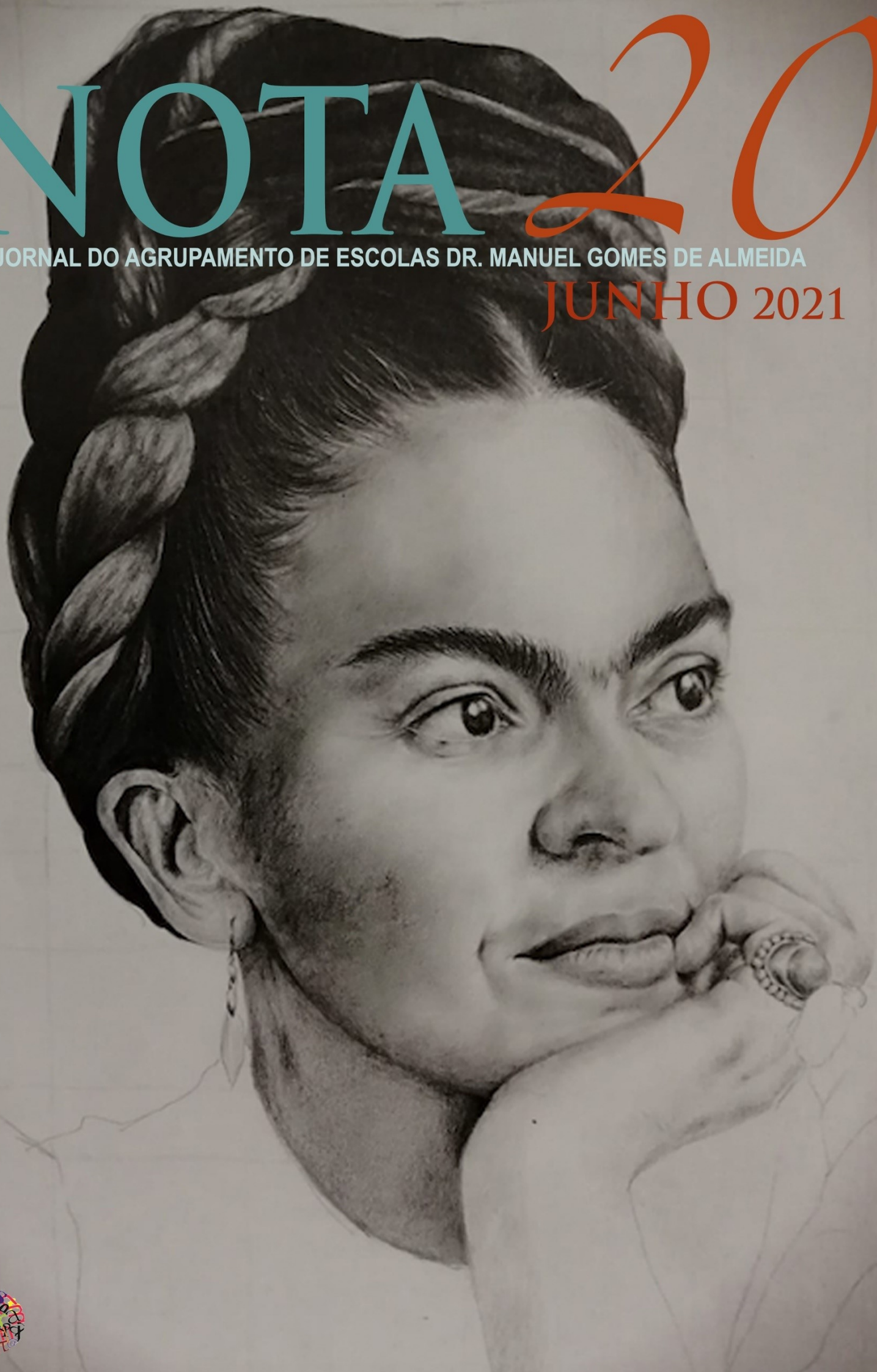


NOTA

20

JORNAL DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DR. MANUEL GOMES DE ALMEIDA

JUNHO 2021



INDICE

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 03. Contrato de Resiliência 05. Vacinação do Covid 07. “Mundos Imaginários” 08. Dia Internacional da Pessoa com Deficiência 10. Escola Básica de Paramos - sala B 11. Natal - Escola Básica de Silvalde 12. Projeto Hora do Conto: Leituras Partilhadas 14. Centro de Apoio à Aprendizagem 22. Curso de Eletrónica, Automação e Comando 25. Um Olhar sobre o Ensino Profissional 26. Entrevista a Vera Ferreira 30. Trabalhar em rede... Sem rede! 32. Armário Solidário 33. Dia Internacional pela eliminação da violência contra as mulheres 34. P. Educativos promovidos pelo Município 36. Atividades das Bibliotecas 38. Dia Internacional dos Direitos Humanos 51. CRP em 30 minutos 53. 9º ano... e Depois? 54. Cinanima na Escola 57. Confinamento/ A Quarentena | <ul style="list-style-type: none"> 64. Desafio de Escrita Criativa 66. Desporto Escolar 67. Entre Portugal Y España 68. II Simpósio Estudantil de Geografia 69. Les Inventions 70. Poemas, “Back to School” 72. A Global Learning Connection 73. #Erasmusdays 76. Anjos e Parvos 77. Eco-Herit@ge Matters 79. 12 truques para lidar com um adolescente 80. Dois alunos Nota20 84. Exposição, “Conto(te) Com...Beterraba” 86. Exposição, “Coffe Break” 88. “Conto(te) com... Colagens”- premiados 89. Exposição de Desenho, “Por Uma Linha” 90. “Natal É” 91. Desenvolvimento Sustentável 92. Passatempos / Curiosidades |
|--|--|



Frida Kahlo nasceu em 1907, nos arredores da Cidade do México, em Coyocán, na casa de seus pais, conhecida como “La Casa Azul”.

A sua vida foi marcada pelo sofrimento físico, causado por várias doenças, operações e acidentes que lhe deixaram lesões graves, mas também pela dor imensa e profunda de não ter conseguido realizar o sonho de ser mãe. Frida conheceu, mais do que uma vez, o limiar entre a vida e a morte.

Encontrámos todas essas marcas de uma vida sofrida em grande parte das suas obras, principalmente, nos autor-retratos. Frida dizia, a este propósito: *Pensavam que eu era uma surrealista, mas eu não era. Nunca pintei sonhos. Pintava a minha própria realidade. Eu pinto porque estou muito sozinha e porque sou o tema que conheço melhor.* (in Diário).

Apesar de tudo, era uma mulher que transmitia uma imagem de alegria, de jovialidade e, sobretudo, de coragem. Em 1950 passou nove meses no hospital, depois de sete operações à perna e à coluna e quando começou a sentir -se em condições de pintar durante quatro ou cinco horas por dia montaram um cavalete especial na sua cama, para que pudesse pintar de costas.

Estive doente durante um ano, entre 1950 e 1951. O Dr. Farill salvou-me. Restitui-me a alegria de viver. Ainda estou numa cadeira de rodas e não sei quando é que poderei andar de novo. Tenho um colete de gesso que em vez de ser horrivelmente maçador, me ajuda a suportar melhor a coluna. Não sinto dores, só um grande cansaço... e como é natural, por vezes desespero. Um desespero indiscutível. No entanto, quero viver. Já comecei um pequeno quadro que vou dar ao Dr. Farill e que estou a fazer com todo o meu carinho por ele. (in Diário).

Frida Kahlo é, sem dúvida, um exemplo de grande resiliência e por isso escolhida para a capa da edição de junho do Nota20, numa ilustração realizada pela aluna Flávia Costa! ■

Editorial



Alguns entendidos dizem que a capacidade de lidar com problemas e superar obstáculos se chama resiliência. Outros consideram que é a capacidade para enfrentar as adversidades, de cabeça erguida. Os japoneses, através dos seus famosos provérbios, explicam esta ideia de uma forma muito clara: “cair sete vezes e levantar oito”.

Desde as explicações mais simples às mais eruditas, a verdade é que ao longo destes últimos tempos e pelas piores razões aprendemos muito mais sobre essa tal resiliência do que alguma vez imaginámos. E não foi porque nos debruçamos sobre o tema para aprofundar conhecimentos, antes o tema é que se debruçou sobre nós, como que a lembrar a sua existência.

A verdade é que, quase sem percebermos, todos sentimos que a resiliência andou sempre por perto, sob o sofrimento físico, as dificuldades e os sacrifícios que durante tanto tempo nos deixaram presos, tristes ou até furiosos perante a anormalidade em que se tornou a nossa vida. Tudo isto sem excluir ninguém. Muitos de nós ficamos desorientados, inseguros, sem esperança. Persistia uma certa escuridão que tornava difícil ver a luz da cura para esta nova doença, que tanto desejávamos. A Escola não escapou a este cenário. Por mais que tentasse resistir ao vazio e ao silêncio, uma força microscópica, cujo nome queremos apagar, rapidamente tomou as rédeas do poder e ditou as novas regras. Obrigou-a a fechar as portas. A escola voltou a abri-las, a muito custo, para as ver encerradas outra vez.

E aqui está, continuando nesta luta infundável para se manter ativa, procurando janelas em vez de portas!

Na escola ninguém se poupa a esforços, neste exercício constante de adaptação e de reinvenção. Todos colaboram, sem poder fazer tudo, mas fazendo tudo o que podem. E a escola vai resistindo sempre, à espera de ver o que alguns auguram: isto há-de passar.

Não sabemos quando esta situação deixará de fazer parte do nosso dia-a-dia, mas uma coisa temos de reconhecer, isto é, o que conseguimos aprender, lidando com a adversidade. Em primeiro lugar, identificamos melhor os limites da nossa ignorância. Depois, aprendemos que a esperança nos impele a não perder o resto do caminho que temos de percorrer até chegar à solução, ou seja os progressos que a ciência conseguiu realizar em prol da humanidade. Por isso temos de valorizar sempre estes sinais de esperança.

O que virá, depois, certamente trará novos desafios. Acompanhar a evolução da História, sobretudo nos dias que se apresentam como tempos de crise, como verdadeiros atores e não como meros espetadores, a isto chama-se resiliência. ■

A Equipa do Nota20

Contrato de Resiliência

A resiliência está no ar.
Ouvem-se foguetes a ribombar!
Talvez seja palavra anual a premiar!
Resiliência é o que está a dar!
Durante a tempestade deve-se aguentar
E quando ela estiver a passar
É preciso e urgente recuperar
E com todos os problemas bem lidar
E, se possível, encarar
Todos os obstáculos a superar
Com uma tenacidade de rachar.

Para isso poder resultar
Ser flexível e aceitar mudar
É estratégia a realizar
Para as barreiras ultrapassar.

É preciso o talento libertar
E com esforço trabalhar.
Máxima responsabilidade usar
Em tudo honestidade colocar
Com convicções abertas de par em par.

Ninguém se deve menosprezar
E com persistência laborar
Para a autoestima brilhar
E todos se possam felicitar
Pela infelicidade deixar.

É ótimo a bondade libertar
Com a disciplina a funcionar
E o cumprimento das regras praticar
Mas os erros das autoridades criticar.

Sendo necessário arriscar
Seria útil negociar
Com um bom humor a perdurar
Planos de recuperação a efetuar.

Aos professores cabe ensinar
E aos alunos estudar,
O conhecimento melhorar
E o sucesso alcançar.

A acabar com o choramingar
E possibilidade de fracassar!
O que é preciso é resiliir!

Deixe-se as palavras dançar
E desculpe-se a pobreza do rimar.
Com o bom tempo a jorrar
Deve-se contrato assinar
Com todos a executar. ■

Agostinho Pinho

“Com paciência e perseverança muito se alcança.” ■

Theophile Gautier

“O gênio, esse poder que deslumbra os olhos humanos, não é outra coisa senão a perseverança bem disfarçada.” ■

Johann Goethe

Leituras

Durante a pandemia, como a grande maioria dos portugueses, permaneci em casa e respeitei todas as regras da DGS.

Admirei o esforço dos empresários e dos trabalhadores, em qualquer área de atividade, reconheci o esforço heróico de profissionais da saúde e chorei as dores dos infetados e dos ceifados por este ou outros vírus.

Aproveitei o tempo para viajar à minha maneira e conhecer outras pessoas por esse mundo fora.

Li muitos livros. Percorri cidades, paisagens maravilhosas e conheci personagens admiráveis, diversos, generosos, honrados e desonestos.

Empilhando os livros que li nesta altura, verifiquei que sou muito mais baixinho do que eles!

Aproveito para publicitar alguns deles, desculpando-me da imodéstia:

Haruki Murakami – A Menina dos anos. Um grande escritor. Divulga a vida noturna na cidade de Tóquio de forma excelente. Este livro é um bonito conto e pequeno (40 páginas)

Arturo Perez-Reverte – A Rainha do Sul. Livro de um mestre da escrita. Foca o tráfico de drogas e das máfias e corrupção no México e em Espanha. Conta a fuga de uma mulher com a morte aprazada.

Amadeu Sabino – Tempo de Fuga. No tempo da ditadura, um português filia-se no PCP e vai à Alemanha de Leste, contando o lado menos romântico dos regimes comunistas.

Maria Dueñas – As vinhas de la Templanza. Belíssimo. Saga de um aventureiro rico que enfrenta a miséria no México, Havana e Espanha.

Agostinho Pinho – Na Escola do 10/4. Um romance sobre uma turma indisciplinada, algures numa escola da atualidade. Útil para alunos e encarregados de educação.

Eduardo Mendoza – O Rei recebe. Escritor com grande humor mordaz. Duas frases: O amor faz passar os anos e o tempo faz passar o amor.

Há duas maneiras de manipular as pessoas:: recurso ao medo e repetição de mentiras.

João Tordo - Felicidade. Lisboa no final da ditadura e no início da revolução. Bom romance.

João Paulo O. Costa – A Dama do quimono branco. A saga heróica dos portugueses em Nagasáqui e Rio de Janeiro, nos finais do século XVI e princípio do XVII.

Christine Mangan – Ao Sol de Tânger. Bom. Duas mulheres em luta pelo controlo emocional em jogo aberto.

É bom parar
Não vá cansar!■

Agostinho Pinho

"Amuralhar o próprio sofrimento é arriscar que ele te devore a partir do teu interior."■

Frida Kahlo

"Todos os animais, com exceção do homem, sabem que a urgência da vida é aproveitá-la."■

Samuel Butler

Dito de idoso

Desliza pela cabeça lisa,
De velho em final de validade,
Ideia que caracteriza
O riso das folhas,
Ao sopro de brisa...
Há outro entardecer;
Pedaços de mágoa a arder;
Momentos de prazer;
Tempo para além do ser;
Paixões a correr;
Desgraças a sofrer;
Outras formas de viver;
Ardor no fogo do amor;
Desdém por alguém;
Destino incerto tido como certo;
Esperança perdida em promessa tida;
Saudade farta descrita em carta.
Há desprezo de idade;
Vitória da crueldade;
Poder da beldade;
Emigrantes com saudade;
Violência na bondade;
Várias visões da atualidade.
E o ancião questiona a novidade
E também a continuidade,
Afirmando a banalidade:
Há infinita verdade
Em cada parcela de liberdade.■

Agostinho Pinho

"Deus É abráquio"

Estupidamente questiono-me:
Onde está Deus?
Deus é deficiente!
Tem vários ouvidos para escutar
As orações dos Homens
E não tem braços para atuar.

(Deus É abráquio)

Cabe ao homem emprestar-lhos.
Compete ao Homem amar
Essa é a sua verdadeira liberdade.■

Bruno Ribeiro - do Amor e do Homem



Vacinação do COVID

O tema que, diariamente, tem sido tratado pela Comunicação Social é a vacinação para combater o COVID19 em Portugal e no mundo. Na minha opinião este processo está um pouco atrasado, porque começaram a administrar as vacinas seguindo o critério da faixa etária. Primeiramente, começaram por vacinar as pessoas com oitenta ou acima de oitenta anos, de seguida as pessoas com setenta ou acima de setenta anos, depois as pessoas com sessenta ou acima de sessenta anos e assim sucessivamente.

As vacinas que estão a ser administradas são a Moderna, a Pfizer, a Jhonson & Jhonson, e a Astrazeneca.

A vacina, como já referi, está a seguir o critério da faixa etária, mas estão a realizar um estudo sobre a possibilidade de administrarem a Pfizer aos jovens entre os doze e os quinze anos. Contudo, os jovens a partir dos dezasseis anos podem também ser vacinados com a Pfizer se tiverem uma doença oncológica ativa que é o meu caso, ou seja, eu já fui vacinado com a primeira dose.

Quanto à Moderna e à Pfizer estão a ser administradas a partir dos trinta até aos cinquenta anos. A partir dos cinquenta e até aos sessenta e cinco podem ser administradas a Moderna, a Pfizer e a Jhonson & Jhonson.

Finalmente, a Astrazeneca pode ser administrada dos sessenta e cinco anos em diante.

Em Portugal, até ao presente, já foram vacinadas com a primeira dose **3 799 442** pessoas o que corresponde a **37%** da população e com a segunda dose estão vacinados **1 809 142** pessoas o que corresponde a **17,6%** da população. A imunidade de grupo deverá ser atingida quando **70%** da população estiver vacinada e o Governo prevê que isso aconteça em setembro.

A vacinação é muito importante, mas não vai resolver totalmente a situação, ou seja, deixaremos de ter uma pandemia e passaremos a ter uma endemia. O vírus continuará durante alguns anos numa faixa reduzida da população, assim como acontece agora, por exemplo, com o vírus da gripe. As pessoas têm de se consciencializar que vamos ter que continuar a cumprir com as regras da Direção Geral de Saúde, nomeadamente a higienização e desinfe-

ção das mãos, o uso de máscara e o distanciamento social durante mais algum tempo.

Na minha opinião a vacinação, apesar de alguns problemas no início que atrasaram o processo, agora está a decorrer de uma forma normal. Portugal está cerca de **12%** acima da média europeia no número de pessoas vacinadas.■

Armando Nogueira, N.º 8, 10.ºB

As semelhanças entre a Peste Negra e o Coronavírus

Nos dias de hoje deparamo-nos com uma situação de extrema gravidade, enfrentamos uma pandemia mundial sendo esta o acontecimento mais grave ocorrido desde a 2.ª Guerra Mundial. Esta pandemia tem muitas parecenças com outras ocorridas há séculos atrás, como é o caso da Peste Negra. Estas tiveram início na Ásia através de animais. Na Peste Negra começou com roedores, no Coronavírus com morcegos, que foram transportadas para os seres humanos. Ao espalhar-se de maneira tão rápida e aterrorizante, acabou por parar com as atividades económicas e as pessoas infetadas tiveram de ficar de quarentena para não transmitir o vírus. Esta situação causou danos económicos, sociais e ambientais. Ambos os vírus são mortíferos e causaram mais mortes que muitos eventos e marcos históricos, além disso a cura para estas doenças demorou a ser descoberta tendo em conta as condições temporais que os cientistas tiveram para desenvolver uma vacina.■

Ana Filipa Oliveira Araújo, 10.ºB



“Pensaram que eu era surrealista, mas nunca fui. Nunca pintei sonhos, só pintei a minha própria realidade.”■

© Getty Images

Frida Kahlo

A peste negra e o covid-19 - as semelhanças entre as duas pandemias que abalaram a humanidade

Em pleno século XXI onde nunca se imaginou que algo parecido com a Peste Negra poderia voltar a suceder, o covid-19 surgiu nas nossas vidas. Todavia as semelhanças entre as duas pandemias são evidentes.

A Peste Negra ou Peste Bubónica consistiu numa epidemia que surgiu no século XIV em 1348. Teve origem na Ásia Oriental cujo meio de propagação eram os ratos e principalmente as pulgas, por consequência da falta de higiene da população e das ruas.

Chegou à Europa através de navegadores genoveses que atravessavam a rota da Seda com destino à Península da Crimeia.

Esta epidemia era fácil de propagar e não havia forma de a combater, o que resultou na morte de cerca de 75 a 200 milhões de pessoas na Eurásia e entre 30% a 60% da população da Europa.

Esta Peste tinha carácter bubónico, devido a esta particularidade, os sintomas consistiam na manifestação de tumefações, bubões negros e azulados, nas virilhas, nas axilas e no pescoço. Além disso, podia possuir um carácter pulmonar, pois era propagada pelo ar tornando-se, por este motivo, ainda mais fatal e contagiosa, o que impedia o contacto entre toda a população. Muitas vezes os doentes eram deixados ao abandono e acabavam assim por morrer.

Os médicos utilizavam, para prevenir que também ficassem infetados, luvas, uma túnica e uma máscara em forma de bico de pássaro, onde eram depositadas ervas aromáticas que forneciam um odor intenso de modo a filtrar o ar. Porém isto não era muito eficaz, pois o problema estava principalmente na falta de higiene.

Já o Covid-19, que está agora presente no nosso dia a dia, é uma doença provocada pelo novo coronavírus SARS-COV-2, surgiu inicialmente no século XXI, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, tendo sido confirmados ao longo do tempo vários casos em inúmeros outros países. Esta doença pode originar uma infeção respiratória grave como a pneumonia. Os sintomas mais frequentes são febre, tosse seca e cansaço, outros sintomas menos comuns são dores musculares, dor de garganta, dor de cabeça, congestão nasal, conjuntivite, perda do olfato e do paladar e erupções cutâneas. Em caso do agravamento da doença, podem surgir sintomas como: falta de ar, dor ou pressão no peito, dedos de tom azul ou perturbações na fala e no movimento.

Os meios de proliferação mais comuns são através de gotículas produzidas nas vias respiratórias das pessoas infetadas, que ao espirrar ou tossir, estas podem ser inaladas ou até mesmo atingir diretamente a boca, nariz ou olhos de pessoas em contacto

próximo. Embora menos comum, estas gotículas podem se depositar em objetos e superfícies próximos, que por sua vez pode levar ao contágio de quem nelas toque e conduza a mão aos olhos, nariz ou boca.

Entre as medidas de prevenção da doença estão a lavagem frequente das mãos, evitar o contacto próximo com outras pessoas, evitar tocar com as mãos na cara e o uso de máscara em locais públicos.

Esta doença, tem vindo a causar inúmeras mortes tendo sido confirmadas 2,807,117 mortes e 128,396,229 casos até ao dia 30/03/2021.



Visto isto, podemos observar que ambas as doenças possuem semelhanças sendo estas: durante o período da Peste Negra acreditava-se que tudo aquilo era castigo de Deus, e atualmente ainda há pessoas, principalmente idosas, que acreditam no mesmo; acredita-se que as mesmas se propagaram através de animais, tendo origem no Oriente; ambos detêm variantes e sintomas diversificados, dependendo de caso para caso; afetaram, com tudo isto, todo o tipo de pessoas e até classes sociais; para conseguirem ajudar os doentes em segurança, os médicos tiveram de arranjar meios para se protegerem, por isso utilizam fatos de proteção em ambos os casos, um facto curioso é que não é possível, através deles, detetar quem é a pessoa que está por detrás desse mesmo fato; provocaram bastantes mortes e casos de contágio; por este motivo foi estabelecida uma quarentena em ambas as situações, um exemplo disso foi o estabelecimento da ideia de quarentena na cidade-estado de Ragusa (Croácia) em 1377, por efeito de vários surtos de Peste Negra.

Todas estas circunstâncias afetaram gravemente a economia, o que levou, no caso da Peste Negra e até mesmo do covid-19, ao surgimento de uma crise económica. ■

Ana Pereira; Davi Altaf e Sara Nunes, 10^ºa

“Se a vida é um mal, por que tememos morrer; e se um bem, porque a abreviamos com os nossos vícios?” ■

Marquês de Maricá





“Mundos Imaginários”

No **Dia Internacional da Pessoa com Deficiência**, 3 de dezembro de 2020, os alunos da turma B, do 4º ano de escolaridade, da Escola Básica de Silvalde, realizaram um trabalho orientado pela professora titular de turma, Graciete Pinho. A atividade foi dinamizada na sala de aula com uma abordagem ao tema em geral, visualização de três pequenos filmes “Melhor Comercial de Natal de 2018 - Ouriço - Porco Espinho” “Teach your children what they’ve taught you #borninclusive” “Uma viagem interestelar através do Autismo” e a apresentação do livro “Olá! Eu sou o João - Um mundo só meu”, da autoria de Alice Vieira e ilustração Paulo Guerreiro.

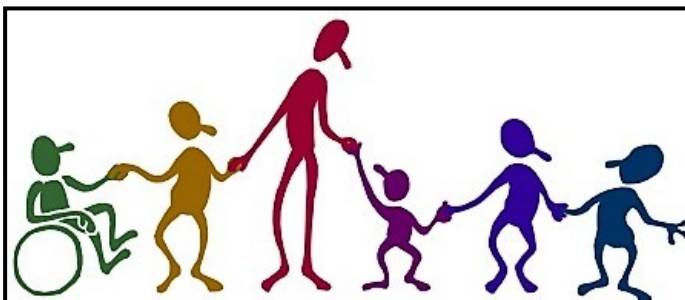
Após a leitura, interpretação oral e manuseamento do livro elaborou-se um trabalho plástico em que cada aluno idealizou um “Mundo Imaginário”, o Mundo que poderá ser de um menino especial.

No final montamos um painel “Mundos Imaginários” no átrio da escola.

O livro faz parte da Coleção - “Meninos Especiais, conta histórias reais de crianças extraordinárias” lançada pela Associação Pais-em-Rede e Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida.

A dinâmica do trabalho teve como principais objetivos: socializar e partilhar, respeitar a diversidade humana e viver com a diferença, na nossa turma um dos alunos é autista.■

Professora Graciete Pinho, Escola Básica de Silvalde, 4ºano



Não existe deficiência, existe diferença.
A deficiência mora no olhar do preconceito,
Na ausência de caráter,
Na hipocrisia.■

Letícia Del Rio



Escola Espinho N.º 2, alunos do 3.ºB

Dia Internacional da Pessoa com Deficiência E.B. Nº 2 de Espinho



No âmbito do P.A.A do grupo disciplinar do 910, a sala do Pré-Escolar da Educadora Liliana Oliveira, grupo da EBE0A, da E.B. Nº 2 de Espinho, dinamizou em conjunto com a Professora Célia Galvão, da Educação Especial, atividades para celebrar o Dia Internacional das Pessoas com Deficiência (3 de Dezembro). Passamos a destacar:

- História e dramatização do **"Elmer"**, diálogo e sensibilização sobre os valores morais da história;
- Registo da história em que foi pedido uma frase às



- crianças sobre o que é "ser especial";
- História do **"Pequeno Trevo"**, diálogo com as crianças,



levando a que estas se colocassem no "papel" do protagonista e fizessem uma reflexão verbalizando as suas emoções;

- Registo individual da história;
- Elaboração de uma coreografia sobre a canção de João Portugal para que as crianças pudessem extrapolar e sentir com emoção a mensagem transmitida da letra. ■

Professora Célia Galvão

"Lutar pelos direitos dos deficientes é uma forma de superar as nossas próprias deficiências."

John F. Kennedy

Escola Básica de Paramos

SALA B



Os alunos da sala B, do Jardim de Infância da Escola Básica de Paramos decidiram decorar a entrada da sala de atividades. Refletiram sobre o tema e com tinta e papel de cenário utilizaram a técnica da esponja para representar um pai Natal a entrar por uma chaminé. A pintura foi feita em grande grupo em diferentes fases. Todos juntos divertiram-se imenso, partilhando os materiais e o espaço, obtendo este lindo resultado.■

Professora, Marisa Fernandes

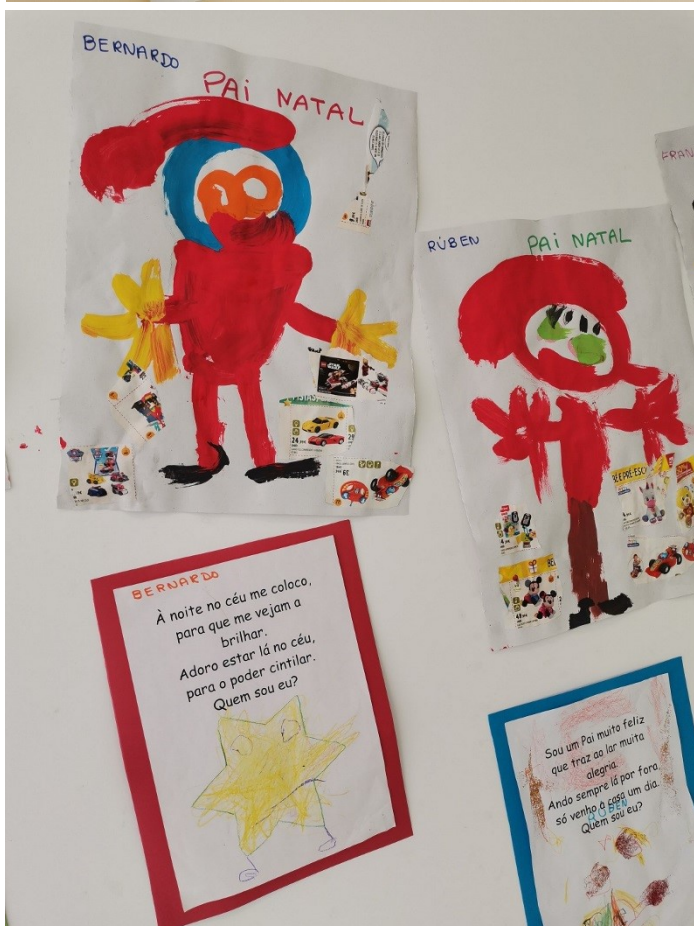
“Feliz, feliz Natal, que nos traz de volta as ilusões da infância, recorda ao idoso os prazeres da juventude e transporta o viajante de volta à própria lareira e à tranquilidade do seu lar.”■

Charles Dickens

“A melhor maneira de tornar as crianças boas, é torná-las felizes.”■

Oscar Wilde

Natal das crianças do Pré-escolar da Escola Básica de Silvalde



Fotografias do Natal vivenciado pelas crianças do Pré-escolar da Escola Básica de Silvalde.
Desejo de um Feliz Natal e um Bom Ano Novo.■

Professora, Manuela Gomes

Projeto Hora do Conto: Leituras partilhadas

Na sala do 1ºB os alunos motivam-se para a leitura. Pais e familiares partilham histórias que levam os meninos a visitar o mundo encantado da imaginação. E é assim que nascem os bons leitores e escritores. Em novembro, o projeto de leitura abordou a temática da saúde e, em dezembro, a família.

Todos vivenciaram estes momentos com grande entusiasmo.

A Coordenadora da Biblioteca levou à nossa sala histórias animadas e cheias de mensagens, apelando aos valores de cidadania.

Este período, as leituras fizeram os nossos meninos "crescer" um pouco mais.



Postais e enfeites cheios de luz e cor, acompanhados com cânticos natalícios que tornaram esta época cheia de ternura e alegria.

Feliz Natal!



1ºB

Os alunos do 1ºB desejam a todos saúde, paz, amor, prosperidade e sabedoria para o novo ano. ■

Professora Margarete Gomes

"Todas as grandes personagens começaram por serem crianças, mas poucas se recordam disso." ■

Antoine de Saint-Exupéry





A Árvore da Esperança é um trabalho realizado pelos alunos das turmas do 5º A e 5º B que frequentam o Centro de Apoio às Aprendizagens da Escola Básica e Secundária Domingos Capela, dessa forma contribuíram para a assinalarem o Dia Mundial da Consciencialização do Autismo.

Inspiramo-nos em muitas das crianças que conhecemos, com dificuldades de aprendizagem, de socialização, de comunicação expressiva e recetiva e leitura e escrita.

Juntamos todas estas crianças à volta da árvore, recolhendo experiências e ensinamentos, como fazemos diariamente na nossa Escola e envolvemo-las com o nosso trabalho pedagógico, o nosso carinho, a nossa inesgotável energia, o nosso laço comum incluindo todos, não deixando ninguém para trás.

Se observarem com atenção vão descobrir que, todas as pequenas unidades do nosso tronco são diferentes, como as nossas crianças, mas à semelhança da cortiça são 100% naturais e com um potencial de evolução extraordinário, dependendo muito da forma como as agar-



ramos, como as trabalhamos por isso, amarramos com sisal a base da nossa árvore e criamos-lhe uma raiz sólida que sustenta toda a nossa Esperança: o respeito pela diferença de cada aluno e o trabalho colaborativo desta Escola.

E porque abril é Esperança, fizemos florir a nossa Árvore, que homenageia todos aqueles que acreditam que é possível dar mais cor à vida das nossas crianças! ■



Professoras, Dulce Adrêgo, Gabriela França, Pilar Gomes e Lia Lopes

Centro de Apoio à Aprendizagem

As professoras do Centro de Apoio à Aprendizagem, da ESMGA, em complementaridade ao trabalho desenvolvido em sala de aula, assinalaram no 1º período, o **Dia Mundial da Lavagem das Mãos**, a **Convenção dos Direitos da Criança e do Adolescente** e o **Dia Internacional da Pessoa com Deficiência**. Como objetivos a alcançar, pretendeu-se contribuir para a promoção da qualidade da participação dos alunos nas atividades da turma a que pertencem e nos demais contextos de aprendizagem, desenvolver metodologias de intervenção interdisciplinares que facilitem os processos de aprendizagem, de autonomia e de adaptação ao contexto escolar dos diferentes alunos e apoiar os docentes.

HIGIENE DAS MÃOS PARA TODOS

15 de outubro é o **Dia Mundial da Lavagem das Mãos**, um dia de defesa global dedicado a aumentar a consciencialização e a compreensão sobre a importância de lavar as mãos com sabão como **uma forma eficaz e acessível de prevenir doenças e salvar vidas.**



Obrigada



Trabalho colaborativo
Ciências
Cidadania e Desenvolvimento
Outubro 2020



Em suma, pretenderam dar testemunho do compromisso com a construção de uma escola inclusiva, contribuindo ativamente para que todos os alunos tenham oportunidades de realizar aprendizagens significativas.

Sobre o **Dia Mundial da Lavagem das Mãos**, realizaram-se atividades em articulação com as disciplinas de Ciências, Física e Química e Cidadania e Desenvolvimento, tendo como primeira finalidade aprender a quebrar uma cadeia de transmissão de micróbios. (8º6ª e 9º6ª, 9º7ª)

<https://docs.google.com/presentation/d/11O68zJVijhbr8OYgxTP6E83DA8sJNDGDYx3YxyfdFEM/edit?usp=sharing>



A **Convenção dos Direitos da Criança e do Adolescente**, assinalou-se com o visionamento de diversos vídeos, debates, a elaboração de cartazes, vídeos (8º6ª e 9º6ª, 9º7ª) e a apresentação de uma dança em que os alunos exibem o “direito” que escolheram. (8º6ª)

“Sufoca-se o espírito da criança com conhecimentos inúteis.” ■

Voltaire

CONVENÇÃO DOS DIREITOS DAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES

ADOTADA PELA ASSEMBLEIA GERAL DAS NAÇÕES UNIDAS EM 20 DE NOVEMBRO DE 1989 E RATIFICADA POR PORTUGAL EM 21 DE SETEMBRO DE 1990



Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida



Dando-se continuidade ao tema Direitos Humanos marcou-se o **Dia Internacional da Pessoa com Deficiência** com a presença da Enfermeira Cláudia Silveira Almeida, que apresentou dois temas: “O Autismo” e a “A importância do respeito pela Diferença”, tendo motivado e envolvido os alunos das turmas do 10ºE.A.C. e 9º6ª, numa reflexão, debate e partilha de testemunhos.



Ana Balonas, Carmo Pinto, Celeste Costa, Cristina Montenegro, Margarida, Ataíde e António Morais e o reconhecimento da disponibilidade das professoras Almira Pinto, Andreia Pereira, Arminda Araújo, Graça Hermínia, Rosalina Ferreira e Rui Rio.■

As professoras, Maria da Conceição Sarmento, Cristina Fonseca e Etelvina Gama

Na aula de Educação Física, os alunos do 8º6ª experienciaram as dificuldades das pessoas com limitações sensoriais. Os alunos Francisco Silveira Almeida e Clara Daniela Santos do 9º2ª e o aluno Roberto Figueiredo do 8º6ª realizaram um trabalho sobre Autismo, em PowerPoint, tendo sido apresentado com muito sucesso na turma do 5º6ª.

Os alunos Leandro Cunha do 9º6ª e Diogo Cruz do 10ºEAC colaboraram na elaboração dos cartazes.

As professoras promotoras das atividades, agradecem o trabalho colaborativo desenvolvido pelas professoras

“Se você tem uma deficiência provavelmente não é sua culpa, mas ficar culpando o mundo ou esperar dó de alguém não vai te ajudar em nada. Você deve manter um pensamento positivo e aproveitar o máximo de cada situação. Se você tem um problema físico, não pode se permitir ter um problema psicológico também.”■

Stephen Hawking

“Em última análise, precisamos amar para não adoecer.”■

Sigmund Freud

Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

O Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida voltou a assinalar o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência através de diversas atividades, com maior sensibilização desta temática, apelando para o respeito pelos direitos e pelo bem-estar de todos na sociedade, e que decorreu de 02 de dezembro a 04 de dezembro, nas Escolas do Agrupamento.

Na Escola Básica Domingos Capela, as turmas envolvidas nos trabalhos ilustrados são do 3.º Ciclo, designadamente, 9.ºA, 8.ºA, 7.ºB e 7.ºA.

Os alunos visualizaram e debateram pequenos filmes sobre a diferença, elaboraram painéis com mensagens dos alunos e decoraram os espaços comuns das escolas com cartazes.■

Professora Anabela Fernandes



Visita da escritora Liliana Ribeiro

No dia 18 de dezembro, a docente de Educação Especial Anabela Fernandes em colaboração com a docente Cristiana Príncipe e a turma do 9.ºA da Escola Básica Domingos Capela receberam a visita da escritora Liliana Ribeiro na aula de Português.



Liliana nasceu com paralisia cerebral e é natural de Espinho. Escreveu o seu primeiro poema quando estava neste ano de escolaridade. Depois disso, publicou o livro autobiográfico "O Meu Arco-Íris" em 2010, onde relata as suas experiências de vida e os obstáculos que teve de ultrapassar. Participou na "Antologia dos Poetas de Espinho" em 2013, na "Antologia de Poesia Contemporânea Entre o Sono e o Sonho", da Chiado Editora, na Antologia "Poetas d'hoje II" e na Antologia "Poetas da Costa Verde" em 2015. Lançou o seu livro de poesia, "Pingos" em 2015.

A autora conversou com os alunos sobre o seu percurso de vida e respondeu a algumas questões deles. Explicou como começou a escrever e o que é que a motiva para a escrita. Para além disso, salientou que o importante é nunca desistir, mas que nem sempre é fácil conseguir alcançar as metas que traçamos. Destacou que as suas limitações não a impediram de vencer na vida. No final, e como estamos em época de troca de lembranças, a escritora presenteou os alunos com um belíssimo marcador de livros da sua obra "Pingos" e os estudantes ofereceram-lhe um postal elaborado por eles.■

Professora Anabela Fernandes

"Eduquem as crianças, para que não seja necessário punir os adultos."■

Pitágoras



Centro de Apoio à Aprendizagem - Escola Domingos Capela

No seguimento do trabalho realizado pelos alunos integrados no Centro de Apoio às Aprendizagens, foi possível enquadrar atividades específicas ao longo do mês de novembro e dezembro, tal como: *Stop Contágio*, *Comemoração do 31º aniversário da Convenção dos Direitos das Crianças* servindo a mesma de ponte para a *Comemoração do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência*.

As atividades foram realizadas em estreita articulação com as diferentes turmas/professores nas quais os alunos se encontram integrados, 5º A e 5º B, tendo todos os alunos sido envolvidos de forma ativa nas respetivas atividades.

A atividade do *Stop Contágio*, foi realizada através de uma música da qual resultou uma coreografia em <dança criativa>, onde os alunos que frequentam o Centro de Apoio às Aprendizagens puderam ensinar aos seus colegas de turma a coreografia, assim como a letra, que sensibiliza para as questões de prevenção do contágio do COVID-19. Esta atividade foi realizada no *Dia Internacional da Pessoa com Deficiência*.

Na sequência da *Comemoração do 31º aniversário da Convenção dos Direitos das Crianças*, foi possível ser enquadrada a atividade realizada pela PSP sobre a temática dos Direitos Humanos, a qual foi enriquecida com uma ação junto das turmas, culminando com a produção de um “Estendal dos Direitos” das diferentes turmas, 5º A e 5º B. Essa temática potenciou o mote para a *Comemoração do dia Internacional da Pessoa com Deficiência*, servindo de ponte para a visualização do vídeo <Conscientização e Inclusão> na qual foi elaborado um painel artístico de cada turma com mensagens individuais. Essa atividade teve a envolvimento de todos os alunos do 2º ciclo. Os alunos do 5º ano ainda tiveram a oportunidade de experienciarem uma ação prática de sensibilização, que contou com a colaboração de uma aluna que frequenta o último ano do curso de tradução e interpretação de LGP da ESE do Porto <Língua Gestual> que, lhes ensinou algumas expressões, o alfabeto e o nome de cada aluno.

Foram dois meses intensos, onde o espírito colaborativo, assim como as sinergias criadas entre os professores das diferentes disciplinas, privilegiou a inclusão de todos, a pensar no perfil de cada aluno. ■

Professora, Dulce Adrêgo

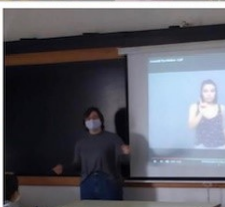




O Dia internacional de Pessoa com Deficiência foi assinalado na Escola Domingos Capela com a abordagem do tema, O Surdo e a Língua Gestual Portuguesa. Contou com a colaboração de uma aluna que frequenta o último ano do Curso de Tradução e Interpretação de Língua Gestual Portuguesa da ESE do Porto.

Depois da visualização de vídeos alusivos a este dia, foram realizados painéis com frases e mensagens feitas pelos alunos das turmas A e B do 5º e 6º anos do Aemga e cartazes simbólicos com frases sobre o tema e pintados por alunos do CAA, que frequentam o 3 ciclo. ■

Gabriela França



"A bondade é uma linguagem que o surdo consegue ouvir e o cego consegue ler." ■

Desconhecido



Centro de Apoio às Aprendizagens da Escola Básica Domingos Capela

Dezembro é um mês especial, há magia no ar, temos muita linha para bordar sonhos, e foi isso que atou professores, alunos e todos os outros participantes neste espaço que é o Centro de Apoio às Aprendizagens da Escola Básica Domingos Capela. Tínhamos como objetivo principal bordar uma grande manta de

retalhos ao longo dos primeiros 15 dias de dezembro e lá cada um foi tecendo com o seu fio...

No Centro de Apoio às Aprendizagens não se bordam apenas currículos no corpo, prioriza-se bordar almas para edificarmos crianças felizes. No início de setembro iniciamos o árduo trabalho de bordar, ponto a ponto nos mais ínfimos pormenores.





Findo o primeiro período, é hora de irmos para casa, cada um na sua casa, apagar-se-á a LUZ da Escola mas continuar-se-á a sonhar com o regresso no dia 4 de janeiro. O bordado ainda não está concluído!

Festas felizes para tod@s que têm colaborado nesta arte de bordar crianças felizes!
Professoras Especiais...■

Professoras de Ed. Especial, Dulce Adrêgo e Gabriela França

“Brincar com crianças não é perder tempo, é ganhá-lo; se é triste ver meninos sem escola, mais triste ainda é vê-los sentados enfileirados em salas sem ar, com exercícios estéreis, sem valor para a formação do homem.”

Carlos Drummond de Andrade



Curso de Eletrónica, Automação e Comando



É sempre marcante a época de Natal e os alunos do Curso de Eletrónica, Automação e Comando – E.A.C., não desiludiram mais uma vez.

O NATAL é bonito e faz-nos sempre recordar a fantasia a cor e as luzes coloridas a piscar. Assim com carinho, dedicação e amor, E.A.C., instalou mais uma vez o painel de boas festas, luminoso e colorido na entrada da escola. A mensagem do painel é dedicada a toda a comunidade escolar e família AEMGA, desejando-lhes um EXCELENTE NATAL com muita Saúde e Alegria.

Na entrada, no acesso aos serviços administrativos e à Direção, também presenteamos todos quantos por ali passaram no exercício das suas funções, com o brilho e a cor da árvore de Natal. Todos os auxiliares de ação educativa e funcionários administrativos merecem a nossa consideração pelo apoio e dedicação. Para todos eles, um bem haja!

O Natal sem presépio também não nos parece bem. Assim, a reprografia do A4 foi colorida com o presépio





eletrónico “Aldeia de Natal” e todos quantos por ali passaram puderam observar e admirar as casinhas, as árvores acesas e a piscar com cor, pois a eletrónica faz destas coisas. As casinhas pequenas, frágeis, de papel, com circuitos transistorizados e transdutores iluminaram a aldeia durante a noite, porque também têm uma história para contar!

Não esquecemos os alunos do AEMGA em geral, a quem desejamos as Boas Festas, através da instalação da “Roda RGB” e de um cartaz elaborado para o efeito no bloco A3. Porque sem eles não há escola



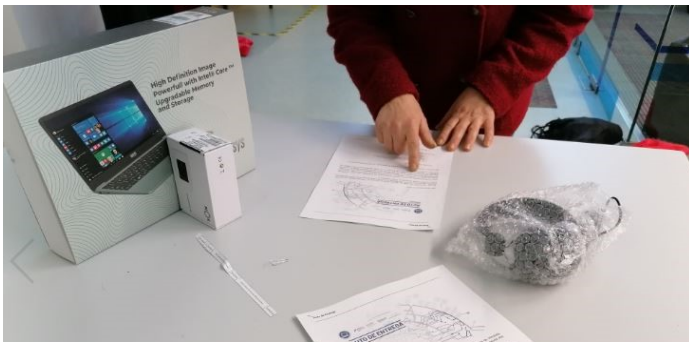
“Estudem e aproveitem para terem e poderem dar um NATAL sempre melhor”.■

Segue o nosso trabalho na nossa página:

<https://www.facebook.com/AEMGA.G540>

Escola Digital

O programa Escola Digital é uma das iniciativas do Governo e integra o Plano de Ação para a Transição Digital, está assente em quatro áreas, que são os equipamentos, conectividade, capacitação dos professores e recursos pedagógicos digitais.



O KIT é constituído por um computador portátil, um hotspot de internet, uma mochila e uns headphones que vão ser disponibilizados, nesta fase, aos alunos do secundário que usufruem de ação social escolar.

O KIT da Escola Digital começou a ser entregue no AEMGA no dia 18 de dezembro de 2020.



O registo foi assinalado com a presença do Pai Natal. Feliz coincidência, estes 3 jovens passaram pelos serviços administrativos para desejar as Boas Festas e a primeira encarregada de educação estava a levantar o KIT para o seu educando. Aos poucos os kits vão sendo entregues e é com satisfação que verificamos o contentamento dos encarregados de educação e dos seus filhos/as com o computador, pois dizem que estes são mesmo necessários. ■

Profª Ana Machado

"A leitura é uma necessidade biológica da espécie. Nenhum ecrã e nenhuma tecnologia conseguirão suprimir a necessidade de leitura tradicional." ■

Umberto Eco

Prendas de Natal Originais... Para aprender a Brincar

Numa era onde a tecnologia faz parte do nosso dia a dia, o que será melhor do que oferecer, nesta época natalícia, algo que desperte o interesse pela mesma, mas que, ao mesmo tempo, estimule o raciocínio e a motricidade?!

Sugerimos, o LEGO MINDSTORMS EV3, que combina a diversão e a versatilidade da construção LEGO com a lógica e as bases da tecnologia. O LEGO MINDSTORMS EV3 mostra um mundo de robôs que andam, falam e pensam, fazendo, assim, quase tudo o que podemos imaginar. Com o suporte de um *tablet*, computador ou telemóvel podemos programar os nossos pequenos robôs. Depois da compra deste equipamento é recomendável que descarregue a *app* grátis "Robot Commander" ou utilizar o comando de infravermelhos, incluído em cada *kit*. É possível visualizar os inúmeros programas e robôs já feitos pela comunidade no *website* oficial da LEGO e, inclusive, partilhar os seus.



Para os mais experientes, e que tenham o gosto pela programação e pela robótica, recomendamos aventurarem-se pelo mundo do "Arduino". Estes pequenos robôs são capazes de tudo o que possa imaginar, desde subir a árvores, evitar obstáculos e até detetar infravermelhos. Existem bastantes *kits* disponíveis no *website* do "Arduino". Para os menos experientes em programação, recomendamos que comecem pelo "Arduino starter kit", um kit mais acessível do que o da LEGO, mas muito mais complexo. Para aprender o básico do "Arduino", recomendamos que visualize os tutoriais em "Arduino Project Hub".



Estas são as sugestões da turma do **Curso Profissional de Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, 3.º ano**: "brinquedos" pedagógicos, mas, também, incrivelmente divertidos. Com eles podes construir/ comandar os teus próprios robôs, em família ou com amigos. ■

Luciana Vieira

Um olhar sobre o ensino profissional...



GPSI ou Gestão e Programação de Sistemas Informáticos é um dos quatro cursos profissionais disponíveis no Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida. Trata-se de um curso que, apesar de parecer “fácil” por ser um curso profissional, pode apanhar desprevenidos os alunos que pretendam frequentá-lo para apenas obter o 12.º ano.

Esta ideia é completamente errada, visto que tanto a sua componente técnica como a teórica são complexas e requerem alguma atenção por parte dos discentes. Na componente técnica temos várias disciplinas, de caráter mais prático, como, por exemplo, **Programação de Sistemas Informáticos**, que é, de longe, a base do curso e pode ser desde o início uma dor de cabeça aos alunos que não se interessem pela disciplina, já que exige foco e tempo para compreender a linguagem de programação, que, neste caso, é o **C++**. Temos, ainda, **Sistemas Operativos (SO)**, uma disciplina bastante mais acessível, onde é estudado o funcionamento dos OS (*Operating Systems*), desde a sua criação até à forma como trabalha. Para muitos alunos é uma disciplina fácil de compreender, mas a sua enorme componente teórica exige algum estudo. **Redes de Comunicação** é uma disciplina técnica essencialmente teórica e exige uma boa capacidade de concentração aos alunos durante as longas aulas; já a disciplina de **TIC** é bastante mais leve, porém só é lecionada no 10.º ano ou 1.º ano do curso. Esta disciplina é completamente prática e ajuda-nos a dominar o *Excel* e o *Acess*, uma aplicação que vem incluída com o *Office*, que visa a criação e tratamento de bases de dados. É, também, esta disciplina que nos apresenta a linguagem de programação HTML, que é aprofundada, no 11.º ano, na disciplina de **Redes de Comunicação**. Por último, mas não menos importante, a disciplina que é, provavelmente, mais amada pelos alunos que ingressam em GPSI, **Arquitetura de Computadores**. É uma disciplina técnica com bases teóricas que estuda a gestão e manutenção dos computadores e de cada um dos seus componentes. Tudo o que aprendemos é posto à prova no contexto de formação em trabalho ou estágio (600h), nos 11.º e 12.º anos, em empresas renomadas.

Não menos importantes, as disciplinas da componente sociocultural são: Português, Matemática B, Físico-Química B, Inglês e Área de Integração. Em todas elas, os conteúdos dados no ensino básico são explorados e aprofundados, nos diferentes módulos, com o objetivo de preparar os alunos para os Exames Nacionais de Matemática B, Físico-Química B, Português ou Inglês.

Todos os anos, **alunos do ensino profissional fazem exames e ingressam no ensino superior**. Por isso, a ideia de que o ensino profissional é para maus alunos é falsa. **O ensino profissional promove o sucesso, assim como o ensino regular.**

Segundo Teresa Damásio, uma das principais vozes portuguesas na defesa do ensino profissional, numa entrevista ao jornal *Diário de Notícias*, um aluno do ensino profissional “quando ingressa no ensino superior, regra geral, revela melhores resultados do que os outros alunos. Porque está mais habituado a exposições orais e porque têm de fazer um prova de aptidão profissional (PAP), que é uma autêntica tese de mestrado.”

Este curso é, obviamente, feito para aqueles que são apaixonados pela informática e por tudo o que a rodeia, desde a sua programação até à gestão dos equipamento que a compõem e que pretendem um dia prosseguir estudos para o ensino superior e/ou ingressar no mercado de trabalho, já que se estima que atualmente falem cerca de meio milhão de técnicos informáticos na União Europeia. Se ficaste agradado com este pequeno artigo, e achas que GPSI é o teu futuro, pesquisa sobre o curso e vem aprender informática na ESMGA. Apesar de ser um curso predominantemente masculino, as turmas são sempre mistas.■

2.º GPSI

“Dê ao homem um peixe e ele se alimentará por um dia. Ensine um homem a pescar e ele se alimentará por toda a vida.”■

Provérbio chinês, atribuído a Lao-Tsé



Entrevista a Vera Ferreira

Espinho, 13 de dezembro de 2020

Vera Ferreira tem 17 anos e é aluna da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida. Frequenta o 3.º ano do Curso Profissional de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade e está, neste momento, a experienciar o mundo de trabalho através da Formação em Contexto de Trabalho – FCT, que este curso exige. É na Loja *Online*, de roupa, que se designa CAHAYA, que está a pôr em prática tudo aquilo que tem aprendido ao longo do curso.

MM: Olá Vera! Antes de mais espero que estejas bem. O intuito desta entrevista é conhecer melhor a tua experiência de estágio, no âmbito do Curso Profissional de Comunicação Marketing Relações Públicas e Publicidade. E, para começar, gostava de saber o curso que frequentas correspondeu às tuas expectativas iniciais, visto que ele está a terminar?

VF: Olá!! Bom, no primeiro ano do curso era tudo uma novidade e foi o ano em que mais aprendi em todas as disciplinas. Infelizmente, a algumas disciplinas sinto que não estou a evoluir o necessário, ou seja, o que eu esperava, no entanto, a nível geral gosto muito do curso e dos professores, principalmente da diversidade das disciplinas práticas.

MM: Porque que escolheste esta área, ou seja, o curso de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade?

VF: Para ser sincera no início não pensei muito nisso, mas pareceu-me uma área interessante e é um curso que tem grande saída, então decidi experimentar.

MM: Qual é a área ou disciplina que gostas mais e com a qual te sentes mais à vontade?

VF: Sinto-me mesmo à vontade em Educação Física, mas também adoro o *Marketing*, pois gosto de imaginar coisas inovadoras e saber as estratégias que cada marca utiliza.

MM: No ano passado iniciaste a Formação em Contexto de Trabalho, a que estarás mais habituada a

chamar de “Estágio”, que devido à Pandemia teve de ser interrompida. Este ano, já iniciaste novamente, onde precisamente?

VF: Este ano comecei a estagiar numa loja de roupa, *online*, e estou no armazém da mesma, em Vila Nova de Gaia.

MM: Como se chama a loja?

VF: CAHAYA, que significa Luz.

MM: E o que fazes lá?

VF: Então, o meu trabalho passa por todo o processo logístico até o produto chegar aos clientes. Mantenho contacto com as pessoas que enviam mensagens para a loja, efetuando as encomendas, e esse é o trabalho digital. A partir daí, o processo é manual. Tudo tem de ser feito com a máxima atenção para que o cliente, efetivamente, fique contente com o serviço e queira voltar a comprar. Depois do cliente ter feito e pago a encomenda, é hora de etiquetar a peça, embalá-la com o máximo cuidado, registar a morada do cliente e fazer o registo do RF, que é a referência dos CTT, empresa transportadora. Aí, a encomenda fica pronta para ser enviada e depois, por vezes, dirijo-me ao posto dos correios para enviar todas as encomendas diárias. Todos os dias é necessário, também, organizar o armazém, porque é importante encontrar todas as peças e saber distingui-las na hora de preparar as encomendas.

MM: Consideras que estás a aprender? Se sim explica-me o quê.

VF: Sim, penso que estou a aprender, pois é uma área de atendimento ao público, embora que de maneira digital, precisamos de abordá-lo da maneira mais adequada e clara. É preciso ter muita responsabilidade e atenção nas encomendas que são enviadas todos os dias para que não haja nenhuma falha!!

MM: Sentes que estás a pôr em prática aquilo que aprendeste ao longo do curso?

VF: Sim, sobretudo na maneira de abordar as clientes!!

MM: Sei que foste tu quem teve a oportunidade de escolher onde experienciar o mundo do trabalho. Porquê esta loja?

VF: O meu orientador de estágio sugeriu esta ideia. Como sempre gostei de moda e vi que a loja era especial e única, pois não vende nada igual a outras lojas semelhantes, eu aceitei, e vi que seria uma boa oportunidade para aprender e evoluir dentro de um ambiente que me agrada!!

MM: Para ti qual é a importância de um estágio, nos cursos profissionais?

VF: Para mim, além da experiência, conseguimos ter uma base sólida do que é o trabalho e a responsabilidade do mesmo, pondo, assim, em prática tudo o que aprendemos ao longo do curso. Comparando este tipo de curso a um curso científico e/ou humanístico, sem dúvida que os alunos saem mais preparados para o mundo do trabalho, que é o que nos espera a todos.

MM: Sentes que depois deste "estágio" estarás preparada para o mundo do trabalho?

VF: Sim, acredito que daqui a uns meses esteja mais do que pronta para entrar no mundo do trabalho!

MM: Imaginas-te no futuro a fazer este tipo de trabalho?

VF: Sim. Imagino-me sempre à procura de novidades e a interagir com o público.

MM: Por último, gostava de saber se indicavas ou se aconselhavas este curso a alguém e, por consequente, a experiência do estágio?

VF: Sim, aconselho o curso principalmente para quem é criativo, gosta de como o mundo está a evoluir a nível do marketing e para quem gosta de comunicar e interagir com o público!

MM: Obrigada e boa sorte!

VF: Obrigada eu!.

Entrevistadora: Mariana Malheiro, 3.º ano CP_CMRPP

Entrevistada: Vera Ferreira, 3.º ano CP_CMRPP

Ensino profissional... uma via mais fácil?!

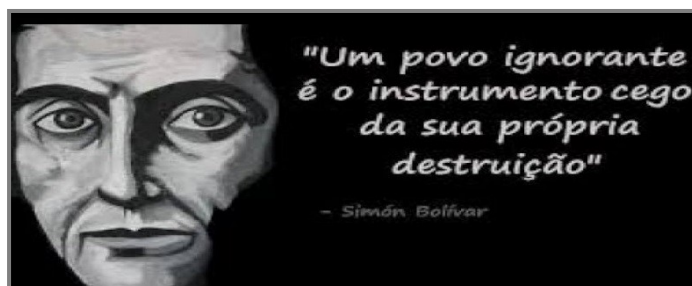
Estamos a chegar ao final do 1.º período. É tempo de fazer um balanço sobre a nossa experiência no ensino profissional!

Felizmente, podemos dizer que não estamos arrependidos da escolha que fizemos. Foram meses de muito trabalho, sobretudo nas disciplinas da componente mais prática (Automação e Comando, Sistemas Digitais...). Nem tudo foi fácil, mas tentamos cumprir ao máximo os nossos objetivos...

Não é tão "fácil" como se diz! O horário é muito extenso, os professores rigorosos e por vezes rígidos. As disciplinas da componente sociocultural são idênticas às do ensino regular, mas nas disciplinas da componente técnica metemos as mãos à obra, aprendemos, quem sabe, um ofício para o futuro. Não, não é assim tão fácil quando queremos fazer as coisas bem, quando queremos bons resultados e ter competências! É preciso empenho, porque, para o ano, há estágio e queremos mostrar que sabemos trabalhar, que sabemos estar e que desejamos evoluir.

Estamos orgulhosos do percurso que escolhemos!■

1.ºano CP EAC



CURSO PROFISSIONAL de CMRPP



Em 2021, PROTEGE-TE



Comunicação. Marketing. Relações Públicas. Publicidade

Os alunos do 3ºano (12º ano) do CP CMRPP (Curso Profissional de COMUNICAÇÃO, Marketing, Relações Públicas e PUBLICIDADE), realizaram este painel, no âmbito das disciplinas de CGA/CPC com as docentes Dulce Prata e Ana Magalhães.■

Professora Dulce Prata

"Os progressos obtidos por meio do ensino são lentos; já os obtidos por meio de exemplos são mais imediatos e eficazes."■

Sêneca

Estudo de Pictogramas - 11ºCMRPP

Na disciplina de Comunicação Gráfica e Audio-visual, os alunos do 11º ano do Curso Profissional de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade tiveram contacto pela primeira vez com o programa de desenho vetorial “Illustrator” onde, utilizando ferramentas de desenho vetorial, desenvolveram a construção de alguns pictogramas conhecidos e signos de sinalética utilizados em locais públicos com o intuito de fornecer indicações simples. O objetivo era a representação gráfica simples, esquemática e normalizada, pretendendo significar uma ideia, conceito, reconhecível por todos, utilizando uma linguagem visual o mais universal possível.

Alguns exemplos dos trabalhos das alunas Adriana, Diana, Inês e Liliana – 11ºCMRPP ■



Desenho no Illustrator – 11ºCMRPP

Também no “Illustrator” os alunos tiveram oportunidade de utilizar ferramentas de desenho que permitissem vetorizar uma imagem. A aluna Liliana representou um dos seus animais de estimação utilizando a caneta simples tendo como base uma fotografia do mesmo. ■



Cartaz de Natal - 11ºCMRPP

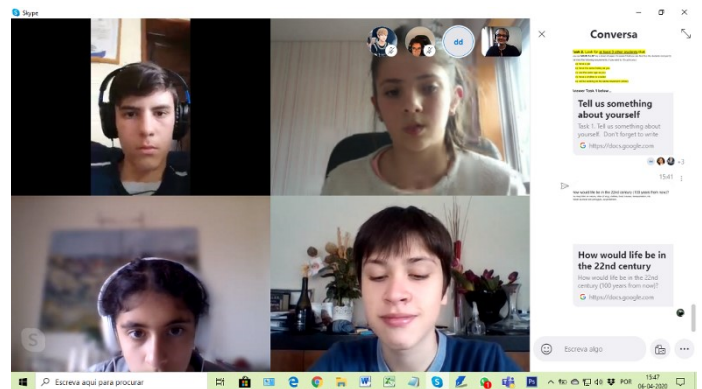
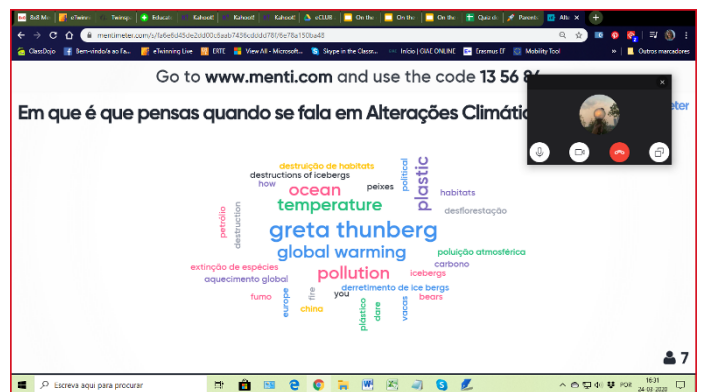
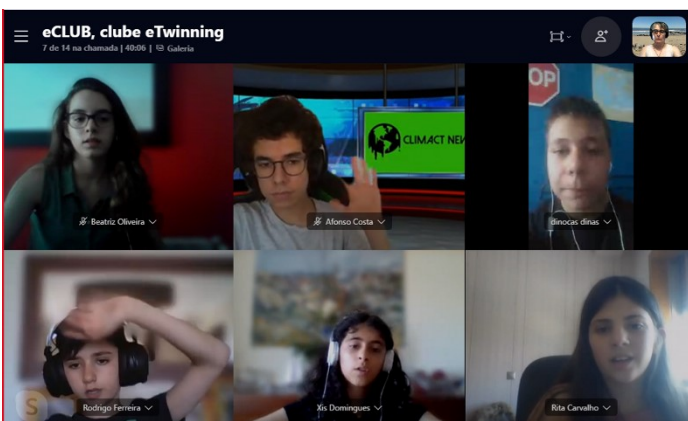


Ainda no Illustrator, utilizando ferramentas mais variadas, como a introdução de texto e a construção de formas mais elaboradas, os alunos do 11º ano do Curso Profissional de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade elaboraram cartazes onde desenharam composições visuais alusivas ao tema do Natal. ■

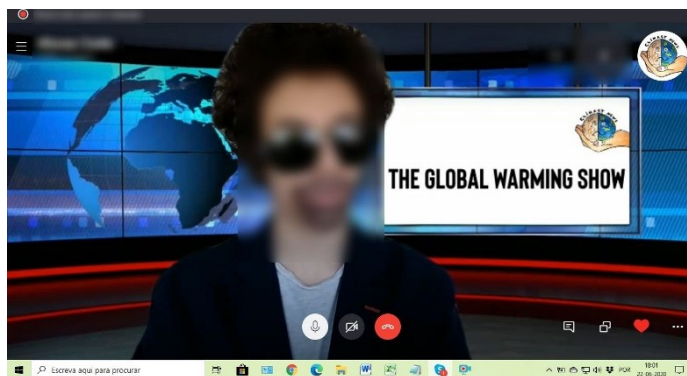
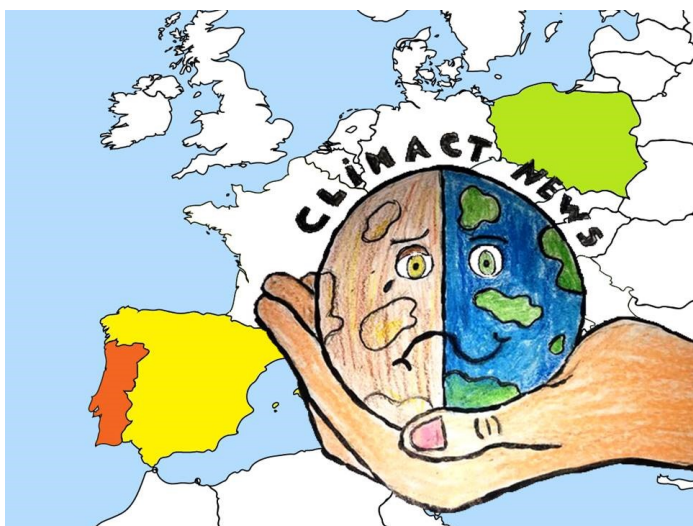


A resposta afirmativa foi dada pelos alunos do eCLUB do AEMGA.

O desafio para trabalhar num projeto sobre alterações climáticas foi lançado em março, pouco antes de as escolas encerrarem por causa do coronavírus, aos membros do eCLUB, o clube Skype/eTwinning do AEMGA. Tudo começou com o interesse manifestado pelos membros deste clube em trabalhar num projeto *eTwinning* relacionado com as alterações climáticas, a necessidade de chamar à atenção para estes problemas e de agir. Com o encerramento das escolas anunciado no final do 2º período do ano letivo passado, tornou-se importante tomar uma decisão: abandonar a ideia ou levá-la por diante.



Apesar de todos saberem o quão difícil iria ser concretizar um projeto em circunstâncias tão peculiares, ninguém arredou pé, todos quiseram continuar. E assim, com a devida autorização dos encarregados de educação, o projeto arrancou logo na semana seguinte, ainda durante as férias da Páscoa. No imaginário deste projeto, os alunos parceiros são repórteres do futuro ao serviço de uma estação de TV do ano 2121 e viajam no tempo até ao ano 2020 para se inteirarem dos diversos problemas que as populações de então sofrem, consequência das alterações climáticas (aquecimento global, degelo, subida da água dos mares, fogos florestais, poluição, entre outros). Daí o seu nome “ClimACT News”. Sendo uma comunidade de escolas europeias, o *eTwinning* oferece uma plataforma *online*, chamada *TwinSpace*, aos membros que pretendam desenvolver projetos entre si. Mas, em condições normais, os professores têm a escola para poderem apoiar e trabalhar com os seus alunos nos vários projetos que promovem. Ora, nesta parceria *eTwinning*, que contou com outras duas escolas da Espanha e da Polónia, tal não aconteceu. Tudo foi feito totalmente *online*, com os alunos a trabalharem sozinhos a partir de casa, devido à situação de exceção que o mundo vive atualmente. São objetivos do eCLUB, entre outros, incentivar a curiosidade dos alunos pelo mundo que os rodeia; fomentar o gosto por aprender; educar para uma cidadania ativa, nomeadamente para a sustentabilidade ecológica; desenvolver a autonomia e a criatividade; desenvolver competências digitais e nos domínios



vido pela Escola Superior de Gestão e Tecnologia de Lamego, no passado dia 28 de novembro.■

Todo o trabalho desenvolvido, comentários dos participantes e produtos elaborados podem ser vistos neste link: <https://twinspace.etwinning.net/112997/home>

Professora Manuela Correia

Logótipo Projeto eTwinning – 10º CMRPP



No âmbito do Projeto de Cidadania e Desenvolvimento, os alunos do 10º ano do Curso Profissional de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade desenvolveram, na disciplina de Comunicação Gráfica e Audiovisual, o estudo de um logótipo que visa representar os 4 países envolvidos no projeto eTwinning intitulado "Sport 4 peace & trust" sendo eles a Bélgica, Itália, Turquia e Portugal. O objetivo da proposta mais votada pelos alunos desta turma, foi representar de uma forma simples e compreensiva os 4 países envolvidos, ao mesmo tempo que fazia referência ao desporto e a valores como a amizade e a união.■

Bruno, Gil e Guilherme – 10ºCMRPP

"A verdadeira viagem de descobrimento não consiste em procurar novas paisagens, e sim em ter novos olhos."■
Marcel Proust

"As viagens dão uma grande abertura à mente: saímos do círculo de preconceitos do próprio país e não nos sentimos dispostos a assumir aqueles dos estrangeiros."■
Barão de Montesquieu

nios da Comunicação, das Línguas e da Geografia; incrementar a estratégia de internacionalização do agrupamento. Nas reuniões semanais no Skype com a professora responsável por este clube, Manuela Correia, o trabalho colaborativo quer no *TwinSpace* quer na *Google Drive*, o recurso a tantas outras aplicações e ferramentas adequadas aos fins pretendidos e o trabalho autónomo, contribuíram de forma muito significativa para que o desenvolvimento de competências ocorresse e para que os conhecimentos fossem aplicados de uma forma prática, integrada e criativa. Forçados a estar em casa, os nove membros do eCLUB estiveram à altura do desafio que lhes foi lançado e os resultados estão à vista. Com esta parceria, os alunos portugueses, espanhóis e polacos, trabalhando sempre em colaboração e em equipas internacionais, foram capazes de criar três pequenos programas de cariz ambiental para a "ClimACT News", a tal estação de TV do ano 2121. Este projeto, entretanto, distinguido com o Selo Nacional e o Selo Europeu de Qualidade eTwinning, foi apresentado em detalhe no IV Encontro de Práticas Pedagógicas no Ensino a Distância, promo-

“Aprendendo a Conhecer o Outro”



Este projeto existe, desde 2015, no Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida. Surgiu, inicialmente, a partir da necessidade de dar vida a um armário antigo e bonito que se encontrava na escola. Assim, em troca de um livro que era oferecido e colocado no armário, o aluno recebia um desenho do seu rosto feito pelo professor António Rodrigues, dinamizador do projeto. Com esta iniciativa, conseguiram-se mais de 300 livros e, em colaboração com a biblioteca da escola e a Câmara Municipal, deu-se continuidade ao projeto através de sessões de leitura e dramatizações realizadas em instituições do concelho (lares de idosos e centros de recuperação de pessoas com deficiências), constituindo-se a equipa atual (Professores António Rodrigues — Educação Visual, Alzira Azevedo — Educação Visual e Helena Rocha - Português). Nos anos seguintes, subordinado ao tema “O conhecimento está em todo o lado”, este projeto manteve-se ativo através de iniciativas diversas que

promoveram a interdisciplinaridade entre a arte e a ciência, sensibilizando para uma educação ambiental e solidária, com o envolvimento de alunos dos vários ciclos de escolaridade.

Este ano, com o tema “Aprendendo a conhecer o outro”, privilegiamos a transdisciplinaridade, alargamos os horizontes, convidando escolas de outras regiões e países: Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida / Espinho; Agrupamento de Escolas de Castelo de Paiva; Agrupamento de Escolas Pêro Vaz de Caminha / Porto; Escola Portuguesa de São Tomé e Príncipe e Colégio Anglo de Araraquara no Estado de S. Paulo / Brasil, proporcionando a todos uma troca de experiências e de conhecimentos que promovem, nomeadamente, o respeito pela diferença e a interculturalidade.

Nesse sentido, desafiámos os participantes a imaginar o rosto do outro a partir de um pormenor fotografado e da sua descrição física/psicológica. Deverão ser usados materiais, meios de representação e formatos diferentes à escolha do aluno (desenho, pintura, colagem, etc.), pretendendo-se que esteja patente a representação gráfica/pictórica dos dados enviados por cada aluno.

Um dos objetivos será a exposição final dos trabalhos na plataforma digital de cada agrupamento, mostrando o respeito pelos olhares diferentes de cada um. Manifestamos desde já, o nosso apreço às escolas envolvidas, pela disponibilidade e interesse demonstrados em promover esta iniciativa e envolver os seus alunos numa produção criativa, da qual esperamos brevemente poder saborear os primeiros frutos. ■

Espinho, 10 de dezembro de 2020

A equipa do Projeto Armário Solidário

armário solidário

Leva um desenho e deixa um livro

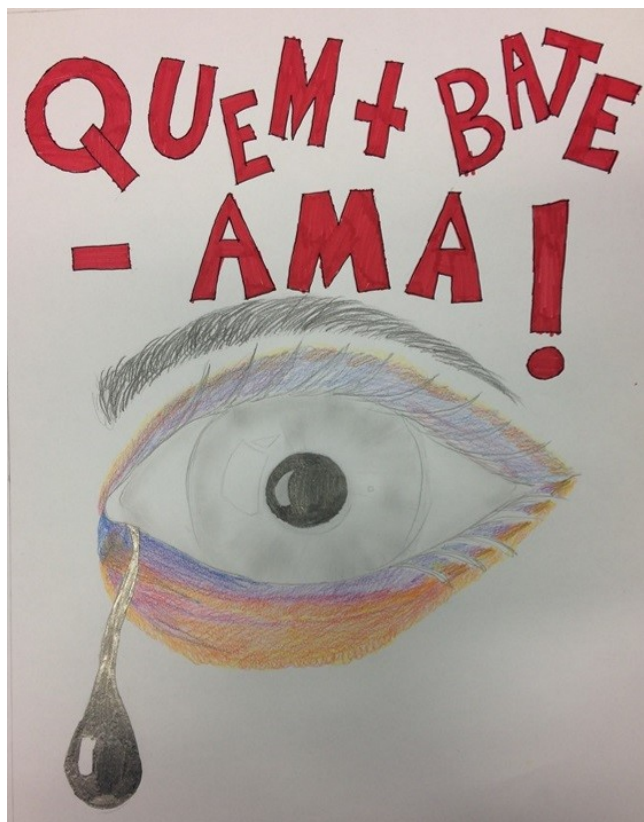
para um lar de idosos da nossa cidade.

“O bom de um livro é que se leia”
Umberto Eco

Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida - Espinho

ARMÁRIO SOLIDÁRIO

Dia Internacional pela Eliminação da Violência Contra as Mulheres

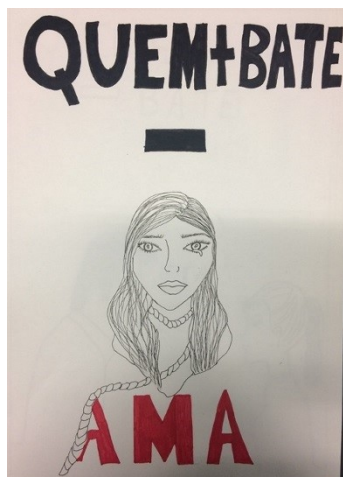


O trabalho apresentado no âmbito do **Dia Internacional pela Eliminação da Violência Contra as Mulheres**, foi realizado na disciplina de Educação Visual, com a ajuda da professora Cristina Jorge, em resposta ao desafio apresentado pelo PPES. O trabalho teve como slogan a frase “**Quem Mais Bate, Menos Ama**”, proposta pela turma 9^º3^ª.

Após o termo da tarefa foi pedida uma opinião aos alunos implicados na atividade:

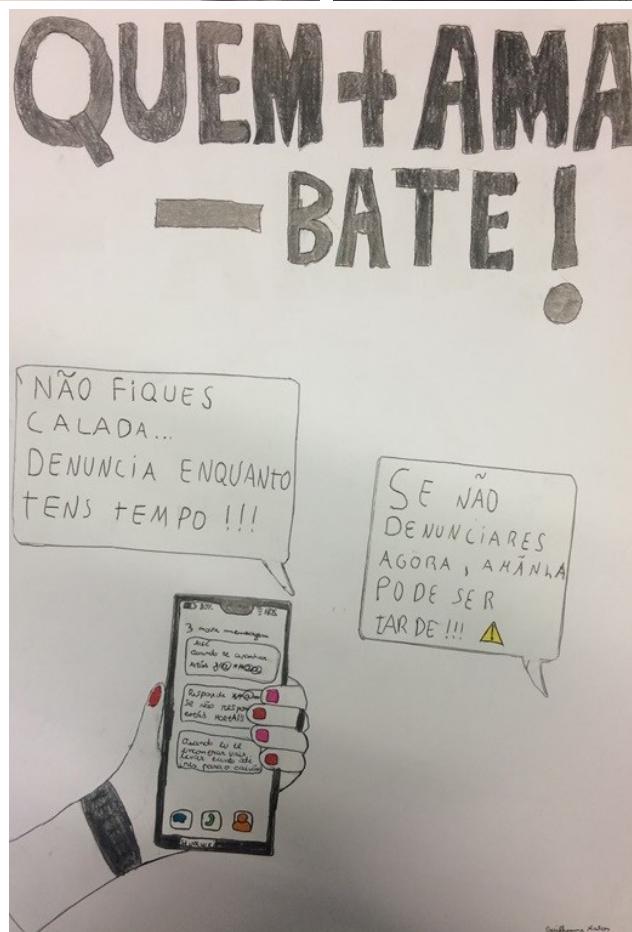
Rita Moreira: “Gostei da proposta, porque acho que o tema é muito importante e deve ser lembrado. Penso que as pessoas se esforçaram, conseguiram trabalhos bonitos e que passam uma mensagem importante”.

Afonso Silva: “Gostei de realizar o trabalho, pois é importante educar os jovens e fazê-los perceber a importância deste problema na sociedade.”



Telma Sousa: “Acho que os trabalhos foram bons e que todos se empenharam fazendo o seu melhor, para passar a mensagem”.

Assim, no geral, este foi um excelente tema de trabalho, o qual obteve bons resultados visíveis nos desenhos dos alunos que mostram o impacto da violência sobre as mulheres.



Como diz no artigo 152 do Código Penal, Violência Doméstica ocorre quando existem maus tratos, sejam físicos ou até mesmo psicológicos.

Nem todos os tipos de Violência deixam marcas visíveis, contudo a violência é um problema transversal, ocorrendo em diferentes contextos, independentemente dos fatores sociais, económicos, culturais e etários.

Não ignorem, denunciem!■

Sofia Galão, 9^º3^ª

Projetos Educativos promovidos pelo Município em parceria com o Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida

Município e Agrupamento de Escolas estabelecem parceria para dinamizar projetos de Educação

A Educação constitui-se como um dos fatores mais determinantes no desenvolvimento humano.

Tendo em consideração a proximidade e o conhecimento aprofundado que possuem do seu território e dos seus agentes educativos, os Municípios desempenham um papel cada vez mais significativo na área da Educação.

Ao nível da Educação, a Câmara Municipal de Espinho tem como objetivos fundamentais contribuir para uma Educação de qualidade e para o desenvolvimento humano integral da população, assim como promover um planeamento integrado e sistemático do desenvolvimento, potenciando sinergias, de forma a dinamizar a comunidade educativa numa perspetiva de prevenção e de Educação para a Cidadania.

O Município de Espinho procura, assim, responder aos diversos desafios que surgem, tanto ao nível da requalificação de equipamentos escolares, como ao nível da dinamização de iniciativas e pequenos projetos, devidamente articulados e desenvolvidos em parceria com os Agrupamentos de Escolas e restantes parceiros.

Atualmente, encontram-se a decorrer vários projetos educativos dinamizados para a comunidade escolar do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida, de forma a promover a igualdade de oportunidades e o bem-estar dos alunos:

Mandarin

Destinatários:

Alunos do 3.º e 4.º ano do 1.º ciclo do ensino básico dos estabelecimentos de ensino do AEMGA.

Parcerias:

Ministério da Educação, DGE, AEMGA, Universidade de Aveiro e Instituto Confúcio.

Objetivos:

- Ensino do Mandarin e a divulgação da cultura e da história chinesas como projeto pedagógico e estratégico para as escolas e as crianças do concelho;
- Relações empresariais e económicas que este concelho e esta região mantêm com mercados do Oriente.

O programa de ensino da Língua e Cultura Chinesa no ensino básico, contempla a lecionação de uma hora semanal para o 3.º e 4.º ano do ensino básico, de acordo com o calendário escolar, garantindo uma equipa docente por turma (par pedagógico), constituída por um docente português que leciona em estreita articulação com um docente nativo de língua chinesa.■

PIICIE – Plano Integrado e Inovador de combate ao Insucesso Escolar – Promover o Sucesso – Escola para todos



Destinatários:

Alunos do pré-escolar e do 1.º ciclo do ensino básico da Escola Básica de Silvalde.

Parcerias:

Área Metropolitana do Porto (AMP), Associação de Desenvolvimento do Concelho de Espinho (ADCE) e AEMGA.



O projeto – PROMOVER O SUCESSO – Escola para Todos – tem por missão promover o sucesso educativo, através de uma maior articulação entre os vários elementos da comunidade escolar, com especial enfoque nas famílias. Mobilizar sinergias e potenciar aptidões das crianças, no sentido de alcançar percursos escolares bem-sucedidos e experiências positivas acerca da escola.

O projeto/operação subdivide-se em duas ações:

- 1 – AFECTo - Aluno, Família, Escola, Comunidade (para Todos)
- 2 - TIC - Todos Incluídos no Conhecimento

O projeto contará com a afetação de recursos materiais e humanos, através do trabalho de técnicos que terão presença ativa nos contextos escolares alvo da intervenção, bem como noutros que se mostrem pertinentes e de interesse para a prossecução de percursos de sucesso.■



Na Escola Eu Tenho Tudo

Destinatários:

Alunos abrangidos pelas medidas seletivas e adicionais.

Parcerias:

AEMGA, Centro Social de Paramos (CSP) e Aero Clube da Costa Verde (ACCV).

Este projeto surgiu da necessidade de disponibilizar às crianças abrangidas pelas medidas seletivas e adicionais, a possibilidade de, em contexto escolar, poderem beneficiar de um conjunto de serviços terapêuticos visando não só as suas aprendizagens académicas como também as questões relacionadas com o seu desenvolvimento pessoal e social, saúde e bem-estar.

O objetivo é garantir que as crianças usufruam de tempos pedagógica-mente enriquecedores e complementares às suas aprendizagens, procurando desenvolver um conjunto de estratégias, assentes em parcerias sólidas com os agentes educativos e sociais, apostada numa metodologia solidária e inclusiva. É assegurado apoio na área da Terapia da Fala, Fisioterapia, Psicologia, Dança Criativa, psicomotricidade e adaptação ao meio aquático e hipoterapia.■



No Poupar Está o Ganho

Destinatários:

Alunos do 3º ano do 1.º ciclo do ensino básico | Alunos do 5º ano do ensino básico.

Parcerias:

AEMGA; Fundação Dr. António Cupertino de Miranda.

O projeto tem como principal objetivo transmitir aos alunos conhecimentos de educação financeira, para que se consciencializem da importância do dinheiro e possam adquirir competências que lhes permitam a tomada de decisões corretas e informadas no futuro, contribuindo para que sejam consumidores mais responsáveis. Este Projeto vai de encontro aos objetivos e temas definidos no Referencial de Educação Financeira promovido pelo Plano Nacional de Formação Financeira e pelo Ministério da Educação.

No ano letivo 2020 /21, devido à pandemia por Covid-19, o programa vai ser implementado da seguinte forma:

- E-learning- desenvolvimento de uma plataforma on-line
- o NEPG 4.0 acessível por computador, tablet e telemóvel;
- Visita ao Museu do Papel e Moeda pode ser realizada on-line;
- Proximidade: apoio e acompanhamento permanentes aos professores e alunos;
- Qualidade e credibilidade dos recursos pedagógicos;
- Continuidade: a implementação é feita anualmente.■

Regime de Frutas e Hortícolas nas Escolas



Destinatários:

Alunos do 1.º ciclo do ensino básico.

Parcerias:

AEMGA.

O Regime de Fruta Escolar (RFE) é uma iniciativa de âmbito europeu que pretende, através da distribuição gratuita de 1 peça de fruta 2 vezes por semana, promover hábitos alimentares mais saudáveis e capacitar as crianças e famílias para a adoção de competências que levem a um consumo de fruta em substituição de “lanches” de fraca qualidade alimentar. O programa prevê, para além da distribuição da fruta, a implementação de medidas de acompanhamento. Estas medidas, articuladas anualmente com os Agrupamentos de escolas, são parte integrante do programa e visam promover iniciativas educativas e de sensibilização garantindo a eficácia do Programa e reforçando a importância do consumo de frutas e hortícolas.■



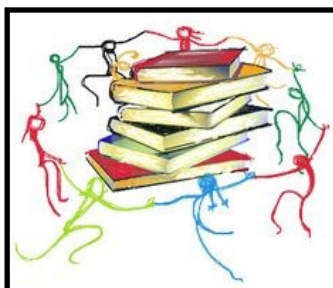
A Câmara Municipal dispõe do site <https://educacao.espinho.pt/pt/> que se constitui como uma ferramenta integradora e de articulação entre os diversos agentes educativos.

A partir do Portal Educativo poderá encontrar informação específica acerca da dinâmica do Município de Espinho na área da Educação, desde as iniciativas no âmbito da ação social escolar, aos projetos e estratégias de intervenção.

Promover a igualdade de oportunidades e o bem-estar dos alunos, constitui o principal objetivo das nossas iniciativas. O compromisso com a Educação será sempre uma preocupação do Município de Espinho.■

Dr.ª Susana Teixeira - CM





Biblioteca Escolar da EB n.º 2 de Espinho

A Escola Básica n.º 2 de Espinho continua em obras... a biblioteca escolar também sofreu alterações: para além da mudança física do seu espaço, ainda não está pronta para funcionar, mas a professora bibliotecária continua



em contacto com as educadoras e professoras através de emails, divulgando diversas iniciativas que poderão ser interessantes para as turmas (por exemplo o Dia Mundial das Bibliotecas Escolares; Concurso Nacional de Leitura; projeto "10 minutos a ler"... e presencialmente com algumas turmas, especialmente do 1.º e 2.º anos, na área de "Oferta Complementar", com histórias, pequenos filmes, músicas e onde conversamos e refletimos sobre os temas abordados, fazendo a ligação aos tempos atuais... Por vezes ainda fazemos uma ficha de leitura ou pequenos trabalhos manuais, muito do agrado dos alunos!

Ser amigo, cuidar do meio ambiente, perceber o que é ser otimista e ter autoestima, distinguir uma alimentação

saudável, aceitar e incluir nas nossas vidas as pessoas que são diferentes, foram alguns dos temas abordados nesta área, porque leitura e cidadania podem andar de mãos dadas.

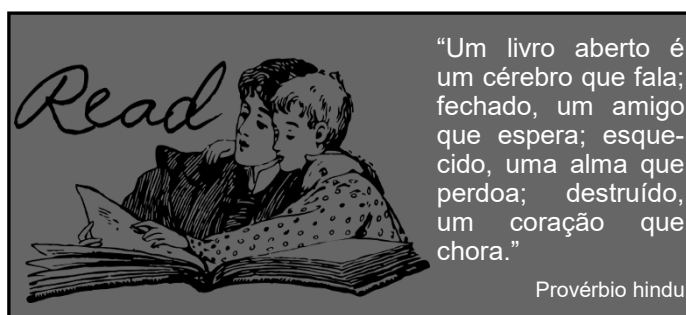


A biblioteca física não está disponível, mas através do blogue os alunos / encarregados de educação e professores podem aceder a diversos materiais disponibilizados.



Esperemos que o novo ano, nos traga a nova biblioteca, que tanta falta faz a esta escola, com tantos alunos! ■

Espinho, 16 de dezembro de 2020
A professora bibliotecária: Helena Maia



Biblioteca Escolar de Paramos em tempos de pandemia...

Em tempos de Covid, todos tivemos que nos adaptar a novas regras, a novas rotinas, a novos horários. As Bibliotecas escolares também tiveram de o fazer. A Biblioteca Escolar de Paramos adaptou-se a esta nova realidade, criando circuitos de circulação e novas regras de utilização, procurando garantir assim a segurança dos seus utilizadores. Foi destinado um dia da semana para cada turma do primeiro ciclo, para poder utilizar este espaço (tão procurado) de forma lúdica: a utilização dos computadores, dos tablets, a leitura, fazer desenhos ou jogos...

A limpeza e higienização do espaço também foi reforçada.

Apesar de não estar a funcionar o empréstimo domiciliário, foi colocado em cada sala, uma caixa com livros, de modo a facilitar a leitura, dando continuidade ao projeto "10 minutos a ler", que envolve já diversas turmas em todo o agrupamento.

Nesta altura de instabilidade, é importante pensar no lema deste ano do MIBE (Mês Internacional das Bibliotecas Escolares): **"Descobrir caminhos para a saúde e o bem-estar"**.

E aqui ficam as nossas sugestões: um forte apelo à higi-



ene; ao distanciamento social; ao uso da máscara; uma alimentação saudável e equilibrada; exercício físico para nos mantermos fortes e ativos; a leitura em todas as suas vertentes: de aquisição de conhecimentos, mas também na sua vertente lúdica e recreativa de modo a atingirmos o objetivo final: a tranquilidade, para enfrentarmos de forma serena mas atenta os desafios que o futuro nos reserva!■

Paramos, 15 de dezembro de 2020
A professora bibliotecária, Helena Maia

Dia Internacional dos Direitos Humanos

No dia 10 de dezembro, Dia Internacional dos Direitos Humanos, cerca de 375 alunos do 9.º, 10.º e 11.º anos (regular e profissional) da Escola Gomes de Almeida e Domingos Capela assistiram ao filme “Taxi Tehran”, do realizador iraniano Jafar Panahi, que desobedeceu pela terceira vez ao regime e saiu com o carro para as ruas de Teerão, fazendo de “Táxi” um exemplo de desafio aos que tentam restringir a liberdade de expressão e de criação artística.



Num misto de documentário e ficção, Panahi conduz um táxi em Teerão, mantendo conversas com as pessoas à medida que as transporta. Na viagem até ao destino falam de temas tão variados como a política nacional, os costumes locais, os direitos das mulheres ou a liberdade de expressão. As conversas captadas através de câmaras instaladas no táxi criam uma espécie de mosaico da sociedade iraniana. Alguns passageiros reconhecem o cineasta, outros suspeitam que ele não é taxista de verdade.



“Taxi” é o terceiro filme que Panahi dirige após ter sido condenado a seis anos de prisão e 20 anos de proibição de fazer cinema ou viajar por, alegadamente, realizar “filmes críticos do regime”.

A comemoração do dia Internacional dos Direitos Humanos também incluiu um debate na disciplina de História da Cultura e das Artes, pela turma de Artes Visuais do 10.º ano, com o programador artístico do FEST, Fernando Vasquez.

Ambas as atividades visaram reforçar a consciência cívica dos alunos sobre a importância e o valor dos direitos humanos e foram promovidas pela equipa do PNC e da FEST –AC, com o apoio do Parlamento Europeu (Prémio Sakahrov) e Doclisboa. A exibição do filme com sessões online foi promovida nas disciplinas de Inglês e Complemento à Educação Artística.

O Dia Internacional dos Direitos Humanos é comemorado anualmente a 10 de dezembro, a data em que a Declaração Universal dos Direitos Humanos foi adotada pela Assembleia Geral das Nações Unidas em 1948.■

Professora Isabel Ribeiro



No dia 10 de dezembro, a turma do 10⁵ de Artes Visuais celebrou o Dia Internacional dos Direitos Humanos. Esta iniciativa fez parte do plano de atividades de Enriquecimento Curricular da turma e dos domínios de Educação para a Cidadania.

A Declaração Universal dos Direitos Humanos é um documento solene que consagra os direitos das pessoas, não obstante a sua etnia, religião, sexo, idioma ou qualquer outro estatuto.

Para esta temática, articularam-se as disciplinas de Inglês e História da Cultura e das Artes com as professoras Isabel Ribeiro e Zélia Castro, respetivamente, que organizaram o visionamento do filme iraniano *Taxi Tehran* de Jafar Panahi. Um realizador que foi proibido pelo governo do Irão de filmar e de sair da sua propriedade privada por ser uma voz contra as autoridades do país.

Este filme foi premiado e trazido para a Europa sem a autorização do governo iraniano, colocando em risco a vida de Jafar, dos seus familiares e amigos e dos participantes do filme. Sendo assim, o realizador rasurou o nome de todos os envolvidos nos créditos e responsabilizou-se por todo o conteúdo.

Logo no início do filme temos um bom e sólido exemplo de uma transgressão abominável dos direitos humanos: a banalização de uma vida e a pena de morte. Este assunto é combustível para uma discussão efervescente entre um ladrão e uma professora, o homem era a favor da pena de morte como consequência dos atos interditos da população enquanto que a mulher repele a opinião do homem e este despreza-a assim descobre a sua profissão.

Na sequência do filme, houve a participação de Fernando Vasquez - programador do Festival Internacional de Cinema, também concebido como FEST - num pequeno debate de ideias relativamente ao filme e à questão direitos dos direitos humanos via Zoom.

O Irão é um país completamente heterogéneo, governa-

do por duas doutrinas, uma conservadora e outra extremista, e isto é bastante preocupante para um país em pleno século XXI.

Apesar de não termos tudo o que queremos (o que ninguém tem), só temos que agradecer por termos direitos no nosso Portugal: os direitos civis e políticos (direito de opinião, o direito de viver, o direito à propriedade privada...), direitos económicos, culturais e sociais (direito à educação, direito à saúde, direito à moradia...) e direitos difusos e coletivos (direito à paz, direito ambiental, autodeterminação dos povos...).

Nem nos acreditamos nas realidades de segundos mundos como o Irão, em que as pessoas são obrigados a viver sem estes direitos, que para nós são tão essenciais no nosso dia a dia. ■

Marta Estrela, 10⁵a



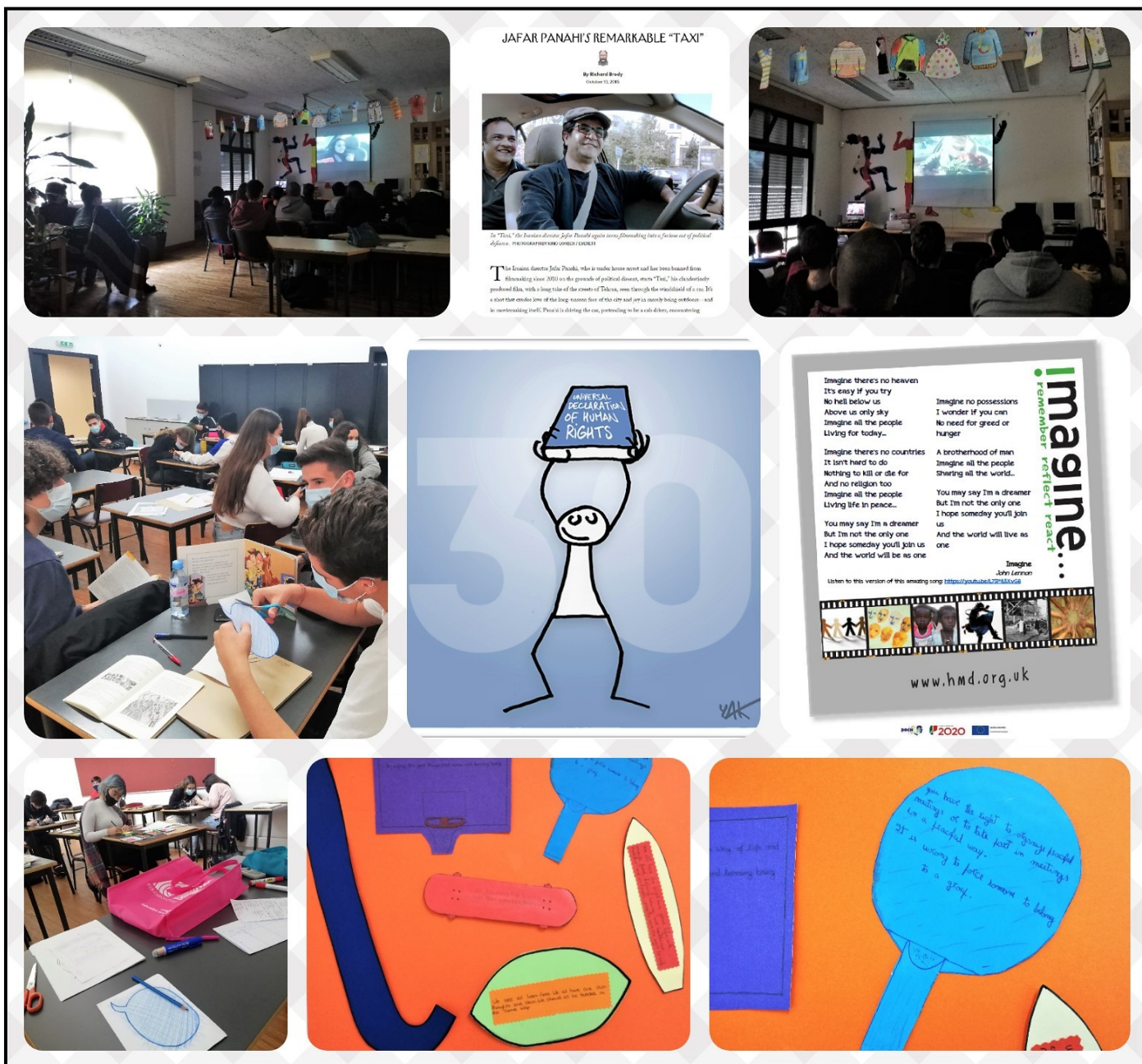
Eleanor Roosevelt analisa a *Declaração Universal dos Direitos Humanos*, em 1949. Este é, segundo o Guinness Book of World Records, o documento traduzido em maior número de línguas. Em 2009 já estava traduzido em 390 idiomas. ■

Turmas do Ensino Profissional exploram os Direitos Humanos



O Dia dos **Direitos Humanos** foi assinalado de várias formas pelos alunos das turmas do 10ºCMRPP, 10ºTD e

11ºTD, no âmbito do projeto eTwinning "**Sport 4 Peace & Trust**". As duas turmas do 10º ano leram versões



simplificadas dos 30 artigos da Declaração Universal dos Direitos Humanos e destacaram os mais diretamente relacionados com os seus cursos para, seguidamente, elaborarem um poster. Além disso, visionaram um vídeo alusivo à data, leram a letra de “Imagine” de John Lennon, cujo 40º aniversário da morte ocorreu no dia 8 de Dezembro, e viram um videoclip da música, criado por celebridades da atualidade. Os alunos dos restantes 3 países envolvidos no projeto (Bélgica, Itália e Turquia) desenvolveram atividades similares e elaboraram, igualmente, pósteres alusivos a esta importantíssima temática.

O 11º TD assistiu ao filme / documentário “Taxi” realizado por Jafar Panahi, um Iraniano que, impedido de filmar durante 20 anos, encontrou uma forma original de o fazer - saiu com um taxi para as ruas de Teerão e, utilizando várias câmaras e telemóveis, conseguiu dar a conhecer a sociedade iraniana contemporânea, fazendo de “Taxi” um exemplo de desafio aos que tentam travar a liberdade de expressão e de criação artística. Previamente, os alunos tinham lido um artigo do jornal The

New Yorker, intitulado “Jafar Panahi’s Remarkable “Taxi”, publicado em 2015. A turma juntou-se assim, a esta iniciativa da equipa do PNC do AEMGA e da FEST – AC, que tem o apoio do Parlamento Europeu (Prémio Sakahrov) e Doclisboa.

Os Direitos Humanos são um dos domínios a trabalhar no âmbito da Cidadania e Desenvolvimento das 3 turmas envolvidas nas atividades descritas e são temática recorrente nos projetos eTwinning desenvolvidos no nosso agrupamento.■

#sport4peaceandtrust #eTwinning #domingoscapela #aemga #direitoshumanos

Aceder ao TwinSpace do projeto “Sport 4 Peace & Trust” através do link:

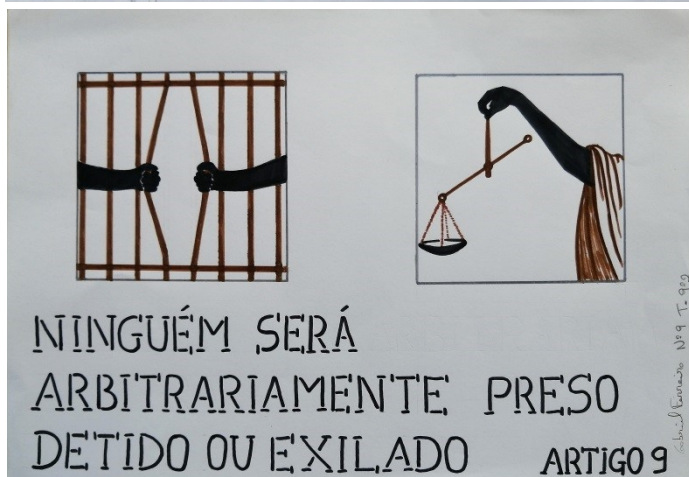
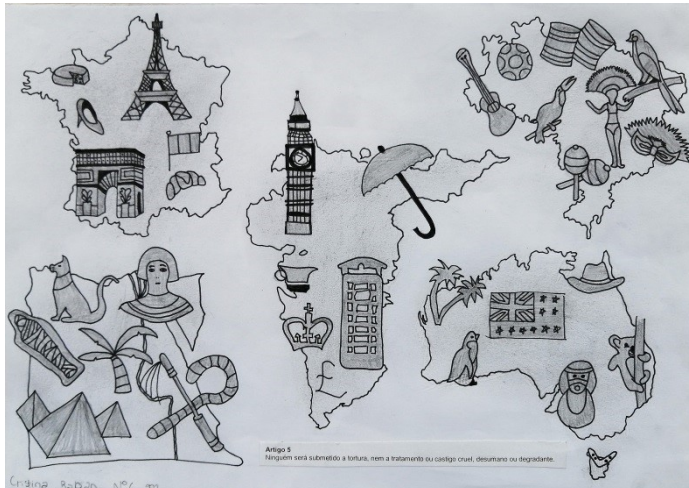
<https://twinspace.etwinning.net/134644/home>

Professora Marisa Rocha

“É no problema da educação que assenta o grande segredo do aperfeiçoamento da humanidade.”■

Immanuel Kant

Cidadão respeitador dos direitos humanos



Para assinalar o dia Internacional dos Direitos Humanos, as disciplinas de Educação Visual e Cidadania e Desenvolvimento, trabalharam em articulação no projeto, **“Cidadão respeitador dos direitos humanos”** na promoção dos valores universais que constituem a Declaração Universal dos Direitos Humanos. Na disciplina de Educação Visual, nas turmas do 8º3, 9º1 e 9º2, os alunos foram desafiados a trabalhar o desenho de ilustração deste documento. Nesta atividade, para além da reflexão individual e coletiva, sobre a importância dos



valores de cada um dos artigos, os alunos relacionaram processos de criação, desenvolveram formas estéticas e criativas de representação das ideias e manifestaram expressividade nos seus trabalhos. ■

A professora de Educação Visual, Carmo Pinto

“Os direitos humanos são violados não só pelo terrorismo, a repressão, os assassinatos, mas também pela existência de extrema pobreza e estruturas económicas injustas, que originam as grandes desigualdades.” ■

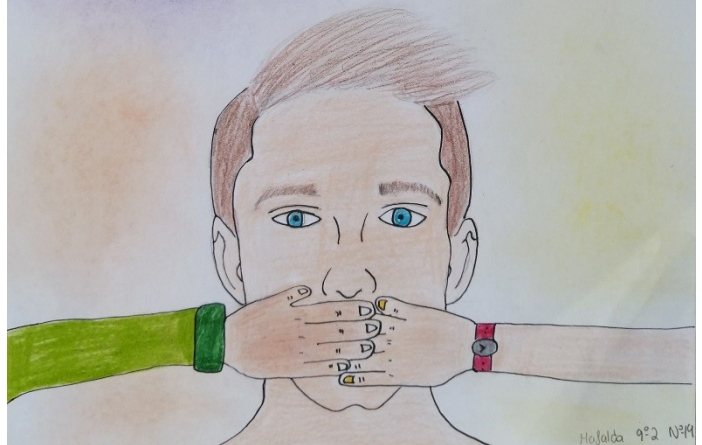
Papa Francisco

"Negar os direitos humanos das pessoas é questionar a própria humanidade delas."■

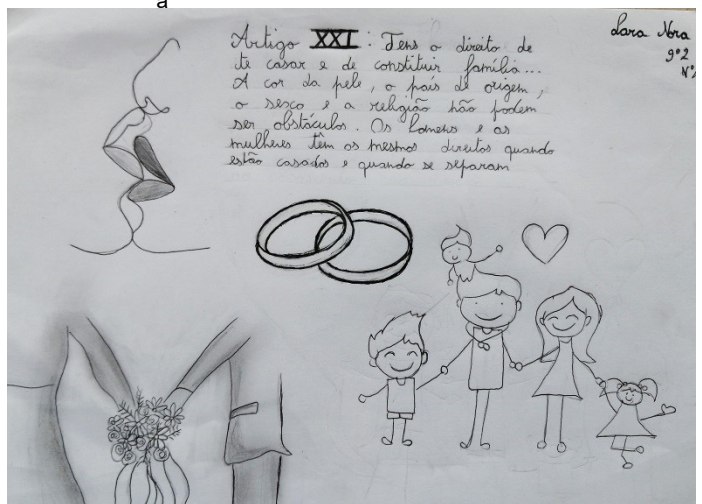
Nelson Mandela

"TODO HOMEM
TEM DIREITO À
Liberdade de
expressão e de
opinião"

Artigo 19



Mafalda 9º2 Nº4



Lara Abra
9º2
Nº

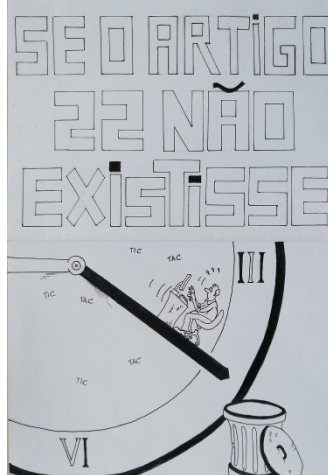
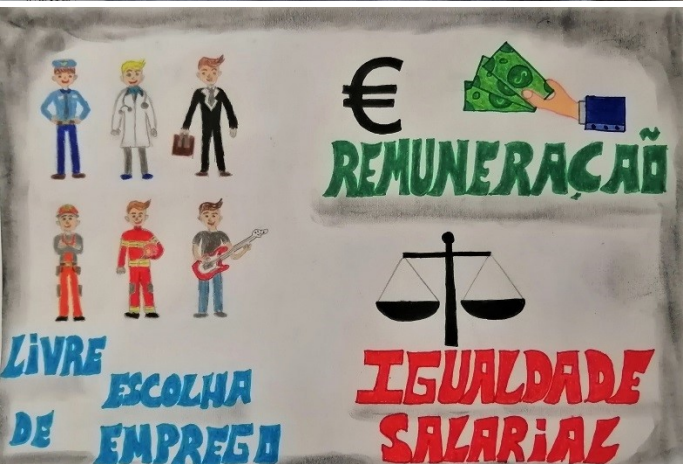


Maria Almeida, 9º1ª

Artigo 16
1) Os homens e mulheres de maior idade, sem qualquer restrição de raça, nacionalidade ou religião, têm o direito de contrair matrimónio e fundar uma família. Gozam de iguais direitos em relação ao casamento, sua duração e sua dissolução.
2) O casamento não será válido sendo com o livre e pleno consentimento dos nubentes.
3) A família é o núcleo natural e fundamental da sociedade e tem direito à protecção da sociedade e do Estado.



Artigo 11
1) Todo o homem tem direito à liberdade, sob as condições seguintes:
a) ninguém será arbitrariamente privado da sua liberdade.



Direitos humanos

Os direitos humanos, como todos nós sabemos, são os direitos básicos de todos os seres humanos, porém são muitas vezes violados pelo racismo e a xenofobia, por exemplo, que abordamos no nosso trabalho de grupo proposto pelo professor Paulo Pedro.

O racismo é um comportamento de discriminação contra um grupo com base nas suas crenças e cor de pele. Este preconceito foi manifestado em alguns momentos da História Mundial, como o holocausto e a escravidão e, mais recentemente, o assassinato de George Floyd nos EUA por um agente da polícia.

A xenofobia é a antipatia ou aversão pelas pessoas ou coisas estrangeiras e também, o preconceito ou atitude hostil contra o que é de outro país ou de outro meio.

Com este trabalho, no momento de realização do mesmo, ficamos chocadas com o número exorbitante de pessoas que sofrem isto diariamente e também pelo número de pessoas que no século passado e mesmo nos nossos dias lutam por estes direitos e são presas.

Concluimos que toda a gente tem o direito de viver sem ser discriminada e sem medo de que poderá vir a ser vítima destes preconceitos.

Para complementar a nossa exposição oral acerca deste assunto, decidimos fazer uma composição plástica em que abordamos, maioritariamente, o racismo, pois tem um impacto maior nas nossas vidas, uma vez que é muito mais falado. Contudo, não nos devemos esquecer, que a xenofobia lá por não ser muito falada não deixa de ser importante preveni-la, visto que cada vez mais acontecem situações deste género no nosso país. ■

Ana Rita Oliveira, Isa Iglésias, Sara Ribas, 9º5ª

Os Direitos Humanos são os direitos básicos de cada indivíduo, que devem ser garantidos a todos.

Destes direitos fazem parte, por exemplo, o direito à educação, saúde, todavia em muitos casos estes direitos não são assegurados nem cumpridos. Muitas vezes a violação destes direitos consta na exploração de seres humanos para fins lucrativos, como por exemplo o uso de mulheres e crianças para fins sexuais, sujeitando-as a condições desumanas.

Estas pessoas que sofrem de violações de direitos humanos, devido à falta de ajuda, permanecem nestas situações durante longos períodos de tempo.

Existem, hoje em dia, organizações e instituições que tentam zelar por estes direitos e ajudar quem se encontra nestas situações de desespero.

Com as novas tecnologias, através de simples ações, através de casa, através da internet, podemos ajudar quem mais precisa, assinando petições por exemplo.

São necessárias, neste momento, não só leis no papel, mas sim ações concretas.

No trabalho que eu e o meu grupo efetuamos, com a pesquisa que foi feita, conseguimos perceber, de forma mais próxima, quem sofre com estas explorações.

Na minha ótica foi um projeto que nos ajudou a compreender melhor esta situação e verdadeiramente darmos conta de que esta situação está mais perto de nós do que imaginamos. ■

Heitor Pinho, 9º5ª

Os direitos humanos são um conjunto de direitos reconhecidos como os mais básicos e imprescindíveis para a vida humana no planeta.

Não há distinção de classe social, cor, género, nacionalidade, região, orientação sexual ou de qualquer outro tipo que anule os direitos fundamentais da vida.

Nós realizamos um trabalho sobre este tema, no qual o contexto foi a violência no namoro. Com este trabalho pretendíamos sensibilizar as pessoas de que não só as mulheres como os homens sofrem atos de violência, chantagem e prática de atos sexuais sem consentimento.

Contudo, queremos alertar as pessoas vítimas desses atos de violência que, mesmo quando chantageadas, os devem denunciar às autoridades. Com essa atitude poderão ser salvas muitas vidas! ■

Maria Beatriz e Érica Carmo, 9º5ª

Os direitos humanos são direitos que toda a gente tem, sem nenhuma exceção, quer tenham uma cor de pele, etnia ou religião diferentes da nossa. Somos todos diferentes, mas todos iguais em relação aos nossos direitos. Existem pessoas que lutaram por estes direitos, visto que antigamente e também atualmente, existe violação dos mesmos. Algumas personalidades que lutaram por estes direitos foram: José Ramos-Horta, Eleanor Roosevelt, Martin Luther King Jr. e Mahatma Gandhi que é o autor da seguinte frase: "A injustiça em qualquer lugar é uma ameaça à justiça em qualquer lugar" que é um exemplo de que devemos todos respeitar os limites de cada pessoa.

Fizemos um trabalho de grupo na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento que é lecionada pelo professor Paulo Pedro, onde falamos sobre a violência doméstica, visto que este assunto constitui uma violação dos Direitos Humanos. No nosso trabalho criamos um *powerpoint* que apresentamos na turma e um cartaz com o slogan: "Não deixes que te tirem a cor, Diz NÃO à violência doméstica". Na nossa opinião, a violência doméstica não deveria existir porque é exatamente como explicamos, a nossa cor/alegria é nos retirada quando sofremos este tipo de abuso. Isto pode acontecer em qualquer tipo de relacionamento, quer seja homossexual ou heterossexual ou até familiar. ■

Carolina Fernandes, Maria Leonor Lopes, Maria João Ferreira e Danilo Oliveira, 9º5ª



Os Direitos Humanos pretendem explicar que todos os seres humanos não só têm deveres com também têm direitos, que devem ser iguais para todos independentemente da sua raça, cultura ou origem.

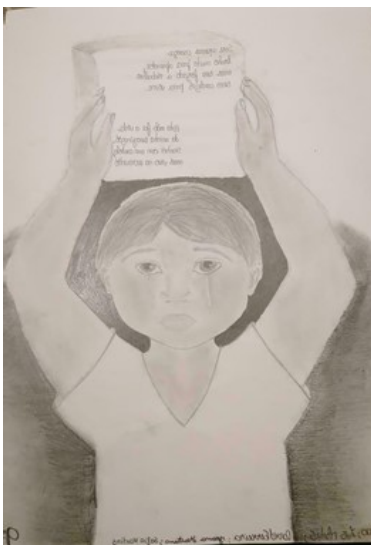
Somos todos humanos
mesmo por trás dos defeitos,
por isso exigimos,
todos os mesmos direitos.

Merecemos o respeito
e também a liberdade!
Não importa a cultura
nem a nacionalidade!

O trabalho infantil é uma forma de trabalho que envolve a exploração de mão-de-obra dos adolescentes e das crianças e que afeta o desenvolvimento de muitas vítimas desse tipo de trabalho. Nos dias de hoje ainda existem cerca de 168 milhões de crianças a trabalhar no mundo e este valor é certamente desumano.

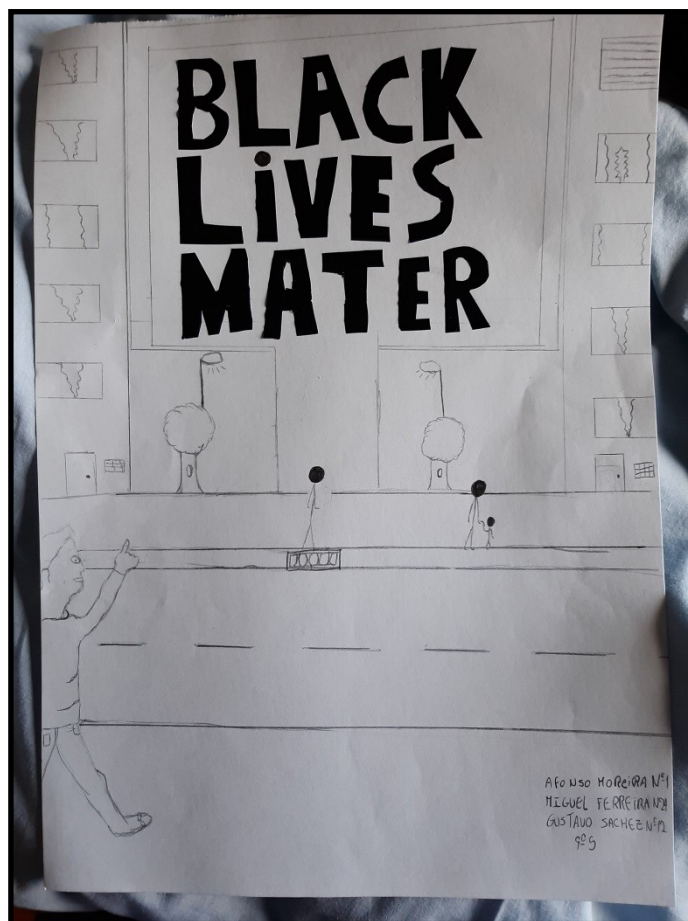
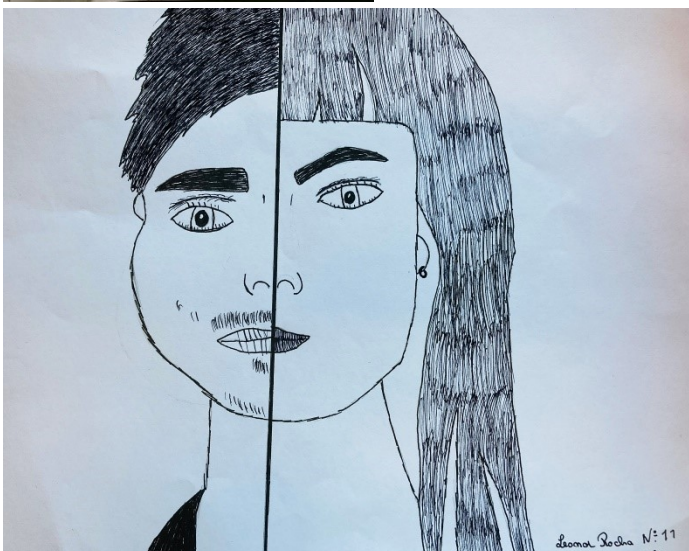
São apenas crianças
têm muito para aprender,
mas são forçadas a trabalhar
sem condições para viver.

Queriam poder ter a vida
igual à da imaginação!
Sonharam com um castelo
mas vivem na escravidão.

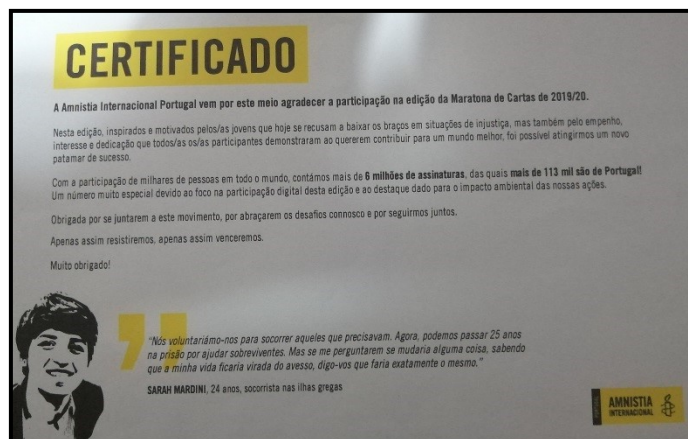


Neste cartaz representamos através de um desenho, como o trabalho infantil afeta muito a vida das crianças vítimas do mesmo, e o tijolo que o rapaz segura na cabeça simboliza o trabalho árduo que estas enfrentam a cada dia.■

Sofia Martins,
Joana Martins,
David Ferreira,
Luís Martins,
Eva Milheiro, 9º5ª



A professora Isabel Barrias, de Geografia, mais uma vez solicita a participação de todos na Maratona de cartas 2020, promovida pela Amnistia Internacional. O maior evento na defesa dos direitos humanos do Mundo.



O código de participação da nossa Escola é **DTIA**

ASSINATURAS QUE MUDAM VIDAS

Todos os anos enviamos centenas de milhares de cartas e assinaturas em defesa de pessoas em risco. E, todos os anos, uma mudança positiva e um impacto real acontece devido a essas ações.

A Maratona de Cartas é o exemplo de que juntos e juntas conseguimos fazer a mudança.

Juntos e juntas conseguimos vencer. Colaborem na defesa dos direitos humanos!■

Professora, Isabel Barrias

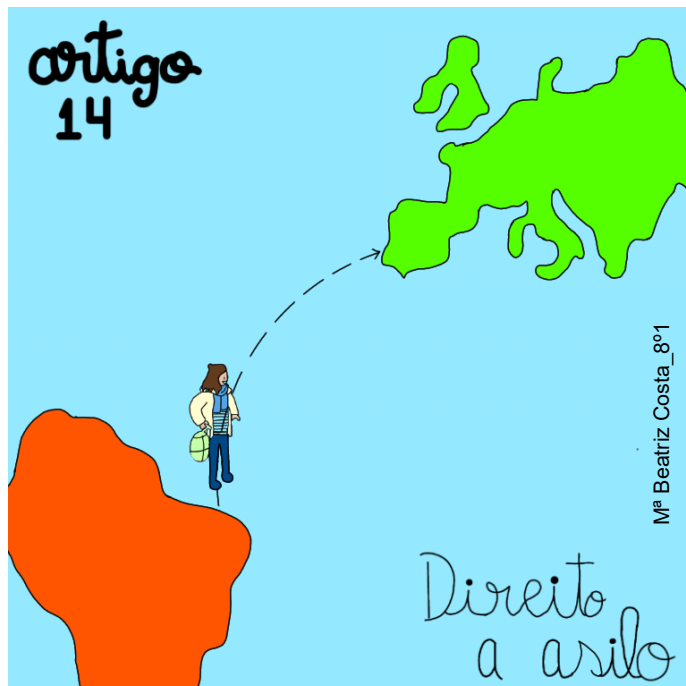
Pensar e representar, graficamente, os Direitos Humanos

Na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento, no âmbito da Comemoração da Declaração Universal dos Direitos do Homem, após a visualização e exploração de pequenos vídeos, foi solicitado aos alunos que refletissem acerca desta temática e que elaborassem uma representação gráfica dos vários artigos. A distribuição pelos alunos dos diferentes artigos da Declaração, foi realizada de acordo com o respetivo número de pauta, a atividade foi aberta às turmas 1, 2, 5, 6 e 7 do 8º ano. Os objetivos da atividade visaram dar a conhecer o contexto histórico da Declaração Universal dos Direitos Humanos, bem como, o teor dos diferentes artigos. Este projeto pretendeu, ainda, consciencializar para o facto de cada um ter de fazer a sua parte para que estes direitos se tornem uma realidade!

Levados a pensar sobre o assunto, uma aluna sugeriu um slogan motivador:

"VIVE TODOS OS DIAS PELOS DIREITOS DA TUA VIDA", vitória Loureiro, turma 8º2■

A professora, Almira Pinto



"A cada dia que vivo, mais me convenço de que o desperdício da vida está no AMOR que não damos, nas forças que não usamos, na prudência egoísta que nada ARRISCA, e que, esquivando-se do sofrimento, perdemos também a FELICIDADE. A dor é inevitável. O sofrimento é opcional."■

Carlos Drummond de Andrade



Artigo 21.º

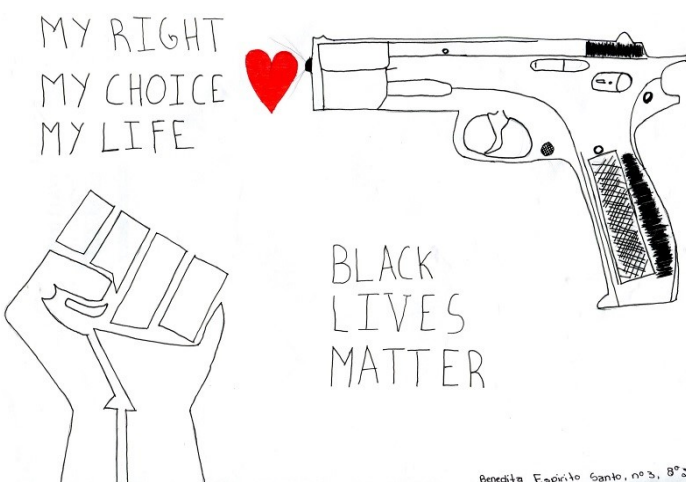
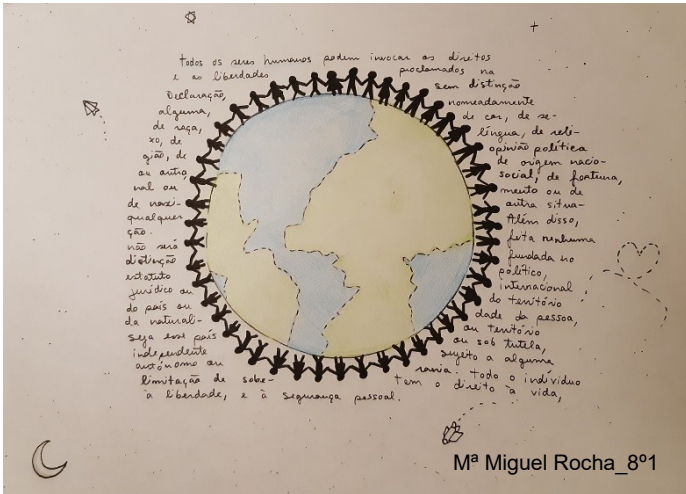
1. Toda a pessoa tem o direito de tomar parte na direcção dos negócios públicos do seu país, quer directamente, quer por intermédio de representantes livremente escolhidos.
2. Toda a pessoa tem direito de acesso, em condições de igualdade, às funções públicas do seu país.
3. A vontade do povo é o fundamento da autoridade dos poderes públicos; e deve exprimir-se através de eleições honestas a realizar periodicamente por sufrágio universal e igual, com voto secreto ou segundo processo equivalente que salvaguarde a liberdade de voto.



Mizuel Mota, 8º1

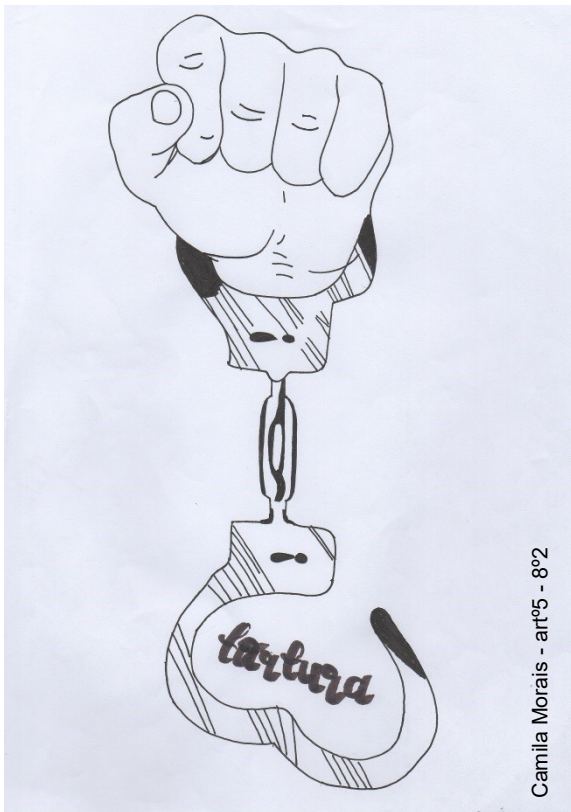
"Amo a liberdade, por isso as coisas que amo deixo-as livres. Se voltarem é porque as conquistei. Se não voltarem é porque nunca as tive." ■

Bob Marley



“Quando a sua ajuda aos semelhantes é fruto de motivação e preocupação sinceras, isso traz-lhe sorte, amigos, alegrias e sucesso. Se você desrespeita os direitos dos outros e descuida-se do bem-estar alheio, acabará imensamente solitário.” ■

Dalai Lama



"Sonha e serás livre de espírito... luta e serás livre na vida." ■

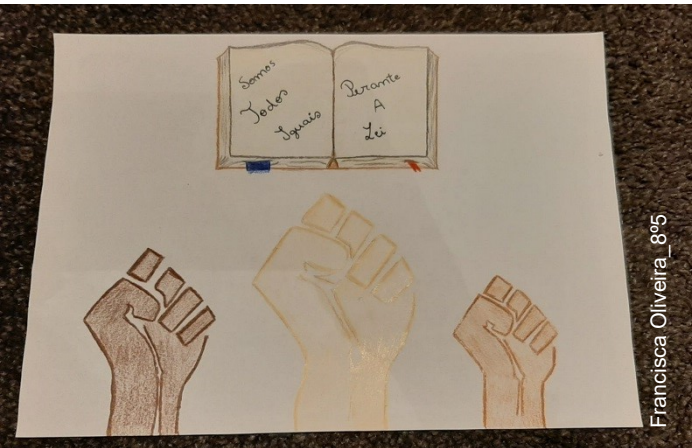
Che Guevara

"A solidariedade é o sentimento que melhor expressa o respeito pela dignidade humana." ■

Franz Kafka



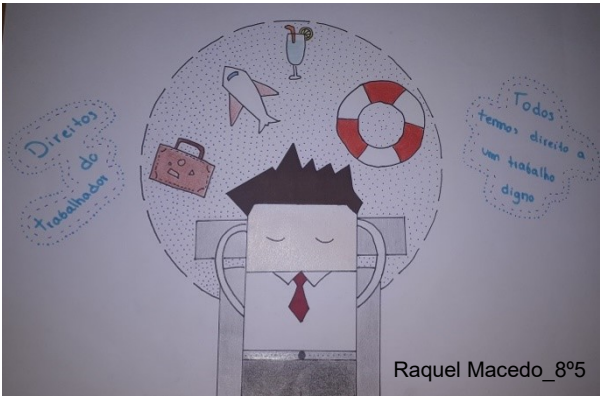
Lucas Silva_8º5



Mariana Neves_8º5



Inês Cardoso_8º5



Raquel Macedo_8º5

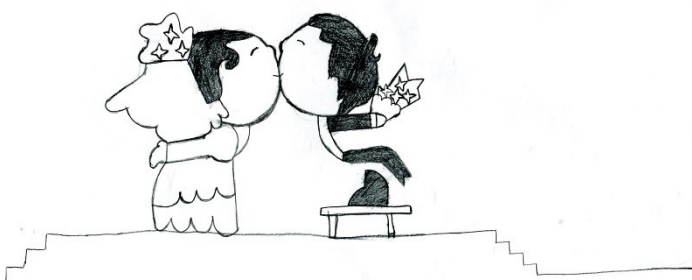


João Bernardes_8º5



Rita Silva_8º5

Não Discrimine



Direito ao casamento e família

"Eu aprendi que todos querem viver no topo da montanha, mas toda a felicidade e crescimento ocorre quando você está escalando-a." ■

William Shakespeare

"Seja qual for o país, capitalista ou socialista, o homem foi em todo o lado arrasado pela tecnologia, alienado do seu próprio trabalho, feito prisioneiro, forçado a um estado de estupidez." ■

Simone de Beauvoir

ARTIGO

INDEPENDENTEMENTE DE
TUDO, EU SOU UM
S . E . R HUMANO.
TENHO DIREITOS!!
DEVO SER JULGADO COMO TAL...



Liberdade
de

Movimento

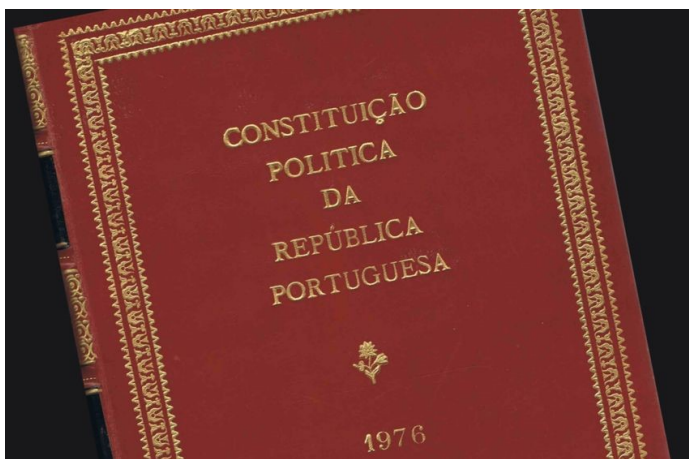
Inês Couto_8º7

Direito à privacidade



CRP em 30 minutos

No dia 25 de novembro de 2020, foi dada aos alunos a oportunidade de receber duas alunas da Universidade do Porto, que vieram fazer uma apresentação sobre a Constituição da República Portuguesa. Abordamos as várias constituições que estiveram em vigor no nosso país, associando cada uma a um período histórico. Tivemos também a possibilidade de folhear e explorar a Constituição da República Portuguesa de 1976. O manuseamento deste documento foi uma experiência muito importante já que alguns dos alunos pretendem seguir Direito na Faculdade. A apresentação foi de tal modo interessante que pedimos às alunas para permanecerem até ao fim da aula e continuarem na seguinte.



Durante este tempo tiramos dúvidas não só sobre a Constituição, mas também sobre o percurso académico das alunas, assim como os desafios que enfrentaram neste processo. Para a turma foi uma experiência recompensadora e inspiradora, já que recebemos conselhos para o nosso último ano de secundário assim como para a nossa vida universitária. A turma adorou esta oportunidade e gostaria de ter outras assim, pois são gratificantes e motivadoras, para o nosso percurso académico.■

Sara Silva, 12º7

"Quando adoecemos, queremos um médico extraordinário. Se temos uma construção a fazer, queremos um engenheiro fora de série. Somente quando estamos na política é que nos contentamos com homens comuns."■

Herbert Hoover

"As leis são teias de aranha pelas quais as moscas grandes passam e as pequenas ficam presas".■

Honoré de Balzac

25 de abril...



25 de abril,
Que data tão importante
Que pelo que aconteceu e revolucionou
Ficou para a história marcante.

Dantes não havia liberdade,
Não podíamos sequer dar opinião,
Mas para mudar isso, corajosos soldados
Lutaram com todo seu coração.

Na rua juntaram-se multidões
Que apoiavam, com força, a revolução
Com todo o seu coração gritavam
"Viva, viva a libertação!"

Famílias outrora separadas
Iam finalmente se encontrar
Uma nova era os esperava
E Portugal estava prestes a melhorar.

A todos os heróis daquele dia
Aqui fica o meu obrigada.
Graças a vós tenho liberdade
E a vida que era por todos ansiada!■

Inês Romeira Faria, 9º1ª

25 de Abril



Esta é a madrugada que eu esperava
O dia inicial inteiro e limpo
Onde emergimos da noite e do silêncio
E livres habitamos a substância do tempo

*Sophia de Mello Breyner Andresen,
In 'O Nome das Coisas'*

Sessão por videoconferência "Constituição da República Portuguesa em 30 minutos"

No dia 24 de fevereiro, várias turmas do ensino secundário da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida tiveram a oportunidade de assistir a uma sessão por videoconferência do projeto "Constituição da República Portuguesa em 30 minutos". A iniciativa foi realizada no âmbito das disciplinas de Filosofia e História e

levada a cabo por voluntários da Associação de Estudantes da Faculdade de Direito da Universidade do Porto. Esta exposição, na qual foi dado a conhecer o essencial do que diz respeito à lei fundamental do país, ao seu contexto histórico e ao seu valor, visa alargar o conhecimento dos jovens neste assunto e promover uma cidadania mais participativa.

A apresentadora, Mariana Barros Coelho, começou por estabelecer uma relação de proximidade com os alunos, de modo a conseguir uma abordagem prática e interativa e, seguidamente, iniciar a exposição.

Ao longo desta palestra foram tratados aspetos como, por exemplo, as várias constituições e a Carta Constitucional, que já vigoraram no país. Isto desde a Constituição de 1822, aprovada após a Revolução Liberal de 1820, até à atual Constituição, a de 1976. Esta foi aprovada na sequência das primeiras eleições por sufrágio verdadeiramente universal realizadas em Portugal, um ano após a Revolução dos Cravos, com uma afluência histórica dos cidadãos recenseados.

Foram explicados conceitos como os três tipos de constituições (as normativas, as nominais e as semânticas) e a pirâmide normativa (regulamentos, leis, Constituição), que enfatiza o facto de que nenhuma norma se pode opor à constituição e, por isso, esta encontra-se no topo. Esclareceram-se também os dois requisitos essenciais de todas as constituições: a garantia dos direitos e a separação dos poderes.

Apresentaram-se os quatro órgãos de soberania do país, nomeadamente, o Presidente da República, que garante a independência nacional e a unidade do Estado, a Assembleia da República, que detém o poder legislativo, o Governo, que é presidido pelo Primeiro-Ministro e detém o poder executivo, e os Tribunais, que exercem o poder judicial.

Foi explicitada a distinção entre os direitos económicos, sociais e culturais, que dependem da concretização legislativa (obrigação de *facere* do estado), e os direitos, liberdades e garantias, que são aplicáveis diretamente, sem necessidade de leis que os concretizem (obrigação de *non facere*). Complementou-se com exemplos dos mesmos na Constituição atual e ainda com um apelo a que, estando a Constituição acessível na internet, todos devemos, como cidadãos, estar informados sobre eles.

Além disto, foram também abordados tópicos como a revisão constitucional, isto é, o processo de alteração do texto da Constituição, e ainda a chamada "dupla revisão", através da qual podem ser ultrapassados os limites materiais da revisão, entre outros.

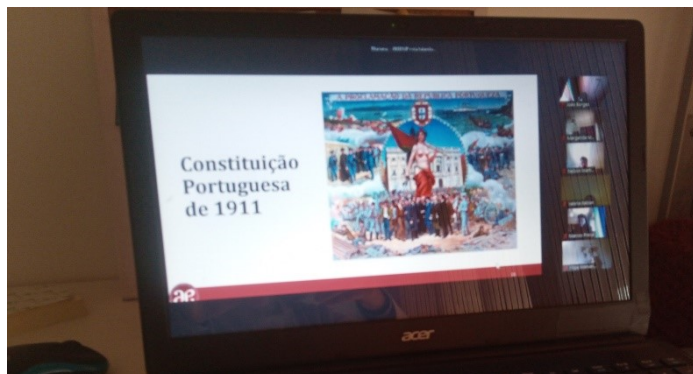
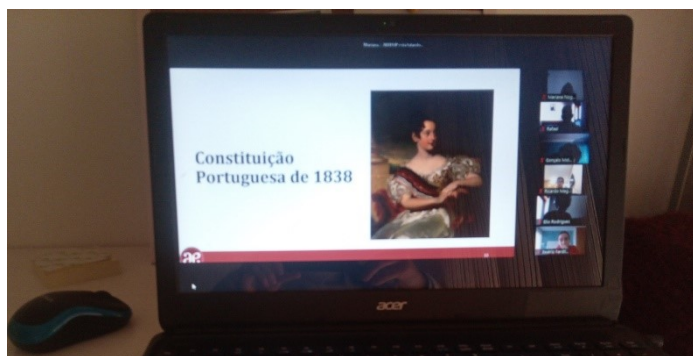
No decurso da sessão foram colocadas perguntas aos alunos, de modo a captar a sua atenção e a proporcionar uma melhor perceção sobre o assunto. No final houve lugar à exposição de eventuais questões ou dúvidas. A sessão revelou-se de grande interesse e bastante enriquecedora.

Em suma, este projeto permitiu, de forma dinâmica e conversacional, elucidar os jovens sobre vários aspetos que, para muitos, eram desconhecidos, acerca deste tema de tão grande importância. ■

Carla Couto, nº 2, Denise Baptista, nº 4, Eduardo Sousa, nº 6, Francisca Cerqueira, nº 8 - 11º 4

"A essência dos Direitos Humanos é o direito a ter Direitos." ■

Hannah Arendt





A conclusão do 9.º ano de escolaridade representa, para muitos jovens, a primeira grande escolha significativa. Embora não se trate de uma decisão determinante ou irreversível é, pelo menos, vinculativa. Representa o início da construção de um projeto de vida. Construir um projeto de vida.

Quando nos deparamos com a necessidade de escolher algo de entre várias opções possíveis, nem sempre sabemos o que decidir, sobretudo se se trata de uma opção que vai influenciar a nossa vida.

Escolher implica sempre abdicar de algo, o que se pode tornar uma fonte de angústia. Tendo em conta a fase desenvolvimental em que os jovens se encontram no 9.º ano de escolaridade, esta escolha é, muitas vezes, fortemente **influenciada pelo grupo de amigos** ou mesmo pelas **expectativas ou profissões dos familiares mais próximos**.

Este percurso de construção de um itinerário vocacional e pessoal, em que a escolha no final do 9.º ano de escolaridade representa apenas um primeiro passo, implica cada vez mais ter em conta não só o querer (desejos) mas também o poder (possibilidades). Há a necessidade de construção de **projetos de vida realistas**, em que as capacidades e gostos deverão caminhar a par e passo com o delinear gradual dos projetos profissionais.

Porque é tão difícil escolher o caminho para o secundário?

O medo do investimento em algo considerado difícil, o **mito da “escolha certa”** ou as dificuldades escolares sentidas nas disciplinas consideradas mais importantes no curso ambicionado podem estar subjacentes a muitas das inquietações dos jovens. Por vezes, sucede também que os interesses são tão diversificados que acentuam a dificuldade da escolha.

Por outro lado, a ausência de interesses dificulta o investimento numa área, podendo levar a uma **escolha ao acaso**. As mudanças frequentes das ofertas formativas também não facilitam as escolhas dos jovens, que apresentam, geralmente, um grande desconhecimento das mesmas, assim como do mundo do trabalho e das profissões.

O que existe depois do 9.º ano?

Atualmente, a **oferta formativa** no final do 3.º ciclo, assim como em momentos posteriores, é **diversificada**. No final do 9.º ano, os jovens têm ao dispor vários cursos, dentro dos quais há ainda mais opções a fazer. É fundamental que o jovem detenha **informação global** sobre todos os tipos de cursos existentes, para ser capaz de escolher e se projetar no futuro, definindo gradualmente a sua identidade profissional.

Neste momento, a Internet é uma fonte muito útil para a recolha de informação, mas **é importante que o jovem seja acompanhado na procura e análise da mesma**, preferencialmente por parte de um profissional com conhecimentos no âmbito da psicologia escolar e profissional.

Sempre que possível, os pais e professores devem proporcionar experiências aos jovens que lhes permitam aumentar os seus conhecimentos sobre as opções formativas e profissionais existentes.

Este contacto poderá ser por via:

1. indireta, por exemplo, através de: leitura e análise de um artigo sobre o mercado de trabalho;

presença em feiras de divulgação de ofertas de formação e/ou emprego (várias cidades dispõem já deste tipo de iniciativas, e as próprias escolas e instituições superiores divulgam cada vez mais a sua oferta);

2. direta, através da deslocação a contextos reais de trabalho, permitindo ao jovem conhecer os contextos *in loco* e as tarefas desempenhadas.

Quando procurar ajuda profissional?

Caso o jovem, no final do 9.º ano ou em qualquer outra etapa vocacional, se mostre **confuso ou não seja capaz de fazer as suas escolhas com suficiente segurança e tranquilidade emocional**, será importante procurar ajuda especializada.

O **psicólogo**, com domínio da área da orientação escolar e profissional, não intervém no sentido de indicar a escolha ideal, mas orienta a exploração vocacional, proporcionando atividades de reflexão e favorecendo a integração da informação, tendo em vista uma escolha segura, fundamentada e a promoção do investimento nessa mesma escolha, em prol de um projeto vocacional. Desta forma, no complexo labirinto da vida vão-se escolhendo, conscientemente, os caminhos a seguir.

A área da **Escola Virtual** pode também auxiliar neste processo de escolha. Desenvolvida por profissionais, conta com testes interativos de exploração vocacional, ferramentas para reflexão e materiais de consulta sobre a oferta formativa disponível.■

<https://www.portoeditora.pt/paisealunos/pais-and-alunos/noticia/ver/?id=118387&langid=1>

Paula Marques

Speaker **ISTE** Global Collaboration Network **SDG'S IN EDUCATION PLAYGROUND**

Learning2gether: reimagine speaking and writing

Leonor Cristina Santos
@edwaves

Virtual, December 17, 2020
Powered by our friends @Belouga_

Free Registration
bit.ly/GCNplay20

A professora Leonor Cristina Santos leva os trabalhos dos seus alunos a todo o mundo.

Já os apresentou numa conferência na Índia e agora chegou a vez dos Estados Unidos da América #ISTESDGs #playground (Twitter @edwaves).

Divulgação do vídeo para todos, com ideias dos alunos, admiradas por todos.■

https://belouga.org/r/3q7Wk?fbclid=IwAR0d-jtOa9sAfdq-xQd7gzkyK9UJw-R3g1_Fw4Tebvparc-0l9gUit6BRcl

Leonor Cristina Santos e turmas 6.ºA e 6.ºB



O Cinanima é um dos mais conceituados festivais de animação do mundo. Criado em 1976 pela Nascente Cooperativa de Ação Cultural em parceria com a Câmara Municipal de Espinho, com o propósito de promover filmes de animação e promover os criadores. Desde então tornou-se num festival internacional que reúne milhares de pessoas de várias partes do mundo. No dia 12 de novembro, várias turmas do AEMGA participaram na atividade "O CINANIMA Vai às Escolas". O meu relato refere-se à minha turma - Artes e Ciências e Tecnologias, 11º ano.

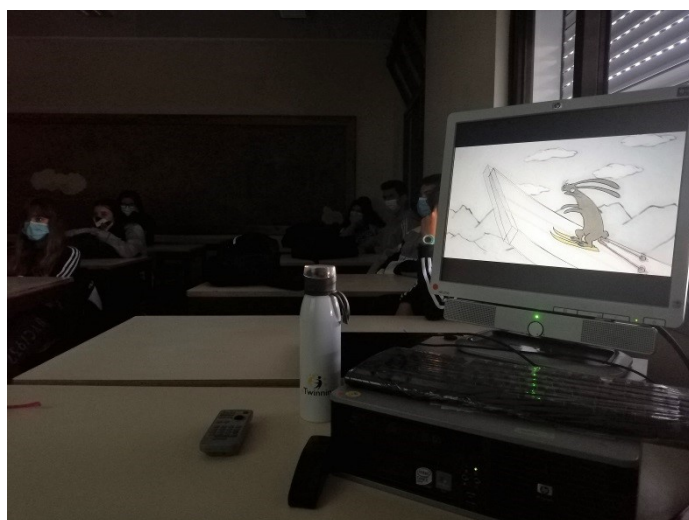
Na aula de Inglês do 11º 5, a professora começou por questionar os alunos relativamente ao seu conhecimento do festival, tendo depois explicado o que é o Cinanima e os seus objetivos, já que muitos alunos da turma não são de Espinho e pouco sabiam do festival. Foram depois exibidas várias curtas-metragens, tendo os alunos demonstrado bastante interesse e tirado notas para poderem realizar uma das várias atividades propostas pela professora - individualmente ou em pequenos grupos.

As curtas-metragens foram visionadas na seguinte ordem: "Hot Dog" (da França), que mostra a história de um cão a passear pela rua e vê uma linda cadela, e instantaneamente apaixona-se por ela e faz de tudo para a conquistar, depois "Nude Triumph" (do Reino Unido) que foi feito durante a quarentena e que tenta retratar a mensagem de positividade e aceitação do corpo através da história de um homem que mostra o seu verdadeiro eu ao mundo e posa nu num escola de artes; seguidamente foi uma paródia do fim da era dos dinossauros

chamada "DINOSAURS: THE TRUE STORY" (da Espanha). Este foi provavelmente o filme que obteve mais resposta do público pelo humor do filme; a seguinte foi "Sorry, I don't understand" (da Bélgica) - um filme em stop-motion feito inteiramente em papel, que trouxe a emoção e a mensagem para o público, foi um bom filme. Depois foi a vez de "Nori" e "the pit", ambos tiveram uma resposta positiva, principalmente devido à mensagem transmitida. Vimos ainda "Por uma Mão Cheia de Caramelos", uma comédia em animação digital 3D, que foi muito divertida.

Após o visionamento das curtas, houve lugar a uma breve troca de impressões, tendo os alunos considerado que esta iniciativa e este festival são muito importantes e deveriam ter mais visibilidade e reconhecimento. Sobre os alunos de Artes consideraram que esta forma de arte é na maioria das vezes pouco apreciada e deve receber mais atenção. ■

Xavier Bitá, 11º5, 05/12/2020



"Se a montanha não vai a Maomé, vai Maomé à montanha." O AEMGA aliou-se, mais uma vez, ao CINANIMA! Este ano, na impossibilidade de o fazer fora da escola, abriu as suas portas para que O CINANIMA VAI ÀS ESCOLAS pudesse entrar! Este foi um programa da 44ª Edição do Festival que teve como objetivo levar aos alunos de todos os níveis de ensino programas de cinema de animação de autor com qualidade artística e de produção, maioritariamente, europeia. Nas fotos, as turmas 8ºA, 8ºB, 10ºCMRPP, 10ºTD e 11ºTD das Escolas Gomes de Almeida e domingos Capela. ■



[#cinanima2020](#) [#aemga](#)

Professora, Marisa Rocha





Na semana de 9 a 15 de novembro decorreu a 44ª edição do Cinanima. Este ano, devido à situação de pandemia em que nos encontramos, as escolas tiveram acesso a dois programas por ciclo de ensino, disponibilizados pela organização, para serem apresentados nas salas de aula.



A disciplina de Educação Visual, em articulação com o PNC e Biblioteca da Escola, aderiu a esta iniciativa e em conjunto dinamizou esta atividade. Os alunos assistiram às sessões, com o entusiasmo que lhes é característico e viveram 50 minutos de aventuras repletas de anima-



ção. No final da apresentação, tiveram ainda a oportunidade de dar largas à imaginação e recriar uma personagem dos filmes visionados. Desta experiência resultou um cartaz e uma apresentação em vídeo dos desenhos que perpetua o encanto e a magia que o Cinanima transporta. ■

A professora de Educação Visual, Carmo Pinto

Sugestão de Leitura

Autora: Paula Hawkins: Nasceu a 26 de agosto de 1972, no Zimbabué, mas vive, atualmente, em Londres. *A Rapariga no Comboio*, foi a sua primeira obra que, se tornou um fenómeno mundial (romance de suspense) e a tornou numa das 100 mulheres mais importantes do mundo.

A Rapariga no Comboio é uma história baseada na vida de Rachel, uma das personagens que, todos os dias, viajava de comboio e criava histórias de como seriam as vidas das pessoas que viviam nas casas por onde passava.

É uma história contada por três mulheres, cada uma com a sua história que, a um determinado momento, vão coincidir: três mulheres, três homens, homicídios e um comboio.

Rachel era uma mulher divorciada que queria muito um filho, mas não o conseguia ter, nem mesmo com tratamentos. O seu refúgio, para este drama, foi o álcool, o motivo para que Tom, o seu ex-marido pedisse o divórcio.

Rachel saiu de casa e foi viver para casa de uma amiga. Tom ficou com a casa e passados dois dias já vivia com Anna, ou seja, ele traía-a mesmo antes de se divorciar.

Para que a sua amiga não soubesse que ela tinha sido despedida, apanhava todos os dias o comboio como se fosse trabalhar e, como passatempo, olhava pela janela e criava histórias de como seria a vida de um casal vizi-

nho da sua antiga casa, pela qual passava de comboio, e desenhava-os no seu bloco. Nessa casa, viviam Megan e Scott, ela era *babysitter* do filho do ex-marido de Rachel e, também, amante de Tom.

Rachel tinha imensos ciúmes de Anna, pois ela conseguiu dar a Tom o que ela nunca foi capaz de lhe dar, um filho.

Um dia, numa das suas viagens de comboio, viu algo que a deixou bastante frustrada: Megan aos beijos com outro homem e, por coincidência, essa mesma mulher, desapareceu no dia seguinte e Rachel soube pelas notícias do jornal. Ela vivia tanto a vida daquele casal como se fosse a dela que foi até à casa deles e contou a Scott que viu Megan aos beijos com outro homem. Ele mostrou-lhe a foto do psicólogo que andava a acompanhar Megan, devido a um trauma de infância, pois já andava a desconfiar que tinham um caso. Rachel confirmou que era ele e foram fazer queixa à polícia, porém, automaticamente, ambos tornaram-se suspeitos, pois era estranho o próprio marido só se preocupar com o desaparecimento após uns dias e, mais estranho ainda, era uma pessoa que, supostamente não conhecia o casal, estar tão envolvida no caso. Além disso, Rachel foi vista na rua em que Megan passou pela última vez antes de desaparecer. A polícia, inevitavelmente, desconfiava que Scott e Rachel tinham um caso.

Rachel não se lembrava da noite em que passou nessa rua, devido à ausência de memória que, por vezes, tinha por causa do álcool. Após alguns dias, lembrou-se que viu Tom (seu ex-marido) com Megan nessa noite e que a ouvira contar-lhe que estava grávida e que poderia ser dele. Perante a novidade inesperada, Tom tornou-se agressivo e acabou por matá-la, atirando-lhe com uma pedra à cabeça, no matão.

Rachel, rapidamente, foi a casa do seu ex-marido tentar falar com Anna e explicar-lhe os riscos que corria estando ao lado daquele homem, mas ela tinha medo de Rachel, pois, pensava que ela era uma maluca e alcoólica que, só queria o seu filho e o seu marido. Depois de tanto insistir, deixou-a entrar e falar. Ela explicou-lhe que Tom a traía e que foi ele que matou Megan, a *babysitter* do seu filho e Anna insistia que ela estava a mentir. Entretanto, Tom chega a casa e Rachel confronta-o e ele ficou sem argumentos e Anna começou a desconfiar e disse que encontrou o telemóvel da Megan nas coisas dele. Quando ele se apercebeu de que ambas sabiam a verdade, bateu na sua mulher e mandou-a para o quarto e focou-se em Rachel, tentando asfixiá-la, mas ela conseguiu abrir a porta e fugir, Tom foi atrás dela e, quando a agarrou, ela virou-se para trás e com a faca que tinha na mão, esfaqueou-o. Anna foi lá fora e agarrou o marido, ou seja, ambas ficaram cobertas de sangue. Entretanto, a polícia chegou e levou-as para prestarem depoimentos e ambas as histórias coincidiram, contaram o que Tom fez e que Rachel só o matou para não ser morta, ou seja, foi em sua defesa. A partir desse momento, ambas começaram uma nova vida e foram muito mais felizes.

Esta história serve para relatar e, alertar também, sobre assuntos que, infelizmente, ainda são e sempre serão atuais, como a violência doméstica, traições e obsessão. Rachel ensina-nos, pois, que não devemos julgar o livro pela capa. Ela era vista como uma mentirosa, alcoólica e maluca e, na verdade, Rachel é que estava rodeada de mentirosos.■



Confinamento/A Quarentena

Para mim a quarentena foi uma experiência que não começou da melhor maneira, sendo de difícil adaptação, embora desta vivência tenha retirado bastantes aspetos positivos.

Tudo começou quando o número de casos relativos à doença COVID-19 aumentavam diariamente na China e todos os dias a pandemia aparecia em novos países. Portugal passou a ser um deles. Inicialmente, o governo não tomou as medidas sanitárias e higiénicas necessárias, mas dia 13 de Março tudo mudou.

Nesse dia, foi anunciado que a população portuguesa iria entrar em confinamento. Ninguém sabia bem o que iria acontecer a partir daquele momento, nós regressámos da escola para um ensino à distância e muitos dos adultos voltaram para casa ficando sem emprego ou em regime de teletrabalho. Muitos adolescentes como eu começaram a sentir a falta do regime escolar a que estávamos habituados, dos professores, dos colegas e amigos, dos intervalos, dos horários, ... por outro lado, estávamos assustados não querendo sair de casa com receio da doença que afetava a humanidade.

Passado algum tempo, arranjam os soluções e ideias novas, sendo que começamos por criar rotinas com horários adaptados à teleescola, aulas online e tarefas realizadas de forma assíncrona. O mundo adulto trabalhava essencialmente através de portáteis; mas, como há sempre exceção há regra, havia quem fosse trabalhar presencialmente.

Este novo ano letivo irá funcionar preferencialmente de forma presencial, embora saibamos que poderá ser necessário regressar ao confinamento a qualquer momento, e aí, com a experiência que já temos, podemos voltar atrás no tempo e reorganizarmo-nos mais rapidamente.

Esta experiência está a ser, sem dúvida, a mais difícil da minha vida: primeiro o isolamento, afastamento da escola e dos amigos; agora, a vontade de regressar à escola misturada com o medo de ficar doente e de contagiar os pais e os avós! Mas, também existem pontos positivos a não esquecer: a valorização do tempo em família, novas

formas de passar tempo em casa como os jogos de tabuleiro e a leitura, mais autonomia e responsabilidade, aprofundamento dos conhecimentos informáticos, ... Tudo isto, está a mostrar-me que estou mais crescida, autónoma e responsável e que situações difíceis nos tornam mais fortes!!!■

Maria Barbosa da Costa Almeida, 9^ª



A criação

O mundo foi criado

Tal como imaginado

Mas com o ser Humano

Não se seguiu o plano

Deus criou

Homens e mulheres

Com diferentes caracteres

Homens fortes e audazes

Mulheres lindas e capazes

Este nosso universo foi modificado

Tornaram fácil o que era complicado

Nem sempre temos razão

Mas temos amor no coração

Conseguimos alcançar os nossos sonhos

Só não ficamos tristonhos

Temos altos e baixos

Mas a vida é mesmo assim

Não podemos ser modificados

Só podemos ser frescos como o alecrim■

Francisca Almeida, 8^ª



A importância da leitura

A leitura, a meu ver, é extremamente importante independentemente da idade.

Em primeiro lugar, a leitura torna-nos mais cultos e enriquece imenso o nosso vocabulário.

Em segundo lugar, os livros proporcionam-nos momentos de evasão e são uma maneira de conseguirmos viajar para locais o que, em algumas situações, não é exequível de outra forma.

Além disto, alguns livros têm o poder de não só nos educarem profissionalmente, mas também de nos instruírem pessoalmente, para a vida. Explicam como lidar com situações diárias e alertam-nos para muitas questões.

No entanto, não nos podemos esquecer que alguns livros e enredos são fictícios e nunca podemos confundir a realidade com a ficção.

Reforço, então, a minha opinião inicial de que devemos ler, ler e ler.■

Inês Romeira Faria, 9^o1^a

Aprender com a vida...

Querido diário,

Escrevo para contar uma experiência pela qual estou a passar.

Qualquer experiência, seja ela fácil ou difícil, enriquece-nos enquanto pessoas.

Estou a passar por algo complicado...Uma casa contaminada com COVID-19!

Mesmo assim, pude aprender com a situação.

Fiquei a saber como funcionam as redes de apoio, qual a sensação de fazer o teste e esclareci muitas dúvidas que tinha em relação ao vírus. A partir de agora, já posso argumentar sobre este assunto com muito mais certezas.

Para além de todo este novo conhecimento, acho que a maior aprendizagem que tive foi a nível pessoal. Com isto, consegui perceber quem são realmente os verdadeiros amigos e com quem podemos contar seja qual for a situação.

Como se pode imaginar, não é fácil para nós (os contaminados que não podem sair de casa) pedir ajuda. Não sabemos até que ponto podemos estar a incomodar ou a ser impertinentes e é aí que percebemos a importância de ser a outra pessoa a voluntariar-se, a mostrar o seu apoio e disponibilidade. Não desejo esta situação a ninguém e, por isso, sei

que se acontecer isto a alguém que eu conheça, que me vou disponibilizar para o que for preciso, mesmo que sejam dois minutos de conversa pois sei o quão importante isso é. Hoje sou eu, amanhã podem ser outros e isto é um ensinamento que vou guardar para a vida.■

Inês Romeira Faria, 9^o1^a



Lara Maganinho, 8^o6^a

Pobreza

Para ninguém é surpresa

Que a vida é uma incerteza

Uns dias assistimos à pobreza

E, nos outros, chega a tristeza.

As crianças aprendem

À sombra de um pinheiro

Da sua riqueza interior dependem

Pois até lhes falta o dinheiro.

Por todo o lado há miséria

Falta de equipamentos e medicação

Mas, em África é ainda mais notório

A escassez na educação.■

Maria Almeida, 9^o1^a

Segredo para a Massa Perfeita

Boa disposição e alegria

Muita saúde e amizades

Um toque de magia

E coragem para as adversidades!

Começar olhando para dentro

O coração não pode ser egoísta

Tudo o resto está no pensamento,

Na procura de uma vida otimista!

Mistura com um ritmo constante

Sem pressas para nada estragar

Qualquer pormenor é importante

Para no final o sucesso alcançar.

Presta atenção aos conselhos

Nunca esqueças os amigos

Escuta os mais velhos

Estarão sempre todos contigo!

Por fim, decora com amor,

E serve num prato repleto de sabor!■

Maria Almeida, 9^o1^a



"Eu sou antiquada e penso que ler livros é o passatempo mais glorioso que a humanidade alguma vez inventou.■

Wisława Szymborska

Final do Conto de Natal

E foi então que Jesus perdeu a paciência.

Afinal, tinha feito dieta (agora ninguém dizia jejum) durante 40 dias para se preparar para salvar uma alma no Natal. E uma já seria muito ...

E o que é que lhe aparece à frente? Logo um ateu!

Não valia a pena insistir ... Sentia apenas um grande vazio, era a fome que o atacava.

Mas, pensando bem, ainda era um jovem, 2000 anos não eram nada para a eternidade, e estava em plena forma física. Mas, a tentação não o largava ... a fome ... Então, com um esticão, tirou a Carlos os sacos, e lá foi a correr pela rua fora.

No próximo ano, tinha que rever a estratégia. Ia mudar para a proximidade digital e apostar nas redes sociais, talvez com algumas selfies lá mais para o advento.

Por seu lado, Carlos ficou ali parado, apanhado de surpresa com o assalto.

Afinal, sempre havia meliantes que aproveitavam bem a noite de 24 de dezembro para furtar!

Logo a ele, que não encontrara nenhuma empresa de entregas para lhe levar a casa a nova playstation com os seus jogos favoritos que comprou, à última hora, na internet ... era uma forma de passar a noite de Natal, à falta de companhia humana ... assim fora obrigado a passar na loja.

E o Messias, o que iria fazer com toda aquela tecnologia? Será que ia entrar na era digital?

Talvez Deus escrevesse certo por linhas tortas ...

Era noite de Natal!■

Maria Almeida Nº16 Tª9ª1ª



Aprendi que Amores eternos podem acabar em uma noite. Que grandes amigos podem se tornar grandes inimigos. Que o amor sozinho não tem a força que imaginei. Que ouvir os outros é o melhor remédio e o pior veneno.

Que a gente nunca

conhece uma pessoa de verdade, afinal, gastamos uma vida inteira para conhecer a nós mesmos.

Que os poucos amigos que te apoiam na queda, são muito mais fortes do que os muitos que te empurram.

Que o "nunca mais" nunca se cumpre, que o "para sempre" sempre acaba. Que minha família com suas mil diferenças, está sempre aqui quando eu preciso.

Que ainda não inventaram nada melhor do que colo de Mãe desde que o mundo é mundo.

Que vou sempre me surpreender, seja com os outros ou comigo.

Que vou cair e levantar milhões de vezes, e ainda não vou ter aprendido TUDO."

Estamos aqui de passagem.■

Autor desconhecido

"Auto da Barca do Inferno" – Texto Argumentativo

O "Auto da Barca do Inferno" é uma obra intemporal que melhora a nossa capacidade crítica acerca da sociedade do séc. XVI e dos seus principais estratos sociais representados pelas várias personagens com as suas virtudes e vícios, sempre com humor. Com efeito, o dramaturgo utiliza a ironia e o eufemismo como forma de prender a atenção do leitor. Por isso, na minha opinião, a leitura deste auto é uma boa forma de aprender com humor, fazendo justiça à frase *ridendo castigat mores* – a rir corrigem-se os costumes.

Na verdade, Gil Vicente utiliza o humor e fá-lo em mais que uma vertente.

Assim, temos o cómico de carácter presente na personalidade da personagem, de que é exemplo o Parvo,

que devido à sua pobreza de espírito não mede as suas palavras, não podendo ser responsabilizado pelos seus erros.

Temos o cómico de situação criado à volta de uma situação, como é o caso das cenas do Fidalgo, em que este é gozado pelo Diabo, e o seu orgulho é pisado.

Por fim, temos o cómico de linguagem que é aquele que é proferido por certas personagens, de que são bons exemplos as falas do Diabo.

Há quem diga que esta obra tinha em vista apenas entreter os fidalgos e nobres nas festas dos salões palaciais, tanta é a presença do humor em cada uma das cenas. Mas, se analisarmos mais em pormenor, vemos que a ironia é o caminho para a moral, para uma sociedade melhor, que parece perdida. Por trás dos risos, um pensamento mais triste.



Em suma, Mestre Gil tenta chegar à consciência de cada um de nós, de uma forma irónica e divertida, mas pondo em evidência os vícios das sociedades materialistas e corruptas de forma a indicar o caminho do bem. Passados cinco séculos ainda temos muito a aprender com a sua obra!■

Maria Almeida, 9ª1ª

A minha vida

Numa noite de tempestade, num sábado, a minha mãe deu à luz a sua segunda filhota. Eram 23h30 do dia 18 de fevereiro de 2006. A “rabujinha”, segundo a minha avó, chorava... chorava... chorava... e comigo chorava minha mãe... ora de alegria ora de cansaço. Como todos os bebês, fui conquistando as várias etapas da vida: a primeira papinha, o primeiro passinho, as primeiras birras... sempre com o apoio e o orgulho incrível da melhor família do mundo: a minha! Fui e sou feliz! Apesar de curtiinha, a minha vida já me ensinou muitas coisas.

Ensinou-me que, no que toca a amizades, as muitas que dizemos ter nem sempre são verdadeiras. Os verdadeiros amigos são como diamantes, raros e preciosos quando encontrados.

Instruiu-me que, não há nada mais valioso do que a própria vida e que esta é demasiado curta para ser desperdiçada. A qualquer momento tudo pode acabar e devemos sempre dizer o que pensamos, defender o que acreditamos, amar quem amamos, ao invés de perder tempo com coisas fúteis que nada nos acrescentam, já que amanhã pode ser demasiado tarde.

A minha vida já me pôs à prova imensas vezes. Fui infetada pelo novo coronavírus, fui operada a um quisto, torci um tornozelo... No entanto, todas estas vivências menos boas fizeram de mim alguém mais forte, mais corajoso.

Ao longo da minha vida, também participei em muitas competições e concursos. Não fui premiada em todos mas vivenciei experiências inesquecíveis e ganhei conhecimentos inestimáveis. Percebi que o mais importante não é trazer um prémio para casa, mas sim participar. Todas as atividades em que participei proporcionaram-me memórias que jamais irei esquecer e a melhor recompensa foi o carinho e o apoio de pessoas excecionais.

Sinto que o futuro ainda tem guardados para mim muitos desafios que hei de conquistar de cabeça erguida e de forma destemida. A meu ver, a melhor forma de encarar a vida é sempre pelo lado positivo mas sempre com os pés assentes na terra. Não obstante as dificuldades, devemos dar sempre o melhor de nós, perceber que a vida é uma constante busca pela nossa melhor versão e ser gentis e felizes, muito, muito felizes! ■

It's my life

Inês Romeira Faria, 9^o1^a

“O conhecimento torna a alma jovem e diminui a amargura da velhice. Colhe, pois, a **sabedoria**. Armazena suavidade para o amanhã.” ■

Leonardo Da Vinci

A sociedade atual



Na sociedade atual

Todos gostam de criticar

Nada está bem, tudo está mal

Só estão bem a reclamar.

Já temos isto e aquilo...

Mas ainda queremos ter mais

Preocupamo-nos com aparências

E com outras coisas banais.

Claro, reclamar é fácil

E só pensamos em nós

Mas já pensaram naquelas criancinhas

Que querem falar mas não têm voz?

Estão felizes com o pouco que têm

E o que têm é quase nada

Mas passam o dia a sorrir

E a vida é por eles amada

É uma alegria bonita

Porque não precisam de bens materiais

Basta terem um pouquinho de comida

Que o seu dia brilha mais!

Se fizermos como estes meninos

Um mundo melhor podemos construir

Dizer não ao consumismo

E dar aos outros para os ver a sorrir! ■

Inês Romeira Faria, 9^o1^a



Há muito, muito tempo...
As mulheres vieram ao mundo
E desde do primeiro momento (que)
O seu poder é profundo.

As mulheres são seres incríveis
Têm a força de mil leões (e),
Com toda a sua garra e coragem,
Tocam inúmeros corações.

No entanto, e com grande pesar,
Nem sempre são valorizadas
A pior constatação de todas:
Ainda há mulheres a ser maltratadas.

O melhor presente que lhes podemos oferecer
Não é uma joia ou uma flor.
É igualdade de género
O respeito e reconhecimento do seu valor.

Fiquem sabendo, caros leitores,
Não nos tratem como mulher-objeto, sem direitos, (pois)
Não nascemos para servir...
Mas sim alcançar grandes feitos.

Não é por sermos mulheres
Que somos menos capazes.
Afinal sem as mulheres,
Onde estariam os rapazes?■

Inês Romeira Faria, 8 de março de 2021

Esperança...

“Estamos a meio da viagem... Está difícil, mas tenho ESPERANÇA de que vamos conseguir”. Podemos ler esta e muitas outras frases escritas, em tempos remotos, por um dos marinheiros que acompanhava Bartolomeu Dias, naquela que ia ser a mais temível viagem de todos os tempos. Os Portugueses estavam prestes a atravessar o Cabo das Tormentas. Enfrentar terríveis monstros, ventos e mares revoltados, atravessar “mares nunca dantes navegados”. O desconhecido e o medo dominavam os Lusitanos, mas apesar de todos os perigos, abriram no mar um novo caminho dando-lhe o nome de Cabo da Boa ESPERANÇA. A bordo encontrava-se um trovador que cantarolava as suas vivências, expondo os seus sentimentos em belas cantigas. Todas elas com mensagens de coragem e bravura, medos e receios, descobertas e conquistas... Entre tantas e bonitas canções, o marinheiro registou uma especial, para que ao longo de gerações a mesma fosse recordada e para sempre lembrada. Esta era cantada assim:

*Estamos prestes a descobrir novas terras
E a ESPERANÇA é o que nos move.
Temos ESPERANÇA de concluir a viagem
Sem que este navio se afogue.*

*ESPERANÇA que palavra tão bonita
E gosto de olhar para ela assim
Esperar a (h)erança de um futuro
De belas conquistas para mim!*

*Para mim e para todos
Que seguem nesta embarcação
Tende ESPERANÇA, caros amigos,
Havemos de concluir a nossa missão.*



E assim foi... não apenas outrora, mas no decorrer dos dias, anos, séculos... em todos os momentos das nossas vidas, a bravura e coragem de cada um de nós move-se graças à ESPERANÇA. Tal como os nossos antepassados, fomos descobrindo não só novos caminhos, mas também novos engenhos, novos transportes, novas formas de comunicar, curas de doenças... sempre com a ESPERANÇA de descobrir e construir algo melhor. É com muito orgulho e honra que vos digo que também em vós corre o sangue deste bravo e corajoso marinheiro que nunca perdeu a ESPERANÇA. Ao longo dos anos ele manteve viva esta mensagem, que foi passando por avós, pais, filhos, netos... Por isso vos peço, meus queridos filhos, que continuem a transmitir esta força de ESPERANÇA às gerações futuras. Nunca se esqueçam que há em cada um de nós uma força maior que nos guia, que nos faz enfrentar os medos, receios e ansiedades, que nos faz lutar para alcançar os nossos objetivos. Tenham sempre em vós e nos vossos corações a ESPERANÇA como a melhor companheira e conselheira, lutem para conquistar os vossos sonhos, e não deixem nunca... mas mesmo nunca de ter ESPERANÇA.

Recordem e transmitam com amor esta simples mensagem, continuem sempre a acreditar que, “*Quem tem ESPERANÇA, tudo alcança!*”■

Inês Romeira Faria; nº9; 9º1

“Há três métodos para ganhar **sabedoria**: primeiro, por reflexão, que é o mais nobre; segundo, por imitação, que é o mais fácil; e terceiro, por experiência, que é o mais amargo.”■

Confúcio

“Escolhe um trabalho de que gostes, e não terás que trabalhar nem um dia na tua vida.”■

Confúcio

Esperança...

Sem esperança, não há vida! Como dizia Manoel de Oliveira “A esperança é o bordão da vida”. Se temos sonhos, objetivos e propósitos, temos esperança ainda que não reparemos. É por termos esperança de os realizarmos que lutamos e trabalhamos para eles. Podemos dizer, portanto, que a esperança é o que nos move. O filósofo José Luís Nunes Martins afirma que “Cada esperança abre horizontes infinitos e possibilidades infinitas”. Se recuarmos até aos Descobrimentos, comprovamos este pensamento. Os nossos antepassados não conheciam o mundo, não sabiam o que os esperava, mas mesmo assim tiveram esperança e navegaram rumo ao desconhecido pois acreditavam que algo bom os esperava. Tinham esperança no futuro!



Esperança; esperar a (h)erança ... é assim que gosto de olhar para a palavra. Ter fé na herança do futuro. Não monetária, não; uma herança de vivências, de conquistas e de sentimentos. Esperança deve fazer-se sempre acompanhar de perseverança. Não podemos desistir à primeira. Devemos persistir e ter esperança.

Todos nós já ouvimos, durante a nossa vida, que “devemos manter a esperança” e que a “esperança é a última a morrer”. Pois; fazer isto nem sempre é fácil. A pandemia gerada pela COVID-19, por exemplo, veio pôr à prova a esperança de cada um de nós. Foram e são muitos os que não acreditam que tudo vai passar, os que pensam que nada do que está a ser feito vale a pena... Mas, pensando bem, o que é que move os profissionais de saúde que fazem infinitos sacrifícios para nos ajudar a todos? É a ESPERANÇA de que vai tudo passar. O que é que move os professores que se levantam cedo e trabalham horas a fio? É a ESPERANÇA de ensinarem coisas boas aos alunos para serem uma boa geração futura. A mim, o que me move, é a ESPERANÇA de um mundo melhor, é a ESPERANÇA de conseguir alcançar os meus sonhos e objetivos... O que me move é a ESPERANÇA.■

Inês Romeira Faria; nº9; 9º1

Hope...

Hope, we should keep it
But it can be hard sometimes.
However we must try
To have faith in future times.

Hope is the motor of life
Without it we can't survive.
'Cause if we have dreams and goals
They will make sure we feel alive.

Hope is never alone
It always comes with determination
Because even if we don't succeed at first
We should try again with passion!

Hope is sometimes putting at proof
For example with COVID
But what moves the doctors?!
I'll tell you... It is hope, indeed!

Even if we don't notice
Hope is always there
What moves teachers, scientists and workers
It is hope, it is everywhere.

And finally, to conclude
I can tell you with all my heart
That hope is what makes me
Every day want to restart!■

Inês Romeira Faria; nº9; 9º1

Maio Solidário



No âmbito do conteúdo programático da solidariedade, os alunos do 9º ano do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida decidiram tornar maio um mês ainda melhor.



Os alunos de espanhol em parceria com os alunos de francês elaboram cartazes e organizam uma angariação de alimentos para a Paróquia de Espinho. Com os donativos de todos, conseguiram juntar vários alimentos que foram entregar no dia 9 de junho à paróquia. Com pequenas doações todos nós podemos ajudar, ser solidários e construir um mundo melhor!■

Inês Romeira Faria; nº9; 9º1

Para um Ano Novo feliz

Uma boa receita de Ano Novo
Não tem nada que saber
Basta escolher bem os ingredientes
E tudo muito bem mexer!

Começamos por acumular
Uma boa dose de amor
Salpicamos com muita simpatia
E ficará com um ótimo sabor.

Para que a receita corra bem
Humildade não pode faltar
Ter um bom sentido de humor
É essencial para tudo animar!

Se não selecionarmos bons objetivos
A receita não vai correr bem
Devemos trabalhar para as nossas metas
Para a tudo passarmos com cem!

Uma receita com direito a estrela Michelin
Deve envolver muita, muita esperança
A esperança é a guia da vida
E quem a tem tudo alcança!

Para ficar tudo consistente
Devemos incluir grande quantidade de bondade
Ela é indispensável para fazer amigos
E a vida é melhor com uma bela amizade.

Prosseguimos com a adição
De algo que não pode faltar
Ter uma boa educação
É muito importante para um bom ano passar

Para que o ano corra bem
Devemos dar sempre o melhor de nós
Enfrentar os nossos medos e receios
E falar pelos que não têm voz.

Devemos adicionar ainda
Coragem e ousadia
Para vivermos da melhor forma
E arriscarmos a cada dia.

Ah! É verdade,
Último mas não menos importante
Devemos sonhar, sonhar e sonhar
E fazer da vida a nossa amante!■

Inês Romeira Faria; nº9; 9º1ª



“A história é o grande espelho da vida; instrui com a experiência e corrige com o exemplo.” ■

Jacques Bossuet

Desafio de escrita criativa

A Equipa da Biblioteca lançou mais um desafio de escrita criativa aos alunos da ESMGA, tendo como ponto de partida um conto de Natal de Ricardo Araújo Pereira. A Inês Romeira, tendo em conta as palavras do narrador que não acredita em magias, escreveu um final diferente para o referido conto:



Imagem retirada de "Um Conto de natal" Charles Dickens

“– Não, isso está bonito. Eu é que nunca gostei muito de magia. São feitos.”

Despediu-se do Messias e continuou caminho. Carlos já estava cansado e não via a hora de chegar a casa e começar a preparar a ceia.

A dois quarteirões de sua casa, já sem tirar a consoada da cabeça, Carlos foi surpreendido por um grupo de meliantes que o depenaram. Chorou, chorou, chorou, até não ter mais lágrimas. “E agora?” Perdera tudo...O bacalhau para a consoada, o vinho para aquecer a alma, as sobremesas natalícias...A ceia estava arruinada!

Arrastou pelas ruelas as suas lamúrias, o corpo descaído de tão desolado, perdendo a noção do tempo. Chegado a casa, pôs a mão no puxador enquanto matutava na explicação para a namorada. Abriu a porta com os olhos em água e...Qual não foi o seu espanto: a mesa estava recheadíssima! Não faltava nada. Havia vinho, havia bacalhau, havia bolo-rei, havia rabanadas, havia sonhos... Não faltava nada!

-Querido, anda para a mesa...O teu amigo veio aqui trazer as compras; disse que te tinhas atrasado...Anda!

-Ahhhh... Sim, sim. Estou a ir.

Carlos olhou pela janela e viu que lá fora estava o “vagabundo”, o Messias. Correu até ele e abraçou-o fortemente, dizendo-lhe:

- Obrigado! Muito, muito obrigado!

- E agora? Já acreditas em magia?

E num simples “puff!”, Jesus desapareceu.

“Era noite de Natal!”■



Conto de Natal, de Ricardo Araújo Pereira

“Era noite de Natal. Quase sempre, nos contos de Natal, é noite de Natal. Neste, curiosamente, também. Uma chuva fria teimava em cair, como que a dizer a quem passava na rua: “*Então esta pluviosidade, hem? A natureza tem fenómenos giros*”....

A cidade estava já quase deserta, e era impossível que qualquer pessoa, por mais insensível que fosse, olhasse para as ruas vazias, com as iluminações a piscar e as montras enfeitadas, e não pensasse para si: “*que rica altura para fazer assaltos!*”. Pensando bem, não se compreende como é que os nossos meliantes não aproveitam melhor a noite de 24 de Dezembro para furtar viaturas e domicílios. É uma dica de Natal que deixo aqui...

Na rua, havia apenas algumas pessoas que se apresavam, felizes, para chegar a suas casas a tempo da consoada, e outras que pareciam não ter para onde ir, pois tinham todo o aspeto de ser indivíduos desagradáveis, de quem ninguém gosta. Devia haver um sítio em que todas as pessoas que não são convidadas pelas suas famílias para a ceia de Natal pudessem passar a consoada. Um grande pavilhão com mesas corridas, em que as pessoas desagradáveis se pudessem reunir e fazer comentários acintosos umas sobre as outras. Haveria um porteiro que perguntaria a quem chegasse:

– *É uma pessoa desagradável?*

– *Sou, sim.*

– *Então pode entrar.*

– *Obrigado. Mas olhe que a temperatura da sala podia estar mais quente e digo-lhe já que as postas de bacalhau me parecem muito fininhas...*

Indiferente a tudo isto, Carlos dirigia-se para casa com alguns sacos de compras na mão. Foi quando dobrou a esquina que viu um vagabundo sentado num vão de escada. Carlos pensou: “*Diacho, um vagabundo a pedir esmola na noite de 24 de Dezembro. Estarei metido num conto de Natal? Não me dava jeito nenhum, porque estou com pressa.*”

– *Uma esmola para um pobre velho* – pediu o vagabundo quando Carlos se aproximou. Carlos levou a mão ao bolso e estendeu-lhe uma nota de 20 euros.

– *O dinheiro é uma oferta simpática* – disse o vagabundo. *Mas... e o calor humano, jovem?*

– *Não vou querer, obrigado. Sabe, eu tenho namorada.*

– *Não é isso. Podes convidar-me para cear em tua casa?...*

Carlos olhou para o velho e teve pena. Pena de não ir mais vezes ao ginásio porque, se estivesse em melhor forma física, já teria largado a correr dali para fora. Ainda assim, achou que corria mais que o vagabundo e aceitou convidá-lo para cear em sua casa. Assim que dobrasse a esquina, desataria a correr e, se não tropeçasse nos seus sacos, o velho nunca mais o apanharia. No entanto, assim que Carlos o convidou para a consoada, o vagabundo ergueu-se, retirou a túnica e, flutuando no ar, disse:

– *Ops... Tive uma tontura. Deve ter sido de me levantar tão depressa. Alguma quebra de tensão, ou assim.*

E depois disse:

– *Já estou melhor. Sou o teu Salvador. Aquele a quem tu ajudaste é, na verdade, o Messias.*

– *Ah, está boa. Bom, então muito prazer. Boa noite.*

– *Calma, bom homem. Não vás embora. Vou recompensar-te. Pede-me qualquer coisa. Terás tudo o que quiseres. Que desejas?*



Entrega de prémios dos desafios na biblioteca

#Ler sempre. Ler em qualquer lugar



– Hum... Não estou a ver. Comprei na semana passada uns ténis e agora não há assim nada que eu queira. Adeus, boa noite.

– Espera aí bom homem. Chega de modéstia. O que é que vai ser? Hum? Jóias? Carros de luxo? Um palácio? O novo DVD dos Gato Fedorento? Vamos, pede o que quiseres. Fizeste uma boa ação na noite de Natal e mereces tudo o que pedires ao teu Senhor.

– Ah. Bom. Sabe, é que eu sou ateu. Ou seja, não leve a mal, mas... como é que eu hei-de dizer isto?... a verdade é que não acredito, digamos, em si. Pronto, boa noite.

– Mau, mas o que é isto? Não acreditas em mim? Então

apareço-te na noite de Natal, faço o truque de me passar por vagabundo, flutuo no ar... o que é que queres mais, pá?

– Não, isso está bonito. Eu é que nunca gostei muito de magia. São feitiços...

E foi então que Jesus perdeu a paciência e deu uma carga de pancada bíblica em Carlos. Primeiro, o Messias deu-lhe um chuto nos rins e, depois, assentou-lhe dois bons socos no queixo. A seguir, praguejou umas coisas em hebraico e foi-se embora. Carlos caiu e, por momentos, o fiozinho que lhe escorria da boca, a caminho da sarjeta, tomou a forma de uma estrela que, sobre a calçada, ficou a brilhar...■



O Desporto Escolar constitui uma das vertentes de atuação do Ministério da Educação e Ciência com maior transversalidade no sistema educativo, desenvolvendo atividades desportivas de complemento curricular, intra e interescolares, dirigidas aos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas.

O Desporto Escolar é o conjunto de práticas lúdico-desportivas e de formação com objeto desportivo, de-



envolvidas como complemento curricular e de ocupação dos tempos livres, num regime de liberdade de participação e de escolha, integradas no plano de atividade da escola e coordenadas no âmbito do sistema educativo. O Desporto Escolar deve basear-se num sistema aberto de modalidades e de práticas desportivas que serão organizadas de modo a integrar harmoniosamente as dimensões próprias desta atividade, designadamente o ensino, o treino, a recreação e a competição".

Do ponto de vista funcional, o Desporto Escolar operacionaliza-se em duas vertentes complementares: uma, referente à dinamização de atividades desportivas realizadas internamente em cada agrupamento de escolas ou escola não agrupada; e outra, referente à atividade desportiva desenvolvida por grupos-equipa.

Neste contexto de pandemia, e depois da experiência de confinamento recente, projetos como o Desporto Escolar assumem também particular relevância, pelo potencial contributo para o bem-estar e a saúde dos cidadãos.

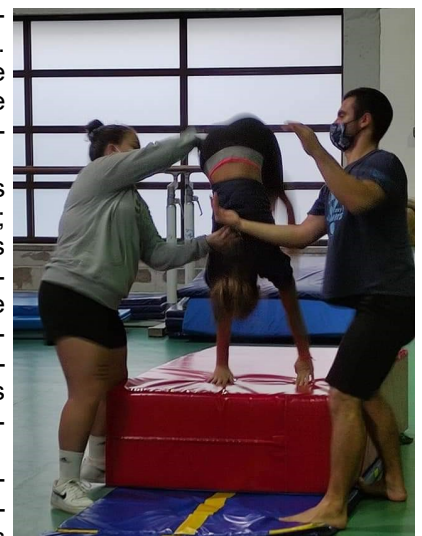
O presente regulamento define as normas e procedimentos de participação dos estabelecimentos de ensino no Programa do Desporto Escolar, com uma latitude que permite que o mesmo seja aplicável e ajustável ao longo de todo o ano letivo, em função da evolução da situação epidemiológica.

Os grupos-equipa são organizados por escalão/género ou num escalão único e envolvem-se em competições interescolas com um nível de competitividade crescente: Campeonatos Locais, Campeonatos Regionais, Campeonatos Nacionais e Campeonatos Internacionais.

A oferta do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida é bastante diversificada, incluindo:

Atividades Rítmicas Expressivas (ARE); Badminton; Desportos Gímnicos em três vertentes: Ginástica de grupo, Ginástica Acrobática e Minitrampolim; Multiatividades Ar Livre; Surf; Voleibol.

Estas atividades desenrolam-se na Escola Dr. Manuel Gomes de Almeida (ARE, Desportos Gímnicos, Multiatividades Ar Livre, Surf e Voleibol) e Escola Básica Domingos Capela (ARE e Badminton).■



ENTRE PORTUGAL Y ESPAÑA



*Compartimos la Península Ibérica, pero no la lengua. Todavía **nos une la tradición, los valores familiares, la personalidad y la capacidad de inventar.***

¡Qué lo paséis bomba!

¿QUÉ DICES?

¿?

¿?

¿?



En enero Sofia estuvo en Portugal. Fue a un restaurante y pidió un vaso. El camarero la miró mal porque pensaba que ella quería una maceta.
(vaso significa copo)

Esta mañana un español ha preguntado a un portugués dónde estaba la oficina más cercana. El portugués le ha dicho, pero cuando el español llegó, estaba en un taller.
(oficina significa escritório)



Esta semana he pedido un taller en un restaurante en España y el camarero me ha mirado mal y me ha dicho que no había ninguno cerca. ¡Qué raro solo quería comer!
(taller significa oficina)



Esta mañana he ido a un café con un amigo portugués y he dicho que la comida estaba exquisita. El portugués me ha mirado mal porque en portugués significa raro.
(exquisito significa bom)



portugueses y
españoles...

¡CÓMO INVENTAN!

Caravela

Inventada por los portugueses.

Ayudó a que pudieran superar los límites de los océanos a lo largo de los siglos XV y XVI. El principal responsable fue Jorge Cabral.

Ascensor para sillas de ruedas (1951)

Jaime Filipe lo inventó para ayudar a las personas que se desplazaban en sillas de ruedas y que no podían subir escaleras mecánicas.



Fregona (1956)

Manuel Jalón fue su inventor. Antes de este invento se fregaba el suelo de rodillas.

Chupa Chups (1957)

Enric Bernat lo inventó y Dalí diseñó el logo de este caramelo con palo.

Submarino

Fue inventado por Isaac Peral y fue creado en acero y tenía fines militares.





II Simpósio Estudantil on-line de Geografia

576 visualizações

A professora Isabel Barrias participou no «II Simpósio estudantil on line da Geografia - Os impactos da COVID-19 nos diferentes territórios» com os alunos do 9º A, no dia 24 de novembro.

Neste projeto participaram 3 países: Portugal, Brasil (cidade de S. José dos Campos) e EUA (estado de Orlando).

Foi uma experiência muito interessante, os alunos traba-

lharam imenso para pesquisar as respostas dos 4 Temas em análise: **Economia, Saúde, Educação e Política** e adoraram estar envolvidos nesta partilha de informação. Este é o link para poderem espreitar... está disponível no youtube desde o dia 27 de novembro. Passem por lá!!!■

URGENT

Você consegue imaginar um Webinar entre: Brasil, Portugal e Estados Unidos? Então prepara-se! HOJE, 27/11 às 9h (horário de Brasília), o II Simpósio Estudantil on-line de Geografia

PRESTIGIE A EDUCAÇÃO PÚBLICA MUNDIAL

Os impactos da Covid-19 sobre diferentes territórios numa visão jovem.



O casal da Geografia

<https://www.youtube.com/watch?v=gNnhQPWY8xc&feature=share&fbclid=IwAR2fjsmiBNbje5OSCIZz8SzKL5lr41Ege2ulq6iHy1sSZkUAmhLpLdu0Ko4>

Professora Isabel Barrias

II Simpósio Estudantil on-line de Geografia

OS IMPACTOS DA COVID-19 SOBRE DIFERENTES TERRITÓRIOS

Dia: 27/11 - às 9h

Canal: O casal da Geografia





LES INVENTIONS

Les inventions françaises
Ont changé le monde
Et nous tous savons
Que leur importance est profonde.



Quando os alunos são desafiados, surgem trabalhos de grande qualidade! Neste caso, um cartaz interessante, com algumas das invenções de origem francesa, realizado a partir de uma ferramenta digital que usamos em Francês e que deu origem a um cartaz com laivos de século XIX...■

Este ano não há celebração da Francofonia na cidade de Espinho, no entanto, a aluna **Inês Romeira** não deixou de a lembrar através do *link* que se apresenta.

Para quem ouvir... devo salientar que, apesar de não ser uma aluna francófona, o que aprendeu foi ao longo destes três anos, com muito empenho, estudo e dedicação!

■
https://drive.google.com/file/d/1kXBFVUEWLAV8iHVVOJUEber8eTp91K_1/view

Professora Carlota Madeira

Desafio de Francês da APPF



Que vois-tu derrière les masques ?

De nos jours, le masque est devenu un accessoire essentiel. Le monde a changé et on l'a suivi.

L'utiliser est un acte d'amour et de solidarité. Si nous portons les masques, nous pourrions faire la différence et aider à combattre cette pandémie. On peut tous être de vrais héros si on respecte la règle !



De nos jours, nous ne pouvons plus voir le sourire de personne ni percevoir leur expression faciale, car nous avons un masque sur le visage qui empêche de bien respirer, mais malheureusement c'est la réalité! Ensemble, nous devons nous battre, être plus forts et combattre ce sacré virus qui fait de la vie un enfer depuis plus d'un an!



Os alunos do 9º1 responderam ao desafio lançado pela APPF (associação de professores portugueses de francês). Um concurso subordinado ao tema "Que vois-tu derrière les masques" para o qual tinham de escrever um texto inspirado numa imagem sobre o quotidiano pandémico. Apresentaram-se a concurso os trabalhos dos alunos Inês Romeira Faria, Maria Barbosa da Costa Almeida e Rodrigo Assunção Alves. Foi um projeto enriquecedor relevando a importância do estudo de uma segunda língua estrangeira que pode abrir muitos horizontes, trazer mais-valias e oportunidades para os alunos que as estudam.

Saber línguas é, definitivamente, saber mais!■

Alunos do 9º1^a



Em setembro, na disciplina de Inglês, os alunos do 11ºano foram desafiados escrever poemas acrósticos com a expressão BACK TO SCHOOL.

Brand new supplies
A lot to learn
Can't be late because
Knowledge won't wait

Time for hard work and time for fun. I'm
Obviously going to be committed

So much to do and see
Computers, books, pens and more
Homework everyday
On different subjects,
Of course there's fun too.
Learning never ends.■

Adriana Maria F. Meneses Montenegro, 11º8ª

Blessed be this school year
After so long in quarantine
Can't we enjoy being here?
Knowledge we need to have

To school we need to go
Online classes didn't help enough

Success we will have, if
Careful we are
How can this virus go away?
Obviously, we need to keep our masks on,
as well as
Our distance and we must also
Learn the new rules■

Nº 6, 11º 8ª

Back to school is amazing
Always waking up early
Can't take the mask off
Knowledge is important

Teachers have a stressful job
Overcoming my fears is necessary

Seeing my friends is the best part of part of going
back to school
Caution is very necessary in these times
History is my favorite subject
Opening the windows is necessary
Often washing hands and having
Lessons that last 90 minutes.■

Catarina Isabel Oliveira Santos, 11º8ª

Being tired most of the time, but on the brighter side is
Always having company around
Constantly worrying about being infected or not, and that is
Kind of stressful for me

Time consuming but also an
Opportunity to build our future

Studying every day and being happy for having a
Comfortable routine again,
However, it is harsh sometimes
Only having just a little bit of time for yourself, but at the
same time it is
Overwhelming
Learning about the world we live in.■

Clara José Lucas Oliveira, 11º8ª

Being back
At School
Couldn't be more different
"Keep the masks on"

They tell us. "Keep
On track! Don't deviate!"

"Stay at least 2 meters away from your partner."
Caged inside a small space
Harsh year
Of our students' lives
"Obey all the rules and keep your distance",
Lack of liberty for everyone's sake.■

Emanuel Alexandre Sá Serra Ferreira, 11º8ª

Brighter days are coming
Amazing things will happen. But
caution! Don't touch me!
Knowledge, comes first.

Take all the precautions
Or your body and your mind will suffer.

Sit down!
Calm yourself
Have some hope. It is your
Opportunity to prevent
Online learning, so
Live your life! Love your friends and respect the
rules.■

Fabiana Silva Magalhães, 11º8ª

Being back
At school is really
Challenging for me and I admit that I'm
Kinda nervous. Our

Teachers are helping us adapt to the new rules we have to
Obey. We just have to be

Socially distant and I know that we have to be
Careful about that, but I really miss
Hugging my friends and being with them as
Often as I used to be. But I think that this is an
Opportunity for us to grow as a person and I'm sure that we
can
Learn a lot from this new experience.■

Íris Maria Moreira Magalhães, 11º8ª

Before this everyone was happy,
And now we are facing difficult times.
Clothes need to be washed more often and masks are necessary.
Kids and adults should always wear them.

The key to success is in our hands
Oh, but it's difficult!

School and everything must be
Cleaned, sanitized all the time.
Hugs and kisses have to be avoided. An
Opportunity to take more care of ourselves and
Open the window to a new reality.
Life it's difficult, but we will overcome the obstacles.■

Íris Sá Rodrigues, 11º8ª

Being back to school is honestly
A strange feeling
"Can I borrow your pencil?" is something you cannot ask anymore
Keep calm and everything's gonna be fine

Think about your future because it's
Only in your hands

Social distancing is the key, but be
Creative in class and you'll
Have good grades
Open your mind, focus
On learning,
Let's all be safe and happily overcome this phase.■

Maria João Escapa e Castro, 11º8ª

Being a good student
Asking questions
Chatting with my friends
Keeping a safe distance

The virus will not stop us
Other friends

Studying hard
Checking homework assignments
Helping friends
Observing the rules
Old friends
Learning new content.■

Mariana da Costa Jesus, 11º8ª

Before experiencing a pandemic
A hard test was my worst problem
Coming back to school has made me realize and
Know how much I should've just relaxed

Though school is not so fun anymore,
Oddly I feel optimistic.

Somehow we are slowly going back to normal
Complaining about Mondays, about
How sleepy we feel,
Occupying our days with classes,
Obsessing over our goals and
Learning how to live through rough times.■

Marta Carolina de Almeida Gomes, 11º8ª

Bring the mask
And the sanitizer
Come to school and
Keep your social distance!

Try to be responsible and
Organized!

Stay safe, go to
Classes and study
Hard!
Our lives will be better if we are responsible. What I
Only wish for me and my friends is good
Luck for this school year!■

Pedro Silva, 11º8ª

Being back to my routine
And always remembering what I've seen. I've
Come a long way since quarantine
Knowing what the words on TV mean
Things are different somehow
One day we'll figure it all out
Seeing old and new faces now
Calling for them to discuss about
Hard times and situations we've been through
Once circumstances weren't good too
Out of home and we got back to school
Let's hope things now will be cool.■

Daniela Lopes, 11º7ª

Believing in the future
As I intend to be
Creating new projects, to
Keep growing up.

Tension everyday
Overcoming daily problems

Supporting each other to
Cope with the difficulties,
Having negative thoughts
Organizing new beginnings
Orientation
Loneliness

Being
At school is
Cool, whether you're a
Kid

Teacher
Or a student.
School is amazing
Chairs and desks
History and Maths
Online and
Offline classes
Learning is great!■

Books

Answers

Comprehension

Kickoff

Thinking

Organization

Supplies

Choices

Homework

On time

Objectives

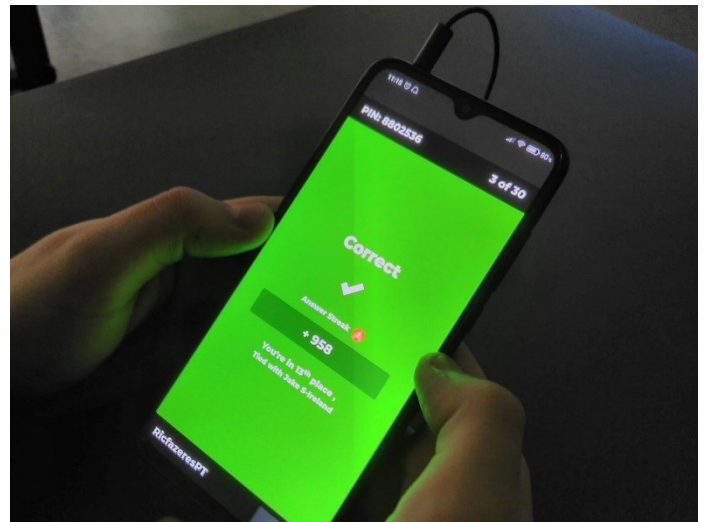
Letters■

Joana Couto, 11º7ª

"Nunca tenha certeza de nada, porque a sabedoria começa com a dúvida." ☞

Sigmund Freud

Diana Morais, 11º7ª



Anteriormente designada por "Skype-a-Thon", ou seja, uma maratona de Skypes que integra as inúmeras atividades do Skype in the Classroom, a "Global Learning Connection 2020" ocorreu nos dias 11 e 12 de novem-

bro passado. Durante 48 horas, professores de todo o mundo tentam estabelecer o máximo de ligações Skype possível com as suas turmas. Do 'menu' fazem parte visitas virtuais, conversas com especialistas, o "Mystery Skype" (jogo onde cada turma tenta descobrir de onde é a outra fazendo apenas perguntas para resposta sim e não), ou 'meras' conversas entre alunos para conhecer as outras culturas e tradições.

Como parte da sua estratégia de internacionalização, o AEMGA não quis ficar de fora deste evento mundial e juntou-se à "Kahoot CUP 2020", um jogo de perguntas sobre a cultura pop, com os alunos da turma 11º5 da professora Elda Santos, no âmbito do programa da disciplina, e enquadrado no domínio de referência "Um Mundo de Muitas Culturas". Os alunos participaram com entusiasmo e empenho, tendo considerado que foi uma experiência muito enriquecedora.

Criado por Steve Auslander, um professor americano de Indianápolis, nos Estados Unidos, a "Kahoot CUP" vai já na sua terceira edição. O agrupamento esteve também representado na segunda edição, tendo contado com uma equipa de professores do projeto Erasmus+ "On the edge" (Manuela Correia e Teresa Leandro) que, à altura, novembro de 2019, se encontravam em visita à Alemanha. ■

Professora Elda Santos

"O amor recíproco entre quem aprende e quem ensina é o primeiro e mais importante degrau para se chegar ao conhecimento." ■

Erasmus de Roterdão



Os #Erasmusdays é uma iniciativa europeia destinada a promover o Erasmus+ em todo o mundo e a dar visibilidade às atividades organizadas pelos beneficiários deste programa da Comissão Europeia nos domínios da Educação, Formação, Juventude e Desporto. Este ano os Erasmusdays foram comemorados a 15, 16 e 17 de outubro.

Foram três dias de celebração, partilha de experiências, promoção e valorização dos benefícios que a Europa oferece através do programa Erasmus+, numa verdadeira dinâmica à escala mundial.

O Agrupamento Dr. Manuel Gomes de Almeida associou-se a esta comemoração internacional com diferentes iniciativas. Neste contexto, foram recolhidos, em vídeo (<https://www.youtube.com/watch?v=VHFEKWHFMKs&feature=youtu.be>), vários testemunhos de pais, alunos e professores sobre as suas experiências e participação em mobilidades Erasmus+, bem



como expectativas em relação a projetos em desenvolvimento no AEMGA.

Alguns alunos do ensino básico e respetivos encarregados de educação puderam também deixar o seu testemunho de participação neste tipo de programa, numa sessão em videoconferência, organizada pelas professoras Manuela Correia e Lúcia Oliveira.

Uma outra iniciativa, designada Eras-mus.ZOOM.In@AEMGA, envolveu alunos do ensino secundário (regular e profissional) das Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida e Domingos Capela, que estiveram à conversa, via Zoom, com alunos universitários, portugueses e estrangeiros, com experiência anterior ou atual no programa Erasmus+.

A iniciativa contou com o apoio da Coordenadora dos Projetos do Erasmus Student Network Aveiro (ESN), Beatriz Fonte, que marcou presença nas diferentes sessões, explicando a essência deste programa e dando ainda o seu testemunho enquanto ex-aluna de Erasmus. O painel de oradores foi enriquecido com a presença e contributo de 3 portugueses: Gonçalo Monteiro, Tiago Castro e Inês Mota, e ainda de dois estudantes italianos, dois alemães e um estudante brasileiro, distribuídos pelas quatro sessões promovidas.

Foi através deles e das suas vivências que os alunos presentes ficaram a conhecer (melhor) o Universo Erasmus e o que é na prática a essência do espírito europeu; uma consciência de cidadania europeia que une na diversidade das línguas e culturas.

As professoras responsáveis pelos projetos Erasmus em desenvolvimento no AEMGA – “On the Edge”, “Eco-Herit@ge Matters” e “So U think U Can Read the World??!! ...Let's get Medi@smarter!” – Manuela Correia, Marisa Rocha, Isabel Ribeiro, Elda Santos e Marta Costa e Lúcia Oliveira, fazem um balanço muito positivo dos eventos dinamizados, tendo em conta o número significativo de alunos e outros elementos da comunidade envolvidos, bem como o entusiasmo, curiosidade e pertinência colocados nas questões endereçadas aos oradores convidados.

Por último, é de salientar o facto de o Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida reconhecer, já há alguns anos, a participação no programa Erasmus+ como uma forma de melhorar a qualidade de ensino, com a adoção de práticas e instrumentos mais inovadores, bem como uma excelente oportunidade de desenvolvimento pessoal e profissional do seu pessoal docente. ■

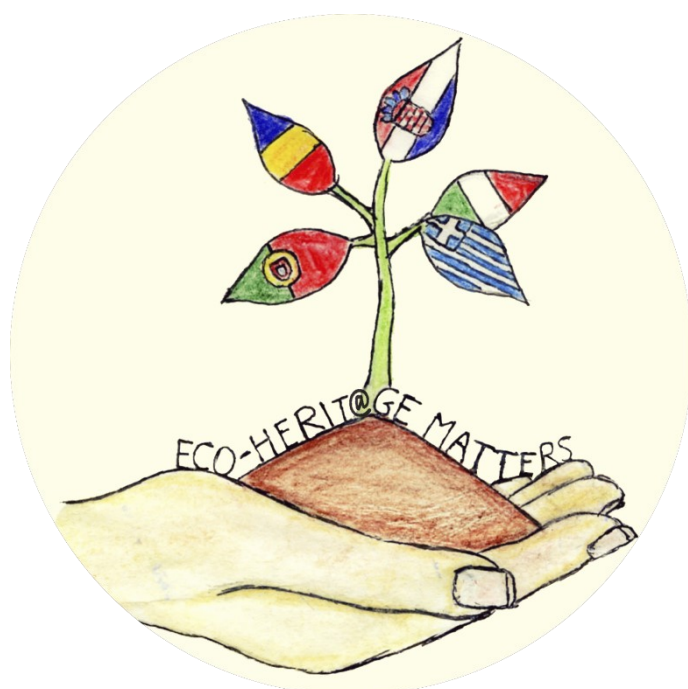
Professoras, Elda Santos e Isabel Cristina





Equipa do "Eco-Herit@ge Matters" celebra a iniciativa "Erasmus Days"

A iniciativa "Erasmus Days" foi lançada em 2017, no 30º aniversário do programa. Em 4 edições, este evento de 3 dias tornou-se uma incontornável celebração da cidadania Europeia e de todos os participantes em projetos Erasmus. Ao todo, entre 15 e 17 de Outubro, realizaram-



SWOT ANALYSIS



Espinho

STRENGTHS	WEAKNESSES	OPPORTUNITIES	THREATS
- The Eco-Clubs were active and the students were involved; - Excellent communication among the partners; - Italian plan was ready; - Coordinators' meeting in Portugal was very useful.	- Italian mobility had to be cancelled and we lost some money; - Greek mobility had to be put on hold; - Uncertainty about the future; - Some students changed school so missed out.	- Rethinking the project and starting again; - Deadline has been extended for another year; - Different types of work / mobilities.	- Not knowing how Covid is going to further interfere; - Students are less willing to participate; - Parents are scared; - Less flights / more expenses.

se 5024 eventos em todo o mundo para celebrar, localmente, os benefícios dos valores Europeus, as vantagens das mobilidades e os resultados de projetos Erasmus+ em grande escala para que estes fossem visíveis para cidadãos, profissionais, media e decisores. Mais de 84 países participaram nas celebrações! Foi um sucesso internacional sem precedente.

Para a equipa do projeto "Eco-Herit@ge Matters", foi uma oportunidade de relembrar o primeiro ano do projeto e pensar no que o Erasmus significa. O Erasmus+ permitiu-nos viajar, fazer novas amizades, trabalhar de forma colaborativa, ter imensas experiências diferentes, e muito, muito mais. Para assinalar o evento "Erasmus Days 2020" alguns professores, alunos e pais do nosso agrupamento falaram sobre o que eles conquistaram através do Erasmus, alguns dos projetos que temos vindo a desenvolver e ainda, as suas expectativas. Obrigado, Erasmus!■



Link para visionar o vídeo "Erasmus Days 2020 – Eco-Herit@ge Matters", onde diversos alunos exprimem o significado para si do Projeto Erasmus+:

<https://www.youtube.com/watch?v=atAcQmqN4Ys&t=5s>

Link para visionar o vídeo "Eco-Herit@ge Matters - End of Year 1 Analysis", onde os coordenadores do projeto fazem um balanço após um ano de trabalho (SWOT):

https://www.youtube.com/watch?v=sk_uHdGeobY&t=1s

Link para visionar o Livro Digital "Erasmus Days 2020", produzido pelos parceiros do projeto Eco-Herit@ge Matters": [https://www.storyjumper.com/book/read/89516385/Erasmus-Days-2020?](https://www.storyjumper.com/book/read/89516385/Erasmus-Days-2020?fbclid=IwAR0JdyTfe6x_SCXto1V9amHoL8MSjB3e8y5Moy2LKIQB2ldrQlxqMxNMngY~)

[fbclid=IwAR0JdyTfe6x_SCXto1V9amHoL8MSjB3e8y5Moy2LKIQB2ldrQlxqMxNMngY~](https://www.storyjumper.com/book/read/89516385/Erasmus-Days-2020?fbclid=IwAR0JdyTfe6x_SCXto1V9amHoL8MSjB3e8y5Moy2LKIQB2ldrQlxqMxNMngY~)

#Erasmusdays2020 #EcoHeritageMatters #aemga #etwinning

Professora, Marisa Rocha





Os cinco países parceiros do projeto eTwinning / Erasmus+ **"Eco-Herit@ge Matters"** – Portugal (Espinho e Ovar), Grécia, Itália, Croácia e Roménia, aliaram-se à iniciativa global lançada pelo "Climate Action Project", que teve a duração de seis semanas. Durante mês e meio, esta fantástica iniciativa, que envolveu milhares de escolas em todo o mundo, lançou desafios ecológicos que foram abraçados por alunos e professores de todos os níveis de ensino. No caso do nosso projeto eTwinning / Erasmus, cada parceiro decidiu que atividades desenvolver, dependendo da sua disponibilidade, havendo, no entanto, uma em comum – a plantação de árvores, o último desafio proposto pela iniciativa. Em Espinho (AEMGA) 4 turmas do 8º ano plantaram 2 árvores - um Pinheiro Manso na Escola Domingos Capela (8A + 8B) , e um Azevinho na Escola Dr. Manuel Go-

mes de Almeida (8º3 + 8º6) ! As turmas também tiveram a oportunidade de ensaiar e cantar o Hino do projeto Erasmus – “I Got an Idea”, e trocar algumas ideias relativas à importância das árvores. Toda a gente adorou estas atividades diferentes, por isso, esperemos que haja mais oportunidades para plantar árvores ao longo do ano letivo e assim, contribuir para a proteção do ambiente!■

Após estas atividades, foi feito um vídeo da participação de todos os parceiros do projeto intitulado: **“Trees Are Life”**, que pode ser visionado através deste link: <https://youtu.be/3Zm94AUQIJA>

[#PlantED](#) [#eTwinning](#) [#ErasmusPlus](#) [#ClimateActionProject2020](#) [#EcoHeritageMatters](#) [#AEMGA](#)



O projeto Erasmus/eTwinning “Eco-Herit@ge Matters” desenvolveu inúmeras atividades durante o Primeiro Período, procurando sempre trabalhar colaborativamente. Esse é o caso desta iniciativa que, novamente, envolve os 6 parceiros do projeto numa parceria construtiva cujo objetivo final é a criação de uma Curta de Animação sob a supervisão do professor João Católico. As duas escolas portuguesas (Espinho e Ovar) encarrega-

ram-se de criar duas personagens cada; aos parceiros estrangeiros coube a tarefa de criar mais uma personagem por país. No nosso Agrupamento, os alunos do 8º 3 e do 8º B (e um do 8ºA) deram asas à sua imaginação e criaram duas personagens – um Anjo e um Parvo. Orientados pelas professoras de Educação Visual, Carmo Pinto e Filomena Bilber, os alunos desenvolveram competências nas áreas da estrutura do corpo humano, es-



cala e princípios do desenho de animação, desenhando as figuras, de frente e de perfil, com base no “Anjo” e no “Parvo” do Auto da Barca do Inferno. Os alunos e professores envolvidos na primeira fase desta fantástica iniciativa mostraram-se muito satisfeitos com os resultados. A professora Carmo Pinto criou dois pósteres onde agregou todos os Anjos e Parvos desenhados pelos alunos. Os vencedores foram o Anjo criado pela aluna Catarina Neves, do 8º3 e o Parvo criado pela aluna Rita Costa do 8ºB. Parabéns a todos, em especial às criadoras das personagens vencedoras!■

Professora Marisa Rocha

"Eco-Herit@ge Matters" em Festa no final do Primeiro Período

A melhor maneira de terminar o 1º Período é em festa, e foi isso que os parceiros do projeto Erasmus / eTwinning "Eco-Herit@ge Matters" fizeram!

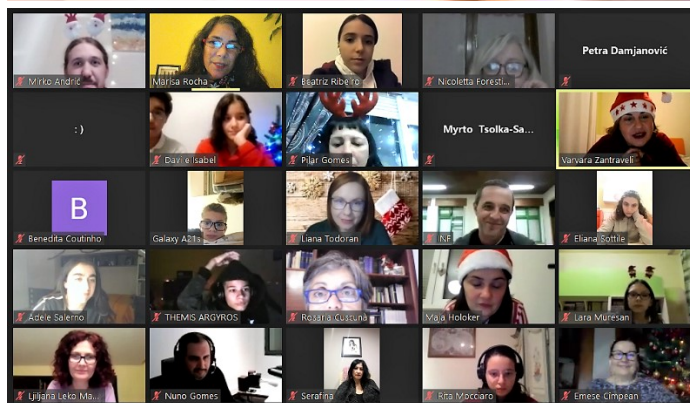
Durante o mês de Dezembro, os alunos dos cinco países parceiros prepararam imensos trabalhos natalícios – desenhos, postais, máscaras decoradas, receitas tradicionais, vídeos, decorações de natal e outros. Muitos destes trabalhos foram feitos em casa, outros desenvolveram-se, sob a orientação das professoras de Educação Visual, Carmo Pinto e Filomena Bilber, em sala de aula, ou da professora de Inglês, Marisa Rocha, que orientou



Merry Christmas & Happy New Year in our Languages...



Melomakarona



os seus alunos na criação de Aiku Poems sobre a quadra natalícia. A Festa, um encontro online dos parceiros do projeto onde alunos e professores tiveram a oportunidade de se apresentarem, trocar desejos de Natal, mostrar os seus Pinheiros decorados, falar das suas tradições e costumes e até tocar música, realizou-se, via Zoom, no penúltimo dia de aulas, e foi FANTÁSTICO!

Do lado de Espinho, estiveram presentes 11 alunos de 3 turmas (8º3, 8º6 e 8ºA). O 8ºB também participou nas atividades, mas, infelizmente, nenhum aluno pode estar presente no encontro. A professora Marisa Rocha, coordenadora do projeto, agradece, em especial, a presença destes alunos e da professora Pilar Gomes, bem como a de todos os professores e alunos dos países parceiros, e deseja profundamente que se consiga "derrotar" o maldito vírus o mais rápido possível para que se possa voltar a sonhar em viajar!

MERRY * XMAS & HAPPY * NEW * COVID-FREE * YEAR!

Para ver os trabalhos de todos os alunos, aceder ao Padlet neste link: https://padlet.com/cimpean_emese/advent_calendars

Parceiros do projeto Etwinning "Sport 4 Peace & Trust" criam um Calendário do Advento Digital

Os alunos das turmas do 10º CMRPP, 10º TD e 11º TD criaram, em colaboração com os seus parceiros da Bélgica, Itália e Turquia, um Calendário do Advento Digital. Esta atividade, que integra o projeto de Cidadania e Desenvolvimento das 3 turmas Portuguesas, visou assinalar o Natal e o Ano Novo, mostrando um pouco das tradições de cada país. Nas 24 janelinhas do Calendário, foram sendo partilhadas as imagens, vídeos e textos preparados pelos 4 parceiros, nomeadamente, canções de Natal nas línguas de origem, fotos das decorações nas ruas das cidades de cada um, receitas de pratos tradicionais desta época festiva, danças, desejos de



boas festividades nas várias línguas e em Inglês, entre outros. Esta foi uma oportunidade de partilhar hábitos e tradições culturais de uma forma divertida e de celebrar a interculturalidade, um dos domínios a trabalhar no âmbito da Cidadania e Desenvolvimento. ■

Para ver os trabalhos das turmas, aceder ao Calendário do Advento Digital neste link:

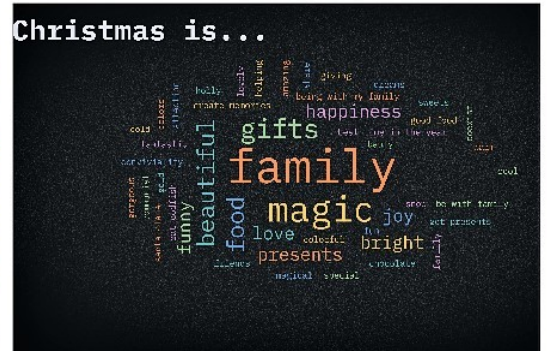
[https://calendar.myadvent.net/?](https://calendar.myadvent.net/?id=4d76d875ce6e547bbbd0b1009b71aad6)

[id=4d76d875ce6e547bbbd0b1009b71aad6](https://calendar.myadvent.net/?id=4d76d875ce6e547bbbd0b1009b71aad6)

Professora, Marisa Rocha



MERRY CHRISTMAS



PEACE

AND HAPPY NEW YEAR



“Oxalá pudéssemos meter o espírito de natal em jarros e abrir um jarro em cada mês do ano.” ■

Harlan Miller



“Os teus pais são aqueles que mais gostam de ti e que querem o melhor para ti.” Estou convencida que a maior parte de nós ouviu esta frase, de forma recorrente, durante a sua própria adolescência. E alguns de nós teremos respondido com um bater de portas ou um cínico “Vê-se!”

Hoje, à distância, percebo o bater de portas e também percebo as intenções dos meus pais. Eles queriam que eu soubesse que mesmo que aquela decisão não me interessasse era a melhor para mim. Eu, do meu lado, sentia que não era tida nem achada na equação e por isso ficava revoltada e batia com as portas (e os pés!).

Talvez a melhor forma de me fazer escutar e conseguir decodificar um qualquer adolescente passará pelo uso da empatia — que é a capacidade que eu tenho de me colocar no seu lugar. Por isso mesmo, não posso iludir-me e pensar que ele vai ser capaz de pensar da mesma forma que eu só porque irei fazer prova de empatia e paciência. Isso vai ajudar, sem dúvida, mas os milagres parecem acontecer apenas em Fátima.

Empatia e paciência pressupõem também respeito pelo jovem e impõe que tudo o que seja um discurso humilhante e com foco no sentimento de culpa sejam retirados da equação. Os adolescentes podem ser totós em muitas coisas mas no que diz respeito ao respeito... têm altas expectativas!

O que fazer, então?

1. Envolver o jovem na tomada de decisões

E ensiná-lo a respeitar o acordo. Como? “Então não tínhamos um acordo? Tínhamos decidido em conjunto que podes jogar com o *tablet* ao fim de semana. Hoje é quinta-feira. O que aconteceu?”

2. Pica-se o ponto ao jantar

A hora do jantar é aquela que não é negociável — e deve acontecer com a máxima regularidade. Sem *gadgets* ou televisão. Só família, música boa e partilha! Tem filhos pequenos? Comece já com este ritual!

3. Envie-lhes uma SMS para virem jantar

Vamos usar a tecnologia a nosso favor, q.b. Aposto que vão chegar a horas à cozinha para ajudarem a pôr a mesa

4. Plante os afetos

Com beijinhos, moches ao pai, dançando, massajando a cabeça ou com abraços bons! Sabe que um abraço para ser bom tem de durar pelo menos 6 segundos para que o seu efeito chegue ao cérebro? Então abrace!

5. Os castigos e as palmadas vão funcionar cada vez menos

E apenas vão criar a revolta tão típica nesta idade. Prefi-

ra responsabilizá-los pelas suas decisões (o castigo não tem diretamente a ver com a situação mas a responsabilização já tem).

6. Ganhe cooperação

Queira filhos que cooperem em vez de obedecerem. E nós só cooperamos quando nos sentimos próximos uns dos outros.

7. Vínculo

Invista na sua relação com os seus filhos — o vínculo é a qualidade da relação que criamos com eles e eles connosco.

8. Escute mais

“Claro que escuto os meus filhos! Ainda ontem ela fez uma asneira e eu estive a explicar-lhe com toda a calma o que é suposto acontecer e ela prometeu que nunca mais ia repetir. E sabe o que aconteceu? Hoje de manhã fez igual.” Se esta é uma situação comum na sua vida, releia a frase e responda a esta questão: quem é que escutou quem?

9. Façam programas juntos

Não os leve apenas à nataçao ou à explicação. Vá andar de bicicleta com eles, programe uma festa surpresa para o pai e uma ida a um concerto ou a uma festa popular. É impressionante que depois de umas saídas deste género, eles passam a escutar mais e melhor. Experimente!

10. Humor

O sentido de humor é determinante para que os nossos filhos se sintam mais ouvidos e para que queiram estar por perto — logo, que desejem ouvir.

11. Reclame menos

Há muito pouca paciência para estar próximo daqueles pais (e pessoas) que estão sempre a reclamar. E temos alturas em que abusamos! “Sim, meu amor, a tua cama está bem feita mas este édredon bem que podia ter ficado mais esticado.” Corrigir é importante, claro que é, mas há alturas em que podíamos falar menos, sorrir mais com os olhos e ficarmos satisfeitos com algo que eles fizeram para (também) nos agradecer.

12. Empatia

Comecei pela empatia e deixei-a para o fim. É a capacidade que temos de nos colocarmos no lugar dos outros. Eu entendo que o meu filho possa não aceitar esta decisão que tomei. E também lhe posso dizer que sei que ele a sente como injusta e que não é porque ele está chateado comigo ou porque bateu com a porta que eu vou mudar de ideias. Depois? Depois deixe-o ficar — ele tem e precisa do seu espaço.

<https://www.portoeditora.pt/paisealunos/pais-and-alunos/noticia/ver/?id=78283&langid=1>

Magda Gomes Dias

“Um dia aprendi que sonhos existem para tornarem-se realidade. E, desde aquele dia, já não durmo para descansar. Simplesmente durmo para sonhar.”■

Walt Disney

“A adolescência é uma doença que passa com o tempo.”■

Jô Soares



DOIS ALUNOS NOTA 20!

Flávia Costa e Xavier Bitá do 11^a 5^a são dois alunos de Desenho A, orientados pelo professor João Gil da Costa.

ENTREVISTA A FLÁVIA COSTA

Flávia Costa é um nome a fixar!

Como qualquer aluna da sua idade, divide o seu dia a dia entre o estudo e a realização de trabalhos plásticos que, naturalmente, a área pela qual optou exige. Quando arranja algum tempo livre vê um filme, lê um livro ou então artigos do seu interesse, vê documentários, refugia-se no prazer de ouvir alguns álbuns de bandas musicais com as quais mais se identifica, apesar de considerar ter um gosto musical "*um pouco eclético*", ou então, simplesmente, está com os seus amigos.

Esta Aluna Nota 20, do 11^o ano de Artes, sobressai pela grande capacidade de desenhar e pelo seu investimento nesta área tão aliciante e importante no contexto das Artes Plásticas, razão que levou o Jornal Escolar **Nota 20** a fazer-lhe uma entrevista e a escolher um seu trabalho, nomeadamente o do retrato da artista plástica mexicana, Frida Khalo, para capa do número de maio.

NOTA 20 - Como surgiu o teu gosto pelas Artes?

FC - Quando era pequena adorava explorar a minha criatividade e passava os dias a criar novos projetos plásticos com materiais que encontrava em casa. No entanto, só decidi investir mais no desenho uns anos depois, quando comecei a praticar todos os dias. Acho que a Arte sempre foi uma das coisas que mais me influenciou e tenho vindo a ganhar cada vez mais interesse e admiração pelos trabalhos de outros artistas e pela maneira como cada um se expressa, isto é sem dúvida uma das coisas mais cativantes na Arte.

NOTA 20 - Qual a razão que te levou a escolher esta área de estudos?

FC - O gosto pelo desenho. Lembro-me de levar o meu diário gráfico para todo o lado e passar horas e horas a desenhar...Era das únicas coisas que me traziam uma felicidade completamente genuína. Além disso, em conjunto com os elogios, surgia sempre a pergunta "Vais para Artes, certo?". A verdade é que a má fama deste curso assustava-me, mas sinceramente não me imaginava em qualquer outra área.

NOTA 20 - Como gostavas que fosse o teu futuro a nível profissional?

Essa ainda é uma pergunta à qual eu não sou capaz de responder com muita convicção. Adoraria ser uma artista independente, ver as minhas obras em diferentes exposições e conseguir uma vida estável através disto. Porém sinto que é cada vez mais impossível, até porque, a meu ver, a arte tem desempenhado um papel muito secundário na sociedade e é extremamente difícil surgir com algo inovador nos dias de hoje. Ainda não consegui tomar uma decisão quanto à minha vida futura, mas espero conseguir optar por algo que consiga fazer por prazer, ao invés de o ver como uma mera obrigação.

NOTA 20 - Quais os Artistas Plásticos e obras com que mais te identificas? Porquê?

FC - Apesar de todos os dias encontrar um novo artista para admirar, existem alguns que realmente considero

impossível de esquecer. Por exemplo, as obras de Basquiat, Francis Bacon, Paula Rego, Beksinski e Van Gogh captam muito a minha atenção, tanto pelo aspeto estético como também pelos infinitos significados possíveis (tendo em conta as histórias de vida de cada um). Em termos de realismo, uma pintora que me impressiona bastante é Catherine Murphy, porque apesar de ser um estilo tão objetivo, consegue sempre tornar as obras muito próprias. Por enquanto só faço realismo, mas espero vir a ter a liberdade/oportunidade para conseguir criar trabalhos tão interessantes como os deles! Creio que de certa forma me identifico com algumas das suas obras por conta da sua necessidade de transmitir ideias e pensamentos que são tão difíceis de verbalizar.

NOTA 20 - Qual (quais) as áreas artísticas com que mais te identificas? (Desenho/ Pintura/ Escultura / Design/ Arquitetura)?

FC - Eu tenho tendência a focar-me muito no desenho, ainda que este tenha vindo a perder importância para mim, infelizmente. Ultimamente a pintura e a fotografia são as áreas onde encontro mais inspiração e motivação. Pessoalmente vejo-as como "locais" mais seguros e livres.

NOTA 20 - Desenhar para ti é ...?





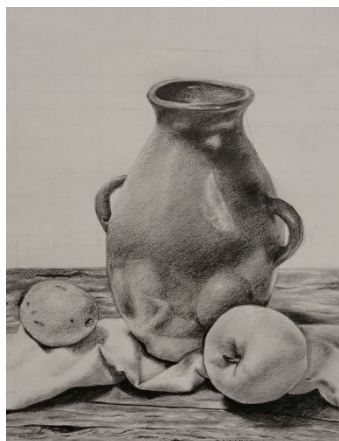
FC -...uma obrigação. Não foi sempre assim e espero que não continue a ser por muito tempo, mas a verdade é que quando desenhamos sob a pressão de seguir todas as regras impostas isto deixa de ser um passatempo e transforma-se num ponto da minha lista diária de tarefas. Claro que de vez em quando ainda desfruto da execução de certas partes de desenhos ou esboços, porém não consigo sentir a mesma alegria que sentia há uns anos.

NOTA 20 - Quais as técnicas e materiais com que mais te identificas?

FC - Tinta da china tem sido o material que mais uso,



talvez pela sua simplicidade e pelas pinceladas soltas e mais espontâneas que tornam o processo menos estressante. O aspeto final dos trabalhos com tinta da china costuma agradar-me, acredito que me identifico mais com essa estética. Também gostei da minha experiência com guache e tenho curiosidade em testar tinta a óleo.



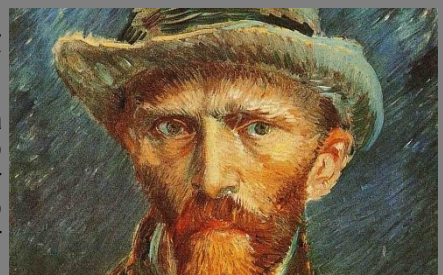
NOTA 20 - Qual a importância que a disciplina de Desenho tem na tua formação?

FC - É sem dúvida uma das disciplinas mais essenciais do curso. Apesar de ocupar uma grande parte do meu tempo e nem sempre ser muito prazeroso, devo reconhecer que a minha evolução desde o início do secundário é admirável e sem esta disciplina provavelmente continuaria muito ingênua em relação a técnicas, principalmente. Além disso, sei que posso vir a precisar destas bases para depois ser capaz de tornar a minha arte mais autêntica.■

Professora Cristina Jorge



"É bom amar muitas coisas, pois aí está a verdadeira força. Quem ama muito, realiza muito e pode realizar sempre mais, e o que é feito no amor é bem feito".■



Vincent Van Gogh

ENTREVISTA A XAVIER BITA

Xavier Bita é também um aluno... NOTA 20!

Desde pequeno que nutre um gosto pelas artes, tendo gostado sempre de desenhar.

Assim como Flávia Costa, nos desenhos de Xavier Bita, sobressai uma qualidade técnica e de manipulação de materiais, sobretudo nos desenhos a tinta da china, material com o qual este aluno diz mais se identificar.

Nos seus tempos livres, divide-se entre ouvir música, (rock, pop, metal), estar com os amigos, ver séries, ler um pouco, andar de skate, e ... desenhar.

NOTA 20 - Como surgiu o teu gosto pelas Artes?

XB - O meu gosto pelas artes esteve sempre presente na minha vida desde pequeno. Sempre gostei de fazer trabalhos manuais e de desenhar.

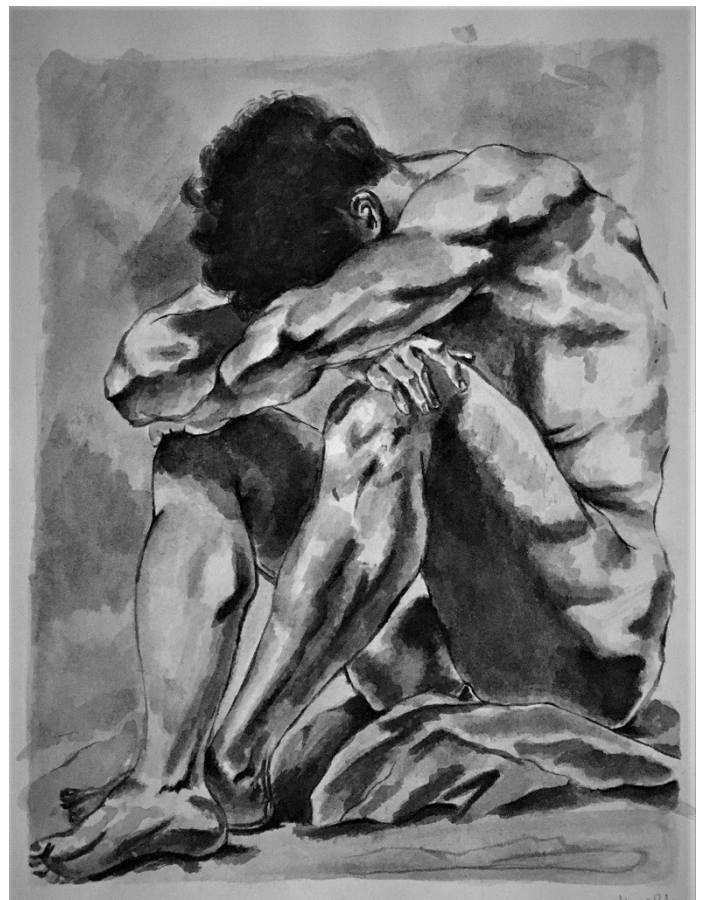
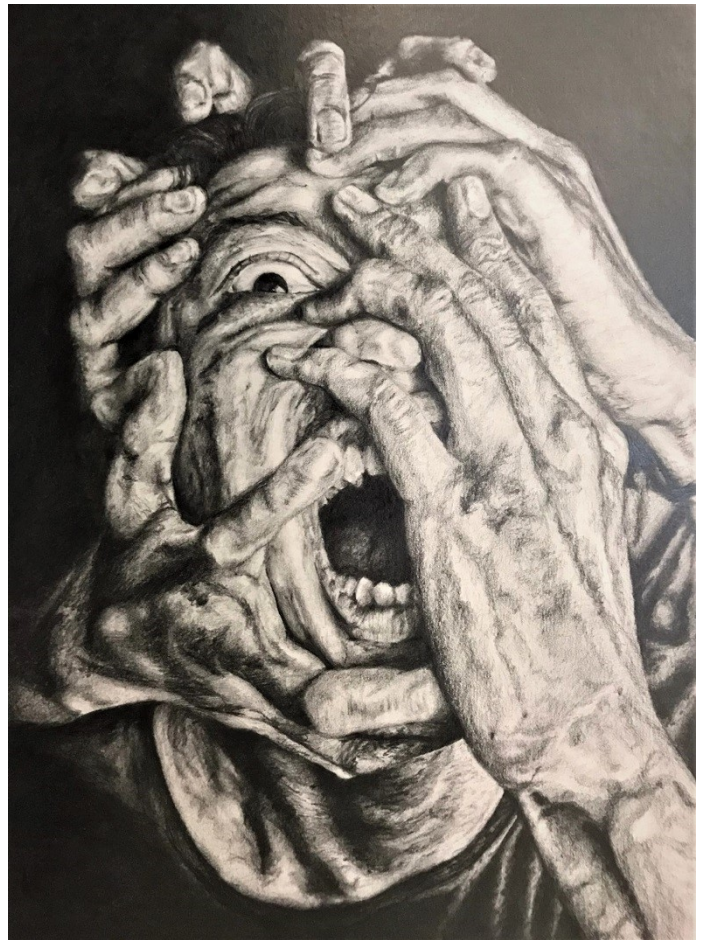
NOTA 20 - Qual a razão que te levou a escolher esta área de estudos?

XB - Sempre tive bastante interesse pelas artes e por desenho, então quis seguir esta área de estudo para aprofundar os meus conhecimentos, mas infelizmente tenho perdido um pouco o gosto, pelo facto de Artes ser demasiado exigente, colocar demasiada pressão, e ocupar demasiado tempo, mas como em tudo.... é preciso gosto e dedicação.

NOTA 20 - Como gostavas que fosse o teu futuro a nível profissional?

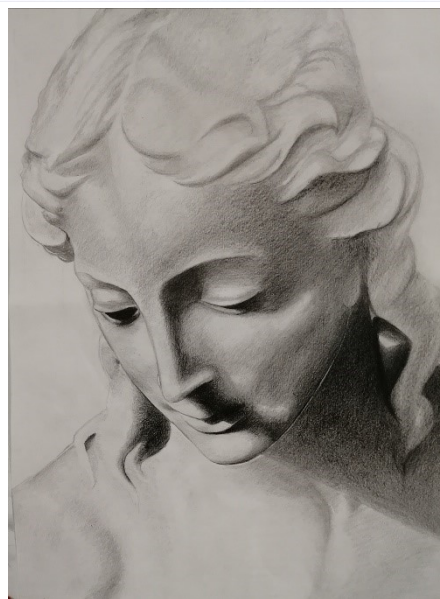
XB - Gostava de trabalhar com algo relacionado com reconstituição de arte, ou teatro.

NOTA 20 - Quais os Artistas Plásticos e obras com que mais te identificas? Porquê?



XB - Os artistas plásticos com que mais me identifico são: *Frida Khalo* pelo facto de ela tentar introduzir nas





suas obras os seus sentimentos, e as causas que defende; o *Wassily Kandinsky*, pela forma como, nas suas obras expõe os seus sentimentos e estado de espírito, e também por admirar a Arte Abstrata.

NOTA 20 - Desenhar para ti é ...?

XB - ... desenhar para mim é uma forma de expressar os meus pensamentos e sentimentos, principalmente quando faço as minhas próprias criações.

NOTA 20 - Quais as técnicas e materiais com que mais te identificas?

XB - Identifico-me sobretudo com a técnica de tinta da china, pelos resultados incríveis que produz no desenho, assim como a técnica a grafite, e a técnica a lápis de cor.■

Professora Cristina Jorge



“PELO SONHO É QUE VAMOS”

“Pelo sonho é que vamos,
comovidos e mudos.
Chegamos? Não chegamos?
Haja ou não haja frutos,
pelo sonho é que vamos.
Basta a fé no que temos.
Basta a esperança naquilo
que talvez não teremos.
Basta que a alma demos,
com a mesma alegria,
ao que desconhecemos
e ao que é do dia a dia.
Chegamos? Não chegamos?
– Partimos. Vamos. Somos.”■

Sebastião da Gama

“Paradoxalmente, embora possa parecer, não é menos verdade que a vida imita a arte muito mais do que a arte imita a vida”.■

Oscar Wilde

Exposição de Ilustração "CONTO(TE) COM...BETERRABA"

Exposição de ilustrações pintadas com beterraba
de contos de autores portugueses



PROJETO ARTICULAÇÃO EDUCAÇÃO VISUAL/PORTUGUÊS

TERRA VIVA - Restaurante Vegetariano/vegan (rua 27)

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DR. MANUEL GOMES DE ALMEIDA - ESPINHO

A imaginação e a técnica "voaram", desta vez com a Beterraba como matéria prima, na ilustração de contos portugueses realizados pelos alunos do 7º e 8º anos do Agrupamento Dr. Manuel Gomes de Almeida, em Espinho.



A Exposição **CONTO(TE) COM BETERRABA**, foi inaugurada no dia 17 de dezembro, no restaurante Vegetariano/Vegan, **TERRA VIVA**, na rua 27, em Espinho e esteve patente até ao dia 28 de janeiro, numa mostra de alguns dos trabalhos realizados, (no passado ano letivo e apesar das contrariedades levantadas pelo confinamento) sobre os contos: "**LADINO**" de Miguel Torga,

"**SAGA**" de Sophia de Mello Breyner Andresen e "**A AIA**" de Eça de Queiroz.



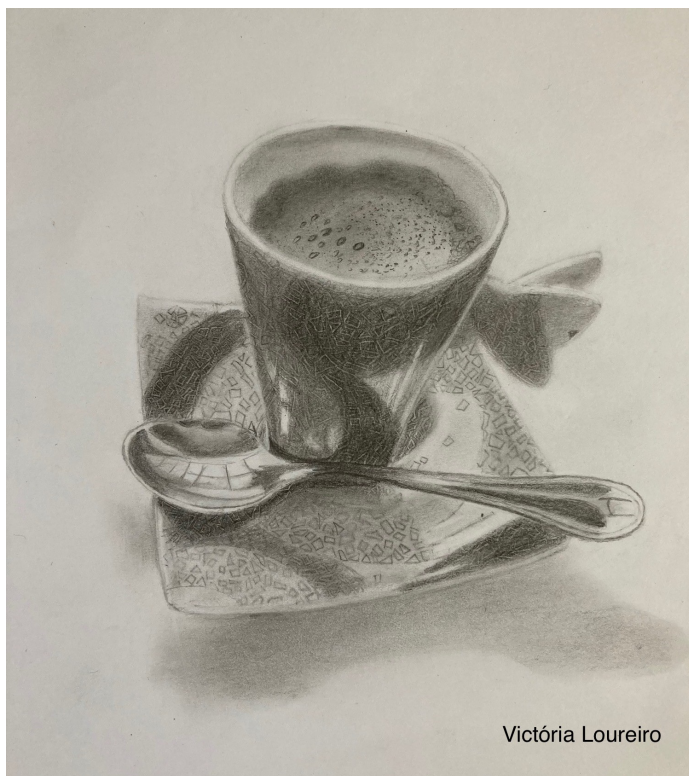
Numa abordagem original, onde a beleza da cor e a translucidez tonal do sumo de beterraba diluído em água, proporcionaram trabalhos de grande valor decora-

tivo. Este projeto, inovador no âmbito da Ilustração, pretendeu despertar o interesse pelas Artes Plásticas e pela leitura, mostrando a sua ligação na abordagem dos conteúdos das duas disciplinas.

O resultado final foi um conjunto de ilustrações de grande expressividade plástica, onde a originalidade e inovação da técnica e dos materiais utilizados marcam posição no campo da Ilustração.

A coordenadora do projeto, Cristina Jorge, referiu “a motivação sentida pelos alunos em mostrar o seu trabalho fora da Escola a que pertencem”, considerando “fundamental para a aprendizagem, a articulação entre disciplinas numa consolidação de conteúdos.” ■

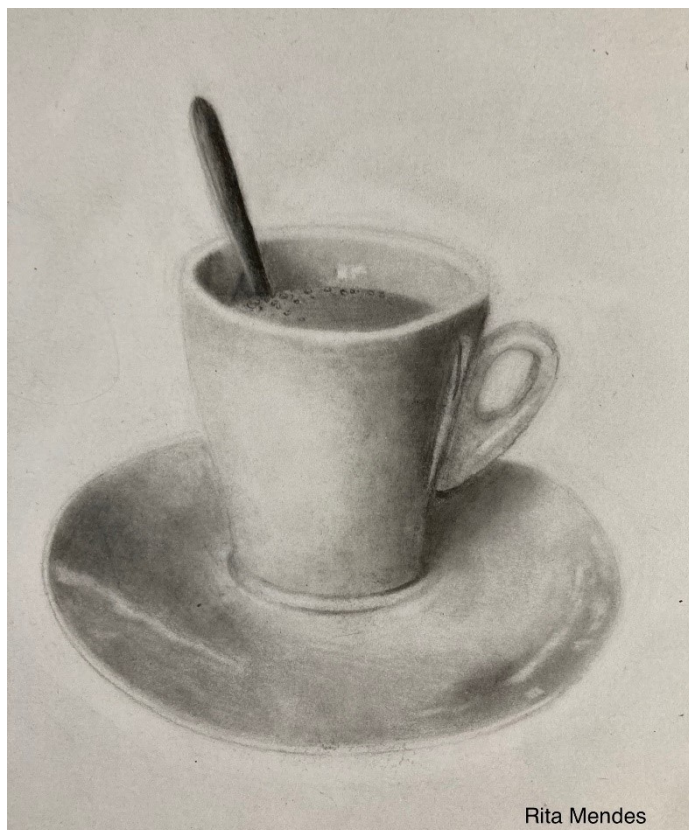
Professora Cristina Jorge



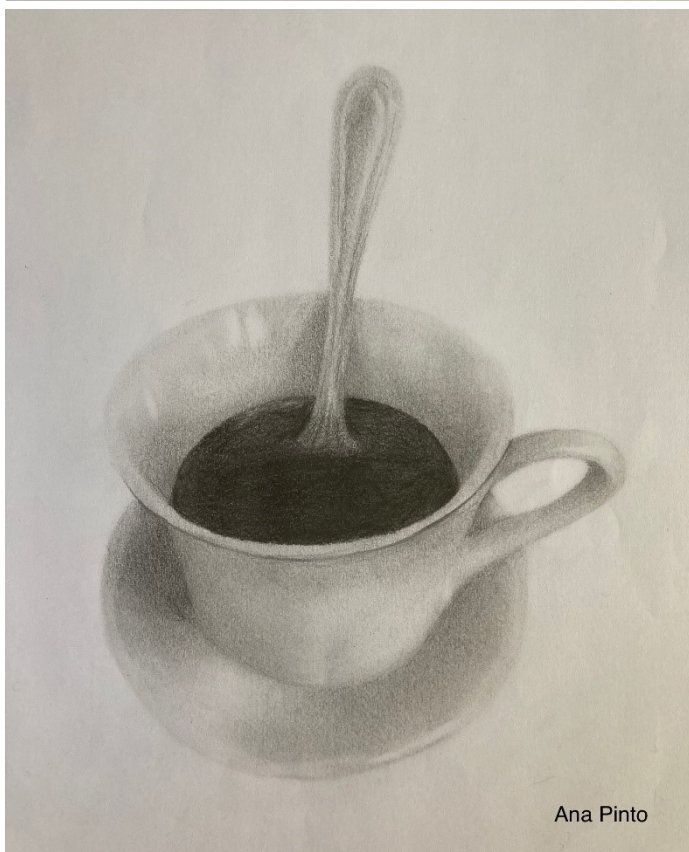
Victória Loureiro



Sofia Silva



Rita Mendes



Ana Pinto

A Exposição^S "COFFEE BREAK", realizada no café Santa Cruz, em Espinho, revelou ao público, um exemplar grupo de desenhos desenvolvidos por alunos dos 8º 2ª, 9º 3ª, 9º 4ª e 9º 5ª nas aulas de Educação Visual, onde é visível um admirável realismo, obtido através de uma exemplar manipulação de técnicas e de materiais. Lembrando o Artista Plástico Magritte, na célebre frase acerca da representação realista de uma maçã: "*Ceci n'est pas une Pomme*", estes trabalhos, executados na técnica de grafite de várias durezas, evidenciam um



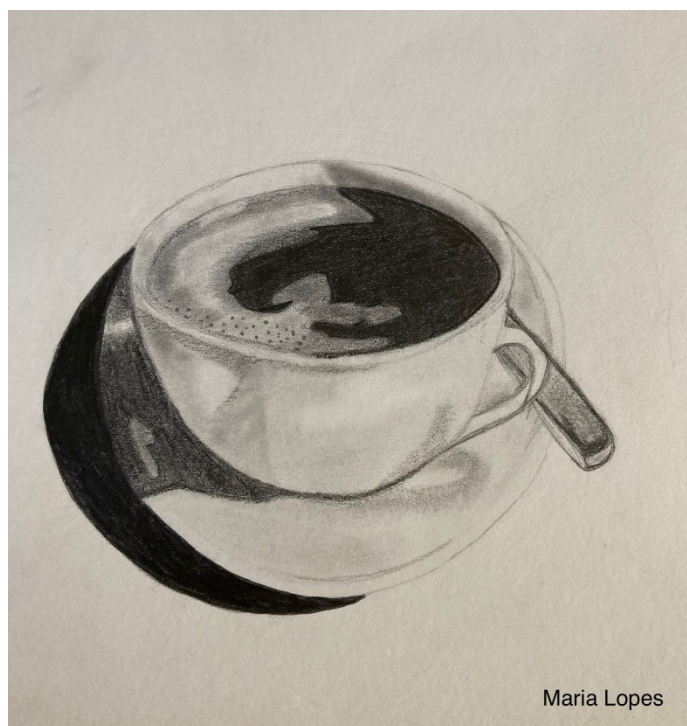
Carolina Fernandes



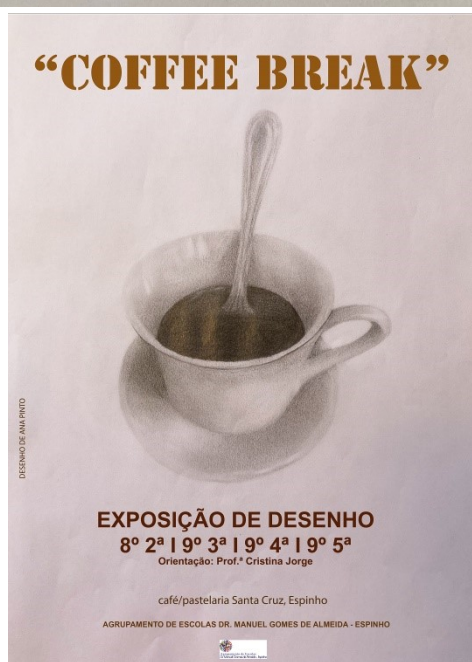
Xavier Guedes



Mariana Lima



Maria Lopes



grande realismo na representação dos volumes e texturas dos vários elementos representados, nomeadamente, a porcelana, o vidro, o metal e o ... café, tendo-se a sensação de sentir o seu aroma.

Dos 29 alunos representados ficam aqui imagens dos trabalhos de: Maria Lopes; Catarina Rodrigues; Mariana Lima; Carolina Fernandes; Victória Loureiro; Ana Miguel; Sofia Silva; Rita Mendes e Xavier Guedes.■

Professora Cristina Jorge

"CONTO(TE) COM... COLAGENS!"



Após uma difícil seleção dos melhores trabalhos do 7º, 8º e 9º anos do Concurso de Ilustração CONTO(TE) COM...COLAGENS", Projeto de articulação Educação Visual/Português, o Júri, constituído pela Sub Diretora do Agrupamento, Dr.ª Helena Morais, pela Professora de História, Dr.ª Zélia Castro e pelo Professor de Artes, Arquiteto João Gil da Costa, decidiu os premiados! Todos os melhores trabalhos irão integrar uma Exposição itinerante em Bibliotecas entre Douro e Vouga, numa parceria com a Biblioteca da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, revelando obras de grande originalidade no campo da ilustração de contos Portugueses.■

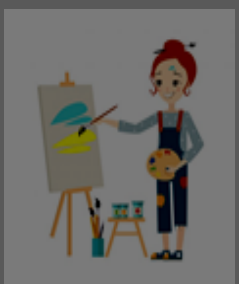
Professora Cristina Jorge

"A arte diz o indizível, exprime o inexprimível, traduz o intraduzível."■

Leonardo da Vinci

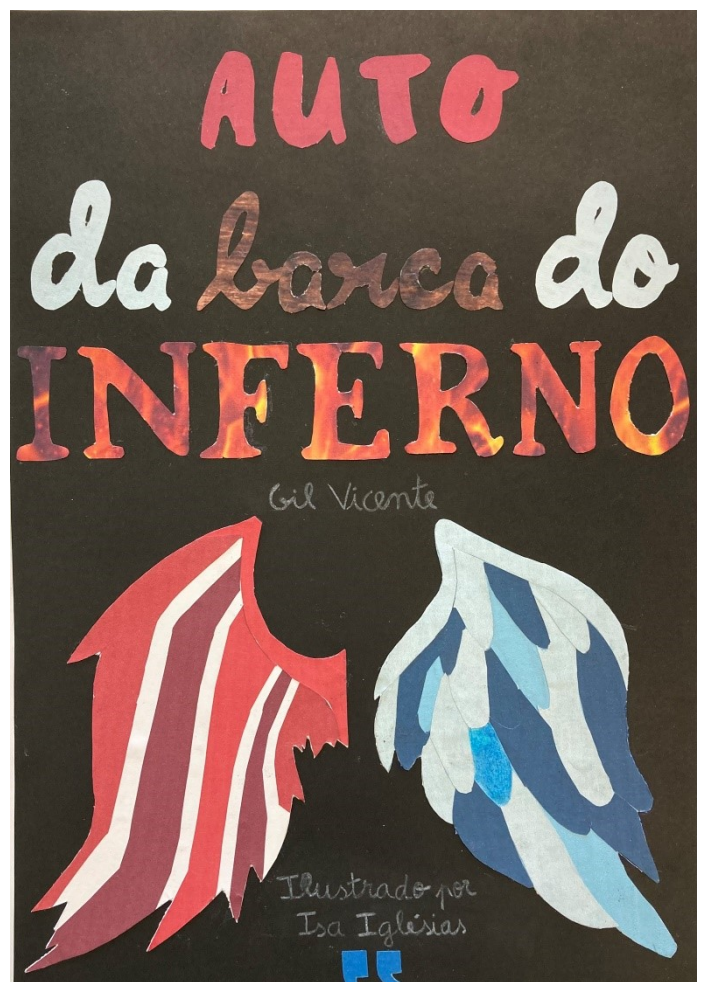
"A lei suprema da arte é a representação do belo."■

Leonardo da Vinci

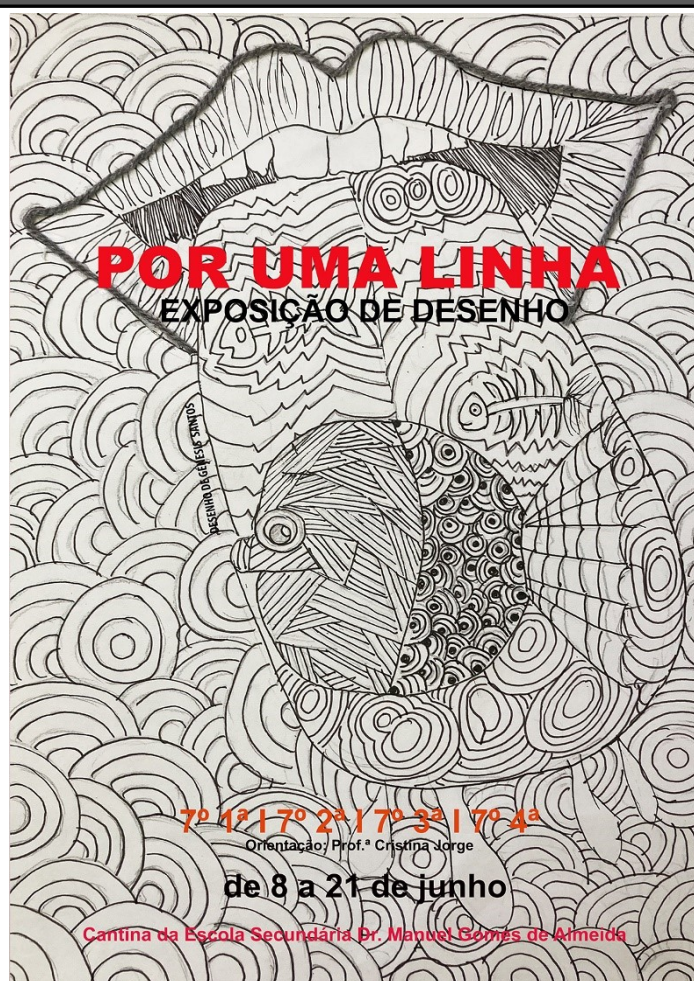


"A pintura é a poesia mais vista do que sentida, e a poesia é a pintura que é sentida e não vista".■

Leonardo da Vinci



POR UMA LINHA



Paul Klee afirmou **"Desenhar é levar uma linha a passear"** e foi o que os alunos dos 7º 1ª; 2ª; 3ª e 4ª fizeram, ao trabalhar o Elemento Estrutural da Linguagem Plástica - LINHA de forma exaustiva e sobretudo criativa, abordando temáticas variadas!

Estes trabalhos, realizados nas aulas de Educação Visual, encontram-se expostos na cantina da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida de 8 a 22 de junho! ■

Professora Cristina Jorge

"A ciência descreve as coisas como são; a arte, como são sentidas, como se sente que são." ■

Fernando Pessoa

"É na arte que o homem se ultrapassa definitivamente." ■

Simone de Beauvoir

"A arte é o espelho e a crónica da sua época." ■

William Shakespeare

"Os espelhos são usados para ver o rosto; a arte para ver a alma." ■

George Bernard Shaw

"A arte começa onde a imitação acaba." ■

Oscar Wilde



"Natal É"

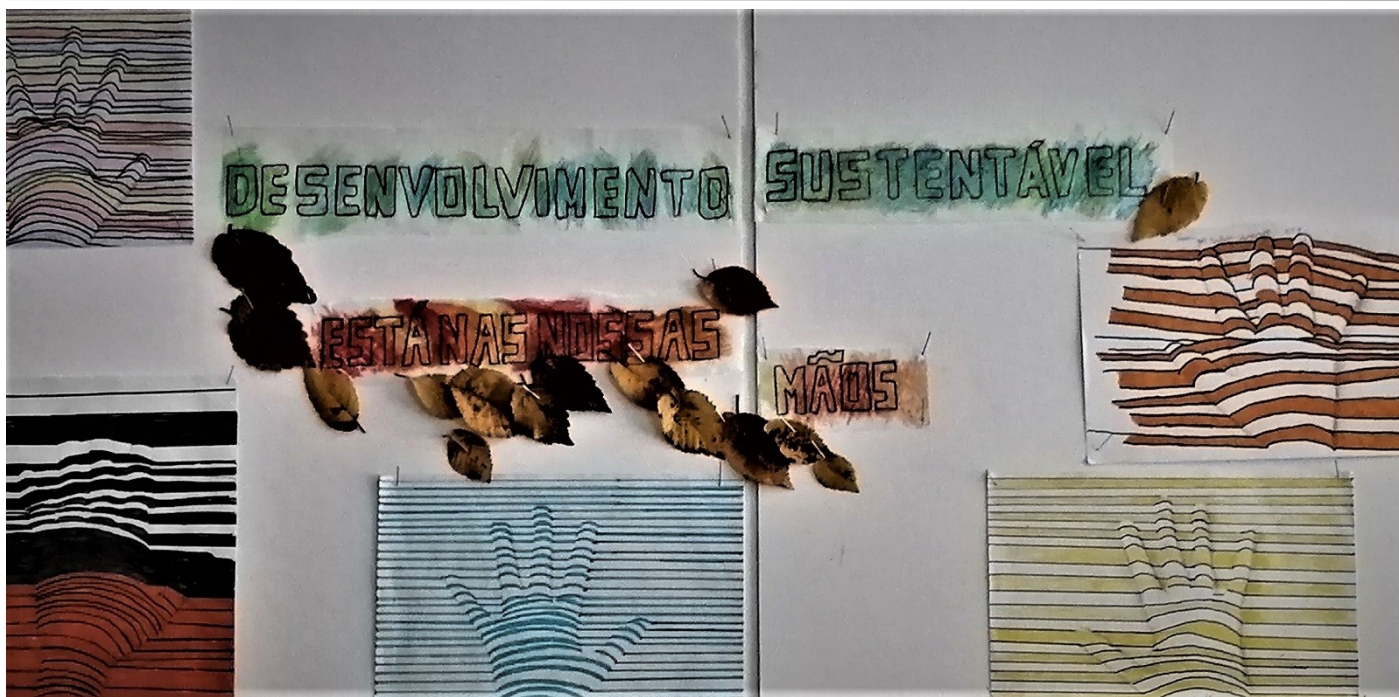


Na disciplina de Educação Visual, nas turmas do 8º1, 8º3 e 8º7 em articulação com as disciplinas de Português, Inglês, Francês Alemão e Espanhol, os alunos trabalharam a simbologia da cor associada ao tema "Natal É". Trabalharam a imagem e o texto nas diferentes línguas e adequaram música natalícia para criar pequenos vídeos individuais. Esta atividade foi concluída com a produção de um vídeo coletivo, de apresentação das imagens, que pode ser visualizado no link apresentado. ■

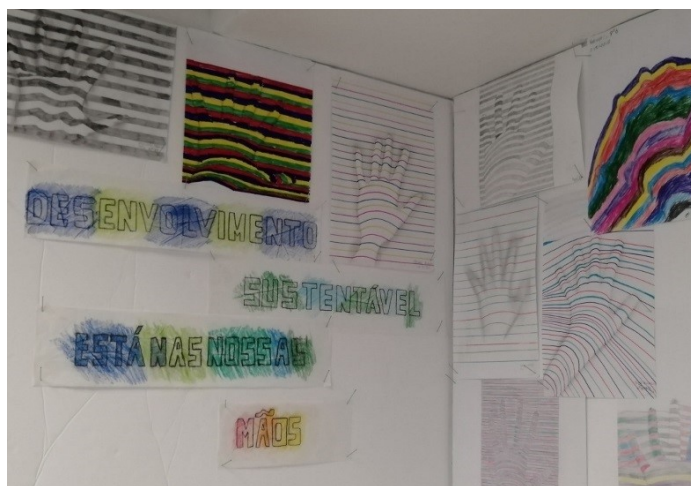


NATAL É.mp4

A professora de Educação Visual, Carmo Pinto

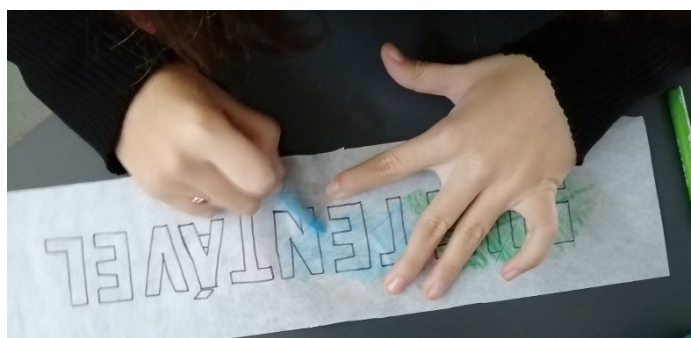
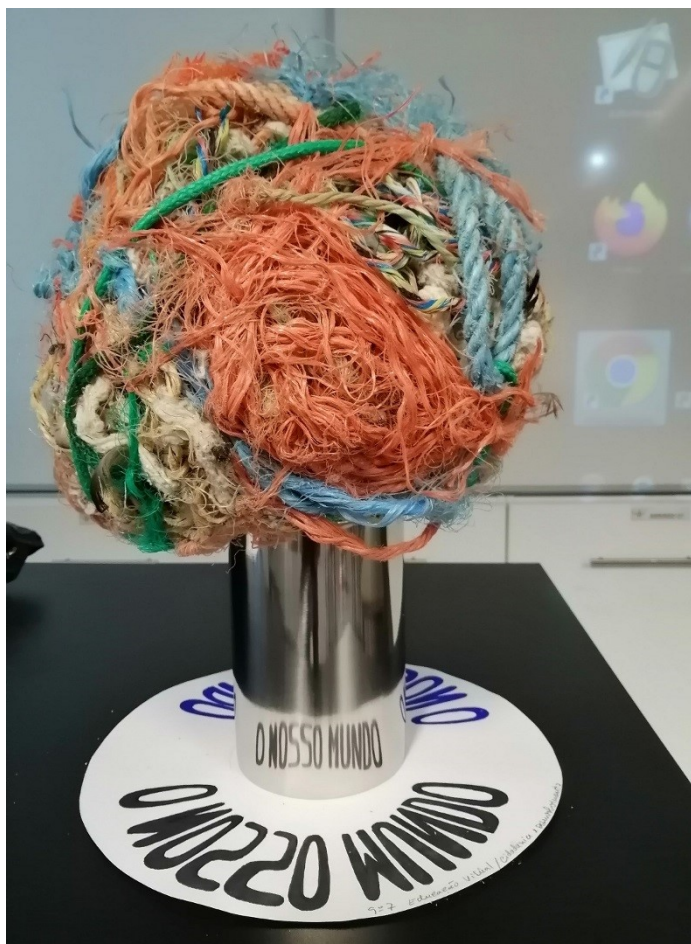


Nas aulas de Educação Visual, nas turmas do 9º6 e 9º7, os alunos trabalharam a intencionalidade das suas experiências plásticas na criação de novas imagens. Relacionaram conceitos, materiais, meios e técnicas na criação de um painel alusivo ao tema em estudo, **“Desenvolvimento Sustentável”** com o slogan **“Está nas nossas mãos”**. Para reforçar a mensagem, alertar para os problemas ambientais que o planeta está a sofrer, foi realizada uma peça tridimensional, com materiais recolhidos na praia, intitulada **“O Nosso Mun-**



do” (subtema do projeto). Este trabalho foi feito em articulação com a disciplina de Cidadania e Desenvolvimento. ■

A professora de Educação Visual, Carmo Pinto



“O desenvolvimento sustentável, é um tema muito presente no nosso quotidiano, daí ser tão importante. A nossa turma, assim como outras fizeram um pequeno trabalho. Toda a gente aderiu bem, deram as suas opiniões acerca do assunto e ficaram a conhecer melhor este problema. Todos nós achamos que cada um deve fazer a sua parte, pois o desenvolvimento sustentável está nas nossas mãos!” ■

Beatriz Silva, 9º7ª

Descubra as 7 diferenças

Sopa de Letras



Curiosidades...

- A vida de Frida nunca foi muito tradicional: aos 6 anos de idade adoeceu com poliomielite e ficou com a perna direita mais fina do que a esquerda, contudo, raramente era visível, porque ela usava calças. Apesar disso, depois de adulta ela praticou boxe e até ganhou uns campeonatos...de virar shots de tequila!

- Aos 18 anos, quase perdeu a vida num grave acidente. Durante os 3 meses que ficou internada, Frida começou a pintar autorretratos na cama do hospital, com auxílio de um espelho. Era o início da vida artística, que fez com que abandonasse a ideia de se tornar médica.

- Dos 143 quadros pintados, 55 são de seu próprio rosto. Justificava-se com o facto de passar muito tempo sozinha e que esse assunto - ela mesma - era o que ela mais dominava.

- Aos 20 anos, pouco tempo após o acidente, Frida conheceu o pintor Diego Rivera (42 anos), com quem casou, em 1929.

- Frida e Diego tiveram um relacionamento muito complicado, envolvendo diversas traições - ele inclusive teria ficado com a irmã mais nova da esposa! Frida também teve inúmeros casos extra-conjugais, com homens e com mulheres.

- Entre os vários amantes que Frida teve, um dos mais famosos foi Leon Trótski, um dos fundadores do Exército Vermelho, da antiga União Soviética.

- O seu quadro "Dos desnudos en el bosque (La tierra misma)", de 1939, foi vendido em Nova York, em 2016, por 8 milhões de dólares!

- Frida era apenas conhecida como "a esposa de Diego Rivera". O seu enorme sucesso surgiu apenas após a sua morte (por embolia pulmonar), em 1954, aos 47 anos.■

Quando a Cátia tinha 6 anos, a sua irmã Mónica tinha exatamente a metade da sua idade. Agora a Cátia tem 40 anos. Quantos anos tem a Mónica?■

H	B	S	H	F	A	H	E	O	V	J	D	E	N	E	J
R	O	R	M	J	E	O	A	S	B	F	O	H	A	S	L
F	S	R	O	D	M	J	H	D	V	A	E	J	N	A	F
P	J	T	P	S	O	A	H	V	D	E	J	F	A	O	N
H	T	P	O	J	S	E	S	F	H	N	E	N	O	J	S
F	N	H	P	V	T	H	N	E	S	H	D	S	N	R	O
H	S	V	N	H	M	A	R	O	A	N	V	N	O	D	V
M	O	R	T	E	D	S	L	N	F	R	O	E	S	R	E
S	O	N	D	E	V	O	R	S	D	V	A	D	D	N	F
T	M	E	N	F	E	R	M	F	J	R	O	S	R	A	V
P	O	J	S	E	T	F	J	M	U	N	D	A	D	E	E
M	T	S	J	O	E	N	D	V	A	S	O	A	D	S	E
O	D	E	S	J	N	F	E	T	A	N	T	E	A	R	N
C	O	N	F	J	N	A	M	E	N	T	O	H	D	N	P
P	A	N	D	E	M	J	A	M	S	V	S	N	F	M	E

PANDEMIA

COVID

VACINA

ENFERMEIROS

MÁSCARA

HOSPITAL

DESINFETANTE

MORTE

IMUNIDADE

CONFINAMENTO

"Ao fim do dia, podemos aguentar muito mais do que pensamos que podemos."■

"Pés, para que os quero, se tenho asas para voar?"■

Frida Kahlo

Envie os seus artigos para o
Jornal da Escola, devidamente
identificados, para:

nota20@aemga.pt

COLABORE NO JORNAL

Soluções da edição de julho/2020:

DESAFIO 1 - Quando se cruzam estão ambos no mesmo sítio, logo estão ambos à mesma distância do Porto e à mesma distância de Lisboa.

DESAFIO 2 - "10montar" "10perdiçar"

DESAFIO 3 - $3 + 5 = 2$

DESAFIO 4 - 9

DESAFIO 5 - 51 caixotes



Dr. Manuel Gomes de Almeida

Responsáveis pela edição

Professores: Paulo Pedro, Zélia Castro, Cristina Jorge, Américo Silva.

Colaborador: Agostinho Pinho

O **Nota20** é o jornal do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida
Rua 35, 4501-852 Espinho.

Edições anteriores do Nota20

No Yudu: 2009 Novembro, 2009 Dezembro, 2010 Janeiro, 2010 Fevereiro,
2010 Março, 2010 Abril, 2010 Maio, 2010 Junho, 2011 Maio, 2011 Junho,
2011 Outubro, 2012 fevereiro, 2012 Maio, 2012 Junho, 2012 Dezembro,
2013 Março, 2013 Julho, 2013 Dezembro, 2014 Abril, 2014 Julho,
2015 Janeiro, 2015 Abril, 2015 Julho, 2016 Abril, 2016 Agosto, 2017 Maio,
2018 Abril, 2019 Abril, 2020 Julho

Em www.nota20.pt.tl: 2010 Novembro - 2011 Maio