ECONOMIC
ȘI NU NUMAI

DEC
2022

NR. 1

COLEGIUL ECONOMIC
„A. D. XENOPOL”

TVA

Trăite și Văzute de Adolescenți

INTERVIU CU
HORIA
CONSTANTINESCU

CONSUMATOR
INFORMAT,
NU DEZINTERESAT!

SCHIMBĂRILE
CLIMATICE

T V A MAGAZINE

-Trăite și Văzute de Adolescenți-

DECEMBRIE 2022

01/2022

Str. Traian, nr. 165, Sectorul 2, Bucuresti 021412
021 320 57 19 / colegiulxenopol@yahoo.com

COLEGIULXENOPOL.RO

ISSN
2393 - 3461

COLEGIUL ECONOMIC „A. D. XENOPOL”

CUPRINS

DE CE LICEU ECONOMIC? - PAG. 2

„Orice profesie ați alege în viitor, dacă ar fi în continuarea studiilor sau într-o direcție total diferită față de cea din liceu, este important să știți că disciplinele economice sunt puncte cheie din bagajul vostru de cunoștințe...”

INTERVIU CU HORIA CONSTANTINESCU - PAG. 3

CONSUMATOR INFORMAT, NU DEZINTERESAT! - PAG. 6

„Rafturile sunt pline de produse, cu ambalaje colorate, care ne fac să uităm de importanța conținutului unui produs. Ce conține eticheta unui produs alimentar?”

DESPRE INVENTARIEREA ANUALĂ - PAG. 13

DESPRE MIJLOACE DE COMUNICARE - PAG. 14

MENS SANA IN CORPORE SANO - PAG. 15

„Este foarte important să înțelegem principiile unei alimentații sănătoase, precum și modul în care alimentele hrănesc corpul uman.”

AIKIDO, A DOUA MEA CASĂ - PAG. 16

„Am înțeles că aikido nu este doar o artă marțială, ci un stil de viață, că aikido este mai mult decât luptă, este autocontrol, aikido este ceva special pentru mine...”

FASHION NEWS - PAG. 17

REALITATEA - PAG. 19

DEZASTRE NATURALE - PAG. 21

„În luna ianuarie 1939, in regiunea Bio Bio din Chile s-a produs un teribil dezastru natural care a rezultat în moartea a aproximativ 30.000 de oameni.”

NE PASĂ DE VIITOR - PAG. 22

CUM SĂ NU ÎȚI PESE DE CE ZICE LUMEA - PAG. 25

CUM SĂ FIU MAI SIGUR PE MINE? - PAG .26

ARTA FOTOGRAFIEI - PAG. 27

MAI ȘI CITIM... - PAG. 29

DE PRIN XENOPOL PAG. 30

MEET THE ENTREPRENEURS

Interviu alături de Valentina Popescu, fondatoarea Atelier Interesart, unul dintre cele mai creative ateliere de design floral.

ANGAJAT LA 16 ANI

„La vârsta adolescenței, majoritatea încep să își dea seama de importanța banilor. Cum pot avea proprii bani de buzunar?...”

De ce liceu economic?

PROF. MIHAELA GEORGESCU

O revistă-magazin a liceului nostru, un proiect ambițios al elevilor ce mi-a lansat o provocare de a scrie, în acest prim număr, în pagina dedicată profesorilor, despre începuturi, despre alegeri și posibilitatea de a le schimba, despre schimbări moderate sau de anvergură, despre schimbări în viitorul apropiat sau îndepărtat. Pentru că, fie ați ajuns la un liceu economic din convingere, fie din ”întâmplare”, aveți de studiat diverse discipline economice, cu un pronunțat caracter practic și este posibil să porniți de la ideea că nu vă plac.

Deși poate nu vă pare așa acum, cel puțin din experiență personală spun că nimic nu este întâmplător. Puteți gândi acum: nu-mi folosește la nimic, nu am vrut să fiu aici, vreau să fac altceva... Dacă ești sigur că vrei altceva, nu ezita, fii curajos și schimbă direcția! Pentru că alegem o profesie și, **dacă nu ne place, o putem schimba?** Cât de mult? După cât timp? Cu ce efort? Întrebări care pot frământa pe oricare dintre noi.

Dacă te afli aici, sigur este un sens pentru asta și, deși nu-l identifici acum, vei afla cândva, de ce. Iar pentru asta, chiar este important să nu-ți irosești timpul, să fii conștient că dacă participi activ și implicat la cursuri (în general și de profil), ai mari șanse să înțelegi mai multe, să îți construiești pas cu pas drumul în viață, să fii încrezător și să dobândești forța de a te convinge pe tine că ești valoros. Ulterior, ceilalți se vor convinge singuri de asta.

Poate vă ajută o poveste despre frământări adolescentine, mereu actuale (precum schițele lui Caragiale), despre teamă și alegeri din teamă, despre posibilitatea de a schimba oricând ceea ce nu-ți mai place să faci, indiferent de efortul depus.

Despre alegeri și posibilitatea de a le schimba

Ca orice adolescent, am fost și eu cândva pusă în fața unei alegeri, aceea a profesiei și, implicit, a liceului pe care să-l urmez. Inițial, îmi doream să fiu învățătoare, așa cum a fost învățătoarea care mi-a ghidat primii pași în școală.

Mă pregătisem pentru admitere însă, în ultimile săptămâni de școală, aflată în fața primului examen din viața mea și neîncrezătoare fiind, simțeam cum se insinuează în mine teama că nu voi intra la liceul de profil, teama că nu sunt suficient de bună, teama de eșec, teama de consecințele acestuia. Mama mea, văzându-mă mi-a propus o alternativă... un liceu economic.

În mine s-a dat atunci o bătălie: să risc sau să renunț la visul meu pentru, ceea ce vedeam atunci ca, un compromis? Ce am făcut? Am ales compromisul, ajungând astfel la un liceu economic. Să nu credeți că nu am comparat subiectele și rezultatele, să nu credeți că nu am regretat pe timpul vacanței de vară, dar alegerea fusese făcută.

În anii de liceu am descoperit însă, pas cu pas și grație profesorilor mei, o disciplină care mi-a plăcut încă de la început: contabilitatea. Ce îmi plăcea? Logica noțiunilor, exactitatea unor algoritmi, faptul că puteai ”citi” din cifre cât de sănătoasă este realitatea economică a unei firme. Mi-a plăcut într-atât de mult încât am urmat și facultatea în aceeași specializare, apoi serviciile s-au succedat în același domeniu, atât în mediul public cât și în cel privat. Lucrul de plăcere (deși poate părea paradoxal), recunoaștere, apreciere și totuși, după ani de experiență în domeniu, am revenit într-o căutare... o pierdere din anii de liceu, un gol, o piesă lipsă?

Și iarăși, teamă: teamă de noi începuturi, teamă de schimbare, teamă de a ieși din zona de confort, teamă de a fi propriul adevăr. Însă, deși teama m-a însoțit și când mi-am completat studiile cu ceea ce era necesar și când am dat examene și când am intrat prima oară într-o sală de clasă, am pășit înainte, cu fermitate, cu determinare, simțindu-mă împlinită dacă împletesc cele două profesii. Privind în urmă, această experiență este micul meu miracol, acesta este drumul meu. **Fiecare are miracolul său. Al tău care crezi că este? Cum ți-l construiești?**

Acum, poate vă puneți întrebarea, la fiecare disciplină economică studiată, îmi va folosi?
În primul rând, orice profesie ați alege în viitor, fie ea în continuarea studiilor sau într-o direcție total diferită, este important să știți că orice disciplină economică deține puncte cheie pentru bagajul vostru de cunoștințe care vă pot ghida:

- în selecția conștientă a produsului cel mai potrivit pentru voi, în stabilirea unui raport personal optim între calitate și preț;
- la dezvoltarea unei afaceri în viitor;
- în redactarea unor acte administrative, la cerințele minime de formă și conținut pentru a fi valabile, unde pot fi contestate, etc.

Sunt doar câteva exemple de situații de viață în care se regăsește utilitatea acestor discipline, dar și puncte de plecare în cadrul studiilor universitare, pentru cei ce veți urma facultăți economice, administrative sau drept.

În al doilea rând, în orice domeniu ați profesa, veți fi în situația de a vă angaja și, va fi necesar să căutați informațiile potrivite, să filtrați acele informații. Astfel, noțiuni de genul valorii activelor unei firme sau câți salariați are firma respectivă sau care este cifra de afaceri sau cât din cifra de afaceri rămâne ca profit, toate aceste elemente vă pot da indicii, înaintea oricărui alt pas, cu privire la dimensiunea acelei firme, cu privire la seriozitatea sau durabilitatea businessului pentru care vreți să aplicați. Așa încât...

Fii curios, fii consecvent, crede în tine, îmbunătățește-te mereu, bucură-te de reușite, **fii parte din propria schimbare!**

Totul începe cu educația!

Interviu cu HORIA CONSTANTINESCU

REDACTOR: ANTONIO ANGHEL

HORIA CONSTANTINESCU

Cum ați ajuns aici?

Undeva în 2017 a fost demarată o acțiune prin care toate autoritățile vizau importurile de alimente pe teritoriul României. M-a interesat foarte tare, am simțit că este o direcție în care fiecare dintre noi ar trebui să mergem, pentru că depinde de noi cât va rezista producătorul român, fie cumpărând numai produse românești, fie luptând, fiecare dintre noi cum putem, pentru a le așeza acolo unde ele cred că și-au binemeritat locul. Am ajuns comisar-șef adjunct prin delegare, la Constanța. Toate aceste lucruri m-au făcut să mă îndrăgostesc de ceea ce înseamnă protecția consumatorilor.

Care a fost experiența dumneavoastră în cadrul Facultății de Drept?

Am terminat facultatea într-un timp mai lung decât mi-am dorit, pentru că deja eram implicat în activități private și cumva nu s-au potrivit cu unele dintre sesiuni. Cred că orice vrei să faci în viață, într-o direcție guvernamentală sau într-o direcție a administrației publice, fie și locale, ar trebui să înceapă nu cu economia, ci cu dreptul. A fi familiar cu legea este mult mai important decât orice altă noțiune.

Recomand aplecarea atenției, cel puțin în anii terminali ai universității, asupra dreptului penal. Te pregătește să știi exact ceea ce poți să faci, ceea ce nu poți să faci, ce consecințe au deciziile tale. Societatea românească are nevoie de o abordare mult mai tranșantă și mai fermă pentru a se putea curăța de metehnele și cutumele vechii societăți de după 1990.

„TINERII SUNT ȘANSA ACESTEI SOCIETĂȚI!”

„ÎMI DORESC TINERI ÎN ASOCIAȚIE”

Ne dorim mult, exact așa cum am spus, să devină foarte populară protejarea, protecția, susținerea drepturilor consumatorilor. Și atunci, apelăm la oricare dintre canalele de comunicare, mai ales cele dedicate tinerilor. Repet, ceea ce am și spus mai devreme, tinerii sunt șansa acestei societăți, lor trebuie să ne adresăm.

Sperăm la un moment dat să reușim să scuturăm instituția, să împrospătăm colectivul cu tineri, sperăm ca metehnele vechi să plece acasă odată cu cei care nu-și merită poziția de comisar.

HORIA CONSTANTINESCU

Despre nivelul de informare al liceenilor

Aveți obligația de a vă încărca cu informații, pentru că în felul acesta veți ști să vă protejați drepturile. Aveți nevoie să vă îndestulați de informații pentru a ști ce obligații au operatorii economici în raport cu voi și ce obligații aveți voi în raport cu mediul în care trăiți. Deci, cred că va trebui să găsim o formulă în care să putem comunica mult mai bine, noi, autoritatea, cu voi, tinerii, pentru ca mesajul să fie mult mai bine transmis celor din generația voastră.

Credeți că este nevoie de educație financiară în școli?

Sunt și astăzi foarte mulți români care iau credit pentru a-și lua bunuri de larg consum. Educația financiară îți spune că împrumutul îl faci pentru a investi, pentru a-ți aduce o plusvaloare vieții. Toate aceste lucruri trebuie bine creionate, desenate și puse la dispoziția voastră pentru a nu mai fi șchiopi sociali, în sensul de a ajunge în situația de a nu vă putea achita ratele și de a vă întreba de ce ați făcut achiziția respectivă.

"DACĂ NICI ACUM, ATUNCI CÂND?"

Consumatorul Mediu Informat. Care e ideea de fapt?

HORIA CONSTANTINESCU

Vorbim de consumatorul român mediu informat. Nu știm dacă acesta locuiește la sat, nu știm ce pregătire școlară are, nu știm ce calificare profesională are. Toate aceste lucruri contează în momentul în care stabilim cum îi transmitem acestuia informațiile necesare. De exemplu, pentru a citi factura unora dintre furnizori (n.r. de utilități) parcă îți trebuie studii de masterat în domeniu, masterate sau doctorate, pentru că informațiile acolo depășesc cu mult cele pe care un consumator mediu le poate avea. Ne dorim ca toate aceste informații să fie aduse la nivelul consumatorului mediu informat. Totul să fie clar, pe înțelesul tuturor, iar cei care doresc să aprofundeze, sa poată avea această informație prin mediul online.

Cum vi se pare această schimbare a pieței în ultimii 30 de ani?

Saltul cel mai important cred că a fost de la bișniță la business, în sensul că, ceea ce însemna adusul mărfurilor din Turcia în anii '90 în Europa de Vest încet-încet a transformat România într-o zonă de afaceri. Încă suntem lada de gunoi a Europei, unii afaceriști români aduc gunoaiele celorlalți și le sortează. Am avut câteva acțiuni ample în ultima perioadă, inclusiv susținuți de procuratură, pentru că importul de deșeuri este faptă penală. Din păcate, suntem încă tributari importurilor de produse de proastă calitate din zona asiatică, în condițiile în care peste tot există și produse de bună calitate.

Ce sfaturi aveți pentru liceeni?

Distrați-vă, distrați-vă tare. Cu cât o să înaintați în vârstă o să pierdeți șansa de a trăi cu intensitate lucrurile pe care le puteți trăi la vârsta aceasta. Învățați, pentru că acest lucru cu siguranță vă va deschide orizontul. Nu învățați pentru note. Nu notele sunt cele care stabilesc cât de deștept sau mai puțin deștept ești în raport cu societatea. Informațiile și dedicarea către pasiunea pe care o simți în interiorul tău sunt lucrurile cele mai importante. Distrați-vă într-un mod constructiv. Evitați excesele de orice fel, pentru că le decontați mai târziu. Trăiți, este momentul vostru. Dacă nu acum, atunci când?

Consumator informat, nu dezinteresat!

REDACTOR: ILINCA MARCU

CE ÎNSEAMNĂ PROTECȚIA CONSUMATORILOR

„Infocons sunt un satelit al acestei instituții, fac bine ceea ce fac. ANPC-ul este autoritatea de control. Treaba noastră este să punem lucrurile în ordine”
-Horia Constantinescu

„Art. 1. - **(1)** Statul, prin mijloacele prevăzute de lege, protejează cetăţenii în calitatea lor de consumatori, asigurând cadrul necesar accesului neîngrădit la produse şi servicii, informării lor complete despre caracteristicile esenţiale ale acestora, apărării şi asigurării drepturilor şi intereselor legitime ale persoanelor fizice împotriva unor practici incorecte, participării acestora la fundamentarea şi luarea deciziilor ce îi interesează în calitate de consumatori” -
Ordonanţă nr. 21/1992

Pe scurt, ANPC are datoria de a ne proteja și de a ne informa corect și complet în privința caracteristicilor esențiale ale produselor și serviciilor pe care noi le accesăm, în calitate de consumatori.

CUM SĂ FII INFORMAT?

Rafturile sunt pline de produse, cu ambalaje colorate, care ne fac să uităm de importanța conținutului unui produs.
Când vine vorba de etichetă, majoritatea populației nu se uită la specificațiile regăsite pe ambalaj, dar oare de ce trebuie știute toate acele informații?

Ce conține eticheta unui produs alimentar?

În primul rând, pentru a ști de ce e bine să cunoști specificațiile de pe ambalaj, e bine să știi ce conține acesta. Pe etichetă vei observa termenul de valabilitate, valoarea nutrițională, ingredientele, producătorul.
Cele mai importante specificații când vine vorba de produsele alimentare:

Termenul de valabilitate

Acesta atenționează consumatorul până când poate consuma produsul respectiv. Odată cu depășirea acestui termen, alimentul se strică și nu mai poate fi consumat.

Ingredientele

Acestea sunt foarte importante și trebuie citite cu mare atenție pentru că unele pot cauza grav sănătății.

Menționarea alergenilor

Dacă alimentul conţine ingrediente sau substanţe alergene (ex: soia, arahide, lapte, ouă, muştar, etc.) sau contraindicate celor cu intoleranţe alimentare (lactoză, gluten, fenilalanină, etc.), acestea trebuie menţionate într-o etichetă distinctă.

Eticheta nutrițională

Aceasta este specială pentru cei cu probleme de sănătate sau pentru cei care vor să evite un anumit component alimentar. Eticheta nutriţională precizează valorile energetice şi cantităţile de grăsimi, glucide, proteine, vitamine, fibre alimentare şi săruri minerale exprimate în procente (%) în raport cu doza zilnică recomandată şi valoarea calorică.

Odată aflate componentele etichetei, trebuie știută importanța lor. Pe scurt, pentru o viață sănătoasă și pentru evitarea anumitor boli cauzate de alimentație, consumatorii trebuie să aibă mare grijă la etichetă și să achiziționeze produse de calitate.

Consumator informat, nu dezinteresat!

REDACTOR: RUXANDRA CRISTESCU

Probleme cu care ne confruntăm la nivel de alimentație

De cele mai multe ori, tindem să ne ghidăm, în achiziționarea unui aliment, după preț.
Mai jos este un exemplu:

Margarină VS Unt

Mulți oameni preferă să consume margarină în locul untului, însă nu mulți s-au interesat de modul în care acest produs ne poate afecta.
În a doua jumătate a secolului XIX-lea, au luat naștere o serie largă de efecte adverse datorită numeroaselor procedee artificiale.
Aceasta este rezultatul unui amestec de grăsimi asemănătoare cu cele din alimentele prăjite mult timp, greu de transformat de către organism în energie.
Realizat pe un eşantion de 13 produse tip margarină - grăsime vegetală - grăsime vegetală tartinabilă, studiul realizat de Asociația Infocons a urmărit atât informațiile de pe etichetă, cât şi 3 dintre producători: Unilever Romania, Orkla Foods Romania, Mega Image SRL. Nu mai puţin de **6 E-uri** au fost identificate în cazul a 23% dintre produsele supuse testului, un procent de doar 8% vizându-le pe acelea care conţin mai puţin de 3 E-uri.

Iată ce mâncăm practic atunci când muşcăm dintr-o felie de pâine unsă cu margarină vegetală:

- Emulgatori (mono și digliceride ale acizilor grasi) - rolul său principal este de a forma și de a stabiliza emulsiile, prin scăderea tensiunii superficiale dintre cele două faze lichide nemiscibile, care poate provoca alergii serioase,
- curcumina,
- colorant sintetic (care poate duce la scăderea glicemiei),
- sorbat de potasiu, un conservant sintetic care poate provoca tulburări digestive grave.

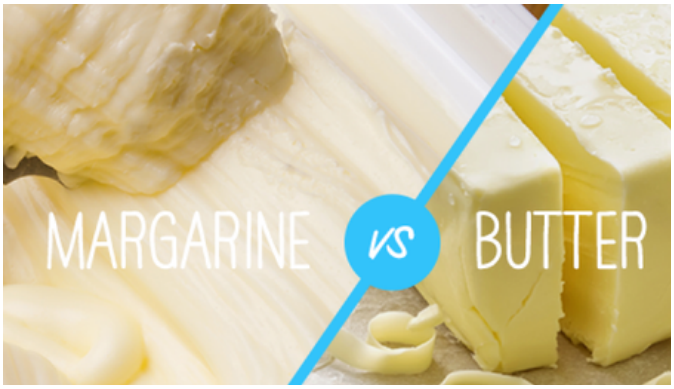
Sursa Foto: romedic.ro

Spre deosebire de margarină, untul este un produs natural obținut din lapte sau smântână de vacă, conținând 80% grăsimi. În doar o linguriță de unt se regăsesc 12 grame de grăsimi și grăsimi saturate, aproximativ 30 de grame de colesterol.

Consumator informat, nu dezinteresat!

REDACTOR: RUXANDRA CRISTESCU

Nu doar aditivilor trebuie să le acordăm atenție atunci când ne hotărâm să consumăm un astfel de produs. Un alt factor foarte important la alegerea produselor este **conținutul de sare**, având în vedere că 100 de grame de margarină pot conține până la 1/6 din doza zilnică recomandată de Organizația Mondială a Sănătății.



Sursa Foto: odoras.md

PRO SAU CONTRA?

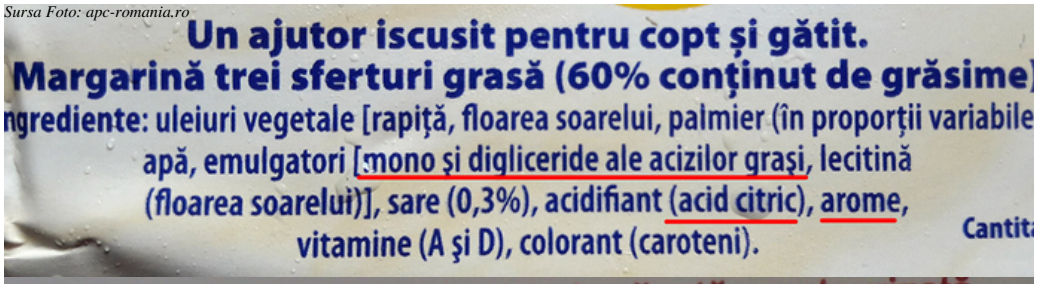
Comparând cele 2 produse, observăm că:

- Untul conține vitamina K2, ce ajută la prevenirea bolilor grave (cancer, boli de inimă) și butirat (îmbunătățește sănătatea digestivă). Comparativ, margarina conține doar vitamine adăugate, iar datorită conținutului de grăsimi trans, consumul duce la declanșarea bolilor de inimă, a cancerului și a altor boli.
- Margarina conține agenții gelifianți necesari în urma folosirii apei (aditivi periculoși pentru organism), alături de mulți alți aditivi interzișI în alte piețe din Europa. Prin comparație, untul este alcătuit din emulsie de tipul apă în ulei, derivată exclusiv din lapte.

- Margarina este, în general, mai nocivă, și ar trebui exclusă complet din alimentație. Untul, consumat în cantități mici, este recomandat. Alimentația are un rol extrem de important, iar consumul ridicat de aditivi ne poate afecta, într-un timp scurt, sănătatea.

Sursa Foto: apc-romania.ro

MARGARINĂ



UNT

Sursa Foto: ro.openfoodfacts.org

Selecția produselor pe baza ingredientelor trebuie sa intre în rutina noastră, astfel încât să nu mai fim victimele comercializării produselor de proastă calitate, care devin din ce în ce mai multe. Orientarea către produsele de calitate îți poate salva viața.

Atelier Interesart a pășit în industrie în anul 2008 și, de atunci, reușește să aducă zâmbetul pe chipurile oamenilor. Într-un domeniu în care nu toți au succes și nu mulți se aventurează, ea a reușit.

Sursa Foto: curatorialist.ro

VALENTINA POPESCU

REDACTOR: ANASTASIA MALEA

Sursa Foto: @atelier_interesart via Instagram

Cum și când ți-ai dat seama că vrei să faci design floral?

Din totdeauna am avut aplecare către zona artistică. După nașterea primului copil mi-am dat seama că nu vreau să mă mai întorc la job. Am experimentat mult: înainte făceam bijuterii și obiecte hand-made, iar când am descoperit florile, am decis să mă specializez în asta.

Ți-a fost frică să renunți la serviciul și venitul stabil pe care ele aveai?

Nu, pentru că la mine a fost o situație particulară. Am renunțat la job o dată cu nașterea fiicei mele mai mari și nu am avut presiunea aceasta, fiind în concediu de maternitate. În aceeași perioadă am început să lucrez pe cont propriu și am realizat că îmi doresc să continuit.

Care au fost reacțiile familiei? Te-au susținut?

La început au crezut că e doar o modalitate pentru a face un ban în plus cât stăteam acasă. Țin minte că mamei nu îi venea să creadă și mă tot întreba dacă am de gând să mă mai întorc la job. Chiar și prietenele ei și-au spus părerea. Au zis că am terminat o facultate ca să mă fac florăreasă, dar mie chiar îmi plăcea ceea ce făceam și, având sprijinul familiei mele, nu m-am lăsat influențată de părerea celorlalți.

Interesart

Ai avut studii în ceea ce privește deschiderea unui business?

Când mi-am deschis afacerea nu exista Facebook. Am învățat pe parcurs și mi-am format un stil propriu. Eu nu am un business obișnuit. Din punct de vedere economic, afacerea mea funcționează corect, încasez veniturile, am profit, plătesc salariile angajaților și facem contracte, dar în mare parte este și un proiect foarte personal. Țin mult la relația cu clienții mei și rămân prietenă cu ei și după finalizarea proiectelor. Îmi rezerv totuși dreptul de a-mi alege clienții, lucru pe care firmele obișnuite nu îl fac.

Te-au ajutat profilele studiate în liceu și facultate?

Am urmat profile reale, atât la liceu, cât și la facultate. La prima vedere ele par să nu fie relaționate cu businessul pe care îl am, dar studiile din zona matematicii îți structurează mintea într-un anume fel, astfel încât te ajută în orice ai face mai departe.

Ai vreun sfat pentru liceenii care nu știu spre ce să se îndrepte în carieră?

Da. Mi se pare că presiunea pe care adolescenții o pun asupra lor este una mare pentru că foarte mulți oameni au început cu o carieră în care profesează o relativ scurtă perioadă de timp, ca să își dea seama că vor să se îndrepte spre alte domenii, poate chiar unele creative. Pe măsură ce timpul trece, apar multe job-uri și oportunități. Documentați-vă și rămâneți deschiși! Observați mediul, oamenii din jurul vostru și selectați doar ceea ce vă place și doriți să încercați. Fiți pregătiți să încercați și să nu vă placă, fiind puși în situația de a încerca altceva și fiți indulgenți cu voi înșivă!

Sursa Foto: @atelier_interesart via Instagram

Sursa Foto: @atelier_interesart via Instagram

Angajat la 16 ani

REDACTOR: ANA CONSTANTINESCU

Perspective și inițiative

Sunt adolescentă însă reflectez deja la posibilitatea angajării part-time încă din timpul liceului. Mă gândesc atât la avantaje cât și la dezavantaje. Angajarea în timpul liceului poate avea un beneficiu și o influență mare asupra vieții noastre. Un job la vârsta de 15 ani ne poate oferi un venit care să ajungă pentru a ieși în oraș cu prietenii, în weekenduri sau pentru a ne cumpăra anumite obiecte sau haine pe care ni le dorim. Totodată, este o experiență care ne va ajuta să ne orientăm spre cariera viitoare, iar de această experiență cei mai mulți au parte la o vârstă mult peste 20 de ani. De asemenea, există și dezavantaje.

Un loc de muncă în timpul liceului poate fi solicitant câteodată, având în vedere că atenția noastră ar trebui focusată asupra școlii, în mare parte din timp. Poate fi destul de greu la început să ne împărțim între cele două, dar cred că există soluții. Cea mai importantă ar fi pentru mine să îmi organizez foarte bine timpul pentru a acorda ore importante învățatului. Chiar dacă un job la vârsta aceasta este ceva nou și vrei sa îți formezi o experiență, nu trebuie să lași asta să îți ocupe tot timpul. Cât timp ești suficient de organizat, poți face față atât liceului cât și locului de muncă.

Cât de ușor putem găsi un loc de muncă?

Ușurința în găsirea unui job diferă de la o persoană la alta, pentru că aspirațiile și pasiunile fiecăruia dintre noi sunt diferite. Pentru mine ar fi și ușor deoarece mă interesează foarte mult domeniul acesta, iar pentru a lua deciziile corecte mă sfătuiesc cu părinții mei. Un loc de muncă ar schimba multe pentru mine de la program, la modul de gândire sau perspectiva mea asupra vieții în planul socializării și în cel financiar. Cred că aș înțelege mult mai bine importanța banilor și cheltuirea lor cu cap, iar experiența îmi poate aduce multe avantaje. Sunt sigură că te maturizează și îți dezvoltă independența câștigarea propriului salariu.

Unde am putea lucra?

Magazinele din mall sunt ofertante, din mai multe motive: mediul de lucru este foarte plăcut, lucrăm pentru branduri cunoscute care oferă și siguranță salariaților, investind în aceștia, prin programe de training. Un alt job posibil în timpul liceului este cel de babysitter. În România sunt foarte mulți oameni care, prin prisma meseriei, participă la multe evenimente, în mod special seara sau în weekend. O consider o meserie foarte frumoasă si foarte ușoară, dacă îți plac copiii.

O altă posibilitate este ajutorul de chelner, o meserie cu avantajele și dezavantajele ei. Avantajele ar fi acelea că poți cunoaște foarte multă lume și poți avea câștiguri suplimentare. Dezavantajele țin de timpul de lucru până noaptea târziu, mai ales când vine vorba de evenimente, iar munca în sine este foarte obositoare și solicitantă, ca să nu mai vorbim de oboseala din timpul zilelor următoare de la școală.

Toți trebuie să învățăm la un moment dat cum să fim independenți și cu picioarele pe pământ. Ideea aceasta este des întâlnită în rândul prietenilor mei, din ce în ce mai mulți dorind să se angajeze, mai ales pe perioada vacanțelor de vară, pentru a fi cât mai independenți chiar dacă au deja o stabilitate financiară din partea părinților. Este un pas care responsabilizează mult și ne ajută să dobândim o educație financiară, în modul cel mai practic posibil.

Angajat la 16 ani

REDACTORI: ANA CONSTANTINESCU, VANESSA COMAN

să știi că...

- Angajarea la 15 ani se face doar cu acordul părinților sau a reprezentanților legali.
- Te poti angaja abia de la 15 ani, însă în realitate nu există varietate privind locurile de muncă.
- Timpul de muncă este cuprins între 4-6 ore pe zi, echivalentul a 20-30 de ore pe săptămână.
- Nu poți efectua ore suplimentare chiar dacă acestea sunt plătite.
- Contractele de muncă se încheie pe o perioadă de minim 3 luni.
- Poți contribui la sistemul public de pensii. De altfel, îți poți declara părinții drept coasigurați în sistemul public de sănătate. Astfel, prin intermediul tău, pot beneficia și ei de servicii medicale gratuite.
- Majoritatea joburilor îți dezvoltă aptitudinile de comunicare, însă asta necesită multă energie din partea ta. Până la urmă... tu ai angaja un adolescent ce nu pare interesat de ceea ce face?
- Te poți angaja când ești minor doar dacă jobul tau nu împiedică în niciun fel dezvoltarea fizicului, aptitudinilor sau cunoștințelor tale.

De la idei, la practică

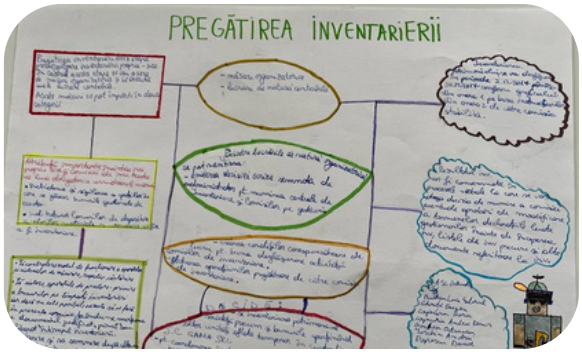
Motivul principal pentru care m-am hotărât să mă angajez a fost nevoia de bani. Așa că, după terminarea clasei a 9-a, am lucrat ca baristă într-o cafenea din Dorobanți. Nu a fost ușor, ținând cont de faptul că aveam doar 16 ani, dar a trebuit să mă descurc și am făcut-o.
Un factor care a influențat foarte mult această decizie, pe lângă nevoia de bani, a fost acumularea de experientă. De aceea am și ales acel post, întrucât mi s-a părut foarte util să știu cum să prepar o cafea în mod profesional, să am ocazia să îmi dezvolt dexteritatea, să îmi exploatez creativitatea.
Acest job a schimbat foarte mult modul în care vedeam eu lucrurile. M-a ajutat să mă cunosc mai bine și să știu cum să mă descurc în situații dificile, dezvoltându-mi foarte mult atenția și capacitatea de concentrare.
În plus, m-a responsabilizat și am învățat să fiu mereu cu zâmbetul pe buze, chiar și în momentele în care aveam de-a face cu clienți nepoliticoși.
Și în plan financiar am început să privesc lucrurile altfel întrucât, fiind în mare parte independentă financiar, am putut observa cum cheltuielile pe care le fac depășesc cu mult veniturile câștigate. Am realizat astfel că, dacă nu aș fi susținută și de către părinți, nu aș putea face față cu un salariu part-time nevoilor mele de adolescentă.

Sursa Foto: @fivetogo.ro via facebook

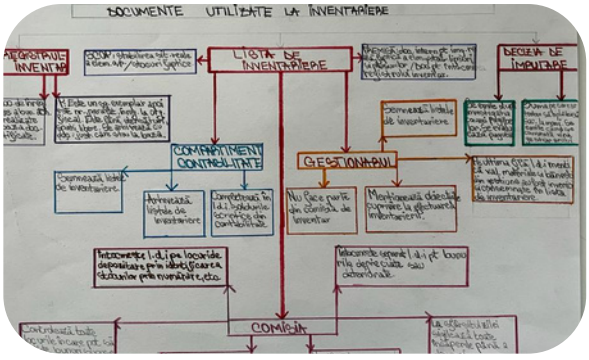
DESPRE INVENTARIEREA ANUALĂ

PROF. MIHAELA GEORGESCU

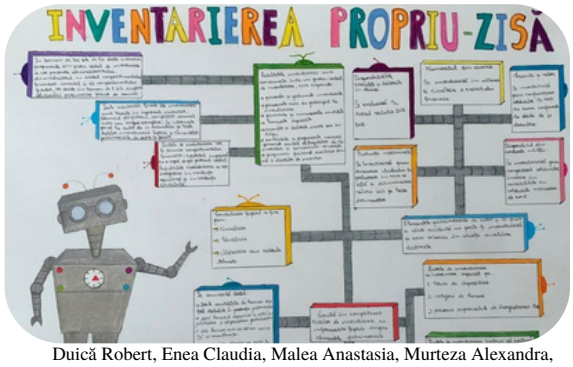
În această perioadă a anului, când toate firmele sunt în efervescența pregătirii inventarierii anuale a patrimoniului și elevii din Xenopol s-au pregătit cum se cuvine, învățând deocamdată cum se organizează și desfășoară, cât de complex și, totodată, cât de important este acest proces,
respectiv care sunt documentele utilizabile.
Și, ca să fie cât mai atractivă tema, iar învățarea să implice participarea tuturor, elevii au lucrat în echipe, fiecare echipă având de studiat, sistematizat și prezentat celorlați colegi, o anumită secțiune din inventariere.



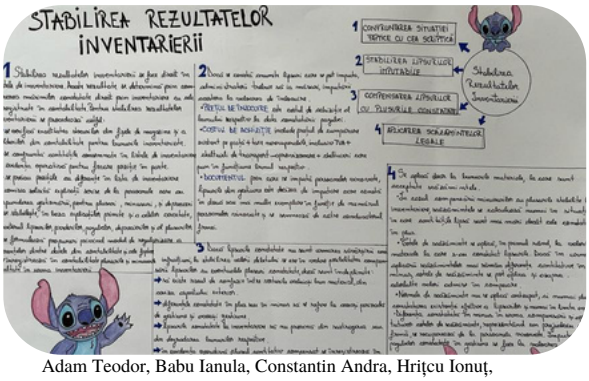
Asl Fallah Dariush, Burtan Luca, Chiriță Eugen, Cojocariu Andrei, Cojocaru Horia, Gocea-Ghinea Octavian, Iaschiu Andrei, Popescu David,



Dumitru Cătălina, Feraru Evelin, Gardin Andreea, Iliescu Raluca, Manolache Teodora, Zorilă Emilia



Duică Robert, Enea Claudia, Malea Anastasia, Murteza Alexandra, Nedu Miruna, Selezeanu Cosmin, Spirache Andreea, Stoian Luca



Adam Teodor, Babu Ianula, Constantin Andra, Hrițcu Ionuț, Manolache Maria, Marc Diana, Moise Ștefania,

Adam Teodor, Babu Ianula, Constantin Andra, Hrițcu Ionuț, Manolache Maria, Marc Diana, Moise Ștefania,

Fiecare elev a avut atât un mic rol de profesor, postură din care a prezentat colegilor anumite noțiuni, cât și rolul de elev.

Materiale-suport pentru prezentările elevilor clasei 10B, având ca temă Inventarierea anuală

Experiența a fost interesantă întrucât au lucrat în echipă la pregătirea materialelor, la împărțirea rolurilor din fiecare echipă, au trecut prin emoțiile inerente atunci când, în diverse contexte, ne aflăm în fața unui auditoriu căruia ne dorim să-i captăm atenția (lucru nu tocmai ușor de realizat), să-l facem să înțeleagă și să rețină cu ușurință aspectele prezentate.

DESPRE MIJLOACE DE COMUNICARE

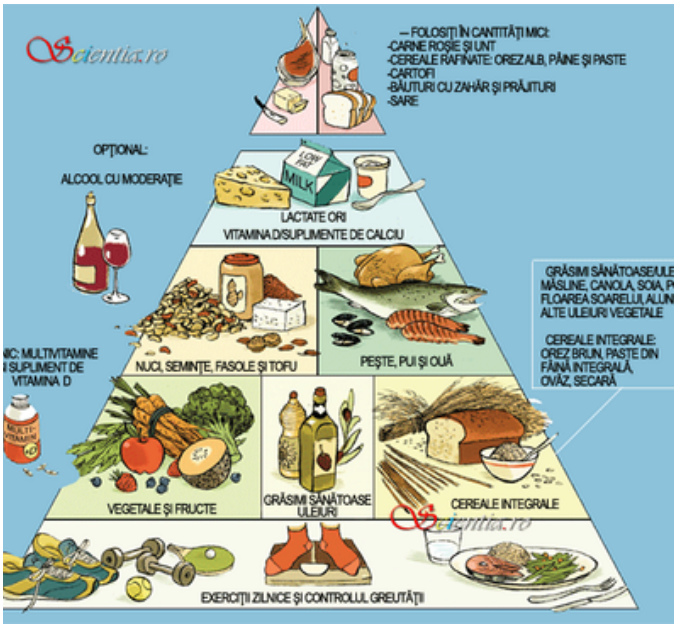
PROF. FLORINA FALEVICI

Printr-o lecție interactivă în cadrul cursurilor de etică și comunicare profesională, elevi din clase de a X-a au avut ocazia să învețe cum să vorbească în fața microfonului, cum să fie mai siguri pe sine în fața unui public, cum să răspundă întrebărilor adresate într-un interviu, cât contează comunicarea nonverbală și paraverbală, alături de comunicarea verbală și cum să își temporizeze discursul în mod optim, în cadrul unui interviu.
Lecția interactivă a constat în simularea unui talk show politic pe tema succesului controversat al lui Jeff Bezos, CEO-ul Amazon.

Au fost abordate subiecte reale de o importanță majoră și interes pentru majoritatea adolescenților. Printre ele s-au numărat emisiile de carbon, cunoscute și drept *carbon footprint*, felurile în care ar putea polua planeta prin activitate, precum și alte subiecte specifice protejării mediului înconjurător, în timpul activităților economice. În plus, adolescenții au fost interesați și de aspecte economice ale marii companii americane, întrucât s-a dezbătut felul în care compania a atins aceste cifre și rezultate.
În spatele acestei activități au fost multe ore de practică, repetiții și studiu.

Selecție de poze din cele realizate în timpul desfășurării activității elevilor claselor 10C și 10E, la Etică și comunicare profesională, având ca temă ”Mijloace de comunicare ”

Emoțiile și-au făcut simțite prezența, prin expresiile și gesturile liceenilor, dar care se diminuau pe măsura prezentărilor din timpul lecției.
Prin acest exercițiu, elevii pot deveni mai încrezători în a intra în dezbateri publice și, astfel, pot participa mai activ la viața socială.



Sursa Foto: scientia.ro

Nutriția de bază

Cum putem să fim mai sănătoși?

Nutriția reprezintă hrănirea organismului cu diferite alimente, mai mult sau mai puțin benefice, care ajută la dezvoltarea sănătoasă și armonioasă a corpului uman. Sportul, alături de o dietă sănătoasa și echilibrată îți pot schimba viața în bine, atât fizic, cât și psihic.
Este foarte important să înțelegem principiile unei alimentații sănătoase, precum și modul în care alimentele hrănesc corpul uman.

Ce reprezintă valoarea nutritivă?

O dietă dezechilibrată, poate avea drept consecințe numeroase boli, precum obezitatea, diabet sau alte boli cardiovasculare și cancer. De exemplu, consumul excesiv de sare este unul dintre factorii de risc pentru hipertensiunea arterială și a altor boli cardiace.

Sursa Foto: activpharma.ro

CE ÎNSEAMNĂ ECHILIBRU ÎN ALIMENTAȚIE?

Pentru a obține toate nutrimentele necesare corpului pentru buna funcționare, este foarte important să avem un regim alimentar echilibrat.
Pentru aceasta, este important ca în fiecare zi să consumăm câte puțin din fiecare categorie de alimente:
– Fructe și legume proaspete;
– Cereale integrale;
– Legume;
– Nuci;
– Proteine de calitate superioară (peștele, ouăle, produse lactate, soia etc)

Ce-i mult strică, iar un aliment sănătos poate rapid să se transforme într-unul mai puțin echilibrat în funcție de modul de preparare și de cantitatea și calitatea ingredientelor incluse în modul de preparare.
Cele mai bogate surse de vitamine și fibre sunt perele, căpșunile, merele, bananele, morcovii și lintea. Ele ajută la reducerea colesterolului și la menținerea greutății, susținând un nivel constant al zahărului din sânge.

Nu uita de lactate, grupul de proteine animale și grăsimile, ele sunt de asemenea importante. Acestea conțin lipide necesare sistemului nervos, însă trebuie evitat abuzul de produse prea bogate în grăsimi.

Aikido, a doua mea casă

REDACTOR: ADINA ANDREEA HOLOVEȚCHI

Surse Foto: aikidoreno.com

Practicantă de aikido de 14 ani, mă bucură mult să pot împărtăși cu voi din această experiență. Pentru mine aikido reprezintă „piatra de temelie" a dezvoltării mele fizice și psihice până în prezent. Am învățat ce înseamnă echilibrul, seriozitatea, prietenia și responsabilitatea. Sala de aikido în care am practicat și studiat îmi era ca o a doua casă, o casă cu oameni atât de diferiți, dar pe care-i unea o afinitate: aikido.

Țin minte prima zi din dojo. Am păşit speriată pe tatami, nu înțelegeam de ce se rostogolesc toți, de ce se salută înainte de a face orice exercițiu, era o lume complet diferită de a mea. Ușor-ușor am început să îmi răspund singură la toate întrebările: colegii mai mari se salutau înainte de orice exercițiu, arătând astfel respect unul față de celălalt, rostogolirile fiind baza aikidoului. Colegii mei s-au transformat în timp în frații și surorile mele mai mari, iar Sensei ne-a fost tuturor mai mult decât un profesor, ci mai degrabă prieten și „tată". Am înțeles că aikido nu este doar o artă marțială, ci un stil de viață, că aikido este mai mult decât luptă, este autocontrol, aikido este ceva special pentru mine, este un refugiu.

Ce este de fapt aikidoul?

Aikido este o artă marțială modernă apărută după anul 1945, în Japonia și care se bazează pe o filozofie complet diferită față de a altor arte marțiale existente. Faptul că noi privim colegul de antrenament ca partener și nu ca adversar este cea mai mare diferență dintre aikido și celelalte arte marțiale. Întotdeauna noi vom încerca să-l protejăm pe cel cu care executăm tehnicile și nu vom încerca niciodată să-l rănim.

Sensei Nicolae Mitu

Fondator al Academiei de Educație Nonformală Aikibudo

Descrieți în 5 cuvinte aikidoul.

„Aș putea să-l descriu doar în trei:
AI KI DO, adică
Armonie, Energie, Cale."

De ce ați ales aikido și nu alt sport?

Am practicat la început karate-do, de la 9 ani, abia la 14 ani descoperind aikido-ul, în urma vizionării unui celebru film din anii 1988, *Above the law*, film care l-a avut ca protagonist principal pe Steven Seagal, Sensei 7dan aikido.

Ați avut vreun moment în care v-ați gândit să renunțați la acest sport?

Niciodată. Am știut din momentul de început al practicării artelor marțiale că voi face acest lucru toată viața.

Ce îi sfătuiți pe copiii și adolescenții dornici să încerce această artă marțială?

În primul rând să vină în dojo cu inima deschisă, să practice și mai ales să aibă răbdare.
În societatea de astăzi răbdarea a dispărut aproape cu totul și de aceea consider că unul din cele mai importante aspecte actuale este să ne redescoperim răbdarea. **Să învățăm din nou să avem răbdare.**

BALENCIAGA

REDACTORI: ELENA RĂCEANU, RUXANDRA CRISTESCU

După cum toți știm bine, Balenciaga este o casă de modă fondată de Cristóbal Balenciaga, un creator de modă haute couture, un așa numit "maestru al tuturor", care a reușit să creeze un brand foarte bine cunoscut în toată lumea pentru calitatea si luxul produselor.

Însă în ultimul timp, Balenciaga este cunoscut mai mult pentru gafele făcute, aflându-se într-o controversă în urma lansării unei campanii îngrijorătoare.

În colecția de primăvară 2023 a mărcii, copiii sunt pozați ținând animale de pluș îmbrăcate în ținute care le sexualizau sau fiind prezentați lângă băuturi alcoolice. Toată lumea a fost tulburată, chiar si celebritățile mari precum Kim Kardashian, care a mărturisit ca își reevaluează relația cu Balenciaga.

Sursa Foto: pagesix.com

Sursa Foto: glamour.com

Kim Kardashian alături de designerul Demna Gvasaliala 2021 Met Gala, purtând ținute Balenciaga

Oare e doar o coincidență?

În una dintre imagini, o geantă Balenciaga este prezentată pe niște documente împrăștiate. Unul dintre documente este dintr-un caz al Curții Supreme de Justiție numit "America vs. Williams" din 2008, care acuză pornografia infantilă.

Așteptăm fapte, nu vorbe!

Balenciaga și-a cerut scuze prin intermediul rețelelor de socializare pentru jignirile pe care campania le-a provocat, declarând eliminarea campaniei de primăvară de pe toate platformele și recunoscând explicit documentele apărute.

Acum, posesorii de bunuri de la casa de modă protestează pe social media distrugându-și articolele vestimentare, pentru că nu își mai doresc să fie asociați cu brandul sau să mai susțină Balenciaga din cauza acestui scandal.

KANYE WEST

Sursa Foto: globalnews.ca

Kanye West este un rapper și creator de modă american, fostul soț al lui Kim Kardashian, o femeie de succes care este cunoscută datorită show-ului "KUWTK".
Artistul este dovada simplului fapt că oamenii se pot schimba repede întrucât, după ce cuplul s-a despărțit, acesta a început să dezvăluie niște lucruri foarte îngrijorătoare care l-au făcut să piardă mii de urmăritori și să îș piardă conturile de pe anumite rețele de social media.

La deschiderea „Yeezy SZN 9" Fashion Show, Kanye a purtat un tricou cu sloganul „White lives matter", care aveau în partea din față fotografia Papei al-II lea. Acest slogan este un raspuns rasist către mișcarea black lives matter, decizia lui de a purta un astfel de tricou fiind complet iresponsabilă. Mai mult, Kanye a impus modelelor de culoare, la evenimentul din cadrul „Paris Fashion Week", să defileze cu inscripția „White lives matter", șocând lumea.

Ce culori se poartă anul acesta?
Probabil ați auzit cu toții care este culoarea anului 2022 - Very Peri. Sau mai bine zis ultraviolet. Creatorii de modă au răspuns provocării, incluzând fără ezitare tonurile de liliac și violet cu subtonuri cenușii în colecțiile sale.
Totuși, nuanțele neutre și culorile fresh vor domina anul acesta sezonul rece.
Verde & Crom, **verdele intens**, vibrant readuce la viață culoarea ciocolatei și a lemnului pe parcursul iernii 2022/2023.

Sursa Foto: metro.co.uk

Albul însușește diverse valențe, fiind asortat cu nuanțe de crem și subtonuri de maro. Combinațiile plăcute dintre aceste culori emană eleganță și delicatețe. Cei mai îndrăzneți pot opta pentru asortarea albului alături de intensul albastru de prusia sau fucsia. Pentru persoanele conveționale avem o veste bună, negrul se poartă și anul acesta, Deci, nu puteți da greș cu un outfit all black.

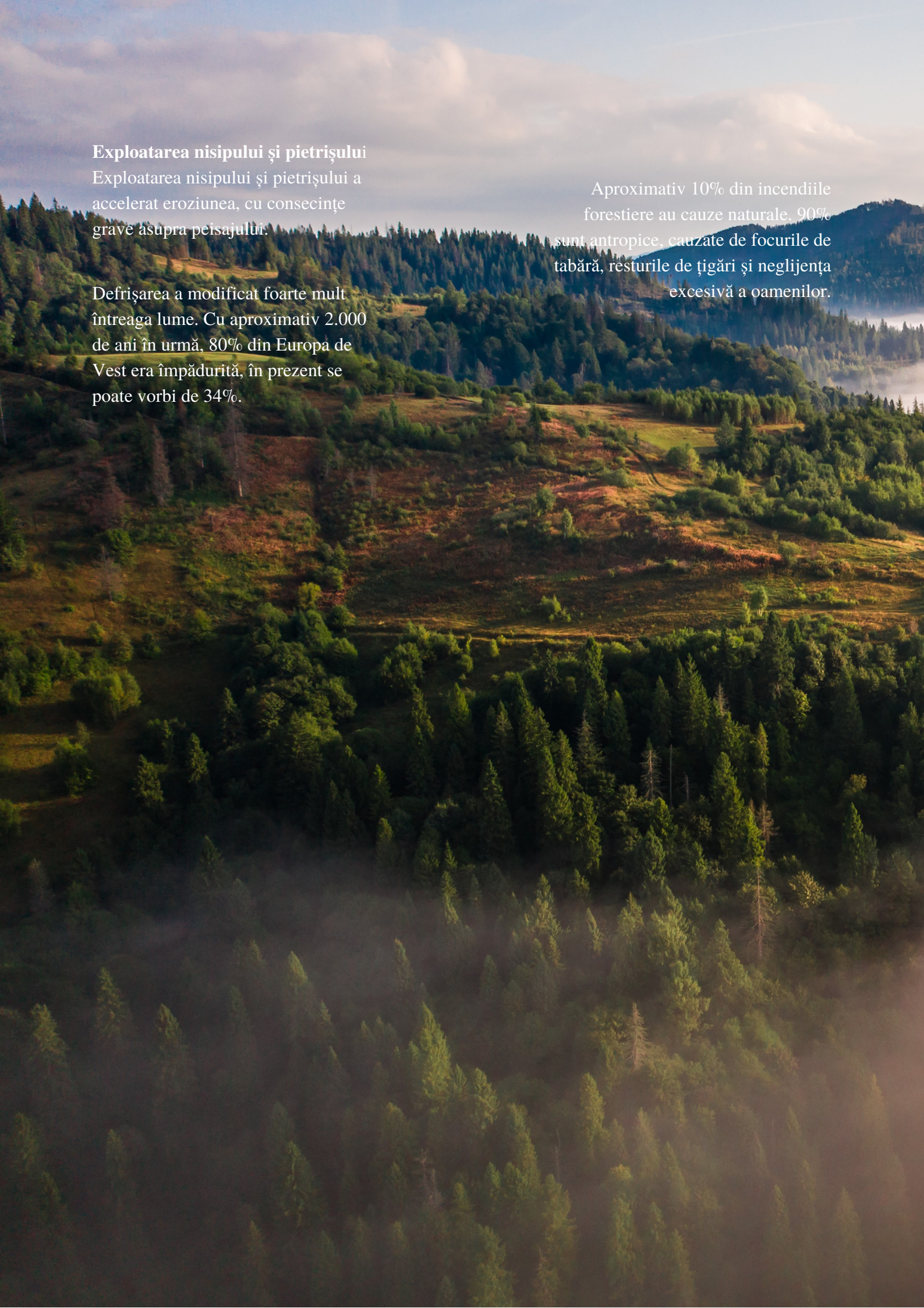
Alunecările de teren
Tăierea copacilor declanșează alunecările de teren, provocând eroziuni majore.

Îmbolnăvirea pădurilor
Pădurile se îmbolnăvesc datorită fumului emis de uzine și de centralele pe cărbune, transportat de ploi.

Realitatea...

Tundra în flăcări - Arctica
Incendiile devin din ce în ce mai comune, odată cu încălzirea climatică ce accelerează dezghețarea.

Sursa Foto: @eksomolika via Freepik.com



Exploatarea nisipului și pietrișului
Exploatarea nisipului și pietrișului a accelerat eroziunea, cu consecințe grave asupra peisajului.

Defrișarea a modificat foarte mult întreaga lume. Cu aproximativ 2.000 de ani în urmă, 80% din Europa de Vest era împădurită, în prezent se poate vorbi de 34%.

Aproximativ 10% din incendiile forestiere au cauze naturale. 90% sunt antropice, cauzate de focurile de tabără, resturile de țigări și neglijența excesivă a oamenilor.

DEZASTRE NATURALE

REDACTOR: ELENA DOGARU, RUXANDRA CRISTESCU

Una dintre cele mai periculoase tendinţe ale epocii contemporane este creşterea frecvenţei, intensităţii şi a consecinţelor hazardurilor naturale.

Hazardurile naturale constituie nişte manifestări extreme ale unor fenomene naturale, cum ar fi cutremurele, furtunile, inundaţiile, alunecările de teren, secetele, care au o influenţă directă asupra vieţii fiecărei persoane, asupra societăţii şi a mediului înconjurător în ansamblu. În cazurile în care hazardurile creează distrugeri de amploare şi pierderi de vieţi omeneşti, ele sunt denumite dezastre sau catastrofe naturale. Efectele acestor fenomene sunt atât de mari, încât efortul de depăşire a acestora doar cu resurse locale este insuficient.

Cutremur devastator în Chile, omorând milioane (1939)

În luna ianuarie 1939, in regiunea Bio Bio din Chile s-a produs un teribil dezastru natural care a rezultat în moartea a aproximativ **30.000 de oameni**. Acest epicentru s-a produs pe lângă cel mai bogat oraș agricultural de la acea vreme, Chillan, de unde și numele cutremurului.

Spre deosebire de noile tehnologii care acum îți oferă avertizări inainte de producerea unor dezastre, oamenii din acea perioadă nu au putut fi înștiințați cu privire la ce urma să se întâmple. Datorită lipsei posbilității de a fi preveniți și a momentului nepotrivit în care s-a produs catastrofa, în care majoritatea cetățenilor dormeau, aceștia nu au avut **nicio șansă de supraviețuire**.

Mai mult de jumătate din populația orașului a murit în pat, casele căzând peste ei.

Puține clădiri au rezistat șocului puternic, catastrofa măsurând 8.3 pe scara Richter. 93% dintre clădiri s-au prăbușit, fiind și motivul pentru care observăm un număr catastrofal de decese, în ciuda existenței unor cutremure mult mai mari, raportându-ne la scara Richter, însă cu mult mai puține decese.

Acest dezastru nu lovește doar în Chillan, puterea lui de extindere a fost de 400 de km, omorând alte mii de oameni.

Sursa Foto: historycollection.com

NE PASĂ DE VIITOR

REDACTOR: ILINCA MARCU

Sursa Foto: Prof. Duță Claudia

Pentru un viitor mai curat

La ce a dus neglijența și nepăsarea? La tot ceea ce trăim astăzi. La pierderea unui număr extraordinar de mare de specii de animale. Poate că, dacă realizăm cât de importantă este natura, vom putea începe să refacem mediul pe care l-am stricat, în care să prioritizăm frumusețea și importanța naturii și a animalelor, în care să ne iubim și să ne respectăm planeta. **Natura merită sa fie salvată.**

Ne dorim o lume mai curată și mai puțin poluată. Iar pentru a face asta posibil, am luat inițiativă. Alături de profesorii colegiului nostru, în parteneriat cu asociația „TED Adventure", ne-am adunat într-o duminică pentru a planta copaci, într-o zonă nu atât de populată, în apropiere de Craiova. Vremea nu a ținut deloc cu noi, dar asta nu ne-a împiedicat în atingerea obiectivului nostru: construirea unui viitor curat. Ne-am echipat corespunzător, reușind să plantăm peste 1000 de puieți. Deși ne-a fost greu, numărul mare de voluntari ne-a motivat pe fiecare în parte. Când există voință nimic nu este imposibil! În momentul în care am plecat de acolo, ne-am dat seama de impactul pe care acțiunile noastre le vor avea. **Acolo va crește o pădure.** Cu puțină implicare putem schimba ceva în bine pentru urmașii noștri.

TOTUL SUB CONTROL?

REDACTOR: RUXANDRA CRISTESCU

ÎN SPATELE PLASTICULUI

Poate ați observat că aproape toate obiectele de zi cu zi conțin plastic. Materialul acesta este prezent tot mai des în viața noastră de zi cu zi. Problema pornește de la lipsa de reciclare sau colectare în gropi de gunoi, deșeurile fiind aruncate în râuri și purtate în mări și oceane. Acestea se descompun în fragmente minuscule numite microplastic care, în cele din urmă, ajung să fie consumate de vietățile marine.

Știați că?

- 8 milioane de tone de plastic intră în ocean în fiecare an
- 1 miliard de periuțe de dinți se aruncă anual în SUA
- 100.000 de creaturi marine mor în fiecare zi din cauza sufocării cu plastic!!

IMPLICAREA FACE DIFERENȚA

Este greu să ne dăm seama de la prima vedere cum au ajuns plasticele să ne domine viața și cât de greu este să ne dezobișnuim, pentru binele planetei noastre.

Ne confruntăm tot mai des la nivel internațional cu provocarea de a alege avantajele plasticului, fără să privim numeroasele dezavantaje pe care le are. Deși toată lumea este conștientă de coșmarul cu care ne confruntăm, majoritatea companiilor sunt prea puțin motivate sau interesate de reducerea sau refolosirea materialelor datorită costurilor.

Odată cu extinderea reciclării, refolosirii și a reducerii plasticului, ar trebui să ne preocupe schimbările culturale dar și gradul de conștientizare și educare publică, pornind de la introducerea procesului de reciclare în viața de zi cu zi a omului, găsind metode de a simplifica procesul. Trebuie să ne dezobișnuim din a consuma ineficient cantități mari de plastic și alte materiale fară a ne implica în procesele de reciclare.

Sursa Foto: hakaimagazine.com

La ce a dus ignoranța?

Cel mai mare pericol este OMUL, care alege să ignore amenințările cu care majoritatea speciilor de animale se confruntă, de la pierderea habitatelor, defrișarea excesivă ce împuținează pădurile, otrăvirea râurilor la amenințările globale, cum ar fi bolile și schimbările climatice.

La ce a dus ignoranța? La tot ceea ce trăim astăzi. La pierderea unui număr extraordinar de mare de specii de animale. Poate că, dacă realizăm cât de importantă este natura, vom putea începe să creăm o epocă nouă, una în care prioritizăm frumusețea și importanța naturii și a animalelor, una în care ne iubim și ne respectăm planeta.

"DE CE AVEM NEVOIE DE EDUCAȚIE PRIVIND SCHIMBARILE CLIMATICE?"

PROIECTUL „ANGAJAMENT PENTRU CLIMĂ", IMPLEMENTAT DE FUNDATIA TERRA MILENIUL III

Un popor implicat înseamnă un popor educat.

Schimbările climatice sunt probleme a căror rezolvare necesită implicarea și educarea generațiilor, prin intermediul nostru, al tinerilor. Avem nevoie de soluții și acțiune urgentă.

Cunoașteți persoane care nu știu și nu sunt dispuse să învețe nimic despre tehnologie (telefoane cu touchscreen, tablete etc)? Atunci, probabil veți spune că acest lucru se datorează modalității diferite de trăi, comparativ cu timpurile de astăzi. Probabil că, pe vremea lor, existau doar telefoane cu taste, groase, grele și scumpe, intrând în folosință odată ce au devenit o necesitate.
În generația Z, multe lucruri s-au schimbat.
În zilele noastre, dacă nu ai un dispozitiv mobil, cel mai probabil vei fi considerat „ciudat".

Climatul în care trăim devine din ce în ce mai afectat de problema încălzirii globale. 65% din totalul emisiilor de CO2 din atmosferă provine din utilizarea combustibililor fosili și a proceselor industriale care folosesc cărbune. Petrolul, la fel ca și în cazul cărbunelui, poate fi înlocuit cu variante mai simplu de folosit, mai sustenabile și mai prietenoase cu mediul.
Antarctica, cel mai rece continent, pierde 150 de miliarde de tone de gheață pe an! Apa rezultată din topire va ridica nivelul oceanului planetar și va inunda zone locuibile de pe Terra! 650.000 de proprietăți individuale vor fi înecate sub nivelul apei până în 2050 dacă nu începem schimbarea acum.

8 milioane de tone de plastic intră în ocean în fiecare an, asta înseamnă 1 camion descărcat în ocean în fiecare minut!

267 de specii marine au fost **afectate** de poluarea în masă a apei din cauza plasticului, incluzând 86% din toate speciile de țestoase marine! 100.000 de creaturi marine mor în fiecare zi din cauza sufocării cu plastic!!

„Cea mai mare amenințare la planeta noastră este convingerea că altcineva o va salva" - Robert Swan

Este important să educăm persoanele pe tema poluării și încălzirii globale și să considerăm persoanele care nu reciclează și nu contribuie la ajutorarea mediului, needucate!

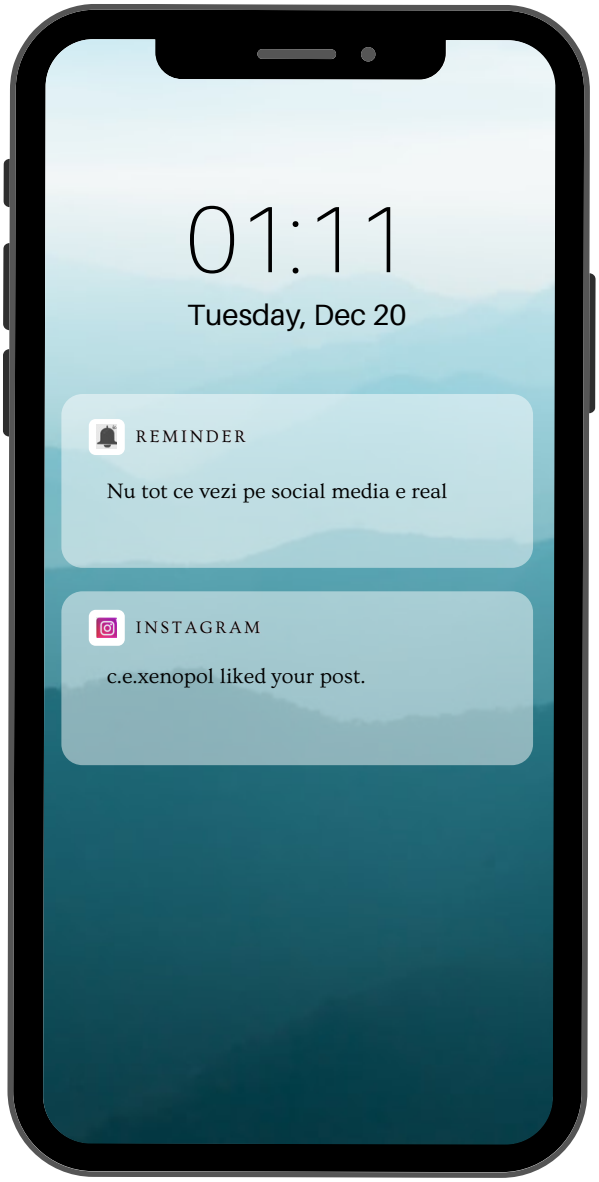
Educația joacă cel mai important rol, având puterea de a schimba comportamentul ignorant al populației, ce provine la rându-i din comportamentul generațiilor trecute, fiind cei în cauză pentru multitudinea de probleme de mediu cu care ne confruntăm. Nouă, generației tinere, ar trebui să ne revină obligația de a ajuta anterioara generație să se adapteze la problemele de acum, cu care nu s-a confruntat, dar și să aducem o schimbare pentru generațiile viitoare, cât de curând posibil.
Mai țineți minte oamenii din exemplul cu telefoanele mobile de la începutul eseului? Ei bine, în momentul de față suntem la fel ca oamenii aceia, se pare că singura schimbare care a avut loc a fost înlocuirea telefonului cu resurse sustenabile.
Putem ajunge însă ca generația Z, unde telefonul a devenit un obiect esențial în viața de zi cu zi. Prin educare, populația va înțelege că este esențial să trecem pe energie regenerabilă, produse sustenabile și combustibili nepoluanți. Acesta realitate este ușor de atins, **dacă începem de astăzi**.

Aruncăm ambalaje în pădure pentru că nu vede nimeni, dar nu înțelegem că acest gunoi va deveni în timp un factor perturbant care nu va fi în folosul nimănui, dar va genera doar consecințe negative. Avem nevoie de creșterea gradului de conștientizare asupra schimbărilor climatice și a problemelor de mediu, cooperarea populației fiind singura soluție.
Trebuie să tratăm acest subiect cu seriozitate și să nu mai luăm în derâdere tema încălzirii mediului. Lumea are nevoie de noi. Iar, atunci când aveți impresia că acțiunile voastre nu contează și că altcineva va salva lumea, gândiți-vă la esența acestui eseu.

CUM SĂ NU ÎȚI PESE DE CE ZICE LUMEA

REDACTORI: ANASTASIA MALEA, ANTONIO ANGHEL

Oare câți adolescenți se confruntă cu nevoia de validare socială?



SURSE IMAGINI: CANVA; FREEPIK.COM

Aceasta a fost întrebarea care ne-a inspirat spre a scrie acest articol, asta și fiecare dintre dățile în care ne-am simțit influențați de grupurile sociale din care făceam parte sau ne doream să aparținem, să acționăm altfel decât am fi vrut.

De câte ori v-ați simțit constrânși de grupul de prieteni să vă cumpărați cel mai nou model de telefon sau niște adidași doar ca să fiți cool, din teama de a nu fiți lăsați în urmă? Dar aici nu este vorba doar de grupul de prieteni, ci și de colegii de clasă, colectivul din liceu, dar și presiunea din mediul online.

Nu vrem să fie unul dintre articolele pe care le citești cu entuziasm, dar care să dezamăgească atunci când vine vorba de aplicare a lucrurilor citite. Să ne lăsăm acțiunile dictate de dorința de acceptare sau apartenență la un grup nu ar trebui să fie normal. Suntem genul de persoane cărora le plac oamenii în mod cât mai natural și credem în valorile fiecăruia.

De unde pornește nesiguranța?

Înainte de toate trebuie să avem încredere în propria persoană și să **ne iubim**.
Începutul ești tu... și continuarea... și finalul... Ce vrem să spunem de fapt e că tu ești cea mai importantă piesă din puzzle-ul vieții tale, de la personalitate la tot ce vine mai departe odată cu ea. Iubirea nu doar stă, ci și vine din interior.

Sursă Foto: iso1200.com

CUM SĂ FIU MAI SIGUR PE MINE?

REDACTORI: ANASTASIA MALEA, ANTONIO ANGHEL

Note to self:

Don't compare

yourself to others.

Sursă Foto: @freepik via Freepik.com

Descoperind lucruri noi. Fie ele melodii, cărți sau alte pasiuni. Petrece timp cu tine și **descoperă-te**. Află ce îți aduce fericire. Concentrează-te asupra unui țel pe care vrei să îl atingi și fă tot ce îți stă în putință pentru a-l îndeplini. Desprinde-te de anturajul toxic și prieteniile superficiale. Știm că sfaturi ca: *„nu îi băga în seamă"* sau *„nu fi prieten cu ei"* sunt ușor de zis, dar greu de făcut.

Să fii exclus din grup pentru că nu ai cele mai scumpe haine este o realitate. Oamenii au tendința să se lase ghidați de lucrurile materiale la care tânjesc. „Poate dacă sunt prieten cu ei o să par cool!" NU. Poate la început, da, cunoști oameni din aceeași sferă și îți place dar, dacă la un moment dat realizezi că nu te încadrezi în tipar și tot ce ai făcut a fost să te prefaci din dorința de acceptare? Dacă ceea ce ai simțit a fost, de fapt, o senzație falsă de plăcere dată de acceptarea temporară a celor categorizați drept populari de standardele sociale ale timpurilor noastre?

Pentru a fi imun la părerile negative trebuie să fii mulțumit de ceea ce vezi în oglindă. Dacă nu ești, gândește-te cum ai putea să devii, ce ar trebui să schimbi sau la ce ar trebui să mai lucrezi. **Acceptarea începe cu tine!** Iar ceea ce gândești despre tine influențează părerile celorlalți. În rău sau în bine. Totul ține de puterea ta de acceptare și percepție. Până la urmă, fiecare are ritmul său de învățare și puterea de a schimba lucrurile în favoarea sa.

Știm că aici o să apară frustrarea și gândurile precum: *„Dacă îmi cumpăr asta, o să mă potrivesc grupului?"*, *„O să râdă de hainele mele sau de cum sunt îmbrăcat?"* În realitate, ai fi surprins să afli cât de puțini oameni se gândesc să îți critice următoarea mișcare. Majoritatea se concentrează pe propria persoană, așa cum ar trebui s-o facem cu toții. Dacă citind articolul ai regăsit pe cineva apropiat, recomandarea noastră este să îi arăți articolul nostru, poate așa înțelege cine trebuie să fie mai important în viziunea fiecăruia.

ARTA FOTOGRAFIEI

PROF. CLAUDIA DUȚĂ,
COORD. CLUB DE ARTĂ ȘI FOTOGRAFIE

Fotografia este una dintre cele mai expresive forme de comunicare. O fotografie capturează momente și sentimente unice, reprezentând o modalitate de legătură între oameni și mediu. Este arta de a captura lumea cu o simplă cameră și de a îți expune toată viziunea și inspirația asupra existenței. Pentru a reuși să înțelegi cu adevărat arta fotografiei, trebuie să ții cont de anumite aspecte: cunoașterea aparatului foto, familiarizarea tehnicilor de fotografiere (cum ar fi lumina potrivită, unghiul din care se face fotografia, centrarea corectă a obiectului fotografiat, etc.) și bineînteles este nevoie de un program adecvat pentru editare. Prin dezvoltarea personalității într-un mod creativ, artistic, lumea ne este prezentată cu alți ochi și cu alte noi perspective.

Iată aici câteva **tips&tricks** pentru a face poze cât mai reușite, cât că folosești un aparat foto sau o cameră de telefon mai performantă:

1. Folosește elementele de design interior ca să creezi scenografii originale, din care nu trebuie să lipsească elemente vesele.
2. În cazul în care vrei să fotografiezi un portret, asigură-te că beneficiezi de o sursă de lumină, ce oferă o temperatură de culoare potrivită.
3.Există un farmec aparte în a privi fotografiile în care cerul se reflectă în apă. Poți găsi reflexii într-o mulțime de locuri: bălți, întinderi mari de apă, oglinzi, ochelari de soare,

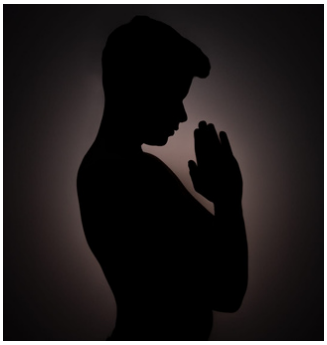
Surse Foto: Prof. Claudia Duță

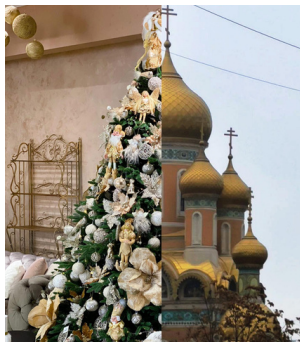
Explore our Art Expozition

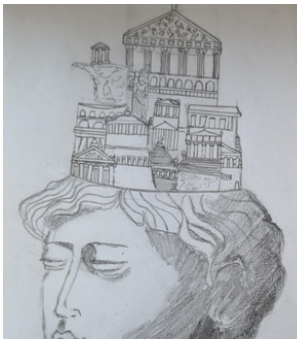
Clubul de artă grafică și fotografie

Expoziție octombrie-decembrie

Ne dorim să stimulăm dezvoltarea personală într-un mod creativ, artistic, cât și îmbunătățirea orizontului de cunoaștere în domeniul artei grafice și a fotografiei. Acești copii talentați își expun talentul în cadrul clubului de artă și fotografie, organizat de liceul nostru. În fiecare lună este aleasă o temă în baza căreia aceștia sunt nevoiți să își pună inspirația la treabă și să creeze cele mai reușite fotografii. Prin dezvoltarea personalității într-un mod artistic, lumea ne este prezentată cu alți ochi și cu alte noi perspective.

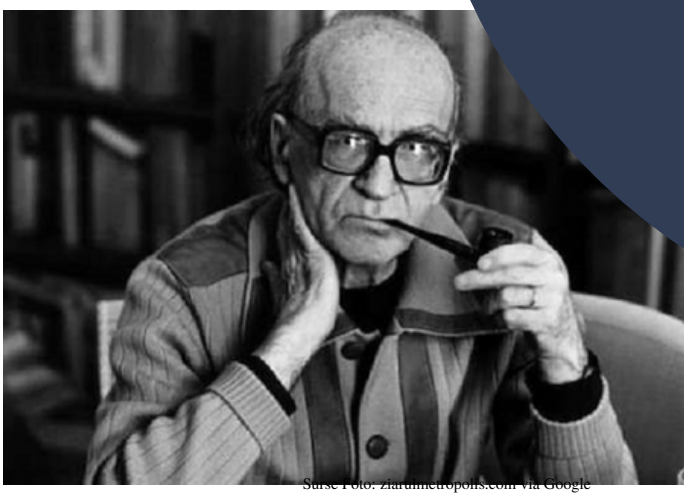






ROMANUL ADOLESCENTULUI MIOP DE MIRCEA ELIADE

REDACTOR: RUXANDRA BOCMAN



Sursa Foto: ziarulmetropolis.com via Google

> *După ce o perioadă e depăşită, durerile şi neliniştile sunt uitate.*

Romanul adolescentului miop este o operă literară ce prezintă viața de adolescent ca fiind o etapă a vieții în care ne dezvoltăm fizic și psihic.

Eliade a dorit să ne împărtășească viața adolescentină prin intermediul jurnalului propriu, unde își exprimă experiențele dure, judecata și lipsa de afecțiune prin care a trecut.

ELIADE REUȘEȘTE SĂ EXPRIME SENTIMENTELE UNUI ADOLESCENT DE LICEU CARE ÎNCEPE SĂ SE SIMTĂ SPECIAL, DIFERIT ȘI NEÎNȚELES.

Era închis în el ca o stană de piatră. Lumea credea că este o persoană senină și împăcată în inima lui, dar nu știau câtă suferință poate duce un adolescent în interiorul său.

Suspine și lacrimi vărsate noaptea în mansarda copilăriei, locul în care își înghițea amarul din cauza sărăciei și durerii din piept.
Lucrul pe care și-l dorea cel mai mult Eliade era să se simtă iubit.

> *În multe privințe, „Romanul Adolescentului Miop" este un veritabil antiroman, în primul rând, datorită faptului că prezintă viața cotidiană a unui anti erou și pentru că din narațiune lipsește conflictul dintre generații, ceea ce e tipic prozei moderne.*

> *"Eu am să scriu **Romanul adolescentului miop**, dar am să-l scriu ca un jurnal al autorului. Cartea mea nu va fi un roman, ci comentarii, note, schițe pentru roman. E singurul mijloc de a surprinde realitatea, firesc și dramatic" (M.Eliade)*

ZIUA MULTICULTURALITĂȚII 2022

Hello, Bonjour, Hola, Nǐ hǎo, Sağol, Yassas!

"Cântareața Cheală" de Eugen Ionescu
Clasa a 9-a C - limba Franceză

Vă întrebați ce este ziua multiculturalității?

În fiecare an, liceul nostru organizează o festivitate destinată promovării și descoperirii amănunțite a diverselor culturi la care elevii au acces prin studiul limbilor străine. Cu prilejul acestui eveniment, reușim anual să promovăm potențialul fiecărui elev, încurajând și susținând fiecare tip de pasiune și talent.

Anul acesta fiecare limbă străină studiată în cadrul liceului a avut propriul moment, pe care fiecare clasă l-a gândit și aranjat potrivit propriului plac.

- Greacă

Spectacolul a debutat cu elevii de la clasa de greacă-intensiv, care au spart gheața, au dansând împreună cu invitații noștri de la Uniunea Elenă. Momentul a continuat cu vizionarea câtorva filmulețe despre Grecia, realizate de către elevi.

- Engleză

Anul acesta, Larisa Radu a interpretat piesa ”All of me”.

- Spaniolă

Momentul de debut a fost intrarea elevilor de la clasa a 9-a C, care au prezentat formule de salut în diferite limbi internaționale, urmați de cei de la clasa a 9-a B care au interpretat sceneta „Es mejor acá que all”.

De prin Xenopol...

- Chineză

Clasa a 11-a A, de chineză-intensiv, a debutat cu o melodie emoționantă, „Qu Wanting - You exist in my song”, cântată de Radu Burcă. Ulterior, aceștia au prezentat secvențe din arta ceaiului și arta caligrafiei chineze, importante elemente ale culturii chineze.

În cadrul aceluiași moment, delegația turcă prezentă în sală, ca urmare a programului Erasmus la care participă liceul nostru, a fost servită cu ceai preparat în mod tradițional chinez, printr-un ritual specific. Momentul lor s-a încheiat cu un dans tradițional, interpretat de Adelina Țăruș.

- Turcă

Momentul a început cu un dans pe o melodie modernă, urmat de vizionarea unui videoclip. Spectacolul a continuat cu elevii clasei a 9-a G, care au cântat în cor melodia „Güneş topla benim için”. Spre finalul momentului, Marei Ahmed și Ioan Gheorghe au interpretat melodia „Isyan” de Halil Sezai.

Un dans popular românesc interpretat pe fondul muzical al minunatei voci a colegei noastre, Monica Tudor, a încheiat evenimentul de anul acesta.

Thank you all, Merci bien, Gracias, Xiè xie, Teşekkürler !”

T V A MAGAZINE

-Trăite și Văzute de Adolescenți-

Un copac masiv de nu-l poți cuprinde cu brațele se naște dintr-o mică sămânță, spunea cu mult timp în urmă un înțelept. Deschidem, cu acest prim număr al revistei, mulțumind tuturor celor care au susținut și vor susține acest proiect, calea ca mica sămânță a comunicării prin scris din acest număr să se dezvolte exponențial în următoarele. Așadar, vă așteptăm cu bucurie să vă alăturați!

Profesor Coordonator:
Mihaela Georgescu

Redactori-șefi:
Ruxandra Cristescu, 11C
Antonio Anghel, 11A

Redactori:
Anastasia Malea, 10B
Ana Constantinescu, 9C
Vanessa Coman, 11G
Ilinca Marcu, 11C
Ruxandra Bocman, 10C
Adina Holovețchi, 11D
Elena Răceanu, 9J
Elena Dogaru, 9H

Editor:
David Bocioacă, 9C

Grafică:
Ruxandra Cristescu,11C
Antonio Anghel, 11A
David Bocioacă, 9 C

Fotografie:
Prof. Claudia Duță
Arhiva liceului

Mulțumiri:
Domnului Președinte al Autorității Naționale pentru Protecția Consumatorilor - Horia Constantinescu pentru colaborare și încrederea acordată

Doamnei Director, prof. Mihaela Iacoban
Doamnei Director Adjunct, prof. Anduța Grofu
Doamnei prof. Gabriela Iordache pentru ajutorul acordat scrierii articolului „Consumator informat, nu dezinteresat!”

Tipografie:

Curtea Veche, Str. Aurel Vlaicu nr. 35, corp B, sector 2, cod poștal 020091, Bucureşti

Adresă: Colegiul Economic A.D.Xenopol - Strada Traian nr.165, Sector 2, București 021412
Tel: 021 320 5719
Email: colegiulxenopol@yahoo.com

Mai multe detalii despre noi:
Instagram CȘE: @c.e.xenopol - Oficial
Facebook: Colegiul Economic A. D. Xenopol-Oficial
Site: colegiulxenopol.ro