

ACCENTE

Colegiul Național „Traian Doda” Caransebeș

Anul XVI Nr.1 Decembrie 2021



Adolescența mea Adolescența ta Adolescența noastră...

Șuta Emilia

În opinia mea, adolescența este cea mai frumoasă perioadă a vieții unui om, dar și cea mai dificilă.

În primul rând, adolescența este vârsta în care ne cunoaștem cel mai bine pe noi înșine. În perioada aceasta începem să ne cunoaștem prietenii adevărați, să ne descoperim pasiunile și interesele, să decidem ce vrem să facem cu viitorul nostru. De asemenea, este și perioada în care ne schimbăm înfățișarea cel mai mult.

În al doilea rând, pentru că adolescenții se confruntă cu foarte multe schimbări, sunt unele momente în care emoțiile ne acaparează. De multe ori, adolescenții refuză să comunice cu alți oameni despre problemele lor, chiar dacă ne este greu să le rezolvăm singuri. De aceea adolescența poate fi numită „cea mai dificilă perioadă a vieții” cu ușurință.

În concluzie, adolescenții trec printr-o etapă inedită, dar ar trebui să se bucure din plin de acești ani, deoarece alții mai frumoși nu vor exista.

Buda Ariadna

Consider că adolescența aduce cu sine momente noi, pe care le trăim cu intensitate. În această perioadă trecem prin multe schimbări care ne deobșuează pentru o anumită perioadă de timp, perioadă în care avem impresia că lumea gravitează în jurul nostru și că totul ni se cuvine. Ne simțim adeseori înzestrați cu puteri deosebite și avem impresia că noi ținem lumea pe umeri. Însă, de cele mai multe ori, toate aceste lucruri sunt doar rezultatele imaginației noastre și, de fapt, noi suntem aceia care pun o presiune imensă pe adulții din jurul nostru, cum ar fi părinții, care vor încerca mereu să ne mulțumească.

Dar această perioadă înseamnă mai mult decât mulțumire și presiune, adolescența ne dezvoltă și ne formează ca oameni. În adolescență se clădesc cele mai frumoase prietenii și amintiri, viitoare povești pe care le vor auzi mai apoi copiii și nepoții noștri.

Așadar, nu priviți cu atâta ură perioada adolescenței, deoarece, de cele mai multe ori, se dovedește a fi una din cele mai minunate perioade ale vieții.

Munteanu Ariana

Adolescența este o perioadă cu o importanță deosebită în evoluția omului. Eu consider că această perioadă nu constă numai în modificările fizice, ci și în transformarea psihicului, fiind una de „furtuni și stres”, însă, odată ce ai trecut de ea, realizezi că este fantastică, totul este posibil, stelele îți stau în palmă, iar lumea așteaptă să fie cucerită de tine – adolescentul cu sufletul deschis și mintea limpede.

În primul rând, adolescența vine cu modificări la nivel sentimental. Crește sensibilitatea, se reorganizează planul afectiv – motivațional, apar sau se reorganizează sentimentele și pasiunile. Sunt întâlnite și modificările în planul intelectului, capacitățile intelectuale fiind dezvoltate, acestea fiind imaginația/inteligența, ce vor duce ulterior și la formarea cunoștinței de sine. Adolescentul capătă astfel o nouă percepție asupra realității, prin apropierea lui de lumea valorilor, construindu-și o identitate proprie. Acest lucru îi face de multe ori pe adolescenți să dorească să fie independenți, ei

vor să facă totul singuri, de la luarea unor decizii până la punerea în practică a unor fapte, datorită orgoliului pe care îl au. Asta nu este neapărat un lucru rău, deoarece adolescentul se pregătește pentru a fi un adult puternic, însă uneori este nevoie și de părerea, dacă nu chiar de implicarea unei persoane mai mature, a unui adult.

În al doilea rând, adolescenții se confruntă foarte des și cu percepțiile de bine sau de rău ale celorlalți. De cele mai multe ori, acestea sunt critici ce vin de la alți adolescenți, părinți, rude, profesori. Acestea le scad adolescenților încrederea în sine, făcându-i să nu le mai placă modul în care arată, gândesc, acționează prin scăderea stimei de sine, persoana devine mai irascibilă, închisă în ea, cuprinsă de o stare de tristețe. Fiind în formare, aceste lucruri nu ar trebui să îi afecteze, ci să le crească forțele proprii, spre a deveni o persoană mai bună, o variantă mai bună a propriei persoane.

În concluzie, în adolescență ne cunoaștem cu adevărat propria persoană și găsim răspunsuri la întrebarea „Cine sunt eu?”, deși, până la urmă, nimic nu e constant.

Cornoiu Alesia

Adolescența, chiar dacă este considerată una dintre cele mai dificile perioade ale vieții, este formată din momente frumoase și amintiri amuzante nenumărate, majoritatea făcând parte din anii de liceu. Pentru oricine, adolescența este, într-adevăr, plină de provocări, dar și de noi oportunități.

Această perioadă este destul de dificilă din mai multe cauze, pe care va urma să le enumăr. O primă cauză ar fi școala. Până în momentul de față, liceul mi se pare mult mai epuizant decât gimnaziul. Profesorii au așteptări mai mari de la noi, fiindcă ne consideră deja destul de maturi. Totuși, sunt sigură că, pe viitor, o să le fim recunoscători pentru exigența lor. A doua mare provocare a adolescenței, în cazul meu, este schimbarea constantă a înfățișării. Poate că cei din jur nu observă schimbările, însă, noi, pentru că ne cunoaștem cel mai bine, observăm chiar și când ne-a apărut un nou coș. Aceste ne semnificative imperfecțiuni ne deranjează și ne determină, de multe ori, să fim nemulțumiți de corpul nostru. A treia cauză a dificultății adolescenței ar fi modificarea gândirii noastre. Cu toții ne maturizăm mai rapid sau mai lent. Comportamentul nostru este în continuă schimbare, anturajele din care facem parte fiind cele care îl modelează. De aceea, trebuie să avem grijă cum ne alegem prietenii, deoarece ei sunt cei care ne influențează cel mai mult. De asemenea, relația cu părinții suferă foarte mult din cauza atitudinii noastre schimbătoare.

Totuși, cum spuneam, adolescența este și o perioadă frumoasă. Trăim cele mai aprinse emoții, cele mai distractive momente și, în principiu, cei mai frumoși ani ai vieții noastre. Experimentăm tot felul de lucruri noi și ne simțim liberi, lipsiți de griji. În timpul adolescenței, nu trebuie să ratăm activitățile la care nu vom putea participa în viitor, în mare parte, prietenii sunt cei cu care petrecem majoritatea timpului liber, așadar, ei sunt cei care ne imprimă amintirile. Până acum, m-am distrat de minune cu cei apropiați. Am numeroase amintiri minunate cu aceștia și le sunt recunoscătoare pentru tot ce au făcut pentru mine.

Așadar, eu văd adolescența ca pe o ușă spre noi oportunități și visuri, pentru care trebuie să muncim din greu. Încerc întotdeauna să privesc momentele pozitive și să le uit pe cele negative și sunt sigură că, depunând mult efort, voi putea pași, mai departe, în viața de adult, fără vreo piedică.

Popescu Maria

În opinia mea, adolescența este perioada în care învățăm cine suntem, vârsta autocunoașterii.

În primul rând, în copilărie, anumite obiceiuri, opiniile și preferințele tind să fie aproape identice cu cele ale părinților, însă adolescenții au, în general, opinii diferite de ale părinților lor. Această neconcordanță poate duce la certuri, supărare sau la distanțarea temporară a adolescentului de familie, toate experiențele având un singur scop: maturizarea tânărului, formarea propriilor atitudini.

În al doilea rând, adolescentul începe să își dea seama ce îi place cu adevărat, să își dezvolte opinii personale și gândirea critică, să se înțeleagă pe sine, să realizeze ce fel de persoană ar vrea să fie. Acesta trece printr-un proces de autoperfecționare într-atât de rapid și schimbător, uneori, încât are impresia că era mult involuat chiar și cu o săptămână în urmă. De asemenea, poate începe chiar să își formeze un sistem de valori morale propriu, care oscilează în funcție de evoluția ideilor legate de oameni și societate.

În concluzie, adolescența înseamnă intermedierea firească între copilărie și vârsta adultă.

Cornoiu Alesia

În opinia mea, adolescența nu reprezintă doar creșterea și dezvoltarea fizică, ci și o combinație de gânduri și simțuri care vor forma personalitatea adultului de mai târziu. Sigur că majoritatea adolescenților trec prin perioade de impulsivitate, tocmai pentru a deveni centrul atenției în anturajul lor.

De cele mai multe ori, adolescenții sunt nemulțumiți de sine și nu-și doresc să se mai autodepășească, să fie într-o continuă luptă cu ei înșiși, ceea ce nu este constructiv.

Lipsa de griji a adolescenților nu este benefică, deoarece când vor fi puși în fața unor responsabilități tot mai mari, vor ceda, dar și asta îi va ajuta să se maturizeze.

În concluzie, eu cred că adolescenții nu cunosc limite și profită de această perioadă din viața lor pentru a experimenta tot ce le trece prin cap.

Pantea Abel

Poezia „Adolescenți pe mare”, de Nichita Stănescu, mi-a sugerat un sentiment de curaj pentru a învinge „valurile” adolescenței.

Titlul poeziei este o metaforă, cum este întreaga poezie. După o analizare semantică amănunțită, se poate înțelege că sensul cuvântului „mare”, din titlul poeziei, se referă la viața adolescenților sau la un cadru mai restrâns, se referă la entuziasmul adolescenților, însă consider că acest poem poate fi aplicat și altor perioade din viața omului.

Primele două versuri transmit că fiecare adolescent trece prin această mare și ea a fost cândva prezentă în fiecare om. Structura „Această mare e acoperită” arată mulțimea de adolescenți care sunt pe ea și imposibilitatea încercării să ajungi la țărnam fără să treci prin mare. Oare se poate acoperi vreodată o mare? Nicidecum! Oare poți învăța a merge pe valuri în picioare? Nicidecum! Însă de ce pe valuri și de ce în picioare? Acești adolescenți încearcă să meargă pe valuri, în picioare, deoarece așa au văzut la alții, chiar dacă acest gest nu le asigură reușita și doar imită cele văzute. Însă ei imită atât pe alți adolescenți, cât și valurile. De ce nu poți merge pe acea parte a mării unde apele sunt calme? Sau această mare e așa de involburată, încât nu există o parte în care e limpede? Învățând să meargă pe valuri, concurează și se întrec cu valurile, valurile reprezentând încercările adolescenței.

În înflăcărea adolescenței, prind curaj și încredere și încearcă, cumva, să stăpânească valurile, pentru ca acestea să nu îi stăpânească pe ei, chiar dacă tot de la valuri au învățat rapiditatea și avântul.

În următoarele două versuri ne este arătată nevoia adolescenței de ajutor și incapacitatea menținerii echilibrului. Chiar dacă ei au învățat deja să meargă pe valuri, au nevoie de sprijin, mereu fiind posibilitatea dezechilibrului și căderii. În mersul lor, caută un ajutor în apropiere. Uneori caută sprijin în curenți, chiar dacă aceștia sunt periculoși, existând posibilitatea să fie duși departe în mare, dacă sunt atrași de aceștia. Necunoscând încă bine „marea”, se sprijină de orice, chiar dacă nu sunt siguri dacă ceva îi poate ajuta. Mai

apoi, se sprijină „de-o rază țeapănă, de soare”. Oare te poți sprijini de razele solare? Chiar dacă par reale, foarte luminoase și crezi că te pot ajuta, acestea, până la urmă, aduc tot dezamăgire.

În următoarele versuri, eul liric contemplă priveliștea adolescenților care, din răspuțeri, încearcă să ajungă la țărm. Eul liric, asociat cu vocea adultului, chiar dacă așteaptă ca acești adolescenți să facă vreo greșeală, așteaptă, nu pentru a se bucura de nereușita lor, ci pentru a vedea puterea și curajul acestora de a învinge simultan valurile.

În concluzie, poezia „Adolescenți pe mare” descrie frumos și inedit, prin intermediul mării, percepute metaforic, viața tumultoasă adolescentină.

Ștefăniță Nicola

Fiecare adolescent este o întrebare pusă lumii?

Adolescența este vârsta noilor aventuri, a greșelilor comise din lipsa experienței de viață și a sentimentelor intens manifestate față de lucrurile mărunte. Adolescentul este o ființă misterioasă, deoarece acțiunile sale sunt urmări ale tumultului de idei și de gânduri din mintea sa. Existența adolescentului este un mister prin faptul că se deosebește de cea a persoanelor cu vârstă diferită. Pe când personalitatea adultului este deja formată și nu mai poate fi schimbată decât sub influența unor presiuni mari, cea a adolescentului este asemenea unei sfere de energie, se deformează permanent spre a se reforma încontinuu, radiază ca soarele prin întunericul care îl înconjoară, ca să lumineze ceea ce se află nu în jurul ei, ci în interiorul său. Pentru că această lumină a adolescentului e numai interioară, ea devine o taină pentru lumea în care el este prezent, deoarece din exterior se poate doar simți acea energie și din cauză că ea e nevăzută, ființa în care se află devine o nedumerire. Fiecare adolescent poartă în sine acea energie, iar majoritatea se mulțumesc doar cu sclipirea ei, nu și cu sentimentul de siguranță că aceasta va dăinui peste ani, dar mai sunt cei care, neîndestulați de ea, caută fie să o sporească, fie să o întrețină. Această ființă extraordinară, adolescentul, ce hrănește lumea din-înăuntrul său cu lumina dătătoare de viață izvorâtă din sufletul-i tânăr, este o permanentă întrebare pusă lumii lipsite de soare în care se află, deoarece nu se poate dovedi că el este îndreptățit să trăiască într-o lume care nu are energia timpurie a vieții. Adolescenții sunt izvorul nesecătuit din pustiul ce este această lume. Ei sunt piesa al cărei loc nu se poate găsi în puzzle-ul lumii și, datorită faptului că locul lor nu este niciunde pe acest pământ, nu se știe dacă ei ar fi trebuit să fie considerați ca încadrându-se în lume. Reacțiile adolescentului în anumite situații pot fi determinate numai pe termen scurt, iar ceea ce el va face peste mult timp rămâne neștiut, deoarece felul său de a gândi este mereu altul. El nu poate fi limitat, deci nu ar putea să existe într-o lume mărginită decât dacă trăiește pe un plan superior acesteia. Astfel, apare întrebarea al cărei singur răspuns poate fi dat de lume și care niciodată nu are să fie aflat vreodată. De ce adolescentul? De ce el, a cărui existență este o nedumerire, este revendicat de ea asemenea unui obiect, când însuși ansamblul ființei lui depășește hotarele acestei lumi? Nu se știe cum poate o ființă să trăiască într-un loc de care nu aparține în totalitate, iar acest loc să-l considere ca fiind produsul său. Concluzionând, fiecare adolescent este o întrebare pusă lumii, deoarece existența lui în ea este un mister, prin faptul că în ființa sa se afla o lumină nelimitată ca putere, nefăcută de lume, dar care aparține de ea.

Clasa a IX-a marchează un nou început pentru fiecare adolescent ce pășește pentru prima dată pragul liceului. Părerea mea este că liceenii au nevoie de o constantă îndrumare în încercările ce încep să îi copleșească, astfel consider că literatura reprezintă mereu un

punct de susținere. În această perioadă tumultoasă, ce diferă de la un om la altul, consider că există trei sentimente ce se regăsesc, la un moment dat, în toți, și anume intensitatea trăirilor, pierderea și regăsirea propriei persoane.

Consider că modul de predare al „ferestrelor deschise”, ce se realizează cu ajutorul unor comparații și întrebări, a fost cel care m-a ajutat să citesc printre versurile poeziei „Adolescenți pe mare”, de Nichita Stănescu, și să aflu adevăratul sentiment descris în această mai puțin cunoscută capodoperă literară. Din punctul meu de vedere, autorul scrie despre nevoia unui adolescent de a se simți viu, despre impulsul cu care se avântă mereu în acțiunile pe care le face, iar mai apoi le regretă. Dar din nefericire nu întotdeauna se termină cu bine, iar aici intervine câteodată pierderea sinelui, simțit când înotatul împotriva curenților este prea greu de realizat, când viața lovește tânărul din toate părțile și acesta nu știe cum să îi facă față – „Care învață mersul pe valuri, în picioare/mai rezemându-se cu brațul de curenți/mai sprijinindu-se de-o rază țeapănă, de soare”. Iar, în final, intervine regăsirea, propria putere de a te ridica și a porni de la capăt („Dar ei sunt zvelți și calmi,și simultan/au și deprins să meargă pe valuri, în picioare”). Cred că literatura poate constitui o ancoră, iar modul de studiere al acesteia reprezintă un stâlp pentru introducerea în lumea versurilor și a strofelor. Sunt recunoscătoare pentru oportunitatea de a descoperi în cadrul școlii o metodă atât de simplă, pentru a înțelege poezia și, totodată, viața.

Noi, despre școală

Pantea Abel

Ah! Liceu! Ce doruri și amintiri îmi provoci! Ai trecut prea încet prin viața mea, dar parcă totuși prea repede! Aș mai fi vrut să zăbovesc rătăcind prin sălile tale, uneori neștiind unde mă aflu!

Acum, la sfârșit de liceu, toți anii tăi mi se deschid ca un album! Album cu foi frumos scrise sau ornamentate, unele foi mâzgălite, îndoite sau mai grav, rupte! Însă fiecare pagină de album, este o filă importantă fără de care nu aș fi ce sunt acum! Multe au fost zilele când nu te doream, căci prea mult m-ai chinuit cu materii și informații care îmi displăceau! Mereu tu doreai să fiu cel mai bun, însă n-ai înțeles că nu toți pot fi mari învățați! Elevii pe care tu îi făceai cunoscuți prin concursuri mă iritau, însă nu deoarece erau buni, ci pentru că eu nu am putut ajunge acolo, chiar dacă eram înfometat după cunoștință! Acest defect al tău m-a făcut să înțeleg și să doresc mai mult din ce tu nu mă învățați!

Îmi va fi dor de clipele plăcute petrecute cu colegii! Ce mult ne mai distram și ce mult așteptam pauzele ca să mai vorbim, să mai râdem, să ne mai jucăm, să ne mai certăm, să ne mai bucurăm sau să ne mai întristăm puțin cu necazurile noastre de adolescenți neînțeleși de nimeni! Cât de neobservate treceau "copiuțele" de la unul la altul, ca niște infractori ce fură în fața "camerelor de luat vederi". Cât de mult ne implicam în proiecte și multe alte activități de-ale tale! Alergam pe coridoarele tale, parcă uneori nesfârșite și în care ne pierdeam! Băncile scrise în ascuns cu memorii și versuri făcute la plictiseală! Manualele tale îmbibate în necunoștință, până când am început să le pricepem! Toate aceste lucruri m-au legat pe mine și colegii mei!

Îmi va fi dor și de profesorii tăi, profesorii tăi cei severi și blânzi! Discuții aprinse pe anumite subiecte, certuri, note mici, teme nefăcute, lecții neînțelese și toate ce mă legau de profesori, le simt asemenea cum un părinte își învață fiul. M-au învățat multe profesorii, dar mi-au mărit și durerea!

Îmi va fi dor de tine, cu bune și cu rele! M-ai învățat să simt mai mult și fericirea, dar și mâhnirea! Acum, liceu, îmi iau rămas bun, căci mi s-a stins o perioadă din viață și alții îți vor ocupa băncile!

Marco Muntean

Școala de ieri și școala de azi

Școlile s-au schimbat și, probabil, și mentalitatea profesorilor. Dar mentalitatea elevului de azi, oare s-a schimbat față de mentalitatea elevului din trecut? Bineînțeles, există elevi și elevi, depinde de educația de-acasă a fiecăruia, dar, în general, mentalitatea lor s-a schimbat. Probabil și din cauza noilor tehnologii, internetul, televizorul de dimineață până

seara, care nu era pe vremuri, toate acestea au influențe bune asupra elevului, dar și efecte mai puțin dorite.

Elevul de azi nu mai citește atâtea cărți, preferă să caute pe internet detalii despre informația de care are nevoie, face un search și monitorul se umple de sute de pagini. Pe vremuri, ca să găsești o informație, trebuia să mergi la bibliotecă.

Carnetele de elev în timpul comunismului erau pline cu note, astăzi majoritatea elevilor nici nu mai au carnet.

În timpul comunismului cărțile și caietele elevului erau oglinda sa, astăzi elevilor nu le pasă de aceste lucruri.

Pe timpul comunismului, abecedarul și manualele erau unice. Conținutul lor era gândit în așa fel încât elevii, de la vârste fragede, să se confrunte cu texte și lecții care depășeau universul pur al copilăriei. Școala era instituția potrivită pentru a răspândi ideologia comunistă în rândurile populației.

Îmbrăcămintea era un standard pentru toată lumea. În zilele noastre, elevii vin la școală îmbrăcați cum vor. Elevul din trecut era elevul cu o ținută decentă, unitară, cu uniformă și număr matricol; avea și uniformă de pionier, pentru manifestări mai importante. Era elevul care putea afla informații doar de la școală sau din bibliotecă. Era totuși un elev serios, conștiincios, respectuos față de părinți sau cei din jur. Participa la concursuri sportive, pe teme sanitare, de circulație, participa la olimpiade școlare, la diverse manifestări prin care își slăvea conducătorul iubit; era elevul fără calculator, internet, telefon mobil. Era elevul care se uita la televizor maximum două ore pe zi, care uneori își făcea temele sau învăța la lumina lumânărilor, care pleca în concedii doar în țară. Era elevul care învăța bine, care putea visa să-și continue studiile, dar doar în limitele granițelor țării, dincolo de acestea fiind un teren cunoscut doar de la geografie. Elevul din trecut era însă un elev mai sănătos, deoarece mânca mai sănătos, neavând posibilitatea din a alege mâncăruri care conțin tot felul de aditivi. Acest elev din trecut este poate profesorul, medicul, inginerul de azi, ieri elev, azi părinte sau bunic, nevoit să-și crească propriii copii sau nepoți sub deviza „elevul din prezent”.

În schimb, elevul din prezent este elevul care s-a trezit cu acces la o multitudine de informații pe care le obține nelimitat de la școală, televizor, internet. Este elevul modern, care se îmbracă la școală cum dorește, care are calculator, acces la internet, care are telefon mobil, ghiozdan de tip Adidas, Nike sau caiete, coperti, penare cu *Omul de oțel* sau *Spider Man*. Este elevul care poate participa la diverse concursuri naționale și internaționale în diferite domenii, care poate merge în străinătate în concedii cu mașini de lux, care poate visa să-și facă studiile în străinătate, așa ca mine, sau ca oricare altul. Este elevul care prin intermediul internetului poate obține orice informație la momentul dorit sau poate comunica rapid cu orice persoană de la orice distanță, prin intermediul e-mail-ului. Este elevul care, atunci când intră într-un mall, are posibilitatea de a-și alege ce mâncare sau ce haine dorește. Elevul din prezent va fi probabil arhitectul, profesorul, medicul, inginerul, savantul de mâine, care va da naștere elevului din viitor.

Dincolo de toate acestea însă, multe aspecte au rămas neschimbate: și cei de ieri, și cei de azi aveau și au speranțe, idealuri, vor să cunoască prietenia adevărată, să se bucure de anii de școală, să trăiască totul cu pasiune, să iubească, să crească, să își împlinească visele.

Elevii finlandezi sunt mai fericiți

Învățământul finlandez are o multitudine de calități asupra cărora ne vom opri în cele ce urmează. Astfel, sistemul de învățământ pune accent pe lucrurile practice pe care copiii le învață la cursuri, nu pe memorarea informațiilor inutile. Notele elevilor sunt confidentiale, ele nu sunt utilizate pentru a crea ierarhii sau pentru a fi motiv de mustrare; temele sunt scurte și interesante, astfel încât elevii să se poată odihni și să poată petrece timp cu familia.

Materiile care se studiază la liceu pot fi alese după bunul plac, în funcție de interesele fiecăruia, dar există și câteva discipline obligatorii. Procesul de învățare se desfășoară în sesiuni de câte șase săptămâni, timp în care elevii studiază un singur subiect din mai multe puncte de vedere (istoric, geografic etc.) Nu există examene pentru că elevii trebuie să fie pregătiți pentru viață, singurul examen obligatoriu fiind la 16 ani. Pauzele sunt lungi și benefice pentru elevi, necesare comunicării și relaxării. Elevii pot participa la ore stând așezați pe canapele, pe fotolii sau chiar pe covoare cu perne, pentru a se simți în largul lor. Adesea, școlile găzduiesc petreceri al căror scop este să-i aducă laolaltă pe elevi și pe profesorii lor, pentru a-i apropia cât mai mult. De altfel, relația profesor – elev este departe de a fi una strict profesională, fiind mai degrabă una de prietenie, fiindcă scopul profesorilor nu este doar să transmită informații, ci să-l dirijeze pe fiecare elev să dobândească priceperi care să-l ajute cu adevărat în viață, să descopere ce îi place și să se dezvolte într-un mediu lipsit de stres. Tot în acest scop, orele de curs se desfășoară de multe ori în curtea școlii și sunt foarte interactive.

Un alt aspect important este reprezentat de investițiile guvernului, care asigură, printre altele, o masă caldă fiecărui elev, astfel încât școala se transformă cu adevărat în a doua casă. Nu este de neglijat și faptul că toate școlile finlandeze au dotări de înaltă calitate. Educația în Finlanda se bazează pe principiul egalității de șanse. Astfel, fiecare școală din țară are același echipament și același sprijin financiar, lucru care nu e valabil în învățământul românesc. Și din acest motiv, ca de fapt din toate celelalte, școala românească este net inferioară celei finlandeze. Un lucru foarte important este acela că, în cazul învățământului finlandez, statul alocă fonduri pentru a ajuta elevii mai slabi să recupereze materia pierdută, în același spirit al egalității de șanse.

Dacă în România școlarizarea se face începând cu vârsta de 6 ani sau chiar mai devreme, în Finlanda copiii nu merg la școală mai devreme de 7 ani, deoarece, în viziunea finlandeză, nu există beneficii dovedite științific, pe termen lung, ale începerii învățării la o vârstă atât de fragedă.

Un alt aspect care face diferența între școala finlandeză și cea românească este reprezentat de inspecțiile în școli: în România astfel de inspecții se fac destul de des, în timp ce în Finlanda această practică nu mai există de la începutul anilor '90, probabil pentru că decidenții au totală încredere în pregătirea și profesionalismul profesorilor. De altfel, în Finlanda, profesorii sunt la fel de bine văzuți precum avocații și medicii, bucurându-se de

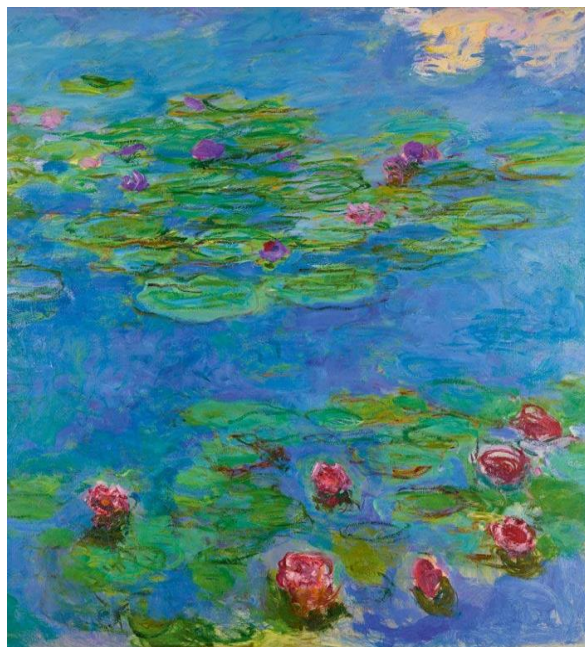
același respect ca aceștia în rândul comunității.

Copiii finlandezi au, așadar, un viitor luminos, datorită învățământului din liceu, care îi pregătește pentru domeniul dorit. În tot ceea ce fac, finlandezii pun accent pe joc și bucurie, deoarece ei sunt de părere că activitățile intrașcolare (ore de curs, ore de pregătire suplimentară etc.) nu se pot desfășura corespunzător fără aceste aspecte. Altfel spus, școala finlandeză este preocupată nu doar de mintea elevilor, de pregătirea acestora pentru o viitoare carieră, ci și de sufletul și de spiritul lor. Poate că tocmai de aceea nivelul de trai al finlandezilor este atât de ridicat, fiindcă societatea are grijă de membrii ei încă de la vârstele cele mai mici, asigurându-le tot ce au nevoie pentru a evolua pozitiv și armonios, cu toții.

Arta, modalitate de educație

Maria Popescu

Impresionism vs. Expresionism



„Portretul Gerdei” - Ernst Ludwig Kirchner „Nuferi” - Claude Monet

Atât Impresionismul, cât și Expresionismul au jucat roluri importante în evoluția artei și felului în care aceasta s-a modernizat.

Impresionismul a apărut în Paris între anii 1870 și 1880, fiind adoptat de artiști precum Claude Monet, Paul Cezanne, Edgar Degas și Alfred Sisley. Acest stil era bazat pe impresie, după cum spune numele (derivat din titlul unui tablou), pe esența unei scene, reprezentarea luminii fiind un element foarte important. Îi sunt caracteristice liniile vizibile trasate de pensulă, culori vii și pastelate, deși nu perfecte, imaginile aveau o anumită finețe. Deși pare greu de crezut, având în vedere cât de apreciați sunt în prezent, la început, artiștii impresioniști erau ridiculizați de către critici și de către academiile de arte, mulți dintre ei expunându-și operele, la acea vreme, în Salonul Refuzaților.

Expresionismul a început în mai multe centre din Germania și Austria de la Primul Război Mondial până în perioada interbelică, nu doar în pictură, ci și în cinematografie. Principalele grupuri expresioniste erau Die Brücke (Podul) condus de Ernst Ludwig Kirchner și Der Blaue Reiter (Călărețul Albastru) care îl avea ca lider pe Wassily Kandinsky. Expresionismul presupune prezentarea lumii într-o manieră pur subiectivă, prin distorsionare radicală și culori intense, pentru a evoca idei și pentru amplificarea efectului emoțional.

Printre cele mai emblematice filme expresioniste se numără „Cabinetul Doctorului Caligari”(1920) și „Metropolis”(1927).

Nu se poate spune că unul este mai bun decât celălalt, cele două stiluri fiind complet diferite, e doar o chestiune de gust.

Camusian descriind Colosseumul

Ostilitatea primitivă urcă spre noi traversând milenii și ne face cunoscut Colosseumul, monument ce face parte din cele șapte minuni ale lumii contemporane.

Cot la cot și cărămidă cu cărămidă, în urma decretului dat de împăratul roman, pe numele său, Titus Vaspesian, în anul șaptezeci și cinci, mai bine de o sută de mii de sclavi au pus bazele arenei. Arena ce avea să fie scena unor comedii inconștiente, având în prim plan un privilegiat joc al morții.

Cu ziduri înalte de patruzeci de metri, fiecare etaj a câte optzeci de ferestre, lung de o sută optzeci și șapte și lat de o sută cincizeci și cinci de metri, cu podele mobile de lemn ce erau acoperite cu nisip - gata oricând să se subducă pentru eliberarea leilor în luptele al căror sfârșit, de cele mai multe ori, era crunt, Colosseumul oferea „pâine și circ” tuturor spectatorilor romani, cât și conducătorului imperiului.

Romanii, mizând pe potențialul câștigător, mai tresăreau, fiind surprinși de strigătul final din adâncul sufletului gladiatorului străpuns de săbii. Înfrântul, în ultim ceas, deși moartea îi era acaparată de strigătele de bucurie ale mulțimii, se afundă în veșnicul somn al inimii, căci neputința își așternuse urmările.

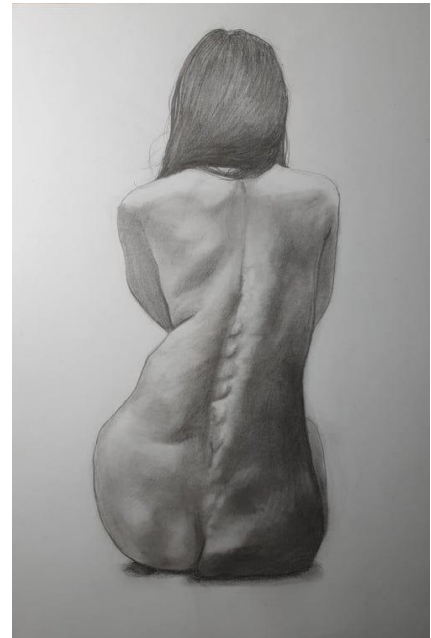
Elanuri sincere ne permit să afirmăm că romanii ce se delectau cu imaginile mortuare ale Colosseumului, erau oameni ai iraționalului. De ce această spusă? Ei bine, deoarece, pentru omul rațional, moartea în asemenea circumstanțe nu poate fi elocventă. Albert Camus a spus în „Mitul lui Sisif”: „Totdeauna au existat oameni dispuși să apere drepturile iraționalului”. Făcând o paralelă, putem spune că, pentru oamenii imperiului cu pricina, pierderea unor vieți, pentru alimentarea sinelui cu buna dispoziție, era cel mai apărât drept, desigur, irațional.

Dincolo de „leagănele morții” în care și-au pierdut viețile trei sute de mii de oameni și peste un milion de animale, mai aveau loc evenimente precum: întreceri sportive, festivaluri de muzica, curse cu care și parade militare când luptele armatei romane se soldau cu victorii.

După spusele filosofului Albert Camus: „Se întâmplă ca decorurile să se prăbușească”, această replică se poate atribui și ea Colosseumului, căci părți din zidurile de acum sunt lipsă, totul începând de la cutremurul din 1049.

Cu toate acestea, Colosseumul a fost și rămâne centrul lumii romane pentru secole sau după cum un proverb spune: „Cât timp Colosseumul stă, Roma va sta, când va cădea Colosseumul, va cădea Roma, iar când Roma va cădea, lumea va cădea și ea”.





Picturi realizate de Mălina Anton



Anton Mălina

„Fata cu cerceș de perle” este cea mai cunoscută lucrare a pictorului olandez Johannes Vermeer. Poreclită și „Mona Lisa nordului” opera de artă a început să rivalizeze cu opera lui Leonardo Da Vinci în ceea ce privește expunerea. M-a captivat încă de prima oară când am văzut-o, iar sentimentul este resimțit de mulți alții, dar de ce? Ce aduce privitorii înapoi pentru a o vedea iar și iar? Eu cred că sunt trei calități care fac „Fata cu cerceș de perle” atât de specială. În mod evident este foarte frumoasă, cu albastrul și galbenul ce alcătuiesc turbanul, totul învăluit de un fundal negru misterios. Luciul fin al perlei din ureche străpunge pânza și atrage atenția tuturor privitorilor. Întreg tabloul captează o lumină și atmosferă fără precedent. De la pielea luminoasă, albă ca laptele, la ochii umezi, totul construiește o lucrare de o frumusețe sublimă. Dar frumusețea nu e suficientă pentru a stârni o atenție așa de mare, ceea ce adaugă valoare tabloului este caracterul familiar regăsit în înfrumusețirea fetei. Poate că nu știm cine este, dar modul în care ne privește denotă un aer extrem de intim. Este în natura noastră să încercăm acest sentiment cu cel al familiarității. Și, totuși, nimeni nu știe cum arată cu adevărat. Chiar și trăsăturile definitorii, asemeni culorii părului sau ochilor, ne sunt ascunse, adăugând un aer de mister ce învăluie acest tablou. Ultima, dar cea mai importantă calitate a acestui tablou ar fi elementul imparțial ce îl reprezintă, nu știm cine e fata sau la ce se gândește, iar asta formează un izvor nesfârșit de curiozitate.



Creațiile noastre

Moatăr Natalia

Un zâmbet prin literatură

Să zâmbești nu te costă nimic. Să faci oamenii din jur să zâmbească, nici atât. Trebuie să recunoaștem că am cam uitat să o facem. Suntem atât de dependenți de obiectul acela mic pe care îl ținem în mână, încât nu mai observăm nimic în jur. Ecranele în care stăm cu ochii, ne rup de realitate. Mă tem că o să ne trezim bătrâni și o să ne întrebăm: „Câte locuri am vizitat? De câte ori am zâmbit în viața mea? De câte ori am făcut pe cineva să zâmbească?”. Poate că răspunsul va fi „De multe ori, am vizitat, am zâmbit și am dăruit zâmbete”, dar dacă răspunsul va fi: „De prea puține ori...”. Ce vom mai putea face? Anii nu îți vom recupera oricum.

Nu cu mult timp înainte, chiar de ziua mea, a avut loc un incident. Ca în fiecare an, mă așteptam ca acea zi să fie mai specială. Mi-am dorit un tort mare, dar și gustos. Ne-am hotărât să îl facem noi, ne și distram pe deoparte. După o muncă de câteva ore, am terminat tortul ce era super frumos. A doua zi, m-am trezit fericită, alături de cei dragi mie. Și iată că pe la ora 12:00, a venit momentul tortului. Toți cântam, iar între timp venea tatăl meu cu tortul în mână. Deși eram ursuzi fiecare la masă, lângă scaune, un moment de neatenție a durat, ca tata să scape minunata operă. Nu pe jos, ci chiar pe verișorul meu. Poate că trebuia să ne întristăm, poate că alții asta ar fi făcut. Noi am zâmbit lung, bufnindu-ne și râsul. La urma urmei ca conta dacă tortul rămânea întreg. Atâta timp cât eram posomorâți înainte. Am strâns după și a mai rămas și tort pe tavă.

Acesta a fost unul din puținele momente în care chiar am fost fericită. Haideți să facem din orice lucru o amintire frumoasă, să nu mai dramatizăm din orice și să savurăm clipele pe care le-am mai avea.

Pantea Abel

Amurg înflăcărat

Adoarme-ncet amurgul între dealuri,
Răspândind flori de foc pe latele câmpii.
Dansează zarea lunecând pe maluri
Prefăcând apa în flăcări arămii.

A luat foc pădurea de la munte,
Vopsind copacii în aur curat.
Din cer, cad razele tăcute,
Spălând în foc întregul sat.

Adormit-a soarele în depărtate zări,
Aruncând ultimele clipe de lumină,
A stins aur, flori și multe flăcări,
Oprind povestea mea divină.

Din univers, în gânduri

Desprins din stele-aș vrea să cad
Din univers, departe,
Căzând, gânduri, amintiri să ard
Să uit de moarte.

Căci poate-atunci, meteorit,
Și pulbere, dorințe,
În gânduri să știu eu am trăit,
Mereu nestinse.

Ah, dor de vară!

Pe câmpia verde se unduiau valuri
Iar cu valul, vioi, valsa încet iarba.
Pe cer, ciripind duios, treceau stoluri.
Ah, sufla lin vântul și era încă vara!

Simțeam natura și-alergam pe câmpie:
Mirosul ierbii, fluturii, norii, căldura
Toate, zilnic, m-atrăgeau în călătorie.
Ah, eram tânăr și era încă vara!

Așa frumos era, dar doar o reverie.
E rece și în jur copacii-s desfrunziți
Stau pe iarbă moartă, e toamnă târzie.
Ah, ce melancolie și câți ani risipiți!

Pantea Abel

Trandafirii efemeri

Trandafirii sunt florile primăverii
Când cu haine pestrițe se îmbracă merii.
Trandafirii.

Trandafirii sunt pe ceruri norii
Când soarele se supune asfințirii.
Trandafirii.

Trandafirii sunt la fete obrăjorii
Când cu iubire îi dau sărutării.
Trandafirii.

Trandafirii sunt zilele tinereții
Când spre moarte duc anii vieții!
Efemeri.



neintitulate

Ceobanu Denisa

te chem prin vis
în lumea mea boemă
să-ți arăt că ți-a fost scris
să-mi faci ordine în rimă
fă-te frază, fă-te vers
fă-te să-mi fii univers
fă-mă așa, fă-mă și invers
fă-mă să îți fiu revers
vino dă-mi ziua cu miere
și noaptea pulbere de stele
să-mi dai priviri efemere
cât eu te ung cu poeme.

Ceobanu Denisa

În poezia mea
îmi ești galerie de artă,
îmi ești paleta de culori,
căci fără tine, arta-i neagră.
Îmi ești ce n-am avut
ce n-am putut
ce poate mereu aș fi vrut
îmi ești ce n-am visat că pot
îmi ești fără antidot
și-mi ești drag,
mereu mi-ai fost
dar credeam că n-are rost
că n-aș putea să-ți fiu ce-ți sunt
că n-aș avea ce ai fi vrut.

Ceobanu Denisa

iubitule, tu nu știi
cât mi te voiam să vii
să-mi fii doar durere
ce-mi curge prin vene
și iar ca blesteme
să-mi fii în poeme
și stea ai fi vrut
și eu te-aș fi vrut
și luna să vezi
prin mine să te pierzi
și-n cosmos să pleci
de dor să mă-neci
și-acum de-ai veni
iubire să-mi fii
ca jarul ce arde
m-atingi pe spate
și iar ne străbate
teama de moarte.

Revelația gândului

Denisa Oprea

Culori pastelate și un cadru euforic
În lumina după-mesei.
Ziduri pline de un greu istoric
Și mirosul cafelei.

Am auzit că preferi ceaiul
Poate ceva mai specific?
Lungile-ți degete ating raiul
Viselor tale – tipic.

Sunt doar un gând din colțul camerei
Ce te va lovi din clipă-n clipă
Și te voi îneca în infinitul sferei
Sau emisferei
Cu ușurință.

Uneori mă întreb: „Ce efect am asupra ta?”
Iar tu, atotștiutoare, spui: „Oricum e
degeaba”

Cuvinte simple împodobesc spații grele
De gânduri și patimile mele.

Cuvinte rostite sau nerostite? – totuna
În lumina difuză se agață și-ntruna
Ciupesc prin straturi dense ale cunoașterii
Eterne sau efemere prin taina renașterii.

Devenire

Tat Antonia

A-nceput cu primăvară,
S-a transformat în povară
Dintr-un mugure duios
Într-un copac spinos
Activă într-o lume absent
Oare eu sunt prezentă?
O vară-nseninată
S-a preschimbat într-o hartă
Am avut conducătoare
Acum sunt singură oare?
Sărmană copilărie
Să fi știut cum să fie
Să fii propriu-ți îndrumător
În ceva ce-i trecător

Într-o toamnă efemeră
Poate într-o altă eră
Să eternizez o clipă
Să vindec a mea aripă
Dar mă-ntorc la tine iar
Să-nveșnicesc al meu dar
Mi-ai dăruit o floare
Eu o voi face să zboare
Jertfă pe-un tărâm teluric
Dar renasc din întuneric
Din zăpada cea topită
De o rază ocrotită
În primăvara vieții
Dănuie ceții

Reverie

Denisa Oprea

Îmi aduc aminte cum
Undeva departe, pe-un tărâm
Soarele ardea sub urme de praf
Norii plonjau; m-ascundeam în dulap.
Uneori pluteam pe-un nor de sticlă, iar zeci de raze cosmice
Găzduiau albul zăpezii și-mi ascultau poveștile.

Ca niciodată-n viața mea
Lumea de afara vibra,
Gândul îmi înota – acum zărește
Amintirea plăpândă și rece
Despre o copilărie ca-n povești
Cu prinți, regine, cavaleri;
Se agață-ntr-un ungher
Îndepărtat, uitat și rece.

Ne-ncetată căutare, sunt tot eu;
Din unde selenar, zonele stradale
Se feresc de arșița dogoritoare
Și pândesc din lumina lămpii vii
Un chip, o muză sau un gând
Privind rânzând la omul cel de rând.

E diferit, privesc pe geamul aburit,
Cerul pare obosit, timpul și-a înrobit
Decenii scrise în lumina dimineții
Natura urmând-și însă cursul vieții.

Într-un plăpând triumf cu slabi eroi
Ștersele perdele dansează încă șuvoi
In suflul sfânt al necuratei vremi
„ – OH, Toamna, tu, ce-ai pățit?
De ce gemi?”

Când petalele ți-s sângerii
Degete mărunte ating albe draperii
Savurându-ți propria suferință, iar tu
Furându-mi propria căință.

Căci m-ai văzut crescând,
În inima copacului creștând
O viață și o moarte, de suflet legate.
Prin ani de miere încă mai trăiesc
Și cu o blândă inocență încă mai iubesc.

Am închis ochii pentru o secundă
Dar secunda s-a scurs.
Anii trec, ani rămân
Iarba acum verde ține loc de fân.

Multiversul – pseudoștiință sau realitate?

Oprea Denisa

Toată lumea a auzit până acum de teoria conceptuală a universurilor paralele. Cu toate că o mulțime de cercetători și-au susținut teoria cu dovezi științifice destul de clare, mulți necunoscători tratează cu neseriozitate subiectul, considerându-i pe cei ce abordează teoria ca fiind adepți ai pseudoștiinței.

Termenul de „multivers” sau „univers paralel” exista încă din 1895 și a fost inventat de filosoful și psihologul american William James. Teoria va fi lăsată mai apoi în mâinile fizicienilor, iar abia în 1920 se pun bazele acesteia. După o cercetare mai amănunțită a proprietăților electronilor, profesorul Alan Guth susține: „Când cineva studiază proprietățile atomilor, descoperă că realitatea este mai stranie decât și-ar fi închipuit oricine. Particulele au, într-adevăr, posibilitatea, într-un anumit sens, de a se afla simultan în mai multe locuri.”

Odată cu trecerea timpului, teoria multiversului crește în popularitate. În 2010, scriitoarea Fiona Broome introduce, pentru prima dată în istorie, conceptul de „efect Mandela” ce, cu timpul, face ravagii în rândul publicului larg. Efectul Mandela se referă la fenomenul în care o amintire falsă este percepută în același mod de către masele de oameni. Nimeni nu știe de ce se întâmplă acest lucru. Cu toate acestea, efectul Mandela a început să fie asociat cu conceptul multiversului.

Lăsând la o parte teoriile și conceptele științifice sau pseudoștiințifice, un eveniment puțin cunoscut, dar care a pus un semn de întrebare major, se desfășoară cândva între 2013 și 2017. Un cuplu în vârstă își rezervă o cameră la o pensiune pentru weekend. Intrând pentru prima dată în camera rezervată, cei doi observă că mobila cu care era decorată camera pare a avea un stil mai vechi, însă nu se îngrijorează prea tare, dat fiind faptul că pensiunea la care stăteau nu era modernizată în niciun fel. Mai târziu, în aceeași zi, decid să citească ziarul și dau o fugă până la magazinul din colț de stradă. După ce cumpără ziarul, observă că anul evenimentelor notat pe pagini este 1820. În momentul conștientizării, împrejurimile revin la normal, singurul lucru ieșit din comun rămânând doar ziarul ce se află în mâinile lor. În prezent, ziarul există expus într-un muzeu din Statele Unite.

Realitatea este un concept ciudat, iar lucrurile de care suntem siguri că există pot fi doar iluzii ce fluctuează printre gândurile noastre. După un moment de sinceritate cu noi înșine, putem ajunge cu ușurință la concluzia că, deși credem în de toate, nu suntem siguri de nimic. Prin urmare, e posibil oare să fim doar un atom din trupul multiversului?



Personalități, modele

Ștefan Lucian

Sportivul meu preferat este Mo Farah, deoarece, la un concurs unde a alergat 10.000 de metri, după ce a căzut în cursă, el a reușit să câștige a 3-a medalie de aur, pe care a obținut-o în cariera sa.

S-a născut în Somalia, unde și-a trăit primii ani din copilărie, dar, la vârsta de 8 ani, s-a mutat în Anglia pentru a se alătura tatălui său. În anul 2001, a câștigat titlul de Campion European la juniori și a început să se pregătească la St Mary's University College, datorită unei burse.

În 2005 s-a mutat în Kenya, pentru a se antrena cu atleți kenieni și cu alergătorul australian Craig Mottram. S-a calificat la Jocurile Olimpice de vară de la Beijing, dar a fost eliminat înaintea finalei. În 2010 a câștigat primul său titlu major din carieră, la Campionatul European de la Barcelona, atât la 10.000 m, cât și la 5.000 m.

În concluzie, Mo Farah a avut o carieră cu suferințe și coborâșuri, dar constituie un reper în lumea sportului mondial.

Andreea Duma

Cu siguranță, toată lumea cunoaște faptul că sportul este o componentă esențială către drumul spre succes. Activitatea fizică regulată te ajută să îți păstrezi abilitățile mintale de-a lungul timpului. Când vine vorba despre sport, pot oferi o mulțime de argumente pro, deoarece toată viața mea a însemnat sport.

Desigur, totul are un început, iar începutul meu a fost Jeremić Mihaela. Jeremić Mihaela este un nume bine cunoscut în istoria voleiului românesc, în prezent fiind o jucătoare importantă a lotului clubului sportiv Medgidia. Aceasta a fost declarată Maestru Emerit al Sportului în 2021. Până aici, nimic nu o deosebește de alte jucătoare. Secretul ei, și ceea ce o face o jucătoare deosebită, este faptul că, în ciuda defectului din naștere, a criticilor, a cuvintelor de descurajare, Mihaela, cu doar 6 degete la ambele mâini, a ajuns pe podium. Este un exemplu de urmat și cu siguranță este exemplul meu. O sportivă trebuie să aibă încredere în sine și să nu ofere interes criticilor, și exact aceasta este Mihaela. De ce este modelul și sportiva mea preferată? Pentru că, în fiecare an, ea dovedește că munca este mai presus decât talentul și că niciodată nu ești în dezavantaj față de adversar.

Interviuri cu foști elevi ai colegiului nostru

Interviu cu Loredana Neagoe

1. Ce facultate ai urmat și cum ne-ai putea-o descrie?

Am urmat Facultatea de Media și Comunicare la Goldsmiths, University of London, o instituție cu istorie, recunoscută la nivel mondial nu doar pentru profesorii ei de excepție, oameni cu experiență în industrie, dar și pentru rezultatetele studenților care i-au trecut pragul. E un loc unde profesorii își încurajează elevii să citească cât mai mult pentru a-și forma o gândire critică, să pună întrebări la fiecare pas, să dezbată idei, să aibă mereu în vedere argumente atât pro cât și contra, un loc în care se încurajează diversitatea și autenticitatea.

2. Care sunt motivele pentru care ai ales să studiezi dincolo de hotare? De ce Anglia?

Întotdeauna mi-au plăcut provocările, iar plecarea singură la 19 ani în Anglia, într-o țară în care nu mai fusesem niciodată și în care nu cunoșteam pe nimeni, pot spune că a fost cea mai mare provocare de până acum.

Mi-am dorit să încerc și altceva, să iau contact cu un altfel de sistem de educație, bazat pe practică și comunicare, mi-am dorit ca atunci când voi absolvi să știu ce înseamnă să muncești și să fii pregătită pentru piața muncii, lucruri pe care am crezut că nu le pot obține într-o facultate din România, cel puțin la acel moment.

Am ales Anglia atât pentru facultățile și sistemul de educație prestigioase, cât și pentru limba engleză. Am avut susținerea părinților la fiecare pas și asta m-a ajutat enorm, pentru că altfel cred ar fi fost imposibil să reușesc să ajung acolo.

3. Ne poți destăinui cum au decurs anii de studiu la facultate, materiile tale favorite? Dar viața de student?

Anii de facultate au fost împărțiți, jumătate practică, jumătate teorie. Am avut mai multe materii favorite, cu precădere cele din ultimul an de facultate, însă dacă ar fi să aleg doar una cred că ar fi 'Structure of Contemporary Political Communication', o materie în care studiam momente politice mari la nivel mondial, atât din trecut cât și de actualitate, analizând rolul pe care îl juca presa în conturarea momentelor respective. Însă au fost și alte materii pe care le-am găsit interesante, chiar una pe care am făcut-o în primul an, Media History and Politics, învățând despre presa britanică și realizând diferențele dintre presa de aici și cea din România.

În ceea ce privește practica, în primul an am avut posibilitatea să învăț despre televiziune, radio, ziare, online, animație, și așa mai departe, ca mai apoi, în al doilea an, să aleg două dintre acestea pe care să le fac mai în detaliu, radio și televiziune. În ultimul an a venit vremea să-mi aleg o specializare și am ales producția de conținut video, realizând un proiect de dizertație, un documentar care analiza utilizarea tehnologiei VR (Virtual Reality) în domeniul de sănătate. Veneam cu propriile idei de documentare pe care le produceam

ulterior în perechi sau echipe în funcție de proiect, găsim-ne singuri oamenii pe care urma să-i interviewăm, ne scriam știrile și le prezentam mai apoi pe radioul universității sau scriam pentru revista/websiteul facultății. Toate acestea, bineînțeles, sub supravegherea și ajutorul profesorilor noștri de la practică, prezentatori de televiziune, reporteri, scriitori.

Viața de student cred că e asemănătoare cu cea a unui student din România, singura diferență e că aici am întâlnit și continui să întâlnesc oameni de pretutindeni. Marea Britanie e formată dintr-un mix de culturi. Pentru a avea succes aici, oricine va înțelege rapid că trebuie să se adapteze și să învețe a comunica eficient cu cei din jur, indiferent de locul din care aceștia provin. Londra unde și locuiesc e prin definiție un loc al multiculturalismului. E aproape imposibil să nu ai colegi sau vecini de altă naționalitate decât cea britanică. Este de la sine înțeles că vei fi nevoit să interacționezi și să lucrezi cu persoane din țări despre care poate doar ai auzit.

4. Ai terminat profilul filologie, ce alte opțiuni ai mai avut în vedere în ultimul an de liceu?

Sincer, nu m-am gândit la multe alte opțiuni, știam din clasa a XI-a că îmi doresc să merg în Anglia și am început să mă pregătesc ușor, ușor. Mă gândeam să merg la facultatea de jurnalism din București, asta era cea de-a doua opțiune, în caz că nu reușeam să merg la o facultate din străinătate, dar având susținerea părinților mei și rezultate bune la învățură, am reușit să intru la toate cele 5 facultăți la care am aplicat, ulterior alegând-o pe cea care am crezut că mi s-ar potrivi mie.

5. Ce te-a determinat să muncești din greu pentru a ajunge unde ești astăzi?

E greu să aleg un sigur lucru sau moment în viața care m-a determinat să pornesc pe acest drum, pentru că însuși drumul pe care sunt acum e în continuă schimbare și spun asta pentru că mereu îmi doresc mai mult și așa am încercat să fiu întotdeauna, luptătoare și ambițioasă. În ceea ce privește cariera odata ce mi-am atins un tel, mi-am setat altul și mai mare și tot așa, muncind și privind cu entuziasm spre următoarea reușită. Iar toate obstacolele pe care le-am întâlnit pe drum și toți oamenii care mi-au spus că nu voi reuși n-au făcut decât să mă ambiționeze și mai tare.

Cred că un alt motiv a fost pasiunea și dragostea pentru ceea ce fac. Mi-am dorit de mică să lucrez în televiziune și, deși poate atunci părea doar răspunsul la întrebarea "Ce vrei să te faci când ajungi mare?", cu timpul am început să cred tot mai mult în visul acesta și sunt fericită să spun că am același vis și în prezent.

6. Cum ai descrie job-ul pe care îl ai?

Sunt Production Coordinator la BBC, în departamentul World Service. Coordonez proiecte de televiziune, radio și online pentru BBC Africa, monitorizând bugetele pe care le avem pentru fiecare emisiune în parte, alegând oamenii potriviți pentru fiecare job, filmând împreună cu jurnaliștii și producătorii în studio și să sperăm că după ce trec restricțiile de pandemie și în diferite locuri de pe glob.

Mă ocup de două echipe, BBC Africa Sport fiind una dintre ele. O emisiune la care lucrăm chiar în momentul de față este Africa Sports Personality of The Year, unde coordonez

interviuri cu personalități din lumea sportului precum fotbalistul de la Liverpool Mohamed Salah sau medaliatul olimpic Kenenisa Bekele.

Cealaltă echipă de care ma ocup este Africa Digital, unde desi lucrăm mai mult pe producții pentru mediul online, acoperim o gamă vastă de subiecte, de la sănătate, la politică, și așa mai departe.

Este un pas important in cariera mea, dorindu-mi să ajung producător de televiziune, iar acest job imi oferă posibilitatea să experimentez și să învăț despre lumea televiziunii. Sunt norocoasă să lucrez cu oameni cu peste 20 de ani de experiență în media, dispuși să-mi ofere din timpul lor pentru a mă sfătui și a mă învăța.

Adrenalina filmarilor in direct, bucuria și mândria când reusesc să aduc profesioniști și contribuitori renumiți în echipă, și sentimentul de ușurare o dată ce emisiunea s-a transmis și totul a decurs ca pe roate, sunt câteva dintre trăirile care mă fac să-mi iubesc jobul și să-mi doresc să continui să cresc în acest domeniu.

7. Care este sfatul tău pentru generațiile viitoare?

Să îndrăznească să vizeze cât mai sus, pentru că niciun vis nu e prea mare, să creadă din răspuțeri ca orice își propun se poate realiza cu muncă, pasiune și ambiție. Să nu le lase acapărți de mentalități negativiste, iar, dacă dau greș sau realizează că nu au făcut cele mai bune alegeri, să nu se lase doborâți, nu e niciodată prea târziu să o ia de la capăt pe un alt drum. Si cred că cel mai important e să aibă încredere în ei, iar asta se învață cu timpul și după fiecare reușită.

8. Care sunt dezavantajele muncii în Diaspora?

Cred că sunt mai multe avantaje decât dezavantaje, însă, pentru mine personal, dezavantajul ar fi faptul că sunt departe de toți cei dragi mie și, oricât timp ar trece, nu mă pot obișnui cu lipsa lor. Sunt conștientă de lipsurile din România, dar până la urmă e țara mea și o iubesc așa cum e, și mi-e dor de tot ce reprezintă ea, mi-e dor să mă simt acasă.

Interviu cu Călin Popescu

Călin Popescu este absolvent al Colegiului Național „Traian Doda”. În prezent, el este CTO (Chief of Technology Officer) și co-fondator al firmei VAHA.

1. De ce ai ales acest liceu ?

Am ales liceul Colegiul Național „Traian Doda” pentru că, la momentul în care eu terminam școala generală, era cel mai bun liceu din oraș. Eram interesat de secția de matematică-informatică și oferta Colegiului Național „Traian Doda” mi s-a părut cea mai interesantă. În același timp, am fost oarecum influențat și de foștii colegi din generală, marea majoritate dintre ei alegând aceeași secție.

2. Cum crezi că te-a ajutat faptul că ai învățat la C.N.T.D. ?

Este destul de greu să spun cum m-a ajutat că am învățat la Colegiul Național „Traian Doda”, pentru că nu am un nivel de comparație cu alt liceu, deci e oarecum imposibil să am o altă referință. Cred că m-a ajutat prin calitatea și disciplina impusă, în primul rând. Câțiva profesori, pe care am avut norocul să îi am, au reușit să impună la nivel de clasă o anumită formă de respect și interes pentru materiile predate. Cred că multe dintre disciplinele învățate mi-au oferit o formă structurată de a aborda problemele.

Cred că foarte mult m-a ajutat limba și literatura română, unde, aproape în fiecare oră, dezbăteam anumite teme cu doamna profesoară Frențiu. Felul acesta liber de a vorbi m-a ajutat și încă mă ajută în viața profesională de zi cu zi. La Colegiul Național „Traian Doda” am învățat să am o opinie, să o argumentez și, în același timp, să accept argumentele altor oameni. M-au ajutat și mă ajută foarte mult informatica și matematica învățate, dar și imboldul creativ stimulat de domnul Barbu. În timpul liceului eram o fire creativă, însă nu aveam neapărat o înclinație spre business și economie. Cred că stimularea creativității și disciplina impusă m-au ajutat să îmi organizez viața și gândirea într-o formă mai eficientă.

3. Ce ți-a plăcut la liceu ?

Mi-a plăcut clădirea liceului. Mi-au plăcut muzica din pauze și relațiile foarte apropiate pe care le aveam cu toți colegii.

4. Care era materia ta preferată și de ce ?

Greu de spus, probabil limba română.

5. Care a fost parcursul tău educațional ?

La finalul liceului îmi doream să devin regizor sau operator de imagine, așa că am urmat Facultatea de Film, Teatru și Televiziune de la Cluj, la secția Comunicare și Media. În anul 1 de facultate mi-am dat seama că mă interesează mult inovația în tehnologie și business-ul, așa că am început să îmi planific viitorul. Am continuat cu un Masterat în

Managementul Inovației în Industriile Creative, la Central Saint Martins College of Arts and Design din cadrul Universității de Artă din Londra.

6. Spune-ne câteva lucruri despre ce faci în prezent.

În prezent transform idei inovative în afaceri în domeniul tehnologiei. Uneori investesc în mici proiecte începute de alți oameni și le susțin pe parcursul dezvoltării lor într-o afacere. Sfătuiesc antreprenori și afaceriști să rezolve diferite probleme și provocări cât mai eficient posibil.

7. Te-ai gândit în timpul liceului la ceea ce faci acum?

Aveam multe idei în timpul liceului și nu reușeam să le articulez destul de bine. Am știut din timpul liceului că vreau să creez lucruri din nimic, din idei. Cum am răspuns la întrebarea anterioară, la finalul liceului îmi doream să devin regizor de film.

8. Poți să ne spui mai multe despre oglinda VAHA ?

Oglinda VAHA este un produs inovativ, o oglindă inteligentă pentru fitness și antrenamente acasă, care oferă un plan personalizat, în funcție de particularitățile și schimbările pe care vrei să le integrezi în viața ta de zi cu zi. În același timp, este o poartă de comunicare cu alți oameni din comunitate și o platformă multimedia, care integrează servicii construite de alte firme.

9. Ce planuri ai pentru viitor ?

Să transform mai multe idei în afaceri. Să investesc în tineri cu potențial. Să văd mediul antreprenorial tech din România aliniat cu cel din afară și să ajut cât de mult se poate oameni asemănători mie, cu ambiție, care nu știu neapărat cum să ajungă la anumite răspunsuri.

10. Ce sfaturi ai pentru tineri ?

Să nu se compare niciodată cu alții. Să fie pasionați. Să facă ceea ce le place și să învețe să își dea seama care e acel lucru pe care se văd făcându-l toată viață. Să experimenteze până găsesc acel ceva. Să viseze, să nu se dea bătăuți și să creadă în ambițiile lor. Să aibă încredere în ei și în puterea lor. Să nu accepte lucrurile așa cum sunt și să ducă, cu ei înșiși, o luptă disciplinată de a fi mai buni. Să nu fie invidioși pentru că alții au reușit mai repede și să muncească la propriile vise, iar, dacă nu le au, să încerce să le găsească. Să fie consecvenți și să nu uite că, dacă vor să schimbe ceva, o pot.

Interviu cu Maria Mura

1. Dintre toate țările și facultățile disponibile, de ce ai ales să mergi în Olanda?

Am vrut să merg undeva unde nu mai fusesem. Să fie ceva complet nou, să o iau de la zero.

2. Care este experiența ta cu sistemul de învățământ olandez?

Personal, am avut o perioadă dificilă să mă acomodez cu sistemul lor. Mi se pare totul diferit. Se bazează foarte mult pe self-study și pe logică.

3. Ce poți spune despre diferența dintre facultatea românească și cea olandeză?

Nu pot să îmi dau cu părerea de diferența dintre facultatea de aici și cea din România, pentru că nu am experimentat pe amândouă. În schimb, pot spune că în Olanda se pune foarte mare accent pe starea de bine a studenților, se organizează întâlniri cu study-advisors, în care se vorbește de viața din afara facultății, de experimentele personale, care vin odată cu mutarea și despre orice alt lucru pe care ai vrea să îl discuți.

4. Având în vedere că deguști pentru prima dată perioada universitară, ce sfaturi le-ai putea da elevilor ce se pregătesc să pășească și ei către această perioadă a vieții?

Cel mai bun sfat pe care îl pot da este să nu lase nimic ce pot face azi pe mâine. Trecerea de la liceu la facultate este foarte grea, pe lângă plecatul de acasă și libertatea cu care vine această perioadă, cursurile și materiile sunt infinit mai grele și mai multe. Trebuie să fi cât mai organizat și să repartizezi timpul liber și cel pentru învățat foarte bine.

5. Crezi că decizia de a învăța în altă țară a fost una potrivită?

Personal, cred că a fost cea mai bună decizie pe care am luat-o. Cu toate că școala este neașteptat de grea, simt că învăț lucruri foarte utile, într-un mediu liniștit și plăcut. Pe lângă acestea, experiența mutării și faptul că am cunoscut persoane din culturi atât de diferite față de a mea sunt lucruri de care cu siguranță nu m-aș fi bucurat în țară.

Interviuri realizate de Antonia Tat, Maria Popescu, Denisa Oprea

Omenirea și planeta

Material prelucrat de Denisa Oprea

Poluarea marină

Epoca contemporană. „Ce vremuri potrivite pentru a te bucura de bogățiile vieții” ar spune unii. Ei bine, lucrurile sunt mult mai complicate decât par la prima vedere.

Modernizarea societății în care trăim a dus la acomodarea populației cu starea de bine și de confort, pe care resursele moderne ni le-au adus. Obişnuința de a ne satisface orice capriciu, la orice oră a zilei, a contribuit la desfătarea oamenilor din plin cu produsele din pește. Și pe bună dreptate, ne poate învinovăți cineva? Dacă nu ne învinovățim noi, ne învinovățește Mama Natură, deoarece firea noastră insașiabilă a adus mai mult rău decât bine planetei.

Puțini știu că poluarea datorată consumului ridicat de pește reprezintă 50% din întreg procentul de materiale sau factori ce contribuie la poluarea Terrei. Marile companii au profitat din plin de dorințele noastre culinare, astfel încât pescuitul în masă, desfășurat adesea ilegal, determină ca aproximativ 700.000 tone de plase de pescuit să fie aruncate anual în oceane. Acest lucru se întâmplă datorită faptului că descotorosirea în moduri neortodoxe de ustensilele ce nu mai au folosință este mult mai ieftină decât reciclarea lor într-un mod responsabil.

Microparticulele de plastic ce plutesc în apele oceanelor sfârșesc consumate de viețuitoarele marine. Peștele pe care îl consumăm își desfășoară existența în ape toxice, contaminate cu rezultatul poluării, fapt ce ne pune sănătatea sub semnul întrebării.

Mai mult decât atât, din cele 300 de milioane de tone de plastic ce sunt produse în fiecare an, 8 milioane de tone ajung înecate în apele oceanului. Nivelul poluării adus de societatea epocii contemporane este unul absolut terifiant, astfel încât mai mult de 95% din populația Terrei respiră aer poluat. Cum ar mai putea atunci cineva să o învinovățească pe Mama Natură pentru această pedeapsă capitală? Ne purtăm povara propriei lăcomii, zi după zi, exact cum își cară și Sisif bolovanul în spate, din nou și din nou.

Pe lângă factorii ce cauzează direct poluarea marină, există și niște factori indirecti, mai puțin discutați sau scoși în evidență. Pescuitul în exces duce la punerea în pericol atât a speciilor ce erau deja catalogate ca fiind extinse, cât și a celorlalte specii. Consecințele acestor fapte se restrâng în bine cunoscuta criză climatică, careia începem încă de pe acum să îi simțim efectele.

Ce putem face pentru a încerca să remediem situația? Singura soluție realizabilă este diminuarea consumului de pește. Astfel, marile companii, neavând profitul necesar, ar conchiziiona că pescuitul ilegal e inutil, ceea ce ar face ca poluarea planetei să scadă cu aproximativ jumătate față de procentul existent în prezent.

Niciodată nu e prea târziu pentru a face o schimbare!

Pandemie și viruși

Pandemia și frica de boală au afectat modul nostru de a ne manifesta/de a comunica?

În opinia mea, pandemia și frica de boală au afectat modul nostru de a ne manifesta/de a comunica.

În primul rând, această criză sanitară ne-a obligat să ne reorientăm toate activitățile de zi cu zi deoarece multe dintre spațiile în care obișnuiam să ne desfășurăm activitățile în mod obișnuit s-au închis. Câteva dintre acestea sunt teatrele, cinematografele, sălile de sport, bazinele interioare, terasele și restaurantele-locuri pe care le frecventam pentru a ne relaxa și pentru a ne elibera de grijile și stresul cotidian, altele ar fi unele unități de învățământ și locuri de muncă- locuri în care ne pregăteam pentru viitor, în care ne formam ca oameni, respectiv în care lucram pentru a duce o viață buna, fără lipsuri. Multe dintre acestea au fost mutate în mediul online, ceea ce ne-a forțat să rămânem în case și să facem toate aceste activități din confortul propriei locuințe, limitându-ne orizonturile, astfel oprind dezvoltarea noastră armonioasă.

În al doilea rând, prin apariția pandemiei în viețile noastre, am fost privați de colegi, prieteni și familie. Prin închiderea școlilor pentru anumite perioade de timp am încetat contactul cu colegii, ducând lipsa unui colectiv cu care putem comunica zilnic față în față. Organizarea evenimentelor, cum ar fi botezurile, nunțile, majoratele sau chiar zilele de naștere ne aduceau mai aproape de prieteni și familie, însă limitarea numărului de persoane din cadrul acestora a dus de multe ori la anularea întregului eveniment, astfel încât au fost rărite întrunirile cu cei dragi. De asemenea, restricțiile de deplasare între țări și orașe au avut aceleași efecte negative asupra reuniunilor între familii/prieteni.

În concluzie, pandemia ne-a schimbat stilul de viață și modul în care interacționăm cu cei din jur.

O scurta istorie a pandemiilor

Material selectat de Iacob Onisim

Cu cât studiezi mai mult istoria, cu atât realizezi cât de norocoși suntem că trăim în perioada în care trăim. Astăzi nici nu putem să ne închipuim și suntem complet detașați de provocările zilnice monumentale prin care treceau oamenii pe aproape tot parcursul istoriei, și cel mai bine putem înțelege asta când vine vorba de boli. Astăzi suntem îngrijorați de o epidemie mondială, știrile despre Corona Virus parcă nu se mai termină, dar cu toate acestea nicio boală modernă nu se compară cu pandemiile catastrofale prin care a trecut umanitatea în trecut. Astăzi vom pune lucrurile în perspectivă puțin și vom vorbi despre cele mai rele pandemii din istoria umanității.

1. Declinul Neolitic

Acum mii de ani, în epoca neolitică, a avut loc o scădere bruscă și masivă a populației. În acea perioadă comunități agricole au început să se răspândească, peste tot în Asia și în Europa, iar în unele zone, inclusiv pe teritoriul României de astăzi au apărut mega așezări agricole. Existau proto-orașe unde locuiau peste zece mii de oameni, totuși, începând acum 5000-6000 ani nu a mai apărut nicio astfel de mega așezare, iar cele deja existente au fost abandonate. Nu se știe de ce se întâmplat asta, unde au dispărut toți oamenii, dar una dintre principalele teorii este răspândirea unei boli infecțioase. Această teorie este susținută și de descoperirea unui mormânt masiv în Suedia, unde erau îngropați 79 de oameni care au trăit în acea perioadă și în aceeași groapă s-au găsit de asemenea fragmente străvechi din ADN-ului unei bacterii numită YERSINIA PESTIS, cunoscută mai bine sub numele de ciuma bubonică.

2. Ciuma Ateniană

Prima pandemie despre care avem arhive istorice a avut loc în Atena prin anii 430 înaintea lui Hristos. În timpul războiului peloponesiac între Atena și Sparta, oamenii au dat năvală în cetatea ateniană, pentru a se proteja, triplând astfel populația orașului. La un moment dat, o boală misterioasă, apărută undeva în Etiopia, a traversat Mediterana și a ajuns în Atena, iar orașul izolat și extrem de aglomerat avea să fie devastat. Boala misterioasă avea să omoare aproximativ 100000 de oameni în Atena, aproximativ o treime din populația orașului, una dintre victime fiind chiar Pericle, generalul care conducea armata ateniană.

3. Ciuma Antoniană

Următoarea mare pandemie a avut loc în Imperiul Roman, între anii 165 și 180, în timpul domniei ultimului mare împărat al Romei, Marcus Aurelius Antoninus Augustus (din acest motiv a rămas cunoscută ca ciuma antoniană). Marcus Aurelius a rămas renumit ca împăratul filozof, dar, pe lângă meditațiile lui, acesta a fost și un mare cuceritor. Un grup de soldați care se întorcea de la bătălii din Orientul Mijlociu a adus o boală îngrozitoare. De altfel vom observa că există o strânsă legătură între război și epidemii. În acest caz, soldații au adus o boală care avea să omoare aproximativ 5 milioane de oameni pe teritoriul Imperiului. Din nou nu se știe sigur ce boală era, fiind vorba cel mai probabil despre variolă.

4. Ciuma Iustiniană

Următoarea ciumă majoră a avut loc între 541 și 542, în rămășițele Imperiului Roman, mai precis în Constantinopol. Aici, numeroși oameni au început să se îmbolnăvească. În prima etapă aveau febră, unele părți ale corpului se necrozau, pe urmă unii intrau în comă, pe când alții o luau razna și deveneau delirici, iar apoi mureau. În toată criza, între 5 și 10 mii de oameni mureau zilnic în Constantinopol; nu aveau unde să îngroape toate cadavrele, erau săpate tranșee enorme în care erau aruncate victimele, dar tot nu era suficient. Unele cadavre au fost puse pe vapor și aruncate în mare, dar adesea pluteau înapoi spre țărâm. Problema nu era prezentă doar în Constantinopol, se răspândise și în regiunile apropiate,

această ciumă fiind prima care s-a răspândit pe trei continente, omorând în total între 25 și 50 de milioane de oameni. Bacteria responsabilă pentru toate acestea era din nou YERSINIA PESTIS, cea prezentă și în neolitic

5. Ciuma Neagră

Ciuma neagră sau ciuma bubonică a fost una dintre cele mai mari catastrofe din istoria umanității. Virusul YERSINIA PESTIS revenise, dar într-o formă nouă și mai periculoasă între 1347 și 1352. Aproximativ o treime din populația Europei a murit în urma infecției. Oamenii care au trăit în acea perioadă credeau literalmente că a venit sfârșitul lumii. Doctorii încercau să facă ce puteau, dar în general erau primii care mureau, deoarece intrau în contact cu bolnavii. Tratamentele folosite erau primitive și periculoase, de exemplu: sângerarea sau înțeparea furunculelor, arderea de ierburi aromatice sau baia în apă cu trandafiri. Mulți oameni se întorceau spre religie și spre preoți, spunând rugăciuni și așteptând o intervenție divină.

6. Schimbul Columbian

La relativ scurt timp după ciuma neagră, a avut loc cea mai mare catastrofă demografică pe care o văzuse vreodată planeta. Descoperirea Americii adus la ceea ce se numește schimbul Columbian, adică cele două lumi au făcut schimb de tot felul de produse: plante, animale, tehnologii și, bineînțeles, boli. Toate epidemiile de pe continentul european au avut o parte pozitivă, în sensul că mulți oameni de aici dezvoltaseră imunitate la aceste boli, dar locuitorii de pe continentul american nu aveau această imunitate. În doar 100 de ani de la descoperirea Americii, vreo 100 de milioane de oameni, cam 90% din populația continentului, au murit de diverse boli. Astăzi dispariția civilizațiilor americane este considerată una dintre cele mai mari tragedii din istoria umană, la care nu ne gândim foarte des.

7. Gripa spaniolă

Cea mai mare pandemie din istorie a avut loc pe la finalul Primului Război Mondial, în 1918, în Epoca modernă. Până acum, toate epidemiile despre care am vorbit au avut loc în perioade în care oamenii habar nu aveau de ce se întâmpla. Credeau că bolile sunt demoni sau vreo pedeapsă de la Dumnezeu. Dar începutul secolului XX constituia o perioadă în care științele – chimia, biologia, epidemiologia - erau în plină evoluție, iar rațiunea reprezenta principala trăsătură a omului. Cu toate acestea, acum are avut loc cea mai devastatoare pandemie din istoria lumii, gripa spaniolă. Aceasta a omorât între 50 și 100 de milioane de oameni, în mai puțin de un an. O treime din populația planetei a fost infectată cu această gripă și 2,5% dintre victime au murit. Războiul a contribuit și el la răspândirea bolii, precum și la numele ei. Motivul pentru care se cheamă gripa spaniolă este pentru că Spania nu era implicată în război și doar aici se raporta în ziare, celelalte țări fiind sub cenzură militară.

PANDEMIILE VIRALE ȘI VULNERABILITĂȚILE UMANE

Prof. Eugenia Adriana Mocanu

Pandemia este un proces infecțios ce apare într-o regiune geografică specială, se răspândește pe areale foarte largi și infectează un procent mare al populației, fiind produsă de o tulpină a agentului infecțios față de care populația nu are experiență antigenică. Pandemiile virale parcurg următoarea dinamică: încep brusc, ating un maxim la 2-3 săptămâni, durează 5-8 săptămâni și cuprind, de regulă, grupa de vârstă lipsită de protecție imunitară sau cu imunitate scăzută. Epidemiile variază ca severitate (virulență), dar produc, de obicei, mortalitate în rândul vârstnicilor.

Pandemia de variolă 1870-1874

Agentul infecțios este un poxvirus. Variola majoră are o mortalitate de 30%, iar cea minoră, de 1%. Mai mult de jumătate dintre supraviețuitori rămân cu cicatrice pe tegumentul feței. Pandemiile de variolă au făcut de-a lungul timpului circa 300 milioane de victime. Variola este prima viroză controlată prin vaccinare globală. Primul vaccin pentru imunizarea antivariolică s-a recoltat din leziunile pustulare de pe ugerul vacii. Proprietățile protectoare ale virusului cowpox au fost intuite și utilizate de fermierul englez Benjamin Jesty (1774), dar o adevărată conjurație a tăcerii a atribuit prioritatea vaccinării medicului veterinar E. Jenner (1796). Inscripția de pe monumentul funerar stă mărturie a priorității lui Jesty. Variola este singura eradicată, deoarece nu există rezervor animal natural!

Pandemiile gripale sunt produse de virusuri. *Pandemia gripală* din 1889-1891 a fost determinată de un virus asemănător H₃. A început în Siberia și Kazahstan și s-a propagat pe ruta Moscova – Finlanda – Polonia – restul Europei. În 1890 a ajuns în America de Nord și în Africa (360 000 de victime). Cele 3 pandemii majore ale sec. XX produse de virusul gripal de tip A au fost:

- **gripa spaniolă (1918)**, originară din China, adusă de muncitorii chinezi în Europa, a fost produsă de H₁N₁, un virus al cărui genom s-a reasortat cu genomul unui virus aviar. Serviciile de telefonie din Spania au raportat-o în 1918 și de aici i s-a atribuit numele de "gripa spaniolă". A fost cea mai severă, cu un mare număr de victime (40-50 milioane, mai ales adulți tineri). Numărul victimelor a fost mult mai mare, fiindcă multe țări nu au înregistrat victimele (URSS postrevoluționară). În Africa subsahariană au murit circa 1,5 milioane de persoane, iar în India a dispărut o generație întreagă.
- **gripa asiatică (1957)**, cauzată de H₂N₂ a început în Hong Kong și s-a răspândit în China – SUA – Anglia (14000 de morți). Al doilea val al pandemiei (1958) a provocat 1,1 milioane de decese. Noul virus H₂N₂ a rezultat prin reasortare genomică: a dobândit 3 segmente genomice (PB₁, HA, NA) de la virusul gripal aviar și a păstrat 5 gene de la virusul uman, iar virusul din '68 a dobândit 2 gene (PB₁ și HA) de la virusul aviar;
- **gripa aviară**, produsă de un virus patogen aviar (H₅N₁), care a infectat în intervalul 1997 – 2007 milioane de păsări domestice, 278 de persoane, dintre care 168 de decese. Este un exemplu tipic de pandemie provocată de un virus infecțios pentru păsări, care a trecut la om, dar fiind lipsit de contagiozitate, a avut o arie limitată de diseminare.

Pandemiile de gripă din 1918, 1947,1957, 1968, 2016, au fost produse de virusuri al căror genom a rezultat prin fenomenul de reasortare.

Epidemia HIV/SIDA, 1981

Sunt cunoscute două variante serologice (subtipuri): HIV-1 și HIV-2, diferențiate prin gradul de virulență.

HIV 1 pare să aibă originea în SIV infecțios pentru cimpanzeu (*Pan troglodytes*), iar HIV 2 ar proveni din SIV care infectează *Cercocebusatys*. Cimpanzeii infectați cu HIV 1 sau cu SIV-cpz nu fac boala SIDA, deși omul și cimpanzeul au asemănare a genelor în proporție de 98%. Se crede că SIV-cpz a infectat cimpanzeul cu circa 10 000 de ani în urmă, timp în care interacțiunea a evoluat prin selecția unor tulpini virale care nu omoară gazda. SIV-cpz a trecut la gazda umană, devenind HIV 1, recent, când omul a distrus jungla africană, mediul de viață al cimpanzeului. Probele de sânge uman recoltate și înghețate în 1959 și analizate după descoperirea virusului au fost pozitive pentru Ac anti-HIV. HIV a evoluat din SIV-cpz la începutul anilor '50, un interval scurt care n-a permis selecția unor tulpini mai puțin patogene. Virusurile HIV au făcut 25 milioane de victime. Transmiterea HIV se realizează prin contact sexual, sânge și derivatele lui, ace și seringi contaminate, în special la cei care își injectează droguri intravenos, pe verticală, de la mamă la făt în timpul vieții intrauterine, la naștere sau după naștere prin secreția lactată. Mai puțin de 20% dintre copiii născuți de mame HIV pozitive se nasc HIV pozitivi. Anticorpii materni anti-HIV traversează placenta, iar testul pozitiv la un copil nu indică infecția. Virusul nu are rezervor natural.

Epidemia EBOLA 2014-2016

EBOLA– agentul febrei hemoragice are tropism înalt pentru celulele nespecifice ale sistemului imunitar (monocite, macrofage și celule dendritice), dar infectează și fibroblastele, hepatocitele, celulele endoteliale. Maimuțele nu constituie un rezervor de virus, pentru că infecția este letală și, astfel, virusul nu se poate transmite. Probabil că virusurile Marburg și Ebola au ca rezervor un rozător sau un liliac și se transmit accidental la om. ***Pojarul (rujeola)***

Agentul etiologic este un paramixivirus. În absența vaccinării, epidemiile sunt frecvente. Infecția produce o imunitate solidă, dar la copiii cu imunodeficiență celulară, infecția evoluează persistent. În faza viremiei secundare, virusul pătrunde în sistemul nervos central și poate determina infecții persistente ale neuronilor asociate cu maladii neurologice: *encefalita post-infecțioasă acută* demielinizantă, asociată cu reacția autoimună față de mielină. Virusul nu are rezervor natural. Numărul victimelor, de-a lungul diferitelor pandemii, se evaluează la 200 milioane. Pentru controlul infecțiilor cu virusul rujeolei se administrează vaccinul *atenuat*, pe cale orală. Vaccinul induce sinteza de anticorpi protectori.

Tifosul exantematic (1914-1922)

Are ca agent etiologic bacteria intracelulară *Rickettsia prowazeki*, transmisă de păduchele de corp, care a produs în Europa de Est și în SUA câteva milioane de victime, iar în România, 300 000. Celulele rickettsiene inoculate prin înțepătura păduchelului se multiplică la nivelul *celulelor endoteliale* ale vaselor mici de sânge și produc vasculita. Celulele își măresc volumul, se necrozează și determină un proces inflamator cu formarea trombilor și obstrucția circulației sângelui. Maladia a fost eradicată.

Covid-19 (2019-prezent)

Noul Coronavirus a apărut în China, la finalul anului 2019, în Wuhan, manifestându-se ca o infecție respiratorie severă, cauzată de infectarea cu virusul SARS-CoV-2. Coronavirusurile reprezintă o familie mare de virusuri, care pot afecta atât oamenii, cât și animalele. În cazul oamenilor, coronavirusurile pot duce la apariția infecțiilor respiratorii și a celor digestive, de la cele mai ușoare, la cele mai severe.

Spre deosebire de virusul SARS din 2003, noul coronavirus a fost considerat de la bun început a avea o rată de mortalitate mai mică. Datorită ratei mari de contagiune, virusul s-a răspândit rapid, declanșând la începutul anului 2020 pandemia COVID-19. Virusul a suferit mutații și variante, producând infecțiozitate în valuri, infecții masive și multe decese.

Un rol important în combaterea agenților infecțioși l-au avut și îl au **vaccinurile**. Vaccinurile sunt produse biologice care conțin bacterii vii cu virulență atenuată, bacterii omorâte, toxine modificate (anatoxine), virusuri infecțioase, dar cu virulență atenuată, respectiv virusuri inactivate și care, introduse pe o cale adecvată în organismul uman sau animal, stimulează reactivitatea imunitară, generând o stare de protecție temporară față de agentul infecțios din care au fost preparate.

Preparatul vaccinal trebuie să fie *eficient*, adică să inducă un răspuns imun protector, a cărui memorie să se păstreze în timp și, pe de altă parte, să prezinte un grad înalt de *siguranță*, adică să nu determine efecte secundare defavorabile.

Administrarea unui vaccin se face pe baza unei strategii bine definite. Scopul vaccinării poate fi *eradicarea*, *eliminarea* sau *limitarea* unui proces infecțios.

- *Eradicarea* semnifică dispariția agentului patogen, consecutiv acțiunii de vaccinare.
- *Eliminarea* corespunde dispariției manifestărilor patologice, deși agentul patogen se păstrează în populația umană sau animală.
- *Limitarea* semnifică posibilitatea controlului unei maladii infecțioase până la un nivel la care nu mai reprezintă o problemă de sănătate publică.

Vaccinurile antiCovid sunt concepute pe baza tehnologiilor ARN. ARNmesager direcționează celulele să producă proteine, la nivelul ribozomilor (granulele lui Palade). Acest material genetic codifică o porțiune de virus, fără să ne provoace boala și astfel dezvoltăm un răspuns imun. George Emil Palade a fost un biolog, medic și om de știință american de origine română, specialist în domeniul biologiei celulare, laureat în 1974 al premiului Nobel pentru fiziologie și medicină. Cel mai important element al cercetărilor lui Palade a fost explicația mecanismului celular al producției de proteine la nivelul ribozomilor, mecanism ce stă la baza fabricării vaccinului.

Sănătatea psihică și psihosocială în timpul pandemiei COVID-19

În ianuarie 2020, Organizația Mondială a Sănătății (OMS) a declarat că apariția bolii provocate de noul coronavirus este o situație de urgență internațională pentru sănătatea publică. OMS a declarat că există un risc ridicat de răspândire a bolii coronavirusului din 2019 (COVID-19) în multe țări din întreaga lume. În martie 2020, OMS a evaluat că COVID-19 poate fi caracterizat ca o pandemie. În acest context, această perioadă de criză generează stres în populație.

COVID-19 a afectat și este probabil că va mai afecta oameni din multe țări, în multe zone geografice. Fiți empatici cu toți cei afectați, în și din orice țară. Persoanele afectate de Covid-19 nu au făcut nimic rău și merită sprijinul, compasiunea și bunătatea noastră.

E greu să fii adolescent în orice context, iar pandemia de coronavirus (COVID-19) face și mai dificilă această perioadă a vieții. Cu școli închise și evenimente anulate, mulți adolescenți ratează activități importante, dar și interacțiuni obișnuite, de zi cu zi, cum ar fi discuțiile cu prietenii sau participarea la clasă.

Dragi adolescenți, voi, cei cărora pandemia vă impune în viața de zi cu zi schimbări care vă fac să vă simțiți neliniștiți, izolați și dezamăgiți, trebuie să știți că nu sunteți singuri.

Dacă închiderea școlilor și titlurile alarmiste vă provoacă neliniște, să știți că nu sunteți singurii care simt asta. De fapt, aceasta este reacția normală. Psihologii au acceptat de mult că anxietatea este o funcție normală și sănătoasă, care ne alertează în caz de pericol și ne ajută să luăm măsuri de protecție. Anxietatea te ajută să iei deciziile necesare în situația actuală

Chiar dacă anxietatea cu privire la COVID-19 este complet de înțeles, trebuie să aveți grijă să folosiți surse de încredere pentru a vă informa sau pentru a verifica orice informații primite pe canale mai puțin credibile. Reduceți la minimum vizionarea, citirea sau ascultarea de știri care vă fac să intrați în panică. Căutați informații numai din surse de încredere și, în special măsuri practice care să vă ajute să vă protejați pe voi și pe cei din jur. Căutați actualizări de informații la anumite ore pe timpul zilei, o dată sau de două ori pe zi. Fluxul brusc și aproape constant de reportaje poate determina pe oricine să se simtă îngrijorat. Obțineți faptele, nu zvonurile și dezinformarea.

Putem face următoarele lucruri pentru a ne proteja împotriva infodemiei: putem încerca să utilizăm doar surse de informare care prezintă încredere, putem verifica, pe cât posibil, sursa informațiilor pentru a ne asigura că aceasta este credibilă/ se bucură de prestigiu, putem lua o **pauză de reflecție** înainte de a decide ce postări merită „share-uite”, putem să nu răspândim informații, poze, video-uri dacă nu suntem 100% siguri că sunt adevărate, actuale, ne-fabricate, publicate de surse credibile, prestigioase și **de specialitate**. Ne putem propune să devenim mai rezervați, mai **prudenți** atunci când luăm contact cu informații senzaționale, imagini, conținuturi audio-video care mizează pe reacțiile noastre viscerale, care ne stârnesc, instantaneu, sentimente de panică, frică, furie sau indignare. Putem reflecta la faptul că, fără să vrem, prin *bășcălie*, glume, sau simple comentarii de formă, putem risca să amplificăm un conținut problematic.

Psihologii știu că, atunci când ne aflăm în situații dificile de durată, este bine să împărțim problemele în două categorii: cele în privința cărora putem face ceva și cele în privința cărora nu putem face nimic. În condițiile actuale, multe lucruri se încadrează în cea de-a doua categorie, dar există o măsură care ne ajută să facem față situației: să ne ocupăm timpul cu diverse activități. Ca modalități prin care putem să ne destindem și să ne creăm un echilibru în viața de zi cu zi. V-ați dorit vreodată să învățați ceva nou, să citiți o carte sau să studiați un instrument muzical? Acum este momentul! Concentrându-vă asupra voastră și găsind modalități de a folosi timpul nou-găsit, reușiți să vă protejați sănătatea mintală în mod productiv.

Unii adolescenți au fost supuși bullyingului și abuzurilor la școală din cauza coronavirusului. Dacă vedeți că un prieten este supus intimidării, abordați-l și încercați să-i oferiți sprijin. Dacă nu faceți nimic, victima va simți că toată lumea este împotriva sau că nimănui nu îi pasă. Cuvintele voastre pot schimba lucrurile în bine.

Nu uitați: acum, mai mult ca niciodată, trebuie să fim atenți să nu distribuim sau să postăm lucruri care îi pot răni pe ceilalți.

Școala noastră în imagini





ACCENTE



Colectivul de redacție

Adelin Câmpian, Claudiu Minda, Antonia Tat,
Denisa Oprea, Cornelia Cepreaga,
Marco Muntean, Alin Bijan,
Prof. Alexandra Miclău

Prof. coordonator: Ana Borcean