

**OLIMPIADA LECTURA CA ABILITATE DE VIAȚĂ-OLAV**  
**Clasele IX-XII**  
**Etapa județeană/a sectoarelor municipiului București**  
**21 martie 2026**  
**nivelul 1 – clasele a IX-a și a X-a**

**Înainte de a răspunde la cerințele formulate, citește cu atenție precizările de mai jos.**

- Toate subiectele sunt obligatorii.
- În cazul subiectelor care presupun încadrarea într-o limită de rânduri, vei numerota fiecare rând pe care îl vei scrie.
- În cazul cerințelor în care limita maximă de rânduri este precizată, nu se vor lua în considerare rândurile excedentare.
- Timpul de lucru este de trei ore.
- Se acordă 10 puncte din oficiu. Total: 100 de puncte.

**Citește cu atenție textele, apoi cerințele și răspunde, pe foaia de concurs, la fiecare dintre acestea.**

**SUBIECTUL I**

**40 de puncte**

**Cețurile**

de Narine Abgarian

„Pașoianț Sona desenează cețurile copilăriei sale. În Berd ele sunt deosebite: dese, de nepătruns, coborând pe munte ca niște râuri de lapte – înainte, înainte, spre curți, spre porți, spre verandele lipsite de apărare. Pare că dacă le împingi cu umărul sticla va fi spulberată-n cioburi, și atunci cețurile, pătrunzând în case, le vor dizolva fără urmă: a fost Berd – acum nu mai e.

Pașoianț Sona desenează cețurile copilăriei sale. În tablourile ei, ele miros a singurătate și dor. Nu doar descriu spațiul, ci îi schimbă esența – nu mai departe decât ieri puteai ajunge până la casa vecină într-o clipită, iar acum pare că va dura o veșnicie. Cețurile Berdului nu știu să se socotească cu timpul – ele există în acea dimensiune unde el nu există.

Pașoianț Sona are o familie mare: mama, tata, trei surori mai mari, un frate mai mic. Mama predă limba și literatura rusă la școală, tata e medic. Când războiul e în toi, el trebuie să plece la spital sub bombardamente, și nimeni nu știe dacă a ajuns sau nu, fiindcă nu poți să suni și să întrebi – telefoanele tac.

Clădirea de piatră a școlii nu mai există de mult – se învață în corturi militare jilave. Fără electricitate, fără căldură. Iarna e atât de frig, încât copiii scriu fără să-și scoată mănușile. Mama stă apoi până târziu să le descifreze mângălelele – mănușile deformează mult scrisul. În ultimele zile rămâne la serviciu până noaptea – pregătește lecția deschisă despre Byron, repetă un spectacol cu elevii din clasele mari. «Pentru ce? Pentru ce faci asta?» a întrebat-o Sona, cu disperare parcă. «Trebuie să trăim», a răspuns mama cu o voce egală.

Trăiesc. Dorm în hol cea mai sigură încăpere din casă. Tata se întinde lângă ușa de la intrare, ca, dacă începe bombardamentul, să plece imediat la spital. Surorile mai mari se culcă la marginile saltelelor puse pe podea, lăsând în centru loc pentru cei mici. Băiețelul e foarte mic, are doar patru ani, când se trage în Berd, își îngroapă fața în palme. «Poate mai bine să-ți acoperi urechile? Că zgomotul te sperie mai tare!» îi spun surorile lui. Băiețelul își ascunde fața în palme și tace.

Sona știe despre război multe pe care n-ar fi vrut să le știe: că, atunci când mergi la culcare, trebuie să încui toate ușile, iar pe cele care au geam trebuie să atârni pături, ca, dacă le lovește un val de explozie, să nu te rănească cioburile. Că nu trebuie să ceri pâine când nu este – n-o să-ți astâmperi foamea, dar o s-o faci iar pe mama să plângă. Că nu poți să te plângi de frigul mușcător, fiindcă sunt și lucruri mult mai periculoase. Că nu trebuie să plângi când ți-e frică, pentru că ți se face și mai frică. Trăiește – ca în ceață – și nu te văicări.

Uneori vin scurte perioade de liniște, iar oamenilor li se pare naiv de fiecare dată că sunt pentru totdeauna. Și cum ar putea fi altfel, dacă în zori cântă fără griji cocoșii, la amiaza fierbinte, cicadele,

iar la apus, greierii? Noaptea sunt atâtea stele, de-ai crede că cineva a aruncat pe cupola cerească o ghirlandă de Crăciun și înadins n-a mai stins-o. Sona stă în patul ei – ce fericire să nu stai pe podeaua holului, ci în patul tău – și privește cum pe cer se rostogolește cercul mare al lunii. Bunica povestea că înainte luna era o fată foarte frumoasă, dar leneșă, prefera să se odihnească și să petreacă pe malul râului în loc să muncească. Odată, mama ei a rugat-o s-o ajute să facă pâinea, dar luna nici nu s-a învrednicit să-i răspundă – își admira reflexia în unda râului. Și atunci, mama ei, supărată, a aruncat în ea cu un boț de aluat, nimerind-o în față. Luna a căzut în râu, și acesta a purtat-o până la cer. De atunci, drept pedeapsă pentru lenea ei, ea e nevoită să strălucească atunci când alți oameni se odihnesc. Și, dacă te uiți cu atenție, poți desluși pe fața ei semnul aluatului uscat.

Sona adoarme mult după miezul nopții, așteptând până când chipul obijduit\* al lunii se ascunde după cornișă. Noaptea e îndurătoare și liniștită, pe cer stelele şușotesc ceva, lumea e adormită de cântecul de leagăn al greierilor...

Explozia se produce foarte aproape, lângă pereții casei. Sona e aruncată în singurul colț sigur al camerei. Stă întinsă pe spate, cuprinzându-se cu brațele, iar prin aer se învârtesc petice de perdele arse. Ele cad peste ea ca niște fulgi negri de funingine, și singurul gând care îi stăruie în minte e cum ar putea să le distingă pe un întuneric atât de nepătruns. Din locul în care se află Sona, se vede căușul Ursei Mari și steaua albă din coada ei.

Dimineața iese soarele. Berdul strălucește în razele lui ca o ghirlandă de Crăciun – e acoperit de cioburile geamurilor sparte ca de un covor. Sunt atât de multe, încât pare că sub acoperirea nopții au fost aduse aici toate geamurile lumii și au fost fărâmițate deodată. Tata vine de la spital doar ca să se convingă că sunt toți teferi. Se așază o clipă să se odihnească – și cade într-un somn adânc. Sona îl mângâie pe obraz – de-atâta vreme e neras, că în curând o să fie de-a dreptul bărbos. Surorile mai mari acoperă ferestrele cu folii de plastic – într-o zonă aflată sub blocadă n-ai de unde să faci rost de geamuri, și nici n-ar avea rost să le pui, de vreme ce vor fi spulberate de următorul bombardament.

Pașoiant Sona își mângâie tatăl adormit cu palma arsă. Deja desenează Berdul – acela care va rămâne mereu cu ea. Îl va desena de-a lungul multor ani, când orice foșnet îi va provoca un atac de panică: «Sindrom postbelic», își va desface brațele neputincios un medic. Când ea, o femeie sănătoasă și frumoasă, va afla că, după toate probabilitățile, n-o să poată avea copii: «Se întâmplă, la fetele care au trecut prin traume atât de mari în copilărie, în special foamete», clatină din cap un alt medic. Când ea va refuza să plece cu o expoziție în îndepărtatul New York: «Frica de spații largi este una dintre urmările stresului trăit în timpul războiului», îi va explica un al treilea.

— Și eu ce să fac? îl întreabă Sona pe al patrulea.

— Știi să desenezi. Încearcă să-ți desenezi frica. Poate că astfel o să reușești să scapi de ea.

Pașoiant Sona desenează Berdul: copii speriați, femei rănite, bărbați neputincioși – în brațele unei ceți tăcute și indiferente.

Pașoiant Sona se luptă cu fricile ei cum poate – singură.

Pașoiant Sona. Sora mea mai mică.”

\*obijduit - asuprit, exploatat, nedreptățit, năpăstuit, oprimat, persecutat, prigonit.

## **A. (2 puncte: 0,50 puncte pentru fiecare răspuns corect)**

**Scrie, pe foaia de concurs, litera corespunzătoare răspunsului corect.**

### **1. Sona desenează:**

- a. peisajele din jurul Berdului;
- b. cețurile copilăriei sale;
- c. familia;
- d. Ursa Mare și steaua albă din coada ei.

### **2. Sona știe despre război:**

- a. că este o luptă pentru supraviețuire;

- b. că nu se va termina niciodată;
- c. că trebuie să plângi când ți-e frică;
- d. lucruri pe care n-ar fi vrut să le știe.

**3. În Berd se face școală:**

- a. într-o clădire de piatră;
- b. în corturi militare, fără electricitate și fără căldură;
- c. acasă, cu părinții;
- d. sub cerul liber.

**4. Mama stă la școală până noaptea pentru că:**

- a. predă limba și literatura rusă;
- b. citește lucrările scrise de elevi;
- c. pregătește lecția deschisă despre Byron;
- d. războiul e în toi.

**B. (4 puncte: 0,50 puncte pentru fiecare idee plasată corect)**

Stabilește ordinea din text a următoarelor idei, apoi notează pe foaia de concurs doar cifrele corespunzătoare acestora, într-o casetă similară celei de mai jos.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

1. Sona știe că nu trebuie să ceară pâine când nu este.
2. Bunica povestește despre lună.
3. Explozia o aruncă pe Sona într-un colț sigur al camerei.
4. Mama repetă un spectacol cu elevii din clasele mari.
5. Sona suferă de „Sindrom postbelic”.
6. Surorile mai mari acoperă ferestrele cu folii de plastic.
7. Sona se luptă singură cu fricile ei.
8. Tata vine de la spital să se convingă că toți sunt teferi.

**C. (14 puncte)**

Răspunde, pe foaia de concurs, prin enunțuri, la fiecare dintre cerințele de mai jos, referitoare la textul dat.

- |   |                 |
|---|-----------------|
| 1. Precizează ce pedeapsă primește luna pentru lenea ei.      | <b>2 puncte</b> |
| 2. Numește motivul pentru care membrii familiei dorm în hol.  | <b>2 puncte</b> |
| 3. Explică răspunsul mamei: „Trebuie să trăim”.               | <b>4 puncte</b> |
| 4. Prezintă consecințele războiului asupra personajului Sona. | <b>6 puncte</b> |

**D. (20 de puncte)**

Participi la o discuție între cititori ai textului *Cețurile* de Narine Abgarian:

— Cred că această povestire transmite un mesaj pozitiv, optimist, despre viață și puterea oamenilor de a depăși orice obstacol.

— Eu cred, dimpotrivă, că mesajul povestirii este trist: războiul traumatizează pentru totdeauna.

Redactează un text, de cel mult 30 de rânduri, care să reprezinte intervenția ta în acest dialog. Alege una dintre opiniile formulate de cei doi cititori, pe care o vei susține prin două argumente, în dezvoltarea cărora vei valorifica textul autoarei Narine Abgarian și experiența ta culturală.

**SUBIECTUL al II-lea****30 de puncte**

Arta este o sursă de frumos. Ea poate servi ca un instrument puternic pentru auto-exprimare și auto-reflecție, facilitând vindecarea emoțională. Rădăcinile terapiei prin artă se regăsesc în

civilizațiile antice, unde arta era folosită ca mijloc de comunicare și exprimare a sentimentelor. Cu toate acestea, terapia prin artă a început să se dezvolte ca domeniu în secolul al XX-lea, când pionieri precum Margaret Naumburg și Edith Kramer au integrat teoriile psihanalitice în procesul creativ. Acești terapeuți au recunoscut potențialul artei de a ajuta indivizii să-și exprime emoțiile într-un mod care nu era întotdeauna posibil prin alte mijloace.

Procesul creativ ajută oamenii să devină mai conștienți de sine și de emoțiile lor. Artă poate oferi o modalitate eficientă de a face față stresului și anxietăților, stimulează gândirea critică și rezolvarea creativă a problemelor și promovează dezvoltarea abilităților necesare pentru a face față provocărilor vieții. Fie că vorbim despre pictură, sculptură, de muzică, dans, artă dramatică sau chiar de arta scrisului, toate acestea sunt instrumente terapeutice care facilitează vindecarea emoțională și dezvoltarea personală.

De la picturi abstracte, care redau haosul emoțional, până la performanțe teatrale, care dezvăluie povești personale, artiștii transformă durerea în creație, oferind nu doar o metodă de vindecare personală, ci și un limbaj universal prin care publicul se poate conecta cu propriile experiențe.

Călătorind înapoi în timp, în secolul XX, psihanalista Melanie Klein a explorat cum desenul copiilor reflectă subconștientul, deschizând calea pentru terapia prin artă modernă. Astăzi, studii neuroștiințifice confirmă că activitățile creative activează cortexul prefrontal, responsabil de reglarea emoțiilor, și reduc activitatea amigdalei, asociată cu răspunsul la frică.

Mulți artiști și-au folosit experiențele traumatizante ca sursă de inspirație pentru lucrările lor, transformându-și durerea în lucrări frumoase și provocatoare, adevărate capodopere.

Potrivit Asociației Americane de Terapie prin Artă, procesul creativ permite externalizarea traumei – transformarea emoțiilor abstracte în ceva tangibil, reducând simptomele de stres post-traumatic. Recuperarea controlului – alegerea culorilor, formelor sau mișcărilor reface simțul autonomiei, pierdut adesea în urma abuzului sau violenței. Reevaluarea narativă – repovestirea experiențelor prin metafore artistice schimbă perspectiva asupra evenimentelor traumatice.

Un studiu publicat în Journal of the American Art Therapy Association a demonstrat că pacienții, care au participat la ședințe de terapie prin artă timp de 8 săptămâni, au înregistrat o scădere cu 45% a nivelului de anxietate față de grupul de control.

De ce este atât de benefic arta? Unul dintre răspunsuri ar fi: pentru că oferă un spațiu sigur unde emoțiile pot fi exprimate fără a fi judecate.

(text adaptat după <https://www.descopera.ro/cultura/>)

#### **A. (4 puncte: 1 punct pentru răspunsul corect la fiecare dintre cerințe)**

**Citește afirmațiile de mai jos, extrase din textul dat sau referitoare la acesta. Transcrie pe foaia de concurs cifra asociată afirmației și notează opțiunea ta. În cazul în care consideri că afirmația exprimă un fapt, notează litera F în dreptul cifrei. În cazul în care consideri că afirmația exprimă o opinie, notează O.**

1. Terapia prin artă a început să se dezvolte ca domeniu în secolul al XX-lea.
2. Pacienții, care au participat la ședințe de terapie prin artă timp de 8 săptămâni, au înregistrat o scădere cu 45% a nivelului de anxietate față de grupul de control.
3. Artă poate oferi o modalitate eficientă de a face față stresului.
4. Mulți artiști și-au transformat durerea în lucrări frumoase și provocatoare, adevărate capodopere.

#### **B. (10 puncte)**

**Răspunde, pe foaia de concurs, formulând enunțuri, la fiecare dintre cerințele de mai jos, referitoare la textul dat.**

- |   |                 |
|---|-----------------|
| 1. Menționează un efect al artei, identificat în articolul citat. | <b>2 puncte</b> |
| 2. Prezintă în ce constă contribuția psihanalistei Melanie Klein. | <b>4 puncte</b> |
| 3. Explică la ce ajută <i>procesul creativ</i> .                  | <b>4 puncte</b> |

**C. (16 puncte)**

Exprimă-ți opinia, în cel mult 20 de rânduri, despre afirmația extrasă din textul de mai sus:  
*repovestirea experiențelor prin metafore schimbă perspectiva asupra evenimentelor.*

**SUBIECTUL al III-lea**

**20 de puncte**

- |  |                  |
|--|------------------|
| 1. Prezintă scopul pentru care a fost creat afișul de mai jos.                             | <b>5 puncte</b>  |
| 2. Explică elementele de identitate vizuală a unei instituții identificate pe afiș.        | <b>5 puncte</b>  |
| 3. Comentează, în cel mult 20 de rânduri, cel puțin două aspecte de compoziție a afișului. | <b>10 puncte</b> |



# EXPOZIȚIE DE PICTURĂ

## OANA BÎRSAN & DANA SIMION

Curator : MARIUS BURHAN

Perioada expoziției: 29 ian. 2026 – 15 feb. 2026

FRUMUȘETE  
VA  
SALVA  
LUMEA

**VERNISAJ: 31 ian. 2026, ora 14:00**

Centrul Cultural Palatele Brâncovenesti – Galeria Parter Palat

Str.Valea Parcului nr.1, Mogoșoaia, Ilfov



AGENTIA NATIONALA DE PRESA  
**AGERPRES**  
Actualizează lumea.



**Radio  
TRINITAS**

