



Alexandra CEBAN: „Nu-mi este teamă să dau ochii cu elevii pe care i-am învățat, știind că i-am instruit în cea mai bună formă...”

CSPLN – o instituție sportivă cu realizări de răsunet

Jurnalistul care a dorit să atingă cerul cu mâna

Univers Pedagogic

pro

1 (931),
2 ianuarie 2025



Săptămânalul pedagogilor din toată țara!

TOT MAI MULȚI ABSOLVENȚI DE LICEE ALEG SĂ STUDIEZE ÎN REPUBLICA MOLDOVA



Anul 2024 a adus o creștere semnificativă a numărului de absolvenți de licee care optează pentru continuarea studiilor în instituțiile de învățământ superior din Republica Moldova. Conform datelor prezentate de ministrul Educației și Cercetării, Dan Perciun, în cadrul unei întâlniri anuale cu rectorii universităților, 51,64% dintre absolvenții care au susținut examenul de bacalaureat în acest an au fost înmatriculați în instituțiile de învățământ superior din țară.



Creștere notabilă a admiterilor la licență și master

În anul curent, au fost înmatriculați 16.345 de studenți la programele de licență, ceea ce reprezintă o creștere de 6,7% față

de 2023, când numărul acestora era de 15.245. De asemenea, numărul studenților admiși la master a crescut cu 10%, ajungând la 5.713, comparativ cu 5.177 în anul precedent.

Cea mai mare parte a studenților (86%) au optat pentru instituții publice, dintre care 34% au fost admiși pe locuri bugetare. Cele mai mari rate de înmatriculare s-au înregistrat la Universitatea de Stat din Moldova (25,19%), Universitatea Tehnică a Moldovei (19,61%) și Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău (9,80%).

Creșterea interesului pentru domeniul pedagogic

Un trend remarcabil este creșterea interesului pentru studiile în domeniul științelor educației. În 2024, 1.849 de studenți au fost admiși în acest domeniu - o creștere de 8,8% comparativ cu anul precedent. Această creștere a avut loc în pofida introducerii unei medii minime de admitere de 6,5, ceea ce subliniază atractivitatea crescândă a profesiei de pedagog.

Domeniul științelor educației se clasează pe locul 4 în topul mediilor de admitere, după sănătate (8,51), matematică și statistică (7,98) și științe chimice (7,97).

Obiective pentru viitor

În cadrul discuțiilor cu rectorii, ministrul Dan Perciun a exprimat ambiția de a crește procentul absolvenților de liceu care aleg să urmeze studii superioare în țară până la 60% în 2025. „Există un potențial foarte mare nevalorificat. Trebuie să ne concentrăm eforturile pentru a convinge tinerii să rămână în țară și să-și construiască viitorul aici,” a declarat ministrul.

Aceste date evidențiază progresul sistemului de învățământ superior din Republica Moldova și oferă perspective promițătoare pentru consolidarea educației de calitate și a competitivității tinerilor pe piața muncii.

Modernizări pentru educația minorităților etnice din Moldova

Peste 1300 de elevi din trei instituții de învățământ frecventate de copii din rândul minorităților etnice beneficiază acum de condiții îmbunătățite de studiu, în urma unor lucrări esențiale de reabilitare a infrastructurii școlare. Intervențiile au vizat Liceul Teoretic „Todur Zanet” din satul Congaz (UTA Găgăuzia), unde s-a realizat izolarea termică a clădirii, precum și Liceul Teoretic „Mihail Lomonosov” din Orhei și Liceul Teoretic „Alexandr Pușkin” din Anenii Noi, unde au fost complet modernizate blocurile alimentare.

Aceste investiții, realizate prin proiectul „EDU-PRO: Educație de calitate și protecție pentru persoanele afectate de conflicte și grupurile vulnerabile din Moldova”, au fost implementate de Ministerul Educației și Cercetării în colaborare cu organizația WeWorld, având sprijinul Agenției Italiene pentru Cooperare și Dezvoltare (AICS) și al partenerilor Norwegian Refugee Council și Partnerships for Every Child Moldova.

Îmbunătățirea infrastructurii școlare contribuie la crearea unui mediu educațional mai incluziv și favorabil performanțelor academice. Acest demers sprijină egalitatea de șanse în educație, având un impact direct asupra dezvoltării comunităților.

Totodată, proiectul a permis deschiderea a trei centre comunitare în raioanele Soroca, Otaci și Edineț, care oferă servicii integrate, precum activități educaționale, consiliere psihologică și sprijin social. Aceste spații sunt destinate copiilor, tinerilor și familiilor din diverse comunități, inclusiv ucraineni și romi, și sunt gestionate de echipe mixte de educatori, psihologi și asistenți sociali.

Inițiativele contribuie la incluziunea socială și la consolidarea coeziunii comunităților din Moldova, oferind soluții moderne și adaptate nevoilor educaționale actuale.



Cinci școli model dotate cu echipamente digitale de ultimă generație

Cinci instituții din Rețeaua Școlilor Model au fost echipate cu table interactive moderne, datorită unei donații oferite de Huawei Moldova, în valoare de 1 milion de lei. Aceste dotări marchează un pas important în digitalizarea procesului educațional și în reducerea decalajului dintre mediul urban și rural.



Ministrul Educației și Cercetării, Dan Perciun, a evidențiat importanța colaborării între sectorul public și privat. „Modernizarea educației necesită implicarea întregii societăți. Parteneriatele cu companii precum Huawei Moldova accelerează acest proces și răspund așteptărilor generațiilor viitoare”, a declarat ministrul.

La rândul său, Guo Min, director executiv Huawei

Moldova, a subliniat angajamentul companiei pentru dezvoltarea educației digitale: „Investiția în educație este fundația unui viitor prosper. Suntem mândri să susținem transformarea școlilor în spații digitale moderne”.

Iurie Țurcanu, fondatorul ONG-ului „Republica Digitală”, a punctat dimensiunea egalitară a proiectului: „Această inițiativă oferă elevilor din mediul rural

șansa de a accesa resurse digitale și de a dezvolta abilități competitive pentru viitor”. Directoarea Liceului Teoretic „Ștefan Vodă”, Elena Cornișel, a evidențiat importanța educației STEM în dezvoltarea tinerilor: „Aceste dotări ne permit să pregătim elevii pentru carierele viitorului”.

Proiectul Rețeaua Școlilor Model, lansat în 2024 de Ministerul Educației și Cercetării, include 35 de instituții

care vor deveni exemple de bune practici în educație. Inițiativa este susținută de parteneri internaționali precum Banca Mondială, Uniunea Europeană, și UNICEF, având ca obiectiv accesul egal la o educație de calitate pentru toți elevii.

Această donație este un exemplu elocvent de cum tehnologia poate transforma educația, creând oportunități pentru elevi de a învăța într-un mediu modern și conectat. În același timp, reprezintă o etapă crucială în eforturile de integrare a competențelor digitale în procesul de învățare.

Mai mult, aceste investiții consolidează rolul Rețelei Școlilor Model în a stabili noi standarde pentru educația din Republica Moldova, oferind elevilor instrumentele necesare pentru a face față provocărilor unei lumi tot mai digitalizate.

Campania de abonare la Univers Pedagogic Pro!

Fii la curent cu noutățile din educație și descoperă inspirația de care ai nevoie pentru a-ți transforma activitatea didactică! Abonează-te acum la săptămânalul care susține profesorii și promovează excelența în educație.

Cum te poți abona?

Mergi la cel mai apropiat oficiu poștal al Î.S. Poșta Moldovei sau abonează-te online accesând linkul: <https://services.posta.md/abonarea2025#/publication/17>.

Univers Pedagogic Pro – mereu alături de tine!



PNUD: Elevii – prieteni cu mediul înconjurător



Aproximativ 3 000 de elevi din toată țara, majoritatea fiind din localități rurale, au fost instruiți în vederea însușirii mijloacelor de economisire a resurselor energetice și a percepției prietenoase a mediului înconjurător. Învățarea s-a realizat prin desfășurarea unor ateliere interactive, organizate de Green City Lab Moldova în intervalul august - decembrie curent, iar majoritatea locațiilor au fost selectate ca urmare a unui apel public de înregistrare.

Instruirile au fost organizate în diferite regiuni ale republicii, cu utilizarea unor informații despre eficiență energetică, resurse regenerabile de energie, biomasă, precum și prin realizarea unor studii de caz, jocuri interactive și discuții. De asemenea, s-au organizat 8 ateliere în tabere de vară și 72 – în școli.

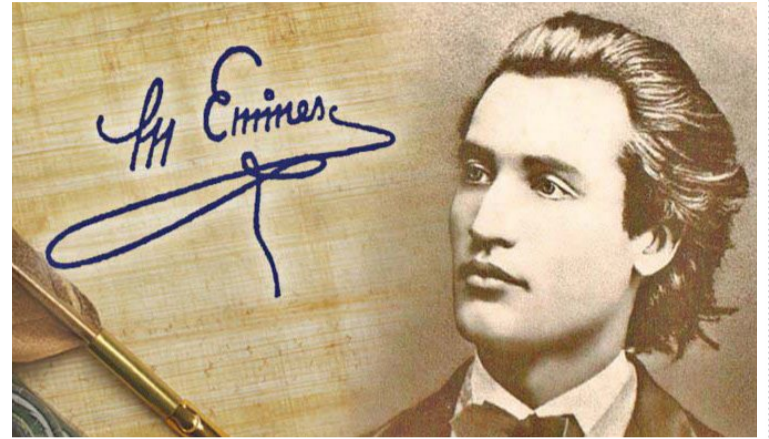
Totodată, discuțiile au pus accentul pe posibilitățile de integrare a bunelor practici de economisire a energiei, precum și pe utilizarea biomasei ca sursă de energie pentru a face față provocărilor în domeniu. În plus, s-au derulat 10 instruirii pentru populația adultă din diferite comunități.

Irina Apostol, facilitatoare atelier Green City Lab Moldova, a specificat că „Tinerii sunt foarte interesați de subiectele care țin de dezvoltarea durabilă, dar este important să le livrăm informații corecte și să-i învățăm cum fiecare în locuința proprie poate contribui la faptul să avem o țară mai curată, un mediu mai sănătos și, respectiv, să lăsăm urmașilor noștri o planetă mai sigură, inclusiv din punct de vedere ecologic.”

Organizarea activităților a devenit posibilă grație sprijinului venit prin Programul Națiunilor Unite pentru Dezvoltare (PNUD) Moldova, atelierele de instruire fiind organizate de proiectul „Răspunsul multi-dimensional la provocările emergente în materie de securitate umană”, finanțat de Japonia.

Votat de Parlament: Anul 2025 a fost declarat „Anul Mihai Eminescu”

Anul 2025 a fost declarat „Anul Mihai Eminescu”, pentru a marca 175 de ani de la nașterea poetului național, considerat un simbol al literaturii naționale și universale, potrivit unui proiect de hotărâre aprobat de Parlament.



Potrivit proiectului, Guvernul va aproba un program național de acțiuni educaționale și cultural-artistice, menite să celebreze viața și opera marelui poet. Printre activitățile planificate figurează întâlniri ale scriitorilor, criticilor literari și ale profesorilor cu cititori

din biblioteci și elevi din gimnazii și licee. Totodată, se recomandă mijloacelor de informare în masă să desfășoare o campanie amplă de reflectare a evenimentelor ce vor fi organizate cu prilejul „Anului

Mihai Eminescu”. Autorii proiectului de hotărâre, un grup de deputați PAS, susțin că aceste acțiuni vor avea rolul de a stimula interesul tinerei generații pentru opera eminesciană și de a încuraja un dialog autentic care să pună în valoare moștenirea culturală a marelui poet.

„Anul 2025 va deveni un moment de celebrare a unei moșteniri culturale ce continuă să inspire întregi generații. Considerat cel mai mare poet al literaturii române, Eminescu a avut o influență semnificativă asupra dezvoltării limbii și culturii naționale, dar și asupra gândirii filosofice și politice”, menționează autorii în nota de fundamentare a proiectului de hotărâre.



SATUL EUROPEAN

Edificarea infrastructurii sportive și educaționale – o prioritate



Un Complex sportiv a fost edificat la Corlăteni, Râșcani, în cadrul Programului „Satul European”. Noul stadion a fost dotat cu echipamente sportive, valoarea totală a proiectului constituind aproximativ un milion de lei. Arena este folosită de 3 instituții sociale din acest sat cu peste 5 400 de locuitori, inclusiv gimnaziul și două grădinițe, precum și de tineri din Singureni. De remarcat că terenul poate fi utilizat pentru practicarea tenisului de câmp, minifotbalului și baschetului, corespunzând standardelor pentru competiții sportive regionale. Iar la Iurceni, raionul Nisporeni,

a fost construită o zonă modernă de recreere și agrement. Astfel, cei peste 2 000 de locuitori ai comunei Iurceni, precum și populația din Mârzoaia (localitate componentă a comunei), precum și locuitorii satelor învecinate - Bolțun, Bursuc și Cristești -, în număr de aproximativ 3 500, beneficiază de un spațiu modern de relaxare, cu un teren de joacă pentru copii și o piscină.

La sfârșit de an a fost reabilitată pe exterior și clădirea Centrului Social Sportiv din Dezghingea, UTA Găgăuzia. Proiectul în valoare de 3 milioane de lei a prevăzut termoizolarea pereților, înlocuirea tăm-

plăriei și schimbarea acoperișului, pe care deja creșteau arbori de peste patru metri înălțime. În prezent, aici funcționează o secție de lupte libere, cu peste 60 de copii, și una de dansuri populare, cu aproximativ 50 de copii din localitate. Totodată, administrația locală a amenajat băi și vestiare, asigurând condiții optime pentru cei care se antrenează.

Este de menționat că în acest an eleva clasei a VII-a, Irina Terzi, care se antrenează aici, a câștigat Campionatul Republicii Moldova la lupte libere și a participat la Campionatul European desfășurat în Grecia, unde a obținut medalia de argint. Pe lângă cei peste 100 de copii care se bucură de infrastructura reabilitată, au fost create locuri noi de muncă pentru câțiva antrenori, iar adulții, inclusiv pensionarii, au posibilitatea de a veni aici pentru antrenamente. În total, 45 de adulți frecventează sala de forță, dintre care 15 sunt pensionari.

A fost modernizat acoperișul Liceului din Peresecina

La Peresecina, Orhei, a fost înlocuit acoperișul blocului „C” (cu spații pentru sport, sală de festivități și bibliotecă, având per total o suprafață de 1.034 m pătrați) al Liceului Teoretic „Alexandru Donici” (800 de elevi și 150 de angajați). Iar la Grădinița nr. 3 „Mugurașii” din localitate (190 de copii și 42 de angajați) a fost construit un gard cu o lungime de 170 m, fiind amenajate și pasaje pietonale, prin pavarea căilor de acces pe o suprafață de 100 m pătrați. Pentru realizarea acestor două proiecte,



te, Fondul Național pentru Dezvoltare Regională și Locală (FNDRL) a alocat în jur de 2,6 milioane de lei, iar administrația publică locală (APL) a investit 100 de mii.

Efficientizare energetică

Grădinița și Gimnaziul din Cotovscoe, UTA Găgăuzia, beneficiază de energie electrică generată de un sistem fotovoltaic comun, după ce pe clădirile celor două instituții au fost montate panouri solare. Proiectul a inclus achiziționarea a două plite electrice pentru instituția de educație timpurie, schimbarea la gimnaziu a lămpilor vechi cu instalații LED și instalarea a două cazane electrice pentru sistemul de încălzire. De asemenea, au fost instalate climatizoare de tip iarnă-vară la instituția preșcolară, folosite pentru încălzirea grupelor pe vreme răcoasă și pentru răcirea în-

căperilor în timpul verii, cu energia produsă de panourile solare.

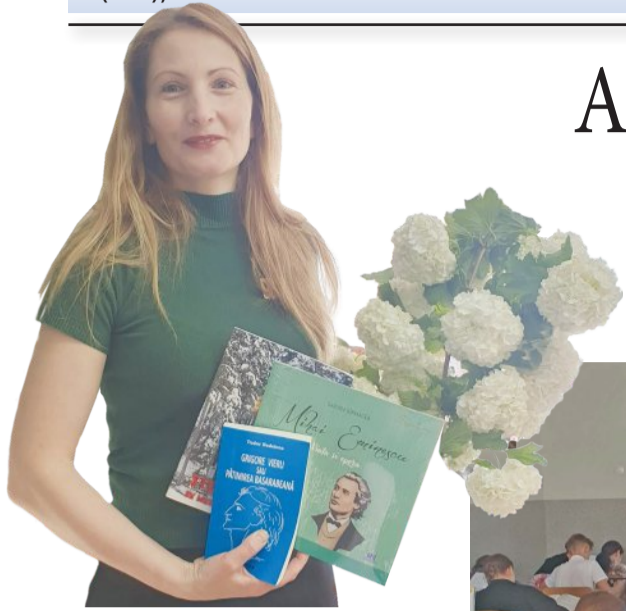
Astfel, proiectul a permis o reducere anuală la gimnaziu a consumului de energie electrică cu 3.413 kWh și a consumului de gaz cu 2.100 m³. În prezent, gimnaziul dispune de o rezervă de aproximativ 14.000 kWh de energie electrică produsă de sistemul fotovoltaic, iar grădinița – peste 8.000 kWh. Potrivit Oficiului Național de Dezvoltare Regională și Locală, datorită utilizării energiei solare, la gimnaziu s-au economisit peste 40000 de lei, iar la grădiniță s-a reușit o economisire de peste 10000.

A fost modernizată și Grădinița nr. 4 „Andrieș” din Hâncești (38 de angajați și 240 de copii), fiind reabilitată clădirea și amenajate spațiile de joacă. Lucrările s-au axat pe termoizolarea pereților, renovarea fațadelor clădirii, înlocuirea geamurilor și a ușilor vechi, fiind pavat și teritoriul instituției. Pentru implementarea acestui proiect, FNDRL a oferit circa 8,5 milioane de lei, iar APL a contribuit cu peste 70 000.

Reporter UPp



Alexandra CEBAN: „Nu-mi este teamă să dau ochii cu elevii pe care i-am învățat, știind că i-am instruit în cea mai bună formă...”



Ziua profesorului poate fi celebrată în fiecare zi...

Vivant Professore!

Afirmăm acest adevăr, deoarece este o profesie deosebită, ce n-are zile de odihnă... Alexandra Ceban actualmente instruieste elevii de la LT „George Meniuc” din Chișinău, în calitate de profesoară de limba și literatura română. Profesia de pedagog, o muncă nobilă ce necesită multă forță, mult spirit și energie, o îmbrățișează în fiecare zi, revenind pe același tărâm an de an, deja de 17 ani.

Și pentru că Alexandra Ceban, la liceul „George Meniuc”, depune o muncă cu dedicație, am intervievat-o de curând, aflând de la dumneai despre sarcinile ce-i stau în față.

- Dacă ați reveni în timp la acea perioadă, când ați ales să deveniți pedagog, de care îndrumători vă amintiți mai mult, în speță dintre acei ce V-au determinat să faceți alegerea în viață?

- Cred că alegerea a fost o predestinare, iar fiecare om în parte a venit cu lumina sa. Îmi amintesc de serile în care citeam cu mama, atunci m-am îndrăgostit de cuvânt, de momentele în care era nevoie să comunic în scris cu sora (învăța în România, venea o dată la 6 luni acasă, iar scrisorile erau o tradiție săptămânală), de prima învățătoare, Svetlana Balan, care mereu avea așteptări de la mine, iar eu, în inocența mea de copil, nu cred că i-am adus mereu bucuriile pe care mi le dorea, de toți profesorii ce m-au însoțit. Noi devenim ceea ce cu interacționăm și rezonăm cu noi. Definitivarea alegerii acestei profesii a fost „tanti Clava” din satul Bolohani (cei din sat o cunosc, a găzduit multe fete venite la practica profesională în sat) și directorul gimnaziului din satul de baștină, Voroteț, Silvia Ceban, pentru că atunci când studiam, încă nu aveam certitudinea că rămân să profesz. Iar reala ancoră în această profesie și a devenirii de pedagog a început în momentul în care mi-am dorit un succes văzut în lucrările scrise de elevi...

- De cât timp activați la liceul „George Meniuc” din capitală, o instituție prestigioasă?

- Lucrez de doi ani la liceul „George Meniuc” și atunci când am venit a fost chiar dificil, nu din punct de vedere al cunoștințelor, fiindcă am o anumită experiență de predare. Impactul constă în felul cum te primesc copiii, cum știi tu să discerți forma lor de gândire ca să le captezi atenția... Există surse infinite de informare: telefonul, internetul, televizorul... Toate acestea îi captivează pe copii mai mult decât reușește un profesor la lecție. Respectiv, pentru a-i atrage la lecție trebuie să știi cum sunt pregătiți ei să gândească, ce-i interesează și cum îi aduci pe tărâmul cunoștințelor real necesare. De exemplu, studiind un text, le aduc la cunoștință surse din internet și le propun: „Să analizăm împreună,



să vedem unde este fake / falsul și unde este adevărul”. Și atât cuvântul fake, deja acceptat de noul DOOM, cât și sensul său, își face evidența și, ca antiteză, conduce pe făgașul formării competențelor lingvistice sau lectorale. Dar chiar și aici copiii nu vor să stea mult să analizeze. „Îmi iau surse de-a gata, îmi convine și atât”, astfel gândesc ei, iar profesorului îi revine sarcina să analizeze și să dea curs înțelegerii textului cum ar fi de așteptat, totodată să le capteze atenția, să fie în într-o formă interesantă și eficientă.

- De la cine V-ați inspirat să explorați idei mai ingenioase pentru a-i ghida și a-i educa pe discipolii Dvs., a-i îndruma spre profesia de învățator sau alte meserii?

- Te inspiră în fiecare zi oamenii și copiii care demonstrează succes. Acest succes este măsurat de mulțumirea persoanei față de ceea ce a realizat...

Și da, sunt în această instituție oameni de excepție, de la care te poți inspira, precum: Galina Balan, Lucia Rață, Angela Vataman, Victor Nour și mulți alții, profesori fără de care cultura nu ar fi pusă atât de frumos la masă de onoare. Pot să amintesc și despre profesorii de la UPSC „Ion Creangă”: Olga Cosovan, Aliona Zgardan-Crudu, Olga Boz-Șișcanu, despre dna Alexandra Barbăneagră, rectorul, cu care am făcut prelegeri la masterat și de la care am rămas cu dictonul: „Mereu sunt multe lucruri de făcut. Dar cele pe care le faceți, străduiți-vă să le faceți într-o formă perfectă. Fiindcă cum le veți face, așa le veți găsi. Și dacă veți face lucruri de maculator, acestea vă vor înconjura”. Deci, puținele lucruri ce reușesc să le realizez în orice zi, încerc să le fac bine. Respectiv, nu-mi este frică să privesc la ceva unde-mi este scris numele. De asemenea, nu-mi este teamă să dau ochii cu elevii mei pe care i-am învățat, știind că i-am instruit într-o formă bună sau, poate, cea mai bună. Și atunci când îi întâlnesc, am de la ei un salut sincer, „mulțumesc” și cuvinte de recunoștință. Nu mi-e frică să merg undeva, oriunde aș merge merg cu fruntea sus... Știu că generând bucurie, mulțumire, succes, tot cu aceste stări de spirit o să mă întâlnesc.

- Cum credeți, familia ajută profesorilor în educația copiilor, astăzi, când există tehnologii informaționale și multe sfere de activitate care îi motivează să fie mult prea antrenați în diverse ocupații?

- Părinții ar fi bine să-i acorde mai multă atenție copilului, să-i vorbească, inclusiv și despre valori. Ar trebui să-și facă mai mult timp pentru creația lor - copilul. Fiindcă copiii din ziua de azi se află mai mult timp în mediul online și văd acolo o lume virtuală, departe de ceea ce el poate să vadă / să fie în realitate. Evident că noi educăm nu prin vorbă, ci educăm prin ceea ce suntem, prin ceea ce facem, iar lip-

sa din viața copilului lasă loc altor lucruri, de care uneori ne uimim, și nu mereu bune. Deseori copiii fac reproșuri părinților, nu încercă să analizeze ce este succes sau ce este insucces, pentru că nu-l cunosc din trăirea alături de părinți. Dacă aș vedea ceva idealizat pentru timpul viitor, în ceea ce privește educația în familie, aș vrea să se discute, să se petreacă mai mult timp cu copiii, iar în al doilea rând, ar fi necesar să se stabilească anume în familie rolul, rostul cărții și cărților, să se discute în familie despre cărți, să acorde mai mult timp copiilor, respectiv, să diseminăm împreună carte de valoare, în ambele sensuri ale cuvântului carte. La nivel de societate, - să se livreze peste tot, unde este accesul la carte, mai multă literatură de calitate. Desigur, nu suntem capabili să apreciem totdeauna care carte e bună... Totuși, e de dorit să se editeze cărți cu mai multă răspundere, căci oricum copiii nu citesc prea mult, iar dacă în mâinile lor nimeresc cărți care nu-i formează în limita succesului, moralului sau armoniei cu sine, este regretabil.

- Ce evenimente din viața Dvs. v-au adus satisfacție și v-au surprins, pe care le considerați ceva valoros pentru destin?

- Un eveniment important în activitatea mea profesională a fost stabilirea unui parteneriat cu un colegiu din Negrești-Oaș, o localitate din România, aproape de Ungaria. Parteneriatul s-a desfășurat online. Împreună cu elevii mei au participat și elevii din LT „Grigore Vieru”, comuna Băcioi, o profesoară Corina Erhan. Scopul acestui parteneriat era ca împreună să discutăm despre lectură în mediul școlar. Elevii din instituția mea nu prea citeau. Urma să aflăm opiniile lor: „De ce nu se citește”? Fiecare copil avusese angajamentul să citească o carte și s-o propună celorlalți. Propunerile veneau de la ei, firesc, coordonați de profesori și părinți. Schimbarea care a survenit în rândurile copiilor după această colaborare a fost una mai mult decât oportună.

Elevii participanți la întâlnirea online cunoșteau adevărul că locuitorii de pe ambele maluri ale Prutului sunt un singur popor, vorbesc aceeași limbă, însă știau și faptul că între noi există un hotar care ne desparte. S-au străduit să fie activi, să dea dovadă de spirit de responsabilitate când recomandau o carte de calitate, totodată, să-și manifeste convingerile certe: ce i-a determinat să prefere o carte sau alta și să se îndrăgostească de eroii acelei cărți. A fost o experiență inedită. A fost o etapă când elevii își notau denumirile cărților, cu multă încredere, fiindcă propunerile veneau din partea altor elevi și subiectele li se păreau mai intrigante decât atunci când le propuneau unii profesori... După care ei au elaborat niște proiecte de prezentare a cărții pe care au considerat-o repre-

zentativă. Și tot ei au realizat sinteza: ce ne-a reușit și ce nu ne-a reușit. Am văzut maturitatea formării lor individuale, dar și reușita lor. Mi-am zis atunci că educarea în parteneriat, dar și răspunderea la nivel de clasă aduce succese în pedagogie și nu doar. Încerc an de an să stabilesc diferite parteneriate educaționale (între instituții), în cadrul cărora copiii să facă comparații, să-și vadă nivelul propriu de pregătire comparativ cu cel al altor copii. E clar că sunt și în instituția lor elevi cu care ar putea să se includă în unele competiții, dar la nivel de instituție se deprind intratât unui cu alții încât apare un grad de acceptabilitate și de adaptare: tu mă accepți pe mine și eu te accept pe tine. Și dacă chiar există o anumită curiozitate și dorință de afirmare, ea este într-o stare latentă. Dar în cazul când îl pui pe copil să conlucreze cu elevi din alte instituții, atunci el parcă s-ar simți în societate, în viața reală. Și atunci apare un alt instinct, e vorba de aplicarea cunoștințelor în viața reală. Interacționează cu alți copii din alte instituții, și acest lucru îi motivează. De exemplu, în acest an am stabilit parteneriat cu Liceul „Ion Luca Caragiale” din Orhei, cu tema „Antologia cuvântului românesc contemporan”, parteneriat ce implică instituțiile: LT „Onisifor Ghibu”, tot din Orhei, IPLT „Grigore Vieru” din comuna Băcioi, și IPLT „Alecru Russo”. Astfel, copiii își asumă răspunderea de a privi temele studiate mai serios, cu entuziasm și curiozitate. Aceste eforturi ale lor aduc impactul dorit în educație.

- Ați lucrat în satul de baștină, Voroteț, raionul Orhei. Ați sesizat diferența între instituțiile educaționale de la oraș și cele de la sat?

- Dacă aș vorbi despre diferența ce există între sat și oraș, aș menționa faptul că orașul te impune să fii mai exigent și corect, și bun sau permisiv, altfel nu funcționează nimic. Plus la aceasta, cred că cei de oraș duc lipsa abordării individualizate în comparație cu cei de la sat. Și părinții sunt prinși într-un sistem social ce nu le permite totdeauna să le acorde prea mult timp. La țară părinții, deși sunt ocupați cu muncile agricole, îi atrag și pe copii la muncă, totuși reușesc să discute, să fie mai mult timp cu ei. Copiii de la oraș nu li se acordă timp suficient, și acest lucru se simte. Dacă ne referim la resursele educaționale, nu văd mare diferență, fiindcă actual toți au oportunități similare. Dar, într-o oarecare măsură, la sat copiii, în opinia mea, sunt mai privilegiați la capitolul atenție acordată decât cei de la oraș. Au și resurse informaționale suficiente și ca număr de elevi în clasă sunt mai favorizați. În acest context, liniștea, confortul în sala de clasă, aura individuală a fiicării sunt factori ce determină starea de bine și este în folosul lor, doar să aibă și profesori calificați.

- Aveți momente când vă simțiți descurajată și ați vrea să schimbați ceva în activitatea Dvs. și a elevilor? Ce anume ați dori să se schimbe?

- Da, sunt momente când te simți descurajat, bunăoară atunci când ești prea obosit. Faptul că se lucrează nu doar pe o normă, apoi numărul relativ mare de copii la nivel de clasă te suprasolicitează. Și nu pentru că este mai dificil să lucrezi cu 35, 39 de elevi decât cu 20 de elevi. Nu, este diferit faptul că trebuie să reușești să-l vezi pe fiecare în parte, să-i urmărești progresul, să proiectezi învățarea

diferențiată, să-i simți momentul de ezitare sau neclaritate. Acest lucru este imperativ, nu doar pentru disciplina limbii și literatura română, dar cu precădere în cadrul ei, pentru că această oră se desfășoară în fiecare zi. Lucrezi atât la ortografie, comunicare, cât și integrant cu toate disciplinele la nivelul abordării și analizei textului, așa zice că aici se vede reușita integrală a educației. Dacă ar fi să se schimbe ceva în pedagogie, ar fi să se acorde timp profesorului, această ar fi performanța învățământului și starea de bine a profesorului, or, profesorul ar avea disponibilitatea să proiecteze un act educațional de succes, să poată urmări fidel progresul sau regresul, să poată stabili proiecte adecvate pentru fiecare copil în parte. Până la urmă, și profesorii au niște cerințe sociale, e nevoie de o anumită sumă de bani ca să poți trăi și exista ca om... iar aceasta te face să... obosești. Majoritatea profesorilor rămân ancorați acolo unde se află și se dedică, își iau ore în plus ca să existe demn, și aceasta duce la surmenaj...

- Ce ați dori să se realizeze, având în vedere viitorul națiunii noastre, al generației tinere, al familiei?

- Mi-aș dori mult să văd mai des profesori ce ar purta cărți cu ei și ar povesti copiilor din experiența lecturilor lor. Cu vreo două săptămâni în urmă, vorbisem cu o profesoară de matematică de aici din liceu, Oxana Nucă, și dumneai mi-a povestit cu atâta entuziasm despre trei cărți pe care le procurase atunci, afirmând că lectura este totuși prioritară. Nu știu de le-a spus acest lucru și copiilor. Cartea rămâne a fi cea mai frumoasă formă de gândire, certificată, dacă e să comparăm cu tot ce se distribuie în mediul virtual, și ea ar fi să fie prioritară pentru orice societate, indiferent pe ce suport e.

Mi-aș dori ca elevii să nu vadă în profesor o persoană care cere, ci pe cineva cu care conlucrează. Deci, aș vrea ca educația să fie privată ca ceva firesc în societate.

- Pentru Dvs., a fi dascăl este o activitate importantă?

- A fi dascăl este precum ai fi medic, iei la moment decizii pe care cei ce vin sub îndrumarea ta n-au cum să le cunoască sau prevadă, abia în timp pot fi deduse și înțelese. Firește, importanța acestei profesii e inestimabilă.

Incontestabil, munca cadrelor didactice este decisivă pentru societatea de mâine, lecțiile predate bine devin o sărbătoare pentru sufletul copiilor instruiți cu pasiune de dascăli. Dna profesoară Alexandra Ceban a ales să formeze generațiile tinere, cu cea mai mare răspundere, și să aibă grijă de destinul tinerilor, de creșterea lor spirituală. Dumneai susține că, la fel cum medicii tratează fizicul, corpul uman, așa și pedagogii tratează sufletul și conștiința, iar din suflet și din conștiință se formează intelectul.

Trebuie să-i educăm pe tineri să fie nu numai ființe cu intelect rațional, dar să aibă și suflet, să aibă empatie și spirit de compasiune, înțelegere și respect față de aproapele său, să-i poată veni oricând în ajutor.

Să-i dorim sănătate, putere de muncă profesoarei Alexandra Ceban, să educe cu dragoste elevii, dar și pe cei doi feciori ai săi, iar la răscruce de ani - drum luminos în cariera profesională. La mulți ani!

A intervievat
Elvira ȚAGANAȘ-PÂNTEA

CSPLN – o instituție sportivă cu realizări de răsunet

Centrul Sportiv de Pregătire a Loturilor Naționale (CSPLN) este o instituție fără aportul căreia nu ar fi posibile realizările de răsunet obținute de sportivii moldoveni atât la Campionatele Mondiale, cât și la Europene, precum și la Jocurile Olimpice, cele mai prestigioase competiții de pe mapamond. Aici se forjează caractere și se pregătește performanța sportivă de cel mai înalt nivel. Aici este locul în care se perpetuează eforturile antrenorilor și măiestria atleților, dobândită la școlile și secțiile sportive din întreaga republică. Aici este concentrat tot ce are mai bun sportul național.

Chiar și așa, încă multe lucruri trebuie îmbunătățite sau create de la zero. Este o muncă migăloasă, de zi cu zi, ce reclamă resurse manageriale pe potrivă, dar și profesionalism, experiență, cunoștințe temeinice în domeniu și efort susținut. Calități de mare valoare ce vin doar prin studiu, muncă, perseverență, precum și prin talent, printr-un har ce trebuie încontinuu cultivat, dacă vrei să nu se irosească în van. Tocmai astfel de însușiri le posedă cu prisosință Nicolae Ceban, cândva un luptător de stil liber de cea mai înaltă clasă (participant la trei ediții ale Jocurilor Olimpice – portdrapelul delegației Moldovei la Rio de Janeiro 2016 –, dublu medaliat la Europene), iar acum director al acestei instituții de prestigiu, funcție ce reclamă responsabilitate și abilități manageriale profunde.

Obiectivul olimpic a fost atins

„Mă aflu la cârma Centrului Sportiv de Pregătire a Loturilor Naționale începând din 2019. Iar în acest an, obiectivele principale ale instituției s-au axat pe asigurarea atleților cu inventar și echipament sportiv, vitaminizare, condiții adecvate de antrenament în vederea unei evoluții reușite la Jocurile Olimpice de la Paris. În anii precedenți, ne-am preocupat de infrastructură, condiții de trai pentru sportivi, constituirea unei



echipe profesionale de medici, kinezoterapeuți ș.a.m.d., scopuri care în mare parte au fost atinse. Ne bucură faptul că în acești patru ani ai ciclului olimpic munca noastră s-a încununat de realizări frumoase, ce și-au găsit expresia în medalii cucerite la Campionate Mondiale și cele Europene, turnee importante de clasă internațională, ca în final să dobândim în capitala Franței patru distincții olimpice”, spune Nicolae Ceban.

De remarcat că majoritatea din cei peste 30 de sportivi moldoveni, care au obținut calificarea la ultima ediție a Jocurilor Olimpice și Paralimpice de la Paris 2024, au avut de a face cu acest Centru. Cu trei ani în urmă, directorul instituției a prezis la un post de televiziune că Republica Moldova va obține între 3 și 5 medalii olimpice, și asta pentru că știa ce muncă se efectuează în acest sens, ce proiecte dedicate sportivilor se transpun acolo în viață, inclusiv ce țin de asigurarea unor burse. Toți acești factori au dat roadele scontate, grație și colaborării eficiente a echipei Centrului Sportiv de Pregătire a Loturilor Naționale cu Federațiile de profil și cu antrenorii.

„Lucrurile evoluează în direcție corectă și cred că la Jocurile Olimpice de la Los Angeles 2028 vom obține și mai multe medalii. Este de menționat că pe lângă sprijinul acordat de Ministerul Educației și Cercetării, în ultimul an avem încheiate parteneriate rodnice cu Orange Moldo-



va, MAIB (ambii parteneri generali), Farmacia Familiei, Vinăria Purcari, trei clinici stomatologice etc., care vin cu premii, donare de echipament sportiv și alte acțiuni care îi motivează atât pe atleții consacrați (olimpici, paralimpici, seniori), cât și pe tinerii aflați la început de carieră. În linia generală, sportul se află în creștere în țara noastră, iar la Centru urmează să fie cooptați toți antrenorii sportivilor pe care îi pregătim, inclusiv tineri specialiști, cărora le vom oferi un salariu decent”, a adăugat managerul.

Inaugurarea și dezvoltarea

CSPLN a fost inaugurat în anul 2007, menirea lui principală fiind de a sprijini sportivii ținând cont de necesitățile acestora, cum ar fi alimentația corectă, cazarea, condiții decente de antrenament

etc. În cadrul Centrului activează peste 100 de atleți și mai mult de 40 de antrenori. Aici și-au perfecționat măiestria sportivă celebrii performeri Alexandra Mirca (tir cu arcul), frații Serghei și Zalina Marghiev (ambii specializați în proba de aruncare a ciocanului), Tatiana Salcuțan (înot), frații Serghei și Oleg Tarnovschi (canoe), Victor Sterpu (judo), Maxim Saculțan, Nicolae Grahmez, Mihail Sava, Andrei Prepețică (toți lupte libere), Ana Ciuchitu, Tatiana Țîmbalari, frații Stepan și Vadim Dimitrov (toți taekwondo), Liviu Munteanu (box) ș.a.

„Nu poți avea succese de durată, dacă nu ai pusă la punct rețeaua de infrastructură. Avem mai multe proiecte în desfășurare, ce țin de repararea sălilor, blocului sanitar, utilajelor, rețelelor de canalizare și ventilare. Când eram sportiv, nu ne ajungea nici măcar apă caldă aici, pe care o aveam de la un boiler electric. După ce am preluat conducerea Centrului am insistat ca în fiecare sală de antrenament să existe un boiler de încălzit apă. De asemenea, în 2020 am amenajat un cămin cu cinci camere, fiecare având frigider, televizor, mașină de spălat și de uscat haine. Am construit și un bloc sanitar modernizat. În plus, avem aparatul specializat de reabilitare și diagnosticare a stării fizice a sportivilor”, a subliniat Nicolae Ceban.

Grija față de discipoli

De specificat că absolenții liceelor sportive trebuie neapă-



rat asigurați cu locuințe, dacă nu vrem să-i pierdem; în caz contrar, ei pleacă din lumea sportului în căutarea unei vieți mai bune. Asta este una din preocupările instituției. Urmează să fie îmbunătățită și infrastructură de reabilitare (ceea ce include spații pentru saună și kinezoterapie, asigurarea cu săli de antrenament dotate conform standardelor internaționale), lucruri la dezvoltarea cărora se lucrează intens până în prezent.

De asemenea, se preconizează deschiderea la Centru a unei cantine, cu hrană specială pentru sportivi. În plus, se planifică fondarea, undeva în afara orașului, într-un loc izolat și pitoresc, a unui Centru pentru performeri, în vederea desfășurării în liniște a cantonamentelor. Toate cele enumerate au o importanță capitală dacă se urmărește atingerea unor performanțe notabile în sportul mare.

„Avem nevoie de modernizare, de cadre medicale și de metodiști. Dacă vrem ca acest Centru să devină un sprijin de nădejde pentru sportivi, trebuie să atragem la noi, în calitate de cadre didactice și în administrație, foștii atleți, căci ei cunosc cel mai bine problemele ce există în domeniu. Miza noastră e să încurajăm sportivii, să-i facem încrezători că cele mai înalte scopuri cu susținerea Centrului Sportiv de Pregătire a Loturilor Naționale pot fi atinse”, a punctat Nicolae Ceban, directorul CSPLN.

Julian BOGATU



Învățământul profesional tehnic face un pas dinamic spre piața muncii

Biroul Național de Statistică a publicat datele privind activitatea instituțiilor de învățământ profesional tehnic pentru anul de studii 2024/2025. Conform celor mai recente statistici, învățământul profesional tehnic continuă să fie o opțiune tot mai atrăgătoare pentru tinerii din Republica Moldova, înregistrând o creștere constantă a numărului de elevi și o diversificare a domeniilor de studiu. Aceste evoluții reflectă o adaptare dinamică la cerințele pieței muncii și la provocările economiei actuale.

Creșterea numărului de elevi în învățământul profesional tehnic secundar

Pentru anul 2024/2025, învățământul profesional tehnic secundar a fost oferit în 8 centre de excelență și 32 de școli profesionale, totalizând aproximativ 14,5 mii de elevi, ceea ce reprezintă o creștere de 4,3% față de anul precedent. Această tendință subliniază atracția continuă a învățământului profesional tehnic, care le oferă elevilor pregătire practică esențială pentru o carieră de succes în diverse domenii tehnice.

Elevii sunt distribuiți aproape echilibrat între meseriile cu o durată de studii de 2 și 3 ani, iar 14,1% dintre aceștia au optat pentru învățământul dual, un sistem ce

le permite să îmbine studiul teoretic cu formarea practică directă în companii. Acest tip de învățământ, în continuă expansiune, reprezintă o oportunitate valoroasă pentru tineri, având în vedere colaborarea directă cu angajatorii și integrarea rapidă în piața muncii.

Domenii preferate de studii

Statistica arată că băieții reprezintă 72,6% dintre elevii din învățământul profesional tehnic, iar majoritatea (68,1%) aleg domeniul ingineriei, prelucrării și construcțiilor. Aceste domenii continuă să fie printre cele mai căutate pe piața muncii, având un impact direct asupra dezvoltării infrastructurale și industriale a țării. De asemenea, domeniul în plină expansiune, cum ar fi tehnologiile informației și comunicării (IT), devin din ce în ce mai populare, reflectând schimbările rapide din economia globală și locală.

În acest context, instituțiile de învățământ profesional tehnic se aliniază cerințelor pieței și diversifică constant oferta educațională. Totodată, au început să înregistreze o creștere semnificativă și domeniile emergente, ce răspund nevoilor unui sector digitalizat și tehnologizat.

Înmatriculări și acces la educație

Înmatriculările în învățământul profesional tehnic secundar au crescut cu 5,9% în 2024, indicând o tendință continuă de interes din partea tinerelor generații pentru



această formă de educație. Peste 95% dintre elevi sunt înmatriculați cu finanțare bugetară, ceea ce garantează accesul echitabil și larg la educație pentru tinerii din diverse regiuni ale țării. Un alt element de remarcat este sprijinul financiar oferit de instituțiile publice, care susțin integrarea elevilor în sistemul educațional.

În plus, învățământul dual continuă să câștige teren, reprezentând o alternativă din ce în ce mai atractivă, datorită pregătirii practice pe care o asigură și posibilității de a obține o calificare directă de la angajatori.

Învățământul profesional tehnic postsecundar

În învățământul profesional tehnic postsecundar, numărul de elevi a ajuns la 33,3 mii în anul 2024, înregistrând o creștere de 3,2% față de anul anterior. Majoritatea ele-

vilor (86,5%) sunt înmatriculați în instituții publice, iar aproape jumătate (51,9%) studiază pe bază de contract. Aceasta subliniază colaborarea tot mai strânsă dintre instituțiile de învățământ și angajatori, care sprijină financiar formarea profesională a tinerilor.

Domeniile cele mai căutate în învățământul postsecundar sunt afaceri, administrație și drept (23,7%), urmate de inginerie și tehnologii de prelucrare și construcții (22,3%). Aceste domenii continuă să rămână piloni fundamentali ai economiei naționale și oferă absolvenților oportunități profesionale atractive și bine remunerate.

Absolvenți din învățământul profesional tehnic

În 2024, au absolvit 4,7 mii de elevi din învățământul profesional tehnic secundar și 6,5 mii din cel postsecundar. Majoritatea ace-

tora au obținut calificări în domeniul ingineriei și activităților ingineresti, ceea ce reflectă cerințele pieței muncii și necesitatea de a forma specialiști cu competențe tehnice avansate.

Absolvenții învățământului tehnic continuă să fie foarte căutați de angajatori, datorită pregătirii lor teoretice și practice, care le permite să se integreze rapid în diverse sectoare ale economiei.

Perspective viitoare ale învățământului profesional tehnic

În perspectiva următorilor ani, se preconizează o continuare a diversificării ofertei educaționale pentru a răspunde cerințelor pieței muncii. În acest context, învățământul dual va rămâne o opțiune din ce în ce mai atractivă, iar colaborarea între instituțiile de învățământ și angajatori se va intensifica, având în vedere necesitatea formării profesionale directe și eficiente. În plus, se estimează o creștere a cererii pentru specializări în domeniile IT, inginerie avansată și alte domenii tehnologice emergente.

Această tendință indică faptul că învățământul profesional tehnic va continua să joace un rol esențial în dezvoltarea infrastructurii și în modernizarea economiei Republicii Moldova, iar absolvenții acestui sistem educațional vor rămâne o resursă-cheie pentru susținerea creșterii economice și inovării tehnologice.

Cum să-ți menții sănătatea creierului

(SFATURI ESENȚIALE DE LA NEUROLOGUL RACHEL BARR)

Sănătatea creierului este vitală pentru o viață echilibrată, iar obiceiurile zilnice joacă un rol crucial în menținerea funcționării optime a acestuia. Rachel Barr, un neurolog de renume, a împărtășit pe paginile ei de socializare recomandări simple, dar extrem de importante, care pot ajuta la protejarea sănătății cognitive și la prevenirea afecțiunilor neurologice.



1. Prioritizează somnul de calitate

Potrivit lui Rachel Barr, somnul reprezintă un mecanism esențial de regenerare pentru creier. În timpul odihnei, creierul procesează informațiile acumulate pe parcursul zilei, elimină toxinele și-și reface rezervele de energie. Lipsa unui somn adecvat poate duce la probleme de memorie, concentrare și poate crește riscul apariției bolilor neurodegenerative, precum Alzheimer. Pentru un somn de calitate, se recomandă menținerea unui program regulat, reducerea expunerii la ecrane înainte de culcare și crearea unui mediu relaxant în dormitor.

2. Urmează o dietă sănătoasă pentru creier

Alimentația joacă un rol esențial în sănătatea creierului. Rachel Barr subliniază importanța unei diete bogate în antioxidanți, acizi grași omega-3, vitamine și minerale. Acestea pot proteja celulele nervoase de stres oxidativ și pot sprijini funcțiile cognitive. Fructele de pădure, spa-

naul, broccoli, peștele gras (precum somonul), nucile și semințele sunt câteva dintre alimentele recomandate. De asemenea, evitarea excesului de zahăr și grăsimi saturate poate preveni inflamațiile și riscul de deteriorare cognitivă pe termen lung.

3. Fă mișcare regulată

Exercițiile fizice regulate nu numai că îmbunătățesc condiția fizică, dar au și efecte benefice asupra creierului. Activitatea fizică stimulează circulația sângelui, favorizează eliberarea de endorfine și contribuie la neurogeneză – formarea de noi celule nervoase. Rachel Barr recomandă exercițiile aerobice, precum alergatul, înotul sau mersul pe bicicletă, dar și yoga sau exercițiile de relaxare, care reduc stresul și îmbunătățesc starea de bine.

4. Stimulează-ți creierul cu activități intelectuale

Neurologul sugerează că activitățile care provoacă gândirea, cum ar fi cititul, învățarea unei limbi

străine, jocurile de strategie sau rezolvarea de puzzle-uri sunt benefice pentru sănătatea mentală. Acestea mențin creierul activ și contribuie la dezvoltarea de noi conexiuni neuronale, reducând riscul de declin cognitiv odată cu înaintarea în vârstă.

5. Gestionarea stresului și sănătatea emoțională

Stresul cronic poate avea efecte negative asupra creierului, contribuind la eliberarea constantă de cortizol, un hormon care afectează memoria și capacitatea de concentrare. Rachel Barr recomandă tehnici precum meditația, respirația profundă sau practicarea mindfulness-ului pentru a gestiona stresul și a proteja sănătatea creierului.

O viață activă, un creier sănătos

Rachel Barr subliniază că sănătatea creierului nu depinde doar de o singură schimbare, ci de un cumul de obiceiuri sănătoase implementate zilnic. „Un creier sănătos se construiește prin decizii mici și constante, care, în timp, aduc beneficii semnificative,” afirmă neurologul.

Aceste sfaturi reprezintă un ghid practic pentru oricine dorește să-și îmbunătățească calitatea vieții, menținându-și creierul în formă maximă. Implementarea acestor obiceiuri nu necesită eforturi majore, dar efectele lor pot fi transformatoare pe termen lung.

Albania interzice TikTok pentru un an

Guvernul Albaniei a luat o decizie fără precedent în Europa, interzicând accesul la TikTok pentru toată populația timp de un an. Această hotărâre, anunțată de premierul Edi Rama, vine ca răspuns la moartea tragică a unui adolescent, care a declanșat o dezbateră națională privind influența rețelelor sociale asupra tinerilor.

În noiembrie, un elev de 14 ani a fost înjunghiat mortal de un coleg, pe fondul unor conflicte alimentare de conținut publicat pe TikTok. „TikTok este huliganul cartierului”, a declarat premierul albanez, criticând rețeaua pentru promovarea violenței în rândul tinerilor. El a subliniat contrastul dintre conținutul aplicației din China, care promovează educația și valorile tradiționale, și cel destinat altor regiuni, descris ca fiind „murdar și nociv”.

Măsura va intra în vigoare la începutul anului 2025 și este parte

a unui plan mai amplu, ce include programe educaționale pentru părinți și elevi, menite să reducă efectele negative ale social media.

Decizia Albaniei reflectă o tendință globală de reglementare a rețelelor sociale. În timp ce India a interzis TikTok în 2020 din motive geopolitice, alte țări, precum Australia, și state europene precum Franța și Germania, au adoptat restricții pentru a proteja copiii.

Premierul Rama a punctat că, pe lângă măsurile guvernamentale, este nevoie de implicarea întregii societăți pentru a aborda problemele generate de social media. „Problema nu sunt copiii noștri, ci noi, adulții, care permitem acestor platforme să ne influențeze copiii într-un mod negativ”, a declarat el.

Această decizie pune Albania în centrul atenției ca exemplu de intervenție drastică împotriva influenței nocive a platformelor digitale asupra tinerilor.



EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE

Vasele moderne: provocări pentru viitorii specialiști în domeniul alimentației publice

„Spune-mi în ce gătești, ca să-ți spun cât de sănătos ești!”

Acest articol vine în sprijinul persoanelor interesate de subiectul alimentației sănatoase și explorează impactul vaselor moderne asupra sănătății și mediului, oferind informații esențiale pentru a face alegeri informate și sustenabile.

Scopul articolului este de a sublinia importanța conștientizării riscurilor asociate vaselor moderne și de a educa viitorii specialiști din cadrul programului de formare „Tehnologia Alimentației Publice”, cu privire la impactul materialelor utilizate în vasele de gătit asupra sănătății.

Obiectivele principale sunt:

1. Informarea elevilor despre diversele tipuri de materiale folosite în vesela modernă și despre pericolele potențiale pe care le pot reprezenta pentru sănătate la unitățile de curs de specialitate.

2. Promovarea educației sănatoase în rândul elevilor de la programul de formare „Tehnologia Alimentației Publice”, prin studii de caz și investigare a materialelor din care sunt realizate vasele de gătit, cu accent pe impactul acestora asupra alimentelor și asupra consumatorilor.

3. Diseminarea informațiilor despre educația sănatoasă și despre importanța alegerii vaselor de gătit sigure, inclusiv prin organizarea de conferințe și podcasturi.

Riscurile pentru sănătate asociate vaselor moderne

În prezent este incontestabil că materialele din care sunt fabricate vasele pentru gătit și servit mâncarea au un impact direct asupra calității



alimentelor și, implicit, asupra sănătății noastre.

1. Substanțele chimice eliberate la temperaturi ridicate

Teflonul (PTFE). Vasele acoperite cu teflon sunt populare datorită proprietăților antiaderente. Totuși, la temperaturi ridicate (peste 260°C), teflonul poate elibera compuși toxici, cum ar fi acidul perfluorooctanoic (PFOA), care este asociat cu probleme respiratorii, disfuncții hepatice și riscuri de cancer.

Aluminiul. Vasele din aluminiu, mai ales cele neanodizate, pot elibera ioni de aluminiu în alimente, în special în cele acide (roșii, citrice). Acest lucru este legat de afecțiuni neurologice, inclusiv Alzheimer, și de alte probleme de sănătate.

Cuprul. Este un material excelent pentru conductivitatea termică, ceea ce îl face popular în fabricarea vaselor de gătit de calitate. Totuși, cuprul



pur nu este recomandat pentru gătit direct, deoarece poate reacționa cu alimentele, în special cu cele acide, și poate elibera substanțe toxice. Vasele din cupru sunt adesea acoperite cu un strat de inox sau de alt material pentru a preveni această reacție. În cazul în care stratul protector se deteriorează, cuprul poate intra în contact cu alimentele și poate fi absorbit în organism, având efecte negative asupra sănătății, inclusiv asupra sistemului nervos și rinichilor.

2. Contaminarea alimentelor cu metale grele

Emailul și ceramica de slabă calitate. Unele vase emailate sau din ceramica pot conține plumb sau cadmiu în stratul de acoperire, care se pot elibera în alimente. Aceste metale grele sunt toxice pentru organism, afectând rinichii, ficatul și sistemul nervos.

Vesela din inox de calitate inferioară. Oțelul inoxidabil de slabă calitate poate elibera nichel sau crom, care sunt alergeni și pot provoca reacții adverse la persoanele sensibile.

În unitățile de alimentație publică, utilizarea frecventă a veselei din teflon deteriorat sau a recipientelor din plastic pentru gătit și depozitare reprezintă o practică riscantă.

Lipsa cunoștințelor despre materialele utilizate duce adesea la expunerea neintenționată a consumatorilor la substanțe toxice.

Această secțiune evidențiază importanța conștientizării riscurilor asociate vaselor de gătit moderne și necesitatea educației în acest domeniu pentru elevii care se pregătesc să devină tehnicieni în alimentația publică. Fiind viitorii profesioniști responsabili de asigurarea siguranței alimentare, aceștia trebuie să fie bine informați și să adopte practici care să protejeze sănătatea consumatorilor prin utilizarea unor materiale sigure și conforme standardelor.

Rolul tehnicienilor în alimentația publică în alegerea veselei sigure

În acest context, elevii anului IV de studii de la programul de formare profesională tehnică „Tehnologia Alimentației Publice”, Colegiul Național de Comerț al ASEM, sunt implicați activ în explorări și investigații privind materialele vaselor de gătit. În cadrul orelor la unitățile de curs *Activitatea barurilor, Servicii de catering*, aceștia au

ocazia să învețe despre diferitele tipuri de vase folosite în domeniul Horeca – de la oale și tigăi la farfurii și pahare. Pe parcursul acestui studiu, totodată elevii analizează cercetările științifice și informațiile valide cu privire la riscurile potențiale ale utilizării unor tipuri de veselă care pot elibera substanțe toxice, precum articolul publicat pe *Medichub.ro*, unde se menționează că vasele din ceramica, smalt sau sticlă pot elibera plumb sau cadmiu în alimente, în special dacă smaltul conține aceste metale și este de slabă calitate. De asemenea, un alt articol de pe *Nutrihealth-Science.ro*, unde se discută despre reactivitatea aluminiului pur cu alimente acide sau alcaline, ceea ce poate duce la eliberarea de aluminiu în alimente.

În ceea ce privește reglementările internaționale, FDA (Administrația pentru Alimente și Medicamente din SUA) a interzis vânzarea vaselor de gătit care eliberează orice cantitate de plumb în alimente. Acest lucru a fost determinat de riscurile serioase ale expunerii la plumb, care poate provoca daune pe termen lung, în special în cazul copiilor. Aceste reglementări sunt un pas important pentru protejarea sănătății publice și pentru prevenirea riscurilor asociate cu vasele de gătit care conțin metale toxice.

Aceste cercetări și reglementări subliniază importanța conștientizării riscurilor veselei toxice și a necesității de a informa publicul despre materialele care ar trebui evitate pentru a preveni expunerea la substanțe periculoase.

Activități practice

În acest context, elevii au avut ocazia să participe la conferința internațională „Educație nutrițională pentru o generație mai sănătoasă”, ediția a II-a, unde și-au demonstrat cunoștințele acumulate despre vasele de gătit și impactul acestora asupra sănătății. În cadrul evenimentului, elevii au prezentat și argumentat alternative mai sigure la vasele toxice, cum ar fi vasele din inox de calitate superioară, fontă, ceramica fără plumb sau sticlă termorezistentă.

De asemenea, în urma cercetărilor și activităților practice desfășurate, aceștia au elaborat un ghid intitulat „Adevărul despre vasele moderne”, care oferă informații esențiale despre riscurile asociate materialelor utilizate în vasele de gătit și recomandări pentru alegerea unor soluții sigure și sănatoase. Acest ghid reprezintă un instrument util atât pentru profesioniștii din domeniul alimentației publice, cât și pentru consumatori, promovând conștientizarea și educația în domeniul siguranței alimentare.

O altă activitate propusă este organizarea unor simulări de situații în cadrul orelor de laborator tehnologic, în care elevii pot observa și analiza modul în care vesela nepotrivită afectează siguranța alimentară. De exemplu, aceștia pot evalua reacțiile chimice care apar între anumite materiale și alimentele găsite, precum eliberarea metalelor grele sau modificarea gustului și aspectului preparatelor. În timpul orelor de laborator, elevii au oportunitatea să testeze și să identifice practic siguranța veselei utilizate, învățând să recunoască semnele de uzură sau deteriorare și să propună soluții pentru utilizarea unor alternative sigure și conforme standardelor alimentare. Această abordare practică le oferă viitorilor tehnicieni în alimentația publică competențele necesare pentru a lua decizii responsabile în activitatea profesională.

În calitate de profesoară, participativ activ nu doar la diseminarea informațiilor în cadrul orelor de predare, ci și în cadrul podcastului educațional, precum proiectul „Fii Generație EatHeal”, unde am fost invitată să contribuim la diverse discuții despre educația sănatoasă și importanța alegerii vaselor de gătit sigure. În plus, consider că rolul meu ca educator depășește sala de clasă. Astfel, inspir și promovez educația sănatoasă nu doar în rândul elevilor, prin activitățile și lecțiile interactive, dar și în rândul unui public mai larg, cointerestat de acest domeniu. Prin diverse platforme educaționale și evenimente publice, mă străduiesc să diseminiez informații valoroase despre alimentația sănatoasă, siguranța alimentară și alegerile corecte în ceea ce privește vesela de gătit, contribuind astfel la formarea unei comunități mai informate și responsabile.

În urma analizei riscurilor și beneficiilor asociate veselei de gătit moderne, este evident că alegerea materialelor utilizate în vasele de gătit joacă un rol crucial în asigurarea siguranței alimentare și protejarea sănătății consumatorilor. Pe măsură ce tehnologia și materialele evoluează, este esențial ca viitorii specialiști din domeniul alimentației publice, precum și consumatorii, să fie bine informați despre impactul acestor alegeri asupra sănătății și mediului.

În concluzie: Tehnicienii în alimentația publică sunt pilonii principali în asigurarea siguranței alimentare. Prin educație, conștientizare și practici responsabile, aceștia pot contribui la reducerea riscurilor asociate veselei moderne și la protejarea sănătății consumatorilor. În acest context, programele de formare profesională trebuie să acorde o atenție deosebită pregătirii elevilor pentru a face față acestor provocări.

GHIDUL „Adevărul despre vesela modernă”, elaborat de grupa TAP-202

Oxana TIMCIUC,
profesoară de disciplină tehnologică,
Colegiul Național de Comerț al ASEM

Stagiu de cercetare polono-moldav la UPSC

Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău a avut onoarea de a găzdui, în perioada 9-23 decembrie 2024, o mobilitate de cercetare realizată de profesorul Paweł Strus de la Universitatea Comisiei Naționale pentru Educație din Cracovia, Polonia. Acest stagiu de cercetare reprezintă un exemplu relevant al angajamentului universității în promovarea colaborării internaționale și în implementarea bunelor practici academice în domeniul educației.

Pe parcursul mobilității, profesorul Strus a desfășurat activități variate, contribuind la aprofundarea unor teme de actualitate. Printre acestea s-au numărat perspectivele de dezvoltare economică a Republicii Moldova în contextul integrării în Uniunea Europeană, analiza situației demografice din zonele de frontieră și identificarea soluțiilor pentru extinderea infrastructurii rutiere în regiunea de graniță dintre Moldova și România. Aceste teme nu doar că reflectă preocupările actuale ale cercetătorilor în domeniul geografiei economice, ci și răspund unor necesități practice pentru dezvoltarea regională.

Activitățile profesorului Strus au fost sprijinite de conf. univ. Tudor Castraveț, coordonatorul instituțional al proiectului de cercetare, alături de membrii Facultății de Geografie. Împreună, aceștia au analizat capacitatea universității de a implementa proiecte inovatoare și de a susține schimburile academice internaționale. Pe lângă aspectele de cercetare, mobilitatea a reprezentat o oportunitate pentru consolidarea relațiilor dintre instituțiile implicate și pentru evidențierea potențialului UPSC de a deveni un centru de excelență în educație și cercetare.

Concluziile și datele colectate în cadrul acestui stagiu vor contribui nu doar la îmbunătățirea activităților de cercetare la nivel instituțional, ci și la întărirea parteneriatelor internaționale, accentuând rolul universității în promovarea unor soluții durabile pentru provocările actuale din domeniul geografiei economice și umane. Acest tip de colaborare subliniază importanța dialogului intercultural și a cooperării academice pentru găsirea unor răspunsuri inovatoare la problemele globale.



Jurnalistul care a dorit să atingă cerul cu mâna

Constantin Tănase s-a lansat inițial în presa timpului cu articole despre educație în școală sau predarea limbii române. În ziaristică a venit mai târziu, în perioada maturității sale profesionale și de viață, activând la ziarul „Flux”, apoi la „Timpul”, al cărui fondator a fost. În timpul vieții a editat patru cărți de publicistică și eseistică: „Ochiul lui Esop” (2000), „Patria vuindă” (2001), „Blestemul de a fi” (2009) și „Groapa cu lei” (2014). În 2015, la un an de la plecarea jurnalistului în alt tărâm, Biblioteca „Transilvania” a editat biobibliografia „Constantin Tănase. „Timpul” ni l-a scos în cale”. Peste doi ani apare de sub tipar volumul „Ultimul editorial”, coordonat și îngrijit de doamna Alexandra Tănase.



Și iată că în anul 2024, la editura „Pontos”, vede lumina tiparului volumul „Îmi las deschisă inima” (75 ani de la Naștere. 10 ani de la trecerea în Veșnicie), lansat în prezența unui public numeros și valoros. Lansarea a fost moderată de doamna Alexandra Tănase. Iată câteva spicuri din luările de cuvânt ale participanților la eveniment:

Alexandra Tănase, soția regretatului jurnalist: „Conceptul acestei cărți mi-a venit într-un timp foarte scurt. Datorită unor oameni receptivi și foarte buni, am scos la lumina zilei acest volum de amintiri, memorii, elogii. Titlul cărții e luat dintr-un articol semnat de Constantin Tănase. Care a fost principiul alcătuirii acestui volum, a fost unul foarte simplu. Am întocmit o listă de oameni, personalități care l-au cunoscut în timpul vieții, cu care a colaborat, cu care se întâlnea, cu care conversa, și le-am solicitat să-mi scrie câte ceva din ceea ce își amintesc despre Constantin Tănase. Aș vrea să menționez eseurile semnate de poetul și academicianul Ion Hadărcă, vicepreședintele Academiei de Științe a Moldovei, între care eseuul fundamental „Hamletianul Constantin Tănase sau a fi constant cu Timpul”.

Eu cred că ziaristul Tănase a criticat pe toată lumea, mai ales pe politicieni - din toate guvernările -, dar n-a trecut limita bunului simț, n-a atacat persoana. A avut harul de la Dumnezeu, dar a și făcut în viața lui foarte multe lecturi, până în ultimele zile din viața a citit.

Ion HADĂRCĂ, scriitor, vicepreședintele al AȘM: „Nu puteam să lipsesc de la acest eveniment foarte important pentru spiritualitatea noastră românească din Basarabia. „Îmi las deschisă inima” - ce titlu frumos, evocator și cuprinzător! Uneori, am o presimțire că s-ar deschide ușa, ar intra Costică și ar zice: „Hai lăsați, că a fost o glumă... nu mai fiți chiar atât de scortșoși și

serioși, mai glumim, - că așa era stilul lui. Glumeț, dar pătrunzător, o glumă ușor pipărată cu decență și omenie. Noi ne-am cunoscut pe băncile facultății. Constantin era un român format, el a venit ca atare la facultate, recitând din Bacovia, Minulescu etc., etc. Trebuia să ne antrenăm într-o competiție permanentă, te provoca să fi la curent cu Rebreanu, cu Călinescu ... Acesta era Constantin Tănase, un român convins format și consecvent, urmându-și steaua sau destinul. Așa încât, când zorii Mișcării de Renaștere Națională au venit, era pregătit teoretic și spiritual pentru a se include și pentru a fi unul din numele de referință. Semna atunci, alături de Valentin Mândăcanu, de Vasile Bahnaru, cronici-argumente pentru demonstrarea adevărului și revenirii la grafia latină. Bineînțeles că mandatul de deputat în primul parlament, cel al Independenței, a fost meritat pe deplin. Noi aveam mult „de arat” în perioada activității parlamentare, pe care o învățăm din mers, în sensul că trebuia să vii cu noi proiecte legislative, cu reforme instituționale în toate domeniile. Noi am participat la elaborarea proiectului noii constituții, care era cu totul alt proiect decât ceea ce s-a adoptat de către grupul agrarian în 1994. Era alt proiect, în care se stipula clar că limba este română, nu era nicio aluzie la neutralitate... Poate că de aici a venit la un moment o dramă și o nemulțumire privind evoluția aceasta a refacerii agrariano-comuniste. Și atunci a trebuit să se despărță definitiv, să fondeze „Timpul”, care a devenit o publicație model și pana lui Constantin Tănase în această perioadă s-a afirmat exemplar, instituind o nouă școală, o școală a adevărului, a profunzimii, a consecvenței. Principii pe care le-a împărtășit întotdeauna, creându-și o echipă de forță. Pe lângă marea recunoștință pe care i-o port pentru tot ce a creat și a lăsat nouă drept moștenire, care este demnă de a fi studiată mai departe și promovată cu

toată mândria. Dincolo de aparențele acestea publicistice, de savant, de cercetător, avea un dar înăscut de a vedea în profunzime, dincolo. Iar dincolo a însemnat să privim dincolo de malurile Prutului nemțean, unde este Țara care ne așteaptă. Acesta este mesajul și cuvântul meu de evocare a celui care este Constantin Tănase, este, zic, pentru că, de fapt, noi aici virtual îl avem pe Constantin Tănase în cartea aceasta și prin evocările care sunt făcute, îl avem spiritual. Este partea aceasta mai consistentă a existenței umane, care este depozitată între copertile cărților sale.

Gheorghe Duca, academician, fost președinte al AȘM: „Eu, fiind chimist, atunci când am devenit președintele Academiei, nu cunoșteam multe lucruri legate de identitatea noastră, limba română, cultura. Sigur, căutam să aflu cât mai multe, să cunosc mai profund, încercam să discut cu unii academicieni și am încercat să contactez așa personalități, cum a fost Constantin Tănase. Într-adevăr, el era așa format din naștere, era genotipul lui, să fie român, să fie unionist, să cunoască profund. El era o memorie a acelor lucruri care trebuiau spuse, transmise populației, și lucrul acesta îl putea să-l facă. Din întâlnirile și discuțiile pe care le aveam cu el, peste câteva zile apărea un editorial sau un articol, unde eram criticat. Într-o discuție el mi-a spus: sper că nu te superi, eu nu te critic pe tine, eu critic sistemul academic care nu este corect. În știință și în literatură critica este o forță motrică. După care am devenit prieten și el, într-o anume măsură, m-a ajutat să depășesc unele obstacole. Nu puteam înțelege de ce la Academia de Științe a Moldovei, în 2004, când am devenit președinte, n-a fost organizată nicio adunare generală consacrată Zilei Limbii Române. Și atunci, în 2004, am organizat prima dată o adunare generală dedicată Zilei Limbii Române. Aveam și eu temeri și l-am întrebat, dacă e bine cum am procedat, și el a spus că o

să fie bine, o să rămâneți în istorie, transformând această zi în niște prelegeri academice. Am îngrijit chiar și o carte - „Limba Română la ea acasă” -, care a fost editată în România, și vreau să las această carte bibliotecii „Transilvania”. Aici sunt prelegerile marilor personalități, care au vorbit despre limba română.

Se poate de vorbit foarte mult despre Constantin Tănase. El a fost un om puternic, a avut tot timpul curajul de a spune deschis lucrurilor pe nume. El a fost un mare promotor al trezirii conștiinței noastre naționale. Constantin Tănase a fost un mare jurnalist, o mare personalitate, care trebuie elogiată de rând cu Grigore Vieru, Nicolae Dabija, Adrian Păunescu, Dumitru Matcovschi...

Vera Tănase, sora regretatului Constantin Tănase: „Când îți este dor de oamenii dragi, trăiești aceste clipe de fiecare dată într-un mod aparte. Amintirea lui Costică pentru noi, cei de acasă, este una deosebită. Noi, oamenii, avem o menire pe acest pământ. Și dacă Costică, de acolo, de Sus, crede că noi nu o facem prea bine, îl rugăm să ne ierte. Eu am un articol în carte, în care descriu o amintire din copilărie, când se urca la cuiburile de prigori. Noi stăteam la malul de jos și el era atât de departe de noi, cățărât pe malul abrupt al râpii. De acolo ne făcea semn și spunea: „Mai am oleacă și o să ating cerul cu mâna”.

Nicolae Jelescu, actor: „Pentru mine el rămâne un nume de marcă în ceea ce privește publicistica românească. Un ziarist de mare valoare al tuturor românilor care suntem. Am senzația că în spațiul acesta parcă survolează sufletul lui și ne privește de acolo, de Sus, și sper că se bucură. Am citit multe din cărțile pe care mi le-a dat doamna Alexandra. Mă voi opri la un fragment din eseurile lui, care e în unison cu această ultimă lună de toamnă: „La Chișinău timpul parcă n-are anotimpuri. Aici toamna a trecut discret, ca o iscoadă. La țară, însă, n-ai unde fugi de atâta toamnă, care plânge seducător cu lacrimi galbene de romanță uitată. Țăranii adună aceste lacrimi și le dau foc. Ce spectacol fascinant - ard lacrimile toamnei...”

Valentina Ursu, jurnalistă: „Îmi amintesc că am fost împreună la București, când ne-a decorat pe ambii domnul Bănescu. Și tare își dorea Constantin Tănase ca Bănescu să fie cel care va face Unirea. De la el am

reținut fraza că Bănescu este un animal politic, știe multe, poate multe, dar n-o să reușească să facă Unirea. Probabil, iată vin aceste timpuri despre care „Timpul” a scris foarte mult. Încet, încet ar putea să se apropie și această zi istorică, dacă mai multe persoane de aici, din Republica Moldova, candidează pentru funcții înalte în parlamentul de la București. Sperăm să mai prindem lucruri frumoase, inclusiv acelea despre care a scris în „Timpul” regretatul Constantin Tănase, deoarece a avut o peniță ascuțită. A reușit să facă un jurnalism de mare calitate. Astăzi, este adevărat, și în Republica Moldova jurnalismul a degradat, ca și întreaga societate, și e lucrul de care ne pare rău. Sperăm să mai prindem vremurile bune pe care și le-a dorit Constantin Tănase și le dorim și noi”.

Marcela Mardare, editor: „Nimic nu este întâmplător în această viață. Omul care a venit cu un anumit mesaj pe acest pământ pleacă, și nu întotdeauna știm dacă el a descoperit misiunea lui. În cazul domnului Tănase, sunt sigură că și dumneavoastră, că el a găsit drumul, a găsit calea. A știut pentru ce l-a trimis Dumnezeu pe acest pământ și a realizat proiectele care i-au fost date de Sus. Dumnealui, prin forța tenacității, a realizat de-a lungul vieții orice obiectiv pe care și l-a pus în agenda de lucru. În toate a pus inima și și-a pus și sufletul. Unii l-au apreciat și-l apreciază, alții îl urăsc chiar și azi. Zicea el în rândurile care au încăput în această carte: „Îmi las deschisă inima, să viscolesc în ea petalele unei filosofii pe care o caut de-o viață”. Întreaga viață el s-a căutat pe sine. Zicea el: m-am născut și voi muri în limba română. Această pasăre rănită, alungată din cuibul său. Noi suntem „păduri cu rădăcinile în vânt”... „Sunt român prin voința divină, scrisul este un destin, scrisul poate schimba lumea”. Așa credea Constantin Tănase: „Am fost o frunză într-un copac, alături de alte frunze - iată dulcele blestem de a fi. Vine toamna, frunzele cad, copacul însă rămâne ca în primăvară să nască alte frunze. Acest copac este Basarabia noastră dragă. Fiind și eu o frunză în acest copac, am doinit cum am putut în bătaia vântului...contează că am fost frunză, nu omidă. Și că am făcut ce am putut ca omizile să nu omoare acest copac”.

Andrei VIZIRU

INCLUZIUNE PRIN TEHNOLOGIE

Dotări inovative la Centrul Republican de Reabilitare pentru Copii

Centrul Republican de Reabilitare pentru Copii din Chișinău a făcut un pas semnificativ în modernizarea procesului de recuperare a copiilor cu dizabilități, beneficiind de echipamente inovatoare care îmbunătățesc calitatea vieții acestora. Aceste dotări eficientează recuperarea și oferă un confort sporit copiilor cu vârsta de până la 18 ani care beneficiază de servicii de reabilitare.



pregătească pentru ședințele de kinetoterapie. Aceste tehnologii permit o reabilitare mai eficientă și personalizată, contribuind la o recuperare mai rapidă și confortabilă.

Povești de viață inspirate de determinare

Centrul nu este doar un loc de tratament, ci și un loc unde poveștile de viață ale copiilor și familiilor acestora devin exemple de curaj și perseverență. Un tânăr din Briceni, de 18 ani, care a trecut printr-un accident ce i-a schimbat destinul, a reușit să-și recâștige independența și să progreseze semnificativ în urma terapiei intensive. Perseverența și sprijinul acordat de familie și de specialiștii centrului au fost esențiale pentru acest progres.

Tehnologii care transformă viața copiilor

Printre echipamentele recente introduse în cadrul centrului se numără un elevator pentru persoanele cu mobilitate redusă, un scaun de baie ajustabil și plăci vibratoare. Elevatorul, dotat cu centuri de siguranță și telecomandă, este destinat utilizatorilor de scaun rulant, facilitându-le deplasarea cu mai multă independență. Plăcile vibratoare, esențiale în relaxarea musculară, sunt utilizate pentru copiii cu musculatură spastică, ajutându-i să se

Un alt exemplu vine de la un copil de 3 ani, care, datorită terapiei intensive, a început să facă pași importanți spre independență. Părinții acestuia au menționat că progresele micuțului au fost vizibile datorită efortului comun al familiei și al specialiștilor centrului, iar schimbările au avut un impact semnificativ asupra vieții lor.

Abordare holistică pentru succesul reabilitării

Înființat în 2008, Centrul Republican de Reabilitare pentru Copii oferă zilnic servicii pentru aproximativ 120 de copii, fie în regim ambulatoriu, fie în regim staționar. Echipa de specialiști, formată din 167 de membri, inclusiv medici, kinetoterapeuți, psihologi și terapeuți ocupaționali,

colaborează strâns cu familiile copiilor, integrându-le activ în procesul de recuperare. Abordarea multidisciplinară este fundamentală pentru succesul reabilitării, iar colaborarea cu părinții este un element esențial în obținerea unor rezultate rapide și vizibile. Pe lângă serviciile de reabilitare, centrul organizează și ateliere creative care permit copiilor să dezvolte abilități noi și să exploreze noi pasiuni, contribuind astfel la dezvoltarea lor intelectuală și emoțională.

Un model de bune practici în reabilitarea pediatrică

Centrul Republican de Reabilitare pentru Copii reprezintă un model de bune practici în domeniul reabilitării pediatrică din Republica Moldova. Deși cererea pentru serviciile oferite este mare, inițiativele de extindere a centrelor de reabilitare la nivel local ar putea aduce astfel de soluții mai aproape de familiile din întreaga țară. Aceasta ar permite copiilor din diverse colțuri ale țării să beneficieze de aceleași șanse de recuperare și integrare socială. Eforturile comune ale specialiștilor centrului, ale fami-

liilor și ale comunității continuă să contribuie la crearea unui loc unde speranța devine realitate, iar copiii cu dizabilități pot construi un viitor mai bun, cu fiecare zi de terapie și fiecare progres realizat.

Promovarea incluziunii școlare prin dotări inovative

Dotările inovative din cadrul centrului joacă un rol esențial în promovarea incluziunii școlare. Tehnologiile avansate, precum elevatorul pentru mobilitate redusă și plăcile vibratoare, contribuie la dezvoltarea abilităților motorii și la îmbunătățirea capacității de autoîngrijire, aspecte fundamentale pentru integrarea copiilor în învățământul de masă. Prin îmbunătățirea procesului de recuperare și creșterea autonomiei, aceste echipamente ajută copiii să participe activ la activitățile educaționale și sociale, reducând barierele fizice și psihologice care ar putea împiedica integrarea lor completă în comunitatea școlară. Astfel, prin sprijinul oferit la Centrul Republican de Reabilitare, acești copii dobândesc șanse mai mari de a deveni membri activi ai vieții școlare.

ÎNDEMN LA LECTURĂ

De la o „Vacanță stelară” la o călătorie imaginară în Roma Antică

Marcel German s-a născut în 1978 la Chișinău. Prozator, eseist, realizator de emisiuni radiofonice și muzician. În prezent este redactor-șef al revistei „Sud-Est-Cultural”. Membru al Uniunii Scriitorilor din Republica Moldova, membru al Uniunii Scriitorilor din România, membru al PEN Clubului din Republica Moldova. Premiul Uniunii Scriitorilor din Republica Moldova pentru debut pe anul 2011, pentru volumul „Cartea viselor”. Premiul Primăriei Chișinău pentru Tineret în domeniul literaturii pe anul 2012. Premiul Uniunii Scriitorilor din Republica Moldova la secțiunea Carte pentru Copii și Tineret pe anul 2014, pentru volumul „Cer albastru deasupra Arcadiei”. Premiul Uniunii Editorilor, acordat în cadrul Salonului Internațional de Carte pentru Copii și Tineret 2015, pentru volumul „Cer albastru deasupra Arcadiei”.



Andrei VIZIRU

Oare ce poate fi mai relaxant și reconfortant într-o vacanță de iarnă pentru elevi și studenți, dar și pentru cei maturi, decât să fii în compania unei cărți captivante și incitante la lectură. Nu strică cu acest prilej să ne amintim și de vechii cronicari care ne îndemneau la o zăbavă plăcută precum „cetitul cărților”. În acest context, vin și cu două sugestii concrete. Vorba e de două cărți, mici ca volum, dar diverse ca tematică: „Vacanța stelară” și „Povestiri din Roma Antică”, ambele semnate de scriitorul Marcel Gherman, autor binecunoscut al adolescenților care, apropo, la sfârșitul anului 2024 a și lansat noua sa carte la biblioteca „Transilvania”, în cadrul unei întâlniri a scriitorului cu cititorii de la liceul „Ginta Latină”, elevi din clasa 6 „C”, și profesoarele Claudia Barbaroș și Galina Ghinda. Amintim că după succesul volumelor de proză science-fiction și fantasy „Cer albastru deasupra Arcadiei”, „Universuri paralele” și „Vacanța stelară”, autorul a trecut la abordarea altui gen, și anume la cel al ficțiunii istorice. Cartea în cauză, „Povestiri din Roma Antică”, conține trei povestiri ale căror subiecte sunt asociate unor evenimente istorice deosebit de dramatice. Elevii de la liceul „Ginta Latină” au venit cu impresii de lectură și au adresat mai multe întrebări ingenioase autorului. Scriitorul a răspuns la întrebări și a venit cu concretizări cu referință la mesajul cărții, îndemnând elevii

să facă cât mai multă lectură. De fapt, este de salutat și gestul profesoarei de istorie Claudia Barbaroș, care a înmănat diplome de excelență și câte o carte cu autograful scriitorului Marcel German celor mai harnici elevi la învățătură, dar și la lectură, printre ei numărându-se Bogdan Gheorghiu, Vlada Guiban, Evelina Jardan, Melisa Agachi ș.a. La eveniment a fost prezentă și doamna Parascovia Onciu, directoarea bibliotecii, precum și ceilalți colaboratori ai bibliotecii.

De ce m-am referit la aceste două cărți? Din diversitatea unei oferte de lectură ar fi prima motivație și a doua - pentru a înțelege schimbarea de registru a scriitorului, adică ce l-a făcut să treacă de la un gen literar la altul. Prima carte, „Vacanța stelară”, apărută în 2001, care încheie o etapă în creația autorului de proză science-fiction și fantasy, după ce scrie „Cer albastru deasupra Arcadiei” și „Universuri paralele”, pentru a trece la o altă tematică, cea istorică. Reamintim, în prima carte pe care v-am propus-o spre lectură subiectul este următorul. În anul 2821, în timpul unei vacanțe de vară, Elvira Paladi și Gabriel Prunariu, elevi la Liceul „Spiru Haret” de pe planeta Silvania, pornesc pe urmele unui mister și contribuie la dezamorsarea unei conspirații sinistre îndreptate împotriva Uniunii Stelare. În călătoria spațială, pe care o între-

prind și sunt însoțiți de mascota lor, un iepure clonat pe nume Roger, precum și de misterioasa creatură Motaro C. Mitsunakis. În prologul acestei cărți autorul, intenționat sau nu, deconspiră intenția sa de a trece la alt registru în creația sa, afirmând: „Spiritul uman a evoluat odată cu știința, iar coșmarurile secolelor trecute au fost date uitării. Dar umbrele lor nu au dispărut cu desăvârșire.” Aici, în această carte mi-a plăcut și post-epilogul „Înapoi la realitate”, care poate fi și un îndemn la lectură. Citez fragmentar: „Gabriel a terminat de citit ultima pagină din carte. Pentru câteva clipe, rămase cu gândul la aventurile pe care le-a trait în imaginație. Se simțea prins între două lumi. O parte din el mai rămânea captivă într-un viitor îndepărtat, bizar și totuși posibil, pe acea minunată planetă Silvania. Cealaltă jumătate a spiritului său însă începea să redevină conștientă de splendoarea locului în care se afla...”. Și fraza finală a prologului-epilog: „O adiere ușoară răvăși filele din cartea abandonată pe masa”.

Cea de-a doua carte a lui Marcel Gherman, lansată la sfârșitul anului 2024, de această dată de proză pe teme istorice, cu un titlu care vorbește de la sine, este „Povestiri din Roma Antică”. Autorul motivează această schimbare de registru a creației sale: „Antichitatea romană a fascinat mereu. Acele secole tumultuoase au pus bazele civilizației contemporane. Chiar fenomenul globalizării își are originea în acel „ecumene” roman. În secolul XXI, istoria și cultura romană au rămas la fel de importante pentru formarea intelectuală a tinerilor cititori...”. Cartea „Povestiri din Roma Antică” cuprinde trei povestiri sau trei nuve-



le ale căror subiecte sunt asociate unor momente dramatice, care au avut loc în Imperiul Roman. Acțiunea din „Alter sanctum” se produce în anul 82 î.Hr., în timpul conflictelor dintre patricieni și plebei și al persecuțiilor lansate de dictatorul Sylla. Proza „Poveste de război”, este plasată în anul 69 d.Hr., supranumit Anul Celor Patru Împărați, în perioada războaielor civile ce au izbucnit după căderea odiosului Nero. Iar „Sub rosa” este o intrigă politică legată de succesiunea puterii după dispariția împăratului Nerva în anul 98 d.Hr. Cea de-a treia povestire, după cum a confirmat și autorul în cadrul lansării, este cea mai

captivantă și intrigantă. Fapt cu care sunt de acord și eu, deoarece am citit-o cu interes. Această aventură a celor doi frați din povestire a fost inventată de autor, el recunoscând franc: „Adevărul despre evenimentele ce s-au produs cu multe secole în urmă a rămas în cea mai mare parte pierdut în mod irecuperabil... Avem totuși libertatea să umplem acele zone obscure ale trecutului prin miraculoasa forță a imaginației”. Cu adevărat așa este, iar datorită acestei imaginații și efortului depus de scriitori, putem călători atât în viitor, cât și în trecut.

Lectură plăcută în vacanță și nu numai!

Concursul anual pentru tinerii artiști „Împreună în Europa”

Ambasada României la Chișinău în colaborare cu Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău și cu sprijinul ICR Chișinău organizează concursul de realizare a unei lucrări artistice pentru elevi, a cărei imagine va fi folosită ca element de identitate vizuală de către Ambasada României în RM, CG RO și ICR Chișinău.

Concursul are ca scop promovarea imaginii României în Republica Moldova, prin utilizarea unei imagini plastice, identități vizuale coerente temporare.

Informații suplimentare:

2024

contacte:

Institutul Cultural Român „Mihai Eminescu” la Chișinău, alături de Ambasada României în Republica Moldova și de Facultatea de Arte Plastice și Design din cadrul Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă”, organizează ediția a doua a concursului anual de arte plastice „România Mea”.

Potrivit organizatorilor, imaginea/lucrările câștigătoare vor servi ca element de identitate vizuală temporară pentru Ambasada României la Chișinău și a Institutului Cultural Român „Mihai Eminescu” din capitală. Tema pentru ediția a II-a este „Împreună în Europa”.

Concursul are ca scop promovarea imaginii României în R. Moldova prin utilizarea unei imagini plastice, identități vizuale coerente, temporare. Acest concurs este axat pe implicarea publicului tânăr de la noi din țară într-un proiect care valorifică potențialul creativ al elevilor și încurajează exprimarea prin artă.

Sunt invitați să participe tinerii din Republica Moldova, cu vârste cuprinse între 11 și 19 ani. Concursul încurajează exprimarea tinerilor prin artă, iar câștigătorii vor fi remunerați financiar, lucrările acestora urmând să aibă parte de o vizibilitate sporită în decursul anului următor.

Nicolae ROIBU

Univers Pedagogic pro

Chișinău, MD 2059, str. Doina, nr. 104, et. 2
E-mail: universs2@mail.ru, univers.pedagogic@gmail.com
Tipar: ÎSFEF „Tipografia Centrală”. Tiraj: 469 ex. Comanda nr. 1379.

ECHIPA REDACȚIONALĂ:

RESPONSABIL DE EDIȚIE	► Oxana Parașciuc
REDACTOR PRINCIPAL	Nicolae Jantic
REPORTERI	► Iulian Bogatu, Silvia Țurcan
CORECTOR MACHETATOR	► Elvira Țăganaș-Pântea Iurie Babii

Redacția nu corespundează cu autorii, nu recenzează și nu restituie materialele necomandate. Preluarea articolelor și pozelor este posibilă doar cu acordul prealabil al redacției.

INDICE DE ABONARE LA:

„Poșta Moldovei” – PM21741
„Moldpresa Grup” SRL
Abonare online: <https://services.posta.md/abonarea2022#/publication/264>