pianului în Arduino



Autori

Prof. Bacoșcă-Bică Mariana
Prof. Bîrcă Silvia
M.i. Dascălu Constantin
Elevi: Croitoru Răzvan Gabriel, clasa a IX-a I
Ponea Constantin Emanuel, clasa a X-a I

Argument

Lucrarea „Programarea pianului în Arduino” are caracter practic și își propune să-i învețe elevii să comande și să controleze un pian utilizând platforma Arduino.

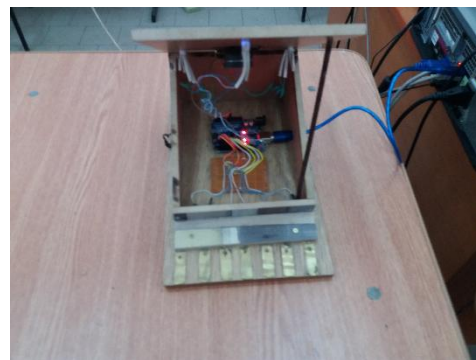
Ce este Arduino?

Arduino este un instrument prin care se pot realiza sisteme informatice capabile să „perceapă” și să „controleze” lumea înconjurătoare. Acest instrument este open-source și este compus dintr-un mediu de dezvoltare (o variantă de Wiring – platforma folosită pentru procesare multimedia) și o placă de dezvoltare cu microcontroler AVR. Arduino poate fi folosit pentru dezvoltarea de obiecte interactive. Informația este preluată de la o gamă variată de senzori și comutatoare, se procesează în interiorul microcontrolerului AVR, și este transmisă către o gamă la fel de variată de lumini, motoare, actuatori etc.

De ce Arduino?

Pe piață există o gamă foarte variată de sisteme de dezvoltare bazate pe microcontroller. Avantajele pe care le are Arduino față de aceste sisteme sunt:

- Costuri de achiziție reduse;
- Poate fi folosit pe orice sistem de operare (Linux, Windows sau MacOS);
- Majoritatea plăcilor de dezvoltare fiind limitate la sistemul de operare Windows;
- Un mediu de programare simplu și ușor de învățat;
- Este open source, atât placa de dezvoltare cât și mediul de programare.

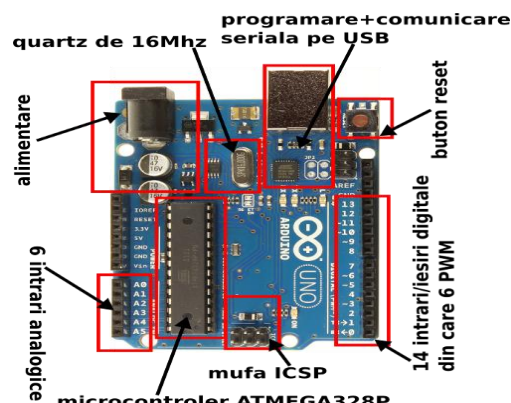


Materiale necesare:

- plăcuța de programare Arduino;
- 7 rezistențe de $1M\Omega$;
- fire(conductori);
- difuzor(traductoracustic) de 6 W;
- plăcuța test;
- 2 Leduriroșii;
- 1 Led albastru;
- fludor(aliaj de lipit) +stație de lipit(pistol de lipit);
- clapetealamă- din tablă de 0,05 mm;
- carcasă.

Descrierea plăcii de dezvoltare Arduino UNO:

Plăcile de dezvoltare Arduino seamănă foarte mult între ele (din elementele comune am putea enumera: intrările/ieșirile digitale, intrările analogice, microcontrolerul etc.).



- intrare analogică: este folosită pentru citirea semnalelor nondigitale. Ex.: senzori de temperatură, senzori de lumină, senzori de presiune, umiditate etc.
- intrare/ieșire digitală: imaginativă un întrerupător de la un bec. Acesta poate să aibă 2 stări: închis sau deschis adică 0 sau 1.
- pwm (Pulse-widthmodulation): modulația în durată a impulsurilor. Poate fi utilizat pentru a îndeplini o varietate foarte mare de sarcini, de la iluminarea LED până la controlul vitezei motoarelor electrice.

Programarea plăcuței Arduino în C:

Modelul de programare pe care se bazează C presupune ca programatorul știe exact ce vrea să facă și știe să folosească limbajul C pentru a obține acel lucru. Limbajul C lasă programatorul să scrie programul într-un timp minim fără să intervină în calea lui. C este simplu deoarece numărul de componente al limbajului este relativ mic. Spre exemplu dacă două funcții ale limbajului realizează mai mult sau mai puțin același lucru, C va include doar o funcție.

Avantaje și dezavantaje privind utilizarea limbajului C:

- este extrem de flexibil, o secvență putând fi codificată în mai multe moduri; așadar putem scrie același program în mai multe feluri, el executând aceeași funcție.
- permite o scriere compactă, instrucțiunile putând fi scrise pe același rând; însă acest lucru nu este recomandat deoarece corectarea programului se face mai greu iar după o perioadă nici creatorul nu își mai înțelege propriul cod.
- programul poate fi scris într-o manieră apropiată de pseudocod (gr.pseudo=fals), conceperea algoritmilor fiind mult mai ușoară și eficientă, permite scrierea a aproape orice, greșelile de sintaxa fiind iminente.
- C este folosit în general în proiecte de mici dimensiuni unde se pune accent pe performanța codului. Ex.: programarea microcontrolerelor. În orice caz limbajul C este un limbaj de programare foarte influent și în același timp foarte popular.

Pentru a realiza un program în C este nevoie de un program pentru scrierea codului (editor de text) și de un compilator. Compilatorul este un software care transformă codul scris în C (limbaj înțeles de noi) în cod binar (limbaj înțeles de calculator). Compilarea unui program constă în verificarea codului (greșeli de sintaxă), transformarea lui în cod binar și creerea unui executabil sau a unui fișier în urma compilării programului.

Ce știm sau nu știm despre sunet?

Sunetul reprezintă vibrația unui corp sonor. Se obține întotdeauna în urma unui impact între două sau mai multe corpuri și se manifestă sub forma de vibrații.

Sunetele sunt de două feluri:

- a) muzicale (fonetice) – cele care impresionează în mod plăcut auzul (sunetul unui instrument muzical);
- b) amuzicale (afonetice) – sunete produse de corpuri prin cădere sau lovire care deranjează urechea umană.

Vibrațiile ce pot fi percepute de urechea umană sunt cuprinse între 30- 20.000 vibrații simple pe secundă.

Sunetele muzicale sunt limitate între 32- 9000 vibrații simple pe secundă.

Sunetul cel mai grav are 32 vibrații simple pe secundă.

Sunetul cel mai înalt are aproximativ 9000 vibrații simple pe secundă. Sunetele muzicale au 7 denumiri: DO, RE, MI, FA, SOL, LA, SI. Și se notează cu semne numite note muzicale.

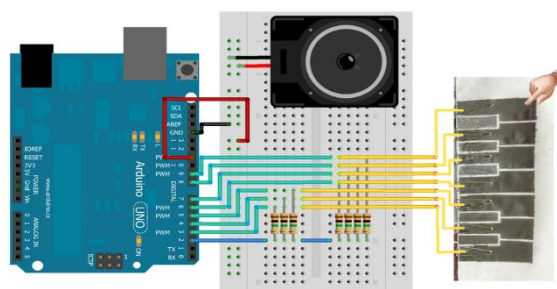
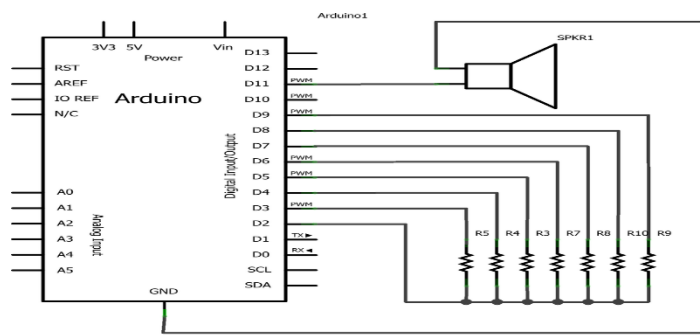
Prezentarea pianului:

Pasul 1:

- plăcuța Arduino prevăzută cu pini 2,3,4,5,6,7,8,9 se leagă la cele 7 rezistențe de $1\text{M}\Omega$, obținând 7 circuite care reprezintă și claviatura pianului;
- pe pinul 11 și pe GND (borna de minus) am legat difuzorul de 6 W;
- cele 2 leduri de culoare roșie sunt indicatoare optice pe circuitul audio (sunet) legate în paralel cu ieșirea difuzorului;
- ledul albastru – are rolul de martor prezență tensiune electrică;
- în capătul celor 7 fire (conductori) am montat 7 plăcuțe din alamă de 0,05 mm, identice clapelor de la claviatura pianului.

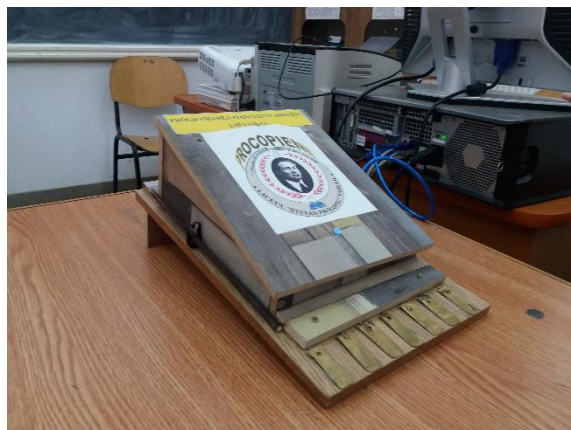
Pasul 2:

Schema de conexiuni a pianului:



Funcționarea PIANULUI:

- totul este foarte simplu atunci când degetul nostru se apropie de plăcuța conductoare care produce un efect asemănător apăsării touchscreen-ului unui smartphone;
- corpul nostru uman transmite o anumită energie și pulsație iar în programul implementat de mine fiecare clapetă de la claviatură este legată la o rezistență de $1M\Omega$ care de departe să ajungă la plăcuța arduino și fiecare pin legat să conțină câte o notă muzicală din gama muzicală.

**CONCLUZII**

La începutul secolului al XX-lea, în fiecare casă trebuia să existe un pian, ca simbol al statutului social, indiferent dacă cineva știa să cânte la el sau nu. Pianistii erau foarte căutați pentru a întreține clienții și călătorii, pentru a realiza fundalul sonor al filmului mut nou apărut și pentru a da lecții unui număr crescând de iubitori de muzică.

Ești tentat să intri și tu în fascinanta lume a muzicii?

Ca să cânți la unele instrumente, trebuie să exersezi foarte mult, chiar și pentru a scoate un singur sunet. Însă la pian, dacă apeși câteva clape în ordinea corectă, ai și făcut un cântecel, doar trebuie să fi înzestrat cu abilitatea de a cânta după ureche.

Începând cu anul 1890 pianul mecanic a suferit modificări și anume era prevăzut în față cu un mecanism care apăsa clapele cu ajutorul unor degete de lemn în timp ce muzicianul acționa niște pedale-leviere iar mai târziu au fost montate peste 200 de coarde foarte întinse, din sârmă de oțel produc 88 de sunete. În zilele noastre putem programa pianul cu ajutorul acestor plăcuțe Arduino.

Bibliografie

<http://www.instructables.com/id/Arduino-Modules-L298N-Dual-H-Bridge-Motor-Controll/?ALLSTEPS>
[http://wiki.iteadstudio.com/Serial_Port_Bluetooth_Module_\(Master/Slave\)_:HC-05](http://wiki.iteadstudio.com/Serial_Port_Bluetooth_Module_(Master/Slave)_:HC-05)
https://ro.wikipedia.org/wiki/Cele_trei_legi_ale_roboticii
<http://www.romania-libera.ro/stiinta-tehnologie/auto/masinile-care-se-conduc-singure-202130>
<https://ro.wikipedia.org/wiki/Arduino>

**Concursul de Creativitate în Fizică și Tehnologii
„Ștefan Procopiu”, Ediția a XX-a, Etapa interjudețeană, Iași 27-28 mai 2017**

Secțiunea IV. REFERATE ȘTIINȚIFICE Mecatronică - Licee tehnologice

Sistemul de securitate al locuinței



Autori

Prof. Bacoșcă-Bică Mariana, M.i. Dascălu Constantin

Elevii: Popa Sebastian Narcis, clasa a IX-a I

Florea Mihai Alexandru, clasa a X-a I

Argument

Există furturi din locuințe care pot fi prevenit sau evitate apelând la sisteme **specializate de securitate**. Un **sistem de alarmă** are rolul de a detecta tentativele de efracție și de a îmbunătăți securitatea locuinței în momentele în care aceasta rămâne nesupravegheată. Acest sistem poate fi cu anunțare la un dispecerat sau pe telefonul fix sau mobil (alarmă mută).

Lucrarea ”Sistemul de securitate al locuinței” are caracter practice motiv pentru care am folosit cel mai simplu sistem de anunțare a proprietarului locuinței și anume telefonul mobil. Aceste sisteme de alarmă la efracție transmit starea de alarmare prin intermediul unor apelatoare GSM, GPRS, SMS. Astfel de sisteme de alarmă antiefracție au detectori pe fir și wireless, tastaturi cu afișaj LDC, LED, touchscreen.

Materiale necesare:

- | | |
|--|--------------------------|
| ▪ telefon mobil Nokia 1208; | ▪ An LM358; |
| ▪ o rezistență de 1 kohm; | ▪ un laser; |
| ▪ un potențiomtru 10K ohm; | ▪ 4 baterii R3 de 1,5 V; |
| ▪ o rezistență dependentă de lumină LDR; | ▪ fire (conductoare). |

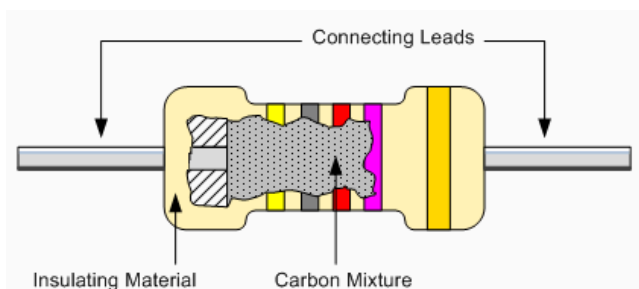
Descrierea componentelor din circuit



Nokia 1208

Nokia 1208 este un telefon mobil low-end, vândut de compania finlandeză Nokia în seria Ultrabasic.

Telefonul a fost prezentat pe piață în mai 2007. Este similar cu Nokia 1200, diferența fiind afișarea culorilor.



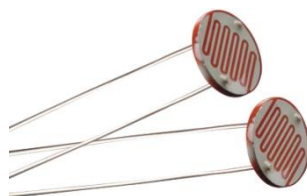
Rezistență de 1 kohm

Rezistența electrică este o mărime fizică prin care se exprimă proprietatea unui conductor electric de a se opune trecerii prin el a curentului electric. În electrotehnică, ea este o măsură care determină ce valoare de tensiune este necesară pentru ca un anumit curent electric să treacă printr-un circuit (conductor) electric dat. Unitatea de măsură a rezistenței electrice, în SI, este ohm-ul, notat cu Ω .



Potențiometru 10K ohm

Un potențiometru este de fapt o rezistență pe care se plimbă un cursor, cu scopul de a diviza tensiunea. Cu cât cursorul este mai aproape de masă, tensiunea pe cursor este mai mică, și invers.



Rezistență dependentă de lumină- LDR

Acesta este un rezistor cu dependență la lumină sau un fotorezistor, care este o componentă electronică pasivă, în esență un rezistor care are o rezistență care variază în funcție de intensitatea luminii. Un fotorezistor este alcătuit dintr-un semiconductor cu rezistență ridicată care absoarbe fotoni și pe baza cantității și frecvenței fotonilor absorbiți, materialul semiconductor conferă energie suficientă pentru a sări în banda de conducție. Electronii liberi care rezultă conduc energia electrică, ceea ce duce la scăderea rezistenței fotorezistorului. Numărul de electroni depinde de frecvența fotonilor.

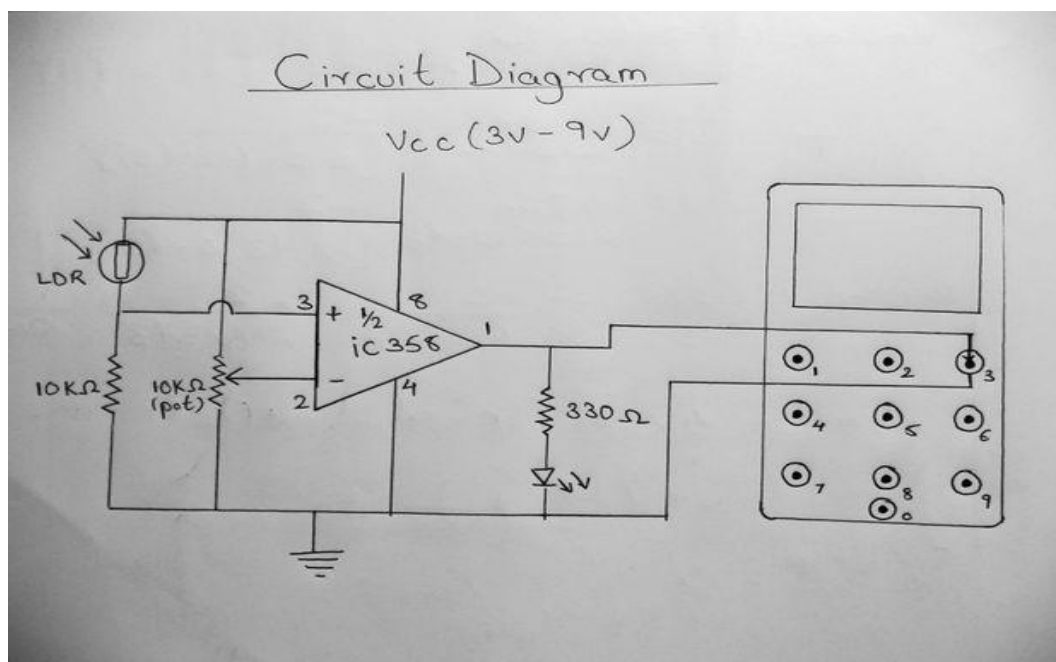
LM358



LM358 este un circuit integrat dual amplificator operațional cu putere redusă. Se utilizează în circuitele de detecție. Abrevierea LM358 indică un circuit integrat cu 8 pini, care cuprinde două

amplificatoare operaționale la putere redusă. LM358 este proiectat pentru utilizare general ca amplificatoare, filtre de înaltă trecere, filtre cu bandă joasă și accesorii analogice.

Realizarea schemei de conexiuni:



Functionarea sistemului de siguranță a locuinței

- ușa locuinței este închisă, atunci când cineva forțează ușa și o deschide intră în raza de acțiune a laserului care opturează rezistența dependentă de lumină;
- circuitul transmite pulsațiile fonului mobil prin tasta 3 care are memorat numărul de telefon al proprietarului, astfel acesta este apelat rapid – anunțat că ușa X este deschisă.

CONCLUZII:

În ceea ce ne privește, liniștea și confortul pe care le avem atunci când știm că locuința – primul nostru spațiu de siguranță – este protejată, reprezintă principalele beneficii ale montării sistemelor specializate de securitate.

Soluțiile de securitate pentru locuințe variază din punct de vedere al prețului, specialiștii ne recomandă produse pentru bugetul fiecăruia.

Astfel, eu am ales variant cea mai ieftină- convenabilă din punct de vedere al costurilor implicit pasiuniifată de disciplina (obiectul) electrotehnică.

BIBLIOGRAFIE

- www. sisteme de securitatepentru locuințe;
- Dragoș Ionel Cosma, Florin Mareș- Electrotehnica circuitelor electrice. Manual pentru clasele a IX-a și a X-a
- Manuale și Cursuri- On Line de Electrotehnică

ORIZONTURI

Scurte incursiuni prin Europa

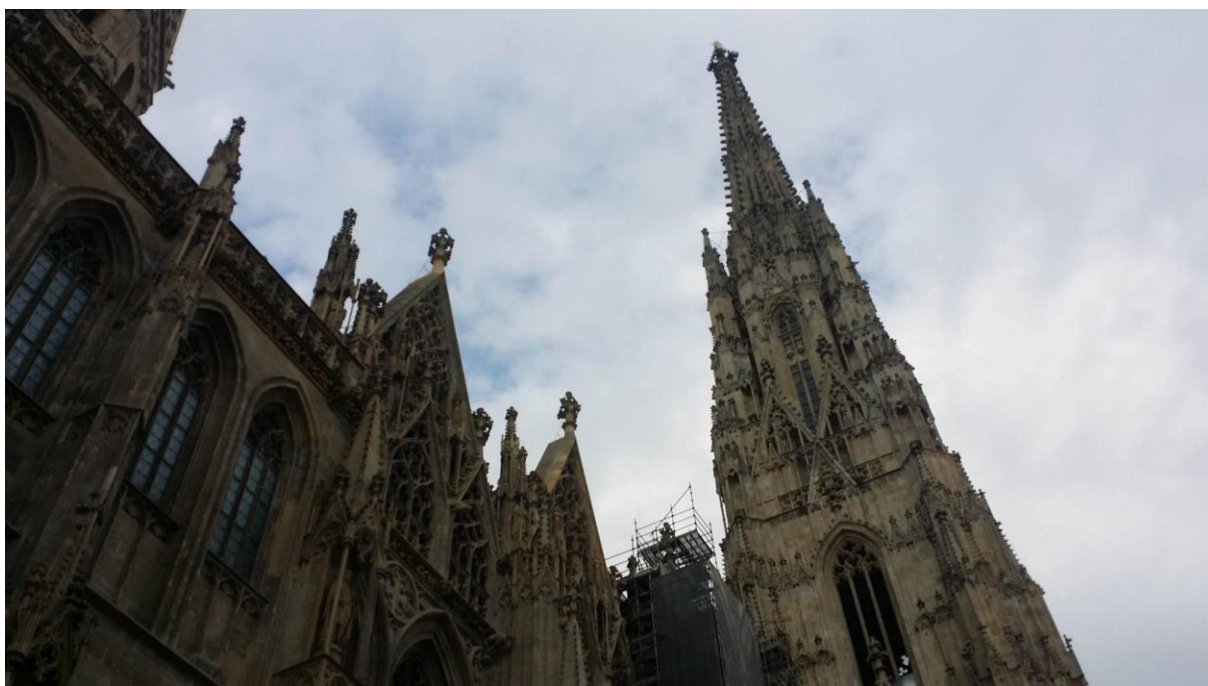
Crețu Andrei, clasa a XI-a E

Germania? Austria? Cine s-ar fi gândit vreodată că va putea vizita aceste două țări superbe? Totul a început când am aflat de această plecare. Fiind un membru activ al unui Cor de Muzică Bizantină din Iași mi s-a propus să merg cu încă 7 membri pentru a participa la Slujbele de Paști în Austria și Germania. Am plecat pe data de 10 aprilie, într-o zi superbă de luni. Fiind primul Paști care îl sărbătoresc departe de familia, am avut câteva emoții privind experiența pe care urma să o am în micuțele mele vizite. Totul a mers lin. Am ieșit cu bine de la granița română de la Borș care era la un pas de Oradea. Ajunși în Ungaria drumul a fost și mai ușor fiind ajutat de autostrăzile foarte frumoase a maghiarilor. Mi-a plăcut foarte mult peisajul din Ungaria, unul foarte pitoresc și tradițional îmbinat cu modernul. La fel că și politicile celorlalte țări europene și aceștia protejau foarte mult natura.

Ajunși în Austria, am fost foarte surprinși toți de faptul că polițiștii vamali erau foarte tineri și inofensivi. Cu un zâmbet plin de oboseală ne-a salutat politicoș și ne-a dat voie să trecem. Deja parcă intrasem într-o altă lume. Oameni fericiți și bine dispuși. Prima oprire a noastră în Austria a fost chiar în capitală acesteia în Viena. Acolo urma să avem un Concert alături de alte Coruri din diferite țări în Catedrala Sfântul Ștefan. La prima vizită în această Catedrală ne-a fost mare mirare când Administratorul acestei Biserici Catolice era chiar un român. Acesta ne-a arăt toate împrejurimile Biserici, chiar și camera unde se țin vestimentele slujitorilor catolici. Am vizitat și turnul acestei biserici de o înălțime impresionantă. În vârful acestui turn se ajungeau pe niște scări în rond greu de urcat. Totul s-a meritat pentru priveliștea pe care ți-o oferea către întreg orașul. În vârful turnului era și un clopot gigantic vechi de secole care doar cu privirea aveai voie să îl admiri. În acea vreme se ofereau și bilete gratuite pentru un spectacol local de muzică clasică pentru că promova micile talente.

Priveliștea din Vârful
Catedralei Sfântul Ștefan din
Vienna





Poza din laterala Vârfului Catedralei Sfântul Ștefan din Vienna

Am părăsit Viena, îndreptându-ne spre graniță cu Germania. După un drum destul de lung am ajuns la graniță cu vecinii germani. Ajunși la graniță pe timp de zi am avut parte de o ședere destul de mare din cauza tir-urilor care trecuse în număr mare pe acolo. În sfârșit ajunsese și la noi cu verificatul. Deja se observă oboseală noastră. Răbdarea se pierdea. Am intrat în Germania și am urmat autostradă spre mijlocul Germania, un drum chiar pe lângă orașul Muchen pe care din păcate nu l-am putut vizita. Am urmat cursul principalei autostrade spre Bielefeld, unde trebuia să ajungem pentru a participa la Slujbele de Paști. Bine de știut ar fi faptul că la fiecare baie din orice Benzinărie sau magazin alimentar, toaletă putea fi folosită doar dacă se cumpără ceva din respectivul magazin. Prețurile erau piperate față de ale noastre, având în vedere că amândouă țările fac parte din Uniunea Europeană. Ajunși în sfârșit în Bielefeld am fost îndrumați de către preotul la care trebuia să cântăm, la biserică Ortodoxă Română a orașului Bielefeld. O biserică mare, chiar gigantică. Fostă biserică catolică data spre folosință ortodoxilor. Am fost cazați la casă chiar din incintă bisericii. O casă foarte modernă, la fel ca o pensiune. Totul era înconjurat de pădure, aflându-ne într-o suburbie a orașului. O zonă foarte liniștită, unde în fiecare dimineață puteam vedea pe fereastra oameni tineri și bătrâni alergând și făcând sport. Am fost primiți foarte călduros de preot și de enoriași români ai acestei biserici. Ni s-a oferit absolut tot ce aveam nevoie.

Credincioșii veniți prezenți la slujbe au fost foarte încântați că părintele a putut să ne aducă pentru că încânta și inimile celor plecați de mult de acasă prin cântări tradiționale românești și bizantine. Ne-au apreciat și ne-au mulțumit pentru că am aduc o bucată din România și la ei în Germania. Chiar dacă mulți dintre românii ajunși acolo, au urmat alte căi precum și schimbarea religii, am fost uimit plăcut de numărul mare de credincioși care au participat la slujbe venind toți cu dragoste și cu bucurie.

Peste tot în oraș, erau oameni de diferite națiuni. De la germani până la francezi, români, italieni, spanioli și chiar și musulmani. Era un oraș foarte diversificat și tot odată foarte frumos.

Orașul era foarte curăț și vesel. Toate lumea era inebunită cu fotbalul. Își susțineau echipă chiar dacă această și acum se luptă să nu scadă până în Ligă a 2-a. Era și un mic orașel al cumpărăturilor. La tot pasul numai magazine de articole sportive, de haine, încălțăminte și foarte foarte multe de suveniruri. În apropiere de Piață centrală era o berărie unde erau adunați minim 50 de oameni cam în fiecare zi. Era o berărie foarte mare și saptioasa cu cea mai bună bere din oraș, o

bere naturală făcută în casă și care era mult mai sănătoasă decât cea din comerț. De aici venind și prețul foarte piperat pentru achiziționarea unei astfel de beri. Totuși în ciudă prețului, foarte multă lume era adunată acolo savurându-și berea. Era un loc chiar cu mâncare specific germană. Adică numai cârnăciori. De toate mărimile, cu toate aromele și culorile. Să nu uităm de faimoșii cârnăciori de bere.

A fost o unde mi-am făcut prieteni noi am cunoscut oameni minunați. Germania Austria care foarte mult din punct de vedere arhitectural. grozave care explorate vizitate din plin. Oameni minunați, fericiți bucuroși pe altcineva vizitându-le. M-aș întoarce mereu acolo, retrăiesc ce am trăit acea . Mi-am luat câteva suveniruri din fiecare loc pe care l-am vizitat măcar cu un sentiment plăcut când mă gândesc din nou la locurile prin care am trecut.



Pe străzile Bielefeld-ului, un oraș viu într-un contrast modern și tradițional.

Cartea noastră de vizită

Titlul revistei: PROCOPIENII

Fondator: Croitoru Daniela Ramona

Anul apariției primului număr: 2011

Scopul „Procopienilor” implicați în realizarea revistei: să prezinte frânturi din activitățile și gândurile elevilor și profesorilor școlii, să le ofere acestora oportunități de exprimare și să le stimuleze creativitatea.

Secțiuni: „Pulsul școlii”, „Condeii Procopienilor”, „Colțul părinților”, „Pagina diriginților”, „Abordări didactice”, „Universul cunoașterii”, „Profesie și carieră”, „Orizonturi locale”, „Cărți, evenimente, filme, timp liber”, „Interviuri”, „Clubul procopienilor isteți”, „Galeria de onoare”.

Contact: revistaprocopienii@gmail.com

Site-ul revistei: <http://procopienii.webnode.com/>

Premii:

- **3 Premiul I** la Concursul de publicație școlară ”Medi@ Junior”, edițiile 2012, 2013, 2016 organizat de Colegiul Tehnic T.F. „Anghel Saligny” Simeria și ISJ Hunedoara.
- **Premiul I** la Concursul Național ”Tudor Mușatescu”, Ediția a VI-a, 2013, organizat de Palatul Copiilor Pitești.
- **Premiul I** la Concursul Național ”Tineri jurnaliști în devenire”, Ediția a IV-a, 2013, organizat de Palatul Copiilor Pitești.
- **2 Premii I** la Expoziția Națională „Anelisse” – Concurs de reviste științifice, reviste de cultură, reviste școlare, materiale publicitare școlare, web-uri și bloguri, organizată de Asociația Cultural-Științifică „Vasile Pogor” – Iași (iunie 2012, august 2013).
- **Premiul II** la Concursul Național ”Tineri jurnaliști în devenire”, Ediția a V-a, 2014, organizat de Clubul Copiilor Pitești și ISJ Argeș.
- **Mențiune** la Expoziția-concurs național de reviste școlare organizat de Colegiul Național „Petru Rareș” – Beclean în parteneriat cu Asociația Esentza Beclean (decembrie 2012).

