

"Fericirea constă în primul rând în sănătate"

George William



muza

muncă zel
umor ardore

Joi, 05 noiembrie 2020

Nr.1 (81)

Preț - 2 lei Ziar trimestrial al elevilor din Gimnaziul "Tudor Strișcă" Apare din 29 decembrie 2002

Filiala CRCCA Cimișlia

"Nu contează cantitatea, dar contează calitatea"

Bunii și frumoșii noștri profesori!

Cuvintele nu pot
exprima recunoștința
pe care o simțim.

Profesorii din gimnaziu -
adevărate modele pentru
noi, cu cea mai mare
influență în dezvoltarea
noastră, responsabili,
dedicați, învățându-ne
importante lecții de viață,
mentori cu experiență și
cunoștințe profunde.



Sunteți primii care ne sculptați
caracterul și sufletul și vă dăruieți
cea mai mare parte a timpului
prețios nouă, copiilor. În spatele
fiecărui om bogat sau sărac,
celebru sau nu, se află un dascăl.

Leancă Maria

Pentru ceea ce suntem noi astăzi, vă suntem recunoscători. Există
multe bucurii în viață pe care le avem mereu în suflet, D-voastră ne
luminați calea, învățându-ne să vedem momentele dificile în culori.
Anume truda depusă este catalizatorul eu-lui nostru. Privind în urma
profesorului putem observa cum înfloresc urmele pașilor, cum prinde
viață cărarea unde pășim, iar cerul se molipsește de o seninătate
sinceră ce se emană din sufletul curat.

Cuțitaru Laurenția

Profesorul poartă cu cinste și
demnitate onorificul titlu de semănător
al Cunoștințelor, Frumosului și Binelui!
Este o profesie nobilă, ce stă la baza
celorlalte profesii, cea mai importantă
profesie ca și cea de o mamă grijulie.

Placinta Ana

Dragă profesor!

Un profesor e o menire
Grea, și nu e dată orișicui,
Un profesor se naște din iubire
Pentru cuvânt, pentru lectură și copii.
Lucrează zilnic pentru tine
Să-ți construiască un destin,
Atunci când tu vei merge-n lume
Să știi de unde ai pornit.

Bularga Daniela

Sănătatea este comoara vieții noastre

Sănătatea este o proprietate, dar aceasta are și anumite
responsabilități pe care fiecare le știe în viața cotidiană. Ea se câștigă,
dar alteori o putem pierde. Atunci, când suntem sănătoși nu realizăm
cât de norocoși suntem. Nu observăm cât de bogați suntem atât timp
cât vedem chipurile celor dragi, cât avem brațele pentru a cuprinde
persoanele apropiate, ascultăm sunetele ce ne mângâie, când putem
spune ce ne este pe inimă sau când pașii ne poartă unde ne îndeamnă
sufletul. Realizăm abia atunci când viața ne răpește o parte din daruri,
și noi percepem cât de bogat este omul sănătos. Acum pandemia
reprezintă o încercare pentru noi, sănătatea fiind prețul hotărâtor.
Pentru a o învinge va fi nevoie ca societatea să limiteze răspândirea de
COVID-19 și să respecte regulile de protecție. Sănătatea se asigură
prin deprinderi igienice: igiena alimentară, igiena personală, igiena
mediului înconjurător. Ea este „o comoară pe care puțini știu să o
prețuiască, deși aproape toți se nasc cu ea”. Fiți sănătoși!

Pilchin Ionela, redactor-șef

În sumar

TFU
Ne implicăm
Ne pasă!
Pag.2

Sănătatea
e o comoară!
Pag.3

Fii sigur și
inteligent pe
Internet
Pag.4

Scrisori**O**pinii**S**ugestii

Sănătatea e comoara cea mai prețioasă

Sănătatea nu este numai o problemă individuală, ci privește tot atât de mult întreaga societate. Ea se asigură prin deprinderi igienice: alimentare, personale. Ce se întreprinde în gimnaziu ca să nu ne îmbolnăvim, să nu pierdem din calitatea vieții școlare și să muncim eficient, ne informează Dna Mocanu Loreta, lucrător medical.

Ce măsuri de reducere a riscurilor de răspândire a cazurilor de infecție cu Covid-19 se întreprind în gimnaziu?

Se efectuează triajului zilnic a elevilor, a cadrelor didactice și a lucrărilor auxiliari, se respectă regulile de igienă a mâinilor, a regulilor de igienă respiratorie și respectarea distanței fizice.

Gimnaziul este asigurat pe deplin cu strictul necesar de protecție?

Instituția este asigurată pe deplin cu strictul necesar de protecție cum ar fi: dezinfectant pentru mâini și pentru prelucrarea suprafețelor, săpun lichid pentru spălarea mâinilor, denzifectant pentru prelucrarea pardoselilor și a wc, termometre non contact pentru triajul zilnic.



Dimineată la cele trei intrări în gimnaziu profesorii de serviciu și asistenta medicală verifică temperatura și starea fizică a elevilor și angajaților. Vă mulțumim pentru grija ce ne-o purtați și interviul acordat.

Cât de importantă este comunicarea cu elevii pe timp de pandemie ?

Consolidarea comunicării și încrederii pe timp de pandemie este crucială pentru a pune în practică măsurile de limitare a răspândirii virusului. Este esențial să transmitem mesaje corecte, să înțelegem cum putem ajuta ca emoțiile să nu ne guverneze.

Cum vă reușește să gestionați în gimnaziu situația de criză sanitară ?

Respectând toate regulile, restricțiile și măsurile de prevenire, cred că vom trece cu bine peste această perioadă dificilă pentru toți. Trebuie să învățăm să trăim în lumea aceasta în armonie, neaducându-ne daune nici nouă, nici celor din preajmă. Așa vom fi sănătoși și viguroși.

Ce sfaturi trebuie să urmărim cu toții pentru a nu ne îmbolnăvi?

Învățați de la cea mai fragedă vârstă să fiți îngrijiți, respectați regulile de igienă personală, folosiți un regim rațional de alimentație. E bine să înțelegeți de mici că sănătatea nu înseamnă absența bolii, ci un mod de viață echilibrat, o comportare igienică. **Vă urez multă sănătate!**



Elevii din clasele primare au revenit deja la regimul obișnuit de alimentație, cu prezența la cantina, cu bucate calde și respectarea tuturor restricțiilor igienice, a necesarului caloric. Trecerea de la perioada de vacanță la începutul anului de învățământ trebuie să se producă și cu schimbări în alimentația elevilor.

În prezent un rol esențial în alimentația copiilor, are folosirea produselor cu valoare biologică sporită, crescute în condiții naturale, având în vedere atât produse de origine animală cât și vegetală.

Cum ne alimentăm pe timp de pandemie?

Alimentația copiilor prezintă o condiție obligatorie. Ea asigură creșterea și dezvoltarea adecvată a copiilor și îmbunătățește sănătatea și buna funcționare a organismului. În același timp, alimentația prezintă una dintre funcțiile fiziologice de bază. Una din cerințele igienice de bază, pe timp de pandemie este ca alimentația copiilor să fie echilibrată. Despre aceasta ne-a informat dna **Caraja Feodora**, bucătar-șef, care elaborează meniurile cu produse alimentare ce conțin proteine, lipide, glucide, săruri minerale, vitamine și apă, adică acele substanțe organice și neorganice din care este alcătuit corpul uman.

În perioada de pandemie, ne recomandă doamna bucătar, de a consuma cât mai multe fructe și legume, de a hidrata organismul cu lipide: ceaiuri, sucuri și apă.

Placinta Ana

Combaterea traficului de ființe umane: *Ne implicăm! Ne pasă!***Actual**

Campania națională "Săptămâna de luptă împotriva traficului de ființe umane" în gimnaziu a avut ca scop **Prevenirea și combaterea Traficului de ființe umane, sensibilizarea și informarea elevilor despre riscurile și consecințele acestui fenomen** precum și **Promovarea utilizării într-un mod mai sigur și responsabil a tehnologiei on-line și a telefoanelor mobile de către copii și adolescenți, precum și conștientizarea și educarea acestora asupra pericolelor navigării nesupravegheate pe internet.**



În acest context, în gimnaziu s-au desfășurat diverse activități dintre care: informarea și sensibilizarea elevilor privitor la TFU de către Reprezentantul Inspectoratului de Poliție Cimișlia, Odajiu Ludmila, (***Vezi imaginea din stânga***) Educație prin film, ședințe de informare pentru părinți, cât și expoziție de desene "**ARTitudine împotriva TFU**". Am discutat și analizat mijloacele de a preveni această modalitate de exploatare a ființelor umane. Ca urmare, obiectivul principal al trainingului nostru a fost cunoașterea și înțelegerea fenomenului de trafic de persoane și sprijinirea combaterii lui. **Chistol Felicia**

Toamna este o simfonie, artă vie, în mii de culori.

Tomna e un anotimp al bogăției și al darurilor. În acest an ne bucurăm de o toamnă minunată, generoasă, darnică, dar și care ne-a unit în a participa la activitatea ***Toamna în povești***, care s-a desfășurat în incinta gimnaziului nostru. De la mic la mare s-au implicat în confecționarea eroilor din povești din fructe și legume sau alte bogății ale toamnei. În holul instituției s-a creat o adevărată galerie a poveștilor și a visurilor copilăriei.

Am întâlnit-o pe ***Alba ca zăpada și cei șapte pitici***, confecționați de elevii clasei a IX-a. Cei din clasa a șaptea au colaborat și au confecționat eroii poveștii ***Punguța cu doi bani***. Cot la cot au muncit și elevii din clasa a VI-a, reușind să meșterească eroii din ***Amintiri din copilărie***. Cei din clasa a V-a au lucrat cu demnitate și au reușit să confecționeze protagoniștii din cunoscuta poveste ***Capra cu trei iezi***.

**Capra cu trei iezi.****Amintiri din copilărie**

De minune s-au descurcat și picii din clasele mici I-a - IV-a, ei ne-au încântat privirile, admirând splendidele figurine cu eroi din ***Ridichea, Ursul păcălit de vulpe, Cei trei purceluși și Gogoșa***.

Ne-am convins că imaginația depășește hotare și împreună putem realiza lucruri mărețe.

Toate culorile și darurile toamnei s-au adunat în holul gimnaziului și a fost omagiat anotimpul care aduce multă frumusețe și bogăție.

"Am încercat să schimbăm un pic tradiția de a sărbători toamna. Consider că am ales o modalitate neobișnuită în acest sens. În fiecare an, toamna la noi este deosebită și irepetabilă, Apreciam eforturile tuturor și să nu uităm că toamna este o adevărată farmacie a naturii, consumând cât mai multe fructe și legume." a menționat Dna director-adjunct pentru educație, Mocanu Natalia. **Leancă Bogdan**

MERIDIAN ȘCOLAR

Făcând bine, primești o încărcătură de energie mare, ești mulțumit de realizările obținute. Împreună cu echipa am participat în cadrul diferitor activități, acțiuni din comunitatea noastră. Anul acesta, în legătură cu situația epidemiologică, nu ne-am putut permite încadrarea în numeroase acțiuni, dar totuși în cadrul Săptămânii Voluntarului, am inițiat acțiunea "Plantăm fapte bune". Am plantat diferite flori în parcelele de pământ din grădina gimnaziului, am mers și am făcut curat la două Răstigniri din localitate. Urmează să mergem la bătrânii care ne-au solicitat pentru a săpa grădinile.

În imagine: Elevii clasei a IX-a Omelianovici Dan, președintele CE

Este minunat să fii voluntar!
În viață nu trece o zi fără fapte bune – acesta este motto-ul elevilor voluntari din gimnaziul nostru.



Fii sigur și inteligent pe Internet!

Internetul este distractiv, dar uneori ți se pot întâmpla și lucruri neplăcute. **ȚINE MINTE!**

Când să ceri ajutor?

Internetul este parte din viața ta de zi cu zi, fie că socializezi cu prietenii, faci teme pentru acasă, asculți muzică sau urmărești vloggerul preferat. Totuși, este foarte important să fii responsabil/ă și atent/ă. Ceea ce publici online sau ceea ce publică alții pe Internet despre tine contribuie la reputația ta, pentru tot restul vieții tale.

De aceea, înainte să postezi, întreabă-te:

- Poate aceasta influența oportunitățile tale pe viitor?
 - Poate aceasta să rănească pe cineva?
 - Pot să împărtășesc aceasta părinților?
- Reține!** Nimic din ce publici pe Internet nu vei mai putea șterge definitiv. Orice comentariu sau fotografie, cu un singur click, poate fi salvat de alte persoane în calculatoarele lor, apoi postat pe alte pagini web fără ca tu să mai poți controla și distribui.

Iată câteva sfaturi:

- Fii politicoasă cu oamenii, chiar și atunci când ceilalți sunt răutăcioși chiar și în viața reală și online!
- Dacă faci cunoștință cu persoane noi în viața reală sau online, ține mereu cont de regulile de siguranță. Nu spune numele tău complet, sau chiar folosește un pseudonim. La fel, nu da detalii despre unde trăiești, unde înveți sau unde te afli într-un anumit moment și, desigur – nu da nimănui parola ta.
- Ține minte că întotdeauna poți refuza să mai comunici cu o persoană care te jignește online.

Eșanu Vera, dirigintele clasei a IX-a



Felicitări echipei de turiști din gimnaziu, conducător Caraja Maxim, care s-au clasat pe **Locul I** în cadrul Campionatului Republicii Moldova la Orientare Sportivă. Turiștii gimnaziului sunt:

Leancă Axenia, Leancă Ana, Ciobanu Mariana, Leancă Nicoleta, Leancă Valeria, Caraja Gheorghe, Verdeș Gheorghe, Chistol Lidia, Rozdovan Tudor, Omeleanovici Dan, Boicu Cristi, Căinăreanu Ana, Jalbă Ana-Maria, Leancă Vera, Eșanu Cristina, Verdeș Ion, Grosu Artiom, Ursu Alina.

Ne mândrim cu performanțele atinse și vă dorim tuturor cât mai multe locuri de frunte.

Caraja Gheorghe

Participanții la Campionatului Republicii Moldova la Orientare Sportivă care s-a desfășurat în tabăra de odihnă "Izvoaraș" din satul Zloți

Adresa noastră: s. Satul Nou, r-n. Cimișlia, Moldova
 Pagina WEB gimnaziultudorstrisca.educ.md
 Coordonator adult: Mocanu Natalia
 Redactor șef: Pilchin Ionela
 Tiraj: 50 numere. Periodicitate: apare o dată la 2 luni