

În acest număr:

Seara premiilor Oscar
Filmul „Full Metal Jacket”
Jurnalul Annei Frank

Managementul timpului
Creații literare originale
Interviuri + multe altele

HUNEDOARA



Colectivul de redacție al revistei Huniade

Cuprins

Redactor șef:

Alexandra Cătălina Moldovan, XI D

Redactori:

Andrada Elena Bădărău, XI D

Julia Oprișoni, XI D

Patricia Daniela Negrea, VII B

Riana Fucă, XI D

Andrei Robert Tivdă, XI B

Dragoș Trandafir, XI A

Petra Apostol, VII C

Antonia Apostol, XI C

Bianca Sabina Iliuță, XI A

Sebastian Buțu, IX A

Maria Iloviceanu, VII C

Teodora Luverdo, VII C

Teodora Andrei, VII C

Colaboratori:

Ana-Cristina Minișan, XI D

Anna-Maria Czirjek, XI A

Diana Tatoi, studentă

Izabela Amalia Boantă, XI C

Grafică și Tehnoredactare:

Raphael Galambos, XI D

Șerban George Iacob, X C

Andreea Bondoc, X B

Profesori coordonatori:

Adela Ioana Mateș

Lucian Maier

Maria Cristea

Corina Trandafir

Irma Kiss

Delia Scurtu

Mihaela Sopincean

Introducere**Secțiunea 1: Arte**

Full Metal Jacket

Seara premiilor Oscar

Metallica

Jurnalul Annei Frank

Secțiunea 2: Lifestyle

Motivația

Managementul timpului

Givenchy

Moda anilor 80

Pași pentru o viață mai sănătoasă

Rapid și gustos, hai să gătim sănătos!

Secțiunea 3: Creație și evenimente

Creațiile elevilor

Echipa de handbal

Erasmus - Portugalia

Proiectele școlii

Secțiunea 4: Științe

Istoria leului românesc

Secțiunea 5: Interviu

Diana Tatoi

Prof. dr. Adela Ioana Mateș



Introducere

Prof. Lucian Maier

Continutul european trece printr-o perioadă dificilă. După o perioadă de doi ani de pandemie, Rusia a declanșat un război nemotivat în Ucraina, un război pe care țările încă nedezvoltate și cu un grad însemnat de instabilitate socială și politică, cum este România, îl resimt dur. Prețuri care au crescut mult la energie pe final de pandemie, situație care e condus la o creștere considerabilă a prețurilor tuturor bunurilor de larg consum; iar acum, pe fond de război, prețuri care au crescut mult la combustibili, ceea ce a dus și duce la scumpiri (și noi scumpiri) pentru bunurile de strictă necesitate. Toate acestea îngreunează viața pentru multe familii unde veniturile nu sînt consistente.

Într-un timp în care traiul zilnic e dificil de susținut, cred că ar trebui să învățăm să ne folosim de obiectele pe care deja le avem, pe care să le îngrijim încît să le putem utiliza cît mai mult, pentru a nu crește cheltuielile de familie dacă nu există o justificare puternică în acest sens. Nu e cel mai bun timp pentru telefoane noi, pentru tablete noi, nu e cel mai bun timp pentru cheltuieli cu achiziționarea de mașini cîtă vreme nu există stabilitate în relația venituri-cheltuieli la nivelul fiecărei familii și cîtă vreme la finalul lunii calculele legate de consum și cîștig nu oferă un plus important în ceea ce înseamnă cîștigul.

E un timp, însă, pentru înțelegere. Pentru înțelegerea comportamentelor necesare depășirii unei perioade de criză socială și personală, cum a fost cea vizibilă în pandemie, unde relaționarea a fost îngreunată de măsurile de protecție luate de autorități. Au făcut bine, au făcut mai mult rău? E o întrebare importantă, mai ales pentru elevii și studenții care au urmat cursurile școlilor o perioadă importantă – pentru unii decisivă

în ceea ce înseamnă formarea lor – în regim de distanță. Pentru a înțelege necesitatea unor măsuri cum au fost cele luate de autorități, trebuie să ne raportăm la relația existentă între persoană-libertate-boală. Orice boală odată ce ne cuprinde organismul ne taie în mod natural libertatea: ne ține la pat. Oricîtă libertate socială am avea, nu o putem fructifica fiindcă viața ne este amenințată și, cîtă vreme sănătatea fizică nu e restabilită, oricum trăim în granițele trasate de boală. În fața unui virus, care se transmite prin contact uman, prin relaționare, calea sigură de a ne proteja – pînă să existe mijloace medicale eficiente, vaccin sau medicamente, - este aceea de a limita întîlnirile dintre noi. Pare absurd ca tocmai ceea ce ne este specific – socializarea, colaborarea, bucuria de a fi împreună, elemente care țin de libertatea de mișcare – să fie limitat; însă în cazul în care nu ar exista limite și ne-am fi îmbolnăvit, potențial grav (poate nu noi, dar prin noi altcineva din familie), oricum libertatea nu ar mai fi avut valoarea uzuală.

Leșirea din pandemie a repus libertatea noastră în(tre) drepturi. Însă războiul din Ucraina, cu consecințele sale economice, nu ne face viața mai ușoară. Rămîne în continuare să înțelegem. Să înțelegem ce trăim și să învățăm elementele culturale care ne apropie și care pot da valoare timpului nostru. În acest sens țin să salut reparația revistei școlii noastre, o revistă care își propune să ne ajute în procesul acesta de înțelegere și de ghidare către ceea ce este valoros în lumea noastră. Fiindcă și libertatea este valoroasă doar în măsura în care este întreținută – ca activitate, ca date comportamentale personale – de elemente valoroase: cărți bune, muzică bună, filme bune, oameni buni; în general de cultură.



MOTOR ȘI ACȚIUNE!

Cătălina Moldovan

Full Metal Jacket (1987)

Full Metal Jacket este un film din 1987 despre război. Stanley Kubrick este regizorul și producătorul filmului și a scris scenariul alături de Michael Herr și Gustav Hasford cu plecare de la romanul "The Short-Timers"(1979) al lui Hasford. În distribuția filmului se numără actorii Matthew Modine, Lee Ermei, Vincent D'Onofrio și Adam Baldwin.

Povestea urmărește un pluton de pușcași marini americani, relația dintre antrenamentul din tabăra de pregătire Marine Corps Recruit Depot Parris Island (din Carolina de Sud) și provocările frontului, cu accent pe traumele psihologice ale soldaților. Deși filmul este plasat în timpul războiului din Vietnam, acesta nu este doar un film despre acest război. Dacă am schimba războiul, ideile principale despre suferință ar rămâne aceleași.

Expunând în principal pierderea individualității și a umanității, acțiunea urmărește transformarea trupelor într-un fel de „mașini de ucis cu inima rece”, scăderea stimei de sine, tratamentul violent și frica favorizând acest proces de transformare.

Fiind împărțită în două, povestea se concentrează în primul rând asupra soldaților poreclii Joker și Pyle, asupra provocărilor întâmpinate de aceștia în timpul antrenamentelor sub instruirea abuzivului sergent Hartman.

Înțelegem astfel că prin intermediul unui sistem instituționalizat, ierarhic, de forță, individul își pierde însemnătatea, devenind o extensie a sistemului (militar). Povestea nu urmărește un tipar, nu este deloc convențională, personajele fiind pe măsură.

Primul act îi conturează brutalitatea umilinței pe care Hartman le-o aplică recruților, ce le atacă intens orice fărâma de demnitate și valoare de sine. Deși tindem să empatizăm cu hărțuirea îndreptată către Pyle, trebuie să realizăm faptul că atitudinea rece și dură pe care sergentul o adoptă este cea pe care încearcă să o transmită recruților săi, pentru a le servi în momentul înfruntării cu inamicii. Presiunea pusă asupra soldaților duce la o degradare a psihicului acestora, o transformare a celor puternici în brute, a celor slabi în victime absolute, cu un prim deznodământ pe măsură.



Film: Full Metal Jacket - 1987

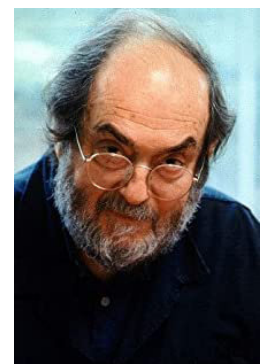
Regie: Stanley Kubrick

Scenariu: Stanley Kubrick,

Michael Herr, Gustav Hasford

Actori: Matthew Modine,

R. Lee Ermei, Vincent D'Onofrio



Acordându-i atenție lui Joker, observăm că este unicul personaj ce își păstrează individualitatea prin atitudinea sa sarcastic inteligentă, vizibilă chiar în prima sa replică, amuzându-se de comportamentul stereotip al sergentului dominant în relație cu recruții supuși. Această individualitate este înțeleasă ca vitejie de Hartman, așadar îi permite lui Joker să-și păstreze această fărâmbă a umanității sale.

Revenind la Pyle, nu putem să ignorăm întrebarea: "Ce a mers prost în ceea ce îl privește?". Soldatul a fost modelat nu de unul, ci de două personaje: Hartman, ce folosește umilința și hărțuirea ca stimulent, în timp ce Joker îl abordează diferit, moment în care umanitatea lui Joker și idealurile de soldat se împotrivesc, conducând la o dualitate a personajului.

Precum Pyle, Joker are parte de aceeași soartă a dualității: deși își menține individualitatea, are aceleași instincte de ucigaș ca și Hartman, experimentând mai târziu diferențele dintre inconștientul personal și cel colectiv, o temă importantă a psihologul Carl Gustav Jung.

A doua jumătate a filmului prezintă experiențele lui Joker și ale altui pușcaș din pluton în orașele vietnameze Da Nang și Huế. Simbolul păcii atașat pe uniforma militară dovedește încă o dată conceptul dualității lui Jung.



Din această jumătate urmărim perspectiva lui Joker, iar secvența de la Parris este aproape uitată. Naratiunea sa îi intensifică atributele umane, deosebindu-l de ceilalți soldați. Aceasta are un rol esențial, fiind o formă primară a exprimării identității, iar stilul său convențional și încărcat de jargon este înlocuit de arcul evitării generale și acceptării finale a condiției momentane, care marchează propria sa călătorie de-a lungul filmului.

Observăm cum Joker își ascunde natura de ucigaș prin încercări constante de a râde mereu, prietenia cu Cowboy, Pyle și Rafterman. Acest comportament este pierdut în secvența finală a filmului, cea a lunetistului. În vreme ce Rafterman l-a salvat de la propria ezitare, gravitatea împușcării unui inamic cade pe umerii lui Joker. Se găsește în ipostaza în care se vede nevoit să împuște persoane pe care nu te așteptai să le vezi pe front, lucru pe care, în mod ideal, l-a respins vehement



până atunci. Printr-un singur foc de armă acesta își distruge umanitatea și individualitatea, urmând apoi să-și recunoască pierderea iremediabilă a inocenței. Situația e cu atât mai dramatică cu cât, inamicul neașteptat, face ca imaginea războiului să fie de un absurd cutremurător.

De la antrenamentele de pe Insula Parris și până în



scena finală, observăm cum comediantul sarcastic și inteligent trece prin procesul de dezumanizare, devenind un ucigaș.

Sugerând faptul că deznodământul avea să se desfășoare la fel în aceleași ipostaze, întinericul și focul călăuzesc ce a mai rămas din plutonul de recruți pe drumul către recunoașterea rătăcirii inocenței lor, în timp ce soldații fredonează în mod simbolic melodia lui Mickey Mouse.

Vizionare plăcută!

Seara premiilor OSCAR

Julia Opreșoni

Oscars 2022

Premiile Oscar sunt premii ale industriei cinematografice pentru realizările creative și tehnice pe care mulți le consideră a fi cele mai prestigioase și semnificative din industria globală de divertisment. Academia de Arte și Științe Cinematografice prezintă premiile în fiecare an ca o recunoaștere internațională a excelenței în realizările cinematografice, câștigătorii primind drept premiu o replică a unei statuete de aur, cunoscută sub porecla „Oscar”, această sculptură reprezentând un cavaler în ținută Art Deco.



Cea de-a 94-a ceremonie a Premiilor Oscar, desfășurată pe 27 martie 2022, la Dolby Theatre din Los Angeles, a recunoscut cele mai bune filme lansate între 1 martie și 31 decembrie 2021. Regina Hall, Amy Schumer și Wanda Sykes au găzduit evenimentul și a fost prima ceremonie care a avut mai multe gazde de la cea de-a 83-a ediție a Premiilor Academiei din 2011.

Unul dintre cele mai remarcabile momente ale seriei a fost reprezentat de premiul pentru cea mai bună imagine, câștigat de filmul Coda. Acesta spune povestea unei familii cu probleme de auz, care navighează prin tensiunile financiare și interpersonale din Massachusetts, fiind primul film distribuit de un serviciu de streaming care a câștigat premiul pentru cea mai bună imagine. „Mulțumim Academiei pentru că ați lăsat Coda noastră să facă istorie în seara aceasta” au fost cuvintele rostite de către Philippe Rousselet, co-producătorul filmului, în discursul său de acceptare.

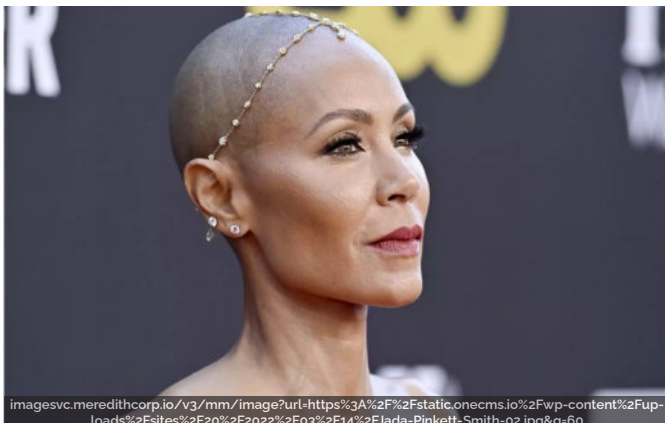


De asemenea, tot în momentul acesta, **Troy Kotsur** – câștigătorul premiului pentru cel mai bun actor în rol secundar pentru Coda – a devenit primul om surd care a câștigat un Oscar pentru actorie. Viața sa a fost zguduitoare; aflăm de la acesta că timp de zeci de ani a jucat în producții de teatru pentru surzi cu buget redus, finalizând momentul său cu o poveste emoționantă despre tatăl său, un accident de mașină lăsându-l incapabil să interpreteze limbajul semnelor. În discursul său, Troy Kotsur a spus: „Acesta este dedicat comunității surzilor, comunității CODA și comunității cu dizabilități. Acesta este momentul nostru”.



Nu putem vorbi despre spectacolul Oscars 2022 fără să aducem în discuție incidentul care a lăsat întreaga lume în șoc și tăcere. Actorul Will Smith a creat drame neașteptate când l-a palmuit pe prezentatorul Chris Rock pe scenă, creând un flux de confuzie, indignare, dezamăgire, regrete ale oamenilor din diverse colțuri ale lumii și nu numai, ca să nu mai vorbim de dezbateri despre scuze, pedepse și posibil chiar acuzații penale.

Chris Rock se afla pe scenă pentru a anunța câștigătorul celui mai bun documentar. În preajma anunțării nominalizațiilor, a avut o mică discuție comică despre unii dintre nominalizați, iar atenția sa a părut să se concentreze asupra soției lui Smith, Jada Pinkett Smith, așezată în față, într-o rochie verde, cu capul ras. Pinkett Smith a fost deschisă cu privire la luptele ei cu căderea părului și petele de chelie cauzate de alopecie. În decembrie, ea și-a postat decizia de a-și rade capul pe Instagram „Va trebui să mă rad până la scalp, astfel încât nimeni să nu creadă că am suferit o intervenție chirurgicală pe creier sau așa ceva, eu și această alopecie vom fi prieteni... punct!”, a spus ea.



Comediantul a făcut o glumă neadecvată despre Jada Smith, comparând-o cu G.I. Jane - denumire generică pentru femeile din armata americană - făcând totodată o referire subtilă la alopecia de care suferă aceasta. Pinkett Smith și-a dat ochii peste cap după gluma lui Rock, în timp ce Smith s-a ridicat, a urcat pe scenă și l-a palmuit pe Rock în față, spunându-i apoi de mai multe ori să nu vorbească despre soția lui. Audio-ul emisiunii din SUA a dispărut în acel moment, dar a continuat necenzurat în alte țări, inclusiv Japonia și Australia.

Rock a făcut o pauză pentru o secundă, iar sunetul din SUA a revenit la timp pentru a-l surprinde spunând: „Aceasta a fost cea mai grozavă noapte din istoria televiziunii”.

Pe 28 martie 2022, Smith și-a cerut scuze în mod public prin intermediul rețelelor sale de socializare. El a recunoscut că acțiunile sale de la ceremonie au fost inacceptabile și inexcuzabile, exprimându-și regretul pentru pierderea controlului emoțional. Will Smith și-a asumat în totalitate responsabilitatea pentru atacul său numindu-și acțiunile „șocante, dureroase și de neiertat”, realizând pasul drastic de a-și demisiona calitatea de membru al Academiei, această mișcare oferindu-i imposibilitatea de a vota la viitoarele ceremonii Oscar și de a participa la alte evenimente ale Academiei.

Părerile sunt, în mod cert, diferite și controversate. Fără îndoială, Rock este un comedian, iar evenimentul Oscar este menit a fi unul plin de umor și surprize. Important este ca aceste glume să se limiteze la bunul simț și să nu fie dăunătoare sau ofensive. În loc să ținem partea unuia dintre cei doi aflați în cauză, consider că ar trebui să avem o viziune mai aprofundată a situației și să criticăm incidentul cu grijă, eliminând viziunea de



„ansamblu”.

Nu susțin violența fizică dar susțin ca persoanele care promovează „anti-violența” să fie împotriva tuturor formelor de violență - inclusiv a celor verbale, nu doar a celor care contează direct pentru noi. Uneori, glumele nu sunt amuzante pentru cei care sunt ținta lor și pot fi la fel de dăunătoare ca violența fizică fiindcă, în fapt, cuvintele pot provoca durere. Așadar, credeți că este corect ca întotdeauna să privim un atac fizic ca fiind mai dur decât unul verbal, indiferent de contextul acestuia?



Metallica

muzica unei generații care continuă...

Prof. Lucian Maier

În 1990 aveam nouă ani. După Revoluție, o istorie pestriță în care urma să visăm schimbarea care s-a tot lăsat așteptată. Muzica se asculta la radio – era o emisiune pe postul Radio România Tineret (astăzi nu mai există postul ca atare, a fost înglobat în Radio România Cultural, dar fără acea emisiune), o emisiune realizată de Laurențiu (Lenți) Chiriac, Rock Show cred că se numea. Ca format, cuprindea două laturi – citirea scrisorilor (scrise pe hîrtie, încă nu exista e-mail) de la fanii emisiunii, cele mai multe ridicole – și noutățile muzicale. Era internetul de astăzi al rock-ului. Pentru copiii și tinerii interesați de muzică de după Revoluție era o continuare a emisiunilor de la radio Europa Liberă prin care în România se putea asculta muzica decadentă a vestului (Pink Floyd, Led Zeppelin, Jethro Tull, Genesis) – de data asta, față de deceniile anterioare – muzica nu mai era rock-ul progresiv, ci heavy-metal pînă la death-metal. Era cel mai facil mod în care erai în contact cu noutățile discografice din vest (o altă cale era să citești revistele de profil, cum era Pop, Rock & Show la noi), iar după ce le aflai, trebuia să faci rost de ele.

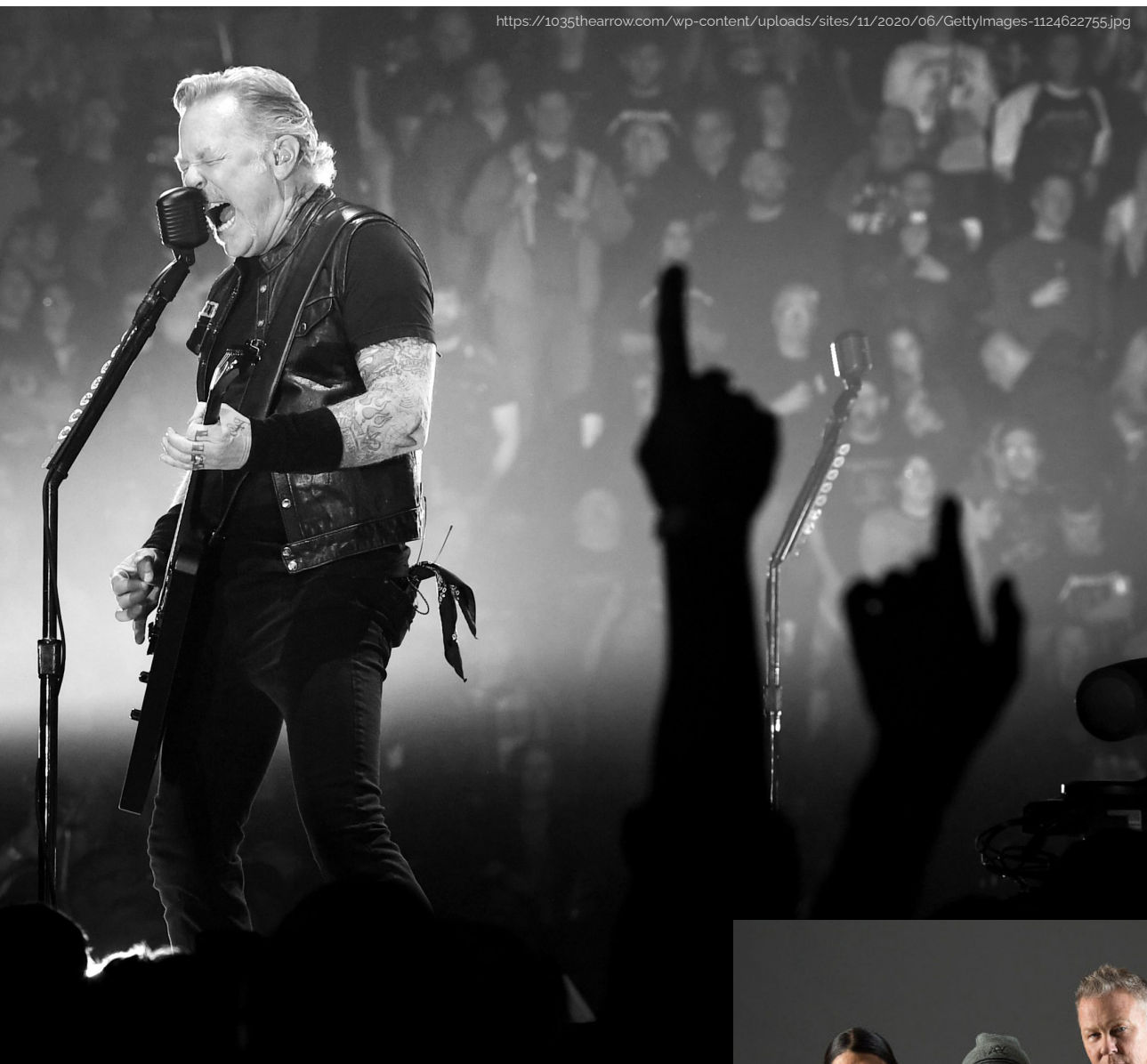
Nu exista o piață oficială a muzicii (pe casetă audio sau pe CD, discul de vinil era pe linie moartă atunci), nu găseai magazine cu CD-uri sau casete originale, doar prin piețe și târguri prindeai la comercianți, la negru, casete clonate prin Polonia sau Ungaria, cu copii fidele ale imaginilor de pe copertă – dar fără să fie în interior broșura întregă, cu versurile pieselor și informațiile uzuale despre compoziții. Cine era norocos și avea mai mulți bani, găsea și discuri „aduse de dincolo”, originale. Erau la putere și studiourile de înregistrări locale – la noi în județ, la Deva, dar dacă voiai calitate mai bună, Cluj-Napoca sau Timișoara. Așa cum copiezi azi documente la centre xerox, așa era copiată atunci muzica pe casete în astfel de locuri, doar că la prețuri mai mari (față de xerox-urile actuale) și fiind copii analogice, unu la unu, o copiere dura cît durează albumul muzical copiat (40-50-80 de minute pentru albumele duble). De obicei totul pe programare, astfel primeai caseta după o săptămînă.

Aici se învîrtea lumea audiției muzicale la noi, în anul în care am ascultat prima dată Metallica. În casă, muzica lor a fost adusă de fratele meu, mai mare decît mine și deja rocker cu părul lung. Au trecut cîteva luni pînă să mă prindă muzica, riff-urile, ritmurile, relațiile riff-solo-pasaje melodioase-refren – erau ceva cu totul străin universului copilăriei mele. Dar după un an eram



acolo, fan Metallica. Dacă vreodată am fost fanul unei formații, trebuie să fi fost fanul celor de la Metallica. Fără să îi idolatrizez, fără să le înțeleg versurile în primii ani în care îi ascultam, era comuniunea cu ritmul, riff-ul și marea liniște ce o aduceau acordurile lor. Nu plecam în nicio zi la școală fără să ascult jumătate de casetă (de album) de-a lor.

Ce e special la Metallica față de orice altă formație din heavy-metal (formații de succes, cum ar fi Iron Maiden, Megadeth, Slayer, Testament sau Judas Priest) e că reușesc să creeze un spațiu sonor în care totul pare simplu și armonios, în care melodicitatea nu dispare indiferent cîtă forță și forjă ar exista, aparent, în riff-urile sau solo-urile specifice zonei rock menționate. E o stilizare în muzica lor, o anumită rotunjime a creației prin care opera lor (toate discurile cu tot cu istoriile lor) devine un reper în cadrul culturii populare. Sunt teme recurente în creația lor – groaza creată de război și în general, distrugerea provocată de conflicte, neajunsurile generate de adicție (alcool, droguri), trauma familială în cazul existenței unor părinți abuzivi – care găsesc o expresie muzicală, o reprezentare muzicală dificil de egalat în orice gen al muzicii pop-rock, cu o profunzime și o delicatețe a detaliului pe care, sper, oricine are răbdare să descopere sonoritățile rock le poate des-



coperi. De asemenea, în interviurile lor, observi o obsesie pentru calitate, pentru o creație desăvârșită care nu poate fi decît de bun augur (ca respect față de ascultători și față de ei și de cariera lor). Metallica a făcut rock-ul dur (heavy-metal, trash-metal) expresiv, cursiv, pe o linie pe care, anterior, s-au remarcat formații ca Black Sabbath sau AC/DC.

Și ceea ce face viața Metallica deosebită e că au reușit să creeze în cei peste patruzeci de ani de activitate (deja peste patruzeci de ani de activitate!) un univers-familie în jurul activității lor. Nu au ascuns problemele personale pe care le au, nici nu au făcut din ele o telenovelă în ciuda faptului că exită un film care documentează parte din această istorie – filmul „Some Kind of Monster”; și oriunde au mers au cultivat o relație caldă, de apropiere cu iubitorii muzicii lor și de implicare în comunitatea în care au ajuns să concerteze (prin donații consistente) indiferent de țara în care au fost.

Azi e plin youtube-ul de muzica lor, orice magazin de muzică are albumele lor la vânzare, e simplu de descoperit traseul lor artistic, pentru un reper cultural important în ceea ce înseamnă spațiul cultural și (chiar) istoric (ca mentalitate a unei generații, ca dorință de libertate!).





Jurnalul Annei Frank

Visuri ascunse după perdeaua războiului



flickr.com/photo/22446827@No2/3435010249

Patricia Negrea

Annelies Marie - „Anne”- Frank a fost o fată evreică germană care și-a pierdut cetățenia în urma acțiunilor lui Hitler și a exilului olandez. Anne a fost una dintre numeroasele victime ale genocidului nazist din perioada celui de-Al Doilea Război Mondial. Este cunoscută datorită jurnalului pe care l-a ținut în ascunzătoarea din Amsterdam, înainte de a fi deportată în lagăr.

Jurnalul, publicat după război de către tatăl ei, este considerat un document istoric al Holocaustului, tânăra autoare de numai 13 ani devenind un simbol al victimelor naziștilor.

Scurtă biografie: Anne Frank a fost născută la 12 iunie 1929, în Frankfurt, Republica De La Weimar (azi, Germania), fiind cea de-a doua fiică a lui Otto și Edith Frank. A avut și o soră cu trei ani mai mare, Margot Frank.

Familia Frank era de origine evreiască care locuia într-un cartier cu oameni de diferite etnii. Familia nu era strictă în ceea ce privea tradițiile religioase, Anne având prietene romano-catolice, evreice, protestante. În timp ce tatăl ei se ocupa de educația fetelor îndemnându-le să citească, mama se ocupa de dezvoltarea lor din punct de vedere religios.

Pe data de 12 iunie 1942, cu ocazia aniversării vârstei de 13 ani, Anne a primit un jurnal cu carouri albroșii, cu cheie. În el, scria pagini - putând fi numite chiar și scrisori - adresate unei prietene imaginare, Kitty, pe teme de religie, dragoste, certuri, sentimente și multe alte lucruri „noi” pentru vârsta ei.

Un roman despre visuri și copilărie spulberate din cauza stereotipurilor...

„Anne Frank este un nume familiar chiar și pentru cei care nu i-au citit jurnalul. Îl poartă străzi și școli din toată lumea, chiar și muzeul din Amsterdam”.

Cei mai mulți oameni, care citesc sau au citit această carte, o consideră tristă sau nostalgică, în timp ce alți cititori fără să se gândească la final iau în considerare fericirea și entuziasmul cu care scria copila, optimismul pe care îl regăsea frunzărind paginile jurnalului.

Anne scrie despre acea perioadă oribilă din perspectiva unei fete care se ascunde de trupele naziste, plină de întrebări fără răspunsuri și aspirând la fericirea unei vieți prospere, dar mai ales aspirând la sfârșitul continuei terori, sperând să își poată relua viața de zi cu zi. Fata abordează într-un mod foarte subtil tema războiului „propriu-zis”, scriind aproape în permanență despre pasiuni, certuri, schimbări, familie, cărți, învățături, dragoste, visuri ascunse după perdeaua războiului și despre multe alte teme caracteristice vârstei adolescenței. Anne, mama, tatăl și sora ei, împreună cu alți

patru evrei se ascund de trupele naziste într-o anexă, între anii 1942-1944.

Cei opt evrei au fost ajutați de câțiva oameni care le aduc cele necesare traiului. Pe parcursul cărții, Anne descoperă adevărata față a relației dintre ea, sora și părinții ei, care nu era așa cum părea. Pe de altă parte, Anne se îndrăgostește de Peter Van Daan, fiul familiei Van Daan, cu care împărțeau anexa.

Această carte conține foarte multe lecții de viață. Două dintre lucrurile pe care Anne ne învață sunt să prețuim tot ce avem, indiferent de cantitate și să apreciem, în primul rând, gestul, nu obiectul. De asemenea, cartea spune foarte multe despre modul de gândire al multor oameni din acea perioadă, conturând stereotipurile despre evrei și ura pe care le-o purtau germanii.

Citind „Jurnalul Annei Frank”, m-am simțit uimită de modul lor de viață, furioasă din cauza faptului că soarta unor oameni depindea de religie și, ultima emoție, dar cu siguranță, nu cea din urmă, a fost fericirea. Dar unde am găsit eu fericire în paginile jurnalului? –Niciunde. Totuși, m-am bucurat, deoarece în ciuda faptului că Anne își trăia viața în condiții grele, avea mereu ceva de făcut care să o înveselească, să-i ia gândul de la viața de afară, văzând partea plină a paharului.

Așadar, „Jurnalul Annei Frank” este o carte plină de suferințe și coborâșuri; de emoții negative care se împletesc cu unele pozitive; de momente de suspans și de lecții prețioase.

Citate din „Jurnalul Annei Frank”:

„Noi toți trăim, dar nu știm de ce și pentru ce, trăim toți diferit și totuși la fel.”

„Ajungi să cunoști bine oamenii abia după ce te-ai certat zdravăn cu ei o dată. Abia atunci poți să le judeci caracterul.”

„Săptămâna asta am citit mult și am muncit puțin. Așa trebuie să faci pe lumea asta și atunci în mod sigur vei ajunge departe.”

„Și-apoi adorm cu ciudata senzație de a vrea altceva decât să fiu sau de a fi altcumva decât vreau sau, poate, de a face și altfel decât să vreau să fiu.”

„Iubire, ce este iubirea? (...) Ai împărțit ceva, ai oferit ceva, ai primit ceva.”

„De fapta unui creștin răspunde el singur, de fapta unui evreu răspund toți evreii.”

„În viitor nu mă voi teme de adevăr, deoarece cu cât este mai mult amânat, cu atât este mai dificil să-l înfruntăm.”

MOTIVAȚIA

Andrei Tivdă

Pe parcursul timpului, am observat un element cheie în desfășurarea activităților de zi cu zi, cât și în realizarea cu succes a acestora. Vorbim firește despre motivație. Se spune despre motivație că este motorul care ne pune în mișcare sau că motivația este cheia succesului.

Însă, tu ce crezi? Este adevărat sau fals? Poate că la un moment dat ți-ai propus să slăbești, să înveți mai mult pentru școală, să-ți urmezi pasiunile, să-ți învingi temerile, dar în scurt timp, ai abandonat procesul din pricina inexistenței motivației. Astăzi, prin acest articol, vom observa ce este motivația în sine, tipurile de motivație, cum ne găsim motivația personală și cum o păstrăm.

1. Ce este motivația?

Conform DEX.ro, „Motivația este totalitatea motive- lor sau mobilurilor (conștiente sau nu) care determină pe cineva să efectueze o anumită acțiune sau să tindă spre anumite scopuri”. Dar, uneori, această definiție nu este suficientă pentru a face oamenii să înțeleagă cu adevărat ce este aceasta. Am cunoscut o sumedenie de oameni care își căutau această motivație prin buna dispoziție, prin dragoste, prin frică, prin învățare, prin realizări. Însă, nu consider că aceste metode sunt totuși cele mai reușite în „găsirea” propriu-zisă a motivației și voi evidenția acest lucru prin punctul al doilea al acestui articol.

2. Tipuri de motivație:

Putem împărți toate tipurile de motivație pe care le cunoaștem în două mari grupe: Motivația intrinsecă (motivația internă): este motivația pe care noi o clădim, în care facem ceea ce ne dorim, această motivație venind de la sine. ex: sentimente de împlinire, hobby-uri. Motivația extrinsecă (motivația externă): este cea mai uzuală, acest tip apărând în urma realizării unei sarcini stabilite. În general, persoanele motivate extrinsec își pierd interesul față de ceea ce au început, apoi devin plictisite.

Atunci când vei acționa în acord cu motivația extrinsecă este posibil să trăiești o viață pe care nu ți-o dorești, de exemplu: calificative, recompense materiale, laude.

3. Cum reușim să găsim motivația personală și cum rămânem motivați?

Dacă analizezi cuvântul motivație, conștientizezi că rădăcina cuvântului este cuvântul "motiv". Pentru a ajunge la motivație este nevoie să găsești cel puțin un motiv suficient de puternic care să te țină în mișcare până la final.

La baza stabilirii unei motivații roditoare stau patru întrebări fundamentale:

- **Ce îmi doresc cu adevărat?**
- **De ce doresc acel lucru?**
- **În ce stadiu voi ajunge după îndeplinirea aceluia obiectiv?**
- **Luând toate cele anterioare în considerare,**



cum voi acționa?

Plecând de la aceste puncte, trebuie să nu uităm că **NOI** suntem singurele persoane care ne putem ridica prin motivație, nimeni din jurul nostru nu este responsabil de succesul/eșecul nostru. **NOI** suntem singurele persoane care vom rămâne cu **NOI** din momentul în care ne naștem, până în momentul în care murim.

Așadar, găsește ceea ce te face fericit, ceea ce te face să continui, formează-ți și conservă-ți calitățile, nu te da bătut!

Să-ți găsești motivația nu va fi ușor, dar în momentul în care reușești să-i stabilești bazele, totul va prinde culoare. O vorbă veche din popor spune că „Norocul ți-l faci singur”. În multe situații din viață, această zicală se dovedește adevărată. Ține, de cele mai multe ori, doar de tine să descoperi fericirea, să transformi un moment negativ într-un scenariu pozitiv.

Toate activitățile de zi cu zi necesită această motivație, fiind punctul cheie prin intermediul căruia putem

NU uitați: motivația este esențială! Ea ne oferă acea putere pe care o considerăm supraumană!



Managementul timpului și al stresului

Ghid practic pentru a face față stresului din viața de zi cu zi

Riana Fucă

Ți s-a întâmplat vreodată să simți că ziua nu este suficient de lungă pentru a finaliza tot ceea ce ți-ai propus? Te-ai simțit vreodată presat de timp? Dacă răspunsul este "Da", a sosit vremea să elimini aceste probleme, iar prin acest articol îți voi arăta cum. Soluția este simplă. Tot ce trebuie să faci este să înveți să te organizezi, iar pentru a face asta trebuie să știi:

Ce este time managementul?

Această noțiune este definită prin planificarea și împărțirea timpului pe care îl ai la dispoziție într-o zi pentru a duce la bun sfârșit activitățile pe care ți le-ai propus.



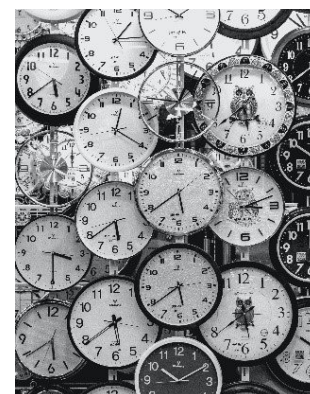
Ce este stress managementul?

Acest concept are la bază o gamă largă de tehnici care sunt menite să controleze nivelul de stres al unei persoane cu scopul de a-i îmbunătăți calitatea vieții.



Care este legătura dintre cele două?

Este posibil să fii observat că atunci când lucrurile nu funcționează conform planului te simți copleșit sau ai impresia că vei eșua în misiunea de a finaliza tot ce ai de făcut în ziua respectivă. Acesta este stresul. După cum vezi, lipsa organizării eficiente a timpului poate conduce la stres.



Cum poți deveni organizat?

Este esențial să știi că acest proces necesită timp și disciplină, iar dacă nu te simți mai organizat peste noapte, este în regulă! Rezultatele apar treptat, nu e nevoie să te grăbești!

Pentru a învăța să-ți manageriezi timpul, trebuie să ai în vedere câțiva pași:

- a) gândește-te la ce planuri ai pe parcursul zilei.
- b) stabilește-ți prioritățile.
- c) întocmește o listă pe care să o începi cu activitățile cele mai importante, dar ai grijă să nu te lași dus de val. E important să fi realist și să începi cu pași mici, cu sarcini puține pentru a nu te demoraliza dacă nu le poți îndeplini pe toate.
- d) ultimul pas este să marchezi fiecare activitate pe care ai dus-o la bun sfârșit în acea zi și să te bucuri de satisfacția oferită de un program care dă randament.

Aceasta este rețeta unei vieți productive și lipsite de stres.

Nu uita, timpul este o armă în mâna celui ce știe să o folosească!



Givenchy

Sabina Iluță



<https://www.grailed.com/drycleanonly/givenchy-history-menswear>

Givenchy este un brand de modă, accesorii și parfumuri, fondat în anul 1952 de Hubert de Givenchy în Franța.

Hubert de Givenchy s-a născut în 1927 într-o familie de viță nobilă franceză, care nu îi susținea visul de a deveni un designer de modă. Hubert a fost fascinat încă din copilărie de țesăturile și costumele colecționate de bunicul său, astfel dezvoltându-și preferințele pentru ținutele elegante. În adolescență a descoperit creațiile impresionate a lui Cristobal Balenciaga și a hotărât că moda va fi viitorul lui.

În ciuda reticențelor familiei, viitorul designer s-a mutat la Paris la vârsta de 17 ani, pentru a urma Școala de Arte și a fost angajat ca director creativ în atelierul creatoarei de modă Elisa Schiaparelli, astfel reușind să se integreze rapid în lumea modei.

Prima sa casă de modă a fost înființată în 1952 și a purtat numele de "Maison Givenchy". Colecția consta în rochii lungi până-n pământ și bluze albe elegante. În următorul an și-a cunoscut idolul, Cristobal Balenciaga, care i-a devenit mentor și i-a prezentat creațiile sale clasice.

Givenchy a fost primul care a prezentat o colecție impresionantă de Pret-à-Porter dedicată femeilor. Culoarele luminoase, proaspete și nota feminin-tinerescă, precum și rochiile tip cocktail, robele și croielile simple caracterizau stilul mărcii. Șase ani mai târziu, scoate pe piața prima colecție special destinată bărbaților, numită Gentleman Givenchy.

În 1988, brandul a fost vândut Grupului „Louis Vuitton Moët Hennessey”, iar șapte ani mai târziu Hubert de Givenchy și-a luat rămas bun, pensionându-se. Famosul designer a decedat în 2018, la 91 de ani. În 1993 brandul a atins un total de vânzări în valoare de 176 milioane dolari, ceea ce o face a doua cea mai mare divizie de îmbrăcăminte a LVMH(Louis Vuitton Moët Hennessey) după Dior.

Stilul lui Hubert Givenchy are mai multe trăsături distinctive, care evidențiază stilul unic al designerului și ce poate fi observat în toate colecțiile sale. Acestea sunt croiurile simple, țesăturile de calitate, decupaje în formă de pătrat, fără guler și rochii creion, care sunt populare până în zilele noastre.



<https://www.tatler.com/gallery/hubert-de-givenchy-most-iconic-dresses>



<https://www.lvmh.com/houses/fashion-leather-goods/givenchy/>

MODA ANILOR '80 REVINE!

Petra Apostol



- **Mom Jeans:** acești blugi au trăsături distinctivă, precum nuanțe deschise, pliuri și o croială ușor conică a pantalonului. Aceștia pot fi purtați cu pantofi sport, dar iarna vor arăta cool cu ghete chelsea sau bocanci din piele cu șireturi.

- **Puloverele Oversized:** anul acesta, puteți repeta imaginile din anii '80. Acestea se combină bine cu blugii. Puteți încerca un outfit elegant – un pulover voluminos scurt, combinat cu pantaloni culottes. Ca și încălțăminte puteți alege pantofii cu toc sau adidași voștri preferați.

- **Leggings:** acest tip de pantaloni, cu cât erau mai luminoși la culoare, cu atât mai bine! Pantaloni erau purtați cu maiouri mulate sau cu un top scurt. Pantofii fără toc sau ghetetele erau potrivite. Straniu, dar moda colanților se răspândește din nou.

- **Hainele plisate:** fusta plisată este deosebit de populară. O puteți combina cu cizme ciorap, pulover tricatat și un sacou în carouri.

Ținutele găsite în cuferele bunicilor pot fi adevărate comori. Dacă nu mă credeți, încercați să purtați cămașa tatălui cu blugii prezentați mai sus. Veți crea un look de invidiat!

Chiar dacă anii '80 nu au reprezentat neapărat un trendsetter pentru industria modei, a fost o perioadă foarte frumoasă ce merită amintită atunci când povestim despre ea. Din păcate, moda de la momentul actual nu se inspiră din acea decadă la fel de mult.

În România, în perioada ceaușistă, oamenilor nu le era permis să fie mai frumoși decât cei doi soți. De aceea, croitorii români și-au dezvoltat creativitatea, transformându-se în mari stilști și realizau schimburi în afara țării. Acest lucru era făcut pe ascuns, fiindcă nu era permis schimbul de produse dintre cetățenii români și oamenii din afară.

Soții Elena și Nicolae Ceaușescu se răsfățau cu haine scumpe, bijuterii pe care le ascundeau de ochii poporului. Cei doi erau consiliați de o echipă de specialiști, care aveau grijă să țină pasul cu moda când treceau granițele țării, dar să își păstreze decența vestimentară, mai ales în România.

Totuși, femeile arătau bine la vremea aceea, comandându-și hainele la croitori sau cumpărându-le din magazine. Printre elementele care aparțin modei comuniste se numără părul purtat permanent, tușul negru folosit de doamne pentru a-și contura ochii, crema Gerovital sau parfumul Liliac, dar și celebrii blugi deveniți faimoși, dar scumpi și greu de găsit.

În prezent, poate că mulți dintre noi realizăm că moda de acum nu se diferențiază major față de decadele trecute. Produse precum Mom jeans, puloverele largi, leggings și hainele plisate au revenit în trend.

Haideți să intrăm mai mult în detalii! Cu ce putem asocia aceste produse ca să arate bine?



Pași pentru o viață mai sănătoasă

Andrada Bădărău

Este esențial ca în timpul adolescenței să avem grijă în ceea ce privește alimentația noastră, fiindcă această perioadă este una definitorie ce presupune o serie de modificări atât fizice, cât și emoționale.

Având acum grijă, vei fi "predispus" unor beneficii pe termen lung, deciziile pe care le iei acum reflectându-se pe măsură ce înaintezi în vârstă. Vei afla cum alimentația influențează evident corpul, însă și psihicul nostru.

1 Pentru început, **consumul nutrienților** susțin o gândire mai ageră și o concentrare mai mare, o stare de spirit mai bună, oferindu-ți energie și susținând performanțele sportive.



<https://senyanze.medium.com/on-hunger-and-the-3-meals-a-day-7b08f52c2d73>

2 De asemenea, **respectarea celor trei mese ale zilei** reprezintă un principiu fundamental al sănătății. O masă ideală ar trebui să conțină o sursă de proteină, una de carbohidrați, grăsime sănătoasă (ulei de măsline, avocado, oleaginoase) și legume. Deși majoritatea afirmă faptul că mâncarea de tip fast-food, sucurile carbogazoase și dulciurile ar trebui eliminate total din alimentația noastră, consider faptul că aceasta trebuie mai mult evitată. Raportându-ne la un procentaj, 80% din alimentația noastră ar trebui să fie nutritivă, iar 20% mai puțin nutritivă. Ai crede că procentajul de 20% este unul mare, dar acest tip de mâncare "interzisă" are un rol important în viața noastră, din punct de vedere psihic. Cui nu i se îmbunătățește dispoziția atunci când mănâncă o ciocolată?



Alter-ego/Shutterstock.com

În cazul în care simțiți că este timpul pentru o schimbare a stilului vostru de viață, dar nu știți de unde să începeți, vă dezvălui câteva trucuri simple: **înlocuirea zahărului** cu un îndulcitor natural (de exemplu stevia), dulciurile cu fructele și a sucurilor cu smoothie-uri, fresh-uri sau chiar apă.

3 Este de necontestat faptul că **sportul** joacă un rol semnificativ într-un stil de viață sănătos. Orice activitate fizică, de la o plimbare în parc până la practicarea unui sport, ajută la dezvoltarea noastră fizică și psihică, reduce stresul, generează o circulație corespunzătoare a sângelui și întărește sistemul imunitar.

4 **Odihna** reprezintă un factor definitoriu în menținerea unui tip de viață sănătos. Deși majoritatea adolescenților neglijează somnul, este indicat să dormim cel puțin 8 ore pe noapte. Lipsa somnului poate conduce la creșterea hormonilor de stres, probleme emoționale, furie, anxietate, tristețe sau chiar depresie, precum și la diminuarea capacității creierului de a învăța și reține informații noi.

5 Nu în ultimul rând, **hidratarea!** Apa este cel mai important component al organismului nostru, având un procent de aproximativ 60% din acesta, astfel consumul a cel puțin doi litri pe zi este necesar. O bună hidratare asigură buna funcționare a organismului, iar lipsa apei poate influența negativ activitatea cerebrală.

Trăiește-ți adolescența cu grijă față de aspectul alimentației, iar noul tu îți va mulțumi!

Rapid și gustos, hai să gătim sănătos!

Maria Iloviceanu

Cu siguranță fiecare dintre noi s-a regăsit în situația în care a dorit să mănânce ceva rapid, dar și gustos, însă inspirația și priceperea nu i-au fost de folos. Așa că, am venit în ajutor! Vă voi prezenta câteva rețete simple, gustoase, care nu durează mult și nu necesită multe ingrediente.

Nachos & Guacamole:

Este rețeta perfectă pentru momentele acelea în care vrei să vizionezi un film și să ai parte de o gustare.

Ingrediente nachos:

- 250 grame făină
- 250 grame mălai
- 250 mililitrii apă

Amestecăm și frământăm ingredientele, iar apoi întindem aluatul pe masa de lucru pentru a-l tăia triunghiuri. Le condimentăm după bunul plac, le așezăm pe hârtie de copt, după care le introducem în cuptorul preîncălzit, la 180 grade, pentru aproximativ 15 minute și sunt gata.

Ingrediente sos guacamole:

- 1 avocado
- zeama de la o lămâie
- sare
- piper
- oregano
- 1/2 ceapă roșie

Luăm un avocado și îl pasăm, adăugăm zeama de lămâie după gust și condimentăm compoziția după bunul plac. Ulterior adăugăm ceapa, iar sosul poate fi servit!



Piept de pui cu smântână și cașcaval:

Pentru această rețetă avem nevoie de:

- 400 grame de piept de pui
- 150 grame cașcaval
- 50 grame smântână
- 1 roșie
- busuioc
- sare
- piper

Feliem subțire pieptul de pui, îl batem ca pe șnițele și îl asezonăm după bunul gust. Separat amestecăm cașcavalul, busuiocul și roșia. Adăugăm compoziția pe pieptul de pui și îl rulăm. Punem o folie de copt în tavă, peste care așezăm rulourile. Deasupra puiului punem câte o bucată de unt și punem tava în cuptor la 180 de grade pentru 20 de minute. După ce timpul s-a scurs, întindem smântâna peste carne și lăsăm totul în cuptor pentru încă 15 minute.



Cookies cu fulgi de ciocolată:

Ingrediente :

- 125 grame de unt
- 120 grame de zahăr
- 1 ou
- esență de vanilie
- 150 grame făină
- praf de copt
- 30 grame fulgi de ciocolată

Amestecăm untul cu zahărul, mai apoi oul și punem o esență de vanilie. Adăugăm cele 150g de făină și pliculețul de praf de copt. După ce adăugăm fulgii de ciocolată, așezăm biscuiții pe o tavă de copt pe care o punem în cuptor, la 170 de grade, timp de 15 minute.



Poftă bună!

Stiați că:

Apa din nuca de cocos
poate fi folosită pe post de
plasmă în caz de
absolută urgență?



Brânza este cel mai furat aliment din lume și peste 4% din cantitatea totală de brânză dispare anual?



Eschimoșii folosesc frigidererele ca să nu le înghețe mâncarea?



Creările elevilor

Viziune oarbă

Cristina Minișan

Vântul se strecoară subtil
Printre firele de păr și-l simt cu totul
Deși încă îl visez, câtuși de puțin
Nu reușesc să simt unde îmi e locul.
Oare te-ai gândit vreodată
Cât de prost poți fi și dacă
Universul vrea întocmai să fie așa,
Ca un coșmar, să trăiești mereu în mintea mea.
Fiindcă aș vrea să dispari odată!
Cu totul să dispari, neîntorcându-te-napoi,
Căci amăgirea are o scurtă durată
Dar te-ntorci mereu, căutând după nevoi.
Am obosit să fiu atât de oarbă,
Negreșit începutul a fost unul feeric,
Căutând în tine, acel pic de farbă...
În final, inima ta este doar un morman de întuneric.



Viața tinerilor din Coreea de Nord

Antonia Apostol

Cu siguranță toată lumea a auzit despre Coreea de Nord, singura țară care se mai luptă să supraviețuiască sub conducerea unui regim comunist. De mai bine de 70 de ani, echivalentul a trei generații de oameni, poporul din nordul peninsulei Coreea a trăit așa cum le-a fost dictat de către familia Kim. Sute sau chiar mii de oameni mor anual din cauza foametei acolo. Totul doar din dorința dictatorului Kim Jong Un de a-și extinde arsenalul nuclear. Inuman, nu-i așa? Dar nu e ca și cum cineva dintre noi, de afară, ar putea interveni în vreun fel.

Eu sunt o simplă adolescentă pasionată de fenomenul RPDC (Republica Populară Democrată Coreea). De multe ori mă poartă gândul la condițiile în care tinerii de acolo își trăiesc „cei mai frumoși ani ai vieții lor”.

De exemplu, ascultți o piesă pop americană, fără griji, liber. În același timp, acolo, o persoană ca tine poate asculta aceeași piesă, dar pe ascuns, cu frica să nu fie prinsă de către soldații nemiloși ai regimului. Pentru acest lucru, pe care noi îl considerăm banal, acea persoană de acolo poate să sufere mult timp, supusă la muncă silnică în lagărele de concentrare sau chiar executată.

Porți ceea ce vrei tu. Îți aranjezi părul așa cum vrei tu. Ei bine, acolo, dacă porți blugi, dacă ai părul mai lung și aranjat “cum nu se cuvine”, te vei trezi cu blugii fășii, cu părul ciopârțit, și dus la un centru de reeducare sau pus la muncă suplimentară timp de o săptămână. În acest fel își petrec adolescenții viața acolo.

Consider că toată această diferență dintre viața noastră și a lor, ține de libertate. Noi o avem, pe când ei nici nu o cunosc.

Lucrul cel mai trist, după mine, e faptul că noi nici nu suntem conștienți că o avem. Libertatea pentru noi este ceva la fel de banal ca și aerul, pământul de sub noi. Este ceva obișnuit în viața noastră, ceva prezent mereu. Noi ne-am născut în libertate, și nu cunoaștem un alt mod de a trăi. Nu cunoaștem captivitatea, lipsa de libertate. Pur și simplu ne-am născut și suntem liberi.

Dar ei? Ei se nasc într-o lume în care oamenii sunt captivi. Și așa continuă să trăiască. Iar pentru ei, această captivitate reprezintă banalul vieții lor. Nu sunt conștienți că sunt așa. Se nasc în lipsă de libertate, dar nu cunosc un alt mod de a trăi. Ei nu cunosc viața liberă, așa cum nici noi nu cunoaștem viața în captivitate.

Ei nu își pot imagina cum e să fii liber, iar noi nu ne putem imagina cum e să fii captiv.

Astăzi, există o multitudine de autobiografii ale unor dezertori nord-coreeni, poveștile de viață ale unor oameni care au decis să își salveze propria viață de sub asuprirea regimului comunist coreean. Am avut prilejul să lecturez câteva dintre aceste scrieri, dar dintre ele, până acum, „Drumul către libertate: Autobiografia unei refugiate din Coreea de Nord” de Yeonmi Park, o găsesc remarcabilă.

Regrete...

Cătălina Moldovan

Alegerile ne definesc pe noi ca oameni, cât și viața însăși. O decizie te poate aduce în pragul disperării, iar înainte să sari privești în urma ta la regretele care îți fac loc în mulțimea nostalgiilor și dezamăgirilor, până ajung să te împingă chiar ele.

Propoziția "Ce o să spună lumea?" a ucis atât de multe vise! Repetată încă din mediul familial iar mai apoi întipărită în subconștientul nostru, această teamă de a greși în fața societății ne oprește din a ne împlini adevăratul potențial. Atât de multe vise spulberate, dar totuși, ce a mai spus lumea până la urmă?

Decizii, decizii, decizii...continuăm să vorbim despre asta. Decizii potrivite, decizii nepotrivite, binele, răul... sunt doar idei relative impuse de societate, grupul de prieteni, familie. Aceste decizii "greșite" trebuie să facă parte din viața fiecăruia, pentru ca mai apoi să știm cum se simte împlinirea, dar prețul plătit sunt aceste regrete, la fel cum prețul pe care îl plătim pentru iubire este durerea.

Bine și rău, rău și bine. Sunt concepte relative în relație de interdependență; nu am știi ce este unul, dacă nu am trecut prin celălalt. De asemenea, dacă ar fi să ne luăm după toate basmele, răul este necesar în formarea binelui. Observăm cum majoritatea eroilor și liderilor în devenire nu au de la început calitățile necesare pentru a conduce, așa că obstacolele, probele și antagoniștii care le iasă în cale au rolul de a forma și de a induce anumite calități și experiența de care vor avea nevoie mai târziu.

Există câteva praguri importante care necesită o decizie, care ne formează ca oameni, și de cele mai multe ori nu realizăm pe moment cât de importante și definitorii sunt.

În urma oricărei acțiuni va rezulta o reacțiune. Așa că, deși știi că am luat o decizie bună pentru mine, regretul este reacțiunea deciziei mele. Întrebarea este: regret că nu am făcut o alegere diferită sau regret că nu sunt persoana care să ia o decizie diferită?

Fie că este vorba despre un cuvânt nerostit la momentul potrivit sau o ceartă, regretul este un sentiment care apare și după ce faci o greșeală și ai tendința de a repara situația.

Ce încercăm cu toții să facem este să nu suferim, acest lucru pornind din inconștient. Exact cum spunea Freud, ID-ul este partea minții umane care conține tot ce înseamnă dorințe de bază și cere satisfacerea lor imediată; solicită evitarea durerii și a lucrurilor neplăcute și e incitat de orice impuls pozitiv care poate genera plăcere. Așa că unii dintre noi, au devenit indestructibili din punct de vedere emoțional, sau cel puțin asta este fața pe care o prezintă lumii. Când nu ai regrete(sau vrei să pară că nu ai), tindem să ajungem la concluzia că

scopul scuză mijloacele, și singurul scop devine să te simți bine.

Cum spuneam mai devreme, totul vine cu un cost, așa că după o schimbare totală ca aceasta, de obicei apar daune serioase morale, psihologice sau chiar fizice. Așa că atunci când revenim la normal, trebuie să ne asumăm responsabilitatea. Este ca un buton on-off. Distractiv, dar distructiv.

Este în firea fiecăruia să se gândească la trecut și cum ar fi stat lucrurile dacă lua alte decizii, dar acest lucru se va transforma el însuși într-un regret mai târziu. Lucrul cel mai greu este să ne desprindem de trecut, fiindcă acesta doar ne va pune piedici în viitoarele decizii, și nu numai.

La fel cum unii oameni vin în viața noastră pentru a fi niște lecții, regretele nu au nicio însemnătate dacă nu învățăm ceva din oportunitățile pierdute, ca să putem privi spre viitor cu noi cunoștințe.

Deși regretele sunt văzute precum o povară, eu una încerc să le ofer o conotație pozitivă în viața mea, să le privesc dintr-o altă perspectivă: nu mă axez pe ceea ce putea să fie, ci pe ceea ce va fi în viitor bazându-mă, cum spuneam, pe învățăturile oferite de ele.

Aceasta este rețeta unei vieți lipsite de regrete, sau cel puțin așa voi încerca eu să îmi trăiesc viața de acum înainte.

O zi de vis sau una de coșmar?

Patricia Negrea

Era o dimineață obișnuită de vară și mă pregăteam, împreună cu familia mea, pentru călătoria noastră spre Viena. După ce am verificat totul, ne-am luat bagajele și am plecat entuziasmați.

Când am ajuns pe peron, ni s-a spus că trenul urma să întârzie, așa că mi-am pus căștile în urechi și am început să citesc dintr-o carte. La un moment dat, după numeroase capitole citite, vreau să știu cât mai trebuie să așteptăm. Toate bune și frumoase, până când îmi propun să o întreb pe mama acest lucru, dar constat că dispăruseră cu toții. Asta da surpriză! La început, am crezut că este o glumă, dar mi-am dat seama apoi că totul era pe cât se poate de real. Propria mea familie uitase de mine! Neștiind ce să fac, mă interesez de următorul tren spre Viena. Nu mai venea niciunul până săptămâna viitoare! Ce să fi făcut? Acasă nu puteam merge fără cheie, iar spre altă destinație nu aveam nici bilet, nici bani pentru unul. Îngrijorările mele atingeau cote maxime, până când, la un moment dat, îmi apare în față un tren. Primul lucru pe care îl văd scris este

„Viena” și sar, de fericire, de pe bancă, repezindu-mă spre scări. Ceea ce nu văzusem eu era că trenul, de fapt, venea din Viena...

După câteva minute de mers, decid să-mi găsec un partener de discuții. De unde atâta fericire? Eram singură în pustietatea vagonului. Fiind surprinsă, dar totuși, nespun de obosită, adorm, căci mă aștepta un drum lung.

Mă trezesc din cauza unui ghiont. Era unul dintre angajați spunându-mi că am ajuns, așa că îmi iau lucrurile și ies din tren. Dar aveam o problemă: nu știam unde mă aflam, iar locul acesta nu părea să fie Viena. Când vreau să întreb pe cineva în legătură cu locația, realizez că nu era nimeni, nici în gară, nici în afara ei. Să fi fost o coincidență, sau fusese trenul pictat în culori atât de închise, o capcană? Eram pierdută într-un oraș pe care nu îl cunoșteam. Singurul lucru la care m-am putut gândi a fost să caut un hotel, sau un alt loc în care să stau. După ore și ore de mers, eram extenuată. Chiar când eram pe punctul de a mă da bătută, văd un fel de magazin. Mă apropiu de el și văd că este un tonomat și, lângă el, o toaletă. Intru să mă spăl pe față cu apă rece, căci aveam nevoie de o înviore.

Atunci când voiam să ies de acolo, realizez că din sticla de apă pusă de mama picurau niște stropi care îmi ajungeau pe față.

-Ai grijă cu acea apă! Nu ne putem permite să cumpărăm calorifere noi, spuse un angajat al trenului.

-Înțeleg, vă rog să mă scuzați, adormisem- zic eu, încă buimacă.

-Să nu se mai întâmple! Orice defectiune ne-ar putea încetini și trebuie să ajungem la ora stabilită, trei și șapte minute.

-Bine, voi fi mai atentă. Dar cum de se ajunge la o oră fixă în Viena?

-Viena? Întrebă bărbatul și pufni într-un râs zeflemitor. Acest tren nu te duce la Viena!

-Poftim? Dar unde...? Și nici nu apuc să-mi termin întrebarea, căci acesta dispăre ca și cum ar fi fost doar o născocire a subconștientului meu.

„Cum de am ajuns din nou în tren? Ce se întâmplă? De ce nu ajung în Viena, după cum trebuia să se întâmple?” O mie și una de întrebări mi se învârtău prin minte și nu aveam răspuns pentru nici măcar una dintre ele.

Următorul lucru pe care îl știu este că mă aflu acasă și stau cu întreaga mea familie la masă, inclusiv bunica Maria....imposibil! Ea murise încă de când eram eu copilă. O trag de mânecă pe verișoara mea și îi povestesc despre nedumerirea mea, doar ca să primesc înapoi un răspuns despre cum gluma mea nu este amuzantă. Trag aer în piept, mă scuz de la masă și intru în camera mea, cu gândul să adorm, sperând că totul a fost doar o halucinație. Dar când vreau să mă întind pe pat, mă lovesc cu capul de perete și mă trezesc din nou în tren. Ceva ciudat se petrecea, dar nu-mi puteam explica ce. O iau la goană spre capătul vagonului, cu dorința de a scăpa cât mai repede din acest tren al groazei. Mi se spune că următoarea oprire este în jumătate de oră, într-o stație de pe o stradă numită „Aleea lui Faust”. Asta pune capăt tuturor lucrurilor.

Cu toții știm povestea lui Faust, nu-i așa? De asemenea, mai știm că nu există o asemenea stradă. Intram în belele, și chiar în unele foarte mari. În speranța

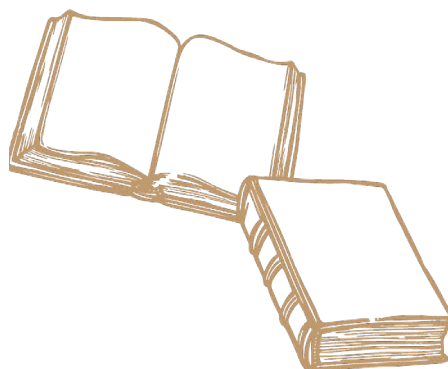
ca timpul să treacă mai repede, fac un lucru care, pe cât de inocent pare, pe atât de mult regret am simțit după ce l-am făcut: m-am uitat pe fereastră. În momentul acela, am văzut negru în fața ochilor. Și nu, nu este o expresie. Totul era de culoarea abanosului. Fără copaci, fără clădiri și, după cum ați putea ghici, fără oameni. Totuși, un lucru pe care l-am putut remarca a fost apariția unor steaguri albe, ca scoase din vopsea, la fiecare câțiva metri. Total normal, nu-i așa?

Dar ceea ce mi-a sărit în ochi au fost desenele de pe ele: primul avea o horă, cu copii și adulți, formând o horă. Dar cu cât înaintam, cu atât siluetele se împuștau, până când pe steaguri au apărut schelete, moment în care mi-am dezlipit privirea și am tras perdeaua. Ce era de făcut? Eram prizonieră în acel tren de coșmar. Încep să mă îngrijorez și îmi împachetez toate lucrurile. Ca să fiu sigură de situație, mă uit din nou pe geam. Perdeaua nu era trasă, iar lumea de afară arăta complet normal. Înainte să apuc să fac vreo mișcare, trenul oprește, iar atunci, cu o viteză nemaivăzută, ajung la ușă și ies din tren.

După ce acesta pleacă din gară, simt ceva ciudat. Mirosea a....trandafiri?! Da, trenul avea o mireasmă inconfundabilă și persistentă de trandafiri. Întrerupându-mi gândurile, ceea ce aud mă șochează. Era vocea mamei mele, iar eu stăteam pe peronul din care am plecat. "Ce se întâmplase în acest tren nemilos al ținutului imaginației? Fusese totul o halucinație?"

După ce toți se bucură că ne-am reîntâlnit și mă îmbrățișează, mama mă ia deoparte, spunându-mi că știe tot ce s-a întâmplat fiindcă a experimentat acel lucru pe când era copil. Ea afirmă că nu vom mai lua niciodată trenul de pe acest peron, spunând despre conductorul trenului că ademenește oameni, iar aceștia cad în somnuri adânci, unde întâlnesc vise sau coșmaruri. După ce aflu toate acestea, văd un om robust ieșind din locomotiva neagră ca abanosul. Era chiar el, conductorul în persoană!

Acum, vă dați seama că nu mai gândeam logic... după atâtea evenimente traumatice, nimeni n-ar mai fi făcut-o. Prin urmare, înainte ca mama să mă poată opri, alerg spre conductor și îi cuprind talia, iar amândoi cădem pe șine, în fața unui alt tren în mișcare.



Echipa de handbal

Patricia Negrea și Teodora Andrei

Echipa ACS Traian Lalescu s-a format în urmă cu aproximativ 6 ani. Fetele au participat atât la concursuri în țară, cât și dincolo de granițe. Jucătoarele au dat și peste obstacole, dar au dat dovadă de colegialitate și prietenie în numeroase situații, fiind mereu unite și aspirând la binele echipei. Ele au format un colectiv unit și și-au creat numeroase amintiri plăcute, dar și neplăcute, căci au dat, bineînțeles, și de bine și de greu.

Fetele ar spune că un dezavantaj al muncii de echipă sportivă ar fi că în timpul cantonamentelor erau mai mereu plecate de acasă, dar care poate prinde gustul unui avantaj dacă timpul petrecut departe de casă și efortul sunt folosite într-un mod constructiv.

Ele ar spune cu mâna pe inimă că cea mai mare realizare a lor a fost participarea la un turneu din Serbia, în care s-au confruntat cu multiple echipe din diverse țări, inclusiv una din România, unde au luat un onorabil loc al II-lea. Armonia fetelor din echipa ACS Traian Lalescu, dăruirea pentru sport și echipă și susținerea necondiționată, reciprocă, le-au ajutat enorm de mult pe fete pentru a ajunge la asemenea performanțe.

Momentele petrecute în echipă au avut un rol important în dezvoltarea lor ca persoană și în construirea caracterului. Evident, au fost și momente în care unele fete nu au putut participa la anumite turnee, ceea ce le-a întristat, dar datorită întraajutorării la cote maxime, au trecut împreună peste aceste momente.

În urmă cu 4 ani, fetele de la ACS Traian Lalescu au fost la un turneu departe de casă, la cei 14-15 ani pe care îi aveau atunci. Fiind o „premieră” pentru unele dintre fete să plece de acasă fără părinți, aceasta activitate le-a responsabilizat enorm, învățându-le lecții importante despre petrecerea timpului într-o țară total necunoscută. Echipa consideră că aceasta este o trăsătură definitorie în dezvoltarea lor, încercându-le din greu răbdarea și conștiința.



Știți deja că fetele erau foarte unite, iar când o jucătoare nu putea să participe din diferite probleme personale, restul fetelor venea să-i ofere sprijin emoțional, aceasta încurajând la rândul ei echipa în cantonament. În cele mai fericite cazuri, fetele veneau acasă cu o medalie sau un trofeu.

Unul dintre cele mai dificile lucruri în situația unui jucător de handbal pasionat, asemenea fetelor de la ACS Traian Lalescu este punerea în balanță a timpului dedicat handbalului cu eforturile și dedicația de la școală. Jucătoarele se simt uneori copleșite de anumite situații și mai mereu presate de timp, dar câștigarea unui meci sau depunerea unui efort maxim este o satisfacție de care se bucură, în final.

Fetele sunt nevoite să își împartă timpul între antrenamente, școală, activități extracurriculare și timpul personal -uneori inexistent-, de o mare importanță în viață.

Nu le este ușor să facă față activităților zilnice, însă, pentru ele, aceste provocări încep să își piardă din dificultate pe măsură ce înaintează. Una dintre fete a mărturisit că în viitor și-ar dori să continue cu handbalul. Totuși, ea va fi clasa a XII-a, ceea ce îi va limita din timpul alocat echipei, dar unele vor să continue să practice handbalul în timpul facultății, cu cea mai mare plăcere.



Erasmus-Portugalia

O experiență impresionantă

Dragoș Trandafir
stagiar
Prof. Kiss Irma
Manager proiect



„Participarea în cadrul proiectului Erasmus a fost una dintre cele mai bune decizii pe care le-am luat vreodată. Consider că ceea ce am trăit, am experimentat și am învățat în acest proiect constituie o etapă esențială în formarea mea și a tuturor celorlalți stagiați atât pe plan social, cât și pe plan profesional. Cele trei săptămâni petrecute în Lisabona (Portugalia) au avut stagii atât de diverse și de bine structurate, încât am reușit să ne bucurăm din plin de toate activitățile. Timpul a zburat, lăsându-ne cu o melancolie și un dor nebun de oraș, ghizi, profesori și viața de acolo care, din perspectiva noastră, tinde către perfecțiune.

Stagiul de pregătire a fost unul extrem de eficient. În cadrul stagiului de practică, am învățat să creez site-uri web cu una sau mai multe pagini, folosind limbajul HTML, vectori de design și aplicația Photopea. Am admirat empatia și atenția oferită de profesori și chiar mi-am luat cu părere de rău la revedere de la ei în ultima zi în care am lucrat. Consider că a fost un stagiul de pregătire ideal, în care învățatul și munca, deși activități intense, nu au fost stresante datorită faptului că ni s-a predat într-un mod cât se poate de dezinvolt și relaxat.

Activitățile din timpul liber au fost diverse: am făcut baie în piscină sau în ocean aproape zilnic, ne-am plimbat mult prin orașul Lisabona și am văzut multe locuri extraordinare. În plus, am mers uneori și în afara capitalei și am cunoscut oameni, idei și concepții noi. Pot spune că modul de a lucra, vizitele și aspectele vieții cotidiene, diferite față de cele din România, m-au impresionat profund, astfel încât m-au făcut să mă gândesc serios să trăiesc în viitor în Lisabona. Mai mult decât atât, un lucru inedit a fost că la finalul fiecărei zile, a trebuit să scriem câte o pagină de jurnal.

Cel mai mult mi-a plăcut Quinta da Regaleira, de lângă centrul istoric Sintra. Consider că a fost cel mai spectaculos și frumos loc pe care l-am văzut vreodată. Am vizitat o fântână antică, o cascadă minunată, un lac cu rațe și am văzut chiar și un stejar de plută. De asemenea, m-a atras modul în care vegetația, care este un amestec de flori, palmieri, diferite plante exotice și arbori precum castani, stejari și brazi, se combină perfect cu clădiri și monumente vechi. A fost folositor să primesc o hartă la intrare, care m-a ajutat să explorez în detaliu totul. De asemenea, am fost la Sesimbra, Uni-

versitatea Coimbra, Cabo Espichel, orașelul medieval Obidos, stadioanele Benfica și Sporting, muzeele și Catedrala Patriarhală din Lisabona și la biserica Sfântul Antonio.

Cazarea prin Casa de Educação a fost perfectă, chiar am avut cele mai bune condiții, din toate punctele de vedere. A fost curat, iar mâncarea a fost de nota zece. În plus, cadrele didactice însoțitoare, doamna profesor Kiss Irma și domnul informatician Iancu Mihai, s-au implicat intens. Așadar, organizarea acestei mobilități a fost una ca pentru o vacanță în Portugalia, doar că am și muncit și am învățat multe lucruri utile în același timp. Sper din suflet că voi participa la cât mai multe proiecte Erasmus în viitor!” (stagiar Dagoș Trandafir)



Profesori coordonatori: Kiss Irma, Iancu Mihai.

Elevi participanți: Lupu Julia, Iliuță Bianca Sabina, Marton Alexia, Clep Alexandru, Pecsar Ștefania, Florea Ariana, Hochbauer Helga, Schiau Teodora, Mihaloianis Alexis, Onofrei Flavius, Șuto Eduard, Herban Briana, Pop David, Smarandache Samuel, Șuteu Melissa, Mladin Raul, Tivdă Andrei-Robert, Trandafir Dragoș.

Consortiul CS-HD-ERASMUS+, format din Colegiul Național CD. Loga Caransebeș, Liceul Teoretic Traian Vuia, Reșița, Liceul Bănățean Oțelu Roșu și Colegiul Național Iancu de Hunedoara, Hunedoara, a implementat începând cu 1 Octombrie 2020, proiectul "Oportunități comune de formare profesională și dezvoltare personală în context european – (contract nr. 2020-1-RO01-KA102-078789.)

„Proiectul are o perioadă de implementare de 16 luni și este finanțat prin programul Uniunii Europene pentru domeniile educației, formării, tineretului și sportului ERASMUS+, Acțiunea cheie 1, Mobilitatea persoanelor în scop educațional. Obiectivul general al proiectului este în deplină concordanță cu direcțiile strategiei Europa 2020 în domeniul educației și vizează creșterea dimensiunii europene în educație și formare profesională pentru cele patru școli, care fac parte din consorțiu.

În calitate de manager proiect, pot afirma cu tărie faptul că ceea ce am trăit, am experimentat și am învățat în acest proiect constituie o etapă extrem de importantă în formarea tuturor stagiilor pe plan social, dar, mai ales, pe plan profesional.” (prof. Kiss Irma)

Proiectele școlii

No to war in Ukraine!

Dragoș Trandafir

Acest proiect a luat naștere din dorința de a arăta compasiune față de poporul ucrainean care a fost drastic afectat de război. Coordonatorul evenimentului a fost domnul profesor Lucian Maier. Expoziția a avut loc la Galeria de Artă și s-a bucurat de un adevărat succes. Au fost prezente familii din Ucraina, ajunse în Hunedoara în urma izbucnirii războiului, părinți, elevi, profesori și pasionați de artă.

Scopul proiectului a fost să atragem atenția tuturor în legătură cu efectele devastatoare pe care războiul de la graniță le produce asupra viitorului nostru, al tinerilor.

În cadrul deschiderii expoziției, domnul profesor Lucian Maier a susținut un discurs emoționant, care ne-a dat speranță și ne-a încurajat să rămânem alături de vecinii noștri în aceste vremuri întunecate.

O filmare a evenimentului se regăsește pe pagina de Facebook „Primăria Hunedoara”. Proiectul poate fi văzut chiar în incinta colegiului nostru, urmând să fie expus.



Pe timp de război

Luverdo Teodora.

„Nu e greu să spunem STOP,
Răutății și tristeții

Iar cu propriul astroscoop
Să veghem stelele vieții
Și cu suflete de aur,

Să privim drept înainte
Drumul să ni-l îndreptăm
Prin maldărul de suspine,
Noi mereu să-naintăm.

S-adunăm iubire de la mare;
Asemeni apei ce se adună din
izvoare.

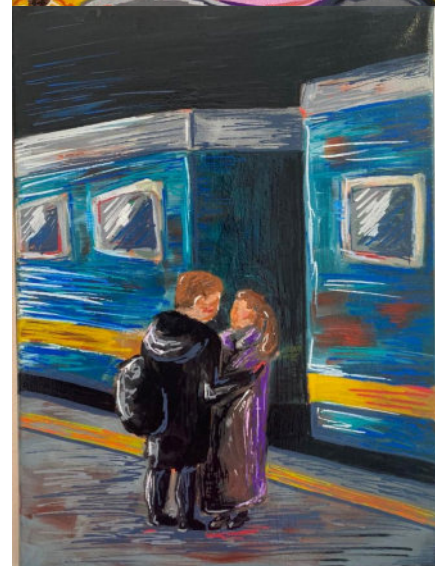
S-aducem raiul pe Pământ
Scriind un altfel de deznodământ.

Să trăim în armonie,
Fără pic de dușmănie,
Fără bombe, fără arme...
Fără lacrimi, fără sânge...

Ce se varsă acum pe fronturi,
Într-o baltă de agonie.

Și-n a lumii feerie
Mă întreb cu fantezie, cu speranță
și tristețe;

Ce-o fi oare dacă
Am deveni oameni cu inima cu-
rată?...”



Profesor coordonator: Maier Lucian
Elevi participanți: Lăcătuș Diana,
Czirjek Anna, Moldovan Cătălina,
Chiriță Petra Alexandra, Găinar Sarah,
Luverdo Teodora, Schiau Teodora,
Șuteu Melissa, Mladin Raul, Cozoroc
Viviana, Mihăilă Rareș, Farcaș Mihai,
Zaharia Flavia, Iacob Șerban, Dragoș
Trandafir.



Proiecte în desfășurare



Proiectul Rose

Elevii de liceu ce participă în proiectul Rose beneficiază de ore suplimentare de studiu, desigur, în afara orelor de curs. Astfel, ei se pot pregăti suplimentar pentru examenul de bacalaureat sau, de ce nu, pentru examene de admitere la facultăți, fiindu-le predat la diferite materii chiar de către profesorii din cadrul colegiului nostru.

Fiind ore suplimentare, este important de menționat că acest proiect îi scutește pe elevi de ore de meditații, garantându-le un nivel înalt de studiu. De asemenea, fiecare elev poate alege numărul de ore de participare, deci își poate plia programul într-un mod eficient și are ocazia să își prioritizeze materiile care îl interesează în mod deosebit.

Sperăm că proiectul Rose va continua să își desfășoare activitatea, deoarece elevii apreciază și profită la maximum de beneficiile pe care el le aduce.

Romina Berindei, din clasa a X-a C, ne transmite că este recunoscătoare că a avut șansa de a se dezvolta, datorită acestui proiect. Rareș Hrițcu, din aceeași clasă, mai spune că este extrem de util, mai ales celor care nu se descurcă atât de bine și își doresc să aprofundeze materia predată la școală.

ATRIUM VERDE

Fă rai din ce ai!

O surpriză îi așteaptă pe elevii și profesorii Colegiului Național „Iancu de Hunedoara”! Echipa noastră, Iancool, a câștigat recent sesiunea de finanțare prin care i-a fost oferit un premiu de către Raiffeisen Bank. Astfel, noi lucrări în școală vor începe cât de curând!

Proiectul acesta nu poate fi finalizat fără implicarea noastră, prin urmare avem nevoie de minimum 50 de voluntari dispuși să contribuie pe timpul verii la renovarea spațiilor menționate și care să apeleze la talentul lor. De asemenea, orice ajutor financiar este binevenit.

Cine este dispus să ofere o mână de ajutor, ne poate contacta pe contul de Instagram @iancool2021.

Luând în considerare atât dorințele elevilor, cât și concluziile analizei pe care echipa noastră, Iancool, din cadrul programului educațional al asociației „De-a Arhitectura” o face de la începutul anului școlar, am ales care dintre spațiile școlii ar putea fi îmbunătățite, poate chiar recondiționate.

În primul rând, echipa a hotărât ca așa-numitul „amfiteatru” să fie o grădină zen. Astfel, curtea școlii ar urma să fie mutată înăuntru, prin prezența plantelor ornamentale, însoțite de o tematică de culori pastelate. De asemenea, elevii colegiului își doresc afișe cu personaje și desene la intrarea elevilor care să poată fi realizate sau completate de ei, deoarece astfel ar putea să și exprime creativitatea, iar holurile școlii și jumătățile de etaj ar putea fi recondiționate pe tematici, desigur, apelând la talentul nostru, al tuturor.

Spațiul de la Administrație este un loc întunecat și neprietenos care necesită o îmbunătățire, astfel încât elevii să-și petreacă pauzele și timpul după finalizarea cursurilor. Pentru a facilita relaxarea și învățarea, se regăsește printre planurile noastre instalarea led-urilor și a fotoliilor tip puf, precum și afișarea mesajelor inspiraționale.



Doamna arhitect Diana Dona ne răspunde la întrebarea „Ce a însemnat pentru dumneavoastră să lucrați la acest proiect?”.

„Pentru mine, implicarea în acest proiect a fost un exercițiu și o provocare ce uneori a depășit granițele profesiei. Totodată, a fost ocazia perfectă de a aplica și experimenta designul participativ – proces în care beneficiarii sunt implicați activ de la început până la sfârșit: de la clarificarea nevoilor, la stabilirea unei viziuni comune și până la realizarea efectivă a proiectului. Deși suntem doar la jumătatea drumului, cred că toți cei implicați au avut deja multe de învățat.”

Chiriță Petra, din clasa a XI-a A, participant în proiect, ne mai dă câteva detalii din cadrul experienței ei: „La început, am ales să particip la acest proiect din pură curiozitate, deoarece ideile propuse păreau un mare pas în modernizarea școlii. Ce m-a făcut totuși să rămân a fost determinarea și competența colegilor, dar și a coordonatorilor proiectului, care m-au primit cu brațele deschise”.

Profesor coordonator: Ileana Petruțiu

Arhitect coordonator: Diana Dona

Elevi participanți: Czirjek Anna Maria, Budae Daria Ștefania, Chiriță Petra Alexandra, Nicolae Rareș, Berindei Romina Lorena, Bianca Iliuță Sabina, Tivdă Andrei Robert, Dona Alexandra, Dașchevici Damaris, Flore Denisa, Turbuk Renata, Coldea Răzvan, Bondoc Andreea.

Concursul Simtech Junior

2022

Acest concurs a fost organizat de către Facultatea de Ingineria Materialelor și a mediului și a avut două secțiuni, cea de „Protecția Mediului” și cea de „Materiale Avansate”, fiind dedicat mai multor instituții educaționale din județul Hunedoara, printre care și colegiul nostru.

Noi, elevii din clasele a XI-a și a XII-a, am avut ocazia să concurăm pentru obținerea unui loc asigurat la facultate, după terminarea liceului. Formula-rele pe care le-am avut de completat ni s-au părut interactive și, în același timp,

destul de dificile, constând în întrebări din următoarele domenii: chimie, fizică, dar și matematică. Astfel, ele au solicitat intens gândirea logică și cultura generală a fiecăruia dintre noi.

După terminarea concursului, am primit diplome de participare, oferite în cadrul unei premieri, fiindu-ne arătate și câteva experimente inedite. Sperăm că în viitor vor avea loc cât mai multe evenimente asemănătoare, deoarece ele le oferă școlii noastre o mare deschidere spre noi oportunități.



Leul Românesc

Un trecut bogat pentru un viitor bogat

Butu Sebastian

Zilnic trec prin mâinile noastre sute de bancnote și monede. Sunt o comoditate, o obișnuință, și nu le luăm în considerare, însă v-ați întrebat vreodată care este povestea din spatele leului?

Pentru a începe călătoria noastră în lumea Leului, trebuie să vedem de unde provine numele acestuia. Trebuie să ne întoarcem în Olanda secolului XVI. Acolo monedele, numite Leeuwendaalder, erau făcute din argint pur ce le conferea o valoare nu doar simbolică, și aveau un leu gravat pe spatele monedei. Acum ați putea să vă întrebați, ce legătură are o monedă din Olanda secolului al XVI-lea cu Principatele Române? Din cauza că Țara Românească și Moldova nu emiteau moneda proprie constant (aparitia monedelor proprii în cele două state era sporadică și trecătoare), era nevoie de un înlocuitor. În timpul secolului XVII, în special în timpul domniei lui Matei Basarab, **talerul-leu** a devenit cea mai frecventă monedă de argint din Țările Române.



În mijlocul secolului XVIII, emiterea talerului-leu încețază, dar faptul că timp de aproape 100 de ani moneda a fost folosită de țărani, cuvântul leu a ajuns sinonim cu moneda. Legea monetară din 4 mai 1867 prevedea emiterea de monede de aur, argint și bronz. Problema apare în anul 1868 când se emit în număr limitat monedele de aur. Problema acestora e faptul că pe monede apărea chipul regelui Carol I, înconjurat de scrisul „Carol I Domnul României”.

Având în vedere dominația Otomană încă prezența în România, Sublima Poartă interpretează mișcarea românilor drept o afirmare a independenței, România fiind obligată să retragă monedele. În anul 1880, ia loc nașterea celei mai importante instituții bancare din țară, Banca Națională a României, ce primește dreptul

exclusiv de emitere a bancnotelor. Deși numele poate sugera faptul că banca ar fi fost deținută de stat, cuvântul „Națională” ne păcălește. Banca era în realitate deținută doar în proporție de o treime de statul român, iar restul de două treimi fiind acțiuni private. În anul 1881, BNR emite pentru prima dată bancnote proprii. Bancnotele românești își cunosc “perioada de aur” o dată cu trecerea Primului Război Mondial și Marii Crize Economice. Bancnotele încep să aibe o grafică excepțională, având desene complexe pe fetele lor, fiind pictate de cei mai importanți artiști ai vremii. Spre exemplu, în anul 1937, este emisă bancnotă de 1000 de lei, proiectele



sau sale fiind realizate de tocmai **Nicolae Grigorescu** în anul 1877, dar emisia lor nu fusese niciodată posibilă până atunci. În anul 1947 sunt introduse noile bancnote comuniste, însemnele de pe acestea fiind diametral opuse față de cele din perioada regalității, simbolurile regale dar și cele ale latinității au dispărut în totalitate, în centrul atenției fiind pus muncitorul, țărănimea, iar mai apoi apar “marile ctitorii muncitorești”, în prima jumătatea a regimului comunist fiind pusă în centrul atenției Casă Scânteii, în prezent Casă Presei Libere, dar și alte construcții precum barajul Porțile de Fier I. Leul așa cum îl cunoaștem noi este numit “al patrulea leu”, sau RON. În anul 2005, din cauza unităților foarte mari (10.000, 100.000, etc.), leul trece printr-o denominare, sau popular cunoscută drept “taierea zerourilor”. Atunci, ROL (leul vechi) se transformă în RON (leul nou), cu o conversie de 10.000 la 1. Leul are o istorie lungă, poate nu la fel de lungă ca alte monede, dar totuși are o poveste cu urcușuri și coborâșuri. Deseori nu ne gân-

dim la lucrurile mici din jurul nostru, lucruri obișnuite, dar eu vă îndemn să căutați ceva despre lucruri obișnuite, poate fi firma voastră preferată de încălțăminte sau chiar după cine este numită stradă voastră. Peste tot unde ne-am întoarce găsim o poveste, câteodată trebuie doar să o ascultăm.

Curiozități despre leu:

- Numele monedei de leu este înrudit cu cel de dolar, deoarece ambele au originea de la Leeuwendaldeer, Leva Bulgară provenind tot de la același nume.
- BNR emite în anul 1917 cea mai mică bancnotă din lume, bancnotă de 10 bani, având dimensiunea de doar 44 pe 33 mm.
- Inflația a fost din totdeauna o problemă în lumea bancară. În anul 1914, prețul unei pâini era de 27 de bani, crescând la 1 leu și 5 bani în 1920, iar în anul 1927, o pâine costa 10 lei! Prețul era de 37 de ori mai mare decât original, în doar 13 ani.
- Pentru moneda comemorativă din anul 1982 sărbătorind trecea a 2050 de ani de la fondarea primului stat dac, Elena Ceaușescu, a cerut refacerea portretului unui dac din spatele monedei din cauza că "are părul prea lung, nu e femeie".
- România a fost prima țară din Europa care a adoptat bancnotele din polimer.
- În prezent, personalitățile de pe bancnotele românești sunt (în ordinea valorii nominale: 1, 5, 10, 20, 50, 100, 200, 500): N. Iorga, G. Enescu, N. Grigorescu, E. Teodoroiu, A. Vlaicu, I. L. Caragiale, L. Blaga, M. Eminescu.



Interviu cu Adela-Ioana Mateș

Director - Prof.dr. la Colegiul Național „Iancu de Hunedoara”

Viața de director privită din perspectiva doamnei prof. dr. Adela-Ioana Mateș.

*Riana Fucă și
Dragoș Trandafir*

Riana: Care sunt primele trei cuvinte care vă vin în minte atunci când vă gândiți la colegiul nostru?

D.M.: Seriozitate, prestigiu, performanțe școlare.

Dragoș: Interesant! Considerați că funcția de director este uneori prea solicitantă? Cum faceți față diferitelor încercări?

D.M.: Da... sunt zile în care este foarte solicitantă, pentru că problemele sunt numeroase și, deși poate pe ordinea de zi ai planificat anumite lucruri de rezolvat, între timp apar multe altele. Sunt termene pe care trebuie să le respectăm ca instituție pentru că de aceste termene depind mai departe alte instituții, cum este Primăria sau Inspectoratul Școlar Județean și atunci tot timpul trebuie să fi în grafic și tot timpul trebuie să fi atent ca, compartimentele pe care le ai în subordine să își realizeze sarcinile pe care le au de îndeplinit.

Riana: Deci este uneori dificil să respectați planul pe care vi l-ați propus pe o anumită zi din cauză că apar tot felul de lucruri neprevăzute. Ce măsură din cele pe care le-ați implementat până acum credeți că a avut cel mai benefic impact asupra școlii?

D.M.: Poate, din punctul meu de vedere și al colegilor mele din conducere, pot spune că au avut un mare impact. Poate datorită faptului că în trecut lucrurile au fost lăsate mai lejer, a fost privit ca un lucru foarte drastic.

Dragoș: Da, a fost o schimbare bruscă.

D.M.: Prea radicală. Poate astfel a fost privit. Consider că am făcut bine inclusiv dacă mă refer la elevi. Am introdus acea scutire, motivare în plus care trebuia să existe de fapt, de dinainte, deci este ceva conform regulamentului școlar, noi n-am făcut un lucru nou, doar am încercat să aducem lucrurile la zi în ceea ce privește regulamentul școlar. Dacă mă refer la colegii mei, și acolo am implementat unele schimbări, am încercat să aducem documentele la zi, să intrăm în temeiul legal pot să spun. Deci sunt lucruri care trebuie văzute din punct de vedere legal și, din păcate, unele nu au fost realizate până acum și, de când am preluat această funcție, am încercat să pun lucrurile în ordine.

Dragoș: Înțeleg. Ce așteptări ați avut de la colegiul nostru când ați sosit? V-au fost împlinite?

D.M.: Parțial, pentru că mă așteptam să găsesc aici o familie. În școala din care provin, vorbeam adesea de familia de la Arte, ceea ce, din păcate, nu am simțit aici. Nu pot să spun că suntem ca o familie cu toții, pentru că sunt încă grupuri și grupulețe și mi-aș dori sincer ca, la finalul celor patru ani de mandat, să pot spune măcar atât: „Da, am reușit să unim acești colegi sau să creăm această familie- familia de la Iancu”.

Riana: Și aveți cumva vreo strategie prin care doriți să implementați această familie, cumva să faceți această legătură?

D.M.: Da, această strategie am prezentat-o în ca-

drul examenului meu, dar, nu vreau să apară în revista școlii, pentru că e a mea și nu aș vrea să mi-o preia alții, nu vreau să zic de dinainte ceea ce îmi doresc să fac.

Dragoș: Da, foarte bine.

D.M.: Prefer să fac și să se vadă lucrul acesta, faptele să vorbească, nu cuvintele.

Riana: Cum vă imaginați colegiul peste 5 ani?

D.M.: Mi-aș dori să fie mult mai modern în ceea ce privește dotările. Sunt multe lucruri care ar trebui realizate. Am văzut că există un proiect de arhitectură, sper să câștigăm concursul și să putem să terminăm acest proiect, pentru că sunt multe lucruri foarte frumoase în cadrul acestuia. Bineînțeles, mi-aș dori să avem mult mai multe proiecte Erasmus, suntem abia la început, să putem ieși în lume, să fim văzuți. O mai mare promovare a colegiului...

Dragoș: Deschidere, în general.

D.M.: Da, deschidere către noi colaborări, atât cu școli din străinătate, cât și cu școli din țară. Mi-aș dori pe lângă dotări, v-am spus, să fim prezenți în acțiuni de voluntariat, în acțiuni de ecologizare. Dorința mea este să creăm chiar un concurs care să aparțină școlii noastre, care să facă parte din calendarul de concursuri și prin care la noi să vină alte școli. Mă gândisem inițial să-i dăm numele tot Iancu de Hunedoara, dar să fie pe secțiuni de literatură...

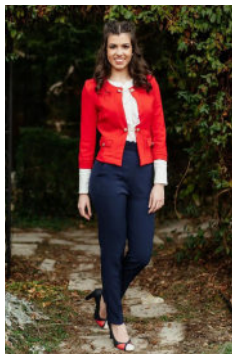
Dragoș: Ceva care să fie doar al nostru.

D.M.: Da, să fie doar al nostru, și prin asta să ne promovăm la nivelul întregii țări.

Dragoș: Mulțumim!

Riana: Vă dorim succes în realizarea tuturor obiectivelor!

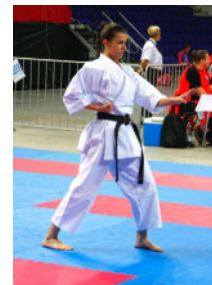




Interviu cu Diana Tatoi

studentă la psihologie și campioană mondială de karate WUKF

„...la toate evenimentele care m-au definit ca persoană mă raportează atât la experiența ca elevă, cât și la cea de sportivă.”



Cătălina Moldovan

Cătălina: Cât timp ai studiat la Colegiul Național „Iancu de Hunedoara”?

Diana: Am studiat acolo timp de 8 ani, în gimnaziu și liceu.

Cătălina: Ce activități extracurriculare ai urmat pe parcursul liceului?

Diana: Fiind sportivă de performanță și membră a lotului național de karate WUKF, programul meu a fost și este unul foarte aglomerat. Ca urmare, toate activitățile mele au legătură numai cu școala și cu sportul.

Cătălina: Care sunt cele mai mari realizări ale tale, la care colegiul a contribuit?

Diana: Una dintre cele mai mari realizări ale mele este admiterea cu notă maximă la Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației din cadrul Universității Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, la specializarea Psihologie. În urma colaborării cu domnul profesor Lucian Maier și datorită ajutorului oferit, am reușit să obțin locul 1 la olimpiada județeană de psihologie. Acest premiu mi-a asigurat intrarea la facultatea și specializarea dorită.

Cătălina: Care a fost procesul de alegere a facultății la care ești?

Diana: Asemenea majorității elevilor, procesul de alegere a facultății nu a fost unul ușor. Până în clasa a XI-a voiam să studiez dreptul la Cluj, dar în acea perioadă au avut loc o serie de evenimente care mi-au determinat traseul profesional ales. Exemplificând, în clasa a XI-a am intenționat să îmi continui studiile în străinătate, însă ar fi fost dificil acest lucru pentru mine din vaste motive: aș fi fost departe de familie și de prieteni, aș fi pierdut poziția pe care o aveam în lotul național și nu doream acest lucru. Când am conștientizat faptul că nu era tocmai un demers ușor, am început să îmi caut alternative. În urma unor discuții cu o serie de persoane de referință pentru mine, am ajuns să îmi dau seama că am câteva „inclinații” spre acest domeniu. În plus, întotdeauna mi-a plăcut psihologia și am fost curioasă să aflu ce stă în spatele diferențelor interindividuale.

Cătălina: Ce materii și profesori consideri că te-au ajutat atât de plan academic, cât și pe plan personal?

Diana: Dacă mă raportează la întrebarea despre materii, toate disciplinele principale de profil (româna, istoria, engleza, psihologia și sociologia) mi-au plăcut, am învățat cu drag la ele și cred că fiecare a contribuit într-un fel sau altul la evoluția mea academică. De asemenea, cred că fiecare profesor m-a ajutat și a avut un impact semnificativ în dezvoltarea mea personală și în traseul meu educațional; de la fiecare am avut lucruri frumoase și esențiale de învățat. Dacă trebuie să menționez câțiva profesori, aș spune că domnul profesor Maier a avut cea mai importantă influență în ceea ce privește dezvoltarea mea personală și evoluția mea academică: de la acesta nu numai că am învățat foarte multe lecții de viață, aspecte importante despre realitatea și lumea în care trăim, dar și informații esențiale

despre domeniul în care vreau să profesez în viitor și despre care învăț la facultate. De asemenea, datorită doamnei profesoare Viță Loredana mi-a plăcut istoria, am învățat cu drag la materia dânzei și am reușit să obțin nota maximă la examenul de bacalaureat. Datorită doamnelor profesoare Lazăr Valeria și Părău Cristina am îndrăgit limba și literatura română, am citit cu plăcere tot ceea ce mi-au propus. Profesori precum doamna Opreșan, doamna Marinescu, doamna Preda, doamna Albuțiu, doamna Petruțiu, doamna Lazăr, domnul Lazăr, domnul Trăilă, doamna Sopincean, și nu numai, m-au ajutat și îndrumat întotdeauna când am avut nevoie.

Cătălina: Dacă ai putea, ce ai schimba la colegiul nostru?

Diana: Sincer, nu știu ce să răspund, fiindcă așa cum învăț în prezent la facultate la modulul psihopedagogic, este dificil să implementezi lucruri noi în școală, căci de multe ori aceste schimbări sunt dependente de o serie de factori, precum: sistemul educațional, resursele financiare, disponibilitatea resurselor existente deja în școală.

Cătălina: Dacă te-ai întoarce în timp ai face ceva diferit în perioada liceului?

Diana: Nu, consider că tot ceea ce am făcut, fiecare efort depus și fiecare eveniment trăit, m-au ajutat să ajung unde sunt acum și mi-au creionat personalitatea, aptitudinile și caracterul pe care le prezint în viața de zi cu zi.

Cătălina: Ce sfaturi le-ai oferi elevilor de liceu?

Diana: Dacă ar fi să dau un sfat, aș recomanda să încercați să vă implicați în cât mai multe activități posibile, care să vă ajute să evoluati ca persoane, atât pe plan academic, cât și pe plan personal. Această perioadă a liceului și mai târziu studiile superioare vă vor supune la multe provocări care, dacă veți reuși să le faceți față, vă vor ajuta să deveniți cea mai bună versiune a voastră.

Cătălina: În afară de educația pe care liceul ți-a oferit-o, cum crezi că a contribuit experiența liceului la formarea ta ca persoană?

Diana: Nu cred că pot să mă raportează la ceea ce înseamnă formarea mea ca persoană strict la experiența mea din timpul liceului, doar ca elevă. În retrospectivă, la toate evenimentele care m-au definit ca persoană mă raportează atât la experiența ca elevă, cât și la cea de sportivă. Perioada din timpul liceului m-a pregătit pentru perioada de studenție, m-a responsabilizat și ajutat să îmbin școala cu cariera sportivă.

Cătălina: Ce sfat al profesorilor din colegiu crezi că te-a ajutat cel mai mult până acum?

Diana: Un sfat pe care îl respect și de care țin cont și în prezent este cel primit de la doamna profesoară Viță și de la domnul profesor Maier, în care mă îndrumau să mă implic în toate activitățile posibile; aceștia m-au ajutat să conștientizez că trebuie să ies din zona de confort și să accept provocări pentru a putea evolua.

Cătălina: Îți mulțumesc!

Rezultate obținute de elevii calificați la Etapa Națională în anul școlar 2021-2022

Când ne pregătim pentru un concurs, elevi și profesori, formăm o echipă. Trecem împreună prin muncă, emoții, bucurii și speranțe, uneori dezamăgiri. Chiar dacă ne oprim la „județeană”, privim cu hotărâre la etapa de pregătire ce va urma peste un an. Secretul succesului este perseverența. Secretul devenirii noastre este munca, cu pasiune pentru cunoaștere. Felicitări tuturor elevilor care au reprezentat în acest an școlar Colegiul nostru la Olimpiadele și Concursurile școlare.

OLIMPIADA DE LIMBA ȘI LITERATURA ROMÂNĂ

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Niță Renate Anamaria	VIII A	Premiul II	participare	Scurtu Delia
Lugojan Alexia	IX A	Premiul I	participare	Scurtu Delia

OLIMPIADA DE LINGVISTICĂ „SOLOMON MARCUS”

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Orzan Teodora	VIII A	Premiul I	Mențiune onorabilă	Scurtu Delia

OLIMPIADA NAȚIONALĂ INTERDISCIPLINARĂ DE LIMBA ȘI LITERATURA ROMÂNĂ ȘI RELIGIE „CULTURĂ ȘI SPIRITUALITATE ROMÂNEASCĂ”

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Todiraș Antonia	V A	Premiul I	Premiul II și Premiul Special pentru Creativitate	Lazăr Valeria și Andrei Ramona

OLIMPIADA DE LIMBA ENGLEZĂ

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Iacob Șerban	X C	Premiul I	mențiune	Kiss Irma
Cumpănașu Cătălina	XII A	Premiul I	participare	Kiss Irma

OLIMPIADA DE ISTORIE

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Pogan Bianca	XII D	Premiul I	Participare	Vîtcă Loredana

OLIMPIADA DE GEOGRAFIE

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Chirițoiu Ana	VII A	Premiul I	Premiu special SRG	Sopincean Mihaela
Șoie Andreea	IX A	Premiul I	Premiul I	Sopincean Mihaela
Georgiu Ionuț Andrei	XII A	Premiul I	Marele premiu al Olimpiadei	Sopincean Mihaela

ȘOIE ANDREEA – Clasa a IX-a A - PARTICIPARE LA OLIMPIADA EUROPEANĂ DE GEOGRAFIE

OLIMPIADA DE MATEMATICĂ

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Lazăr Ovidiu Marian	IX A	Premiul I	Medalia de argint și MENȚIUNE M.E.	Bălășoiu Valentina

Elevul **LAZĂR OVIDIU** din clasa a IX-a A calificare în lotul lărgit pentru **OLIMPIADA INTERNAȚIONALĂ DE MATEMATICĂ**

OLIMPIADA DE CHIMIE

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Șoie Andreea	IX A	Premiul I	participare	Petruțiu Ileana

OLIMPIADA DE RELIGIE

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Todiraș Antonia	V A	Premiul I	Loc 21	Andrei Ramona

OLIMPIADA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT - O.N.S.S.

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Echipa handbal-baiieți-liceu	IX-XII	Premiul I	Locul V	Mariș Cristina
Toma Ioana - cros	IX D	Loc I	Loc 22	Bucur Florin

CONCURSUL NAȚIONAL TRANSDISCIPLINAR „IONEL TEODOREANU”

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Niță Renate	VIII A	Premiul II	Premiul special	Scurtu Delia

CONCURSUL NAȚIONAL TERRA

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Faiger Ioan	a V-a		Premiu special SRG	Sopincean Mihaela
Apostol Petra	a VII-a		Mențiune SRG	Sopincean Mihaela
Țolaș Darius	a VIII-a		Mențiune	Sopincean Mihaela

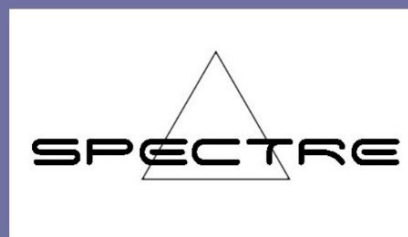
CONCURSUL DE ROBOTICĂ NEXTLAB.TECH -2021

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Stoica Andrei	VIII A		Premiul I	Băncușel Olguța

CONCURSUL NAȚIONAL DE ISTORIE „VASILE PÂRVAN”

Numele și prenumele elevului	Clasa	Locul obținut la faza		Prof. îndrumători
		județeană	națională	
Orzan Elena	VI A		Premiul III	Nicula Ioana
Coroescu Maia	VI A		Mențiune	Nicula Ioana

Începând cu numărul următor ne vom numi:



Numărul va conține:

Teme legate de discriminările sociale

The Song of Achilles

Arhitectura Hunedoreană

+ multe altele



ISSN 2558-8494
ISSN-L 2558-8494