ANUL VIII

Nr. 17

APRILIE, 2019

TORNA, TORNA, FRATRE!



REVISTA

LICEULUI SPECIAL PENTRU

DEFICIENȚI DE VEDERE BUZĂU

"TORNA, TORNA, FRATRE!"

În cronicile învățaților bizantini Theofanes Confesorul (m. 818) şi Theophylact Simokattes (sec. VII) întâlnim prima atestare a unei rostiri româneşti - Torna, torna, fratre!- din anul 587 în timpul domniei lui Mauricios, împăratul Bizanțului (582-602).

Preluând informaţiile date de către cei doi cronicari, cărturarul ardelean Gheorghe Şincai precizează sensul acestor cuvinte în lucrarea "Hronica românilor şi a mai multor neamuri": "Pentru că picând gios povara de pre oarecare dobitoc al unui ostaş, alt ostaş în limba părintească au strigat pre stăpânul dobitocului să rădice povara cea căzută zicând: "Torna, fratre!"(adică: întoarnă-te, frate!), ci stăpânul catârcului n-au auzit cuvântul, dar auzindu-l ceilalți ostaşi şi gândind că nemicii îi împresoară, au început a fugi strigând: "Torna, torna! "

Revista Torna, torna, fratre! acordă acestor cuvinte şi conotaţii metaforice: întoarcerea la valorile străbune ale poporului roman, la adevăr, la prietenie, la onestitate, la ceea ce este frumos, la candoare şi, nu în ultimul rând, la cinstirea limbii române.

Prof. C-TIN VRÂNCEANU

CUPRINS

I. EDITORIAL

Învățământul special în an centenar.....4

II. ÎNCERCĂRI LITERARE

Ce înseamnă să fi bătrân…….....5

Sportul în viața copilului nevăzător……6

Aș vrea să fiu un soare.....…….....7

Testul cel mai greu.....…….....8

Împreună pentru pace.....*8*

Violența la sate.....…….....8

Prietena mea……..…….....9

Viitorul păcii.....9

Leul și vulpea.....10

Iubește.....11

Plânge sufletul.....12

Călduroasă primăvară.....12

Călătorie în Transilvania.....13

III. DOCUMENTAR

Supraviețuirea 17

IV. CONCURSURI, PROIECTE, PARTENERIATE

Mamea mea.....19

Îți mulțumesc, mamă…….....19

CLIMB AGAIN…… ..20

Violența……..……..22

Șase probe haioase pentru olimpiadă……..23

V. MISCELLANEA

Lecție de prim ajutor.....24

Despre igienă.....25

Ce înseamnă să fi bătrân

Termenul de bătrân a fost folosit din cele mai vechi timpuri. Acesta era folosit pentru a desemna o persoană trecută prin viață, înțeleaptă. Astăzi tot ce s-a schimbat la acest termen este valoarea. Unii oameni de știință spun că "bătrânețea este o stare de spirit și nimic mai mult". Ei își afirmă teoria pe baza faptului că unii bătrâni sunt mai *tineri* decât tinerii din ziua de azi, iar tinerii pot fi la fel de bătrâni psihic ca și un bătrân. Ceea ce afirmă ei este adevărat, deoarece lucruri chiar se întâmplă. Sunt bătrâni din toate țările, olimpici la alergare, la forță și chiar la agilitate, și de asemenea, sunt și tineri cu o gândire înaintată, care au harul sfătuirii.

Ce însemnă a fi bătrân? Pentru noi, tinerii, este foarte greu să gândim această problemă. Putem vedea cum sunt, dar nu putem înțelege cum simt. Putem empatiza cu orice stare de spirit, dar nu cu aceea de a fi bătrân. Pentru că este o stare ce ne cuprinde și pe care nu o putem cuprinde la rândul nostru. Este acea stare pe care o ai după ce ai trecut prin momentele importante ale vieții, prin vârstele ei. Ai consumat energiile necesare trecerii fiecărei etape, ai cunoscut, ai experimentat, te-ai ridicat, ai căzut și te-ai ridicat din nou. Iar acum stai și-ți amintești. Zâmbești la încercările, frământările, dramele celor tineri. Tu știi că toate trec...

Se spune că a fi bătrân este o stare de spirit, iar dacă este o stare de spirit însemnă că o poți avea oricând, după ce treci de un nivel de maturitate, bineînțeles. La fel, și a fi tânăr este o stare de spirit. Contează ceea ce ți se întâmplă, oamenii care te înconjoară și te trag mai mult spre o stare sau alta, dar contează și felul tău de a fi, de a vedea viața, de a aborda problemele.

Poți fi tînăr dar te poți simți bătrân, obosit. Ai trecut prin atâtea întâmplări, încât nimic nu te mai surprinde. Ai cunoscut mulți oameni, încât nimeni nu ți-ar mai putea spune ceva nou. Ai consumat etapele mai repede. Te-ai consumat, te-ai zbătut și ai ajuns pe cele mai înalte vârfuri, dar acum te lași încet, în jos. Ai ajuns la concluzia că ai experimentat totul, că ai trecut prin experiențe multiple care te-au maturizat.

A fi bătrân înseamnă să fii o persoană plină de povești și amintiri atât de amuzante, care plac nepoților, dar și mai puțin plăcute.

Să vorbim un pic și despre bătrânețea trupului adică despre procesul biologc. Odată ce ajungi la vârsta a treia începi să obosești mai repede, să vezi mai slab, adică trupul slăbește deoarece el este muritor; și sufletul îmbătrânește, dar spre deosebire de trup el nu moare.

Odată cu înaintarea în vărstă, începi să conștientizezi faptul că fiecare zi este din ce în ce mai prețioasă. Așa că, iubiți-vă bunicii și prețuiți fiecare zi.

Avram George, clasa a XII-a

Autoportret

Numele meu este Ștefania și sunt elevă în clasa a XI-a la Liceul Special pentru Deficiențe de Vedere din Buzau. Eu sunt o fată inteligentă, timidă, veselă, optimistă, energică, matură. Pasiunea mea cea mai mare și totodată lucrul ce mă reprezintă cel mai bine pe mine este muzica. Dacă aș fi întrebată ce mă definește, singurul răspuns care ar fi valid în cazul meu ar fi faptul că muzica mă definește. Eu sunt o fată slabă, înaltă, cu părul brun, simplă, modestă, sinceră. O altă pasiune care mă reprezintă este gătitul pentru că eu, când eram mai mică, îmi petreceam mult timp în bucătărie, ajutând-o pe mama. Iar atunci când am mai crescut am descoperit că un alt lucru care îmi place și mă reprezintă este lectura cărților. Acum consider că această pasiune mă ajută foarte mult fiindcă îmi stimulează creativitatea, gândirea, mă dezvoltă personal. Sunt o persoană sufletistă, care se bucură atunci când poate ajuta pe cineva. Noua mea pasiune, pe care am descoperit-o recent este vloghingul, care acum este o pasiune comună cu foarte multe persoane. Aceasta constă în filmarea unui vidoclip pe care mai apoi îl editezi, iar apoi îl postezi pe canalul tău de youtube. Eu sunt o persoană cu un caracter puternic dar, totodată, o fire foarte sensibilă. Iată, pe scurt câteva din lucrurile care mă reprezintă pe mine.

Popa Ștefania, clasa a XI-a

Sportul în viaţa copilului nevăzător

Sportul face parte dintr-o viaţă sănătoasă indiferent de vârsta pe care o ai – pentru noi copiii nevăzători, însă, este cu mult mai important pentru faptul că nu ne putem deplasa singuri în spații necunoscute și ca atare depindem de o altă persoană.

Mulți dintre colegii mei se eschivează de la orele de sport și chiar de la ieșirile în curtea școlii sau în parc preferând să stea pe internet. Din păcate și părinții preferă să țină copilul la televizor sau pe internet. Mulţi părinţi nu realizează cât de mult greşesc lăsând copiii să facă acest lucru. Cei mai mulţi consideră că pur şi simplu vremurile se schimbă şi este mai sigur pentru cei mici să stea pe internet sau la televizor toată ziua decât să existe pericolul să fie accidentaţi jucându-se pe stradă. Din păcate, această gândire nu este deloc sănătoasă pentru copil, motiv pentru care introducerea sportului în viaţa copilului tău este necesară. Iată numai câteva dintre beneficiile practicării sportului de către copii: dacă copilul face sport de mic, riscul de a se îmbolnăvi la maturitate este mai mic; în timpul sportului creierul se oxigenează mai bine; făcând sport copilul devine mai responsabil și își poate face prieteni de vârsta lui cu pasiuni asemănătoare; învață să se descurce în situații neprevăzute. Dacă un copil face sport de mic, riscul de a se îmbolnăvi la maturitate de boli grave de inimă sau de diabet este mai scăzut.

În școala noastră se practică sportul foarte mult sub supravegherea profesorilor. Tipurile de sport practicate la noi în școală sunt: goolbal, fotbal, șah, popice, atletism etc. Sportul este domeniul care ne ajută la dezvoltarea organismului; toţi oamenii care fac sport sunt mulţumiţi şi sănătoşi. Gimnastica este unul dintre cele mai importante module ale sportului, gimnastica medicinală este recomandată pentru oamenii care au probleme cu oasele, picioarele, mâinile, iar pentru persoanele cu resturi de vedere mai sunt: tenissde masă, pinpong, fotbal, tenis de câmp. Dintre toate sporturile menţionate mai sus, mie îmi place cel mai mult goolbalul şi fotbalul pentru că suntem mult antrenaţi şi se organizează concursuri şi diferite competiţii.

La noi în şcoală anul trecut s-au organizat mai multe concursuri între echipe de gotball la care am participat și eu împreună cu colega mea Georgiana. În funcţie de punctaj s-au distribuit premii. Echipa mea a obţinut premiul 3.

Mi-ar plăcea ca şi anul acesta să câştige tot echipa mea şi să se organizeze competiţii şi cu alte şcoli, nu numai între noi.

Simionescu Angelo, clasa a VII-a

Aș vrea să fiu un soare

Mulți dintre oameni ar vrea să fie altceva decât ceea ce sunt, iar eu tot om fiind aș vrea să fiu un soare. De ce aș vrea să fiu un soare? Pentru că soarele știe adevărata istorie a pământului, nu cea scrisă de om care poate fi sugestivă. Soarele are un rol important în dezvoltarea vieții pe pământ. Dacă aș fi soare, aș încălzi și mângâia cu razele mele toată creația lui Dumnezeu. Aș pătrunde cu lumina mea în sufletele triste și întunecate de supărare. Cu razele mele aș lumina gândurile rele ale oamenilor. Aș face din norii pufoși așternut picioarelor voastre pentru a ajunge până la mine. Dacă aș fi un soare, aș colinda cerul în lung și în lat și tot pământul, aș săruta munții și aș face horă cu toate plantele. Dacă aș fi un soare, aș fi admirat de toată suflarea, iar eu le-aș zâmbi cu duioșie. Le-aș spune cele mai frumoase basme copiilor și cele mai zbuciumate povești animalelor. Aș privi ropotul izvoarelor și le-aș asculta doinele, m-aș juca cu păsările, aș înfrunta baba iarnă atunci când se ambiționează să mai rămână să supere oamenii cu gerul ei. Acolo unde aș vedea războaie, i -aș topi cu căldura pe războinici până când ar înceta lupta. Atunci când aș obosi, m-aș retrage în casa mea de pe cer și aș lăsa luna să-mi ia locul.

Ce bine este să fi soare!

Ursu Nicoleta, clasa a IX-a

Testul cel mai greu

Am dat testul la mate
L-am luat cu notă mare.
L-am dat și la română
Și l-am luat cu notă bună.
Am trecut de geografie,
De fizică și chimie.
Însă testul cel mai greu
Pe care îl pic mereu
Este testul în IUBIRE
De care am multă prețuire.
Să iubesc am reușit
Tot pe cei ce m-au iubit.
Cât m-aș strădui în viață,
Inima este tot de gheață.
Să iubesc nu am reușit
Pe cei care m-au rănit.

Ilie Georgiana, clasa a VII-a

ÎMPREUNĂ PENTRU PACE

Dacă planeta noi o iubim,
Împreună trebuie să fim.
O pace de durată vrem să clădim,
Iar războaiele să le oprim.

Noi trebuie să triumfăm,
Pentru pace să luptăm,
Iar viaţa să ne-o apărăm
Pacea toţi s-o practicăm!

Leca Narcisa Cristiana, clasa a VI-a

Violența la sate

În România, pe la sate,
Violența des se abate.
Alcoolul este vinovatul.
Că nu le dă de muncă statul.

Bărbații beți vin
De garduri ei se țin
Acasă cu greu sosesc
Pe copii ei îi lovesc.

Omul bun și delicat
Dacă s-a îmbătat
Fac gesturi ce nu au decență
Chiar și acte de violență.

Băutură să consumați
Doar la masă, cât mâncați!
Mereu să fiți cumpătați,
Familia să o protejați!

Tofan Georgiana, clasa a IX-a,



Ţara mea

Am o ţară, România,
Îmi iubesc ţara şi glia!
România are-un steag
Pe care îl port cu drag!
România are-un imn.
Sărbătorile chiar vin.
România are-o lege,
Toată lumea o-nţelege.
E o mare sărbătoare.
Eminescu chiar nu moare.

Dogaru Adelin, clasa a V-a

Vii-

Prietena mea

O prietenă am și eu,
Noi ne ajutăm mereu,
E frumoasă foc,
Și o pun pe primul loc.

E brunetă cu ochi căprui,
Pe față nu are deloc pistrui,
Și părul plin de cârlionți
Ne este dragă la toți.

Ne-am împrietenit...ce bine!
Și ajutăm pe oricine.
Acum suntem ca două surori,
Peste tot facem furori....

Rusu Florentina, clasa a VIII-a

torul Păcii

Pacea este armonia dintre oameni, este armonia dintre popoare. Mai mult decât atât, pacea deplină o simți atunci când ești împăcat cu Dumnezeu. Se spune că pacea adevărată este rezultatul a trei componente: pacea cu Dumnezeu, pacea cu oamenii și pacea cu tine. Pentru a fi în pace cu Dumnezeu trebuie să împlinești poruncile Lui: să-L iubești pe Dumnezeu mai mult ca pe oricine, să-ți iubești aproapele ca pe tine însuți, să-i iubești pe dușmani, să nu te mânii, să nu urăști etc. Pentru a fi în pace cu oamenii trebuie să-i accepți pe cei de lângă tine așa cum sunt, să reușești să stingi conflictele interioare și exterioare și să nu impui altora ideile tale. Pacea cu semenii presupune iubire. Când nu mai ai în tine ură, gelozie, resentimente, în suflet vine și se înstăpânește iubirea, reușești să-i iubești pe toți chiar dacă ți se par imperfecți, realizezi că și tu ești la fel. De fapt, percepția legată de un om poate fi diferită de la un moment la altul, iar ceea ce vedem rău în celălalt este de fapt rezultatul a ceea ce este în noi.

II. ÎNCERCĂRI LITERARE

Peste tot se vorbește despre pace, dar de fapt nu se pune în practică. De multe ori ajungem să ne supărăm pentru motive minore.

După mine soluția ar fi să-l respectăm cu adevărat pe celălalt, să-i respectăm felul de a fi, individualitatea. Fiecare din noi avem impresia că ceea ce facem este cel mai bine și dorim să-l ducem pe cel de lângă noi pe calea noastră. Multe conflicte apar ca urmare a acestei atitudini.

Pentru a avea pacea adevărată trebuie să ne acceptăm și să ne iubim într-o oarecare măsură și pe noi înșine. Nu vorbesc de o iubire egoistă, narcisistă, ci trebuie să vedem în noi, ca și ceilalți, o creație a lui Dumnezeu, să iubim în noi pe Dumnezeu. De multe ori în noi sunt multe conflicte ascunse care izbucnesc uneori, alteori rămân în subconștient creînd acolo adevărate "buboaie". Trebuie să ne străduim să le aducem în sfera conștiinței, să le exteriorizăm și să le gonim din sufletul nostru. Când te eliberezi de tot răul din tine, nu o să mai vezi răul nici în cel de lângă tine. Atunci vei avea pacea deplină, pe toți oamenii îi vei vedea buni, nu îi vei mai judeca.

Concluzie:

„Pentru cei răi nu este pace, zice Dumnezeul meu.“

Omul se află în război cu Dumnezeu şi, din cauza aceasta, trăieşte într-o teamă continuă, dincolo de toată dezvoltarea tehnicii sale. Se vorbeşte despre pace şi se depun eforturi pentru obţinerea ei, dar, atât timp cât omul nu are pacea lăuntrică, nici pacea exterioară nu va fi cunoscută pe pământ.

Dacă tot omul s-ar elibera de resentimente, de egoism, de invidie, de răutate sunt sigur că ar fi pace pe pământ. Din păcate omul dorește mai mult decât îi trebuie, râvnește la bunul altuia, îi place să stăpânească și peste ce nu este al lui și de aici se ajunge la conflicte între oameni și mai departe la conflicte între popoare.



Simionescu Angelo Sebastian, clasa a-VII-a

LEUL ŞI VULPEA

Dimineața pe răcoare
Leul făcea înviorare
A văzut vulpea șireată
Cu gura plină de pradă.
Furios a întrebat:
-Zi de unde ai furat?
-N-am furat, stăpâne leu!
Pot să-ți jur pe puiul meu.
-Tu, ce fel de mamă ești
Dacă pui străini răpești?
Acum nu am mai furat,
Dar găina mi i-a dat.
Leul vrând s-o potolească
Hotărî s-o pedepsească.
Vulpea era la vânat,
Iar leul a atacat.
I-a dat foc la vizuină,
pentru puii de găină,
Pentru tot ce a avut
și nu i-a aparținut.
Acolo, în vizuină
Deși nu erau de vină,
Puii ei nu s-au salvat…
Pe loc sufletul și-au dat.

Morala: Ce ție nu-ți place, altuia nu-i face.

Tofan Georgiana, clasa a IX-a



Iubește

Iubește-ți țara,
Iubește-ți pământul,
Iubește-ți vioara,
Iubește-ți cuvântul!

Iubește-ți neamul,
Iubește-ți familia,
Iubește tot omul,
Iubeșe-ți glia!

Iubește-ți tradiția,
Iubește cerul,
Iubește-ți credința,
Iubește-ți graiul!

Iubește-ți sfinții,
Iubește-ți steagul,
Iulește-ți străbunii,
Iubește-ți românul!

Ilie Georgiana, clasa a VII-a



Plânge sufletul

De ce plângi suflete
Și de ce ești abătut?
Ce anume te frământă,
Și de ce ești așa tăcut?

După ce suspini mereu,
După cine zilnic tânjești?
Unde fugi așa departe
Și cu nimeni nu vorbești?

Plâng adesea după omul
Bun, curat și credincios,
După omul simplu în toate,
După omul cel milos.

Plâng adesea după omul
Inocent cu chip frumos,
După omul care-odată
Avea chipul îngeresc.

De ce plangi, tu, suflete?
După ce anume tânjești?
Ce anume te apasă
Și cu mine nu vorbești?

Tu, curat și luminat
Oare la ce te gândești?
La problemele din viață?
La oamenii ce-i urăști?

Dorul își spune cuvântul
Iar tu nu te stăpânești.
Tu te zbați să trăiești cu gândul
Dar în lacrimi izbucnești.

Ilie Georgiana, clasa a VII-a

Călduroasă primavară

Călduroasă primăvară
Ai venit pe la noi iară.
Bun venit, mărite soare!
Hai să facem mărțișoare!

Floricică parfumată,
Scoate capul, nu-i zăpadă!
Ghiocei și mii de stele
Pentru ziua mamei mele.

Tofan Georgiana, clasa a VIII-a



Călătorie în Transilvania

Suntem în anul 2060, în a doua jumătate a secolului XXI. La acea dată, Istanbulul era centrul aristocrației turcești și totodată, Mecca modernă. Atât în partea europeană cât și în cea asiatică a orașului, vedeai la tot pasul moscheile mărețe și palatele miliardarilor turci.

Suntem în casa lui Orhan Yeter, un miliardar ce avea foarte multe afaceri în Turcia și în regatul României, țară cu care Turcia se învecina și cu care avea o relație diplomatică foarte strânsă.

La cei patruzeci de ani ai săi, domnul Yeter arăta cu zece ani mai tânăr. Înalt, slab, cu ochii căprui, tuns scurt și cu o mustăcioară neagră, domnul Yeter era un adevărat magnet pentru fetele tinere. Orice fată și-ar fi dorit să-l aibă o noapte în patul ei. Lui însă, nici nu-i păsa. El avea ochi doar pentru Laila, soția și comoara sufletului său. Doar ea avea voie să-i admire frumusețea, doar ea avea voie să-l atingă, el era al ei și ea a lui. Pentru el nu contau conturile îndesate cu miliarde de lire turcești, cea mai de preț bogăție a lui era Laila și atât. Nu vroia să audă de alte femei.

Doamna Yeter, o femeie de 38 de ani, arăta și ea cu 10 ani mai tânără. Înaltă, slabă, cu fața și mâinile catifelate și cu părul blond și lung până la brâu, punea foarte mult accent pe frumusețe și își etala formele de fiecare dată când avea ocazia. Pe stradă, băieții întorceau capul după ea și se uitau mai ceva ca la un diamant, dar ea avea ochi doar pentru Orhan al ei.

Domnul și doamna Yeter aveau mai multe pasiuni în comun, una dintre ele fiind învățarea limbilor străine. El vorbea foarte bine germana, olandeza, engleza și româna, iar ea vorbea indiana, chineza și japoneza.

Este ziua de naștere a domnului Yeter. Și-o serbează în casa sa alături de soție și de câțiva prieteni de familie, pe care îi vom prezenta acum.

Karl Eick este un jurnalist turc de origine austriacă, ce s-a convertit în copilărie la islam împreună cu părinții săi și s-a stabilit în Turcia, pentru că în țara sa natală nu existau moschei. El lucrează ca redactor - șef la ziarul „Vocea Austriei”, redactat în turcă și în germană. Este căsătorit cu Adriana, o scriitoare turcoaică de origine română.

Baart Simons este un programator olandez pasionat de călătorii și de cultura românească. Poeții lui preferați sunt Mihai Eminescu și George Bacovia.

Roberto Zanella este un cunoscut rapper italian. Îi plac călătoriile și este un colecționar de ceasuri cu pendulă și de cutiuțe muzicale.

Bill Jackson este un politician, istoric și profesor universitar american. Are o mare pasiune pentru istoria românilor.

Cristi Ionescu este un șofer român de cursă lungă. Călătoriile sunt pentru el activități de rutină. Lucrează la „Trans-Turcia”, o companie de transport ce funcționează pe teritoriul Turciei, al cărei acționar este și statul român.

- Merhaba, dragii mei prieteni, mă bucur să vă văd. Luați loc și simțiți-vă ca acasă!

- Bine te-am găsit, Orhane! La mulți ani și să-ți dea Allah tot ce-ți dorești!

- Vă mulțumesc pentru gândurile bune prieteni. Dar, ce aș mai putea să-i cer lui Allah când am de toate? Bani, case, afaceri și cel mai important, o am pe Laila, o adevărată regină a frumuseții.

- Dragul meu Orhan, mă faci să roșesc.

- Lasă, draga mea, ce-i al tău, e al tău.

- Orhane, mare noroc ai avut. Asemenea flori rare, greu se găsesc. La soare te poți uita, dar la ea ba.

- Mie-mi spui, dragă Baart.

- E bellissima! Mi-aș fi dorit ca o asemenea zeiță să se fi născut sub cerul Italiei mele.

După câteva minute, Laila se întoarce cu un platou plin cu baclavale și alte bunătăți. După ce au mâncat cu toții pe săturate, au început să citească un exemplar din cel mai recent număr al ziarului „Vocea Austriei” și să discute pe tema subiectelor abordate acolo.

- Prieteni, ia uitați ce articol interesant am găsit aici! Este intitulat „Bran, castelul bântuit de fantome”. O să citesc puțin din el:

„În România există un castel bântuit de fantome și spirite malefice. Poartă numele de Bran și a fost reședința reginei Maria a României. După anul 1950 a fost transformat în muzeu și veneau foarte mulți vizitatori români și străini. La data de 1 iulie anul curent, în timpul unei vizite a unui grup de turiști maghiari, a avut loc un fenomen straniu. O lumină verde a invadat tot castelul, iar grupul de turiști împreună cu muzeograful Eleonora Coman au dispărut pur și simplu, parcă i-ar fi înghițit pământul. De atunci, camerele de supraveghere ale castelului înregistrează tot felul de zgomote ciudate, deși de la incident nu a mai pus nimeni piciorul acolo. Vă vom ține la curent cu acest subiect și în edițiile viitoare”.

- Mi se face pielea de găină.

- Știu Bill, îmi vine și mie greu să cred așa ceva, deși eu am scris articolul.

- Cum ai aflat toate asta Karl?

- Dragul meu Orhan, un turist austriac a sunat la redacția ziarului și ne-a spus că a fost în România și că ar fi auzit de la localnici toată grozăvia asta. O echipă de - a noastră a fost acolo să facă o anchetă jurnalistică și același lucru ni s-a spus și nouă.

- Io non posso parlare turco bennissimo, dar vreau să vă spun că aș vrea să facem o călătorie prin minunata Transilvanie. Ce ziceți?

- Eu unul sunt de acord cu tine, dragă Roberto.

- Știam eu Baart, doar ești pasionat de călătorii.

- Eu sunt șofer de cursă lungă, călătoriile sunt activități din viața de zi cu zi.

- Și eu aș merge cu voi, o să mai adun informații pentru articolele pe acest subiect pe care urmează să le public în numerele viitoare.

- Dacă voi mergeți, merg și eu!

- Bravo Orhane, așa te vrem.

- Dragul meu, nu crezi că e cam periculos? Cu fantomele nu e de glumit.

- Stai liniștită, draga mea, o să am grijă. Dar, de ce să stai singură acasă? Hai și tu cu noi.

- Vin, desigur.

- Prieteni, acum zic să mergem fiecare la casele noastre și să ne pregătim de drum, mâine pornim. La ora zece dimineața ne întâlnim cu toții aici. Cristi o să fie șoferul nostru.

-OK, așa să facem.

Iată-i pe prietenii noștri pornind la drum. După câteva ore de mers cu mașina, au intrat în Bulgaria, un stat ce a fost transformat în provincie și mai apoi într-un departament românesc în 2020 alături de Grecia, Albania, Serbia, Croația, Muntenegru și Boznia și Herțegovina.

După alte câteva ore de mers au făcut un popas în orașul Ruse, pentru că șoferul avea nevoie de odihnă.

În timp ce vorbeau despre una, despre alta, cineva le face semn.

Bună ziua, domnilor! Dați-mi voie să mă prezint. Mă numesc Kostadin Koleev, sunt bulgar și lucrez ca redactor la ziarul „Gândul Bulgăresc”. Eu și Karl Eick ne cunoaștem, suntem buni prieteni. Știu că faceți o călătorie prin Transilvania și vreți să treceți și pe la castelul Bran, am auzit și eu ce se întâmplă acolo. Vreau să vin cu dumneavoastră, să adun mai multe informații pentru ziar.

- Domnule Koleev, văd că vorbești foarte bine turcește. De unde știi dumneata ce vrem noi să facem?

Am vorbit aseară la telefon cu Karl și am stabilit să ne întâlnim aici, îmi cer scuze pentru deranj. Cât despre limbile pe care le vorbesc, știu bulgara, turca, germana și româna, pe care o vorbesc mai stâlcit.

Kostadin, eu îmi cer scuze față de prieteni, am fost prins cu altele și am uitat să le spun că o să vii și tu cu noi.

Nicio problemă, domnul Koleev e invitatul nostru.

Prieteni, știți cât mai avem până ieșim din Bulgaria?

Mai avem puțin, Roberto. După ce ieșim din Ruse intrăm în Giurgiu, de acolo începe departamentul Muntenia.

Înainte să plecăm va trebui să mai luăm niște provizii.

Că bine zici, Cristi, trebuie s-o facem și pe asta. Problema e că eu nu am lei românești, am doar lire turcești.

Nu-i problemă, eu am 100 de euro la mine.

Bine Karl, hai să mergem la magazinul din colț să luăm ceva.

Stați puțin, am și eu 1000 de dolari americani pe card, vin și eu cu voi.

OK Bill, hai cu noi.

După câteva minute, Orhan, Bill și Karl se întorc furioși la mașină.

Fraților, nu avem ce face. Doamna de la magazin nu a vrut să accepte altă monedă, doar leu. I-am spus: „Doamnă, n-am lei.”

Stai Orhane, calmează-te! Eu sunt șofer de cursă lungă și sunt întotdeauna prevăzător. Am la mine lei, euro, dolari, franci, pesos și ce mai vrei tu. N-ar trebui să te enervezi din cauza asta. Noi, românii, suntem la fel de orgolioși ca francezii. Atâta timp cât ești pe teritoriul nostru, trebuie să ne vorbești limba și să folosești moneda națională. Avem și noi o istorie bogată, Bill știe asta.

- Cum să nu știu, doar am studiat istoria voastră timp de 10 ani și trebuie să recunosc că sunt pasionat de ea.

Ionașcu Florian, clasa a XI-a

Supraviețuirea

Aptitudinea de a supraviețui se referă la tehnici pe care o persoană le poate folosi pentru a ajuta alte persoane sau pe ea însăși în diverse situații primejdioase. În general, aceste tehnici au scopul de a asigura necesitățile de bază pentru a susține viața omului: apă, hrană, adăpost, habitat, și nevoia de a gândi clar, de a semnala pentru ajutor, de a călători în siguranță, pentru a ocoli interacțiuni neplăcute cu animale și plante, și de a oferi prim-ajutor. În plus, skill-ul de a supraviețui este un mod prin care omul se poate simți bine perioade lungi de timp în locuri nepopulate. Unii oameni folosesc această aptitudine pentru a aprecia mai bine natura și pentru recreație, nu doar supraviețuire.

Asemenea aptitudini sunt folositoare în situații ca furtuni, cutremure sau în locații periculoase ca deșertul, muntele și jungla. Fiecare mediu sau locație diferită prezintă o serie de pericole unice.

De reținut:

1. Omul nu poate supraviețui mai mult de 3 ore expus la temperaturi scăzute extreme.

2. Omul nu poate supraviețui mai mult de 3 zile fără apă.

3. Omul nu poate supraviețui mai mult de 3 săptămâni fără hrană.

Acestea de mai sus sunt reguli generale, dar sunt dovezi clare că au existat și există oameni ce trăiesc fără apă și mâncare cel putin 40 de zile. Exemple putem găsi la sfinții din Sfânta Scriptură, la monahii din mânăstiri și munțș,oameni pierduți țn deșert, pe insule pustii, sau prinși sub dărâmăturile clădirilor la cutremure.

Cum putem evita situațiile dramatice în caz de calamitate sau alte pericole

Motivele datorită cărora oamenii mor în diverse situații sunt:

- lipsa de informare;

- reducerea capacității de a gândi din cauza panicii;

- echiparea necorespunzătoare (ex: escaladarea munților fără a fi luate măsurile necesare de precauție);

- lipsa trusei de prim ajutor.

În continuare, pentru a evita astfel de situații, vă voi prezenta câteva metode de supraviețuire în diverse medii și situații.

Supraviețuirea în deșert.

Imaginați-vă următoarea situație:

Este aproximativ 10 a.m. pe data de 15 Iulie şi tocmai te-ai prăbuşit în deşertul Sonora din S-V SUA. Micuţul tau avion, conţinând trupurile neînsufleţite ale copilotului şi pilotului, a ars în întregime. Te afli cu circa 90 km. deviere faţă de traseul normal. Cu câteva minute înainte de prăbuşire, pilotul a apucat să îți spună că te afli la circa 100 km N-E de cea mai apropiată aşezare umană.

Te afli într-o zonă aridă, cu câţiva cactuşi. Ultimul raport meteo indică temperatura aerului de 40 de grade Celsius în aer şi 50 grade la sol.

Ești îmbrăcat cu haine uşoare: cămăşă cu mâneci scurte, pantaloni scurţi, şosete şi pantofi sport din piele.

Ceea ce ai putut aduna din buzunarele tuturor sunt 2,83 USD în monede, 85 USD în bancnote, un pachet de ţigări şi un pix.

SARCINA TA

Ai reuşit să salvezi 15 obiecte înainte ca avionul să ardă complet.

Sarcina ta este să acorzi în mod individual punctaje în funcţie de importanţa pe care o dai acestor obiecte pentru supravieţuire (de la 1 – cel mai important obiect, până la 15 – cel mai puţin important).

1. Oglinda cosmetică

Dintre toate obiectele, oglinda este absolut esenţială. Este cel mai puternic mijloc de a vă comunica prezenţa. În lumina soarelui o simplă oglindă poate genera puterea a 5-7 milioane de lumânări. Raza de soare reflectată poate fi văzută dincolo de orizont. Chiar dacă nu aţi avea alte obiecte, aveţi mai mult de 80% şanse de a fi reperaţi şi salvaţi în primele 24 de ore.

2. O jachetă de persoană

Odată ce aţi stabilit un sistem de comunicare prin care să spuneţi oamenilor unde vă aflaţi, următoarea problemă va fi să încetiniţi deshidratarea. 40% din apa din organism ce se pierde prin deshidratare este pierdută datorită respiraţiei şi transpiraţiei.

(Va urma în revista nr 18)

Matei Alexandru, clasa a XI-a

Elevii școlii noastre au participat la concursul regional „PE STRADA COPILĂRIEI” implementat de Grădiniţa cu Program Prelungit Nr. 6 Buzău, în parteneriat cu Grădinița cu Program Prelungit Nr. 18 Buzău, Școala Gimnazială Amaru, jud. Buzău și Grădinița Nr. 1 ”Albinuța”- Balatina, Republica Moldova, concurs înscris în Calendarul concursurilor regionale (Anexa nr. 9 la OMEN nr. 3016/09.01.2019, poziția 545).

Din lucrările elevilor:

ÎȚI MULȚUMESC, MAMĂ!

Îți mulțumesc că m-ai născut
Și cu drag m-ai crescut!
Îți mulțumesc pentru sărutarea
Care mi-o dai la culcare!
Îți mulțumesc pentru grija care mi-ai purtat
Când am stat bolnav la pat!
Îți mulțumesc că nu m-ai părăsit
De câte ori te-am necăjit!
Îți mulțumesc pentru iubirea împărtășită
Zi de zi, clipă de clipă!
Îți mulțumesc că la școală m-ai dat
Să nu rămân needucat!
Îți promit că te voi respecta
Toată viața mea!

Simionescu Angelo, clasa a VII-a

MAMA MEA

Mamă scumpă, ca o floare
Tu ești tare iubitoare,
Mai tot timpul zâmbitoare
Și cu o inimă mare.

Tot ce vreau, îmi dăruiești
Visele mi le-mplinești.
Ai un suflet ca de sfânt
Bucurându-mă oricând.

Ești o clipă de –alinare,
Ești o dulce sărutare,
Ești o pasăre măiastră,
Cu o voce fermecată.

Nu știu cum să-ți dovedesc
Cât de mult te prețuiesc.
Eu îl rog pe Dumnezeu
Să te țină sănătoasă mereu.

Ilie Georgiana, clasa a VII-a

CLIMB AGAIN

În data de 15 decembrie am plecat către București. Era o atmosferă foarte liniștită. Toți eram foarte nerăbdători să ajungem la destinație, iar eu mă vedeam deja cățărată pe un panou de escaladă, sau trecând cu brio peste traseele tirolianei. Eram foarte încântați mai ales atunci când am văzut primii fulgi de zăpadă. Colegii noștri se plictiseau, dar din fericire eu îmi găsisem de lucru compunând poezii alături de o prietenă. După câteva zeci de minute domnii profesori ne-au spus că am ajuns la destinație. Înainte să escaladăm am făcut câteva exerciții de gimnastică. Toți ne întrebam oare când vom începe escaladarea. În sfârșit a sosit și momentul cel mai așteptat. Eu am escaladat aproximativ 5 pereți. După ce ajungeam în vârf aveam câte o surpriză care consta într-o mingiuță care produce un sunet mai ascuțit. Acest sunet avertiza persoanele nevăzătoare că am atins ținta. După 2 ore trebuia să intrăm în Parcul Aventurilor—Sala traseelor tirolianelor. Mi-ar fi plăcut să mă dau de mai multe ori pe tiroliană, dar, din păcate, pentru faptul că eram mulți timpul nu ne-a permis. După ce am ieșit din parcul Aventurilor am intrat în Sala de muzică. Noi trebuia să cântăm la tamburine și tobe. Mi-a plăcut foarte mult și îmi doresc să mai particip la asemenea activități.

Ilie Georgiana, clasa a VII-a

Anul acesta liceul nostru a implementat proiectul național “Nu lăsa violența să intre în viața ta!”, ediția a VI-a. Tot în cadrul acestui proiect s-a desfășurat un simpozion județean cu tema “Drogurile și violența”, având ca invitat principal pe doamna subcomisar Mihăilescu Emilia de IPJ Buzău.

Elevii școlii noastre, ca în fiecare an, au participat cu lucrări:

Violența

Cu toții știm că violența este ceva rău, de care ar trebui să încercăm să ne ferim. Cu toate acestea, nu întotdeauna reușim. Sunt tot felul de situații în care este aplicată violența în diverse moduri, fie fizică, fie verbală. Sunt situații în care răspundem violenței cu violență, ceea ce este foarte grav deoarece nu facem nimic altceva decât să agravăm situația.

În continuare am să vă prezint o întâmplare nefericită la care am luat parte.

Într-o dimineață de vară, eu și cu încă câțiva amici ne-am hotărât să mergem în București.

Auziserăm la știri despre protestele anunțate în Piața Victoriei. Cetățenii de rând, nemulțumiți de modul de guvernare al politicienilor aflați la conducerea țării doreau să-și strige nemulțumirile, sperând că vor fi auziți și că va avea loc o schimbare. Trebuie menționat de la început că protestul se anunțase ca fiind unul pașnic și că nimic nu prevestea ce avea să se întâmple în acea zi.

Deci, să ne întoarcem în dimineața zilei de 10 august. Eu și prietenii mei am plecat spre București. Nu eram foarte mulți, așa că ne-am putut permite să plecăm cu o singură mașină. Drumul a durat cam o oră și jumătate, adică doar până la intrarea în capitală. Pe măsură ce ne apropiam de marginea Bucureștiului, traficul era din ce în ce mai aglomerat, iar când am reușit să intrăm, abia ne mai puteam deplasa. Cu siguranță știți că, Bucureștiul, fiind capitala României este foarte aglomerat, dar, în acea dimineață, traficul era infernal. Am bănuit că era din pricina protestului anunțat. Ne-a mai luat încă o oră să ajungem la destinație. Într-un final, am ajuns cu bine.

Protestul deja începuse. Zgomotul era asurzitor. Erau zeci de mii de oameni care protestau în diverse moduri. Unii își strigau nemulțumirile cu ajutorul portavocilor, alții suflau în fluiere iar ceilalți strigau pur și simplu. Nimic neobișnuit, deci, în niciun caz n-ar fi trebuit să se întâmple ce avea să urmeze.

Am stat acolo câteva ore bune, timp în care nu s-a întâmplat nimic. Guvernul ne ignora cu desăvârșire. Într-un final, după câtva timp, cei de la conducere ne-au răspuns, dar nu așa cum ne așteptam noi. Trecuseră cam șase sau șapte ore de când ajunseserăm, când mulțimea a fost atacată pe neașteptate de un grup de jandarmi. Au tras în mulțime cu tunuri de apă, cu gloanțe de cauciuc și cu gaze lacrimogene, de parcă am fi fost niște teroriști care urmau să atace guvernul.

În timp ce filmam scenele groaznice din fața mea, un jandarm mi-a smuls telefonul din mână și l-a făcut bucăți. Totul s-a întâmplat atât de repede încât nici n-am avut timp să reacționez. Tot ce știam era că trebuia să fug cât mai repede de acolo înainte să se întâmple și altceva. În timp ce-mi căutam prietenii prin mulțime, am fost gazat drept în față. M-am prăbușit la pământ cu ochii plini de lacrimi din cauza gazelor și incapabil să zăresc ceva. Încercam cu disperare să mă ridic, dar totul se învârtea în jur. Eram amețit. În timp ce încercam, am simțit cum ceva mă lovește în moalele capului, apoi o durere înfiorătoare și după aceea mi-am pierdut cunoștința.

Când m-am trezit, am constatat că mă aflam întins pe un pat de spital. După ce mi-au făcut un control medical am plecat spre casă împreună cu prietenii mei, dezamăgiți și uimiți de tot ce se întâmplase.

Eram dezgustat de ceea ce au fost în stare autoritățile să facă pentru a împiedica poporul să spună adevărul. Eram dezamăgit de tot ce se întâmplase și eram conștient că, până nu vom reuși să

scăpăm de infractorii care conduc țara, astfel de scene se vor repeta mereu.

Concluzia pe care o putem trage din această întâmplare este aceea că trebuie să acceptăm adevărul atunci când cineva ni-l spune și că nu trebuie să fim violenți atunci când auzim ceva ce nu ne convine. Trebuie să acceptăm adevărul și să încercăm să facem ceva pentru a ne repara defectele.

Matei Alexandru, clasa a X-a

Violența în școală

Era o zi obișnuită de școală. În pauza mare obișnuiesc să mă plimb cu prietena mea în curtea școlii. Deseori întâlnim colegi mai mici care se ceartă, se împing, își aruncă vorbe neprietenoase și uneori chiar vulgare. De fel, mie nu-mi place violența verbală sau fizică. Acolo unde văd cele mai mici conflicte între colegi încerc să-i împac și să – i sfătuiesc că nu duce la nimic bun cearta. În general, cei micuți mă ascultă. De data asta am asistat la un conflict între colegi mai mari. Trei colegi mai mari încercau să convingă un elev de la clasele primare să le dea suplimentul. Copilul nu a cedat așa că cei trei vlajgani au început să-l intimideze pe cel mic printr-un ton agresiv și chiar prin lovituri. Am încercat să intru între ei pentru a-l apăra pe cel mic, dar m-am ales și eu cu un pumn, așa că m-am retras, anunțând profesorul de serviciu ce se întâmplă. A doua zi cei trei colegi mai mari au început să mă amenințe. Am anunțat diriginta clasei ce se întâmplă și s-a făcut consiliul clasei pentru a se lua măsuri împotriva elevilor agresivi. De atunci, cei trei colegi mă evită, dar simt că îmi poartă pică. O să las timpul să mai treacă și o să încerc să discut cu ei și să le explic că este indicat să se ghideze în viață după zicala “ceea ce ție nu-ți place altuia nu-i face”. Violența, de orice natură ar fi ea, nu este benefică nici asupra celui ce o practică și nici asupra căruia se aplică.

Solomon Andra, clasa a X-a





“6 probe haioase pentru olimpiadă”

În opinia mea a fost cea mai apreciată activitate din Săptămâna Altfel. Activitatea a constat în cinci probe, unele dintre ele haioase, altele ne-au solicitat intelectul, iar altele agilitatea. Am să descriu pe scurt fiecare probă pentru a rămâne în arhivele şcolii:

„Dansul printre sticle” a fost una din probele haioase. Am fost împărţiţi în două echipe mixte (nevăzători şi copii cu resturi de vedere). Colegii mei semivăzători au fost legaţi la ochi. Hazul cel mai mare a fost atunci când încercam să evităm sticlele pentru a nu le răsturna, aşa că fiecare dintre noi am executat un adevărat dans, balansându-ne în toate direcţiile pentru a lăsa cât mai multe sticle în picioare. A câştigat echipa care a dărâmat cât mai puţine sticle.

Următoarele două probe ne-au solicitat neuronii la maxim A trebuit să compunem câte trei strofe despre iarnă, după care aceste versuri a trebuit să le punem pe note şi să le cântăm. A ieşit super versurile cântate.

A patra probă a constat în transportarea boabelor de fasole cu paiul dintr-o farfurie în alta. A câştigat echipa care a terminat prima.

Proba a cincea s-a axat pe memorie. Doamna profesoară ne-a pus a dispoziție o listă de cuvinte (substantive, verbe, adjective, etc.) pe care le-a citit la ambele echipe. Fiecare echipă a selectat cel mai bun coleg pentru a memora cât mai multe cuvinte. A ieşit câştigătoare echipa care a reţinut cele mai multe cuvinte.

„Întrebări şi răspunsuri” a fost cea mai haioasă probă. Doamna profesoară a pus întrebările şi răspunsurile în boluri diferite, amestecâdu-le pe rând, o echipă a extras întrebarea, iar cealaltă echipă a extras răspunsul. Dar de ce a fost aşa distractiv? Datorită asocierilor dintre întrebări şi răspunsuri care se formează. De exemplu:

Întrebare:Întotdeauna eşti aşa politicos ca azi?

Răspuns: Fiind în pragul disperării doar.

Întrebare: Ţi-ar plăcea să stai lângă mine?

Răspuns:Nu sunt capabil de un lucru atât de stupid.



În concluzie consider că a fost o activitate foarte reuşită şi sper că se va repeta şi la anul.



Simionescu Angelo, clasa a VII-a

Lecție de prim ajutor

Încă din clasele primare am învățat noțiuni simple de prim ajutor. Pe măsără ce am crescut pe am devenit mai curioși și mai interesați de a a ne însuși măcar cunoștințe elementare despre cum se poate acorda primul ajutor în diferite ocazii.

Site-ul lectiadeprimajutor.ro oferă soluţii la situaţiile de urgenţă cele mai frecvente, soluţii care pot fi puse în practică în siguranţă de către persoane care nu au pregătire medicală. Aici sunt disponibile informaţii despre cum recunoaştem o urgenţă medicală, cum putem oferi primul ajutor în cazul hemoragiilor, arsurilor, intoxicaţiilor, fracturilor, cum să efectuăm corect manevra Heimlich, dar şi informatii despre prevenţie şi procedura de semnalare a unei situaţii de urgenţă la 112. Pe lângă informatiile culese de pe internet, învățăm și la orele de terapie educativă multe lucruri interesante legat de această temă. În plus, la clasă facem și activități practice pe aceast subiect. În luna mai am desfășurat o lecție cu tema „ABC-UL PRIMULUI AJUTOR” în colaborare cu cabinetul medical al școlii și cu alte clase din școală. Deși activitatea a durat o oră am reușit să punem în practică toate cunoștințele de prim ajutor însușite până atunci. Am reușit să facem exerciții prin rotație pe colegii nostri. Am să redau câteva manevre pe care le-am exersat în cadrul acestei lecții:

Un coleg a simulat cum s-a înecat cu un aliment și nu poate respira, un alt coleg a practicat manevra Heimlich care i-a putut salva viața. Într-o astfel de situație, trebuie să te așezi în spatele persoanei și să îi înclini ușor spatele, să-ți strângi mâna într-un pumn și, după ce îți pui brațele în jurul persoanei și îți prinzi pumnul cu cealaltă mână chiar sub centrul cutiei toracice, să apeși tare și rapid, pentru a forța alimentul să migreze.

Un alt coleg a simulat un stop cardiac. În caz de stop cardio respirator, poți acorda primul ajutor prin manevre de resuscitare. Trebuie să ții gura persoanei ușor întredeschisă cu o mână, iar cu cealaltă să îi susții fruntea și să îi strângi nările. Apoi, tragi aer în piept, îți așezi etanș gura pe gura victimei și sufli cu forța timp de 2-3 secunde, verificând dacă toracele se ridică în timp ce sufli. Mai departe, cauți cu degetul inelar locul unde se întâlnesc coastele și așezi în continuarea lui două degete pentru a afla poziția ideală pentru palma mâinii drepte. Cu coatele întinse și brațele perpendicular pe stern, apeși puternic astfel încât sternul să coboare aproximativ 4-5 centimetri.





Pentru fiecare 2 respirații gură la gură, e nevoie de 15 compresii toracice.

Am mai experimentat pe un posibil pacient cu arsuri. Pentru arsuri de gradul I, II sau III, primul ajutor constă în răcirea zonei afectate cu apă curată, îndepărtarea bijuteriilor sau hainelor dacă nu sunt lipite de piele, acoperirea zonei cu un pansament pentru a feri arsurile de infecție și transportarea persoanei la cel mai apropiat spital.

Bineînțeles, indiferent de situație, este necesar să suni la 112.

Chiar dacă noi avem probleme cu vederea și de multe ori nu putem interveni direct pentru a ajuta pacientul, avînd cunoștințe de prim ajutor îi putem îndruma pe cei care sunt în preajma victimei.

Noi credem nu doar ca e important, ci e și o responsabilitate civica a fiecăruia dintre noi să cunoaștem cel puțin câteva noțiuni de bază privind acordarea primului ajutor.

Solomon Andra, clasa a IX-a

Despre igienă

Oricine ai fi, ești mai mult decât piesa unei mașinării foarte sofisticate, pentru că deții de asemeni, cel mai avansat computer: creierul tău. Trupul și mintea ta au nevoie să fie întreținute cu grijă! Doar având grijă de igiena ta și a locului în care trăiești, îți poți păstra corpul sănătos, astfel putând să te bucuri de fiecare moment al vieții tale.

Nu uita niciodată că este mai ușor să previi decât să tratezi!

Igiena pielii

Ce rol are pielea?

Fiind granița între mediul intern - corpul omenesc- și mediul extern– lumea înconjurătoare, pielea are o mare importanță pentru menținerea sănătății. Ea este cea care ne apără de frig și căldură, de lovituri în timpul activităților pe care le desfășurăm, cea care participă la reglarea (menținerea) temperaturii corpului și, nu în ultimul rând, activitățile pe care le desfășori în viața de zi cu zi expun pielea la murdărie și lovituri.

Care sunt dușmanii pielii?

Praful și murdăria astfel acumulate se amestecă cu transpirația și grăsimea care se găsesc pe suprafața pielii. Stratul de murdărie rezultat este urât mirositor, produce mâncărimi și, dacă nu este îndepărtat la timp, astupă porii glandelor sudoripare și sebacee, împiedicând producerea transpirației și a grăsimii pielii. Acest strat de murdărie este un mediu favorabil pentru înmulțirea microbilor care pot pătrunde cu ușurință în corp prin zgârieturi, înțepături, producând infecții și boli de piele. Ca să nu mai vorbim de efectele negative ale consumării diferitelor alimente cu mâinile nespălate! Din această cauză este absolut necesară întreținerea permanetă a curățeniei.

Reține că spălatul cu apă rece este un bun mijloc de înviorare, dar spălarea cu apă caldă și săpun are un efect mult mai bun pentru curățirea pielii. ***Pană Adrian, clasa a VIII-a***

REDACȚIA

FONDATORI:
Prof. MARIN EANA
Prof. CONSTANTIN VRÂNCEANU

DIRECTOR:
Prof. ADRIANA LECA

COORDONATORI DE NUMĂR:
Prof. CUCUTEANU DOINA
Prof. ZINCĂ GINA

FOTOREPORTERI:
Prof. ION LOREDANA
MOISE VALENTIN (clasa a XI-a)

REDACTOR ȘEF:
MATEI ALEXANDRU (clasa a X-a)

CORECTOR:
Prof. ION LOREDANA

REDACTORI:
IONAȘCU FLORIAN (clasa a -XI-a)
SIMIONESCU ANGELO (clasa a-VII-a)

AȘEZARE în PAGINĂ și DESIGN:
Prof. CUCUTEANU DOINA
MOISE VALENTIN (clasa a XI-a)

TEHNOREDACTARE:
Prof. ZINCĂ GINA
Prof. CUCUTEANU DOINA

CONVERTIRE în BRAILLE:
Prof. ION VICTOR
ȘERBAN ALEXANDRU (clasa a XI-a)

ADRESA REDACȚIEI : Buzău, Str. Horticolei, Nr. 54
Tel 0238 725546
Fax 0238 725545
www.liceulpentrudeficientidevedere.blogspot.com
www.liceunevazatoribuzau.ro



Editura EDITGRAPH, Buzău, 2019

ISSN 2247-0492 ISSN-L 2247-0492