# Revista

## Liceului Tehnologic ”G. Moisil”

## Deva

Anul școlar 2021-2022

# CUPRINS


| | |
|---|---|
| **”Alege! Este dreptul tău"** | Pagina 3 |
| **Marșul meseriilor 2022** | Pagina 3 |
| Activități împreună cu **Centrul de Prevenire, Evaluare si Consiliere Antidrog - Hunedoara** | Pagina 4 |
| **Fii avocat în școala ta!** | Paginia 5 |
| **Și deșeurile pot fi artă** | Pagina 5 |
| **Șanse egale** | Pagina 6 |
| Concursului Tradiții și obiceiuri **„TURUL VIRTUAL AL GASTRONOMIEI HUNEDORENE”** | Pagina 7 |
| **Efectul smartphone-urilor asupra sănătății noastre** | Pagina 8 |
| **20 Martie – Ziua Internațională a Francofoniei** | Pagina 9 |
| **NOȚIUNI DE SECURITATE CIBERNETICĂ** | Paginile 10-11 |
| **Does it *cost* to be GF?** | Pagina 12 |
| **Povestea salamului de Sibiu** | Pagina 13 |


## Colectivul de redacție


Au contribuit elevii:

**Deteșan Antonia, Jurj Dragoș, Andronic Julia, Bebeșelea Andreea, Crișan Raluca, David Cristina**
- clasa a X-a B

Cadre didactice::

**Cinca-Hompoth Eva-Noemi, Rișcan Marcela,**

**Bogdan Ioana, Fruja Cristina**

Coordonatorul revistei, **prof. Hîrșeu Laura**

# ACTIVITĂȚI

Etapa județeană a Concursului Național **”Alege! Este dreptul tău"** s-a desfășurat în data de 5 aprilie 2022, la Liceul Tehnologic Grigore Moisil Deva. Concursul a fost organizat de Ministerul Educației Naționale prin Inspectoratul Școlar Judetean si Autoritatea Națională pentru Protectia Consumatorilor. La acesta etapă s-au înscris 12 elevi din clasele IX-XI, de la 4 colegii și licee din județ ,care au susținut un test grila si un eseu cu tema " Influenta practicilor comerciale incorecte asupra decizie tânărului consumator".

Rezultatele elevilor au fost remarcabile, reflectând interesul acestora spre o educație conștientă asupra drepturilor și intereselor legitime ca tânăr consumator.

În urma jurizării domnilor comisari de la ANCP Hunedoara, conform regulamentului specific, la faza națională s-au calificat 2 elevi.

# Centrul de Prevenire, Evaluare si Consiliere Antidrog - Hunedoara

**17 martie 2022**

Am ajuns la finalul proiectului "Abilități pentru acțiune" cu două dintre clasele participante de la Liceul Tehnologic Grigore Moisil Deva. Astfel elevii au reușit să parcurgă impreună toate temele proiectului și prin activități, jocuri și exerciții practice au discutat despre viitor, reușită, valori, stil de viață sănătos, factori de risc și protecție in consumul de droguri, presiunea anturajului, luarea deciziilor.

**21 martie 2022**

Alte 2 clase de la Liceul Tehnologic Grigore Moisil Deva au finalizat în cursul săptămânii trecute proiectul ”Abilități pentru acțiune”. Proiectul a constat în 8 activități împreună cu elevii claselor participante în care prin intermediul jocurilor, exercițiilor au fost abordate teme din domeniile învățării socio-emoționale, prevenirii consumului de droguri și alcool.

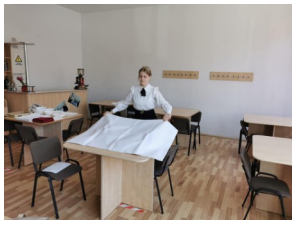
Mulțumim conducerii liceului și cadrelor didactice pentru implicarea și sprijinul acordat în implementarea acestui proiect!

Și în anul şcolar 2021-2022, Agenţia Naţională Antidrog prin CPECA Hunedoara a pregătit elevilor, cadrelor didactice şi părinţilor, proiecte de prevenire a consumului de tutun, alcool şi droguri, ce se vor desfăşura pe toată perioada cursurilor şi se vor aplica, pe toate palierele de învățământ preuniversitar.

# ACTIVITĂȚI

## Fii avocat în școala ta!

Saptamana aceasta am inceput o nouă activitate de informare a elevilor pe teme de educație juridică. Activitatea s-a derulat în cadrul proiectului ”Fii avocat în școala ta!”, inițiat de Uniunea Națională a Barourilor din România și Barourile din România. Multumim doamnei Trif Anca, invitata noastră, pentru felul în care a reușit să stârnească curiozitatea și interesul elevilor.



Liceul Tehnologic Grigore Moisil Deva a fost gazda **Concursului Național pe Meserii - faza județeană.**

## Și deșeurile pot fi artă

Mergând pe ideea reutilizării anumitor deșeuri reciclabile și dorința de a realiza un proiect care să se plieze pe specializarea de Patrimoniu turistic, elevele din clasa a X-a C profesională au realizat o machetă a unui hotel.

# ŞANSE EGALE

**Prof. Rişcan Marcela Elisabeta**

„Toţi oamenii sunt egali şi fraţi,

Nu există sclavi şi nici stăpâni!”

(Les Châtiments, Paroles d’un conservateur)

**Prin democratie inteleg ca ea ii confera celui mai slab dintre noi aceleasi sanse ca si celui mai puternic.**

**Mahatma Gandhi -**

Şcoala este spaţiul învăţării pluralităţii culturale prin preţuirea diversităţii, a notei distincte aduse de cultura fiecărui actor social participant. Scopul acţiunii şcolii în optica interculturalităţii este educaţia pentru diversitate prin diversitate.

„ Diversitatea culturală, etnică, socială este un fenomen care cauzează multe probleme oamenilor, pentru că niciodată nu au învăţat să o accepte şi să o preţuiască. Au învăţat asta în şcoală? Nu. Unde altundeva?”

Copiii rromi constituie una dintre cele mai defavorizate categorii de copii şi au nevoie de mult sprijin pentru a depăşi situaţia în care se află. Sărăcia şi lipsurile familiilor rrome, prejudecăţile care persistă în mentalitatea populaţiei, inerţia unor părinţi rromi faţa de perspectivele pe care educaţia le oferă copilului, toate acestea contribuie la marginalizarea copiilor rromi, la limitarea accesului la şansele egale la care au dreptul toţi copiii.

Marginalizarea reprezintă procesul de situare a indivizilor sau grupurilor pe o “poziţie sociala periferică” sau de “izolare” şi implică limitarea accesului la resursele economice, politice, educaţionale şi comunicaţionale ale colectivităţii.

Educaţia interculturală acţionează pentru:

- promovarea unor atitudini tolerante, deschise, de acceptare şi înţelegere firească a raportului cu – celălalt şi a noţiunii de străin;
- recunoaşterea şi respectarea diferenţelor culturale prin valorificarea pozitivă a relaţiilor de egalitate între oameni şi nu prin aplicarea polarităţii superior – inferior;
- promovarea unor politici şcolare care să promoveze egalizarea şanselor în educaţie;
- strategii de valorificare a diferenţelor culturale pentru a le transforma în resurse pedagogice.

Lumea contemporană este o structură din ce în ce mai evidentă pluriculturală. Însă modalităţile prin care sistemul de învăţământ de la grădiniţă până la ultimul stadiu de şcolarizare - răspunde acestor realităţii rămâne un subiect deschis, un domeniu în care iniţiativele concrete sunt aproape inexistente.

Cadrele didactice pot avea tentaţia să considere pregătirea pentru interculturalitate un lux sau o gratuitate, inventată din dorinţa de a face pe plac standardelor euro – atlantice.

Însă o multitudine de motive demonstrează contrariul: pregătirea dascălilor în spirit intercultural este o necesitate evidentă, chiar o prioritate.

„….şcolile trebuie să primească **toţi copiii**, fără nici o deosebire privind condiţiile lor fizice, intelectuale, sociale, emoţionale, lingvistice sau de altă natură. Acestea se referă şi la copiii cu dizabilităţi sau talentaţi, copiii străzii şi copiii care muncesc, copii din populaţii îndepărtate sau nomade, copii aparţinând minorităţilor lingvistice, etnice sau culturale şi copiilor din alte zone sau grupuri dezavantajate sau marginalizate. ( *Declaraţia de la Salamanca şi Cadrul General de Acţiune al Nevoilor Speciale în Educaţie*, paragraful 3).

# Concursului Tradiții și obiceiuri **„TURUL VIRTUAL AL GASTRONOMIEI HUNEDORENE”**

ORGANIZATOR:
LICEUL TEHNOLOGIC „GRIGORE MOISIL” DEVA

GENERICUL CONCURSULUI:
„Trebuie să mâncăm ca să trăim, nu să trăim ca să mâncăm" - Moliere
În cadrul concursului elevii vor prezenta produsele culinare, respectând tematica impusă anual.

Tema propusă pentru Ediția a I-a, anul 2022:
„Preparate Culinare Tradiționale Hunedorene”

GRUP ȚINTĂ:
Concursul se adresează elevilor claselor VIII și a IX, X și XI-a Învățământ profesional, pasionați de gastronomie, cadrelor didactice .

Scopul proiectului
Asigurarea cadrului educațional care să favorizeze formarea comportamentului pentru gustul tradițional local al rețetelor hunedorene

Argument
Istoria bucătărie românești este strâns împletită cu istoria țării și un rezultat al poziției sale geografice. Așezate la intersecția drumurilor între Apus și Răsărit, bucătăria românească este una de sinteză. Popoarele cu care am intrat în contact au contribuit fiecare la îmbogățirea bucătăriei românești. Borșurile și mâncărurile de legume reprezintă influența vecinilor de la sud sau de la est. Pilafurile, ciulamaua, tocănița, tuslamaua, musacaua, ghiveciul, zacusca, ardeii umpluți, pe lângă baclava sau sarailie sunt mâncăruri care atestă contactul cu civilizațiile greacă, bulgară sau turcă. Gastronomia imperiul austro-ungur a influențat zona Ardealului și Banatului și, cu anumite limite Bucovina.
Bucătăria românească poate fi definită ca un tot unitar, dar din punct de vedere al structurii mâncărurilor, al tehnologiei de realizare, al asocierii materiilor prime sau produse finite, acestea diferă, ceea ce conduce la particularități regionale. Fiecare regiune are un specific aparte, care s-a menținut, s-a completat și s-a îmbogățit din punct de vedere sortimental și calificativ, particularizare pe care o are bucătăria hunedoreana.

Obiectivele specifice ale proiectului
Stabilirea relaţiilor de colaborare între 50 de cadre didactice şi intercunoaşterea a sute de elevi cu aceleaşi pasiuni;
Conștientizarea elevilor în legătură cu importanța cunoașterii și transmiterii unor cunoștințe culinare care promovează tradiția hunedoreană în domeniul gastronomic.
Familiarizarea elevilor cu noțiuni care privesc domeniul culinar.
Dezvoltarea la elevi a simțului estetic privind prezentarea produselor culinare hunedorene
Realizarea şi menţinerea unor contacte permanente între școala și organizaţii, instituţii cu aceleaşi interese
Realizarea materialelor de diseminare a proiectului
Promovarea concursului pe site-urile www.ltgmoisildeva.ro, www.palatulcopiilordeva.ro, www.isj.hd.edu.ro, și pe site-urile unităților partenere.

Echipa de proiect:
Prof. Condrat Elena Gabriela
Prof. Crăciun Daniela
Prof. Boit Ramona Luminița
Prof. Varga Anca Larina
Prof. Bitere Cecilia Mioara

# Efectul smartphone-urilor asupra sănătății noastre

Este adevărat că majoritatea dintre noi avem nevoie de un smartphone nu doar pentru interesul personal ci și pentru îndeplinirea task-urilor la birou. În acest caz, specialiștii recomandă ca atunci când este posibil, să se utilizeze un laptop și nu un smartphone.

De exemplu, deși este mai ușor să stai la birou și să îți verifici email-ul sau pagina personala de pe o rețea de socializare, utilizând telefonul, nu trebuie să faci acest lucru dacă ai la îndemâna un calculator.

Mai mult decât atât, conversațiile lungi la telefon pot dauna grav sănătății, și de aceea este recomandat să utilizezi opțiunea de speaker sau căștile ori de cate ori este posibil, pentru a te proteja de radiațiile nocive pe care telefonul mobil le emană.

**Calitatea somnului are de suferit** prin expunerea îndelungata la ecranele telefoanelor inteligente, iar odată ce somnul nu este așa cum ar trebui să fie, alte probleme de sănătate își pot face apariția. Utilizarea telefonului, pe timp de noapte, poate avea efecte nebănuite.

Organismul nostru este conceput astfel încât să fim treji ziua și ”funcționali”, iar noaptea, el are nevoie de odihnă. Dar, atunci când privim ecranul aprins ale telefonului, tabletei sau al laptopului înainte de culcare, **creierul nostru devine… confuz**. Asta pentru că lumina acestor dispozitive are asupra creierului același efect că soarele de dimineață, care îi transmite creierului să nu mai producă melatonină, un hormon ce îi dă semnalul de ”stingere” creierului. Adică, îl trimite la culcare.

**De aceea, producătorii de astfel de dispozitive au introdus o opțiune ce permite utilizatorilor să diminueze intensitatea luminii ecranului pe timp de noapte.**

Însă, în ciuda acestei opțiuni**, specialiștii spun că metoda cea mai sigură** de a combate acest efect asupra creierului este de a nu mai ține telefoanele la îndemână atunci când mergem la culcare.

**Obezitatea** este și ea un efect al utilizării și exces al smartphone-urilor, și asta se întâmpla în special în rândul tinerilor care sunt efectiv captivați de mediul online și uită să facă mișcare, să socializeze, și să învețe cum să își protejeze sănătatea.

**Gândurile sunt influențate negativ** atunci când telefonul mobil este utilizat mult prea des. Conversațiile cu cei dragi la telefon nu se compara sub nici o forma cu cele care se desfășoară față în față. La telefon pot apărea gânduri negative extrem de multe, și asta pentru că efectiv nu vedem persoana cu care vorbim, nu o simțim, și nici nu o atingem, ceea ce înseamnă că nu se creează nici un fel de legătura sau emoție pozitiva, ci din contra doar emoție negativa.

**Crește nivelul stresului**, ceea ce duce la stări anxioase și chiar depresive și anumite cazuri. De aceea este foarte important să se poarte cat mai puține conversații la telefon și cat mai multe față în față. Mai mult decât atât, soneria, vibrațiile, și alertele pot aduce un plus de stres și viată utilizatorului. Utilizarea smartphone-ului intru-un mod abuziv, este asociata cu stresul și cu simptomele depresiei.

**Crește riscul de durere cronica**, și acest lucru se întâmplă pentru că utilizarea telefonului mobil implică folosirea constanta a maniilor, acest lucru poate cauza atât durere cât și inflamație la nivelul articulațiilor. Durerea de spate este și ea în strânsă legătură cu utilizarea smartphone-ului, ceea ce înseamnă că acest gadget forțează efectiv corpul să stea într-o poziție extrem de incomodă, lucru care duce la dureri cronice de spate și de gat.

**Afecțiunile oculare se intensifică** odată cu folosirea excesivă a telefonului mobil, lucru care poate duce în anumite situații chiar la afecțiuni extrem de grave. Chiar dacă pe moment simți că ești în regulă și că nu ai nici un fel de probleme, acestea pot apărea aproape instantaneu la un moment dat în viață. Efectul acesta se datorează faptului că ecranele telefoanelor mobile sunt mult prea mici și comparație cu cele ale laptopurilor, și pur și simplu ne forțăm ochii atunci când citim sau vizionăm ceva. Făcând acest lucru în mod repetitiv, ochii noștri pot fi afectați destul de serios.

**Prof. Fruja Cristina**

**Este România o ţară francofonă sau o ţară francofilă?**

1. Cu toată relativ marea distanţă ce separă cele două spaţii socio-culturale şi, mai ales, cu toate vicisitudinile istoriei, interesul, simpatia, ataşamentul şi chiar dragostea românilor pentru limba franceză, francezi şi Franţa nu au scăzut ci s-au menţinut şi, uneori, chiar s-au amplificat, generând astfel **francofonia** (cunoaşterea şi practicarea limbii franceze) şi chiar **francofilia** (ataşamentul faţă de francezi şi Franţa) a românilor.

2. Limba franceză este simultan un excelent mijloc de facilitare a schimburilor culturale, ştiinţifice şi tehnice; o prestigioasă limbă literară; o riguroasă limbă filosofică şi ştiinţifică precum şi limba în care au fost realizate şi descrise numeroase şi importante descoperiri, invenţii şi aplicaţii tehnice; o limbă internaţională şi oficială a diplomaţiei (pe acelaşi plan cu limba engleză); limba celei de-a patra puteri mondiale pe plan industrial, agricol şi comercial,

Astfel, apartenenţa actuală a României la mişcarea francofonă internaţională justifică pe deplin utilizarea sintagmei

"România francofonă"

# 20 Martie – Ziua Internațională a Francofoniei

**Originea termenului**

FRANCOFONIE ("Francophonie")

Cuvântul a fost conceput de către geograful Onesime RECLUS (1837-1916), care s-a gândit să clasifice locuitorii Terei in funcţie de limba pe care o vorbeau in cadrul familiei sau a relaţiilor lor sociale.

**Semnificaţia termenului**

**Inainte**

Francofonia cuprindea atât o dimensiune lingvistica cât şi una geografica, desemnând ansamblul teritoriilor unde se vorbea franceza. La aceasta se adaugă simbolul limbii, in calitate de port-drapel al idealurilor Revoluţiei franceze, ferment mistic al libertăţii, fraternităţii, solidarităţii umane si al schimburilor culturale.

**Azi**

Francofonia devine o idee nouă şi işi forjează o dimensiune culturală odată cu crearea, îndeosebi după 1945, a unui mare număr de asociaţii internationale; un element modern şi solidar al unităţii în diversitate, novator şi original în peisajul politic, economic şi cultural internaţional.comunitate internaţională, acoperind cele cinci continente, având un ideal de inter-înţelegere şi de fraternitate între popoare sau indivizi care regăsesc în această sinteză dintre spiraţia generală către universalitate şi aspiraţia individuală către identitate.

**Aderarea României la Francofonie**

În 1991, România a fost invitată să participe, cu statut de observator, la al IV-lea Sommet al Francofoniei, desfăşurat la Paris-Chaillot. Doi ani mai târziu, în 1993, în cadrul celui de-al V-lea Sommet din Mauritius, România a primit statutul de membru cu drepturi depline.

Deteșan Antonia, Jurj Dragoș, Andronic Julia, Bebeșelea Andreea, Crișan Raluca, David Cristina - clasa a X-a B

**Prof. Hîrşeu Laura**

# NOȚIUNI DE SECURITATE CIBERNETICĂ

Dezvoltarea industriei IT, extinderea domeniilor de utilizare a calculatoarelor la majoritatea domeniilor vieţii cotidiene aduce pe lângă beneficiile mai mult sau mai puţin evidente şi o serie de probleme datorate nu atât construcţiilor defectuoase ale echipamentelor de calcul cât mai mult dorinţei unor persoane de a face rău folosind echipamentele de calcul şi de comunicaţii. Scopul acestor persoane variază de la simpla dorinţă de a se distra de a se afirma în faţa colegilor până la persoane puternic motivate financiar sau ideologic cu un nivel de cunoştinţe ridicat în domeniu.

**Hackeri** persoane care posedă cunoştinţele necesare pentru a crea instrumente care să le permită atacarea sistemelor de calcul. Există două categorii de hackeri : aşa numiţii **white hat** sunt hackeri (spărgătorii cu pălării albe )care caută posibilele căi de atacuri cu scopul de a informa producătorii din domeniu ca aceştia să poată lua măsurile necesare pentru remedierea problemelor semnalate; **black hat** hacker (pălării negre) sunt răufăcătorii care după ce depistează breşele de securitate le folosesc pentru a le exploata cu rea voinţă de cele mai multe ori în scopuri financiare.

**Prof. Fruja Cristina**

VIRUŞII CALCULATOARELOR

**Malware**, sau software rău intenționat, este orice program sau fișier care dăunează unui computer sau utilizatorului său. Tipurile comune de malware includ viruși de computer, ransomware, viermi, cai troieni și spyware. Aceste programe rău intenționate pot fura, cripta sau șterge date sensibile, modifica sau deturna funcții cheie de calcul și pentru a monitoriza activitatea victimei pe computer.

Virușii informatici - sunt, în esenţă, microprograme greu de depistat, ascunse în alte programe, care aşteaptă un moment favorabil pentru a provoca defecţiuni ale sistemului de calcul (blocarea acestuia, comenzi sau mesaje neaşteptate, alte acţiuni distructive). Se poate aprecia ca un virus informatic este un microprogram cu acţiune distructivă localizat în principal în memoria internă, unde aşteaptă un semnal pentru a-şi declanşa activitatea. Acest program are, de regulă, proprietatea că se autoreproduce, ataşându-se altor programe şi executând operaţii nedorite şi uneori de distrugere.

Instrumentele folosite de răufăcători sunt diversificate. Pentru că aproape fiecare calculator este conectat la Internet, programele dăunătoare s-au răspândit considerabil. În plus, au apărut şi variante noi, care până nu demult erau aproape necunoscute. Limitele terminologice nu sunt foarte clare, dat fiind faptul că există programe dăunătoare care sunt în acelaşi timp şi virus, şi vierme şi troian. Definiţiile „clasice" sunt următoarele:

**Virus** Virușii de calculator se răspândesc în interiorul unui sistem. Ei sunt activaţi prin executarea unui program sau de pornirea calculatorului. Un virus poate „sări" la un alt sistem doar prin intermediul unui mediu de transfer (de exemplu o dischetă sau un CD) sau ca fişier ataşat unui e-mail. Cei mai mulţi viruşi dezactivează funcţii importante ale sistemului atacat, modifică sau şterg date.

**Vierme** Spre deosebire de viruși, un vierme se poate înmulţi singur într-o reţea. Poate fi vorba atât despre o reţea locală, cât și despre Internet. Viermii se auto-expediază, de pildă, la contactele din agenda clientului de e-mail şi utilizează breşele de securitate din Windows pentru a pătrunde în sistem. Ei „cară" în spate adevăratul program distructiv, care se va manifesta sub forma unui virus.

**Troieni** Acest tip de programe se deghizează ca aplicaţii utile, însă produc distrugeri fără să fie observaţi de către utilizator. În majoritatea cazurilor troienii caută informaţii sensibile, ca de exemplu numere de cărţi de credit sau coduri de acces la conturi online, parole etc. Aceste date sunt apoi transmise autorului troianului.

**Viruși Backdoor** Este o subgrupă a troienilor care deschid o uşă „din spate" (backdoor) în sistem, pentru a permite unui hacker accesul pe acesta. În unele cazuri acesta poate obţine din Internet controlul total asupra calculatorului afectat.

**Phishing** În cazul Phishing-ului este vorba despre un mesaj care arată ca unul autentic, prin care destinatarul este îndrumat, de pildă, să-şi introducă datele de acces la un anumit cont. Aceste date sunt apoi transferate hacker-ului. Băncile sau alte firme nu vor cere niciodată introducerea datelor de cont printr-un e-mail. Atunci când se apelează o pagină de Internet pentru aplicaţii de online banking, utilizatorul trebuie să se asigure că adresa corespunde celei pe care o accesează în mod normal şi că este vorba despre o conexiune securizată (care poate fi recunoscută după protocolul HTTPS din adresă).

**Rootkit**-ul este un program sau un set de programe prin care un atacator încearcă să-şi ascundă prezenţa în interiorul unui PC infectat şi pe deasupra îi asigură accesul pe viitor la toate componentele sistemului. Modalitatea prin care se realizează acest lucru constă în alterarea firului normal de execuţie a proceselor din sistemul de operare sau prin manipularea setului de informaţii folosite de sistemul de operare ca variabile de sistem.

**Ransomware-ul** este o formă de malware, concepută pentru a refuza accesul la un sistem informatic sau la date până la plata răscumpărării. Ransomware-ul se răspândește prin e-mailuri de phishing, malvertising, vizitarea site-urilor infectate sau prin exploatarea vulnerabilităților.

**Spyware-ul** a fost conceput pentru a ajuta la personalizarea publicității pe Internet. Pe baza paginilor web pe care le-ați vizitat, publicitatea a fost vizată special pentru dvs. Asta sună bine. Dar acest concept proaspăt a devenit rapid de nedorit.

Mai multe tipuri de malware intră în categoria spyware:

**Urmărire:** Cea mai inocentă formă de spyware este doar un cookie de urmărire plasat de un site web pe computer. Cookie-ul este doar mai mult decât un fișier text, deși este citit de diverse site-uri web, în timp ce parcurgeți activitățile pe Internet. Acest tip de spyware poate fi îndepărtat cu ușurință prin ștergerea tuturor cookie-urilor de pe Internet.

**Adware:** După cum îi spune numele, adware-ul este software de publicitate. Este posibil să nu fie chiar spyware, ci, mai degrabă, un software care conține reclame pentru a sprijini dezvoltarea programului. Printre exemple se numără barele de instrumente gratuite și protectorii de ecran care pot avea o funcție legitimă, dar și afișează publicitate și pot monitoriza, de asemenea, utilizarea Internetului sau scanarea e-mailului.

**Piggyback** : Cel mai rău spyware este programul piggyback. Se ataşează de un alt program şi poate reseta pagina principală web, redirecționa solicitările site-ului, inunda ecranul cu publicitate și poate efectua alte acte iritante. Cel mai rău lucru este că este aproape imposibil de dezinstalat din calculator.

Deşi spyware-ul este malware, nu este considerat un virus. Acest lucru se datorează faptului că programele spion nu se autoreplică și cea mai mare parte este achiziționată voluntar. Da, este adevărat: majoritatea oamenilor invită programele spyware în calculatoarele lor. Programele iritante sunt descărcate de bună voie; ei promit un serviciu sau pretind că fac ceva inteligent. Apoi se dovedesc a fi tipul de spyware care nu poate fi dezinstalat.

EXEMPLE DE PROGRAME ANTIVIRUS

1.Eset Software cu produsul NOD32.
2. F-SECURE
3. McAfee Security
4. GRISOFT cu produsul **AVG Antivirus**
5. SOFTWIN care este o companie românească SOFTWIN şi prin suita de produse BitDefender oferă în momentul de faţă cele mai complete soluţii de protecţie antivirus atât la nivel de companie, cât şi la nivelul utilizatorului de acasă.
6. KASPERSKY LABS
7. NORTON ANTIVIRUS

**Cum să găsiţi şi să eliminaţi malware-ul**

Din păcate, găsirea şi îndepărtarea devine din ce în ce mai dificilă, deoarece este posibil să nu se ştie amploarea infecţiei. De multe ori este mai bine să se facă backup oricăror date şi să se reinstaleze computerul.

**Protejarea împotriva virusilor calculatoarelor şi atacurilor din Internet**

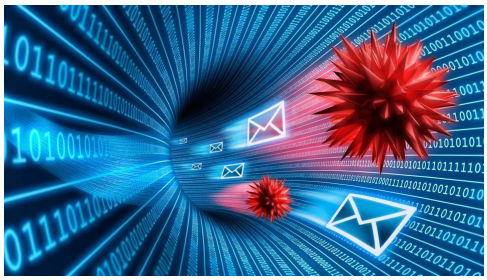
Iată câteva sfaturi care ar putea fi foarte utile pentru a vă proteja sistemul împotriva virusilor calculatoarelor şi atacurilor din Internet:
- instalarea unui program antivirus

Programele de protecţie - programe antivirus- au rolul de a realiza simultan următoarele activităţi:
- prevenirea contaminării;
- detectarea virusului;
- eliminarea virusului, cu refacerea contextului iniţial;

- nu încercaţi programe executabile de pe sistemele de buletine informative sau cele descărcate de pe internet dacă nu sunteţi sigur că ele sunt fără virusi (provin din surse credibile de fişiere descărcabile).
- nu preluaţi programe executabile vândute prin poştă şi care ţin de domeniul public sau în regim shareware, dacă nu se precizează că se verifică fiecare program vândut (CD-urile revistelor de specialitate ).
- nu folosiţi versiunile pirat ale programelor deoarece ele pot conţine virusi.
- instalaţi un program de detectare a virusilor, rezident în memorie, care să examineze fişierele pe care le copiaţi în calculator.
- instalaţi şi folosiţi un firewall. Componenta firewall are funcţia de a supraveghea comunicaţia sistemului precum şi a aplicaţiilor instalate cu internetul sau reţeaua şi să blocheze în caz de nevoie conexiunile nedorite. Ea asigură protecţia PC-ului împotriva programelor dăunătoare şi a hacker-ilor.
- asiguraţi-vă că sistemul dumneavoastră este la zi conţinând toate actualizările existente.
- păstraţi setările referitoare la securitatea browserului la nivel mediu sau ridicat.
- niciodată nu daţi 'Yes' când browserul vă întreabă daca vreţi să instalaţi/rulaţi conţinut provenit de la o organizaţie pe care nu o cunoaşteţi sau în care nu aveţi încredere.
- instalaţi un program anti-spyware pentru a spori protecţia antivirus dacă programul antivirus folosit nu are această opţiune.
- nu instalaţi nici o bară de căutare ajutătoare pentru browser decât dacă provine de la o sursă de încredere.
- nu instalaţi screensaver-e (protecţii de ecran) „recomandate călduros" pe diferite site -uri chiar dacă nu conţin virusi vă încetinesc calculatorul.
- verificaţi în care certificate ale companiilor software puteţi avea încredere.
- folosiţi o singură carte de credit pentru cumpărături on-line sau mai bine nu folosiţi deloc.
- nu executaţi attachement-urile de la email-uri chiar daca aparent au fost trimise de prieteni. După salvarea lor pe hard disk trebuiesc scanate înainte de deschidere.
- scanaţi periodic toate fişierele de pe calculator cu un program antivirus cu lista de virusi actualizată.
- nu faceţi publică adresa de Email pentru oricine sau pe orice site mai ales nu pe cele care cer acest lucru promiţându-vă acces la site-uri XXX sau site-uri cu programe piratate oricât de tentante ar fi.
- nu deschideţi mail-uri sosite de la necunoscuţi sau a căror subiect este suspect. Atenţie sunt site-uri cu vederi electronice care în schimbul unei felicitări „gratuite" vă va răsplăti ulterior atât pe dumneavoastră cât şi pe destinatarul felicitării cu o sumedenie de emailuri spam.

Lista cu ce trebuie şi ce nu trebuie făcut ar putea continua mult şi bine din păcate !

Închei cu speranţa că după parcurgerea acestui material veţi fi mai circumspecţi atunci când veţi lucra la calculator. Nu e nevoie să aveţi date importante păstrate pe calculator compromiterea cărora să vă cauzeze pierderi financiare ca să acordaţi o atenţie mai mare securităţii. Şi pentru un simplu home-user (utilizator casnic) căderea sistemului pentru câteva zile din cauza unui virus poate fi frustrant sau chiar să-l coste ceva bani dacă trebuie reinstalat reconfigurat sistemul şi trebuie să plătească pentru această operaţie.
Nu trebuie să fim paranoici cu securitatea dar nici să neglijăm acest aspect.



# Does it *cost* to be GF?

People with gluten intolerance are quite often misjudged. Some people may wrongly assume that we follow a fashion trend in order to lose some weight and probably fake it in order to get "the trendy disease for rich white people" as Hank Campbell names it in his article.

What's the use of it when we're not even RICH?! I wonder.

For instance, Lady Gaga (who is really loaded, by the way) claims she is going gluten-free in order to slim down. Well, at least she has a choice! But we DON'T!

I can't say she's luckier than us except this lifestyle we live is pretty expensive here, in Romania.

Today, for example, it was the first time that a DM store made a small discount for GF bread for a two-week period.

Luckily , in my native country we eat foods that are naturally GF (therefore, much cheaper) such as: honey, potatoes, rice, meat, eggs, sugar, soy, cheese, yogurt, fresh vegetables and fruits and drink milk, lemonade, freshly squeezed juices and plain water.

I also prepare meals that are not only GF but tasty, as well. And I can tell you from my own experience that homemade meals are the best. Not only because you can control the quality of the ingredients you use but also because you cook to your own taste and share it with your family. It is so rewarding to see their happy, satisfied faces.

The main reason why we should cook is to discover new ways of preparing food, be innovative, in a word. Thus, we teach our taste buds how to make the difference between plain food and dishes for *gourmands*. As we may well know, *gourmanderie* means the love of good eating. A *gourmet* is one who has discriminating taste in food and wine.

In a nutshell, we don't just cook according to the following motto: "hunger is the best sauce" but rather because we love our food, be it: mincemeat, staffed cabbage rolls, mixed salads, cream soups, broth, roast chicken with lemon and rosemary roast potatoes, marinated chicken kebabs or baked lamb shanks.

Another good thing about changing your diet to GF is that after a while you realize that meals can be done without the so much praised wheat flour. You can easily exclude it completely from your cooking (throw it away to the garbage, that is what I did, way back when I was diagnosed). Most of the times you don't even have to replace it with GF flour except for cookies and cakes that definitely need it.

On the other hand, if you choose to dine out every now and then, that's another story. Not because you couldn't find any decent restaurants or even fast foods (if they serve the kebab or shaorma on a plate without the usual flat-bread) but mainly because it is hard to find a GF restaurant in Romania. The capital of our country, Bucharest, is the only place where you can order your gluten-free pastas and pizzas on your day out , at the Italian restaurant called "Divini".

All in all, gluten intolerant people from our country have to make it their own way, for the Ministry of Health does not support us in any way.

As compared to Romania, countries such as Canada offer their residents tax reductions for the extra cost of GF foods; the United Kingdom Celiac patients receive GF foods and mixes at a heavily discounted price (the cost of the prescription). Similarly, all Italians are tested for Celiac at the age of 6 and each Italian citizen over the age of 10 with celiac disease receives a monthly stipend of 140 euros, which can be spent on GF foods (regulated by the Ministry of Health). Moreover, Italians with Celiac disease also receive extra vacation time to shop/prepare GF food. There are even gluten-free meals in schools, hospitals and all other public eating establishments.

As for Mexican people, eating gluten-free foods there, is fairly easy, as their diet is basically corn-based (more so in the central-south than in the north). White and yellow corn tortillas make Mexican recipes a family favorite in our gluten-free kitchen. Enchiladas, tacos and fajitas are easily gluten-free. Moreover, brown rice tortilla wraps are fabulous for burrito style sandwiches and even BLT's, that is bacon, lettuce and tomato sandwiches.

Having said that, I just want to emphasize that planning simple home cooked meals and choosing naturally gluten-free whole foods makes our transition onto the GF lifestyle much easier and, hopefully, less costly.

**Prof. Cincă Hompoth Eva**

# POVESTEA SALAMULUI DE SIBIU

Povestea salamului de Sibiu începe, ca orice poveste, cu ‘’A fost odată’’… așadar, au fost odată trei frați născuți în Italia, Frații Dozzi, Filippo, Antonio si Giuseppe. Erau oameni mândri si harnici, dornici sa-si faca un rost. Nu se stie prea bine cum au ajuns ei pe Valea Prahovei, poate au venit în tara o data cu pietrarii de la Greci, din Dobrogea, sau, poate, cu cei de pe la Bicaz. Oricum, le-a plăcut Sinaia mult și au rămas aici cu familiile lor cu tot. Au cumpărat, pe la începutul veacului trecut, pe la 1910, o clădire mai mare care adapostea un restaurant, un depozit de vinuri si un hotel. În aceasta cladire au înființat cei trei italieni „Fabrica de salam Filippo Dozzi“ și aici a început fabricarea salamului de Sibiu, care a ajuns foarte curând pe mesele cele mai simandicoase, fiind considerat, de la bun început, un produs de lux. În primii ani fabrica a avut o activitate restrânsa, care s-a extins pe masura ce s-a acumulat capital. Prin 1938, de exemplu, se produceau deja aproape 100 tone de salam de Sibiu.

De când fabrica a fost preluata de firma’’Angst ‘’și productia, și calitatea produselor au crescut.

De unde numele de „Salam de Sibiu”?

La început, în fabricuta de la poalele Bucegilor lucrau sași care erau de prin partea Sibiului iar materia prima era adusă din fostele județe Târnava Mică, Târnava Mare și Sibiu. Se pare că aceasta este sursa numelui. Oricum, pe vremea aceea un salam asemănător salamului de Sibiu se fabrică și în Ungaria și în Italia.

La noi, cred ca e vorba totuși de tradiția săsească a mezelurilor care a preluat și din tradiția autohtonă, dar și din ceea ce au adus italienii. În Sinaia condițiile climaterice erau proprii desfășurării procesului de producție și în munții Bucegi se găseau peșteri care asigurau condițiile necesare maturării optime a salamului. Adică peșterile respective aveau umiditate de 80-90% și temperatura pozitivă mai mică decât 15 ˚C pe toata durata anului, asigurând astfel condițiile optime dezvoltării sporilor de mucegai nobil, Penicillium nalgiovensis, care produce maturarea produsului în timp, prin fermentarea unor glucide, lipide și proteine.

În acea perioadă erau necesare aproximativ 6-9 luni pentru încheierea maturării, de aceea, acest produs era greu de gasit și era exclusiv destinat meselor oamenilor înstăriți. Astăzi, în fabrica Salsi Sinaia, faza de uscare–maturare se desfașoară în depozite prevăzute cu schimbatoare de caldură legate la dispozitive automatizate de reglare a căldurii și umidității, iar timpul de maturare s-a redus considerabil, acum fiind necesare doar 3 luni pentru ca produsul să fie gata de consum. În fabrica există un laborator în care se urmăresc, din punct de vedere fizico-chimic și bateriologic, toate etapele de preparare a produselor.

Odată cu dezvoltarea tehnologiilor, salamul de Sibiu a început să se produca și în alte zone ale țării dupa rețete asemănătoare.

În Europa salamurile crude uscate sunt cunoscute de mult timp. În Italia există un produs similar salamului de Sibiu care conține și carne de vita pe lânga cea de porc. A început fabricarea în cantități mari și în SUA, în ultimii 25 de ani, în timp ce în Asia si Africa acest tip de produs este necunoscut, lucru probabil datorat, în mare masură climei, dar și religiei musulmane care nu permite consumul de carne de porc.

Foarte multă lume traiește cu ideea ca Salamul de Sibiu se face din carne de cal. Salamul de Sibiu conține carne de porc, mai exact carne de scroafa batrână (de preferinta rasa Mangalița) și slanina tare, alături de sare, piper, usturoi și alte mirodenii cu rol în dezvoltarea aromei binecunoscute a produsului. Totusi, orice „legenda” are un sâmbure de adevăr. Adevărul este că la începuturi se folosea intestinul de cal pentru formarea batoanelor de salam, pentru ca acesta asigura condițiile cerute de procesul tehnologic, permițând dezvoltarea sporilor de mucegai nobil.

Astăzi se folosesc membrane speciale care participa și ele la optimizarea procesului tehnologic. Afumarea produselor se face exclusiv cu fum de lemne de fag, care asigură o culoare și o aroma deosebite.

Salamul de Sibiu face parte din categoria salamurilor crude uscate care în cursul procesului tehnologic nu suferă tratamente termice (cum ar fi fierberea), maturarea lor facându-se pe seama mucegaiului nobil care este însământat pe suprafața externă a membranei salamului. Acest mucegai este reponsabil în cea mai mare parte de conservarea produsului, dar mai ales de aroma, gustul și culoarea specifică.

**Prof. Rișcan Marcela Elisabeta**

# Liceul Tehnologic ”G. Moisil” - Deva

## Contact

**Adresă:**
Str. T. Maiorescu, nr. 24,
330054 - Deva
Judeţul Hunedoara

Tel. **0254.221.280**
Fax. **0254.221.206**

**E-mail:**

moisildeva@yahoo.com
moisildeva@gmail.com

Find us on: facebook

https://www.facebook.com/
LiceulTehnologicGrigoreMoisilDeva/

YouTube

https://www.youtube.com/channel/
UCNGaiDjQmgbF3G_eVM9N9bg