

FÂNTÂNA DIN ȘIRNA

LITERATURĂ *ISTORIE *ARTĂ *ȘTIINȚE *RELIGIE *ÎNVĂȚĂMÂNT *MANAGEMENT

FONDATĂ ÎN 21 MAI 2005 - ANUL II . NR. 4 IULIE - DECEMBRIE 2006 APARE BIANUAL



- Semănați și pe stânci că odată vântul va aduce pământul și păsările îl vor îngrășa făcând să încolțească sămânța viitorului.
- Natura-ți dă zilnic exemplul de a trăi.
- Pe scări de ipoteze pătrunzi la adevăr.

NICOLAE IORGA

DIN CUPRINS:

- ▶ O încercare de studiu sociologic
- ▶ Poeme natale
- ▶ Nașterea minunată
- ▶ Parteneriatul educațional
- ▶ Elevi pictori
- ▶ Sfatul specialistului
- ▶ Divertisment: Capra și măgarul

REVISTĂ FINANȚATĂ DE PRIMĂRIA COMUNEI ȘIRNA CU ACORDUL CONSILIULUI LOCAL

UN FAPT CU MARI SEMNIFICAȚII CULTURALE AL CONSILIERILOR COMUNEI ȘIRNA

Luni, 12 iunie 2006, consilierii au fost de acord ca revista „*Fântâna din Șirna*” să nu-și sece izvorul și începând cu nr.4/2006 să apară sub egida și finanțarea Primăriei Șirna. Este un fapt de istorie cultural-spirituală a comunei Șirna, un semn de înțelegere a spiritului contemporaneității în sensul necesarei dezvoltări a culturii și civilizației moderne rurale, la început de secol al XXI-lea, o dovadă că aleșii comunei se unesc la bine în folosul comunității.

Dacă apariția celor trei numere ale revistei nu ar fi fost remarcată de ziarele ploieștene: „*Prahova*”, „*Ploieștii*”, „*Telegraful de Prahova*” și de revistele „*Axioma*” (Ploiești), „*Revista Nouă*” (Câmpina), „*Școala Prahovei*” (Ploiești), de autoritățile județene și de numeroși concetățeni, Colegiul redacțional nu ar fi fost motivat să insiste pentru ca Primăria Șirna să se implice în finanțarea editării revistei „*Fântâna din Șirna*”, care continuă, după mulți ani, revistele „*Înfrățirea*” (1928) și „*Miorița*” (1931), editate de învățătorul Costea D. George din Hăbud.

Tot atunci, în 12 iunie 2006, s-a hotărât ca revista să fie însoțită de „*Monitorul comunei Șirna*” care va fi dedicat integral problemelor de management ale primăriei, urmând să apară odată cu nr. 5 al revistei „*Fântâna din Șirna*”, ca supliment al acesteia.

NICOLAE IORGA:

Nu există fețe opace pentru lumina sufletului.

FÂNTÂNA DIN ȘIRNA

Poem natal

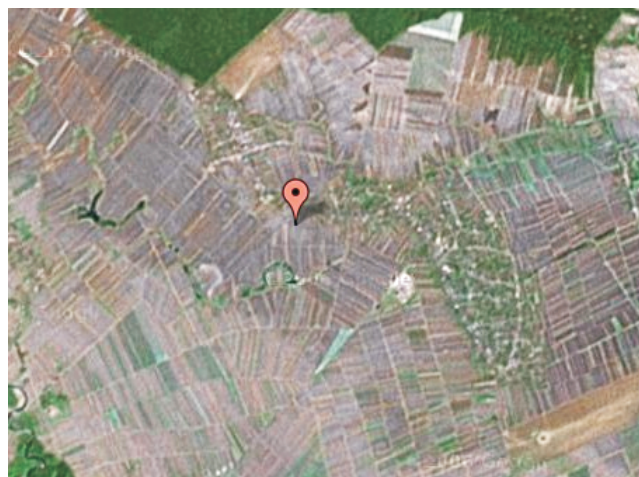
Însemn de rodire din vână solară,
Fântâna de doruri cu sclipiri de cristal,
Lăcrimare de munte, câmpie și deal,
O pururea stea pe embleme de țară.

Izvor din inima unui unic pământ
Românesc de rotund ca pâinea și roata,
Zăpadă de soare. Sub salcie poarta
E pleoapă deschisă spre satul din gând.

Albastru de-adânc de zenit, pisc de rubin
Veghind din înalturi al apei senin,
Topaze de raze-n uriaș curcubeu

Și sevele din slova poemului meu;
Pura licoare, sidefata grădină
Și ciutura grea. Infinit de lumină !

I.D.S.



Imagine din satelit a comunei Șirna.

FAMILII DE INTELECTUALI DIN ÎNVĂȚĂMÂNT CARE AU FUNCȚIONAT/FUNCȚIONEAZĂ ÎN ȘCOLILE DIN COMUNA ȘIRNA

În general, familia este definită ca: „Nucleu întemeiat prin căsătorie, care unește soții și descendenții acestora prin raporturi strânse de ordin biologic, economic și social.” (m.d.e.)

Fiind cuplu marital, întemeiat pe un legământ oficializat de o autoritate de stat și prin comunicarea cu Dumnezeu, de către biserică, familia este un model uman de conviețuire care presupune statornicie, dragoste și rațiune din care să rodească urmași continuatori ai tradițiilor ocupaționale familiale sau dezvoltând altele.

În învățământul din comuna Șirna au funcționat/funcționează asemenea cupluri de familie, fie cu statut profesional comun, fie diferit.

În ceea ce privește cuplurile cu profil ocupațional didactic comun, se disting trei tipuri:

- A. Învățător - învățătoare/educatoare
- B. Învățătoare - profesor
- C. Profesor profesora

Operând cu eșantioanele de timp: învățământul interbelic și învățământul dintre anii 1945-2005, în comuna Șirna se constată următoarele cupluri de familie cu statut ocupațional didactic comun:

<u>Cuplul familial</u>	<u>Școala</u>	<u>Descendenți</u>
A. Înv./ed.- înv.		
Chiriță - Florica Grozeascu	Tăriceni	3
Filip - Ana Grozescu	Tăriceni	2
George - Elena Costea	Hăbud	1
Ion - Eliza Teodorescu	Hăbud	1
Matei - Maria Costache	Șirna	2
Paulina - Mihai Costache	Varnița	2
Stelian - Elena Banu	Tăriceni	3
Traian - Maria Nicolescu	Tăriceni	1
B. Înv. - prof.		
Elena - Gheorghe Nicolae	Șirna și Varnița	3
Mariana - Costel Dragu	Varnița (soțul)	1
Mena - Anghel Grigorescu	Tăriceni	1
Mioara - Gheorghe Nicolae	Tăriceni	2
Viorica - Ion Militaru	Tăriceni	3
C. Prof. - prof.		
Gheorghe - Laurenția Militaru	Tăriceni și Varnița	2
Ion - Aurica Nicolae	Tăriceni (soția)	2
Matei - Ecaterina Savu	Tăriceni	2
Ion - Gerogeta Nicolescu	Varnița	1
Nicolae - Maria Stroe (domiciliați în Predești)	Tăriceni	1



Caracteristici ale acestor cupluri:

- soții/soțiile sunt în majoritatea lor originari/e din comuna Șirna;
- toate cuplurile și-au întemeiat gospodăria în comună prin: moșteniri, venituri proprii, economii salariale, împrumuturi la C.A.R., lucrarea terenurilor agricole în proprietate;
- toate au descendenți (33 copii), de diferite profesii: învățători, profesori, doctori, ingineri, ziariști, tehnicieni unii fiind studenți în prezent, fapt ce contribuie la creșterea coeficientului de intelectualitate propriu comunei Șirna;
- relații bune sau foarte bune în cuplu, încât niciun nucleu familial nu s-a dezintegrat până în prezent și nici nu sunt semnale negative pentru viitor;
- relațiile profesionale și sociale între cupluri au fost și sunt de-a lungul timpului/vremurilor, în general, de amicitie, colaborare și stimă reciprocă (chiar dacă au existat/există și unele mici și trecătoare perturbări);
- cuplurile au indus/continuă să inducă pe plan psihosocial comunitar, local, o percepție îndeosebi pozitivă, cu observația că pentru cuplurile decedate din generațiile de înaintași se manifestă, firesc, un anume cult/respect pentru opera lor didactică și morală care a produs



IN MEMORIAM: Înv. George A. Costea și fiul său, Viorel Costea, profesor de istorie, la Hăbud.

concetățeni gospodari, luminați, mulți afirmați în diferite domenii profesionale pe plan local, județean și național.

EFECTE ALE ACESTOR CARACTERISTICI

Principalele efecte ale caracteristicilor prezentate nu pot să fie decât pozitive pentru că:

- ilustrează statutul intelectual, moral, cultural și psihosocial al profesiei didactice (corectabil în unele cazuri);

- generează atitudini/stări/acțiuni profesionale creative din dorința continuă de perfecționare/ autodesăvârșire;

- inhibă/diminuează/elimină eventualele aspecte/tendențe de distorsionare a raporturilor dintre instituția școlară și comunitatea locală (familie, autoritățile locale de stat, celelalte instituții din comună);

- orientează, stimulează, activează parteneriatul între toți factorii implicați în instrucția și educația elevilor/fiilor comunei;

- oferă modele familiale și profesionale demne de urmat, nu din „import” ci din imediata și apropiata realitate, din „fântâna” valorilor locale.

Prof. Ion DUMITRU

CUGETĂRI

◆ *Cuvântul poate fi un balsam binefăcător sau un pumnal otrăvitor.*

◆ *Regretele sunt umbrele iluziilor noastre amanetate trecutului.*

◆ *În fiecare redută smulsă necunoscutului prin sacrificii și suferințe, știința arborează steagul adevărului.*

◆ *Uneori minciuna are dreptul să se recomande cu cartea de vizită a adevărului.*

◆ *Prietenia este piatra de încercare a oricărui caracter. În ea se reflectă, ca într-o oglindă, natura adevărată a individului.*

Prof. Ștefan M. SAVU

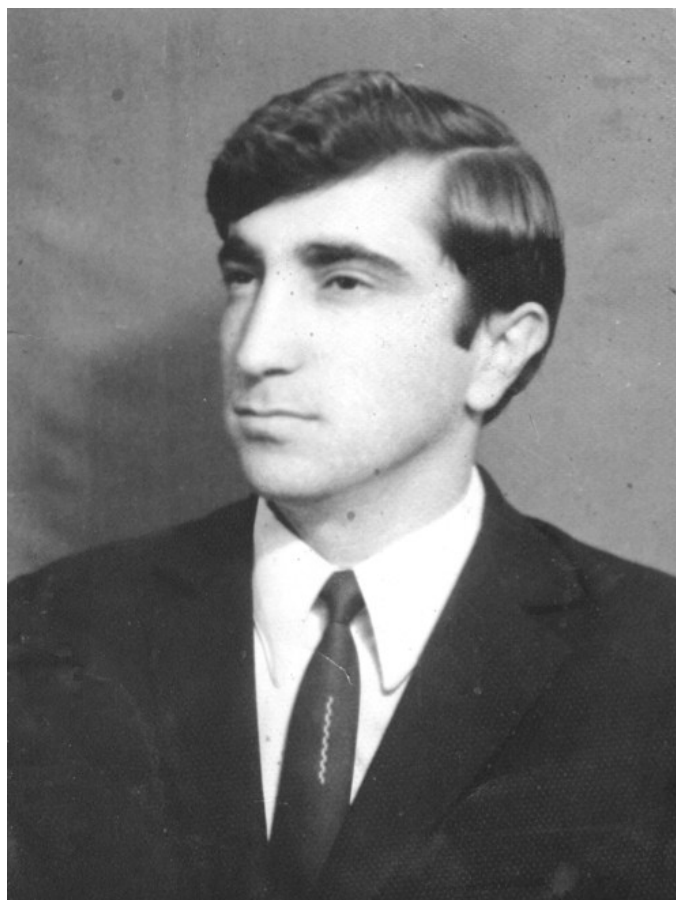
PROF. GHEORGHE NICOLAE IN MEMORIAM

Joi, 2 noiembrie 2006, ora 10⁰⁰ dimineața, înainte cu o zi de prima ninsoare a anului, a încetat fulgerător din viață profesorul de limba română și de limba franceză, cu gradul didactic I, Gheorghe Nicolae, fost director al Școlii cu Clasele I-VIII Varnița, timp de 14 ani. A avea 61 de ani. Pe 3 noiembrie 2006 a fost o zi cu lapoviță, ninsoare și frig. 4 noiembrie, ziua înmormântării, a fost luminoasă, cu soare și lume multă: rude, educatoare, învățători, profesori, consăteni, elevi, patru preoți, toți cerniți de durere pentru pierderea unui om bun, generos, săritor la nevoie și a unui profesor înzestrat, absolvent a două facultăți, cu 10 și 9, notele lucrărilor de diplomă, care a pregătit multe generații de elevi.

În cuvântul de adio de la Biserica „Sf. Arhangheli Mihail și Gavril” din satul Șirna, profesorii Marin Neagu, Gheorghe Militaru și preotul Dumitru Moldoveanu au evocat emoționant personalitatea profesorului Gheorghe Nicolae, soțul inv. Elena Nicolae și tată a trei copii: Doru, inginer cu studii de matematică și management (București), Laura, ziaristă (Anglia) și Adi.

A murit numai după un an de la pensionare. Putea să mai trăiască. Așa i-a fost destinul!

Cuvintele profesorilor Marin Neagu și Gheorghe Militaru spun esențialul despre ce reprezintă profesorul Gheorghe Nicolae în învățământul din



comuna Șirna și tot esențialul despre cum va rămâne în memoria familiei, prietenilor și concetățenilor cărora le-a fost apropiat:

Întristată familie, întristată adunare,

Ne-am adunat aici, pe lângă cadre didactice și mulți locuitori ai comunei Șirna, care cu durere în suflet îl vom conduce pe ultimul drum pe cel care a fost pentru toți „domnul director”.

Acest domn director a fost și rămâne în inima noastră un bun soț, tată, profesor, director și sfătuitor.

A știut să crească și să educe cei trei copii de care era foarte mândru, a devenit și bunic, dar prea puțin timp, și a știut să conducă multe colective de cadre didactice și multe generații de elevi din Școala Varnița.

Se mândrea cu foștii elevi care astăzi lucrează în toate domeniile de activitate.

A fost apreciat de colegi, de părinții elevilor pe care acum i-a întristat că a plecat prea devreme dintre noi.

Îi vom purta o veșnică recunoștință și o floare și o lumânare îi vom pune la mormânt.

Pe doamna învățătoare, soția domnului director, o asigurăm că îi vom fi alături așa cum am fost și până azi.

În încheiere propun să păstrăm un moment de reculegere și să spunem cu toți „Dumnezeu să-l ierte!”

Prof. Marin NEAGU

E greu, nespus de greu, să te desparți de un astfel de om. Curat la suflet, săritor, inteligent, a condus Școala Varnița mulți ani. Ca profesor de română a dat multe generații de elevi care au ajuns ceva în viață.

Bun coleg, bun consătean, respectuos, a trecut prin viață totuși repede.

Îl plânge soția, îl plâng copiii, fratele, cumnata, toți care l-au cunoscut.

Nu ne vine să credem. Lacrimile ne inundă ochii. Cuvintele sunt de prisos.

Dar de-acolo, din ceruri, el ne privește înțelegător. Aplecat cu un zâmbet inefabil, așa cum îi plăcea să fie: optimist, încrezător în soartă.

Pentru mine va rămâne veșnic în amintire, m-a ajutat, m-a încurajat, am trăit momente frumoase.

Și, ca să închei aceste triste cuvinte, cred că nimerite ar fi câteva versuri din Coșbuc: „El nu e mort, trăiește-n veci, E numai dus.”

Dumnezeu să-l odihnească, pe cel care, pe neașteptate, s-a ascuns într-o stea!

Prof. Gheorghe MILITARU

Preotul Dumitru Moldoveanu a vorbit despre părinții profesorului Gheorghe Nicolae, care erau buni creștini, despre apropierea de biserică a fiului lor, și a îmbărbătat familia. Întreg ceremonialul religios a fost impresionant.

Gheorghiuță, află acolo în ceruri că în revista „Fântâna din Șirna” au fost scrise aceste nobile cuvinte, sincere și calde, și de fiul aceluia care ți-a fost director și naș, învățătorul Tudor Dobre, unde veți fi împreună la o altă catedră... aceea a îngerilor.

Prof. Ion DUMITRU

LITERATURĂ: SCRIITORI DIN COMUNA ȘIRNA

INSCRIȚIE PENTRU SATUL NATAL

Eu cred în numărul cel nou al casei noastre,
În flacăra ce arde-n sobă cu smaralde,
În aburul și frăgezimea pâinii calde
Și în safirele ferestrelor albastre.

Tot mai aud țipând sonoare broaște-n baltă
Când vântul dăltuie și cerul și pământul,
Oglinzile-mi vorbesc când le privesc cu gândul
De-atâți bătrâni frumoși, de seceri și de daltă.

Poemul meu natal e-n floarea din grădină,
Mă recunosc și-acum albinele-n stupină;
E-atâta zumzet în pervaz. Sclipă de mătase,

Priviți superbul roi ce zboară peste case!
Sărut mâna, mamă, tată, chipuri sfinte,
Că voi m-ați învățat să meșteresc cuvinte!

Ion DUMITRU

TOAMNA ÎN PĂDURE

Toamna-n pădure frunzele cântă
Balada lor de bun rămas,
Oficiind în taină o liturghie sfântă
Sub cerul nopții rece și golaș.

Brume și ploi colindă pădurea
Ce altădată părea un paradis;
Vântu-și ascute de trunchiuri securea
Să-nnobileze parcă al toamnei seceriș.

Și arborii zac uniți în durere
Ca niște frați rostind un legământ
Pe care luna-l ascultă-n tăcere
Duhovnic al nopții exilat pe pământ.

Ștefan M. SAVU

ACASĂ

Unde salcâmi surâd în coaja lor bătrână
și merele sunt marginea unui mit,
unde dimineța strălucește pe guri
și e ceva desăvârșit.

Unde se-ntâmplă să fulgere ca și cum
cineva ar pune o pânză de satin peste case
și mai tresar prin fumuri subțiri
vise, tăgăduiri... încă nearse.

Unde treci drumul prin pulberea albă
la fântâna cu ciutura sus
și ai vrea să rostogolești ca pe-un zar
soarele circumscris de apus.

Unde binecuvânți vara cu sălcii
și lunca dând cu ciocârliile-n sus
și simți aproape tainele păcii
ca dintr-o pâine frântă în mâini de Iisus.

Unde veșnică e mama vâjâind
printre lucruri cu îngândurare,
ca o creangă peste petunii căutând
o trecere umilă spre soare.

Unde se-ntâmplă ca lumina sfioasă
să cadă pe mâna ei uscată de lut,
singuratică după zilnica trudă la masă
așteptând, ca de la fiu, un sărut...

Unde număr stelele cu tâmpla
cu o mișcare albă zădărită
de culoarea cerului albastră
și de curățenia lui infinită.

E seară. E târziu. Sunt fuzee de umbre,
se fac nișe adânci în clipa piezișă și sură,
satul vine spre sine din câmp
„și-și trage ierburile peste făptură”.

Valentin POPESCU

ȘTIINȚĂ: GEOGRAFIE ȘI ISTORIE

CONSIDERAȚII GEOGRAFICE ȘI ISTORICE PRIVIND CONFIGURAȚIA ACTUALĂ A TERITORIULUI COMUNEI ȘIRNA

În ultimii aproape patruzeci de ani, datorită cantităților mari de precipitații, teritoriul comunei Șirna a fost de mai multe ori inundat (1970, 1975, 1997 și 2005). Au cunoscut consecințele acestor calamități îndeosebi satele Brătești și Hăbud. Satul Tăriceni, odinioară „situat pe valea Prahovei” (Marele dicționar geografic al României, vol. V, București, 1902, p. 557), a cunoscut asemenea primelor două așezări vitregia și năpasta provocate de viituri. Deși sunt situate pe o colină, numită de specialiști Pintenul Măgurii, care astăzi le desparte de râul Prahova, satele Șirna și Varnița au fost și ele prejudiciate datorită abundenței precipitațiilor. Acest tablou sumbru a fost favorizat și de pârâul Pribeagul (Viroaga), ale cărei ape se revarsă periodic pe o parte a gospodăriilor și terenurilor arabile aparținând locuitorilor acestor din urmă două sate.

Pentru a afla cauzele care au favorizat producerea acestor calamități este necesar să observăm

conformația actuală a terenului pe care sunt amplasate cele cinci sate, rezultate în urma curgerii în vechime, în funcție de înclinarea scoarței terestre a Prahovei și Cricovului Dulce. Din această primă aserțiune s-ar desprinde concluzia că râul care a dat numele județului nostru a avut cândva albia în spațiul pe care sunt așezate astăzi vetrele satelor Brătești, Hăbud, Tăriceni și parțial Șirna. De asemenea, pentru a lămuri aceste chestiuni este necesar să urmărim drumul acestui râu, și nu numai, prin câmpia Ploieștilor, dincolo de hotarele comunei noastre.

În cursul lor către vărsare, râul Prahova și afluenții săi au transportat mari cantități de pietrișuri, nisipuri și argile care au fost depuse sub forma unui con de dejecție (V. Velcea și I. Velcea, Județul Prahova, Editura Academiei Române, București, 1973, p. 218), formă de relief în evantai care la Cocorăștii Grind ajunge la înălțimea de aproximativ 200 de metri. Pintenul Măgurii continuă până dincolo de calea ferată Ploiești-București, unde se pierde în câmpie, în dreptul satelor Odăile și Moara. De-a lungul a mii de ani râul Prahova a tăiat în formațiunea amintită poarta de la Cocorăștii și poarta de la Tinosu. Prima este ferestruită de Prahova și Cricovul Dulce, fiind situată între Cocorăștii Colț și Ungureni (jud. Dâmbovița), sat amplasat pe malul drept al acestui din urmă râu, de fapt o prelungire către vest a

Pintenului Măgurii. A doua poartă, cea de la Tinosu, este situată între acest sat și Pisculești.

O caracteristică a râului Prahova a fost abaterea de la cursul inițial în direcția pantei, datorită scufundării terenului, ca și depunerii aluviunilor pe fundul albiei, pe mal sau la vărsare. Astfel, se explică pendularea cursului Prahovei, de la vechea albie, numită astăzi Iazul Morilor (ce parcurge poarta Cocorăști), la Viișoara, Leaotul și cursul actual ce continuă să penetreze poarta Tinosu. O urmă a prezenței cândva a Prahovei în poarta Cocorăști este pârâul Iazul Morilor care străbate, alături de Cricovul Dulce, Pintenul Măgurii. Drumul acestui pârâu începe la Florești. Datorită materialelor transportate și depuse de Prahova la intrare în câmpie, apele acesteia s-au dispersat. În felul acesta Iazul Morilor s-a despărțit de râul mamă, dacă ne putem exprima în acest chip, ajungând la Mănești, Cocorăștii Grind și Cocorăștii Colț, unde se varsă în Cricovul Dulce, în dreptul cătunului Ghioldum. De aici rezultă relația existentă, altădată, între râurile Prahova și Cricovul Dulce, care au „sculptat” împreună poarta Cocorăști, nefiind exclusă posibilitatea ca la trecerea prin această poartă cele două râuri să fi avut o albie comună.

În sprijinul ideii potrivit căreia Prahova și-a purtat apele pe teritoriul comunei Șirna, vin și alte dovezi. De pildă, numeroasele depozite de pietrișuri, unele situate la suprafață care se găsesc pe firul fostelor albiei ale Prahovei și Cricovului Dulce. În acest sens, amintim zona dintre satele Mănești și Cocorăștii Grind, marcată de Iazul Morilor. Între malul stâng al acestui pârâu și drumul județean, configurația terenului are caracteristicile unei albie de râu, neputând fi cultivat datorită depozitelor de pietrișuri situate la suprafață. La intersecția aceleiași căi rutiere cu D.N. Ploiești București, via Buftea, grosimea depozitelor de pietrișuri depășește 10-12 m, fapt constatat cu prilejul instalării cisternelor stației PECO. Existența a două balastiere situate în nord-estul satului Brătești, având depozitele aproape de suprafața solului, ca și cele din subsolul satului Tăriceni, „ascunse” la 3,5 4,5 m adâncime, vin să confirme faptul că râul Prahova și-a purtat o vreme apele, urmărind înclinarea pantei, pe cuprinsul satelor Brătești, Hăbud, Tăriceni și Șirna parțial. Cantitățile mari de pietrișuri și nisipuri din subsolul satelor comunei noastre au creat o anume permeabilitate solului, fapt ce explică mulțimea izvoarelor apărute temporar cu prilejul inundațiilor, precum și băltirea apei pe suprafețe întinse de teren.

Urmându-și cursul (albia) râul Prahova și-a sprijinit brațul stâng pe poala (baza) Pintenului Măgurii. Numeroase văi, vizibile și astăzi, create de torenți pe această măgură au alimentat periodic acest râu și totodată au marcat configurația vetrelor satelor Șirna și Varnița. În zilele noastre pârâul Pribeagul (Viroaga) urmează întrucâtva cursul de demult al râului Prahova.

Așa cum am observat, Cricovul Dulce, după ce și-a unit apele cu cele ale Iazului Morilor, a continuat să parcurgă o parte a teritoriului comunei Șirna, la limita cu județul Dâmbovița. Malul drept al acestui râu pe care este amplasat satul Ungureni, fiind mai înalt datorită Pintenului Măgurii, a făcut ca apele să se reverse periodic către satele Brătești, Hăbud și Tăriceni. Acum două sute de ani acest râu mai păstra cursul cunoscut. Purtându-și apele dincolo de satele Hăbud și Ochiul Boului (jud. Dâmbovița), Cricovul Dulce, supus procesului de pendulare, a părăsit vechea sa albie. El și-a unit apele cu cele ale râului Ialomița. A rămas albia cunoscută sub numele de Cricovul Sec, care șerpuiește către sud-est până la confluența cu râul Prahova.

Cu două sute, trei sute de ani înainte, în rândul colectivităților rurale din satele Brătești și Hăbud și nu numai, exista părerea potrivit căreia râul Prahova și-a purtat odată apele pe pământul deosebit de fertil stăpânit de locuitorii comunei Șirna. Dincolo de perpetuarea acestei înțelegeri a realității și raportarea sa la modul propriu de a fi al locuitorilor acestei zone rurale, documentele istorice au reținut mesajul acelor vremi pentru a ni-l transmite nouă celor de astăzi.

Ca o concluzie a celor exprimate până acum prezentăm un fragment al unui document datând de la mijlocul secolului al XVIII-lea:

La 19 ianuarie 1750, Domnul Țării Românești, Grigore al II-lea Ghica (1748-1752), a rezolvat un litigiu vechi de cincizeci de ani, între moșnenii din Hăbudului și mănăstirea Târgșor, confirmând stăpânirea de către acest așezământ religios, a întregii moșii a Hăbudului, numită Scutași, domeniu cuprins între limitele: „...den moșii a Cărstiasca până în moșia Pătrăreasca, și din Izvor până în apa Cricovului (Dulce - n.n.), pe unde au fost umblat mai înainte apa Proavei...” (s.n.), (G. Potra, N.I. Simache, *Contribuții la istoricul orașelor Ploiești și Târgșor (1632-1857)*, Comitetul de Cultură și Artă al Județului Prahova, f.a. p.425.

(Va urma)

Prof. Matei SAVU

NAȘTEREA MINUNATĂ

„La întru numele lui Iisus, tot genunchiul să se plece, al celor cerești, al celor pământești și al celor de dedesubt.” (Filipenii II, 10)

Domnul Iisus Hristos este Fiul lui Dumnezeu.

El a venit în lume, născându-se din Fecioara Maria, la Crăciun. Nașterea aceasta minunată a lui Iisus Hristos o sărbătorim în fiecare an, la Crăciun, la 25 Decembrie. Este o zi de mare bucurie pentru toți creștinii și mai ales pentru copii.

Această sărbătoare se bucură de mare importanță în rândul credincioșilor. După un post de 40 de zile, toți merg la biserică să se spovedească și să se împărtășească.

Cu multe zile înainte de Crăciun, copiii se adună și învață colinde, niște cântări vechi, moștenite din moși-strămoși, prin care ei vestesc marea naștere a Pruncului Iisus.

Și la școală, profesorul de religie și învățătorii îi învață pe elevi colinde. Cu o zi înainte de Crăciun, în Ajun, cete de copii, îmbrăcați curat, trec pe la locuințele creștinilor și după ce au întrebat la fereastră, dacă îi primesc să colinde, încep a colinda:

„Foaie verde portocală,
Noi suntem copii de școală
Și-am venit să colindăm
Pe la case să urăm:

Bună dimineața la Moș Ajun,
Bună dimineața la Moș Ajun,
Ne dați ori nu ne dați,
Ne dați ori nu ne dați,
Ne dați, ne dați ?”

La noi în comună colindatul se face dimineața, devreme, în cele mai multe locuri prin țară se face în seara de Ajun și ține până noaptea târziu.

Creștinii primesc cu multă bucurie pe colindători și le dăruiesc: covrigi, nuci, mere și alte bunătăți.

În case, femeile au făcut curățenie mare, devreme. Mesele sunt acum pline cu cozonaci și prăjituri. Candelele de la icoane sunt aprinse.

Aproape în fiecare casă se gătește un brad mic verde, Pomul de Crăciun, frumos împodobit cu



globulețe colorate, cu lumânări și alte podoabe, iar sub pom sunt așezate darurile pentru copii din traista lui Moș Crăciun.

Fiind iarnă de-a binelea și frig, iar uneori pământul acoperit cu zăpadă, toți stau pe lângă foc.

Părinții sau bunicii povestesc celor mici despre nașterea Pruncului Iisus. Bucuria crește și mai mult când vin colindătorii.

Bucuria aceasta ține și în zilele de Crăciun, când nu numai copiii, ci și tinerii și oamenii vârstnici merg cu toții la biserică și, după slujbă, cu colindul.

În zilele de Crăciun, copiii mai mari merg pe la casele creștinilor cu “Steaua” sau ca “Irozii” sau “Vicleimul”. Aceștia sunt îmbrăcați în veșminte împodobite cu niște decorațiuni făcute de ei din carton și hârtie colorată, iar unul poartă în mână o stea împodobită cu icoana Nașterii lui Iisus pe care o învârtește mereu în toate părțile.

În casele credincioșilor, toți aceștia cântă mai multe colinde și cântece de stea și spun anumite întâmplări de la nașterea Pruncului Iisus, iar creștinii îi răsplătesc cu daruri frumoase și bani.

Prin toate aceste datini din străbuni, copiii vestesc în ziua de Ajun și în zilele de Crăciun, Nașterea Pruncului nostru Iisus Hristos.

Ne bucurăm cu toții de nașterea lui Iisus Hristos, Fiul lui Dumnezeu, așa cum s-au bucurat îngerii și păstorii și vestim și vom vesti această naștere minunată prin frumoasele colinde.

„Slavă întru cei de sus lui Dumnezeu și pe pământ pace, între oameni bunăvoire.”

Prof. de religie, Gheorghe FLORENTINA,
Școala Varnița

RESFINȚIREA BISERICII „SF. TREIME” DIN SATUL VARNIȚA

12 iunie 2006, zi de mare sărbătoare pentru comuna Șirna. Satul Varnița „îmbrăcat” în haine de sărbătoare prăznuiește un eveniment de o deosebită importanță din punct de vedere religios și anume resfințirea bisericii. Biserica cu hramul „Sf. Treime”, după ce a fost repictată în interior și zugrăvită din nou pe afară, a fost resfințită de Prea Sfințitul Ciprian Câmpineanul însoțit de un sobor de preoți din care au făcut parte P.C. Părinte Consilier Ioan Șurubaru și P. C. Părinte Protopop de la Câmpina Costică Dumitru.

A participat un număr mare de credincioși atât din comuna noastră, cât și din alte localități. Au mai participat domnul primar Costel Dragu și cadre didactice de la școala

Varnița, împreună cu elevii, care după slujbă au prezentat un frumos program artistic sub îndrumarea profesoarei de religie Gheorghe Florentina, program care a încântat pe distinșii oaspeți.

După Sfânta Liturghie a avut loc o agapă (masă creștinească) la casa parohială din satul Varnița.

De asemenea, s-a făcut un parastas de pomenire pentru ctitorii bisericii la mormântul ctitorului acestui locaș, Preotul Grigore Iordăchescu.

Profesor de religie, masterand Constantin IORDĂCHESCU



Resfințirea Bisericii din Varnița, 12 iunie 2006



Prea Sfințitul Ciprian Câmpineanul

EDUCAȚIE PENTRU ȘTIINȚĂ

Un nou auxiliar didactic pentru învățământul preșcolar **GRAFISME ȘI OPERAȚII ÎN CONCENTRUL 1-10**

În luna august 2006 a apărut la Editura „Cuvântul Info”, din Ploiești, lucrarea „Grafisme și operații în centrul 1-10. Caiet de matematică tip portofoliu pentru preșcolarii din grupa pregătitoare”, coautori: ed. Valeria Sandu, din Târceni, și prof. Ion Dumitru, din Șirna. Fiind primul caiet de matematică tip portofoliu, se bucură de aprecierea educatoarelor și părinților din orașele și comunele județului Prahova, pentru noutatea/modernitatea concepției, ingeniozitatea modalităților de lucru individual și grafica atractivă, după cum notează profesorii Adriana Manolache și Nicolae Angelescu, inspectori școlari.



NOTĂ - Din motive care nu țin de voința coautorilor, de acest „Caiet” nu beneficiază și preșcolarii din comuna Șirna.

ARTĂ - Elevii-membri ai cercului de pictură de la Școala cu Clasele I-VIII Hăbud



Flori
Simon Obreja, clasa a III-a



8 Martie
Florentina Auraș Băjenaru, cls. a VII-a



Castel
Florentina Auraș Băjenaru, clasa a VII-a



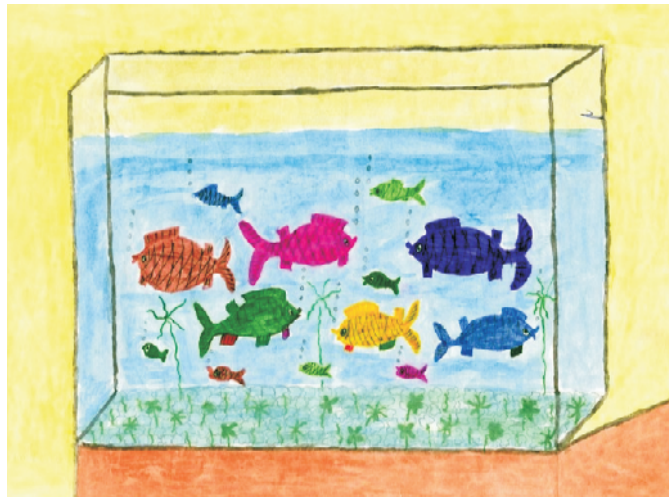
Ziua copilului
Florina Gheorghe, clasa a V-a



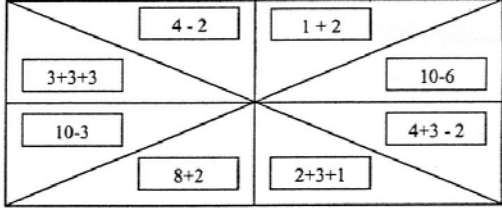
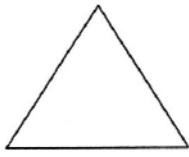
Primăvara
Lorena Gheorghe, clasa a VII-a

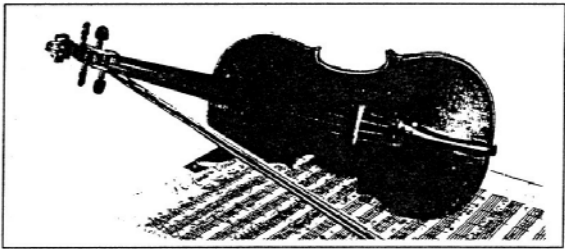


Fluturi
Marinela Toboș, clasa a III-a



Acvariu
Alexandra Crăciun

<p style="text-align: center;">DEOSEBEȘTE CULORILE!</p> <p>În funcție de rezultatele operațiilor din triunghiurile înscrise în dreptunghiul din dreapta, colorează fiecare triunghi în felul următor:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">2 – galben</td> <td style="width: 50%;">6 – portocaliu</td> </tr> <tr> <td>3 – albastru</td> <td>10 – maro</td> </tr> <tr> <td>4 – violet</td> <td>7 – alb</td> </tr> <tr> <td>5 – verde</td> <td>9 – roșu</td> </tr> </table>	2 – galben	6 – portocaliu	3 – albastru	10 – maro	4 – violet	7 – alb	5 – verde	9 – roșu	<ul style="list-style-type: none"> Ce fel de figuri geometrice recunoști în desenul de mai jos? <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> Numără triunghiurile în care sunt înscrise operațiile <input style="width: 40px;" type="text"/> Fii atent! Scrie numărul triunghiurilor respective ca sumă și diferență în concentrul 10 – 20! 	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="text-align: center;">F. BINE</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">BINE</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">DATELE EVALUĂRII</td></tr> </table>	F. BINE	BINE	MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.	DATELE EVALUĂRII
2 – galben	6 – portocaliu													
3 – albastru	10 – maro													
4 – violet	7 – alb													
5 – verde	9 – roșu													
F. BINE														
BINE														
MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.														
DATELE EVALUĂRII														
<p>E _ a</p> <p>E _ _ a</p> <p>E _ _ _ a</p> <p>E _ _ _ _ a</p> <p>E _ _ _ _ _ a</p> <p>E _ _ _ _ _ _ a</p> <p>E _ _ _ _ _ _ _ a</p> <ul style="list-style-type: none"> Mihaela are șapte prietene ale căror nume încep cu sunetul / litera „E” și se termină cu sunetul / litera „a”. Pronunță-le numele sau scrie-le în cele șapte rânduri! Cu ce figură geometrică se aseamănă „scara” obținută? 	<p style="text-align: center;">TRIUNGHIUL PARTENERILOR</p> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> Află mijlocul fiecărei laturi a triunghiului și unește punctele respective. Ce figuri geometrice ai obținut? Imaginează-ți un dialog între cei trei parteneri: învățator, elev, părinte! 	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="text-align: center;">F. BINE</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">BINE</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">DATELE EVALUĂRII</td></tr> </table>	F. BINE	BINE	MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.	DATELE EVALUĂRII								
F. BINE														
BINE														
MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.														
DATELE EVALUĂRII														

GAMA MUZICALĂ... ÎN GHICITORI							
<p>Trăsură ușoară, Merge și nu zboară, Se plimba cu ea Străbunica ta?</p> <p style="text-align: center;">D O <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/></p>	<p>Be- he- he! că au cornițe, Be- he- he! că n-au fundițe, Be- he- he! și ța- ța- ța! Pe la casa dumneata?</p> <p style="text-align: center;"><input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> R E</p>	<p>O copilă zână Scoate din fântână Apă cristalină După ce se-nchină?</p> <p style="text-align: center;">M I <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/></p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="text-align: center;">F. BINE</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">BINE</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">DATELE EVALUĂRII</td></tr> </table>	F. BINE	BINE	MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.	DATELE EVALUĂRII
F. BINE							
BINE							
MAI ÎNCEARCĂ ȘI VEI REUȘI. POȚI MAI MULT.							
DATELE EVALUĂRII							
<p>Tot cadentând, În orice țară Cântă trecând Că-i militară?</p> <p style="text-align: center;"><input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> F A <input style="width: 20px;" type="text"/></p>	<p>Pune-ți degetul la tâmplă Să ții minte când se-nțâmplă: Cea mai lungă zi de vară, Cea mai scurtă zi de iarnă?</p> <p style="text-align: center;">S O L <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/></p>	<p>E dulce. Vrei una? Rotundă-i cum luna Când pe cer răsare: Ce să fie oare?</p> <p style="text-align: center;"><input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> L A</p>					
<p>Cum ai învățat la școală, Se despart prin linioară; Două sunt când le rostești: În „păduri” și în „povești”?</p> <p style="text-align: center;">S I <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/></p>	<p>Nu e chin de nenoroc, Te „arde”, dar nu e foc; E o stare sufletească, Flacăra Dumnezeiască!</p> <p style="text-align: center;">D O <input style="width: 20px;" type="text"/></p>						

- ◆ Fișă din „Cartea inteligențelor multiple” de Mariana Dragu și Ion Dumitru, Editura Gimnasium, Târgoviște
- ◆ Dacă părinții urmăresc modul de rezolvare al acestor fișe pot să evalueze rezultatele după modelul casetelor din dreapta paginii, printr-un semn anume, aplicat în dreptul calificativului respectiv.

UNITATEA ȘCOLARĂ ÎN CADRUL PARTENERIATULUI EDUCAȚIONAL

Constituită ca sistem deschis, care se află în relație directă cu mediul său exterior și, inerent, cu comunitatea în cadrul căreia funcționează, unitatea școlară poate transforma coordonatele sale specifice în atuuiri care să îi permită inițierea și/sau dezvoltarea parteneriatului educațional. Pentru a-și asuma un asemenea rol, școala trebuie să admită, la nivelul obiectivelor generale ca și la cel al practicii cotidiene, o serie de principii fundamentale:

- lărgirea caracterului participativ al managementului școlar;
- atragerea familiei, ca principalul partener al școlii;
- extinderea colaborării către toți factorii care pot deveni sensibili față de dezvoltarea educației;
- sensibilizarea tuturor categoriilor care pot avea o relativă disponibilitate în raport cu problemele școlii și cu susținerea sa.

Tentativele unității de învățământ de a sensibiliza și a atrage diferitele categorii și instituții în sfera parteneriatului educațional pot deveni eficiente în mod autentic doar în măsura în care fiecare școală este capabilă să vină în întâmpinarea unor cerințe sociale și comunitare prin demersuri specifice, cum ar fi:

- adaptarea procesului educațional la schimbările de ordin social și economic;
- instituirea unui echilibru între cererea și oferta de educație;
- satisfacerea unor nevoi comunitare specifice în domeniul educației;
- pregătirea elevilor în sensul dezvoltării personale și al inserției în comunitate;
- asumarea unui rol activ în raport cu nevoile, problemele, prioritățile comunității.

Dincolo de eforturile pe care fiecare dintre școli trebuie să și le asume pentru sensibilizarea și atragerea partenerilor sociali, transformarea parteneriatului educațional într-o realitate presupune adoptarea unor măsuri generale la nivelul întregului sistem de învățământ:

- formarea personalului din învățământ în sensul comunicării, cooperării, parteneriatului;
- motivarea resurselor umane ale școlii pentru dezvoltarea unor relații parteneriale;
- diseminarea unor informații relevante pentru problema parteneriatului la nivelul unităților de învățământ;
- operarea unor schimbări cu privire la statutul personalului din învățământ;
- promovarea unui cadru legislativ care să încurajeze inițiativele școlii și implicarea partenerilor săi sociali;
- sensibilizarea societății și a diferitelor sale segmente în raport cu problemele educației și cu semnificația sa.

În acord cu aceste cerințe, fiecare dintre unitățile școlare și în particular managerii acestor unități trebuie să se orienteze în mod constant către centrarea întregii activități asupra elevului, pregătirea resurselor umane ale școlii pentru parteneriat, atragerea partenerilor potențiali în parteneriate efective.

Pornind de la ideea că îmbunătățirea calității educației școlare este un proces continuu care presupune noi și noi proiecte, iar legătura dintre școală și comunitate reprezintă obiectivul major al unui învățământ de calitate, în special în



ACTIVITATE ÎN CADRUL C.D.I. ȘIRNA

11 mai 2006, la Școala Tinosu.

Înv. Constanța-Luminița Preda, prof. Viorica Popescu,
prof. Ion Dumitru

mediul rural, educația fiind privită ca o responsabilitate a întregii comunități, Școala cu Clasele I-VIII Tinosu a inițiat un proiect cu tema "*Școala - centru de dezvoltare comunitară*".

Obiectivul general al proiectului este "*Dezvoltarea atitudinilor și competențelor în măsură să stimuleze interesul și participarea elevilor la viața comunității*", obiectiv ce derivă din ținta strategică "*Formarea deprinderilor de informare și comunicare ale elevilor prin dezvoltarea parteneriatului cu comunitatea locală*", astfel încât școala să devină un centru de educație comunitară.

Prof. Viorica POPESCU,
Director Școala cu Clasele I-VIII Tinosu

ACTIVITATE ÎN CADRUL C.D.I. ȘIRNA

24 octombrie 2006, la Școala Poienarii-Burchii

Tema: *Rolul bisericii în formarea educației moral-religioase a copiilor și tinerilor* (preot, prof. Marius Curelea). Colaboratori: ed. Georgeta Ilie, învă. Maria Oană, Toni Stănescu, Lavinia Popescu, Elena Postelnicu, prof. Ion Medeleanu (director).



CREATIVITATEA ÎN ACTIVITATEA DIDACTICĂ

La 11 mai 2006, în cadrul programului C.D.I. Șirna, al C.C.D. Prahova, Școala cu Clasele I-VIII Tinosu a găzduit activitatea metodică științifică având ca temă „Cultivarea creativității prin dezvoltarea gândirii divergente și convergente a elevilor din clasele I-VIII”.

Activitatea a reunit laolaltă peste 30 de cadre didactice din învățământul preșcolar, primar și gimnazial din localitățile învecinate.

Pe ordinea de zi s-au aflat:

➤ Referatul cu tema „Cultivarea creativității prin dezvoltarea gândirii divergente și convergente a elevilor din clasele I-VIII”, întocmit și prezentat de directorul școlii, **prof. Viorica Popescu**;

➤ Activitate extracurriculară la clasa a III-a, cu tema „Sub semnul lui Florar”, propunător **inst. Constanța-Luminița Preda**;

➤ Lansarea cărții „Metodica formării, dezvoltării și cultivării abilităților de comunicare ale preșcolărilor și elevilor din clasele I-IV”, autori **Ion Dumitru și Gheorghe Matei**;

➤ Lansarea numărului 3 al revistei „Fântâna din Șirna”;

Creativitatea este o temă generoasă, iar referatul a pus în evidență misiunea nobilă a școlii de a forma personalități puternice, creatoare, compatibile cu vremurile aflate permanent în schimbare.

Dezvoltarea creativității copiilor începe în învățământul preșcolar, odată cu formularea primelor propoziții sau modelarea cu plastilină și continuă în următoarele cicluri de învățământ în cadrul tuturor disciplinelor școlare.

Referatul a cuprins o varietate de tehnici de creativitate utilizate de către cadrele didactice, subliniind că pentru stimularea creativității, condiția esențială este instaurarea unui climat afectiv favorabil, caracterizat printr-o tonalitate afectiv-pozitivă, de exigență și înțelegere, de responsabilitate și responsabilizare pentru parteneriatul educator-elev. Studiul matematicii în manieră modernă contribuie la dezvoltarea gândirii divergente și convergente, iar dezvoltarea capacității creative nu se încheie odată cu școlaritatea, ci continuă pe tot parcursul vieții, fie în cadru organizat, fie individual.

Activitatea demonstrativă cu tema „Sub semnul lui Florar”, susținută de responsabilii comisiei metodice a învățătorilor, doamna Constanța-Luminița Preda, de la Școala cu Clasele I-IV Pisculești, a readus în atenția cadrelor didactice activitățile extracurriculare organizate pe echipe sub formă de concurs, desigur cu sarcini ce vizează activitatea de creație a copiilor. De exemplu: crearea unor ghicitori sau poezii cu rime date, imaginarea unei povestiri realizate de o floare, o frunză, o pasăre, o picătură de ploaie, o rază de soare, un fulg de nea, crearea unui personaj cu descrierea lui și găsirea unui chip potrivit pe balon folosind acuarele, markere etc. Considerându-se o echipă de reporteri, copiii au fost invitați apoi să adreseze un set de cinci întrebări unor personalități

politice, economice, sportive etc.

Activitatea a cuprins și compunerea unor probleme după expresii matematice date precum și realizarea unui mesaj publicitar în care să se facă reclamă unui produs ales cu ajutorul versurilor, melodiei, colajului. În final s-au găsit interesante întrebări pe care le-ar putea avea sticlele de plastic, ca material refolosibil. După contabilizarea punctelor obținute, s-au stabilit câștigătorii, iar elevii au fost premiați cu diplome de Ciresar, culegeri de versuri create de ei și dulciuri.

A urmat lansarea cărții „Metodica formării, dezvoltării și cultivării abilităților de comunicare ale preșcolărilor și elevilor din clasele I-IV”, autori Ion Dumitru și Gheorghe Matei, de către domnul profesor Ion Dumitru.

Cartea este un studiu metodic interdisciplinar, filologic și psihopedagogic, oferit educatoarelor/institutoarelor, învățătorilor/institutorilor



ACTIVITATE ÎN CADRUL C.D.I. ȘIRNA
11 mai 2006. La Școala cu Clasele I-VIII Tinosu,
elevi de la Școala cu Clasele I-IV Pisculești

și studenților facultăților de pedagogie pentru învățământul primar și preșcolar, întemeiat pe o amplă cercetare în domeniul comunicării interumane, în general, și didactice, în special.

Lansarea numărului 3 al revistei „Fântâna din Șirna” a constat în prezentarea câtorva articole interesante din cuprinsul revistei.

Dezbaterile care au urmat au reliefat preocuparea cadrelor didactice pentru cultivarea creativității elevilor la toate disciplinele școlare. Au fost apreciate originalitatea conținuturilor alese pentru activitatea-concurs, precum și spiritul de observație, inițiativa personală și de grup, satisfacția succesului, spiritul competițional cultivate la elevi.

Iată că fântâna de spirit de la Șirna își află izvoarele și în împrejurimi prin activitatea didactică de înaltă ținută metodică științifică susținută de cadrele didactice din comuna Tinosu.

Învățător Elena IONIȚĂ,
Școala cu Clasele I-IV Predești

ATEROSCLEROZA

Principala cauză de îmbolnăvire și deces Mijloace de prevenire și combatere

Motto:

*“Săpându-și groapa cu proprii dinți,
omul nu moare, ci se omoară el.”*

Socrate

Boala vasculară a arterelor atinge cu precădere inima, creierul, rinichii, membrele inferioare, localizarea cardiacă fiind cea mai frecventă, mai periculoasă, care însoțește de obicei și celelalte localizări; dă complicațiile cele mai frecvente: infarctul miocardic și accidentul vascular cerebral.

Este o scleroză arterială provocată de depunerile de grăsimi în pereții arterelor și determină apariția trombozelor (chiagurilor) arteriale, prin strâmtorarea progresivă a vaselor sanguine.

Atinge deopotrivă tinerii și vârstnicii, iar prevenirea îmbolnăvirii trebuie făcută încă din copilărie, din primii ani de viață.

Multă vreme s-a considerat că este un proces firesc de uzură a vaselor, caracteristic vârstei înaintate.

În realitate, este o boală generală a întregului organism, cauzată de o tulburare a metabolismului grăsimilor, provocată de factori externi, precum: alimentația bogată în grăsimi, viața sedentară lipsită de mișcare, fumat, cât și factori interni (ereditate, hipertensiune arterială, obezitate, diabet, încordare nervoasă prelungită - stres), așa numiții factori de risc, care duc după un timp îndelungat (ani, zeci de ani), la scleroza arterială, prin depunere de grăsimi în pereții vaselor și apariția ateromului, sau a plăcii aterosclerotice, de la care i se trage numele de ateroscleroză.

În atenția noastră trebuie să stea adoptarea măsurilor de prevenire primară (împiedicarea apariției bolii) și prevenirea secundară (frânarea evoluției ulterioare a bolii apărute, evitarea complicațiilor viitoare), punând accentul pe regimul alimentar, prin alimentație rațională, fără grăsimi și dulciuri în exces, combaterea unor obiceiuri dăunătoare: folosirea în exces de tutun, cafea, alcool.

Prin modestie, cumpătare, se poate reduce greutatea corporală, menține tensiunea arterială în limite normale (140/90 mm mercur și 130/80 la diabetici), mai puțin cu ajutorul medicamentelor, prin voință și perseverență.

În alimentație, trebuie să predomine produsele

lactate (lapte integral sau degresat), produse lactate fermentate (iaurt, lapte bătut, brânzeturi proaspete, topite, cașcaval), 2-3 ouă pe săptămână, carne slabă, vită chiar porc, în cantitate moderată, la grătar și rasol, carne de pasăre și pește.

Legumele și fructele, fără restricții cantitative, orez, pâine integrală, grăsimi vegetale (ulei de floarea soarelui și măsline, de preferat păstrat la rece).

În principal este vorba de o restricție, nu excludere ci reducere (moderație) fără grăsimi animale în exces (carne de porc), frișcă, smântână, unt și produse alimentare rafinate cu conținut mare în E-uri, conservanți, aditivi, condimente în exces, cât și băuturi carbogazoase ambalate, prezentate în formă atrăgătoare, dar consumate în cantități mari devin un pericol real pentru sănătate.

Se va consuma, la nevoie, o ceașcă de cafea zilnic, nu 3-6-9 cești pe zi, un pahar de vin roșu la masă, fără băuturi tari în exces și fără dulciuri concentrate ci după posibilități, preparate cu aluat de casă, miere în loc de zahăr, ceaiuri, compoturi.

Trebuie combătută obezitatea (creșterea în exces a greutății corpului) care duce la diabet și complicațiile acestuia, prin reducerea aportului alimentar și mărirea consumului energetic, prin mișcare, muncă în aer liber, exerciții fizice, cunoscut fiind faptul ca sedentarismul, lipsa de mișcare, reprezintă un pericol real pentru sănătate.

În acest sens trebuie practicat sportul sub orice formă, turismul, să se renunțe la fumat, evitarea încordărilor nervoase, combaterea prin mijloace de prevenire și tratament medical a hipertensiunii arteriale, diabetului, supragreutatea prin dezechilibre alimentare și nemișcare.

Ritmul de viață ordonat, utilizarea rațională a alternării perioadelor de muncă cu perioade de odihnă, ne scutește de uzură datorită ritmului trepidant și alert al vieții moderne.

Abuzurile de orice fel trebuie evitate, ele creând falsa iluzie a unei vieții abundente și fericite, utilizând cunoștințele câștigate de știința medicală, pentru a preîntâmpina apariția bolilor și în special a aterosclerozei.

Sunt pline de adevăr zicalele populare:

“Mănânci ca să trăiești, nu trăiești ca să mănânci”.

“Mâncarea de dimineața s-o mănânci tu toată”.

“Pe cea de prânz s-o împarți cu altul, iar pe cea de seară s-o dai la altul”.

Dr. Ion GROZESCU

LIMBAJUL

ANNE BAGUS
CREȘTEREA COPILULUI
1000 de sfaturi practice

Idci simple care vă fac viața mai ușoară

Anumite jocuri și jucării favorizează în mod deosebit dezvoltarea limbajului. Este bine să le cunoașteți și să le folosiți în acest sens.

Extrase:

125. De la vârsta de 6 luni oferiți sugarului dumneavoastră o oglindă din plastic, având o bordură

viu colorată. Atârnați-o la nivelul său, astfel încât să se poată oglindi fără greutate în ea. Îl veți vedea foarte curând ținându-și singur lungi discursuri.

126. Cu cât se va juca mai mult cu ele, cu atât mai mult *telefoanele de jucărie* vor favoriza limbajul copiilor mici. Telefoanele pe care copilul le dă mamei sau doctorului în joacă sunt tot atâtea ocazii de a se exprima.

127. *Marionetele* îi ajută să se exprime pe copiii timizi, pe cei care nu ar vorbi unui adult decât de nevoie, dar care ar vorbi unui iepuraș mai timid decât ei sau unei marionete, de care nu se tem.

128. Confeccionați „*cartea cuvintelor*”: de îndată ce copilul dumneavoastră pronunță un nou cuvânt, căutați-i imaginea - fotografia sau desenul - și lipiți-o într-un caiet sau clasor. Scrieți cuvântul dedesubt. Este prima carte pe care copilul dumneavoastră va putea s-o citească și pe care o va ști cu siguranță pe de rost.

129. După ce au trecut deja primele luni din viața copilului dumneavoastră, nu se recomandă să-i vorbiți în „*limbajul bebelușilor*”. El va trebui să învețe două limbi - pe cea a bebelușilor și pe cea maternă: două cuvinte diferite pentru aceleași lucruri, animale, pentru aceiași oameni. În acest caz, bilingvismul nu este un ajutor!

130. Când îi faceți baie copilului și-l îmbrăcați, profitați de ocazie și *enumerați părți componente ale corpului său*. Începeți cu cuvintele cele mai simple și mai curențe: brațul, mâna („*Unde este mâna ta? Ah, uite-o! Dă-mi-o să ți-o petrec prin mânecuță*”). Când le va cunoaște bine, continuați cu cuvintele ceva mai complicate: buze, genunchi, denumirea degetelor etc. Faceți la fel în fața unei oglinzi: stați în spatele copilului dumneavoastră, arătați-i părțile componente ale corpului său și numiți-le. În timpul acestei sporovăieli care însoțește gesturile cotidiene, copilul va învăța esențialul pentru vocabularul său.

SĂ VORBIM ȘI SĂ SCRIM CORECT !

NOI MODIFICARI ÎN DOOM-DICȚIONAR ORTOGRAFIC, ORTOEPIC, MORFOLOGIC AL LIMBII ROMÂNE (EDIȚIA A II A, 2005)

I. Despărțirea la capăt de rând se poate face:

*fie bazată pe pronunțare: ex. *i-ne-gal*,
de-zo-biș-nu-it, *a-nor-ga-nic*;

*fie bazată pe structura cuvintelor, ținând seama de elementele constitutive, în special prefixe:
ex. *in-egal*, *dez-o-biș-nu-it*, *an-or-ga-nic*.

II. Articulația termenilor străini:

*dacă partea finală a cuvântului se pronunță așa cum se scrie:

ex. *bossul*, *brokerul*, *dealerul*, *weekendul*.

*dacă partea finală a cuvântului se pronunță altfel de cum se scrie:

ex. *mouse-ul*, *site-ul*, *service-ul*, *show-ul*.

*la fel și desinența: *brokeri*, *mouse-uri*.

III. Accentul:

*rămân cu o singură accentuare: *aripa*, *calcar*,
cobalt, *simpozion*, *prier*, *infim*.

*se introduc dublete ca: *antic/antîc*, *fîrav/fîrav*,
precaut/precaut, *manager/manager*, *trafic/trafic*,
mijloc/mijloc(talie), *asfîxie/asfîxie*.

IV. Abrevieri: se păstrează din DOOM 1 prescurtările uzuale:

*cuvinte simple: *bd.*(*bulevard*), *d./dl.*(*domnule*),
dna.(*doamna*), *dra.*(*domnișoara*)

*cuvinte compuse: *d-ta*(*dumneata*),
d-voastră/ dv./dvs.(*dumneavoastră*),
d-lui(*dumnealui*)

V. Denumirile teritorial-administrative:

* formele de nominativ-acuzativ se scriu cu cratimă: *Alba-Iulia*, *Cluj-Napoca*, *Caraș-Severin*.

* formele de nominativ-genitiv cu prepoziție, cu adjectiv, se scriu fără cratimă:

Vatra Dornei, *Curtea de Argeș*, *Baia Mare*.

VI. Intrări noi:

* cele mai multe intrări sunt din engleza americană:
brand, *fitness*, *hard*, *link*, *market*, *master*, *scanare*,
printare, *paparazzi*, *termopan*,
internet, *supervedetă*.

SĂ VORBIM ȘI SĂ SCRIM CORECT !**VII. Adaptări**

*prin circulararea unor dublete: *bodyguard/bodigard, cocktail/cocteil, penalty/penalti, sandvici/sendviș.*

VIII. Pronumele și adjectivele negative:

* se scriu într-un cuvânt: *niciunul, niciuna, nicio, niciunele, niciunii, niciun,*
după modelul: *vreuna, vreunul, vreun, vreo.*

*ex.: Nu am *niciun* prieten.

*excepție: în cazul în care *nici* este adverb sau conjuncție:

*ex.: Nici măcar unul nu a fost prezent (*nici-adverb*)

Nici unul, nici altul n-a răspuns (*nici-conjuncție*).

IX. Forme noi de plural:

aragaze, algoritmuri, remarci, paradoxuri, jobene, luntri, pandișpane, zbugiumuri, fundaluri, canale.

X. ODATA... și în locuțiuni

Adverbul va intra astfel în locuțiuni ca:

**Odată ce* ne-am înțeles, rămâne stabilit.

**Odată cu* trecerea timpului, se schimba omul.

Dar substantivul *dată* se articulează în mod obișnuit: 1 Decembrie este *o dată* cu semnificație istorică.

XI. Variante literare libere

Statutul de variante libere le conferă unor substantive - cu forma tipic unică până acum - dreptul de a circula și de a fi corecte în dubla formă:

<i>căpșuni/căpșune,</i>	<i>cireșe/cireși (fructe)</i>
<i>pieptan/pieptene,</i>	<i>cearșaf/cearceaf</i>
<i>tumoare/tumoră,</i>	<i>coperte/ coperți</i>
<i>clown/claun,</i>	<i>corijent/corigent</i>

piuneză/pioneză,
zi/zuiuă,
bulgăr/bulgăre,
pântec/pântece

ferastrău/fierăstrău
ligheane/lighe
nivele/niveluri

Pentru formele de plural:

cicatrice/cicatrici, *torenți/torente,*
vopsele/vopseluri, *sloganuri/slogane.*

XII. Variante verbale libere:

*pentru infinitiv:

a cimenta/ a cementa (dinții),
a datora/ a datori,
a decofeiniza/ a decafeiniza,
a pricopsi/ a procopsi,
a frecționa/ a fricționa

*pentru indicativ:

anticipează/anticipă,
biciuie/ biciuiește,
cheltuie/cheltuiește,
mântuie/mântuiește,
șchiopătează/șchioapătă,
inventă/inventează.

XIII. Diferențieri semantice:

**posesie* (deținere) / *posesiune* (teritoriu),
variație (schimbare) / *variațiune* (piesa muzicală),
frecție (masaj) / *fricțiune* (frecare),
pateu (de ficat) / *pateu* (produs de patiserie),
vise (imagini în somn) / *visuri* (idealuri),
înseamnă (constituie) / *însemnează* (notează).

Profesor de limba și literatura română
Constantin MĂDĂLINA,
Școala cu Cls. I-VIII Varnața

DIVERTISMENT - FABULĂ - ÎNTÂMLARE LA PĂSCUT...**CAPRA ȘI MĂGARUL**

Ziua, când păștea singură prin grădină,
O distinsă patrupedă caprină
Zări cum venea înspre ea pășind arar
Și dând din coadă, cine credeți ? Un măgar.
„Ce frumoasă ești, sprintăra făptură,
Fericit aș fi să paștem împreună!”
Zise măgarul. „Ce trup! Ce cornițe
Hai să ne-ospătăm în crâng, prin poienițe!
Hic-ha, hic-ha, ți-oi da nestemate, cercei
Din «Măgăria» mea să-ți alegi tot ce vrei
Și uite, primește o pungă de galbeni noi,
Ofrandă pentru tot și sprijin la nevoi”.

La care capra, gata-gata să-l împungă
Behăi „PARDON!”, țopăind pe acea pungă:
„Eu am țapul meu care ține la mine,
E mult mai darnic și mai nobil ca tine,
Zadarnic poștești, n-ai pic de har,
Încât îți spun drept, domnule, ești măgar!”

...Ușoară, glumeață și... goală,
Fabula aceasta nu are MORALĂ,
Este scornită de un poltron
Ce se semnează sfios, DYON !



Revista „Fântâna din Șirna” - o provocare culturală

Recent, a apărut revista bianuală „Fântâna din Șirna” nr. 3, fondată în 21 mai 2005, de Valentina Dobrescu Pârvu (director) și Ion Dumitru (redactor șef). Editorialul semnat de colegiul redacțional este un remember intitulat „Fântânile cu cumpănă”. Cităm: „Cumpăna aceea de lemn balansând când spre cer, când spre pământ, asemenea unui cocor, era semn de viață”. Astăzi, fântânile cu cumpănă, atâtea câte mai sunt, par a fi niște mari semne de întrebare profilate între cer și pământ.

Institutoarea Luminița Preda ne prezintă piese din situl arheologic de la Șirna, expuse în Muzeul Județean de Istorie și Arheologie Prahova, din epoca bronzului și din secolele II-X d.Hr.

Măria Marin, șefa Sectorului de dialectologie și onomastică a Institutului de Lingvistică „Iorgu Iordan și Al. Rosetti” al Academiei Române, face un bilanț al cercetărilor dialectale desfășurate de-a lungul timpului în

comuna Șirna și în satele aparținătoare: Tăriceni și Varnița.

Teologul masterand Constantin N. Iordăchescu descrie tradițiile ortodoxe privind sărbătoarea Paștelui în comuna Șirna. Merită menționate două aspecte: cuvântul „Paști” provine din grecescul „posha”, care înseamnă trecerea prin moarte la viață și faptul că anul acesta ziua de Paști este pe 23 aprilie, când este sărbătorit și Sf. Gheorghe, Purtătorul de biruință.

La problemele învățământului se referă prof. Venera Manea („Managementul timpului în învățământ” și înv. Sanda Gheorghe („Un model de activitate metodicostăințifică”).

La capitolul „Artă plastică” ne întâlnim cu artistul plastic Doru Rotaru, iar la capitolul „Teatru” o admirăm pe studenta la actorie Ana Chiriță, în vreme ce colonelul în rezervă Constantin Gheorghe Nicolae, fiu al comunei Șirna, se confesează într-o amplă autobiografie.

Din materialul juristului Vasile Mihai, secretarul comunei Șirna, reproducem câteva dintre imperativele unui bun management al timpului: *fixați-vă un program zilnic riguros, rezolvați mai întâi problemele dificile care necesită o concentrare maximă, nu amânați sarcinile importante numai că vă sunt neplăcute, nu devin mai plăcute cu trecerea timpului, fixați-vă ore la care să nu fiți deranjați, fiți concisi în convorbirile telefonice, când abordați o problemă, încercați să o și finalizați.*

La rubrica „Sfatul specialistului”, dr. Ion Grozescu ne atenționează asupra riscurilor autotratării în cazul gripei umane.

Apărută în condiții grafice deosebite și cuprinzând 16 pagini, format A4, revista „Fântâna din Șirna” este o apariție notabilă, dar și o provocare pentru alte comune din județul nostru.

Călin CATARGIU



LA ÎNCHIDEREA EDIȚIEI

În ziua de 23 aprilie 2007, cu prilejul hramului Bisericii „Sf. Gheorghe”, din Tăriceni, Primăria Șirna va organiza manifestarea cultural-comunitară **„FIII COMUNEI ȘIRNA”**.

Primar, prof. Costel DRAGU

ÎN ATENȚIA COLABORATORILOR

Textele (nu mai mult de două pagini, de preferință tehnoredacte pe dischetă) vor fi înaintate pe dischetă cu mențiunea: *Pentru revista Fântâna din Șirna*, la adresele:

- Biblioteca Comunală Șirna, bibliotecar Camelia-Iuliana Pîrvu;
- Ion Dumitru (Tudor Vasilica), satul Șirna, comuna Șirna;
- Ion Dumitru, Ploiești, str. Lăcrimioarei, nr. 2, bl. 12, sc. B, ap.31, et. II (informații la tel. 0244/571687).

COLEGIUL REDACȚIONAL

Director: Vasile MIHAI
Director fondator: Valentina DOBRESCU
Redactor șef: Ion DUMITRU
Secretar de redacție: Camelia Iuliana PÎRVU
Redactori: Valentin POPESCU, Doru ROTARU, Gh. MILITARU (literatură, artă); Matei SAVU, Constantin NICOLAE, Elvira RADU, Mariana DINU (istorie, activități cultural-artistice); Andreea-Nicoleta BĂRSĂȘTEANU, Ion GROZESCU, Ecaterian SAVU (medicină/sănătate, științe);

Dumitru MOLDOVEANU, Gh. FLORENTINA (religie); Nela IORDĂCHESCU, Dialisa-Mariana NEDELICU, Venera MANEA, Ion MILITARU (învățământ); Viorica POPESCU, Maria MITRESCU (legislație, finanțare, contabilitate)
Tehnoredactare: Cristian BĂLAN
Corectură: Denise-Constanța DUMITRU
Fotoreporter: Călin-Mihai DUMITRU
Promoție/difuzare: Elena MALEA