

JULHO 2022

NOTA 20

BLOCO DE NOTAS. NOTAS SOLTAS.
S. NOTA 20. NOTA HISTÓRICO G
GRÁFICA. PORTANTES
S BREVE (NOTA) C
OTAS RA A NATU
OTAS. OTAS C
ICAS. AS. NOT
RADIO S. NOT
FESTIV AIS. NOT
DE SAÚDE. E IVAS. NOT
SPECIAIS. NOTAS DE LEITURA. NO
ÍSTICAS. NOTAS DE CIDADANIA. M
OS ARTÍSTICAS. NOTAS DE ECONO
AS VIP. NOTAS DIVERTIDAS. NOTA
ÉTICAS. NOTAS ECONOMIA. N
PROFISSIONAIS. NOTAS DE SABOR

NOT WAR!

Ilustração: Lígia Sá 2021



NOT WAR!



BLOCO DE NOTAS

Chegamos ao final de mais uma etapa: mais um ano, mais um desafio que vencemos, mais uma meta que alcançamos. Uma meta falsa, por sinal, que não é senão mais um ponto de partida: ponto de partida para os alunos que concluíram aqui os seus estudos e partem para outros destinos académicos ou profissionais; ponto de partida para os alunos que mudam de ciclo, de curso ou de escola e enfrentam uma nova turma; ponto de partida também para os professores, que, permanecendo nas nossas escolas ou deslocando-se para outras instituições, encontram sempre novos rostos, novas realidades.

A escola é mesmo assim, uma realidade dinâmica! A cada ano que passa, sempre se renova, sempre se adapta, sempre procura responder. Não é apenas um espaço de rotinas diárias, alheio ao mundo que fica do lado de fora. Mais do que um espaço de instrução, é também um espaço de reflexão crítica que se constrói através de um diálogo democrático e estimulante da participação plural e pública. Desse modo se investe diariamente dentro e fora das salas de aula para que os alunos possam desenvolver uma consciência crítica dos problemas, o gosto pela argumentação racional e pela prática interventiva.

O Nota20 procura ser a voz das nossas escolas expondo as ações em que nos envolvemos e a razão das escolhas que fazemos. Um jornal escolar, voz dos sujeitos da educação só faz sentido se for uma voz ativa e não passiva, não unísona, mas harmoniosa. É bom que seja crítica e livre, projetada para um futuro melhor, já que é responsabilidade ética da escola o efeito futuro da educação presente, o seu alcance de justiça, o seu potencial transformador. Só se pode educar para a justiça, para a democracia ou para a participação cidadã se as escolas cultivarem estes valores.

Tal como a escola, o Nota20 quer ser um espaço para quem gosta de escrever, de fotografar de desenhar, isto é, através das múltiplas valências dos seus atores, despertar para a realidade política, económico-social e ambiental do século XXI.

A escola tem um papel determinante na formação dos nossos jovens cujo futuro é toldado por situações

tenebrosas que afetam todas as gerações do planeta. As mudanças climáticas, há muito anunciadas, têm-se revelado da pior maneira: o nível das águas sobe ameaçadoramente, os polos derretem e os buracos do ozono já não se contraem. Vivemos tragédias como os desastres petrolíferos, incêndios florestais gigantescos, cheias catastróficas sem precedentes, ondas de calor e períodos de seca inimagináveis.

Diz o Génesis que "Deus vendo toda a sua obra, considerou-a muito boa". É, pois, assustador ver aquilo em que, entretanto, se transformou este planeta de sonho. Dizem que é fruto do progresso. Será isto o progresso?

A ideia-base era a de que progresso é conhecimento, mas o conhecimento trouxe poder, de tal forma que faz com que consigamos destruir o que temos de mais precioso. Há progresso quando podemos destruir?

Claro que não esquecemos a pandemia, outro flagelo de que já falamos várias vezes neste jornal.

Mas agora, o que mais aflige a humanidade é a guerra bárbara que se abateu sobre o povo ucraniano e que é ainda mais grave por ser obra da mão humana. Diariamente chegam-nos imagens aterradoras de uma violência que todos julgávamos pertencer ao passado e que não poupa ninguém. Há progresso quando podemos invadir, violar, matar pessoas?

E escrevem-se letras para canções ou ouvem-se de novo aquelas que nasceram como verdadeiros hinos "àqueles que resistem, àqueles que se batem não só pela terra, mas pelos grandes valores que são os nossos: verdade, democracia, humanidade." como disse Pedro Abrunhosa, a propósito da canção "Que O Amor Te Salve Nesta Noite Escura". Diz ainda que a "arte serve para isto, nem é panfleto, nem é sombra. A arte não disfarça, nem revela. A arte apenas ajuda a atravessar a realidade".

Também pela arte, pela obra da futura artista **Lígia Sá** do 8º^a, que apresentamos na capa deste jornal, interpelamos a nossa comunidade educativa sobre as decisões morais e éticas que deveremos tomar. A questão é saber como podemos transformar a grande vontade moral com a qual todos concordam e pela qual todos clamam numa decisão pessoal.

Esta obra representa ainda a esperança que não queremos perder, a luz que, sobretudo os que são vítimas desta terrível guerra, procuram recuperar.

Por tudo isto, vale a pena ser "ESCOLA". ■

Equipa do Nota20

ÍNDICE

- 02. Bloco de Notas
- 03. Notas Importantes
- 20. Notas de Cidadania
- 26. Notas de Saúde
- 29. Notas de Desporto
- 33. Alunos Nota20
- 35. Notas de Leitura
- 36. Notas Poéticas

- 37. Notas Científicas
- 40. Notas Matemáticas
- 43. Notas Informáticas
- 44. Notas Histórico-Geográficas
- 45. Notas Filosóficas
- 47. Notas Especiais
- 52. Notas Profissionais
- 55. Notas Internacionais
- 63. A(nota) Aí!
- 70. Notas Artísticas
- 78. Notas de Saudade
- 80. Notas Lúdicas

NOTAS IMPORTANTES

AEMGA conquista novo prémio europeu

“On the edge”, um projeto Erasmus+ e eTwinning do AEMGA, acaba de ser distinguido com um prémio europeu eTwinning.

De entre 1824 projetos enviados a concurso a nível europeu, apenas nove foram galardoados nas cinco categorias. O projeto “On the edge”, cujo título significa ‘no limite’, numa tradução livre, arrecadou o 2º prémio na categoria dos 12-15 anos dos Prémios Europeus 2022, elevando para quatro o número de projetos premiados a nível europeu do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida (AEMGA).

Os três professores premiados do AEMGA são Manuela Correia (coordenadora-geral do projeto), Lígia Oliveira e Adrien Santos. Irão participar na conferência anual eTwinning, que este ano será realizada virtualmente, no próximo mês de outubro. Haverá também uma cerimónia de entrega de prémios a nível local para os alunos envolvidos, que ocorrerá na escola sede do AEMGA no 3º período em data a designar.

O eTwinning é uma iniciativa promovida e apoiada pela Comissão Europeia com o intuito de desenvolver competências digitais, linguísticas, sociais e culturais, de maneira a promover a cidadania europeia. Os projetos desenvolvidos no âmbito desta iniciativa são realizados em parceria com outras escolas europeias, podendo versar qualquer área ou tema. Destinam-se a alunos de todos os níveis de ensino e visam desenvolver a autonomia, a colaboração, a comunicação, o pensamento crítico e a criatividade, entre outras.

“On the edge” é um projeto interdisciplinar que se desenvolveu entre 2018 e 2021. Para além de Portugal, envolveu escolas da Finlândia, Roménia, Polónia, Alemanha e Grécia. Foi também um projeto Erasmus+, ou seja, um projeto financiado em que alguns alunos do 2º e 3º ciclo do agrupa-

mento tiveram a oportunidade de visitar os cinco países parceiros durante uma semana. Cada país parceiro teve uma temática específica a explorar com forte ligação ao currículo escolar:

- **Portugal** (novembro 2018) - “On the edge of Arts and Music” (Arte e Música)
- **Roménia** (fevereiro 2019) - “On the edge of Science and Maths” (Ciência e Matemática)
- **Polónia** (maio 2019) - “On the edge of Biology and Environment” (Biologia e Ambiente)
- **Alemanha** (novembro 2019) - “On the edge of Sports and Technology” (Desporto e Tecnologia)
- **Finlândia** (fevereiro 2020) - “On the edge of Nature and Culture” (Natureza e Cultura)
- **Grécia** (maio 2021) - “On the edge of the European Cultural Heritage” (Património Cultural Europeu)

ON THE EDGE
um projecto ERASMUS+ e eTwinning para alunos de 11-13 anos

ESCOLAS PARCEIRAS

PORTUGAL AE Dr. Manuel Gomes de Almeida, Espinho
ROMÉNIA Școala Gimnazială Numărul 4, Vulcan
POLÓNIA Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 4 im. Gustawa Morcinka, Słupsk
ALEMANHA Gymnasium Walsrode, Walsrode
FINLÂNDIA Keskuskoulu, Raahen
GRÉCIA 5th Primary School of Heraklion Crete, Heraklion (Crete)

Para além de desenvolver as chamadas competências do século XXI, este projeto procurou também estimular a imaginação dos alunos, levando a um amor mais profundo pela aprendizagem e compreensão da Europa. Permitia ainda que os alunos desenvolvessem um sentido partilhado de cidadania europeia e global. “Estamos a criar a UE, mas estamos a esquecer-nos de criar os europeus”, alguém disse. É por isso que as equipas internacionais estiveram na base deste projeto.

PRÉMIO EUROPEU 2022
categoria 12-15 anos (2º prémio)

2018 2019 2020 2021

PORTUGAL, Nov. 2018
ON THE EDGE OF ARTS & MUSIC

ROMÉNIA, Fev. 2019
ON THE EDGE OF SCIENCE & MATHS

POLÓNIA, Maio 2019
ON THE EDGE OF BIOLOGY & ENVIRONMENT

ALEMANHA, Nov. 2019
ON THE EDGE OF SPORTS & TECHNOLOGY

FINLÂNDIA, Fev. 2020
ON THE EDGE OF NATURE & CULTURE

GRÉCIA, Maio 2021
ON THE EDGE OF THE EUROPEAN CULTURAL HERITAGE

2021

Em Portugal, as atividades organizadas incluíram visitas à Casa da Música, Serralves, Aveiro, Museu Municipal de Espinho - FACE, Museu Vista Alegre, Museu do Carro Elétrico; *workshops* organizados pela escola ou por instituições locais como a Academia de Música de Espinho; experiências científicas; e colaborações com várias organizações e instituições no domínio da proteção do ambiente, das línguas estrangeiras, da música, da geografia, do ambiente, da cultura, entre outras. Devido à pandemia, a visita à Grécia teve de ser realizada virtualmente. Graças ao museu FACE, que cedeu as instalações ao projeto, foi possível realizar visitas virtuais à ilha de Creta, na Grécia, ligações via zoom com todos os participantes do projeto e várias outras atividades colaborativas. No âmbito do projeto foram criados vários produtos, tais como *eBooks* e jogos temáticos, um calendário reutilizável, dicionários de termos técnicos, e ainda a "On the edge Song", o hino do projeto que inclui uma quadra escrita pelos participantes de cada mobilidade na sua própria língua.

Organizados em equipas internacionais, os alunos realizaram várias tarefas em conjunto, conquistando pontos para as suas equipas. "Queríamos que se sentissem desafiados, mas também procurámos promover a amizade em vez da rivalidade entre os países", afirmou Manuela Correia. O sentido de liberdade na descoberta de modos de ser e agir e a necessidade de comunicar com colegas que falam outras línguas, levou estas crianças e adolescentes a melhorarem a sua autonomia e a procurar meios de comunicação e apresentação das ideias que tinham em mente. Adrien Santos, professor de Físico-Química e um dos organizadores da Semana da Ciência do AEMGA em 2019, disse que, através do projeto, "os alunos puderam rever ou descobrir novas aplicações das ciências, que contribuíram para abrir novos horizontes e desenvolver um espírito mais livre e menos preconceituoso."

"As semanas das mobilidades foram muito ricas, no que toca ao relacionamento interpessoal e ao conhecimento de outros ambientes", referiu Lígia Oliveira, professora de Educação Visual e Tecnológica e coordenadora da EB Domingos Capela. Como o nome indica, "On the edge" foi um projeto desenhado para expor os alunos aos seus limites, não só a nível escolar, como também a nível social e emocional. Conseguir superar as dificuldades que as viagens acarretam, tais como estarem longe dos pais, serem acolhidos por uma família que não a deles, conseguirem ultrapassar a barreira linguística, aprenderem a lidar com horários, clima, gastronomia e formas de viver completamente diferentes daquelas a que estão habituados, são aspetos muito importantes no desenvolvimento e crescimento das crianças.

Manuela Correia deixou um agradecimento à direção do agrupamento, a todos os alunos, famílias, funcionários e docentes envolvidos e referiu que "este prémio é o coroar do trabalho de toda uma equipa com e em prol dos nossos alunos. Procurámos proporcionar-lhes oportunidades de trabalhar com as novas tecnologias, de comunicar em inglês com os seus parceiros europeus, de conhecer outros países e outras culturas, e de promover valores de cidadania, acrescentando assim uma dimensão europeia à sua educação."■

Link para o site do projeto "On the edge": <https://twinspace.etwinning.net/70327>

projeto MEDEA

MEDEA é o nome de uma figura da mitologia Grega universalmente divulgada pela tragédia homónima, escrita por Eurípides (480 AC-406 AC).

Contudo, no presente contexto é o acrónimo para designar um projeto de Medição dos campos Eletromagnéticos no Ambiente, numa parceria entre a SPF, Sociedade Portuguesa de Física, e REN, Redes Energéticas Nacionais, realizado por alunos de várias escolas secundárias, profissionais e de ensino superior do País e que visa medir o campo elétrico e magnético no meio ambiente.



A nossa escola participou neste projeto. Os alunos Pedro Nadais, Luís Pereira, Pedro Pinto e Gonçalo Rebelo do 12º4, sob a orientação da professora Paula Lima, formaram a equipa MEDEA's AEMGA e mediram campos magnéticos não estáticos, como por exemplo, em aparelhos eletrodomésticos, cabos de média/alta tensão a muito baixas frequências, concluindo que a omnipresença destes campos não afeta, de todo, a saúde da população, sendo que os valores encontrados são inferiores aos valores limite toleráveis e legislados.■

Link do projeto:

<https://medeaaemga.wixsite.com/aemga>

Somos ALU, somos Ubuntu

“Ubuntu é uma maneira de estar na vida. É uma palavra que condensa a verdadeira essência do que é ser Humano. A minha humanidade está intrinsecamente ligada à tua e, por isso, eu sou humano porque pertenço, participo e partilho de um sentido de comunidade. Tu e eu somos feitos para a interdependência e para a complementaridade.”

Desmond Tutu

A Academia de Líderes Ubuntu é um programa destinado a jovens entre os 13 e os 18 anos, desenvolvido a partir do modelo de liderança servidora e com a inspiração de figuras como Nelson Mandela, Martin Luther King ou Malala.

Tem como objetivo a capacitação de jovens com elevação do potencial de liderança, provenientes de meios desafiantes ou que neles queiram trabalhar, assim como acompanhar, **facilitar, enriquecer e consolidar** o desenvolvimento de cada participante enquanto líder ao serviço da comunidade, promovendo competências humanas e técnicas relevantes para o seu percurso de vida.

Ubuntu é uma filosofia de origem africana que se traduz na expressão **“Eu Sou porque tu És”**, na valorização da interdependência e da solidariedade. Inspirada por estes valores a Academia visa desenvolver e promover competências pessoais, sociais e cívicas dos participantes, contribuindo para a sua transformação em agentes de

mudança ao serviço da comunidade, ajudando a construir uma cidade mais justa e solidária.

É um projeto promovido pelo Instituto Padre António Vieira (IPAV), subsidiado pela Fundação Calouste Gulbenkian e pela Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares (DGEST) e que tem como base o Projeto Educativo do Agrupamento e o Plano 21|23 Escola +.

O nosso Agrupamento iniciou este projeto neste ano letivo, 2021/2022 com o grupo de Professores Almira Pinto, Ana Machado, Carla Almeida, Ester Lemos, Lia Lopes, Pilar Gomes e Sónia Santos e os psicólogos, do SPO, Vítor Lima e Vera Cardoso.

Numa primeira fase, durante quatro dias, o grupo realizou a **Formação Teórico-Conceptual** e a **Formação de Formadores**, para a aplicação dos conhecimentos adquiridos no processo formativo, e assim desenvolver da segunda fase do projeto a **Semana Ubuntu**.

Foram convidados, para participar nesta semana, alunos do nono ano de escolaridade. A semana decorreu de 7 a 11 de março, das 9h às 17h, nas instalações da Escola Básica Domingos Capela, com a participação de 50 jovens com a equipa de Educadores/formadores da escola apoiados e orientados acompanhados por dois formadores do IPAV.

Esta semana, os jovens, em regime imersivo, viveram intensamente os cinco seminários temáticos: **Liderar como Mandela, Construir Pontes, Vencer Obstáculos, Vidas Ubuntu e I Have a Dream**, contribuindo para o desenvolvimento das cinco competências





chave do desenvolvimento humano tornar-se pessoa, focando-se nas **competências pessoais** (*Autoconhecimento, Autoconfiança e Resiliência*) e nas **competências sociais e relacionais** (*Empatia e Serviço*).

Ainda dentro das dinâmicas programadas, os alunos ouviram e participaram nos testemunhos realizados por duas convidadas especiais: Salomé Fonseca, criadora de “Pontes” e Anne Caroline Soares, exemplo de Resiliência. Tivemos ainda a presença da professora Manuela Nogueira, que acompanhou algumas das atividades.

Foram momentos de grande impacto pessoal, de inspiração e de realização para todos os envolvidos que culminou na entrega dos diplomas a todos os alunos e onde participaram todos os educadores e formadores, assim como a Presidente do Conselho Geral, Professora Teresa Leandro.

Já na terceira fase deste projeto, após a semana Ubuntu, com os alunos e os educadores envolvidos foi criado o **Clube Ubuntu**, cujo programa é definido, por todos os intervenientes e com o apoio do Manual dos Clubes, que oferece um conjunto de dinâmicas, conceitos e

projetos a trabalhar, estruturado na Metodologia Ubuntu. A sua dinamização pode passar pela celebração de efemérides Ubuntu, atividades como ações de voluntariado na escola ou na comunidade, intercâmbios com outros clubes com o objetivo de colocar em prática o pilar do serviço e continuar a manter vivo o espírito Ubuntu.

É na intervenção do clube e partindo da Dinâmica “World Cafe” realizada na Semana Ubuntu (em que os alunos participantes são convidados a identificar necessidades relativas a três domínios: espaço da escola, alunos da escola e comunidade envolvente) que se desenvolvem estas ideias, transformando-as em ações.

O Clube Ubuntu foi pensado de forma a ser um espaço onde a voz e as ações dos alunos têm lugar. Tem, ainda, como objetivos dar continuidade ao trabalho desenvolvido durante a Semana Ubuntu, desenvolver atividades e projetos que sirvam os 5 pilares, promover a interação entre os membros do Clube (de várias turmas) e também entre membros de toda a comunidade educativa, privilegiando a implementação da filosofia Ubuntu na Escola e criar uma rede de parceiros que possam ajudar ao desenvolvimento de projetos que respondam às necessidades da escola e da comunidade.





A primeira atividade realizada, seguindo as necessidades presentes e criando pontes com parceiros internos e externos à escola, foi a recolha de bens para o projeto de Ajuda à Ucrânia.

O Clube Ubuntu reúne de quinze em quinze dias na Escola Básica Domingos Capela e está aberto a todos os que se identifiquem com este projeto.

Ficam alguns testemunhos de alunos que participaram na Semana Ubuntu:

“As principais aprendizagens que retiro desta semana de formação no âmbito da Academia de Líderes Ubuntu é que devo ajudar e preocupar-me comigo e com os outros.”

“Acreditar em mim mesma e não desistir dos meus sonhos”

“Foi uma semana de reflexão, perceber o que se anda a passar nas nossas vidas. Percebi também que todos temos os nossos problemas e sendo maiores ou menores todos temos a capacidade de os ultrapassar, demorando o tempo que for preciso e a forma de como o fazemos acabamos sempre por conseguir. Descobri também que agir por impulso é uma das piores coisas que fazemos, é quase como uma

reação rápida em que não pensamos no que fazemos. Descobri também que é preciso tempo para nós e não dar apenas atenção aos outros, e que colocar pensos rápidos no nosso corpo para “esconder” o que sentimos não é solução. Refleti que não devo julgar ninguém seja pelo que for. Pelo que fez, pelo que não fez, pela forma que é ou pela forma que não é, apenas devemos respeitar.”■



Somos ALU, somos Ubuntu.

Professora Pilar Gomes



Programa “Dove, Eu confiante”

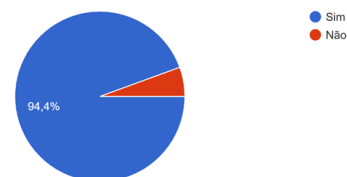


O Programa “Dove, Eu confiante” é um Programa validado para o terceiro ciclo pela Faculdade de Psicologia e de Ciências de Educação da Universidade do Porto e foi aplicado em parceria com a professora Dulce Adrego e a psicóloga Vera Cardoso. Foi uma ferramenta importante que foi utilizada para trabalhar muitas questões essenciais das dimensões da autoestima/autoimagem e autoconceito. A turma 7ºB escolhida para a implementação do Programa foi uma escolha acordada entre os pares: DT e Psicóloga. O grande desafio do Programa foi além dos objetivos das temáticas abordadas ao longo de sete sessões, pois realça-se a possibilidade do envolvimento das diferentes disciplinas tal como inglês, matemática, ciências, EV e cidadania e desenvolvimento, verificando-se desta forma a transversalidade que pode ser considerada ao longo da operacionalização do Programa. Os alunos planejaram em grupo trabalhos para operacionali-

zar junto da comunidade educativa tal como: mensagens nos espelhos das casas de banho, a árvore dos elogios e o paddy paper de mensagens positivas para os alunos de quinto ano. No final acrescentamos uma sessão nº 8, dado a necessidade que verificamos na avaliação no conjunto turma o impacto das temáticas abordadas ao longo das sete sessões, além de responderem ao questionário em google forms no qual 94,4% considerou ter sido muito importante para si o respetivo Programa. Foi construído em estendal com mensagens individuais: “Eu sinto mais confiante porque...”.■

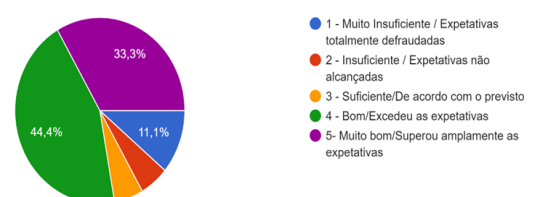
O Programa “Eu Confiante” Promoção da Imagem Corporal Positiva, foi importante pra ti?

18 respostas



Identifica o teu grau de satisfação no envolvimento do Programa “Eu Confiante”

18 respostas



Professora Alzira Rocha (DT do 7ºB)

ABRIL - Mês da Prevenção dos Maus-Tratos na Infância



Em 1989, uma mulher norte americana (Bonnie Finney) amarrou uma fita azul na antena do carro, em homenagem ao seu neto, vítima mortal de maus-tratos. Com esse gesto quis “fazer com que as pessoas se questionassem”. A repercussão desta iniciativa foi de tal ordem

que abril passou a ser o Mês Internacional da Prevenção dos Maus-Tratos na Infância. Na sequência do mês da sensibilização para a problemática dos maus-tratos, as turmas do 6º A E 6º B dinamizaram atividades ao longo do mês de abril no âmbito da sensibilização da comunidade para a problemática. Nesse sentido, realizaram uma ação de sensibilização em conjunto com a PSP de Espinho junto ao portão da Escola Básica de Silvalde de abordagem junto dos principais cuidadores



que, diariamente levam as crianças aquela Escola. Ainda promoveram a elaboração do <Lençol dos Direitos> na Escola Básica Domingos Capela, atividade que envolveu a participação de toda a comunidade educativa. ■

Professora Dulce Adrêgo



Projeto Armário Solidário: Aprender a Conhecer o Outro - Nós e os Outros Unidos pela paz

No segundo período e tendo em conta a realidade da invasão da Rússia à Ucrânia foram desenvolvidos trabalhos, pelos alunos do 5º2, 6º1, 6º2, 6º3, 6º4, 6º5 e 6º6, sobre papel e cartão em grandes dimensões e em suportes diferentes e reutilizados, com o propósito de



Vídeo: Unidos pela Paz



Dança com Maria Osório

manifestarmos as nossas ideias e opiniões. Este trabalho culminou com uma exposição de 4 a 8 de abril, no auditório da escola, com uma projeção de vídeo e uma dança contemporânea, coreografada para este evento por uma aluna.



Montagem da exposição pelos alunos

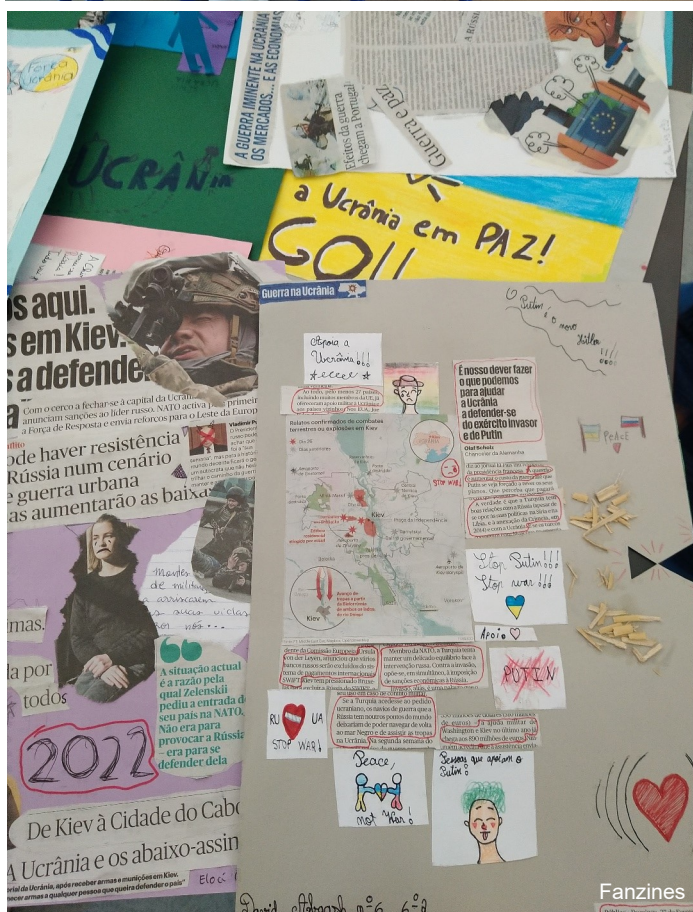
Visitaram esta exposição alguns Encarregados de Educação, turmas acompanhadas pelos seus professores, que participaram nos fóruns de discussão e doaram material escolar para ser enviado para crianças das escolas da Ucrânia. A equipa do projeto, considerou que os objetivos desta atividade foram plenamente alcançados.■

Professor António Onório



No âmbito do **Projeto Armário Solidário**, na disciplina de Educação Visual (em articulação com Educação Tecnológica, Português e Cidadania e Desenvolvimento), criámos *fanzines* com o objetivo de sensibilizar para os malefícios da guerra (neste caso, entre a Rússia e a Ucrânia) e de dar a nossa opinião.

Selecionámos notícias sobre o assunto em vários jornais e colámos-las em folhas A4/A3 de cartolina colorida. De seguida, manifestamos a nossa opinião, registando pala-



bras, frases; desenhando, pintando ou colando diversos materiais orgânicos que recolhemos nos espaços verdes da escola (folhas, terra, palha, paus), sem destruir a natureza e materiais transformados por nós.

Os nossos trabalhos e os dos nossos colegas das turmas 5º2, 6º1, 6º3, 6º4, 6º5 e 6º6, que usaram caixas de cartão recolhidas nos contentores da escola, foram expostos no Auditório de 4 a 8 de abril. Durante essa semana, os visitantes também tiveram a oportunidade de assistir a uma dança coreografada por uma aluna do 6º5 e a um vídeo sobre a situação que se está a viver na Ucrânia. Também os alunos do 6º1 produziram textos sobre a esta realidade proporcionando momentos de reflexão e debate.

Este projeto foi muito enriquecedor por termos usado diferentes materiais, suportes e riscadores, no sentido de desenvolvermos as nossas ideias/opiniões, proporcionando-nos também aprender novas técnicas. Permitiu-nos desenvolver a autonomia, a responsabilidade, a solidariedade e o trabalho em equipa.■

Alunos do 6º2ª

A ESCRITA EM MÃOS CRIATIVAS

Durante o mês de junho, no espaço exterior da escola sede, realizou-se uma instalação artística, tendo por base paus recolhidos no jardim da mesma e, posteriormente, pintados com diferentes padrões, nas aulas de EV/ET. No seguimento desta atividade, os alunos, nas aulas de Português, escreveram textos criativos, usando estes elementos como personagens principais das suas histórias. Estas estão publicadas nesta edição do jornal **Nota 20**.

Este trabalho foi realizado no âmbito do **Projeto Armário Solidário** e em articulação com as disciplinas de EV, ET, Português e Cidadania e Desenvolvimento e, tendo como principal objetivo, os espaços públicos/jardim da escola. ■



Equipa do Projeto
Armário Solidário

“Não espere por grandes líderes; faça você mesmo, pessoa a pessoa. Seja leal às ações pequenas porque é nelas que está a sua força.”

Madre Teresa de Calcutá

“Criatividade é permitir a si mesmo cometer erros.

Arte é saber quais erros manter.”

Scott Adams



Textos criativos dos alunos do 6º2ª

Num dia de outono, um belo Carvalho deixou cair os seus ramos.

Nesse mesmo dia, os alunos do 6º2 andavam a recolher ramos para uma atividade de Educação Tecnológica e, mal os viram, foram a correr buscá-los. Quando chegaram à escola, encostaram-nos a um canto da sala.

Passados alguns dias, os alunos pegaram neles e, no fim da atividade, os ramos estavam totalmente coloridos de preto, branco, amarelo, azul, vermelho, verde... Todos os ramos tinham um padrão: bolinhas, traços, frases...

Depois, foram postos de lado para secar e acabaram por se tornar amigos uns dos outros.

Os alunos resolveram usar outros ramos para acabar a experiência, porque não os quiseram separar...■

Ana Gabriela Rodrigues, 6º2ª

Ramo com a história

Eu sou o ramo com a história mais estranha e encantadora de todos os ramos.

Eu estava tranquilíssimo, deitado no jardim da minha casa, uma árvore extremamente esverdeante com flores lindas, tão lindas como as dos meus vizinhos ramos. Tudo era tranquilo e maravilhoso, mas há uns dias, caí e agora a minha casa é na sombra da árvore, da minha árvore, da qual já fui parte. Agora, qualquer um me pode apanhar, sou apenas um ramo caído no chão. E assim aconteceu: uma menina, muito delicadamente, me agarrou e me levou para dentro de um carro.

Depois, chegamos à sua casa - um prédio grande, no meio da cidade- onde dormi uma noite, mas estava bastante confuso. No dia seguinte, quando acordei, estava numa sala cheia de meninos a aprender com um senhor mais velho a ensinar. Eu estava a um canto da sala, em cima de outros ramos, falámos e contámos todos as nossas histórias.

No dia seguinte, o tal senhor mais velho (descobri, entretanto que era o professor de EV) pegou em todos nós e pintou-nos. Eu fiquei cor-de-rosa e os meus amigos estavam de verde, vermelho, azul... Chegou o dia, em que a Rita (agora, minha dona) me voltou a pegar, e todos os ramos voltaram para as mãos dos meninos que os tinham trazido... Fomos todos parar às secretarias... O que nos iria acontecer mais?

Os meninos, com canetas azuis, pretas, vermelhas e corretor branco fizeram padrões em todos nós e alguns também usaram fitas e outros materiais sem ser de pintura.

A Rita usou em mim caneta preta e branca, fiquei tão bonito com a base rosa e os padrões que ela me acrescentou. Agora, voltei para um canto da sala, onde tenho o privilégio de ouvir as aulas e fiquei a conhecer melhor os seres humanos. Todos os dias, aprendo coisas interessantes!

Segundo o que ouvi, os meus companheiros ramos e eu vamos fazer parte de uma escultura e estou muito feliz com a minha nova vida.■

Ana Rita Varela Costa, 6º2ª

A minha nova experiência

Olá, eu sou o Raminho, e hoje venho contar-vos a minha história.

Numa tarde de inverno, os meus irmãos e eu estávamos a apreciar a brisa e a paisagem do topo da minha casa, que é uma árvore, quando um pássaro pousou em cima de mim. O pássaro fartou-se de me fazer cócegas... Ri-me tanto que acabei por cair ao chão.

Passadas algumas horas, acordei e estava dentro de uma espécie de caixa escura que se movia e fazia vários barulhos. Apercebi-me logo que estava dentro de um carro e que alguém me tinha apanhado. Finalmente, o carro parou, e, de repente, uma claridade forte... Uma menina pegou em mim e levou-me para uma sala muito bonita e brilhante.

Pelo que percebi, a menina chamava-se Carolina e era muito inteligente e corajosa. Uns dias depois, voltei a ser levado para o carro e, como estava muito cansado, acabei por adormecer profundamente.

- Ei, acorda! Que sorte tens tu! És o único que ainda não tem tatuagens!! – disse um pau todo alegre.

De repente, um senhor pegou em mim e pintou-me com tinta vermelha que, por acaso, me ficou muito bem! Vi logo que estava na escola da Carolina, e que aquele senhor era o seu professor de E.V.

Passados alguns dias, finalmente fiquei seco, muito bem seco, e fui entregue à Carolina, que me fez várias tatuagens muito giras e com vários padrões. Pelo que ouvi dizer, futuramente, farei parte de uma escultura com os outros paus.

Ah! Esqueci-me de vos dizer que um dos amigos da Carolina apanhou o meu irmão que também vai integrar a escultura e ficar ao meu lado. Estou a gostar muito desta nova casa!■

Carolina Reis, 6º2ª

O meu ramo

Fui encontrado na rua,
Ao lado da escola Sá Couto,
Fui levado por uma miúda
Até a sua casa, andamos pouco.

Depois de algum tempo,
Fui levado para uma escola
E trabalhado numa aula,
Cheia de cores e cola!

Agora, todo decorado, estou
Cheio de diferentes padrões.
Pintado de preto e branco
E com alguns botões!■

Eloá Caldas, 6º2ª

Um simples raminho

Na aula de Educação Visual, eu enfeitei um ramo para uma instalação no jardim da escola. Mas de onde veio esse ramo? Terá sido separado dos irmãos?

Quando olhamos para ele, não conseguimos responder às questões diretamente, mas nota-se logo como ele é alegre, simpático e divertido.

Imagino que ele estivesse sozinho na floresta, depois

de ter sido separado dos irmãos por um animal. Depois, foi encontrado por alguém e ficou alegre porque se encontrou com os irmãos na escola. Mas estes estavam todos coloridos! Então, o professor pintou-o de rosa. Quando o ramo chegou às minhas mãos, estava triste e com frio, pois o professor se tinha esquecido de lhe pintar as pontas.

Foi aí que lhe perguntei de que outras cores ele gostava para além do rosa. Ele disse que adorava o preto e o branco! Concordei com as suas escolhas e pus mãos à obra! Pinte-lhe as pontas de preto e usei a mesma cor para fazer linhas grossas numa espécie de saliências que ele tinha. Depois, fiz-lhe pintinhas com corretor e alguns traços a marcador. Ele adorou! Disse que estava incrível! E, então, voltou para a beira dos irmãos, à espera da construção da instalação.■

David Abgash, 6º2ª

A aventura do ramo...

- Olá a todos! Estou super feliz por estar aqui com vocês - diz um raminho para os outros. - Olhem, já que estamos aqui sozinhos, no escuro, numa sala fechada, posso aproveitar para vos contar como foi a minha aventura até aqui?

Os outros raminhos curiosos respondem em coro:

- Sim, por favor! Queremos saber!

- Então, estava eu pendurado numa árvore quando, de repente, ouço passos cada vez mais perto... e mais perto... Foi então que vi uma menina com um senhor que, depois, percebi era seu pai. Também entendi que eles estavam a apanhar paus, e foi quando se aproximaram de mim. Confesso que estava um pouco assustado... Eles pegaram em mim e levaram-me para uma casa. Era bem bonita, mas tão grande que eu me sentia uma miniatura lá dentro. Enfim... A partir daí, pensei que nunca, mas mesmo nunca, iria reencontrar os meus amigos... Isso foi triste... e fiquei sozinho um fim de semana inteiro...

No outro dia, quando acordei, senti que estava a ser transportado para algum sítio... Ui, meu Deus, nem imaginam a minha aflição! Depois, felizmente, parou aquele barulho irritante do carro onde eu estava, pois nunca tinha andado em coisa semelhante. Saí do carro e reparei que estava a ser levado nas mãos da menina que me tinha apanhado. Ela chamava-se Ema!

E foi ela que me trouxe para a vossa beira e, por acaso, estou muito feliz porque fiquei colorido, cheio de padrões e cores lindas e porque conheci amigos novos!■

FIM!

Ema Carvalho, 6º2ª

A história dos ramos

Era uma vez, uma floresta repleta de lindas flores, árvores e lagos. A madeira das árvores era castanha e dura, e tinha um cheiro forte, mas agradável, era como se fosse a madeira perfeita.

Certo dia, uns lenhadores cortaram os ramos das árvores, separando-os uns dos outros e do seu habitat.

Depois de cortados, os ramos foram transportados para uma fábrica, e outros foram deixados na rua. Apareceu o professor de Educação Visual que os apanhou e trouxe

alguns para as aulas para com eles trabalharmos.

A mim, calhou-me um ramo médio e rijo, que o professor tinha pintado de branco. Com uma caneta preta e uma azul, transformei-o. Coloquei-lhe linhas, triângulos e círculos, mas mudei sempre o padrão.

Mais tarde, estes ramos coloridos e diferentes serão colocados/expostos na escola, sob a forma de uma "escultura".■

Francisca Valente, 6º2ª

O ramo estava sozinho, no chão, à espera que alguém o levasse.

Um dia, um menino passou à beira dele, pegou nele e levou-o. O ramo pensou para si:

- Finalmente alguém me leva! Mas para onde será que eu vou?

Ele chegou a uma casa, o menino colocou-o numa mesa e o ramo pôs-se a olhar ao seu redor... Ele gostou e achou a casa acolhedora.

No dia seguinte, o mesmo menino levou-o para outro sítio.

O ramo pensou:

- Mas para onde é que eu vou, desta vez?

No fim da viagem, ele viu-se numa sala de aula, ainda só com alguns alunos. O menino que o segurava colocou-o junto de outros ramos. Ele ficou muito feliz por estar à beira de outros companheiros e começaram todos a contar as suas histórias de como foram ali parar e como era a vida antes de isso acontecer...■

João Pedro Correia, 6º2ª

A viagem do Raminho

Lá estava eu, na minha casa, com toda a minha família a falar sobre assuntos aleatórios, quando, de repente, vejo umas coisas estranhas a acontecerem. Havia muitas árvores a cair e ouvia-se o ruído de uma motosserra. Quando percebi que o barulho se aproximava, gritei:

- SALVEM-SE TODOS! ELES VÊM AÍ!

Logo a seguir, a nossa linda árvore caiu ao chão.

Fomos levados para uma espécie de camião, e começamos uma viagem longa. Nenhum de nós sabia para onde íamos e estávamos todos preocupados.

Depois de horas de viagem, chegamos a um lugar onde havia muitos seres humanos, muitas casas e prédios. Eu estava perdido nos meus pensamentos até que ouvi um dos meus irmãos a gritar:

- Cuidado, Raminho, vais cair!

Sem ter tempo de processar o que ele tinha dito, caí em frente a um prédio. Fiquei ali, por horas, a lamentar a separação da minha família, até que uma figura humana apareceu...

Pegou em mim e levou-me para o seu prédio. No dia seguinte, levou-me para um lugar cheio de crianças e barulho. Entramos numa sala com muitas mesas e cadeiras, pousou-me num canto, junto a outros ramos e foi falar com outras crianças.

Passadas umas semanas, eu estava decorado com muita criatividade.■

Leonor Carreira, 6º2ª

A viagem do Ramo

Algum tempo atrás, no meio de uma área com árvores, havia um ramo que tinha sobrevivido a uma desflorestação. Ele estava ainda com os seus irmãos e pais, quando, um dia, alguém apareceu e o cortou. O ramo muito triste disse baixinho enquanto era cortado:

- Eu vou embora, mas prometo que hei de voltar!
- Nunca nos vamos esquecer de ti – respondeu o irmão também baixinho.

O ramo - que agora era um pau- não sabia o que lhe iria acontecer! Ele foi levado para uma sala com vários alunos. O pau tinha ouvido dizer que o iam decorar, mas

ele não sabia o que isso significava. Ele foi posto num canto com outros paus e reparou que o seu primo estava lá:

- Olá, primo! Não sabia que tinhas vindo para aqui. O que te aconteceu?

- Olá! Eu fui cortado e deixado no chão. Depois, uma menina pegou em mim, levou-me para casa dela e agora estou aqui.

Um mês mais tarde, ele estava decorado e cheio de pinta e o seu primo também. Ficaram os dois juntos até que um dia encontraram os restantes membros da sua família que tinham sido colhidos por outros meninos. Nunca mais foram separados!■

Vicente Loureiro, 6º2ª

“A qualidade de tempo entre pais e filhos”

A vivermos a azáfama diária no sentido de procurar comodidade e conforto para os nossos filhos, gastamos tempo e energia no trabalho, nas preocupações de uma vida laboral de responsabilidades e de relações profissionais, que nos tiram a oportunidade de proporcionar “aos nossos” **TEMPO. O tal tempo de qualidade.** E, já pensou o que é tempo de qualidade?

Foi esta reflexão que se pretendeu dinamizar com a realização do *Workshop* “A qualidade de tempo entre pais e filhos”, que se realizou no auditório da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida (ESMGA), no dia 8 de junho.■

Professora Margarete Gomes

“A qualidade de tempo entre pais e filhos” foi o tema do *Workshop* que se realizou no auditório da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida (ESMGA), no dia 8 de junho.

Tratou-se de uma iniciativa da professora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida (AEMGA), Margarete Gomes e das suas colegas de mestrado no âmbito de um projeto de uma disciplina das professoras doutoras Catarina Grande e Margarida Rangel, da Faculdade de Psicologia do Porto.

Neste *Workshop* fizeram-se várias dinâmicas ao longo de, aproximadamente, 90 minutos, refletindo e conscientizando para “relações saudáveis, responsivas e de total presença entre pais e filhos”. “Refletir que o tempo não revela qualidade, mas a forma como o progenitor/

cuidador estão com o filho, revelando a qualidade de tempo dessa interação, que pode ser feito com uma brincadeira, uma atividade, um passeio ou até mesmo a confeccionar uma refeição”, foi um dos muitos exemplos apontados.

“Há que refletir sobre esta temática, já que colocamos as nossas crianças em inúmeras atividades extracurriculares e de cariz pedagógico, descuidando da necessidade deste tempo com os filhos”, salientou a professora Margarete Gomes após esta intervenção.

Note-se que a Faculdade de Psicologia do Porto tem vindo a desenvolver inúmeras ações a fomentar uma parentalidade positiva.

O *Workshop* contou que com a presença de uma dezena pais e dos seus filhos e cujas vagas eram limitadas e feitas por inscrição.■

In Defesa de Espinho, 15/06/2022

<https://defesadeespinho.sapo.pt/2022/06/15/educacao-a-qualidade-de-tempo-entre-pais-e-filhos/>

“Não deverão gerar filhos quem não quer dar-se ao trabalho de criá-los e educá-los.”

Platão





No dia 25 de março fez um mês que o mundo ficou abalado, por causa da catástrofe provocada pela invasão de um país livre, a Ucrânia, pelas tropas russas.

Depois deste bárbaro acontecimento, os Europeus ficaram completamente compungidos e assustados, já que, como vários analistas sustentaram, vivia-se na crença de uma paz perpétua.

Diariamente somos confrontados com imagens de ataques e bombardeamentos que espelham, de forma cruel, o sofrimento do povo ucraniano. Os exemplos sucedem-se: Mariupol, a cidade portuária sitiada, onde não há água, nem luz, nem alimentos, onde já foi necessário abrir valas comuns para enterrar os mortos. Na Ucrânia, existem cerca de 10 milhões de deslocados e estima-se que, neste momento, haja cerca de 3 milhões e 400 mil refugiados.

Porém, através das notícias que nos chegam, apesar de toda esta dor, o povo ucraniano resiste, corajosamente, tal como se pode verificar pelo comportamento de popu-

lações de cidades, tais como, Odessa, conhecida como o sorriso de Deus, ou de Lviv, que tem sido ponto de passagem de refugiados para a Europa.

Na verdade, todos nós temos ficado muitíssimo impressionados com a atitude resistente e corajosa do presidente Zelensky, que tem sobressaído pela frontalidade e pela verdade com que fala aos líderes internacionais. Com efeito, esta luta que se está a desencadear em solo ucraniano constitui uma defesa de um dos pilares fundamentais da democracia, a liberdade.

Portanto, nós, enquanto comunidade educativa, expressamos a nossa mais viva solidariedade para com este povo mártir que aspira ansiosamente pela paz e pela libertação. Deste modo, o nosso papel é o de prestarmos auxílio, não só material, mas também espiritual, porque todos os dias, no silêncio dos nossos corações, deve haver um pensamento em prol da paz, na Ucrânia e no mundo inteiro. ■

Alunos da Turma 12º8ª (LH)





Dia da Ucrânia

No dia 24 de fevereiro de 2022, a Rússia lançou uma invasão militar em larga escala contra a Ucrânia, um dos seus países vizinhos a sudoeste. Neste dia, Putin anunciou uma "operação militar especial", supostamente para "desmilitarizar" e "desnazificar" a Ucrânia, algo que rapidamente se revelou uma mentira.

Poucos minutos se passaram e a vida de milhões de pessoas mudou radicalmente, pois roubaram a coisa mais importante de uma nação, a segurança e a liberdade. Este clima estendia-se por tempo ilimitado, na medida em que esta guerra já dura há alguns meses e não se vislumbra um possível fim tão cedo. Várias pessoas foram obrigadas a deixar a sua família, a sua casa e até mesmo o seu país para trás na esperança de sobreviver e encontrar alguma salvaguarda nos países vizinhos, que os acolhem de braços abertos. Portugal, embora

longínquo do território ucraniano, aderiu à causa, acolhendo o máximo que pôde de crianças e mulheres que se encontravam separadas dos seus familiares, visto que os homens acima dos 18 anos tinham que defender o seu país contra a ameaça russa, demonstrando o seu patriotismo.

Posto isto, na aula de História A, depois de ouvirmos e refletirmos sobre a música "One day", esta serviu de inspiração para um propósito. Assim, solidários com a causa do povo ucraniano, a nossa turma do 12º8, do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida, decidiu organizar uma manhã dedicada a este acontecimento que abalou o mundo inteiro. E nada melhor que uma turma de Línguas e Humanidades, que estuda estas realidades, para divulgar o conhecimento e sensibilizar para esta causa. O objetivo era fazer diferente do que



já foi feito, era inquietar os outros e acima de tudo sensibilizar não só os alunos, mas que ultrapassasse barreiras e chegasse a todas as pessoas, a começar pela nossa comunidade escolar. Existia uma necessidade imperiosa de relembrar valores como a paz, a solidariedade e a união perante esta nova realidade que imensos ucranianos encaravam diariamente, uma realidade de deveras cruel.

Foi, por isso, um momento arrepiante o que se viveu nessa manhã, através da leitura de textos alusivos ao tema, da música, dança e coreografia, que uniu toda a comunidade escolar e ainda contou com a presença de algumas famílias



ucranianas convidadas. Sem dúvida que este projeto, recheado de amor e carinho, constituiu um momento de humanismo para com estas famílias que precisam de todo o nosso afeto neste momento difícil.



Este dia impactante ficou de tal modo marcado na memória de todos que até hoje nos valeu o título de “Os meninos da Ucrânia” devido a esta iniciativa. É ainda importante ressaltar que este projeto não ocorreu com o



intuito de ser uma festa, mas sim de consciencializar e recordar o quanto esta guerra é infundada e o quanto este povo necessita da nossa ajuda para restaurar a sua esperança e alegria, visto que estas lhes foram retiradas por razões inaceitáveis. No fim de contas, a História serve para aprender com os erros do passado e conseguir contruir um futuro melhor, pois não há dúvidas que só a História explica!■

Rita Lua e Clara Oliveira, 12º8ª (LH)

Hoje, interrompemos as nossas aulas e não concluímos os nossos trabalhos.

Mas os alunos da Ucrânia não puderam ir às aulas!

Hoje, entramos na escola e ela estava um pouco mais bonita.

Mas os alunos da Ucrânia deixaram de ter escolas!

Hoje, quando as aulas terminarem, vamos para casa.

Mas os alunos da Ucrânia deixaram de ter casa!

Hoje, pudemos olhar o céu e ver como estava bonito.

Mas os alunos da Ucrânia deixaram de ter céu!

Hoje, ouvimos música no intervalo.

Mas os alunos da Ucrânia deixaram de cantar!

Hoje, fizemos uma pausa na nossa vida escolar

para pensar nos alunos da Ucrânia que deixaram de ter vida!

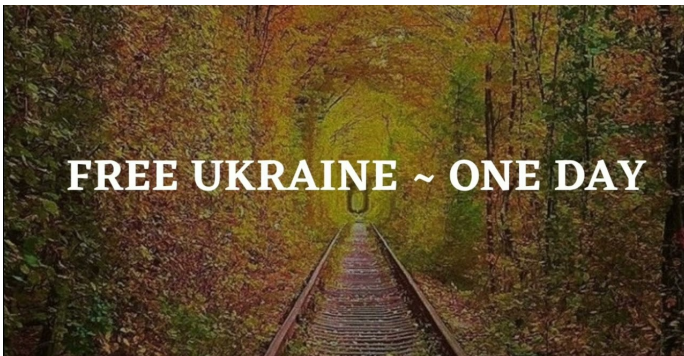


E para lhes dizer que
um dia, a liberdade vencerá a tirania,
a paz voltará ao seu país
e o seu povo poderá regressar
Esta é a nossa mensagem de esperança:

**“Do AEMGA para a Ucrânia.
Pelo renascer de uma NAÇÃO!”■**

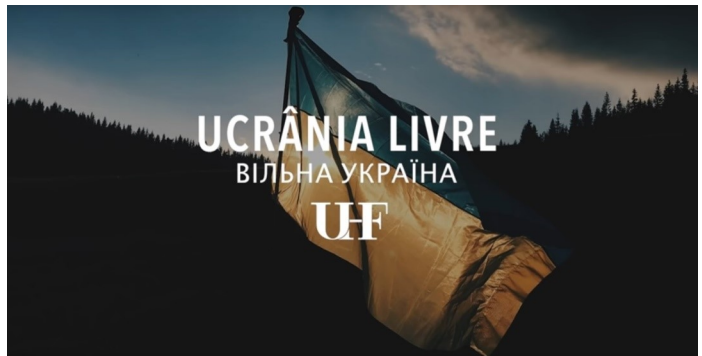
Alunos da Turma 12º8ª (LH)





Sometimes I lay under the moon
 And thank God I'm breathin'
 Then I pray, "Don't take me soon
 'Cause I am here for a reason."
 Sometimes in my tears I drown
 But I never let it get me down
 So when negativity surrounds
 I know some day it'll all turn around because
 All my life I've been waitin' for
 I've been prayin' for
 For the people to say
 That we don't wanna fight no more
 There'll be no more war
 And our children will play
 One day, one day, one day, oh
 One day, one day, one day, oh
 It's not about win or lose, 'cause we all lose
 When they feed on the souls of the innocent
 Blood-drenched pavement
 Keep on movin' though the waters stay ragin'
 In this maze
 You can lose your way, your way
 It might drive you crazy but
 Don't let it faze you, no way, no way!
 Sometimes in my tears I drown
 But I never let it get me down
 So when negativity surrounds
 I know some day it'll all turn around because
 All my life I've been waitin' for
 I've been prayin' for
 For the people to say
 That we don't wanna fight no more
 There'll be no more war
 And our children will play
 One day, one day, one day, oh
 One day, one day, one day, oh
 One day this all will change, treat people the same
 Stop with the violence, down with the hate
 One day we'll all be free, and proud to be
 Under the same sun, singin' songs of freedom like
 Why-ohh! (One day, one day) why-oh, oh, oh!
 Why-ohh! (One day, one day) why-oh, oh, oh!
 All my life I've been waitin' for
 I've been prayin' for
 For the people to say
 That we don't wanna fight no more
 There'll be no more war
 And our children will play
 One day, one day, one day, oh
 One day, one day, one day, oh■

Matisyahu – One Day

Fonte: [Musixmatch](#)

Diz-me que este inverno é mentira
 A velha ordem quer regressar
 A loucura na ponta das miras
 O invasor não pode passar
 Ucrânia livre
 (Que a guerra devora)
 De pé resiste na velha Europa
 (Ucrânia livre)
 (Ucrânia livre)
 Vencerá
 Na fogueira do velho continente
 Os canhões e os soldados voltaram
 Assaltando um país independente
 De sangue a terra mancharam
 Ucrânia livre
 (Que a guerra devora)
 De pé resiste na velha Europa
 (Ucrânia livre)
 (Ucrânia livre)
 Vencerá
 O mundo livre acordou
 No pesadelo da guerra
 A miséria voltou
 Do Norte
 Veio a fera
 Esse homem de gelo no olhar
 Violou a vida de um povo
 O mundo livre não pode deixar
 Que a cobiça e o ódio sirvam o louco
 Ucrânia livre
 (Que a guerra devora)
 De pé resiste na velha Europa
 (Ucrânia livre)
 (Ucrânia livre) Vencerá■

UHF

Fonte: [Musixmatch](#)

NOTAS DE CIDADANIA

O DESRESPEITO

As pessoas mostram um enorme desrespeito e falta de educação ambiental. Vamos mostrar uma das provas desse desrespeito, patente na nossa Escola. No pavilhão A1 da Escola Secundária Doutor Manuel Gomes de Almeida, estão montados contentores da reciclagem (amarelo e azul), nos dois andares, fornecidos pela Academia Ponto Verde, no âmbito do projeto "reciclar é na boa". O objetivo era sensibilizar para a reciclagem mas as pessoas não tiveram o mínimo de respeito.



Durante as semanas seguintes, os contentores ficaram cada vez em pior estado. Poucos ligaram às informações dos cartazes e no próprio contentor, que dizem o que pôr. Coloca-se plástico no azul, papel no amarelo e mesmo outros resíduos biológicos, como cascas de fruta. Muitas vezes, os contentores não têm sacos e estão com as tampas trocadas. Às vezes encontram-se mes-

mo partidos! Esperemos que este artigo seja uma chamada de atenção para todos, no sentido de contribuirmos para um melhor ambiente. ■

Madalena Almeida,
Inês Sousa, Ana
Carvalho, Maria
Campos, Sofia Ribeiro,
7º1ª

Projeto de limpeza da praia do bairro piscatório

No âmbito da **disciplina de cidadania**, a turma 11º4 de Artes Visuais elaborou um projeto de limpeza da praia do bairro piscatório baseado no tema do meio ambiente. Este é um tema que tem dado para discussões tanto online como presenciais pelos mais comuns, mas também por grandes organizações e governos visto que a poluição é algo que nos prejudica a todos e que poderá até encurtar o nosso tempo aqui na terra.



Na poluição um dos temas de maior amparo e preocupação é o plástico no oceano pois a sua decomposição em micro plásticos pode levar à morte de várias espécies marinhas e até mesmo passar a fazer parte da cadeia alimentar. Assim, a limpeza de praias é uma prática que não envelhece e que contribui sempre para um futuro mais próspero.





E já que em **Espinho, cidade da arte xávega** e onde tudo o que se pesca é vendido à população, é importante que a comida não esteja contaminada, logo, é indis-

pensável que a praia esteja limpa e livre do monstro que o plástico dissimula.



Então, fomos a pé desde a escola até ao litoral aproveitando também para ressaltar a importância da prática de exercício físico ao livre. Calçamos as luvas, pegamos nos sacos pretos e com ajuda dos nossos professores de educação física, Jorge Rocha, e inglês, Isabel Ribeiro, juntamos uma pilha de lixo separado nos sacos pelo tipo de material e pronto a reciclar. Para a preparação desta atividade contamos também com a ajuda da nossa diretora de turma e professora de português, Conceição Azevedo. ■

Marta Estrela, 11^ºA

O nosso encontro com um jornalista

No dia 11 de março, por volta das 8h30, recebemos, na nossa escola, a **visita do jornalista da RTP, João Pedro Silva**. Nesse encontro, também estiveram presentes a nossa diretora de turma, professora Belkis Guedes e a D. Líliliana Carvalho, encarregada de educação de uma colega nossa.

O senhor jornalista respondeu a algumas questões que tínhamos preparado na aula de Português. Durante a entrevista, ele falou sobre aspetos da sua vida pessoal e profissional. Explicou-nos, nomeadamente, que trabalhava há 22 anos na área do jornalismo desportivo, fez vários trabalhos no exterior tendo viajado pelo mundo a cobrir eventos desportivos como as Olimpíadas de Tóquio (Japão), de Pequim (China) e as Paraolimpíadas do Rio de Janeiro (Brasil).



O senhor João Pedro Silva ainda referiu as dificuldades que sentiu no exercício da sua profissão e alertou-nos para a importância de verificar as fontes antes de publicar uma notícia. Quando lhe dissemos que gostaríamos de criar um “jornal da turma”, ele considerou uma boa ideia e acrescentou que, na sua infância, também ele fez o mesmo, pois já gostava de ler e de escrever. Também imitava os jornalistas da época e relatava jogos de futebol imaginários, trancado no seu quarto.

Na nossa opinião, foi um encontro bastante proveitoso, porque ficamos com uma ideia mais clara da profissão de jornalista e compreendemos que nos devemos esforçar para sermos bons alunos e acreditar nos nossos sonhos!■

Alunos da turma 5º5ª

“O jornalista nem sempre pode garantir a verdade”

A convite da turma 5, do 5º ano, da Escola Manuel Gomes de Almeida, no passado dia 11 de março, **João Pedro Silva, Jornalista Desportivo espinhense, Pivô e repórter da RPT**, deslocou-se às instalações desta escola para conversar com os alunos sobre o que é ser jornalista num mundo em que a informação e desinformação andam de mãos dadas.

Desde muito tenra idade João Pedro Silva já se imaginava a abraçar esta profissão. Simulava junto da Televisão, relatos de jogos, imitando os Pivôs que seguia, muito atentamente. Seguiu o seu sonho e tornou-se o jornalista desportivo que é atualmente. Com uma carreira jornalística já longa, na RTP, exercendo o cargo de Pivot



desportivo, tendo passado pela rádio, e com uma vasta experiência em reportagens, diretos jornalísticos em Portugal e no Estrangeiro, tendo viajado pelo mundo a cobrir eventos desportivos, tais como as Olimpíadas do Japão, as Olimpíadas da China e as Paraolimpíadas do Rio de Janeiro, João Pedro Silva deu nota aos alunos das inúmeras dificuldades que enfrenta diariamente no exercício de funções, para poder passar aos telespetadores mais atentos informação, que se quer fidedigna.

Afirma João Pedro Silva que “não é fácil acompanhar todas as notícias que a cada minuto chegam aos media, por diversas vias, seja via rádio, seja nos jornais, seja na televisão ou na Internet, principalmente nesta última”. A este propósito refere João Pedro Silva que “todos os cuidados são poucos.” Explicando aos alunos, ainda, que “Investigar e apurar junto de fontes credíveis sobre a veracidade de uma notícia é algo que um jornalista não pode descurar nunca.”. Afirma João Pedro Silva que “Ser jornalista não é fácil”. “São inúmeras as adversidades pelas quais passamos diariamente e é preciso estar atento”. Levar a cabo a tarefa de informar quem está do outro lado e espera ser informado é desafiante. **“Esperam de nós veracidade, atualidade e rigor”.** São estes os princípios basilares do jornalismo. Contudo, refere João Pedro Silva, **“o jornalista nem sempre pode garantir a verdade. Deve procurá-la. Verificar factos. Esforçar-se por obter a exatidão dos mesmos é algo que um jornalista jamais poderá negligenciar.”**

Mas ser jornalista é muito mais que isto, refere João Pedro Silva. De forma breve, mas exemplificativa, descreve aos alunos muito atentos, as dificuldades, por exemplo, de realizar reportagens em direto, levadas a cabo, muitas vezes nas ruas, ao frio, à chuva ou no decurso de uma guerra. Se, por um lado, estão em contacto direto com a voz do povo, por outro, são alvos fáceis de agressões, insultos e muito mais. João Pedro Silva já foi agredido quando realizava um direto. Outros contratempos marcaram a sua longa experiência jornalística, recordando-os com carinho e discência. Lembra que durante a sua deslocação ao Japão, em plena pandemia, para cobrir as Olimpíadas, os jornalistas só podiam sair 15 minutos por dia do Hotel onde se encontrava hospedado ou para realizar as reportagens que tinha sido incumbido de realizar. Tal horário que era registado, com muito rigor, pelo próprio Hotel onde era obrigado a apontar a hora de saída e a entrada no Hotel. Mas mesmo com as adversidade e dificuldades que enfrenta diariamente, João Pedro Silva refere que não se vê a exercer outra profissão que não esta. É um verdadeiro apaixonado pelo jornalismo e informar é a sua missão.■

Rita Carvalho Guedes, 5º5ª

A LUTA DO FEMINISMO

O papel das mulheres e a sua importância

Malala Youzafzai

A sua breve história



Malala Yousafzai é uma **ativista paquistanesa** internacionalmente conhecida por defender o direito das mulheres. Ela ganhou notoriedade por ter defendido essa causa no Vale de Swat, região dominada pelo Talibã.

Em 2012 esta sobrevive um atentado promovido por essa organização, e, hoje reside em Inglaterra e ganhou reconhecimento mundial.

Malala Yousafzai nasceu no Vale do Swat, no norte do Paquistão, no dia 12 de julho de 1997.

Apesar da mentalidade predominante no Paquistão das mulheres apenas servirem para o casamento e reprodução, o seu pai não concordava com essas ideias, apoiando-a sempre no seu caminho para o sucesso.



Malala e o prémio nobel da Paz

Malala foi a pessoa mais nova a receber o prémio nobel da paz, em 2014, e, é um exemplo mundial.

Em 2020 veio ainda a formar-se em filosofia, política e economia na Universidade de Oxford provando que tudo é possível.■

Miriam Contente, 8º2ª

Maria da Penha Maia

A sua história

Maria da Penha Maia Fernandes foi uma mulher que lutou pelos direitos das mulheres e contra a violência doméstica. Nascida em 1845 no Brasil, seu marido em 1983, tentou assassina-la duas vezes, uma delas deixando-a paraplégica. Depois deste acontecimento, Maria de Penha lutou para que o seu marido fosse condenado. Apenas 19 anos depois, este foi condenado a 2 anos apenas de prisão, estando ainda hoje livre. Felizmente mais tarde este sucedido chegou à Comissão Interamericana de Direitos Humanos (CIDH) da organização dos estados americanos (OEA) e foi pela primeira vez considerado um crime de violência doméstica.



Maria Vaz da Penha

Hoje **Maria da Penha** é líder de movimentos de defesa dos direitos das mulheres. Graças a esta foi finalmente criada em 7 de agosto de 2006 a lei “Lei Maria da Penha” que luta sobre os direitos das mulheres contra a violência doméstica.■

Maria Brito, 8º2ª

“Eu apenas acredito que as mulheres fazem parte da espécie humana, com os mesmos direitos que todos.”

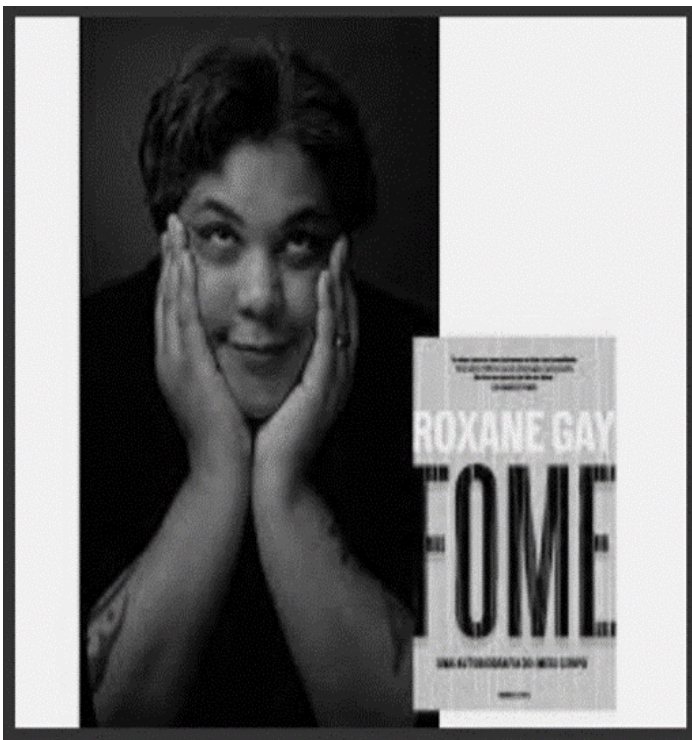
Cyndi Lauper

Roxane Gay

A sua voz no feminismo

Roxane Gay, nasceu em 15 de outubro de 1974, é uma escritora, professora, editora e comentarista social americana. Gay é o autor da coleção de ensaios best-seller do The New York Times *Bad Feminist* (2014), bem como da coleção de contos *Ayiti* (2011), do romance *Na Untamed State* (2014), da coleção de contos *Difficult Women* (2017), e o livro de memórias *Fome* (2017).

Tão atual quanto a nova geração empunhar a bandeira do feminismo é o debate em torno do significado de o que é ser **feminista**. De forma superficial, a definição, para muitos, ainda é sinônimo de uma sequência de estereótipos que vão desde uma militante sempre raivosa à mulher que jamais pode desenvolver gosto por arrumar a casa e ter filhos. A escritora americana Roxane Gay (que também escreve colunas de opinião no New York Times e no britânico The Guardian) é uma voz central diante da polarização sobre o tema.



No seu best seller *Bad feminist*, que reúne ensaios de não ficção, ela começa citando a frase de uma australiana que define de forma sucinta o que é ser feminista hoje: “mulheres que não querem ser tratadas como [insira aqui um palavrão]”. Não que Roxane defenda que o sexo feminino deva se contentar com pouco longe disso, o que ela sugere é que, diante da confusão a respeito do movimento, o essencial não seja perdido: a defesa de direitos iguais. ■

Beatriz Pereira, 8º^{2ª}

“É pelo trabalho que a mulher vem diminuindo a distância que a separava do homem, somente o trabalho poderá garantir-lhe uma independência concreta.”

Simone de Beauvoir



Sylvia Rivera

Sylvia Rivera foi uma **ativista norte-americana** nos anos 70 durante o movimento dos direitos civis e da libertação gay.

Sylvia nasceu, viveu e morreu na cidade de Nova Iorque. Era filha de imigrantes da América Latina e foi abandonada à nascença e aos 3 anos de idade a sua mãe cometeu suicídio deixando a órfã aos cuidados da avó. Sylvia era uma mulher trans, e enquanto criança a sua avó desaprovava tanto os seus comportamentos “impróprios” para um “rapaz”, tanto que aos 11 anos Sylvia foi expulsa de casa e obrigada a prostituir-se para sobreviver.

Felizmente foi acolhida pela comunidade de drag queens da cidade.

Nos anos 70 as comunidades LGBT eram altamente e brutalmente perseguidas tanto pela polícia como pelas pessoas em geral. Ou te escondidas, ou acabavas na rua. E assim a comunidade LGBT fartou-se desta situação e criou um movimento de libertação gay que pretendia acabar com esta opressão.

Se já era impossível ser gay na altura, ser mulher trans Latina de classe baixa era o inferno.

As pessoas trans eram completamente excluídas deste movimento e Sylvia e outras mulheres trans, como a sua amiga Marsha P. Johnson, decidiram por um ponto a isto.

Sylvia chamou a atenção às vozes abafadas de mulheres como ela e pôs o seu nome no mundo do ativismo pelos direitos trans e pelos direitos das mulheres.

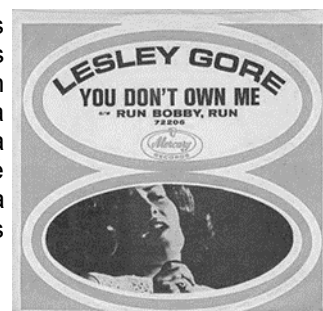
Nunca nos devemos esquecer que quando falamos de direitos de mulheres trans também é falar de direitos das mulheres em geral. ■

Beatriz Pereira, 8º^{2ª}

Exemplos

Acontecimentos e factos importantes

Outros exemplos de mulheres que lutaram pelos seus direitos são: Emma Watson ativista britânica, Angelina Jolie americana, Malala uma ativista e Lesley Gore que é ativista americana e tem uma música sobre os seus direitos (“you don’t own me”).





Mulheres importantes para o feminismo



Simone de Beauvoir foi uma pensadora do movimento feminista durante os anos 1960, que ganhou destaque pela busca de desconstruir o papel então convencionado para a mulher na sociedade.■

“Querer ser livre é também querer livres os outros.”

Simone de Beauvoir

O **riot grrrl** é um movimento feminista da cultura punk que começou na década de 1990 e é frequentemente associado com o feminismo de terceira onda. Foi criado com base na filosofia DIY de valores punk. O **riot grrrls** tomou uma postura anticorporativa, de autossuficiência e autodependência.■



Emmeline Pankhurst foi uma das fundadoras do movimento britânico do sufragismo.

Esta está associada com a luta pelo direito de voto das mulheres de classe média-alta no período perto da 2ª guerra mundial.

Meghan Markle teve a sua 1ª manifestação feminista aos 11 anos, escrevendo cartas para o dono de uma publicidade machista e tornando-se uma personalidade importante neste tema.■

Alunas do 8º2ª

NOTAS DE SAÚDE

Comemoração do Dia Mundial da Saúde

No âmbito das comemorações do **dia Mundial da Saúde**, a equipa do programa **PPES** incluiu no programa anual de atividades a **“AEMGA tem Pedal”**, Passeio ciclo turístico pelas ciclovias da cidade que teve como objetivos, por um lado a promoção do uso da bicicleta como meio de transporte sustentável (redução de trânsito automóvel no centro da cidade/ redução de emissões

de carbono na atmosfera), e por outro lado, como prática regular de atividade física/ Educação para a saúde. A nossa cidade possui as condições de segurança necessárias para que a esta prática se torne uma realidade.



Neste sentido, decorreu na manhã do dia 20 de maio a atividade **“AEMGA Tem Pedal”**, com a participação de toda a comunidade escolar, entre alunos, professores e pessoal não docente. Quando a atividade terminou, no largo da Câmara Municipal, os participantes do AEMGA juntaram-se a uma aula de ginástica dirigida à população sénior do concelho.

O eventi contou com o **apoio da Câmara Municipal de Espinho**, da **Padaria Aipal** e da **Decathlon de Vila Nova de Gaia**. ■

A Equipa do Nota 20

Fotos: Espinho TV



Primeiros Socorros na Escola Ação de Formação de curta duração



Decorreu durante a paragem letiva de dezembro, mais uma formação de curta duração de “Primeiros Socorros na escola”, direcionada para os assistentes operacionais da escola secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida.

Mais doze Assistentes Operacionais desta instituição frequentaram uma ação de curta duração de 4 horas sobre esta temática, no âmbito do programa anual de atividades do PPES, coordenado pela professora Isabel Nobre.



O professor Jorge Rocha, professor de Educação Física e formador acreditado pelo CCFC, no final da ação, manifestou a sua satisfação pela atividade levada a cabo pela escola, uma vez que já são cerca de 25 os Assistentes Operacionais que frequentaram a formação nas paragens letivas de julho e agora em dezembro.

“...A participação em grande número e o interesse manifestado pelos formandos são a mais valia deste tipo e formação, de extrema importância, e que coloca a escola na linha da frente, no que se refere à temática, nas escolas nacionais.

Foram abordadas as temáticas: Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM), Posição Lateral de Segurança (PLS), Pedido de Socorro (Alerta), Suporte Básico de vida (SBV) no adulto e na criança e Desobstrução da Via Aérea no adulto e na criança (OVA).



Este tipo de formação continuará a ser desenvolvido ao longo do ano letivo, abordando outras temáticas de extrema importância, para toda a comunidade escolar...■

O formador, Jorge Rocha

“E se alguém salvar uma vida, será como se tivesse salvo toda a humanidade.”

Alcorão

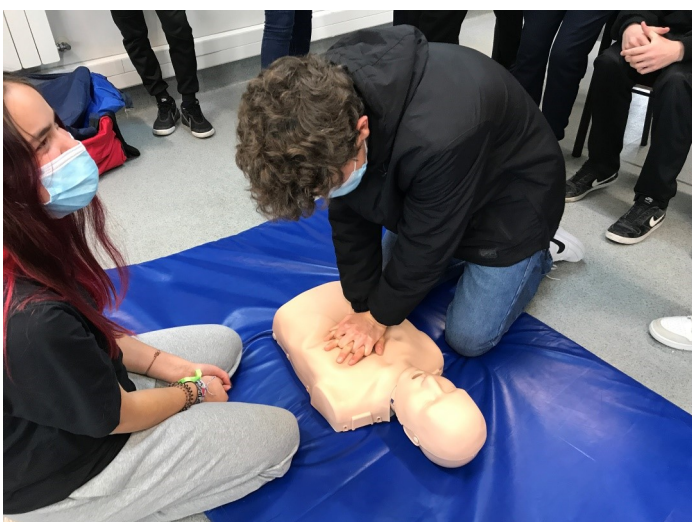
SBV a todos os alunos do 9º ano do AEMGA

No Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida, no âmbito do **PPES- Projeto de Promoção e Educação para a Saúde**, promoveu-se durante os meses de março e abril, para os alunos do 9º ano, uma formação de "Suporte Básico de Vida", orientada pelo docente Jorge Rocha Pinto, introduzida nos conteúdos programáticos da disciplina de Ciências Naturais. Esta formação teve como principal objetivo a promoção



de aquisição de competências básicas para a realização de manobras de suporte básico de vida, necessárias ao socorro pré-hospitalar.

Primeiramente foram abordados os procedimentos iniciais a ter numa cadeia de sobrevivência e numa segunda fase, os alunos tiveram a oportunidade através de uma componente mais prática de experienciar a forma de agir em situações de emergência e socorro.



Numa opinião geral dos alunos, a formação foi bastante válida, pois enriqueceu o conhecimento dos mesmos nesta área tão importante e preparou os para uma situação futura de incidente. ■

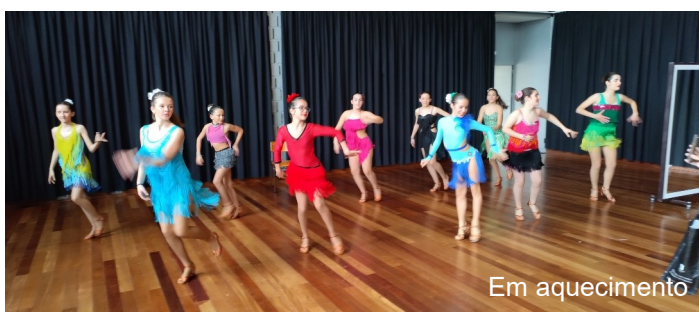
Mónica Vieira, 9º4



NOTAS DE DESPORTO

Estreia da Equipa de Dança Desportiva do AEMGA

O grupo equipa de **Dança Desportiva do Desporto Escolar**, orientado pelo professor Vasco Rigolet, efetuou a sua estreia na Póvoa de Varzim, a 26 de março. Nessa apresentação das Atividades Rítmicas e Expressivas



Em aquecimento



Em ação



Em prova



Júris

participaram mais de quinze grupos e as nossas dez alunas foram as únicas a apresentarem uma coreografia baseada em Dança Desportiva. Essa apresentação foi aplaudida efusivamente por mais de duas centenas de espectadores, que puderam apreciar o desempenho técnico e artístico das alunas Laura Couto, do 5º1, Rita Azevedo, do 5º1, Bianca Branco, do 5º2, Leonor Rigolet, do 6º1, Lara Quaresma, do 7º3, Íris Maganinho, do 7º3, Rita Cardoso, do 7º3, Sofia Tavares, do 7º3, Esmeralda Fraga, do 7º3, do 10º5, e Marta Estrela, do 11º4. Além do ótimo desempenho do grupo, também os júris Francisco Abel Couto (7º3), Sara Granja (12ºTD) e Andrea Henriques (10º5), participaram como juizes nesse encontro após terem concluído a sua formação na escola e, posteriormente, obtido excelentes notas a nível distrital, demonstrando grande qualidade técnica. O grupo de Dança espera poder continuar a crescer em número e em qualidade, convidando todos os interessados em vir experimentar a modalidade todas as quartas feiras às 14:30.■

Professor Vasco Rigolet

Competição de Atividades Rítmicas e Expressivas

"Segundo lugar na competição regional de dança"

No dia 22 de abril, deu-se a aguardada **competição de Atividades Rítmicas e Expressivas das regiões do Porto e de Aveiro**. Nessa competição participaram 16 grupos e o nosso agrupamento foi representado por duas equipas de dança: uma de dança desportiva e uma de danças urbanas, orientadas pelos professores Salomé Pereira e Vasco Rigolet.



Grupo danças urbanas



Grupo dança desportiva

Após dois períodos de preparação das coreografias competitivas, as equipas deslocaram-se ao complexo de ténis da Maia acompanhadas pelos quatro juizes oficiais do agrupamento.

Ambas as equipas apresentaram um excelente desempenho, sendo muito bem recebidas pelo extenso público presente.

Após deliberação do painel de 10 júris, o AEMGA obteve resultados excepcionais para o seu primeiro ano de estreia: um segundo e um sexto classificados.

Na opinião dos professores, essas classificações tiveram um carácter ainda mais significativo considerando a estreia de todos os alunos na modalidade e a competição com escolas e alunos com vários anos de experiência competitiva.

Tanto os alunos como os professores estão de parabéns!■

Professor Vasco Rigolet

Desporto Escolar – Grupo equipa de Natação

Como vem sendo habitual em anos anteriores, o AEMGA continua a oferecer e desenvolver de forma regular e sistemática um trabalho contínuo e responsável com vários grupos-equipa de Desporto Escolar (DE). Estas atividades de complemento curricular, de participação voluntária, permitem aos alunos a prática de atividades desportivas, em ambiente educativo, sob a orientação de professores, afigurando-se como uma possibilidade para muitos jovens poderem participar em quadros competi-



vos, de forma regular.

Deste modo, tendo em conta que a visão do AEMGA “representa uma conceção idealizada de organização em que as diversas unidades educativas da instituição sejam espaços onde efetivamente se educa/forma os alunos através de **Aprendizagens de Qualidade**, do exercício de uma **Cidadania Ativa** e numa estreita colaboração com o **Contexto Envolvente**”, estamos certos que a prática da Natação contribuiu para que os muitos alunos inscritos tenham encontrado nos treinos e nas provas de Natação um espaço privilegiado para criar



hábitos saudáveis de prática desportiva, desenvolver competências sociais e valores morais, de entre os quais se destacam: Responsabilidade; Espírito de equipa; Disciplina; Respeito e Solidariedade.

Ao longo do ano letivo, os alunos participaram nos treinos semanais e em várias provas de acordo com o seu nível de performance.



Os alunos de nível II e III, participaram nas provas do calendário de competições do DE, tendo demonstrado uma atitude exemplar e responsável nas competições dignificando, assim, o nome do nosso Agrupamento tendo obtido 19 medalhas. É de destacar os alunos Lara Martins (11^o2), Rodrigo Rocha (11^o2), Rúben Oliveira (10^o7), Gabriel Ferreira (10^o2), Mateus Sousa (9^o3) e Leonor Rocha (8^o3) que foram selecionados para participar na Fase Final Regional Natação - DGEstE/DSRN 2022, no dia 6 de maio em Guimarães, representando a comitiva CLDE EDV. O aluno Rodrigo Rocha alcançou dois brilhantes segundos lugares e os restantes participantes alcançaram ótimos resultados nos rankings. Pela forma responsável e empenhada dos alunos com que se envolveram nos treinos e nas competições, todos estão de parabéns pelo seu trabalho. ■



Professora Carla Castro

Contrarrelógio no tempo, mas também no espaço

No dia seis de junho, os alunos do ensino secundário da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida colocaram-se à prova: concluir o desafio a contrarrelógio proposto pela turma 11^aTD, “**Peddy Papper: Descobrir Espinho**”.

Durante toda a manhã, em horários previamente estipulados, as mais de 60 equipas participantes partiram, à vez, da escola, rumo às ruas da cidade. Nas mãos, um guião repleto de enigmas e desafios. Com o trabalho em equipa, o objetivo era marcar todos os 12 postos de controlo e concluir corretamente todos os problemas colocados em cada um deles o mais rapidamente possível antes de voltar para a escola.

Entre fazer contas às ruas perpendiculares ao mar e participar em provas físicas no Parque João de Deus (atrás da Biblioteca Municipal José Marmelo Silva, um dos postos de controlo), visitar o Salão Nobre da Câmara Municipal de Espinho e observar (atentamente, com um olhar crítico) as paredes que tantas vezes passavam despercebidas fez jus ao nome da atividade.

Desde conhecer a origem da cidade com um pequeno grupo de pescadores e as suas famílias; a primeira feira realizada e a tradição que se mantém viva; a fé e feitos no século XIX; e as inúmeras utilidades e reformas que teve a atual Junta de Freguesia de Espinho, a experiência passou também pelas conversas e conselhos de quem escutava e observava os grupos de jovens a subir e descer as ruas mais vezes do que alguém perfeitamente orientado faria.



A palavra “**contrarrelógio**” tomou um duplo sentido: de apenas significar “**ser veloz**”, ao longo do percurso tornou-se sinónimo de “**viagem ao passado**”.

Embora estivessem em jogo 11 prémios oriundos dos patrocínios que a turma organizadora conseguiu, foi possível ver a felicidade de *todos* os alunos participantes no dia seguinte, quando foram anunciados os vencedores. “*Pelo menos, andamos a manhã toda por Espinho!*”, ouvia-se dos que não ficaram qualificados nos primeiros onze, assim que verificavam a sua posição nas tabelas afixadas à porta dos pavilhões A3 e A4.

Tratou-se de uma descoberta e tanto: das ruas, dos monumentos e da história da cidade em que estudamos. ■

Rafaela Pereira, 10^o7^a





Sarau gímnico do AEMGA

No dia sete de junho realizou-se mais um **Sarau gímnico** do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida (AEMGA).



Neste ano o evento contou com a participação de mais de 150 alunos de várias turmas do Agrupamento e foi marcado pelo entusiasmo e alegria, quer dos participantes, quer do público, que os aplaudiu de forma entusiasmada.

Alunos e professores do AEMGA estão mais uma vez de parabéns pela qualidade do trabalho apresentado. ■

Fotos: Espinho TV

A Equipa do Nota20



ENTREVISTA A LÍGIA SÁ

Autora da capa do último número do NOTA 20, Lígia Sá é um nome a registar na área do Desenho!

Digamos que é uma aluna NOTA 20, quando observamos os seus trabalhos de elevada qualidade técnica e expressiva, como, por exemplo, o trabalho que apresentou na Exposição PETMANIA, de retratos realistas de animais de estimação, a grafite, inaugurada no passado dia 16 de abril, na Câmara Municipal de Espinho.



Aluna do 8º 2ª, da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, já tem Prémios na área artística em Concursos de Desenho e por isso, o **Nota 20** não podia deixar de entrevistá-la e conhecer um pouco mais da sua personalidade, ambições e do seu trabalho que adivinha um futuro promissor no mundo da Arte!

NOTA 20 - Como surgiu o teu gosto pelo Desenho e pelas Artes?

LS - Em criança, na verdade nunca gostei muito de arte. Na verdade era péssima, mas no início da quarentena tinha muito tempo livre e graças à internet comecei a explorar tanto o desenho como a pintura e quando dei por ela tornou-se na minha paixão.

NOTA 20 - Apesar de ainda estares no 8º ano, como imaginas o teu futuro profissional?

LS - Honestamente, o meu futuro profissional não é a minha maior preocupação, mas o que eu realmente gostava de fazer era trabalhar no campo das Artes ou na Pintura ou no Design de Moda. Se não chegar a cumprir isso, acho que gostava de trabalhar com animais.

NOTA 20 - Quais as tuas disciplinas preferidas?

LS - As minhas disciplinas favoritas são história, porque tenho um grande interesse pelo passado, e Educação Visual, porque adoro desenhar, pintar e criar.

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

LS - É uma pergunta difícil mas para mim o Desenho é uma forma de me abstrair do mundo em redor e das minhas preocupações. Também vejo a minha aprendizagem no Desenho como uma evolução. É algo em que me empenho bastante e não há nada melhor do que ver a minha própria evolução.

NOTA 20 - Desenhar para ti é ...?

LS - Depende. Eu tento desenhar bastante, o mais que posso, mas acabei por aprender que não me posso forçar a criar quando estou muito apreensiva.

Normalmente desenho mais ao fim de semana, mas em época de testes muitas vezes não tenho essa opção.





NOTA 20 – Com que frequência é que desenhavas?

LS - Eu tendo a gravitar em volta de Arte com cores suaves, luz, natureza e temas alegres. O impressionismo do século XIX é a minha grande inspiração, em especial os artistas Monet e Renoir, também me inspiro no movimento Art Nouveau muitas vezes.

NOTA 20 - Quais as técnicas e materiais com que gostas mais de desenhar?

LS - Bem, eu trabalho com muitos materiais diferentes (lápis de grafite, aquarela, óleo, acrílico) mas o que mais frequentemente uso, é sem dúvida, a aquarela. É o material a com que trabalho há mais tempo e já tenho mais experiência e é a minha favorita em termos visuais também.

NOTA 20 - Quais os temas que gostas mais de desenhar?

LS - Eu adoro fazer retratos, sem sombra de dúvida é o meu tema favorito. Mas também adoro desenhar e pintar a natureza, animais, comida e figura humana (olhos, mãos, nariz e boca).

NOTA 20 – Soubemos que vais participar no evento Passagem de Modelos “MAKE ART. NOT WAR!” com um modelo criado por ti.

Podes descrevê-lo?

LS - O meu modelo está em parceria com uma colega e amiga minha e o objetivo é criar um contraste entre os modelos num tema monocromático (a preto e branco).

O meu modelo tem uma aparência mais masculina e agressiva, todo a preto com *dripping* a branco em contraste com a minha colega, que surge com uma aparência feminina e delicada, mas no entanto com alguns detalhes mais agressivos criados por um *dripping* preto sobre um vestido branco.

O artista que escolhemos para desenvolver este projeto foi Jackson Pollock. O suposto é dar uma interpretação dos estereótipos de gênero e tem um estilo mais “punk”.

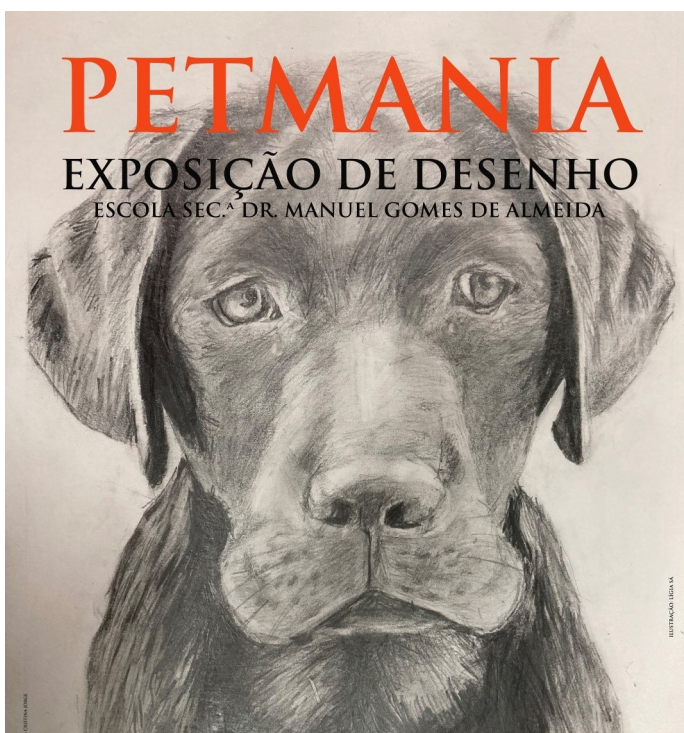
NOTA 20 – O Nota 20 soube também que ganhaste o Prémio de Desenho “TOYOTA, CARRO DO ANO”

Parabéns!

Podes falar-nos um pouco sobre este Prémio e o que significa para ti este reconhecimento?

LS - Para mim este prémio não é importante como prémio no seu valor material, mas acima de tudo como prova do que eu consigo fazer, fruto da minha paixão e vontade em evoluir. Muitas vezes as pessoas dizem que a Arte não tem futuro e que não pode ser uma fonte de rendimento, mas eu acho que este tipo de prémios são uma demonstração do que podemos fazer e atingir quando realmente gostamos e nos empenhamos. ■

Nota20 / Professora Cristina Jorge



NOTAS DE LEITURA

“O amor é um sentimento de felicidade absoluta, nada pode trazer de mau ao ser humano.”

O amor é algo confuso, inexplicável, ou inexistente, para alguns, mágico para outros, e os dois, na minha opinião. O amor não é sinónimo de felicidade absoluta e muito menos é inofensivo, o amor magoa de forma quase oculta. Traz com ele cicatrizes permanentes, disfarçadas de beijos e abraços, estas que mudam alguém ao ponto de afastar qualquer mínima euforia por longos períodos de tempo.

O amor não é sinónimo de tristeza absoluta e muito menos é extremo perigo, o amor cura de diversas maneiras. Traz com ele experiências incríveis, provoca sensações nunca antes sentidas, deixa memórias que custam a lembrar.

O amor tem várias formas e atua em variadas situações, como uma mãe que tem o seu filho nos braços após longas horas de sofrimento. Ali, naquele momento, ela sente-se em paz. Ela descobre o amor, num dos seus muitos formatos.



Como o sentimento de borboletas na barriga, ao ver alguém amado, ao estar com essa pessoa, ao saber que ali é um local seguro, e que dali se pode fazer um próprio paraíso.

Por vezes, o amor também se mistura, tornando-se ódio por breves momentos, revelando-se outra vez, mais tarde, ou sendo substituído por algo ou alguém que represente melhor o seu papel.

Os ciúmes extremos que levam à violência ou a palavras que chegam ao coração em formato de facas.

Isto é o amor, nos seus mais distintos feitios, temido e adorado. E mesmo que não desejado, a todos ele aparece, mesmo que disfarçado ou a quem menos à espera dele estivesse.■

Maria Francisca Gonçalves, 8º3ª

“Os Lusíadas – Texto de Opinião”

Lembro-me de ouvir as pessoas, quando era ainda uma criança ingénua que temia conhecer o mundo, afirmar que “Os Lusíadas” era uma obra impossível de entender, que eu perderia longas noites a tentar interpretar um único verso e, que quando o conseguisse, já o anterior eu teria esquecido.

Esse monstro de sete cabeças que vivia comodamente na minha cabeça desde aquele dia em que eu, pela primeira vez, ouvi o nome daquela grande obra, afinal, não tinha sete cabeças e era, muito menos, um monstro.

Para mim, a obra d’Os Lusíadas é um importante marco na minha vida. Entender aqueles Cantos como uma simples melodia que ansiava por ser escutada foi como cumprir um objetivo que eu julgava ser impossível. Cada nota parecia significar algo, formando um código que muitos subestimariam e poucos tentariam entender, o que, na minha opinião, é admirável.

Já para não falar da forma como Camões abordou diversos temas conforme brincava com as palavras, juntamente com as emoções dos leitores. Essa sua capacidade de atingir a mente das pessoas exclusivamente com o que escreve deixou-me deslumbrada. Desde a mitologia aos factos, desde a sua humilde opinião até à História de Portugal e às viagens naquele “reino de cristal, líquido e manso”.

Tudo nesta obra, do ponto de vista de uma adolescente comum, une-se perfeitamente para assim originar uma obra de arte que, após centenas de anos, ainda é lembrada em todo mundo.■

Fabiana Reis, 9º7ª



NOTAS POÉTICAS

LUZ

"**Luz** que amo e me cega
 Pincelaste de tons primaveris
 O tojo, a urze, a carqueja
 Nas encostas abruptas da serra
 Ondas que eu já não vejo
 raiaste o negrume da imensidão
 Destes anos de solidão
 Na frequência mais pura do grito
 Que dou e dói e ecoa dramaticamente
 No rochoso planalto granítico lunar
 Por ti iluminado ao fim do dia,
 Onde as aves já não planam
 Mas os tons de laranja pousam
 Nas últimas borboletas atordoadas.
Luz que insisto em seguir
 A direção de propagação
 Avidamente procurando o lugar
 Onde dispersando vai interagir
 Como se quisesse
 a eternidade em conceito finito
 Descendo a serra até ao beijo da ria com o mar
 Em repouso num azul etéreo
 Fluindo, então, no gigante navio ao largo, para sul
 Contrariando a corrente atlântica,
 Com a sofreguidão de te seguir
 Mantendo o fuso horário
 Para te ter antes que a noite traga o amanhã
 Sem sol, sem estrelas
 Sem a **luz** em mim!"■

Professora Paula Lima



Maria Sá, "Luz"

Tranquilidade e Luz

A Tranquilidade e a **Luz** não é a ausência do caos e do conflito da vida, mas sim a capacidade de saber lidar com isso!

Paz de espírito é a tranquilidade de que ninguém te poderá arrastar para o caos!

São os bens mais valiosos que a vida transmite, e a capacidade de saber transmitir e aprender a lidar pelas suas próprias mãos!

A Tranquilidade e **Luz** é algo que vem de dentro e que ninguém nos pode tirar mas sim transmitir!

No Silêncio da Paz, devemos transmitir o sossego no coração, a esperança na **Luz** e a calma no pensar e a Tranquilidade no viver!■

Assistente Operacional Cláudia Guimarães



NOTAS CIENTÍFICAS

Visita de Estudo à Lipor

No dia 20 de abril, os alunos do 10º 1, realizaram uma visita de estudo à **LIPOR**, no âmbito do projeto DAC/ Cidadania e das disciplinas de Física e Química e Biologia e Geologia.

Como pagamento da visita, cada aluno teve de levar pelo menos 1 kg de resíduos (papel ou plástico) que deixaram nos devidos ecopontos à chegada das instalações. Feita esta separação, deu-se início à visita.



A primeira paragem foi no parque aventura, recinto que faz parte da área da empresa e no qual puderam observar poços de biogás. Conseguiram saber mais sobre as condições da reserva e como é gerado. Seguiram também um percurso até às tubagens onde se regulava o biogás de cada um dos poços.

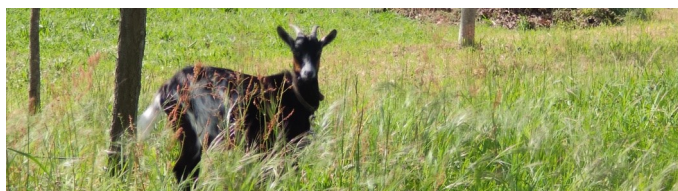
Depois disto, os alunos foram até um parque de painéis fotovoltaicos, através dos quais a empresa gera e obtém energia para o seu próprio consumo. Para além disso, a



LIPOR promove a sustentabilidade por recorrer à natureza ao invés de usar maquinarias, tendo cabras a pastar neste parque fotovoltaico que garantem a manutenção da relva.

Esta visita foi muito enriquecedora, já que clarificou alguns conceitos lecionados, promoveu a sustentabilidade e disponibilizou recursos para a realização de projetos.■

Professora Helena Franco



Limpeza de praia

No dia 8 de junho, Dia Mundial dos Oceanos, os alunos das turmas 1 e 2 do 10º ano, visitaram a praia da Baía em espinho, a fim de realizarem uma limpeza.

Esta atividade foi feita em parceria com a **LIPOR** e o **projeto Praia Azul**.



Num primeiro momento, os organizadores falavam aos alunos sobre educação ambiental e seguidamente entregaram aos jovens ecopontos e os materiais necessários para a limpeza da praia.



No final da atividade todos se sentiram incrédulos com a quantidade e variedade de lixo que apanharam. Desde pontas de cigarros, micro-plásticos, garrafas de vidro, embalagens variadas, meias, lixo indiferenciado, papel, até pedaços de brinquedos, os jovens apanharam de tudo, ficando sensibilizados pela poluição da praia e dos oceanos. **Para além de toda esta ação de sensibilização, os alunos terminaram o dia com mais conhecimentos ecológicos.■**

Professora Helena Franco

Ações que mudam! "Ciência a Brincar"

No "**Ciência a Brincar**" divulgamos as atividades desenvolvidas no âmbito do projeto "**Clube de Ciências**" por alguns alunos do 10º1ª. Estes alunos foram com a sua professora de Física e Química, Helena Franco, às escolas primárias do agrupamento ensinar e fazer com os mais pequenos, do 3º e 4º ano, uma pequena experiência.

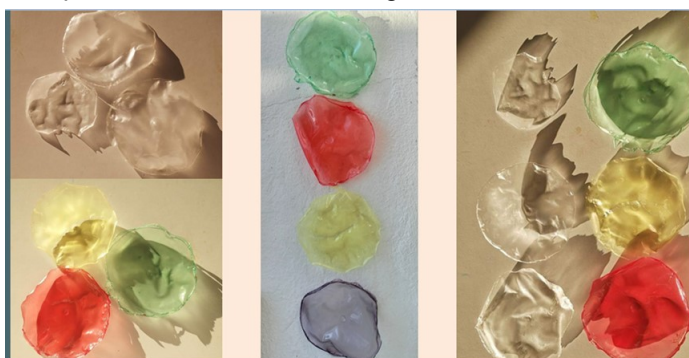
A atividade tinha como objetivo **promover a sustentabilidade**, tema comum ao 3ºano e ao 10º1, e mostrar a importância de reciclar e reutilizar, dando uma nova vida ao que parece já não ter utilidade. Para tal, ensinaram aos mais novos como podem fazer papel reciclado a partir de papéis velhos que têm em casa. Ao longo de alguns dias, os alunos das escolas primárias foram incentivados pelos seus professores a trazerem papel de casa, deixando-o de "molho" em água. Após este processo de acumulação de papel, os alunos do 10º ano foram com a professora às escolas e explicaram-lhes todo o processo que se segue até à obtenção do papel, permitindo-lhes que experienciassem todas as etapas do processo.



mica, Beatriz Cardoso e Ana Sofia Pereira sensibilizadas pelas notícias que surgem um pouco de todo o mundo e que nos dão conta do desequilíbrio ambiental, decidiram pôr mãos à obra e provar que seria possível minimizar a utilização de plásticos fabricados com produtos sintéticos, recorrendo a outras alternativas para produzir plástico usando, para o efeito, materiais naturais, não prejudiciais ao meio ambiente.

Assim, realizaram-se vários ensaios experimentais para conseguir obter plástico biodegradável, que simplesmente se desfaz em água! Após várias tentativas e, tendo como ingrediente principal a farinha maizena, o vinagre e um ingrediente secreto (!), as nossas alunas conseguiram obter um substituinte do plástico; só que este é biodegradável, podendo inclusivamente ser obtido em diferentes cores e aromas.

Este "novo" plástico pode ser utilizado em algumas situações do quotidiano, ao substituir de forma mais sustentável o plástico convencional e, consequentemente, ajudar a mitigar a poluição do plástico que, como sabemos, se apresenta como um desafio global.



Partindo do princípio que, pequenos gestos podem resultar em grandes ações, as alunas Beatriz Cardoso e a Ana Sofia Pereira reforçaram a importância dos **três "Rs"** - **Reduzir, Reutilizar e Reciclar**, mas demonstraram de forma experimental que podemos ir mais além e acrescentar um quarto "**R**", o "**R**" de **REINVENTAR!**

A causa ambiental continua!

Agora, foi a vez destas alunas partilharem o seu trabalho com os alunos de 10º ano. ■

Professoras Helena Franco e Ilda Ribeiro

"A ciência nunca resolve um problema sem criar pelo menos outros dez."

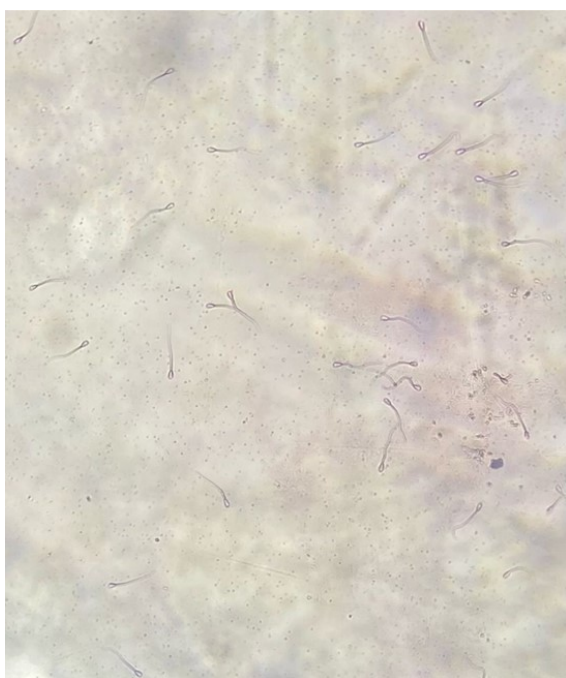
George Bernard Shaw



Este trabalho foi muito interessante, pois permitiu a partilha entre ciclos e potenciou um momento lúdico único e muito especial a todos os envolvidos. Dentro da mesma temática as alunas de 12º ano de Quí-

“Preparações Biológicas de gâmetas masculinos de boi”

Orgulhosamente reconhecida, é a expressão que traduz o gesto do José Mário, ex-aluno da AEMGA e atual aluno de Biotecnologia da Universidade de Aveiro.



Reconhecendo as limitações que há numa escola secundária, em obter materiais biológicos que fazem parte dos conteúdos estudados em Biologia, até por **questões éticas**, gentilmente fez-nos chegar algumas “Preparações Biológicas de gâmetas masculinos de boi”, in vivo, e por si realizadas, para que possam ser objeto de observação e trabalho nas atuais aulas de biologia-12ºano.

São gestos como estes que nos fazem sentir orgulhosos e de coração cheio. ■

Professora Isabel Nobre

Dia do Pi

O dia **14 de março** é conhecido mundialmente como o **Dia do Pi** e a escolha da data prende-se com o facto da notação americana das datas ser MM/DD e não DD/MM. Assim, nos Estados Unidos da América, a notação do dia 14 de março é **3/14**, sendo 3,14 a aproximação mais conhecida de Pi.

No dia 14 de março é também celebrado o aniversário de nascimento de Albert Einstein (nascido a 14/03/1879).

Em novembro de 2019, na sua 40.^a Assembleia Geral, a UNESCO aprovou uma moção em que proclamou oficialmente esta data como o Dia Internacional da Matemática. O objetivo deste dia é ser um momento especial para celebrar a Matemática, em todas as suas formas e em todo o mundo.



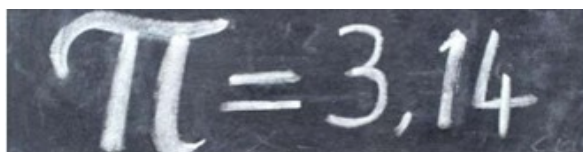
O Pi é um dos números irracionais mais famosos da história, representa-se pela letra grega π e é a razão entre o comprimento de uma circunferência e o seu diâmetro. Esse valor é constante, independentemente do tamanho da circunferência!

O número Pi já foi calculado com uma precisão de 62,8 trilhões de casas decimais. Esse recorde mundial foi batido no dia 14/08/2021 pela Universidade de Ciências Aplicadas de Graubünden (na Suíça).

Ora, recorrendo aos primeiros cinquenta algarismos do número Pi tem-se:

$\pi = 3,14159\ 26535\ 89793\ 23846\ 26433\ 83279\ 50288\ 41971\ 69399\ 3751\dots$

No âmbito da comemoração do Dia do Pi, os alunos do 11.º 1ª construíram, com entusiasmo, um “Pi humano” na sala de aula (teve de ser um “Pi interior” devido às adversas condições climáticas nesse dia).■



Professora Isabel Sá

NOTAS MATEMÁTICAS

Concurso EQUAMAT



O Grupo de Matemática do AEMGA, no dia 28 de abril de 2022, participou com 50 alunos do 3º ciclo (8 equipas de 7º, 2 de 8º e 15 de 9º) no concurso EQUAMAT, promovido pela Universidade de Aveiro no âmbito das Competições Nacionais De Ciência.

As Competições Nacionais de Ciência da Universidade de Aveiro são um concurso sobre conteúdos curriculares envolvendo alunos desde o 1º ciclo até ao secundário, dinamizado pelo Projeto Matemática Ensino da Universidade de Aveiro (PmatE/UA). Estas competições realizam-se anualmente, e após dois anos de pandemia, nos quais as provas se realizaram online, finalmente este ano voltou-se a esta competição de forma presencial.

O nosso agrupamento ficou em 8º lugar a nível nacional e em primeiro a nível do distrito de Aveiro. Foi um ótimo resultado! Destacaram-se as equipas constituídas pelas alunas Madalena Almeida e Inês Sousa do 7º1, que terminaram a prova em 12º lugar, num total de 329 equipas concorrentes e as alunas Luciana Leite e Maria Inês Morais do 9º3, que obtiveram o 15º lugar num total de 414 outras equipas.

Nesse dia, tivemos, ainda, a oportunidade de visitar e observar uma incrível exposição de rochas e fósseis no Departamento de Geociências, acompanhada por um profissional da área. A seguir aproveitamos, também, para fazer uma visita guiada à biblioteca da universidade, tendo sido bastante interessante e um verdadeiro privilégio.

Consideramos que foi um dia excecional, marcado por diversão, empenho e sentido de equipa revelado pelos alunos, chegamos ao fim cansados, mas muitíssimo satisfeitos!

Todas as equipas estão de parabéns e vamos regressar para o ano, ainda, mais fortes! ■

Professores de Matemática



Concurso Pangea



O Agrupamento de Escolas AEMGA participou com 50 alunos do 3º ciclo na 1ª fase do concurso PAN-GEA, cujo lema foi “Matemática para todos”.

Os alunos participantes mostraram-se motivados, tendo a sua prestação sido muito positiva, saindo, desta forma, mais fortalecidas as suas capacidades, a sua destreza e o seu raciocínio matemático. É de salientar a partilha de experiências entre os alunos participantes, também, no contexto de sala de aula.

Passaram à 2ª fase do Concurso 9 alunos. Nenhum aluno fez parte dos vencedores da Prova, mas obtiveram bons resultados finais.

No dia 7 de junho, o grupo de professores de Matemática organizou, na sala de Matemática, uma simbólica entrega de Diplomas e Prémios aos alunos participantes nos concursos dinamizados, Pangea e Equamat.



O grupo de professores de Matemática agradece a participação e interesse demonstrado por parte dos alunos nos respetivos concursos e está orgulhoso das suas prestações nas mesmas.■

Professores de Matemática



Palestra

“Quando atravessas a rua pensas em Matemática?”



No dia 31 de maio, o grupo de Matemática dinamizou uma tarde no Auditório da escola sede, onde decorreram duas palestras e um lanche convívio.

Para dar as palestras foi convidada a Profª Doutora Cecília Costa do Departamento de Matemática da ECT da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.



Às 15h30m a palestra intitulada “Quando atravessas a rua pensas em Matemática?” foi dirigida aos alunos do 3º Ciclo das turmas 7º1, 8.º4ª, 8.º5ª, 9.º4ª, 9.º5ª, 7º A e 9º A. A Palestra teve como objetivo principal mostrar aos alunos que a Matemática está em todo o lado, apresentando-lhes como exemplo uma viagem de carro, ao longo da qual os alunos foram desafiados a descobrir a presença da Matemática.

Os alunos mostraram bastante interesse e participaram com entusiasmo na palestra, tendo respondido às várias questões colocadas pela palestrante. ■

Professores de Matemática

Palestra

“Pensamento computacional: ferramenta do séc. XXI ou mais um déjà vu?”



Às 16h30m a palestra intitulada “Pensamento computacional: ferramenta do séc. XXI ou mais um déjà vu?” foi dirigida aos professores do grupo de Matemática do Agrupamento. A expressão Pensamento Computacional entrou no quotidiano do professor recentemente com as novas Aprendizagens Essenciais para a Matemática no Ensino Básico. Nesta palestra houve reflexão e partilha de enorme importância para o desenvolvimento de novas abordagens criativas e motivadoras no ensino da Matemática. ■

Professores de Matemática

NOTAS INFORMÁTICAS

Líderes Digitais – 2020/21 e 2021/2022

“Líderes Digitais” é o projeto organizado anualmente pela Segura Net, com a intenção de promover uma navegação segura e consciente na internet no ambiente escolar. Alunos desde o 1º ciclo até ao secundário de



todo o país participam na atividade. O projeto consiste na escolha de alguns alunos (os denominados líderes) que representarão a respetiva turma/escola e terão a função de organizar trabalhos e

palestras para alertar toda a comunidade escolar dos perigos da net e orientá-los para uma navegação cuidada e segura.

Estes dois últimos anos os alunos do 9º foram responsáveis por esta tarefa, trabalhando no projeto com afinco desde o início do ano letivo de 2020/2021.

No ano letivo anterior, devido à situação pandémica vivida, toda a atividade teve de ser realizada por meios digitais, assim sendo os alunos estiveram presentes nas reuniões a nível nacional onde tiveram oportunidade de contactar com líderes de todas as escolas participantes e com os respetivos coordenadores, essas reuniões foram importantíssimas para orientar e dinamizar o projeto.



Os temas selecionados em 2020/2021 foram o *Sexting*, as *Fake News* e o *Cyberbullying*, assuntos de grande relevo no mundo virtual. Os alunos, com a respetiva orientação e auxílio das professoras de Português (Isabel Mendes, Darci Martins e Carmina Costa), Matemática (Ester de Lemos) e de TIC (Alda Moreira) realizaram um

vídeo e um kahoot sobre os temas citados, mesmo estando em confinamento. Ainda nessa época, realizaram palestras de sensibilização, via Zoom, para todas as turmas do 8º ano do Agrupamento. Houve uma excelente reação por parte das turmas que demonstraram grande interesse na atividade.

Quando retomamos o ensino presencial, os líderes acrescentaram ainda um PowerPoint a sintetizar os temas do trabalho, que juntamente com o vídeo desenvolvido previamente, foi apresentado aos encarregados de educação, novamente via Zoom.



Este ano letivo os líderes digitais do 9º desenvolveram os trabalhos em torno dos temas: *Fake News*, *Sharenting* e Gestão do Tempo. Com a ajuda da professora de TIC (Sandra Amorim) e da DT (Ester de Lemos) elaboramos um PowerPoint que continha informação os três temas propostos para este ano letivo e desenvolvemos uma aplicação (APP) onde qualquer utilizador pode consultar informações sobre os temas indicados. Fizemos a apresentação do nosso trabalho na sessão do dia 27 de maio integrada na conversa com os pais sobre a Pegada Digital e a Educação Digital. Nesta sessão para além dos Encarregados de Educação estiveram presentes alguns professores, o Dr. Vítor Lima e o Psicólogo convidado Dr. Vítor Azevedo.

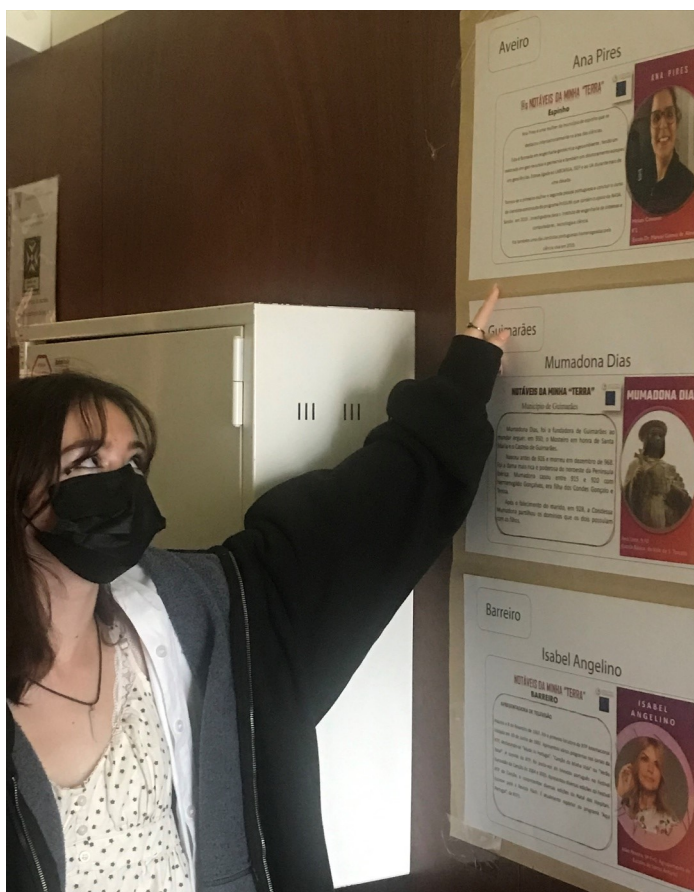
Foi permitido aos líderes desenvolver as suas capacidades e informarem-se sobre imensos factos que desconheciam, apercebemo-nos agora o quanto evoluímos desde que aderimos ao projeto. Sentimo-nos mais seguros ao utilizar os meios digitais visto que aprendemos a fazê-lo corretamente e conseguimos ainda incentivar a comunidade escolar a fazê-lo, o que é bastante gratificante.

Com o fim do ano letivo, finalizou também o projeto dos “Líderes digitais”, porém este será retomado para o próximo ano, com novos temas e novos alunos. Por isso caso algum aluno esteja interessado em participar no projeto, não hesitem em falar com o diretor de turma ou com qualquer professor/ responsável para participar. Quanto mais divulgado este for e quanto maior a sua aderência, maior será também a promoção de uma internet mais segura para o uso de todos e nos dias que correm, onde quase tudo funciona pelo meio virtual é de grande importância zelar pela nossa segurança online.■

NOTAS HISTÓRICO GEOGRÁFICAS

Desafio "Notáveis da minha Terra"

No dia 6 de junho, no Conservatório de Música do Porto, foram entregues os certificados e os prémios de participação aos que aceitaram o convite para o desafio "Notáveis da minha Terra", promovido pela Direção Geral da Educação. O evento contou com a presença de Ana Pires, Rute Neves e Joana Rios, mulheres que aceitaram partilhar "pedaços" da sua história e percurso



de vida. A apresentação da cientista e astronauta Ana Pires, teve como mote o trabalho produzido pelos alunos da AEMGA e incentivou os presentes a nunca desistirem dos seus sonhos. Foi um encontro muito interessante! ■

Prof. Ângela Eugénia Ferreira Pinho



NOTAS FILOSÓFICAS

Anselmo Borges e os valores

No dia 15 de março, o professor doutor Anselmo Borges, professor jubilado da Universidade de Coimbra, veio à ESMGA para falar com a 1ª e 3ª turma do 10º ano acerca dos valores. Esta iniciativa partiu do núcleo de estágio da disciplina de filosofia e a atividade foi organizada pela professora Isabel Costa.

Nesta “conversa”, os alunos puderam esclarecer as suas dúvidas e refletir sobre questões previamente colocadas. Foram abordados temas como neotenia e os diversos tipos de valores, desde valores vitais até valores intelectuais.

No fim houve ainda espaço para questionar o professor acerca da existência humana e do problema do livre arbítrio.



O problema da organização de uma sociedade justa

No dia 5 de abril decorreu, no auditório da escola, uma palestra dinamizada pelo núcleo de estágio de Filosofia alusiva à temática da filosofia política.



Representantes dos partidos Bloco de Esquerda, Livre, PCP, Iniciativa Liberal, PS e PAN

A palestra contou com a participação de diversos partidos políticos e os seus respetivos representantes: Bloco de Esquerda, Livre, PCP, Iniciativa Liberal, PS e PAN.

Durante a palestra foram abordadas diferentes questões/problemas sobre a sociedade atual, dando a conhecer as diferentes opiniões dos partidos em relação às perguntas colocadas: “O que é uma sociedade justa?”, “Quais os valores/princípios que devem reger uma



Momentos como este devem ser dinamizados com mais frequência, pois para além de clarificarem as aprendizagens essenciais lecionadas em contexto de sala de aula, permitem o enriquecimento intelectual dos alunos. ■

Alunos do 10º1ª



Representantes dos partidos políticos e alunos presentes durante a palestra



Momento de reflexão e discussão sobre as temáticas.

sociedade justa?”, “O estado tem direito a interferir na economia das pessoas?”

A finalidade da palestra foi dar a conhecer aos alunos presentes as diferentes posições face a assuntos políticos e introduzir alguns conceitos que serão discutidos em filosofia política. Assim, destacam-se as seguintes questões abordadas: “O que é uma sociedade justa? Quais os valores/princípios que devem reger uma sociedade justa?”

Em geral, as opiniões não foram muito divergentes, muito pelo contrário.

De acordo com os partidos, uma sociedade justa é uma sociedade livre e democrática. O direito à educação e à saúde, a igualdade de oportunidades e a liberdade de expressão foram alguns dos exemplos citados pelos representantes.

O Bloco de Esquerda expôs a sua perspetiva de uma sociedade igualitária ressaltando a diferença entre “igualdade” e “viver de igual forma”. A igualdade, de acordo com o partido, significa atribuir direitos e deveres iguais para todos os membros da sociedade, de modo a alcançar o seu desenvolvimento.

O Partido PS ressalta a incapacidade governamental de criar um sistema “correto” para a distribuição de riqueza, enfatizando que o estado deve ter um papel ativo nas áreas essenciais, como saúde, educação, habitação, transportes e ambiente, de forma a garantir uma igualdade de oportunidades.

Outra questão colocada foi:

“O estado tem o direito de intervir na distribuição da riqueza de uma sociedade para diminuir as desigualdades sociais?”

De uma forma geral, todos os partidos foram a favor da intervenção do estado na distribuição de riqueza pois, segundo os representantes, deve haver uma igual distribuição de riqueza com o objetivo de diminuir o contraste socioeconómico. O PCP, por sua vez, sublinha que “para que haja um rico é necessário que haja muitos pobres” e o estado deve garantir trabalho e salários dignos à população. O PAN finaliza ressaltando a importância de existir uma intervenção do estado para que seja possível garantir os recursos a todos, sem comprometer as gerações futuras. Houve ainda tempo para os alunos colocarem algumas questões e verem esclarecidas algumas dúvidas que persistiam. ■

João Miranda, 10º3ª



“Se você pensa que é um derrotado, você será derrotado.
Se não pensar “quero a qualquer custo!”
Não conseguirá nada.
Mesmo que você queira vencer,
mas pensa que não vai conseguir,
a vitória não sorrirá para você.

Se você fizer as coisas pela metade,
você será fracassado.
Nós descobrimos neste mundo
que o sucesso começa pela intenção da gente
e tudo se determina pelo nosso espírito.

Se você pensa que é um malogrado,
você se torna como tal.
Se almeja atingir uma posição mais elevada,
deve, antes de obter a vitória,
dotar-se da convicção de que
conseguirá infalivelmente.

A luta pela vida nem sempre é vantajosa
aos fortes nem aos espertos.
Mais cedo ou mais tarde, quem cativa a vitória
é aquele que crê plenamente
Eu conseguirei! ■

Napoleon Hill

“Que ninguém hesite em se dedicar à filosofia enquanto jovem, nem se canse de fazê-lo depois de velho, porque ninguém jamais é demasiado jovem ou demasiado velho para alcançar a saúde do espírito. Quem afirma que a hora de se dedicar à filosofia ainda não chegou, ou que ela já passou, é como se dissesse que ainda não chegou ou que já passou a hora de ser feliz. Desse modo, a filosofia é útil tanto ao jovem quanto ao velho: para quem está envelhecendo sentir-se rejuvenescer através da grata recordação das coisas que já se foram, e para o jovem poder envelhecer sem sentir medo das coisas que estão por vir; é necessário, portanto, cuidar das coisas que trazem a felicidade, já que, estando esta presente, tudo temos, e, sem ela, tudo fazemos para alcançá-la.” ■

Epicuro

“Só há um caminho para a felicidade. Não nos preocuparmos com coisas que ultrapassam o poder da nossa vontade.” ■

Epicuro

NOTAS ESPECIAIS

Centro de Apoio à Aprendizagem

Atividades 2021-2022

As professoras do **Centro de Apoio à Aprendizagem, da ESMGA**, em complementaridade ao trabalho desenvolvido em sala de aula, assinalaram no 1º, 2º e 3º períodos, o **Dia Mundial da Lavagem das Mãos**, o **Dia Internacional da Pessoa com Deficiência**, o **Dia Internacional do Obrigado**, **Fevereiro Mês dos Afetos**, **Dia internacional do Autismo** e **Semana de consciencialização sobre o Autismo** e a **Dinamização Projeto Dove "Eu Confiante, Pela autoestima e Autoconfiança"**.



Foi mais um testemunho do compromisso com a construção de uma escola inclusiva, contribuindo ativamente para que todos os alunos tenham oportunidades de realizar aprendizagens significativas.

O **Dia Mundial da Lavagem das Mãos**, voltou a ser assinalado sendo realçada a importância da higienização das mãos, bem como a forma de obter o sabão de forma sustentável e amiga do ambiente.

O aluno Diogo Cruz do 11º E.A.C. fez uma apresentação na turma do 6º6ª com a participação ativa do aluno Matheus Passos.■



A propósito do **Dia Internacional da Pessoa com Deficiência**, que se subordinou este ano ao lema **"Não há felicidade sem diversidade"** foi bastante participado tendo o alunos decorado uma letra alusiva ao tema e participado na caminhada e palestra



motivacional na escola Domingos Capela...e foram oferecidas pulseiras na comunidade.■

No dia 11 de janeiro, o C.A.A da ESMGA dinamizou o **Dia Internacional do Obrigado**, lembrando que é muito importante que se possa agradecer a todos os que fazem parte das nossas vidas, nos alegram, nos apoiam e nos fazem sonhar e acreditar.

DIA MUNDIAL DO OBRIGADO!

O objetivo do **Dia Internacional do Obrigado** é simplesmente agradecer a todos aqueles que fazem parte da vida das pessoas e que as ajudam e alegram, só por existirem.



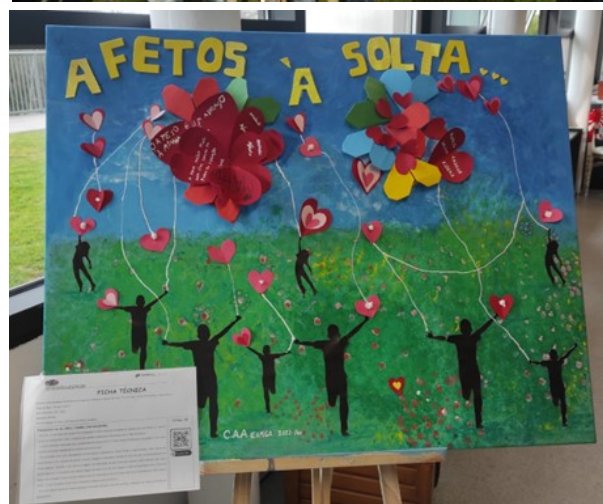
CRIADO POR: DIOGO CRUZ Nº5 11ºEAC
C.A.A

Os alunos de diferentes turmas e com a colaboração dos professores de Educação Visual decoraram as letras que compõem a palavra "OBRIGADO" com diferentes materiais.■

Quanto às atividades realizadas no âmbito - **fevereiro, Mês dos Afetos**, abordou-se a temática “A diferença e os afetos” com a presença da Enfermeira Cláudia, da equipa de saúde escolar de Gaia, tendo motivado e envolvido os alunos da turma do 10º4ª, numa reflexão, debate e partilha de testemunhos.■



Ainda sobre o tema “**Mês dos Afetos**” foi elaborada uma pequena “obra de arte” com pintura, com tinta acrílica e colagens, numa tela, à qual se atribuiu o nome de “**Afetos à Solta**”, com a colaboração de alunos do 2º e 3º Ciclo, Ensino Profissional e Secundário. Esta atividade teve como objetivo primordial representar as emoções através da arte.■



Esta atividade teve uma abrangência colaborativa e interdisciplinar, tendo havido a oportunidade, entre outras, de experienciar a cor, técnicas de pintura, recorte, colagem e impressão.■

Dinamizaram-se sete sessões sobre o tema do **Projeto Dove “Eu Confiante, Pela autoestima e Autoconfiança”**, tendo como objetivo desenvolver a autoestima na era das redes sociais e promover uma imagem corporal positiva no contexto escolar, ajudando os jovens a identificar pontos pessoais, fortes, melhorar o bem-estar emocional, social e físico e sentirem mais confiança para



Ainda durante **fevereiro, mês dos Afetos**, os alunos, Francisco Almeida e Sofia do 10º4ª apresentaram e dinamizaram, com muito sucesso, na turma do 8º6ª e 5º5ª um trabalho sobre o tema “**Perturbação do espectro do autismo e os afetos**”.■

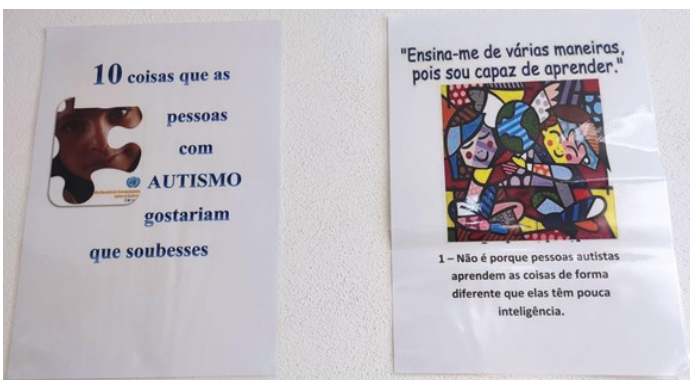


Os alunos que frequentam o Centro de Apoio à Aprendizagem da ESMGA, deslocaram-se à escola Domingos Capela para assistirem e participarem na palestra motivacional do atleta com necessidades de saúde especiais.■



participar em atividades sociais e académicas. Esta atividade continuará a ser dinamizada junto de toda a comunidade educativa.■

As atividades do 2º período foram finalizadas com a sensibilização da comunidade escolar para a problemática do Autismo, assinalando-se o **Dia Mundial do Autismo**, data definida pela Organização das Nações Unidas,



através de atividades diversas, cartazes, palestras e personalização de uma máscara, prolongando-se durante o mês de abril, com a **Semana de Consciencialização sobre o Autismo**, tendo a colaboração dos alunos, Francisco Almeida e Sofia do 10º4ª, com uma apresentação na turma do 5º5ª.■

Professoras, Cristina Margarida Fonseca, Maria da Conceição Sarmento e Maria Etelvina Gama

A ARTE PELA INCLUSÃO

A **arte** é um conceito, que num determinado nível sublima a invulgaridade de uma personalidade, gerando reconhecimento. A **inclusão** é uma atitude que na prática da sua excelência, reconhece e derruba as barreiras dos



pré-conceitos inerentes à individualidade, devolvendo-lhe todo o potencial. Conscientes que a arte é uma ferramenta crucial no âmbito do desenvolvimento biopsicos-



social, ao longo do mês de fevereiro no qual comemoramos o mês do amor, os docentes da Educação Especial, promoveram em cada escola do Agrupamento a elaboração de uma obra de arte, pintada pela comunidade educativa. Os trabalhos realizados deram mote a uma exposição que esteve patente até ao final do mês de junho, nas respetivas Escolas do Agrupamento.■

Professora Dulce Adrego

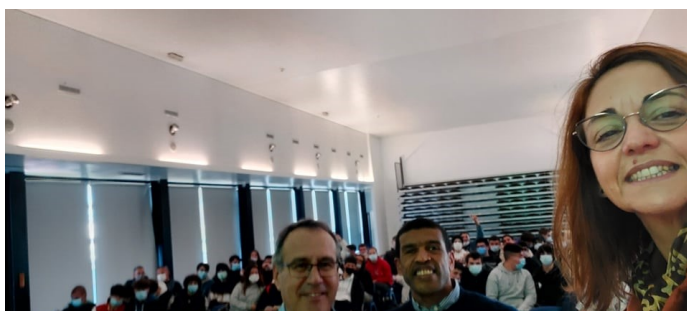


No dia 4 de março os alunos do 3º ciclo da Escola Domingos Capela e os alunos do 10º, 11º e 12º anos do curso técnico profissional de Desporto foram apresenta-

dos com uma **Palestra Motivacional** realizada pelo atleta paralímpico Jorge Pina e o Coordenador do Plano Nacional de Ética no Desporto, Drº José Lima, além de



livros e um jogo para enriquecer o espólio da Biblioteca Escolas. Foi um dia de muitas reflexões sobre VALORES e ÉTICA, além da grande mensagem motivacional do atleta Jorge Pina: **“ONDE HÁ VONTADE NÃO HÁ LIMITAÇÕES”**. Uma grande referência de homem e atleta, mas acima de tudo um modelo inspirador para todos nós.■



Professora Dulce Adrêgo

Uma sexta-feira aterradora

Uma manhã aterradora na Escola Básica e Secundária Domingos Capela...

Nada fazia prever que os alunos ficassem à porta da entrada logo às 8:30, o alarme disparou sem motivo aparente. Que grande susto!

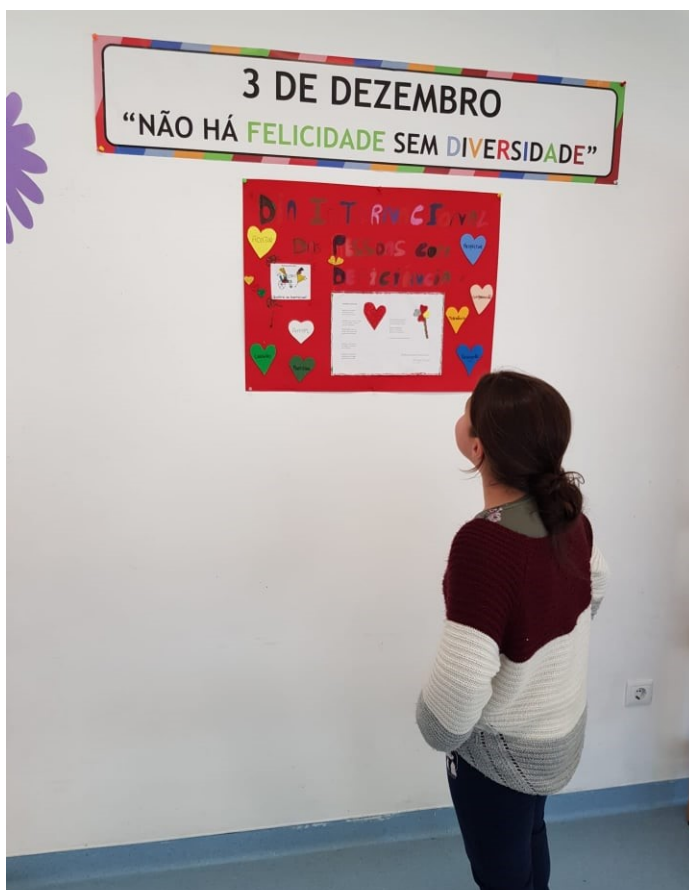


Aparentemente, o problema resolvido, as doçuras e travessuras fizeram as delícias de todos alunos e graúdos. Os alunos que frequentam o Centro de Apoio à Aprendizagem, foram os anfitriões de uma festa surpresa. Estiveram a prepará-la ao longo de uma semana em trabalho colaborativo com as disciplinas de Inglês e Educação Visual. Neste dia 29/11, surpreenderam tudo e todos e da melhor forma, integraram no calendário, o festejo de um dia de Halloween muito ESPECIAL, tal e qual como cada UM.■

Professora Dulce Adrêgo

I Caminhada pela Inclusão

O mês de dezembro foi enriquecido pelas atividades dinamizadas e realizadas na lógica de trabalho colaborativo pelo grupo 910 nos diferentes ciclos de escolaridade das escolas do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel



Gomes de Almeida. A sensibilização através das enriquecedoras atividades realizadas, culminaram com a I Caminhada pela Inclusão 2021/2022, no dia 3 de dezembro.

Todas as crianças e jovens dos Agrupamentos de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida e Dr. Manuel Laranjeira foram envolvidas num evento de dimensão municipal.



O evento agregou sinergias dos docentes dos dois Agrupamentos do Município de Espinho e nesse sentido foi possível unir crianças, jovens, docentes, técnicos, diretores dos Agrupamentos, representantes políticos da autarquia e comunidade civil, num evento inédito que primou pelo trabalho colaborativo, no âmbito de uma missão que é de todos: construir pontes para uma sociedade mais inclusiva. Deixamos a primeira pedra...■

NÃO HÁ FELICIDADE SEM DIVERSIDADE.

Professora Dulce Adrêgo

NOTAS PROFISSIONAIS

CMRPP - RUMOS - 20/05/22

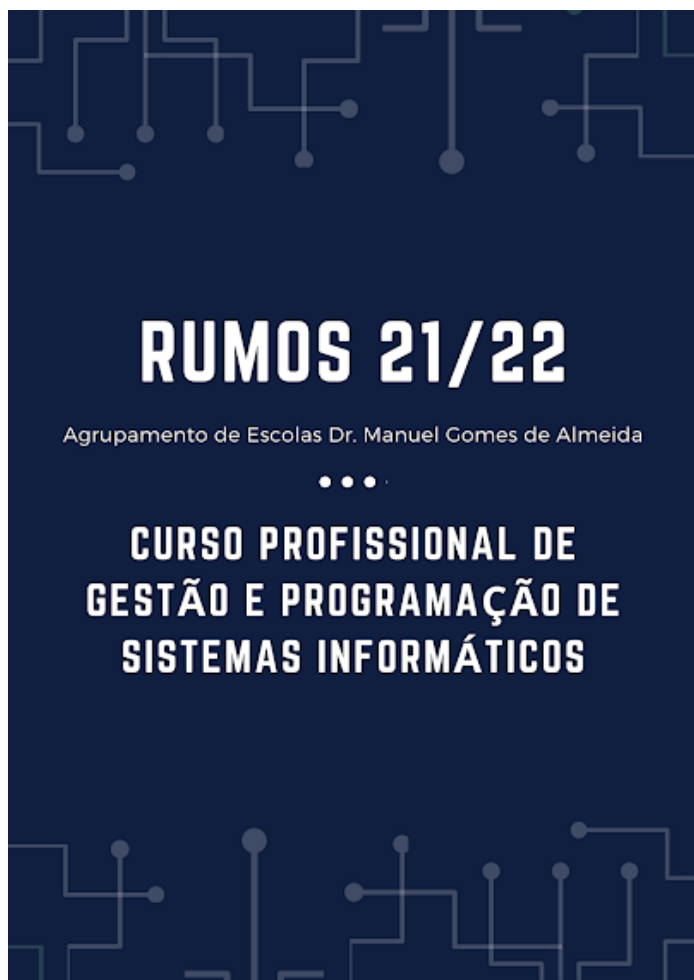
“REALIZA O TEU FILME” foi o tema para os alunos do **Curso de Comunicação Marketing Relações Públicas e Publicidade**, 10º, 11º, e 12º anos, apresentarem o curso e exemplificarem algumas técnicas de edição de vídeo em programas de telemóvel com os seus colegas do 9º ano.



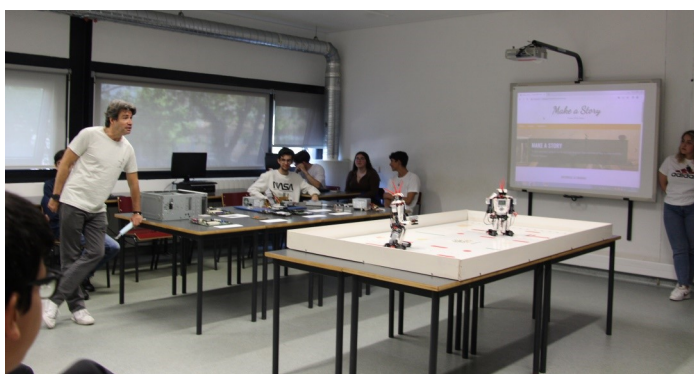
A apresentação, contou com os alunos e os professores das disciplinas de CGA e CPC. Para o efeito foi projetada uma exposição digital, expostas maquetas e materiais impressos de trabalhos realizados ao longo do ano letivo nestas disciplinas.

Todos quantos passaram por este espaço, foram convidados a ocupar a cadeira de “REALIZADOR” encarnar o personagem e iniciar o seu filme. (/scene 1/take 1).■

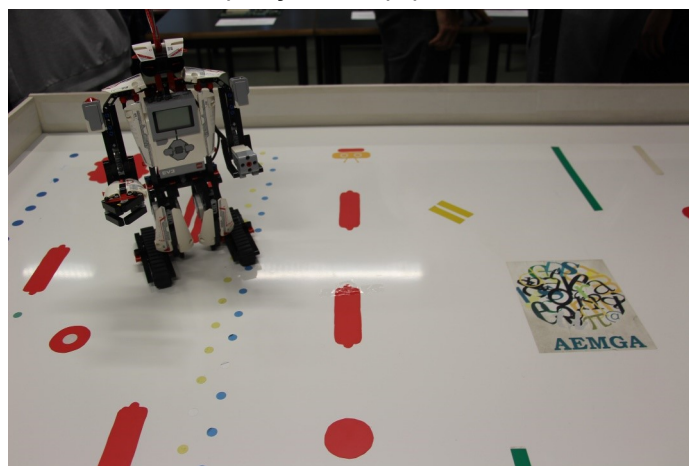
Professores Carmo Pinto, Sara Leal e José Rui Coelho



No dia 20 de maio, os alunos do curso profissional de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos (GPSI), procederam à apresentação do curso, aos alunos do 9.º ano de escolaridade, no âmbito da atividade RUMOS dinamizada no nosso Agrupamento.



Durante todo o dia e de acordo com um calendário previamente definido, alguns alunos, do 12.º ano de escolaridade, do curso de GPSI, apresentaram o seu projeto de aptidão profissional (PAP) que se encontram a desenvolver desde o início deste ano letivo e referiram a experiência adquirida durante a Formação em Contexto de Trabalho (FCT) que consistiu em estágios em empresas da área ou com departamento de informática. Por sua vez, os alunos do 11.º ano de escolaridade explicaram todas as disciplinas da componente técnica do curso, nomeadamente: Redes de Comunicação, Sistemas Operativos, Arquitetura de Computadores e Programação e Sistemas Informáticos. Os alunos do 11.º ano divulgaram o seu primeiro contacto com o mundo do trabalho proporcionado através da Formação em Contexto de Trabalho (FCT) que faz parte da componente técnica dos cursos profissionais. Nesta atividade, também, estiveram presentes alguns alunos do 10.º ano de escolaridade com uma exposição de equipamento informático.



O objetivo estabelecido para esta atividade foi esclarecer, os alunos do 9.º ano, sobre o curso de GPSI para que os mesmos possam realizar uma escolha informada quando concluírem o ensino básico. O curso de GPSI congratula-se por este objetivo ter sido atingido, graças à colaboração e empenho dos alunos deste curso. ■

Professora Sandra Amorim (diretora de curso)

“Meus filhos terão computadores, sim, mas antes terão livros. Sem livros, sem leitura, os nossos filhos serão incapazes de escrever - inclusive a sua própria história.”

Bill Gates

Formação em Contexto de Trabalho

Ao longo do ano de 2022, os alunos do curso profissional técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos (GPSI), realizaram a formação em contexto de trabalho (FCT) em empresas/instituições do concelho de Espinho ou concelhos limítrofes.

A formação em contexto de trabalho (estágio) é essencial para os alunos que frequentam estes cursos uma vez que permite aos alunos ter um contacto direto com a realidade do mundo do laboral, através da sua integração em empresas ou instituições que os acolhem, a partir de protocolos previamente estabelecidos com o nosso agrupamento.

Este ano letivo, foram concretizadas parcerias com várias empresas de informática ou com departamento de informática, das quais se destacam: Worten, Rádio Popular, PCi Soluções, Mixtura, Bitec, Smart New Start, Maxinformática, Smart Informática, Clínica do PC, Motometria, We Creat You, GuiaTel, Solverde, Cordex, Sorema, Ferreira de Sá Rugs, Discípulos de Baco, Hotel Monte Lírio, FEST, Santa Casa da Misericórdia de Espinho, CERCi Espinho, Escola Profissional de Espinho e Junta de Freguesia de Espinho.

Os alunos, do 12.º ano de escolaridade do curso de GPSI concluíram com sucesso o seu estágio, de 350 horas, que decorreu de 1 de fevereiro a 1 de junho.

Os alunos, do 11.º ano de escolaridade do curso de GPSI estão ainda a realizar um estágio, de 250 horas, que teve início no dia 11 de abril e será concluído no dia 5 de julho, até ao momento tem obtido por parte dos monitores designados pelas empresas/instituições um *feedback* muito positivo.

O curso de GPSI congratula-se por os seus alunos terem novamente superado com sucesso este desafio que, sem dúvida se irá refletir de modo proveitoso no seu futuro profissional. Acresce ainda referir que alguns dos nossos alunos tem conseguido colocação nos próprios locais de estágio ou optar por ingressar no ensino superior.■

Sandra Amorim (diretora de curso em 2021/2022)



Programa Apps for Good

Os alunos Carlos Tato, Francisco Cunha e Guilherme Castro, do 12.º ano, do curso profissional de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, concorreram ao programa Apps for Good, um programa educativo tecnológico, que desafia alunos e professores a desenvolverem aplicações para smartphones ou tablets, e a apresentarem o potencial da tecnologia na transformação do mundo e das comunidades onde se inserem.



O projeto que estes alunos desenvolveram, sob orientação da professora Sandra Pais Soares, em parceria com a Junta de Freguesia de Espinho, foi selecionado para ser apresentado no encontro regional norte que aconteceu no dia 1 de julho, em Valongo, no âmbito do programa. A apresentação contou com dois momentos: Pitch e Marketplace. No Marketplace os alunos tiveram a honra de apresentar o seu projeto ao Sr. Secretário de Estado da Educação, António Leite e ao Presidente da Câmara Municipal de Valongo, José Manuel Ribeiro que deram aos alunos palavras de incentivo e deixaram marcados elogios.



O projeto, concretizado num web site e numa aplicação mobile, tem como principal objetivo reportar ocorrências, por parte de moradores e visitantes, da freguesia de Espinho e, quem sabe, no futuro de qualquer local do país.■

Professora Sandra Pais Soares

NOTAS INTERNACIONAIS

PROJETO ERASMUS LEVA ALUNOS DA AEMGA A OSIJEK, NA CROÁCIA

A Terceira Mobilidade do projeto **Erasmus+ "Eco-Herit@ge Matters"** levou cinco alunos e três professores do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida a Osijek, na Croácia, entre os dias 6 e 12 de março. Os alunos Gonçalo Beleza, Nuno Resende, Simão Gonçalves, Tomé Santos (do 9º3ª), Diogo Macedo (do 9º 4ª) e os professores Marisa Rocha, Lígia Oliveira e Ilídio Sá foram recebidos de braços abertos na simpática escola parceira do projeto e na cidade de Osijek.



Os professores e alunos Croatas foram excelentes anfitriões, proporcionando, aos visitantes, inúmeras oportunidades de conhecer a sua cultura, património, música, tradições e gastronomia. Alunos, com idades entre os treze e os quinze anos de idade, e professores das seis



escolas dos cinco países envolvidos no projeto – Portugal (Espinho e Ovar), Croácia, Grécia, Roménia e Itália – partilharam experiências inesquecíveis, durante uma semana, comunicando sobretudo em língua Inglesa, num ambiente de total camaradagem e amizade.



O programa da semana foi rico em atividades de interesse ecológico e cultural e o plano desenhado para a Mobilidade Croata foi cumprido integralmente. O primeiro dia excedeu as expectativas, tal foi o empenho de todos os envolvidos e a forma alegre como receberam os parceiros. Após uma caminhada pela cidade velha e visita ao Forte, ao largo do rio Drava, decorreu a receção na escola, na presença do Presidente da Câmara e de outras individualidades. Para além das apresentações dos vários parceiros, houve música e canções, muito convívio, fotos de grupo, almoço tradicional, jogos e workshops, seguidos de um passeio relaxado pelo belo centro da cidade. Nos dias que se seguiram, visitou-se o Geoparque Natural de Papuk, belíssimo com o seu manto de neve e cascata; Dakovo e a sua imponente



catedral, recheada de belos frescos e cujas torres são tão altas que são visíveis de vários países vizinhos; fez-se uma atividade de orientação pelos principais pontos de interesse da cidade anfitriã, em grupos multinacionais, com a ajuda de QR-Codes, seguida por uma caminhada pela zona das Pampas, onde os alunos levaram a cabo a atividade de “plogging” (recolha de lixo em sacos feitos pelos alunos do Eco-club Croata); visitou-se o Centro Educacional de Podravlje, integrado numa Reserva Natural, onde os alunos de cada país puderam plantar uma árvore autóctone; e desenvolveram-se muitas outras atividades, sempre em bom ambiente e excelente disposição. A boa disposição acompanhou todos os almoços e jantares, em espaços variados, e sempre na presença de todos os participantes, oportunidades únicas para o convívio saudável tanto dos alunos como dos professores. A semana foi encerrada com um jantar tradicional, preparado por professores e funcionários, em ambiente de festa, como não poderia deixar de ser. Os alunos Portugueses regressaram de alma cheia. Segundo eles, esta foi a melhor experiência que já tiveram na vida! “Voltaria a fazer o mesmo sempre que pudes-



se”, afirmou o Simão Gonçalves. Já o Tomé, disse que: “Fiz amigos para a vida, que significam muito para mim, achei a cidade muito linda, com uma história muito interessante. Adorava voltar!” Segundo o Diogo Macedo, “ter passado uma semana em Osijek, com pessoas desconhecidas de outros países, num ambiente completamente diferente da minha cidade Natal, foi uma experiência incrível, pois consegui aprender mais sobre muitas culturas e pessoas numa só semana.” O Diretor do Agrupamento, Dr. Ilídio Sá, acrescentou: “...foi uma semana intensa, de emoções fortes (...) os dias foram fantásticos, o país também ele fantasticamente acolhedor...



E, por fim, cinco alunos Top, que tiveram um comportamento exemplar... E as duas professoras, que são, para além de amigas, excelentes profissionais e um orgulho para o Agrupamento!”, finalmente, segundo a professora Lúcia Oliveira, “a semana foi pautada pela simpatia com que nos brindaram os nossos anfitriões. Estes de tudo fizeram para que nada nos faltasse e deram-nos a ver e a saborear o melhor que existe em Terras da Eslavónia. Foi uma experiência fascinante na qual a simpatia e a boa disposição de todos foi a chave.” Os projetos Erasmus proporcionam experiências inesquecíveis a quem neles participa e contribuem grandemente para a formação de cidadãos mais completos, tolerantes, inclusivos e respeitadores da variedade, do património e da natureza. A próxima mobilidade será na Roménia e está prevista para o início de abril de 2022. ■



PROJETO ERASMUS “ECO-HERIT@GE MATTERS”

ÚLTIMA MOBILIDADE NO ESTRANGEIRO REALIZOU-SE NA ROMÊNIA

A Quarta Mobilidade do projeto Erasmus+ “Eco-Herit@ge Matters” levou mais cinco alunos e duas professoras do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida a Beclean, na Romênia, entre os dias 3 e 9 de abril. Os alunos Bruno Lacerda, Gonçalo Marques, Martim Cardoso, Miguel Sousa e Tomás Veludo, do 9º 4ª, e as professoras Marisa Rocha e Ester Lemos não podiam ter sido melhor recebidos pelos parceiros Romenos do projeto, na pacata cidade de Beclean.



O Diretor da escola, os professores, os alunos envolvidos e todos os funcionários foram, desde o primeiro momento, fantásticos anfitriões, oferecendo, aos seus parceiros, oportunidades interessantes e variadas de conhecer as suas tradições e gastronomia, cultura e património, música e religião. Alunos, com idades entre os treze e os quinze anos de idade, e professores das seis escolas dos cinco países envolvidos no projeto – Portugal (Espinho e Ovar), Croácia, Grécia, Romênia e Itália – vivenciaram experiências memoráveis, durante toda a



semana, comunicando especialmente em língua Inglesa, num ambiente de absoluto companheirismo e cumplicidade. À imagem das outras mobilidades, o programa da semana Romena foi repleto de atividades ligadas à ecologia e ao património cultural, tendo o seu plano sido cumprido na íntegra.



O primeiro dia das atividades foi acompanhado por queda de neve, algo que muitos alunos Portugueses nunca tinham presenciado. Além das incontornáveis “lutas na neve” no fabuloso Parque Nacional e Reserva da Biosfera das Montanhas de Rodna, onde se levou a cabo a atividade de Plogging (colheita de lixo), ainda se visitou o Museu de Arte de Singeorz-Bai, com visita guiada pelo próprio artista residente, e a belíssima e colorida Casa de Trajes Virginia Linul, em Salva, onde os alunos pude-



ram aprender a história da família, e da sua arte, com presença no Guinness Book of Records, e ainda fazer pulseiras com missangas, orientados pela própria matriarca. O segundo dia começou em Corund, com uma workshop de cerâmica tradicional, seguida da visita à Mina de Sal de Praid, almoço no fantástico restaurante



Gerendás e passeio na estância d férias de Sovata. No terceiro dia, a comitiva foi recebida pelo simpático presidente da câmara de Beclean. De regresso à escola, os alunos fizeram as apresentações dos vários países, seguidas de visita guiada, por alunos Romenos envolvidos no projeto, às instalações da escola. Depois do almoço, foi tempo de visitar Baile Figa, uma estância de férias

famosa nas redondezas, e a quinta de cavalos HorseStud, onde, para além de conhecer a história do local e visitar os estábulos, se pode experimentar andar a cavalo. O quarto dia foi repleto de workshops variadas na escola anfitriã. Depois do almoço, plantaram-se árvores por país, dentro do espaço escolar, e à noite, houve o Jantar da Despedida e muitas danças e cantares. O último dia foi passado na bellissima cidade universitária de Cluj, onde pernoitaram. Além da visita guiada ao Jardim Botânico da cidade, tiveram a oportunidade de passear pela cidade e visionar diversos monumentos e pontos de interesse. Já no regresso, e entre escalas, a comitiva de Espinho aproveitou bem o tempo e visitou a animada



cidade de Munique, onde aproveitou para comprar umas lembranças, passear em Marienplatz e, claro, saborear salsichas variadas. As professoras e os alunos de Espinho regressaram a casa cansados, mas felizes, depois de uma semana repleta de boas experiências, novas amizades e muitas histórias para contar. Mais uma vez se comprova que os projetos Erasmus proporcionam experiências inolvidáveis e contribuem indiscutivelmente para a formação de cidadãos mais completos, tolerantes, inclusivos e respeitadores da variedade, do património e da natureza. A próxima mobilidade será em PORTUGAL e está prevista para meados de maio de 2022.■

Professora Marisa Rocha



PROJETO ERASMUS "ECO-HERIT@GE MATTERS" TERMINA EM BELEZA

A última Mobilidade do projeto Erasmus+ "Eco-Herit@ge Matters" aconteceu em Portugal (Espinho e Ovar), e trouxe 19 alunos e 9 professores dos quatro países estrangeiros envolvidos no projeto. Entre 15 e 22 de maio, o Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida e o Agrupamento de Escolas de Ovar Sul receberam os seus parceiros da Croácia, Grécia, Itália e Roménia. A professora Marisa Rocha, coordenadora do projeto, contou com um forte apoio por parte da Câmara



Municipal de Espinho, que se revelou incansável na ajuda prestada em toda a logística que um evento desta envergadura implica, contribuindo, nomeadamente, com transportes, lembranças, espaços, panfletos informativos, comida, entre outros. O evento foi abrilhantado pela presença do Presidente da Câmara, Miguel Reis, da Vereadora da Educação, Maria Manuel Cruz, e de outros representantes da instituição, em várias ocasiões ao longo da semana, nomeadamente, na sessão de boas-vindas, que decorreu na sede do agrupamento de Espinho, e na festa de encerramento, no FACE, destacando-se a disponibilidade e simpatia de todos. Os convidados

estrangeiros foram recebidos de braços abertos pela grande maioria dos alunos do 9º3, 9º4 e 9º6, que os acompanharam nas várias atividades desenvolvidas ao longo da semana, de manhã à noite. Os Encarregados de Educação foram exímios na preparação do coffee-break do dia da receção e do jantar de despedida, tendo preparado autênticos banquetes e estando, também eles, presentes nestas ocasiões, provando que a escola é muito mais do que apenas a sala de aula. A semana foi recheada de atividades e aventuras. Na receção, alunos vestidos de vareiros e varinas receberam a comitiva, oferecendo sorrisos e as típicas sardinhas (pendentes) que eles mesmos fizeram, bem como sacos com cadernos, lápis, e outros materiais necessários para o trabalho de toda a semana, além de algumas lembranças fornecidas pela Câmara Municipal de Espinho.





No auditório da escola, procedeu-se às apresentações dos parceiros ao Presidente da Câmara e à Vereadora da Educação, bem como ao Diretor do agrupamento e à Presidente do Conselho Geral, seguidas de troca de lembranças, apresentações das escolas pelos alunos visitantes, e dois momentos musicais e dançantes preparados pelos alunos Davi dos Passos (9º3) e Mónica Vieira (9º4). Depois do coffee-break, gentilmente oferecido pelos Encarregados de Educação Portugueses, plantou-se um vaso multinacional com sementes dos vários países. A seguir ao almoço na cantina da escola, realizou-se o peddy-paper “Discover Espinho”, preparado e orientado pela turma de Técnico de Desporto, do 11º ano, e do seu professor / diretor de turma Hugo Pinto.

Ao longo da semana, foram sendo proporcionadas, aos visitantes, inúmeras oportunidades de conhecer a cultura, património, música, ecologia, tradições e gastronomia de Espinho, Ovar, Porto e Aveiro. Os alunos, com idades entre os treze e os quinze, e os professores das seis escolas dos cinco países envolvidos no projeto, nacionais e estrangeiros, partilharam experiências inesquecíveis, durante toda a semana, comunicando sobretudo em língua Inglesa, num ambiente de total camaradagem e amizade. O programa foi rico em atividades de interesse ecológico e cultural e o plano desenhado para a Mobilidade Portuguesa foi cumprido integralmente. Na visita a Vila Nova de Gaia, a comitiva passeou pelo cais, aprendeu sobre o Vinho do Porto nas Caves da Sandman e entrevistou estrangeiros em grupos multinacionais. Depois de subir no teleférico, e já no Porto, passearam pelas ruas e cumpriram com as tarefas propostas para os grupos. A tarde terminou em Serralves, com a Treetop Walk, seguida pela incontornável Francesinha. Na Quarta foi a vez de conhecerem Ovar e os seus azulejos, com uma workshop na escola de Artes e Ofícios onde também puderam assistir à estreia do



Minifilme de Animação “Purgatory Airlines”, realizado pelo professor João Católico, e no qual os alunos do projeto também contribuíram com desenhos e vozes. Houve, ainda, uma workshop de animação, na EBMMO, passeio no Furadouro, visita à lindíssima Igreja de Válega e jantar, com Fados, na Casa do Povo de Válega, onde puderam degustar uma ceia “à antiga”. No dia seguinte, e após experimentarem canoagem na Marina do Carregal, em Ovar, o comboio levou a comitiva até Aveiro, para um passeio de Moliceiro, na Ria, e uma visita guiada às Salinas. Para encerrar as atividades em grande, no final da semana, no Dia Europeu do Mar, o grupo usufruiu de uma aula de surf, pela escola Greencoast, em Espinho, fez uma visita guiada à Lagoa de Paramos, orientada pelo Investigador da Universidade de Aveiro, Dr. Eduardo Ferreira, explorou a flora das dunas da praia, com a professora Dalila Reis, em parceria com a Bandeira Azul, e procedeu à limpeza da praia e ao combate a infestantes: arranque de chorões e de acácias. A noite terminou na Academia de Música com um excelente espetáculo pela Orquestra de Jazz de Espinho: Cantigas de Maio, com direção musical de Daniel Dias e Paulo Perfeito. Sábado foi dia de encerramento da semana e do projeto. O dia começou cedo, com trabalho multinacional na escola e reunião de coordenadores. A partir das 17 horas, tudo se passou no FACE, onde a comitiva se aliou às celebrações do Dia dos Museus, com a Ritmar e a Rusga de S. Pedro, na presença do Presidente da Câmara e da Vereadora da Educação, entre outros representantes da autarquia. Houve, ainda, vários momentos dançantes, orientados pela professora Sara Castro, onde alunos nacionais e estrangeiros participaram, e o jantar volante, magnificamente preparado pelos Encarregados de Educação dos alunos envolvidos no projeto, também presentes. A festa foi encerrada no auditório do FACE, onde os presentes puderam assistir à apresentação do pequeno vídeo, em Stop Motion, criado na Workshop de Animação desenvolvida em Ovar, e orientada pelo professor João Católico, e aos últimos agradecimentos pelos coordenadores do projeto e pelos diretores dos Agrupamentos envolvidos, Ilídio Sá e Nuno Gomes. Seguiu-se muita dança e... choradeira. Alunos e professores terminaram a semana, intensa de atividades e emoções, de alma cheia. Segundo eles, foi uma experiência para a vida. O valor dos projetos Erasmus é inegável, pois proporcionam momentos inesquecíveis a quem neles participa e contribuem sobremaneira para a formação de cidadãos mais completos, tolerantes, inclusivos e respeitadores da variedade, do património e da natureza.■

Professora Marisa Rocha



No âmbito do projeto **“So U think U can Read the World??!! ... Let's get Medi@Smarter!”**. (Ação – Chave 1) Erasmus+), as docentes do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida, Almira Pinto, professora de História, e Sónia Santos, professora de Espanhol, participaram no programa de mobilidade para fins de aprendizagem, em Florença, na Europass Teacher Academy, na semana de 23 a 28 de maio.

O objetivo foi participar na **formação “Photo and Video Making in your Classroom: the educational power of multimedia”**, aprendendo técnicas para criar, adaptar e explorar conteúdos audiovisuais. Estas competências, posteriormente integradas na sala de aula, visam ajudar e motivar os alunos na sua própria aprendizagem.



Para além da atualização do conhecimento de docentes, este programa de mobilidade é muito mais alargado, uma vez que as professoras são integradas num grupo multicultural, no qual desenvolvem também competências linguísticas, pois o idioma de comunicação comum é o inglês. O grupo/turma constituído por finlandeses, espanhóis, portugueses, polacos, checos e cipriotas, a par das competências digitais e linguísticas,

aprofundou também o seu conhecimento sobre as práticas de ensino noutros países europeus.

Este tipo de intercâmbio intercultural fomenta também o estabelecimento de parcerias na área da educação com outros países europeus.

A vertente cultural é também um eixo central deste tipo de mobilidade e, nesse sentido, os participantes puderam descobrir mais sobre a cidade numa visita guiada, promovida pela Europass Teacher Academy e, além de Florença visitaram Siena, Pisa e San Gimignano, onde tiveram o privilégio de participar numa prova de vinhos.

Na bela cidade de Florença, onde passear pelas ruas é já uma visita a um museu vivo, não se poderia perder a visita

à Galleria dell' Accademia, ao Palazzo Vecchio, à Galleria degli Uffizi, ao Palazzo Pitti e aos seus jardins, Jardim de Bóboli, à catedral de Santa Maria del Fiori, conhecida por Duomo, e atravessar a Ponte Vecchio, a única que sobreviveu à Segunda Guerra Mundial.

De Itália, para além da saudade, fica o frenesim das ruas onde automóveis convivem pacificamente com as vespas e as pessoas e as bicicletas, na mais perfeita harmonia, fica o sabor a pizza e a pasta, fica a deleite da cremosidade dos gelattos, ficam as pessoas, o conhecimento, a admiração pelos génios da pintura, arquitetura e escultura, Michelangelo, Leonardo Da Vinci, Brunelleschi, e claro, não se poderia relembrar Florença, sem a associar aos Medici, a família de banqueiros, mecenas de muitos artistas e com a sua marca em toda a cidade.



Foi uma semana intensa, muito rica pela aprendizagem digital, linguística e cultural. ■

Fonte: <https://www.espinho.tv/do-aemga-para-florenca/>





Projeto Erasmus leva docentes do AEMGA a Málaga

No dia 25 de junho de 2022, as professoras Lígia Oliveira e Sandra Amorim viajaram para Málaga para participar numa ação de formação com a duração de 25 horas que visava adquirir aprendizagens nas seguintes áreas: abandono escolar precoce e educação inclusiva. Esta mobilidade individual para fins de aprendizagem surgiu no âmbito do projeto Erasmus + (ação chave 1), coordenado por Isabel Ribeiro, Elda Santos e Marta Costa, “So U think U can Read the World??!! ... Let’s get Medi@Smarter!”.

O curso de formação mostrou ser muito pertinente para a realidade escolar do AEMGA e deu a conhecer, para além do sistema educativo espanhol, a realidade de outros países, uma vez que foi frequentado por professores e uma psicóloga vindos da Croácia, Letónia, Hungria e Alemanha.



Esta mobilidade promoveu o desenvolvimento profissional, impulsionou a compreensão face a todos os diferentes tipos de diversidade, facultou uma maior capacidade de combater o abandono escolar precoce e melhorou as

competências em línguas estrangeiras e as competências digitais das professoras envolvidas.

Com esta oportunidade as professoras puderam ainda estreitar laços de cooperação com professores de outros países estabelecendo contacto para possíveis futuros projetos na área da educação.



Para além da frequência do curso, foi também possível participar numa visita guiada ao centro da cidade de Málaga, assistir a um espetáculo no Tablao Flamenco Alegria e visitar a cidade de Ronda que fica a cerca de uma hora de distância.

Com o objetivo de disseminar as aprendizagens adquiridas no curso, em setembro, as professoras irão dinamizar uma ação de sensibilização direcionada a todos os docentes do agrupamento, de forma a contribuir para a qualidade e modernização do ensino neste estabelecimento. ■

Fonte: <https://www.espinho.tv/projeto-erasmus-leva-docentes-do->

“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



Visita de Estudo à UA

No dia 15 de dezembro de 2021, os alunos do 10.^oª da Escola Dr. Manuel Gomes de Almeida realizaram, no âmbito das disciplinas Biologia e Geologia e Física e Química e do projeto da DAC, uma visita de estudo à Universidade de Aveiro.

Chegados à Universidade, começaram por visitar o Departamento de Engenharia de Materiais e Cerâmica. Aqui foram divididos em três grupos e visitaram três estações. Numa delas, os alunos tiveram a oportunidade de ver e realizar algumas experiências com o objetivo de estudar algumas das características dos materiais. Viram a deformação de um metal com memória aquando do contacto com água a ferver, a dissolução de açúcar nos seus diversos tamanhos, as várias durezas dos chocolates e um material especial que consegue manter a sua temperatura mesmo em contacto com altas temperaturas; seguidamente, passaram a um laboratório de impressão 3D, onde tiveram oportunidade de assistir a uma impressão e viram ainda algumas peças e vários tipos de impressoras e impressões. A visita a este departamento terminou com a ida a dois laboratórios nos quais se encontravam dois microscópios óticos, um deles de varrimento. Deslumbrados com os microscópios,

os alunos tiveram ainda a oportunidade de ver vários materiais de diferentes tamanhos e constituições verificando, assim, características que não são distinguíveis a olho nu.

De seguida, foram até ao Departamento de Engenharia Mecânica, onde assistiram a uma pequena palestra realizada pelos professores responsáveis sobre a universidade e esclareceram quaisquer dúvidas acerca deste curso. Por fim, foi-lhes dado a conhecer um projeto de construção modular que foi recentemente desenvolvido na universidade e promove a construção sustentável.■

Inês Faria e Maria Almeida, 10.^oª

Opiniões dos alunos:

Inês Faria: Para mim, a visita de estudo foi bastante interessante. "Abriu-me horizontes", pois passei a ter noção de coisas que antes não tinha uma pequena ideia. Fomos muito bem recebidos pelo



corpo docente e pelos alunos, obtivemos sempre resposta às nossas perguntas e acesso a oportunidades que provavelmente não teríamos se não seguissemos determinados cursos no ensino superior.

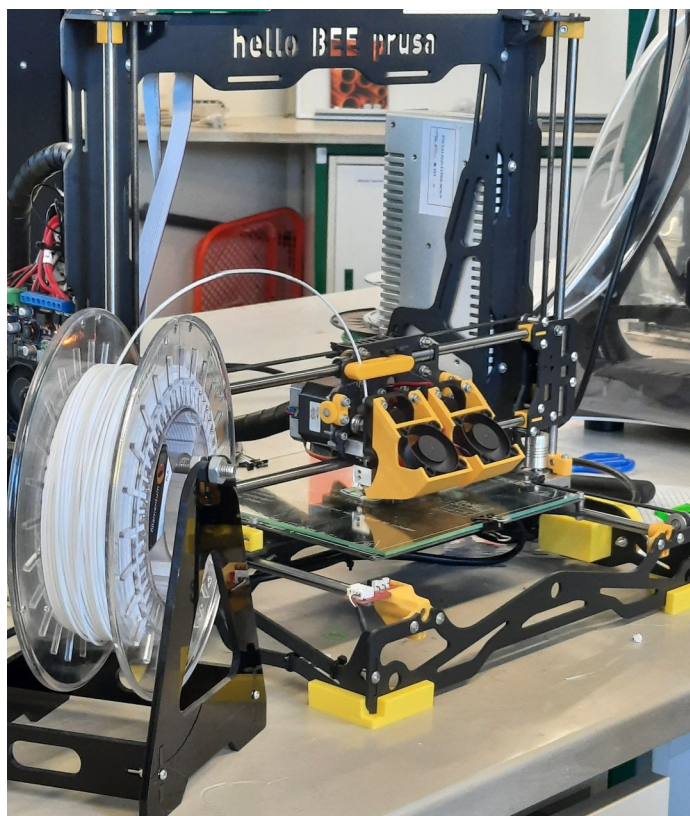
Maria Almeida:

Uma vez que nos preparamos para enfrentar o Ensino Superior, esta visita de estudo foi muito interessante, sendo que apresentou cursos desconhecidos para alguns alunos e respondeu a algumas questões que existiam, para além do que todos puderam



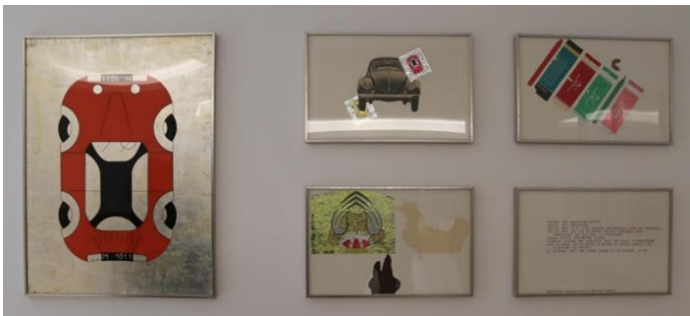
aprender. Sem dúvida que mais visitas destas devem ser realizadas!■

Inês Faria e Maria Almeida, 10.^oª



Visita de Estudo a Serralves

No dia 24 de fevereiro de 2022 os alunos do 11.^a 6 da escola secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida realizaram uma visita de estudo a Serralves, no âmbito das atividades dinamizadas pelo Núcleo de Estágio de Filosofia em articulação com o Projeto de Cidadania e Desenvolvimento da turma.



A visita começou com um pequeno percurso em direção à Casa de Serralves. Durante a caminhada, os alunos puderam apreciar várias esculturas como, por exemplo, “A PÁ (Plantoir)patente nos Jardins de Serralves, obra dos escultores Claes Oldenburg e Coosje van Bruggen. Ao chegar à casa de Serralves os alunos foram recebidos por um guia que lhes mostraria, não só as pinturas, como explicaria o processo de criação e o significado da simbologia das obras de arte criadas pelo famoso artista plástico, Joan Miró, e ainda lhes daria a conhecer algumas divisões da casa, como a casa de banho, que estava cheia de espelhos e tinha uma porta secreta que dava para um dos corredores, algo curioso, por ser muito diferente do habitual.

Na Casa de Serralves, os alunos conheceram as obras de Joan Miró. Esta exposição, intitulada “Joan Miró: Signos e Figurações”, com cerca de 85 obras, abrangendo um período de seis décadas da sua carreira, desde 1924 a 1981, na sua maioria desconhecidas do público.

Terminada a Visita guiada dentro da casa, os alunos passearam por um passadiço entre as copas das árvores, em direção à “Árvore de ferro”, criação de Ai Weiwei, artista, pensador e ativista, cuja prática artística aborda questões prementes do nosso tempo, tais como a liberdade de expressão e as questões ambientais, chamando a atenção, através das suas esculturas, para a importância de preservarmos as florestas, verdadeiros pulmões da Terra, que fornecem o oxigénio de que precisamos para respirar.

Esta visita foi muito importante porque permitiu reforçar as aprendizagens através do conhecimento da obra de Joan Miró, assim como sensibilizar os alunos para a temática ambiental. ■

Jennifer Quinchiguango, 11^o6^a

Visita de estudo à Galeria da Biodiversidade e ao Instituto de Investigação e Inovação em Saúde (i3s)

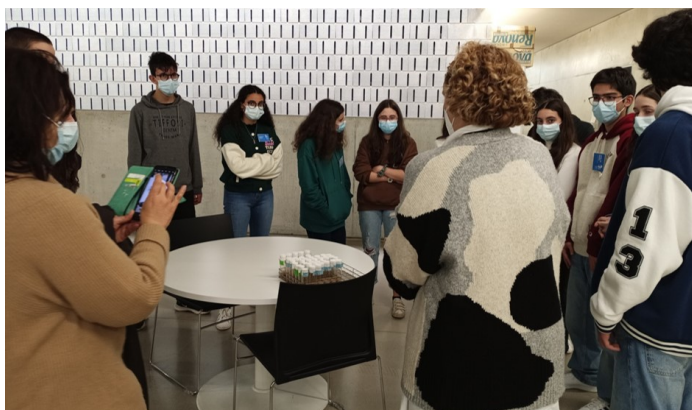
No dia 10 de março, a turma de Ciências e Tecnologias do 10^o2, da escola Dr. Manuel Gomes de Almeida, realizou uma visita de estudo à Galeria da Biodiversidade e ao Instituto de Investigação e Inovação em Saúde (i3s), na cidade do Porto.



Acompanhados pelas professoras Cristina Barbosa e Marta Costa e pelas professoras estagiárias Joana Borges e Isabel Costa, os alunos começaram por conhecer a Galeria da Biodiversidade localizada no Jardim Botânico do Porto, naquela que foi a casa onde morou a poetisa Sophia de Mello Breyner Anderson.



A turma explorou primeiramente, os vastos jardins que decoram o exterior do edifício. Depois começaram a visita no interior que, primeiramente, se focou na importância e no impacto que a biodiversidade possui na vida do ser humano. Também foram explorados os sentidos e diferentes características dos seres vivos, havendo imagens, vídeos, e experiências de caráter didático que ofereciam uma melhor compreensão do assunto que dava tema ao “museu”. O final da visita esteve ligado à temática da diversidade da espécie humana e às raízes da casa que dá suporte à galeria.





Durante a tarde, a turma conheceu o centro de investigação i3s, em prol de uma atividade proposta pelo núcleo de estágio de Filosofia.



Estudo da manipulação genética i3s



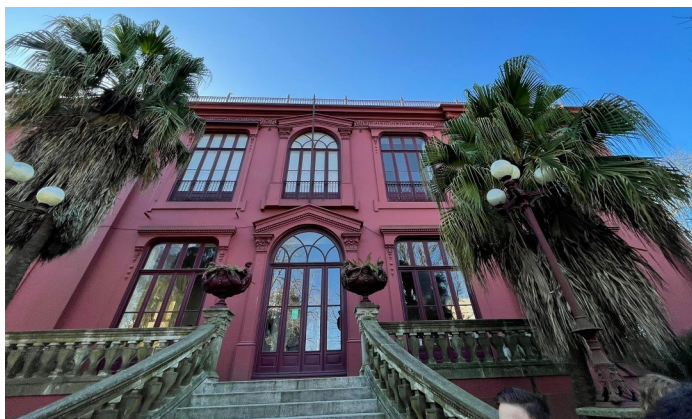
Estudo com os peixe zebra - i3s

O tema discutido na visita integra-se na disciplina filosófica da Ética. Os alunos observaram, primeiramente, dois estudos científicos realizados com recurso a animais: um utilizando peixes-zebra, com o intuito de arranjar soluções para doenças pancreáticas, como o cancro do pâncreas e a diabetes; e outro utilizando moscas da fruta para o estudo da manipulação do material genético. Depois reuniram-se para ouvir uma pequena palestra e discutir sobre a ética e o bem-estar dos animais que são submetidos a este tipo de estudos. No final da tarde, os alunos regressaram para a escola, com o dobro do conhecimento que possuíam no início do dia.■

Matilde Sousa, 10º2ª

Visita de Estudo à Galeria da Biodiversidade

No dia 9 de fevereiro, os alunos do 10º1 realizaram, no âmbito de Biologia, uma visita de estudo à Galeria da Biodiversidade do Porto.



A visita ao museu teve início numa sala onde pudemos saber mais sobre a família Anderson. Numa primeira observação da sala, foi impossível não reparar no enorme esqueleto de uma baleia que se encontrava suspenso no teto. Ao prestarmos atenção aos pormenores, observamos que nas paredes se encontravam gravados cachos de uvas que remetiam para o facto da família Anderson produzir vinho do Porto (vinho Anderson). Nos vidros encontrávamos o brasão da família e as iniciais do avô de Sofia – JHA – João Henrique Anderson. Seguimos para o 2º piso subindo uma escadaria cuja estrutura era igual à da molécula de DNA. Neste piso deram-nos a conhecer inúmeras particularidades de várias espécies desde a flora à fauna. Os alunos puderam experimentar várias atividades interativas como observar uma imagem com a visão de vários animais e ver como seriam a suas feições se fossem originários da África ou da Ásia.

Finda a visita ao museu, os alunos tiveram a oportunidade de passear e descontraír no jardim que envolve o museu.

O jardim botânico do Porto, tal como o nome indica, situa-se no Porto na antiga Quinta do Campo Alegre servindo de espaço exterior à atual Galeria da Biodiversidade. Este é um espaço ajardinado que contém uma flora diversificada e até alguns animais, nomeadamente galinhas, galos e outros pássaros. Neste jardim histórico, encontram-se três áreas distintas, separadas entre si por sebes japonesas, sendo elas: áreas com lagos onde predominam plantas aquáticas; uma área de parque que contém uma coleção importante de gimnospermicas e exemplares





faias, carvalhos, e outras plantas; e, por fim, uma área de jardim com uma zona de estufas com plantas tropicais, plantas subtropicais, orquídeas e suculentas.



Este jardim encontra-se aberto ao público, sendo possível visitá-lo de forma livre, porém a Universidade do Porto criou um programa de visitas guiadas que incluem visitas escolares ou visitas a grupos organizados, sendo estas visitas pagas. Nestas visitas, são enquadrados os aspetos históricos, botânicos e literários deste espaço.

Esta visita de estudo foi muito enriquecedora, pois permitiu

aos alunos enriquecerem os seus conhecimentos bem como desfrutar de bons momentos ao ar livre.■

Bibliografia:

<https://estrelaseouricos.sapo.pt/>, <https://mhnc.up.pt/>

Alunos da turma 10º1ª

Visita à Reserva Natural das Dunas de S. Jacinto

No dia 2 de maio de 2022, fomos visitar a *Reserva Natural das Dunas de S. Jacinto* que se situam na Ria de Aveiro, no âmbito da disciplina de Cidadania e Desenvolvimento. Somos alunos do sétimo ano da turma 3 e a acompanhar-nos tivemos a turma A do 7º ano com o seu Diretor de Turma e o seu professor de Cidadania e Desenvolvimento, professores José Mota e Cândido Lima e as nossas professoras Susana Aires e Carla Oliveira de Ciências Naturais e Diretora de Turma e de Cidadania e Desenvolvimento, respetivamente. As dunas são de enorme importância, pois são a melhor defesa contra a intensidade dos ventos, das areias e dos avanços do mar.



Foi uma visita muito enriquecedora já que contribuiu para melhorar os nossos conhecimentos ao nível da fauna e da flora. Ficamos a saber, entre outras coisas, que predomina o pinheiro-bravo, mas que existem também acácias que são consideradas árvores invasoras. Para impedir a proliferação destas invasoras, há vespas a desempenhar um papel importante; vimos também alguns montinhos de espuma e disseram-nos que era produzida por umas cigarras com o objetivo de proteger os ovos que punham.

Além do que aprendemos, fizemos uma caminhada de 3,5 Km, seguindo um dos trilhos à disposição dos visitantes, o *Trilho Verde*.



Foi uma visita muito interessante pelo que aprendemos, pelo contacto com a Natureza e pelo convívio entre todos. Devia haver mais momentos destes, pois na escola nem sempre é possível convivermos tão intensamente.■

Alunos do 7º3ª

Atividade BIOBLITZ na Fundação de Serralves

No passado dia 4 de maio as turmas de 2º ciclo da Escola Domingos Capela, participaram na atividade BIOBLITZ na Fundação de Serralves, dinamizada pela LIPOR. Estávamos todos muito entusiasmados e ansiosos pois, devido à pandemia, não podemos fazer visitas nos últimos dois anos.



Ficamos encantados com os enormes jardins, lagos, cantos e recantos daquele espaço, apesar de alguns de nós já lá termos ido no 2º ano. Mas é sempre bom voltar aos lugares que gostamos.



As atividades que realizamos, dos cogumelos para os 6ºanos e dos morcegos para os 5º, foram muito interessantes. Gostamos muito também dos sapos, ovelhas, cavalos, burros e bois, que por lá andavam. Foi, por isso, uma manhã diferente e muito divertida.■

A turma do 6ºB



As turmas do 6ª A e 6º B participaram em atividades, enquadradas no evento BioBlitz, no Parque de Serralves.



Sendo um evento pedagógico e científico de referência, no âmbito da educação e sensibilização para o Ambiente, Biodiversidade e Sustentabilidade, procura dar a conhecer a fauna e flora do Parque de Serralves e promover a consciencialização da comunidade educativa e público em geral, para a importância da biodiversidade, através da conexão entre metodologias exploratórias, científicas, artísticas e culturais, para a construção de uma narrativa contemporânea para a sustentabilidade, inspirada no Objetivo de Desenvolvimento Sustentável da Agenda 2030, "Proteger a Vida Terrestre". Foi uma visita de estudo muito enriquecedora com aprendizagens transversais num ambiente estimulante e motivador.■

Professora Dulce Adrêgo

Visita de Estudo à Assembleia da República



No dia dois de junho os alunos das turmas de Humanidades do 12º ano realizaram uma visita de estudo à Assembleia da República, no âmbito da disciplina de História A, acompanhados pelas docentes, Zélia Castro, Teresa Almeida e o docente, Paulo Pedro.

No domínio da Educação para a Cidadania foi uma excelente oportunidade para sensibilizar os alunos para as instituições e participação democráticas e perceberem a sua função no seio da sociedade portuguesa: familiarizar os jovens com o funcionamento da Assembleia da República, como órgão de soberania e enquanto local para o exercício da democracia representativa; consciencializar para a importância da participação cívica e para os valores da democracia; promover uma cultura responsável de cidadania e desenvolver o espírito de grupo.

A Assembleia da República, órgão legislativo máximo da República Portuguesa, representando a democracia que vivemos desde 1974, está situada no Palácio de S. Bento em Lisboa, um belíssimo e luxuoso edifício que em tempos foi um mosteiro inacabado.

O grupo de alunos e professores foi amavelmente acolhido pelos Deputados do PSD, eleitos pelo círculo eleitoral de Aveiro, com destaque para o deputado de Espinho, Ricardo Bastos Sousa, que proporcionou uma visita aos locais mais emblemáticos do Palácio de S. Bento, nomeadamente o Salão Nobre, destinado a receções

oficiais e construído nos anos 40 do século passado e que reflete o gosto e a estética característicos do Estado Novo; as imagens dos painéis que decoram este salão representam nomes incontornáveis da História da Expansão Marítima Portuguesa nos séculos XV e XVI. Seguiu-se a Escadaria Nobre e a Sala dos Paços Perdidos da autoria do arquiteto Ventura Terra, decorada com seis painéis pintados a óleo sobre tela da autoria de Columbano Bordalo Pinheiro que neles representou várias figuras da História nacional ligadas à vida política, à oratória e à administração pública. A Sala

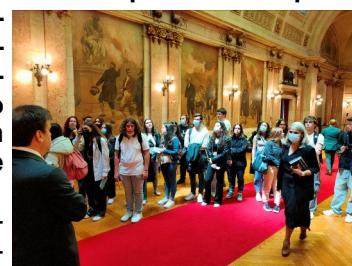


do Senado que resultou da reformulação da Câmara dos Pares, foi um dos locais mais apreciados, na qual os alunos tiveram oportunidades de se imaginar numa sessão do Parlamento Jovem.

No âmbito da visita, os alunos tiveram também oportunidade de assistir a um debate parlamentar para compreenderem o funcionamento de uma democracia parlamentar e sentiram a solenidade do espaço onde se tomam as decisões políticas que definem o futuro do país.

Foi um dia de aprendizagens diferentes, numa visita à instituição que decide e legisla sobre a organização da nossa sociedade. Ainda um olhar de relance sobre a cidade de Lisboa que tanto atrai quem habita fora da capital.

Os alunos participantes manifestaram o seu profundo agrado pela visita proporcionada e regressaram mais sensibilizados para o papel deste órgão de soberania na construção da vida democrática. ■



Visita de estudo ao Porto

No dia 14 de junho, os alunos das turmas do 10º ano de Línguas e Humanidades da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, acompanhados pelos docentes, Paulo Pedro, André Azevedo e Fátima Ribeiro, realizaram uma visita de estudo ao centro histórico da cidade do Porto, no âmbito da disciplina de História A. A título de curiosidade, o Centro Histórico do Porto, juntamente com a Ponte D. Luiz I e o Mosteiro da Serra do Pilar estão há 25 anos na lista do Património da UNESCO.



A visita foi planeada com o intuito de levar os alunos a conhecer a cidade do Porto na sua perspetiva histórica e geográfica, nomeadamente no contexto da Idade Média, Idade Moderna e época Contemporânea (Liberalismo e Romantismo do século XIX). Foi, sem dúvida, uma excelente oportunidade para os alunos visitarem vários monumentos e locais importantes de grande relevância histórica que fazem jus ao epíteto da cidade: "Antiga, Mui Nobre, Sempre Leal e Invicta Cidade do Porto".

Com o objetivo de providenciar uma visita construtiva e satisfatória foi programado um itinerário bastante diversificado e amplo, na qual estava programada a partida da Estação de Caminhos de Ferro de Espinho às 8:45h e o regresso às 18:00h. O professor Paulo Pedro orientou os alunos para que elaborassem um roteiro sobre os diversos locais e monumentos da cidade a visitar, nomeadamente, a estação de São Bento, a Rua das Flores, a Casa do Infante, a Igreja de São Francisco, O Palácio da Bolsa, a Muralha Fernandina, o Cais da Ribeira, a ponte de D. Luís, a Sé, a Torre dos Clérigos, a Cadeia da Relação, a Igreja do Carmo e das Carmelitas, a Praça Carlos Alberto, entre outros. Assim, à medida que passávamos pelos diversos locais e monumentos, foram os próprios alunos que os apresentaram, proporcionando, desta forma, uma melhor interação entre todos.

Depois de termos contemplado o belo edifício da Estação de São Bento (considerada uma das mais belas estações ferroviárias do Mundo, inaugurada em 1916, no local onde, outrora, ficava o mosteiro de São Bento de Avé Maria. Os seus 551 metros quadrados interiores são cobertos por cerca de vinte mil magníficos azulejos, da autoria do artista Jorge Colaço, que representam factos históricos, tais como o Torneio de Arcos de Valdevez, a apresentação de Egas Moniz com os filhos ao Rei Afonso VII de Leão e Castela, no Século XII, a Conquista de Ceuta, em 1415, bem como retratam, também, a história dos transportes portugueses), seguimos em direção à Ribeira, através da Rua das Flores, uma emblemática artéria da Idade Moderna do Porto.

Dos locais visitados, destaque para a Casa do Infante (aqui terá nascido o Infante D. Henrique, principal impulsionador da primeira fase da epopeia dos descobrimentos), onde os alunos usufruíram de uma pequena apresentação sobre a história e antecedentes do edifício e de uma visita guiada ao mesmo. Neste espaço, os alunos puderam constatar o "arco temporal" que decorre da fundação castreja da cidade, passando pela ocupação

romana, Idade Média e Idade Moderna, até à revolução industrial. O percurso continuou pela Praça do Infante, que aglomera intervenções medievais e góticas como a igreja de S. Francisco, os primórdios do neoclassicismo português, com a Feitoria Inglesa ou o Instituto do Vinho do Porto, a Rua Nova dos Ingleses, com uma configuração e dimensão inédita para a época, o neoclassicismo presente no eclético Palácio da Bolsa, ou ainda a arquitetura de ferro do Mercado Ferreira Borges. Na zona da Ribeira, salientamos a Muralha Fernandina, o Postigo do Carvão, a Fonte do Cubo, as Alminhas da Ponte (baixo relevo em bronze do escultor Teixeira Lopes que invoca o "Desastre da Ponte das Barcas") e a Ponte D. Luís I (edificada em 1886 por Théophile Seyring, assistente de Gustave Eiffel, é um brilhante exemplar da arquitetura do ferro). A partir daqui calcorreamos o burgo medieval em direção à Sé – Catedral, através do traçado sinuoso e ingreme das ruas dos Mercadores, da Bainharia, Santa Ana... **«Toda a gente sabe que no Porto, entre a Sé e a Ribeira, as casas se empinam umas nas outras como os acrobatas no circo»**, Eugénio de Andrade. Depois de contemplarmos uma excelente panorâmica da cidade, no Miradouro da Igreja de São Lourenço (Igreja dos Grilos), alcançamos finalmente a Sé românica que foi submetida a várias intervenções ao longo dos séculos. O seu terreiro, resultou da demolição do casario que se encontrava em torno da Sé, segundo o conceito da higienização monumental preconizado na época da Comemoração do Tricentenário, em 1940. Após o almoço, retomámos o percurso com passagem pela Praça da Batalha, Mosteiro de Santa Clara, Muralha Fernandina, Igreja dos Congregados, Rua dos Caldeireiros, Mosteiro de São Bento da Vitória, Cadeia da Relação, Jardim do Passeio das Virtudes, Jardim da Cordoaria, Igreja do Carmo e das Carmelitas, Praça Carlos Alberto e Igreja dos Clérigos.



Pode afirmar-se que as ruas da cidade, com os múltiplos edifícios e espaços, que fomos assinalando, foram as salas de aula deste grupo de alunos que observaram, ouviram, perguntaram, fotografaram, andaram, conversaram, riram e, sobretudo, sentiram. Porque a escola é isto! Aprender de diferentes formas!

Foi assim, uma oportunidade de excelência para visitar monumentos emblemáticos do nosso património histórico-cultural e religioso que muito contribuiu para o alargamento dos conhecimentos dos alunos acerca da cidade invicta e para o seu enriquecimento cultural.

É de salientar a postura de interesse da maioria dos alunos e o ambiente de convívio que se vivenciou nesta atividade, pelo que o balanço foi francamente positivo. ■

NOTAS ARTÍSTICAS

Dia da Criatividade

Para assinalar o “Dia da Criatividade” que se comemorou no dia 17 de novembro, os alunos do **Curso Profissional de Comunicação Marketing Relações Públicas e Publicidade**, envolveram-se em diferentes atividades



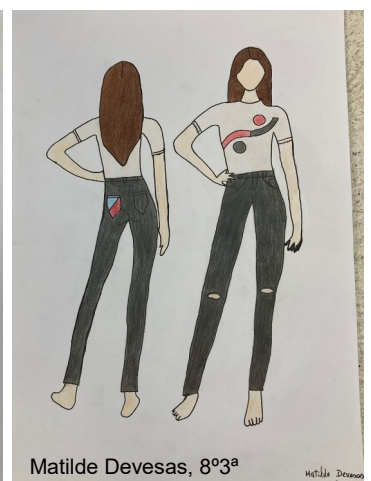
de produção de imagens originais para serem trabalhadas nas aulas de CGA e CPC. Salienta-se o trabalho desenvolvido nas aulas de CPC, pelos alunos do 11º ano, que de forma espontânea e criativa, trabalharam a expressão corporal, gráfica e artística na produção de imagens, para compor a frase "Dia da Criatividade". ■

Professora Carmo Pinto

Ainda falando de **criatividade**, na disciplina de COMPLEMENTO À EDUCAÇÃO ARTÍSTICA, os alunos do 8º ano (8º2ª, 8º3ª, 8º1ª) no âmbito do Projeto de *Design* de Moda – MAKE ART! NOT WAR! desenvolveram croquis de moda baseados na pesquisa realizada sobre obras de Arte, as quais inspiraram uma reinterpretação plástica original e sua transformação em peças de vestuário.



Maria Pessegueiro Lima, 8º2ª

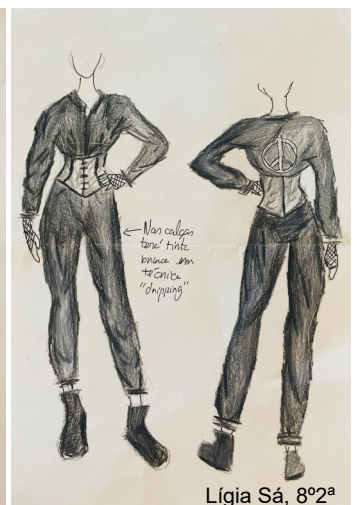


Matilde Devesas, 8º3ª

Ficam aqui os registos de seis alunas e a sua interpretação pessoal das obras de Arte trabalhadas, nomeadamente, Maria Pessegueiro Lima, Francisca Domingues, Beatriz Pereira, Matilde Devesas, Rita Carvalho e Lígia Sá, (aluna entrevistada neste número, em ALUNOS NOTA 20!) do 8º 2ª e 8º3ª.



Rita Carvalho, 8º2ª



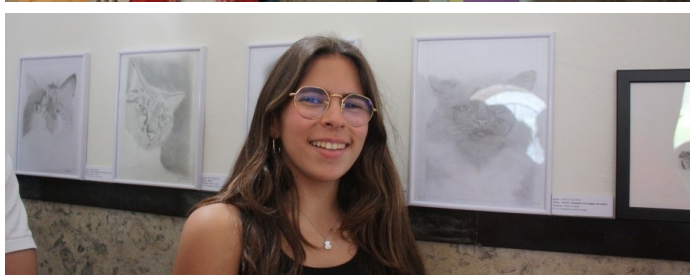
Lígia Sá, 8º2ª

Este projeto contemplou ainda a criação de uma etiqueta, desenvolvendo e explorando igualmente a área, não menos cativante, do *Design* gráfico. ■

Professora Cristina Jorge

Petmania: uma exposição imperdível

Aceitando o desafio lançado pela professora Cristina Jorge, os alunos das turmas 8º1ª, 8º2ª, 8º3ª e 9º2 tiveram, mais uma vez, oportunidade para mostrar os seus reconhecidos dotes artísticos, envolvendo-se com grande entusiasmo nesta iniciativa.



Tendo como ponto de partida a sua própria experiência, os alunos, recorrendo à técnica da grafite, elaboraram sugestivos desenhos dos seus **Animais de Estimação**,



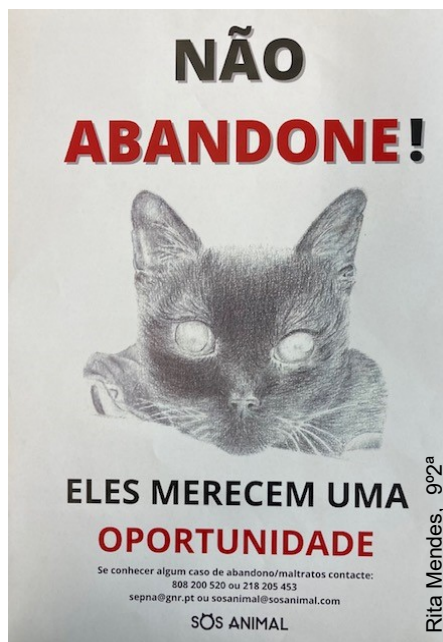
atividade que resultou na apresentação de trabalhos bastante criativos, que surpreenderam pela sua elevada qualidade. Ao exprimirem a sua faceta mais pessoal e afetiva, os alunos deram, de facto, grande expressividade e realismo às suas composições.



À semelhança de outros projetos já desenvolvidos na disciplina de Educação Visual, foi realizada uma exposição pública dos trabalhos realizados, que decorreu na Câmara Municipal de Espinho, entre os dias 16 e 31 de maio. Valeu a pena apreciar o inegável talento que permitiu a criação destes ternurentos desenhos!■

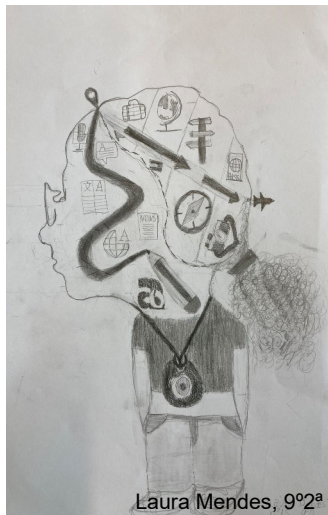
Mariana Lima, 9º2ª

Cartazes de sensibilização contra o abandono e maus tratos de animais, no âmbito do Projeto PETMANIA, sob orientação da Professora Cristina Jorge.■

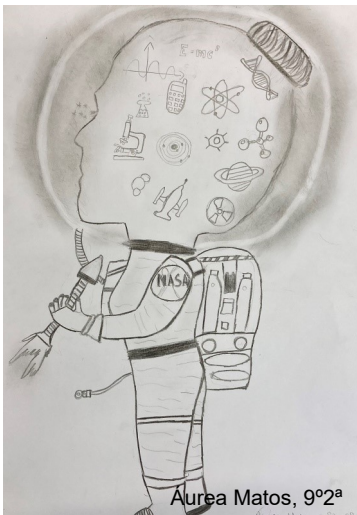


ME NOW, ME LATER !

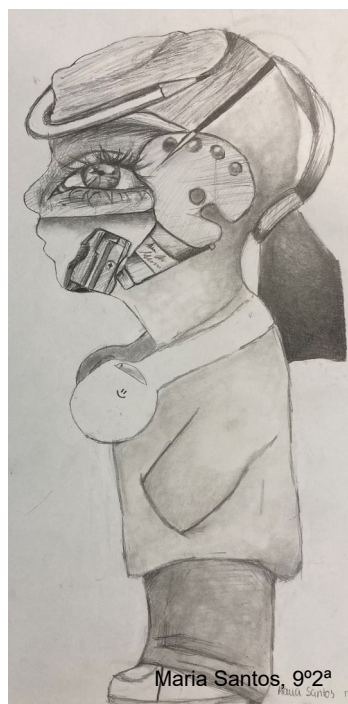
Foi o nome com que se batizou o projeto DAC, de articulação das disciplinas de Educação Visual, Cidadania e TIC, da responsabilidade das docentes Cristina Jorge, Almira Pinto e Sandra Soares, respetivamente.



Laura Mendes, 9º2ª



Aurea Matos, 9º2ª



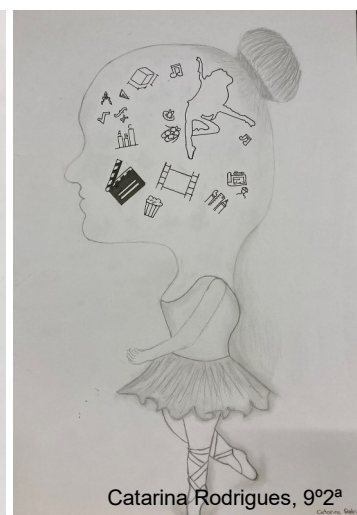
Maria Santos, 9º2ª



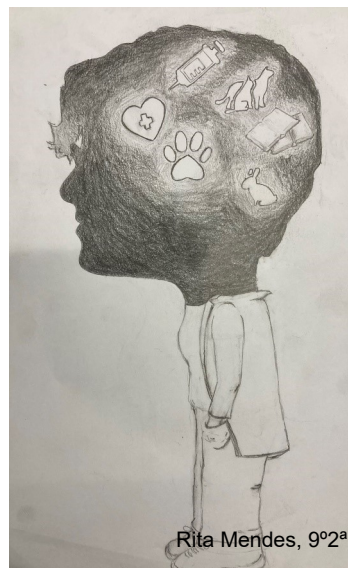
Ana Borges, 9º2ª



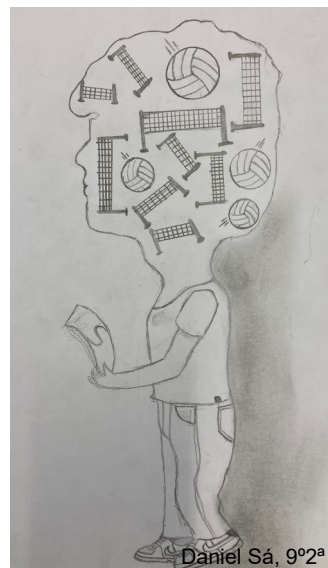
Tiago Rocha, 9º2ª



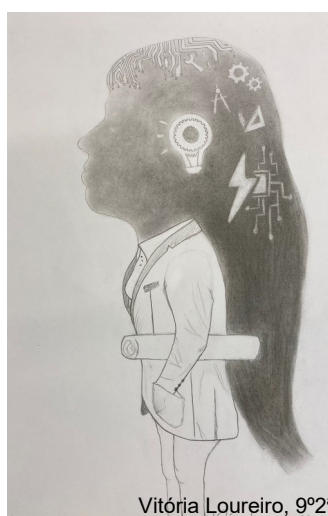
Catarina Rodrigues, 9º2ª



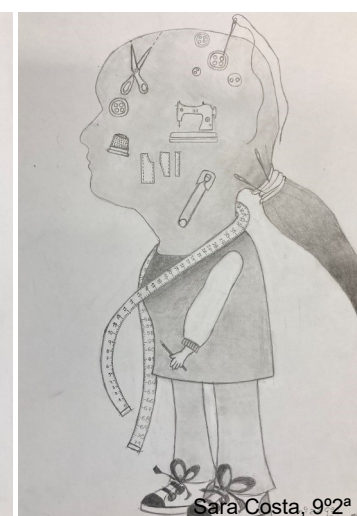
Rita Mendes, 9º2ª



Daniel Sá, 9º2ª



Vitória Loureiro, 9º2ª



Sara Costa, 9º2ª

original, ilustrações personalizadas sobre as suas motivações

profissionais, proporcionando desenhos de grande valor estético e simbólico!

O Desenho, mais uma vez, marcou a sua forte presença, nestes trabalhos realizados nas aulas de Educação Visual a partir da silhueta do perfil de cada aluno.

Jogador de Futebol, Astronauta, Veterinária, Designer de Moda, Artista Plástica....são algumas das profissões desenhadas que ficam aqui para admirar.

Será que estas vão ser mesmo as futuras profissões destes alunos??!!!!

Professora Cristina Jorge

Caricaturar, brincar, e associar a escolha curricular futura de cada um ao seu retrato caricaturesco. Foi com este objetivo que os alunos do 9º2º, no âmbito da disciplina de Educação Visual e com a orientação da professora Cristina Jorge fizeram estas ilustrações.

Vitória Loureiro 9º2ª

Esta atividade materializou-se num Livro de Curso, no âmbito do projeto, **"ME NOW, ME LATER!"**, onde os alunos do 9º 2ª apresentaram de forma criativa e

"Escolhe um trabalho de que gostes e não terás que trabalhar nem um dia na tua vida."

Confúcio

Conto(te) Com... Chocolate!

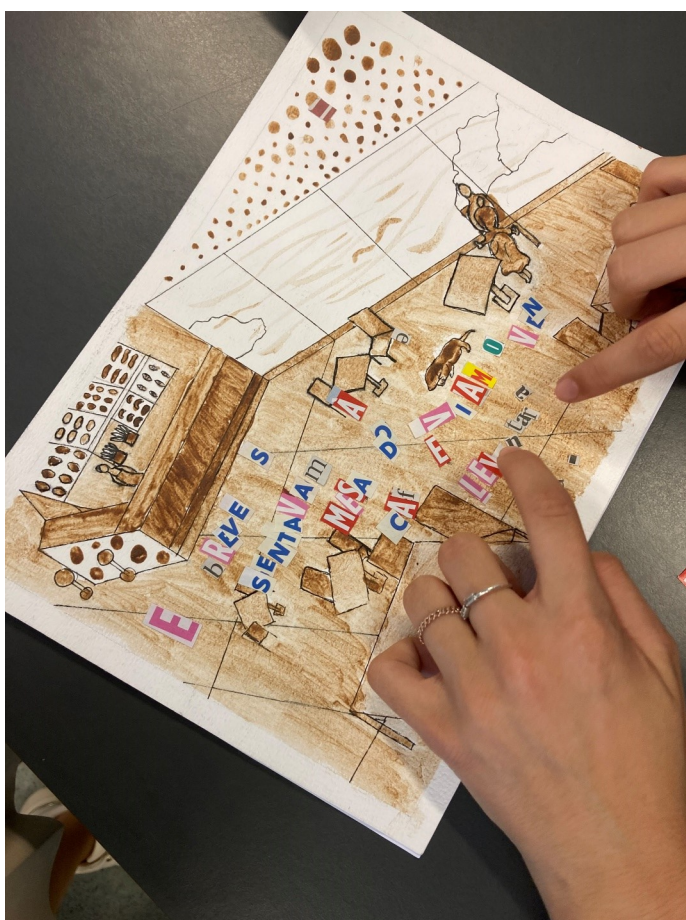
Ana Rita Ferreira, Leandro Santos e Leonor Ferreira, alunos da turma 7^o3^a resolveram entrevistar os seus colegas em relação ao trabalho de ilustração em chocolate, realizado nas aulas de Educação Visual.

Enquanto os seus colegas pintavam o seu trabalho, os entrevistadores resolveram pedir opiniões sobre esta experiência.



A primeira aluna entrevistada foi a Inês. A Inês afirmou que em geral achou o trabalho tranquilizador. Também nos confirmou que a sua parte favorita foi pintar com o chocolate em pó.

O segundo aluno a formular a sua opinião foi o Eduardo. O mesmo disse que a sua parte favorita foi a pintura.



Achou a experiência tranquilizadora. Pelo lado negativo, não gostou da parte de recortar as letras da legenda.

O terceiro a ser questionado foi o João. O mesmo afirmou-nos que gostou, pois foi uma experiência nova.

A quarta aluna a formar opinião foi a Esmeralda. Ela confirmou-nos que gostou muito de pintar, desenhar e achou muito divertido.

A quinta aluna a ser questionada foi a Iris.

A mesma disse-nos também que gostou de pintar e achou muito interessante.

A sexta aluna a quem perguntamos foi a Sofia. Afirmou-nos que gostou muito de pintar e do trabalho em geral.

A sétima aluna questionada foi a Lara. Disse-nos, que achou o trabalho interessante e gostou de pintar.



O oitavo aluno a ser questionado foi o Luís. Ele confirmou-nos que achou a aprendizagem positiva, mas também houve muita ansiedade nos momentos de pintura.

O nono e décimo alunos a que perguntamos foram o Diego e o Gonçalo. Ambos disseram terem achado o trabalho um pouco irritante na parte de desenhar, mas gostaram de pintar.

O décimo primeiro aluno a quem perguntamos foi o Christian. Ele falou-nos que achou a parte de pintar má.

A décima segunda aluna a ser questionada foi a Rita. Ela contou-nos que achou o trabalho interessante, que gostou de pintar e também achou divertido.

Os entrevistadores acharam a atividade interessante e divertida. Por último, mas não menos importante, a opinião da professora. A professora disse-nos, que gostou dos resultados da turma, e do grande empenho que os alunos demonstraram nesta atividade. ■

Ana Rita Ferreira, Leandro Santos, Leonor Ferreira, 7^o3^a

Estas ilustrações, resultantes da DAC entre as disciplinas de Educação Visual e Português, poderão ser admiradas na abertura do próximo ano letivo 2022/23, numa Exposição na Biblioteca da Escola. ■

Passagem de Modelos MAKE ART! NOT WAR!

A disciplina de **COMPLEMENTO À EDUCAÇÃO ARTÍSTICA**, tem como principal objetivo proporcionar aos alunos um contacto com a Arte nas suas mais variadas expressões, fomentando a sua articulação em projetos que enriqueçam o seu conhecimento e os envolvam, de forma ativa, nas aprendizagens.

A Passagem de Modelos **MAKE ART! NOT WAR!**, realizada por alunos do 8º ano (8º2ª, 8º3ª, 8º1ª e uma aluna do 11º4ª do curso de Artes) materializou-se num **Projeto de Design de Moda**, onde a pesquisa e o contacto com





Fotos: Câmara Municipal de Espinho

obras famosas da Pintura, inspiraram uma reinterpretação plástica original de várias Obras de Arte, transformando-as em peças de vestuário criativas e originais. Este evento, (que envolveu Encarregados de Educação, Professores e Agentes Operacionais), decorreu no dia 8 de junho, pelas 21.30 horas, no largo da Câmara Municipal de Espinho, proporcionando a todos a que a ele assistiram, uma noite de glamour e também de emoções, para os alunos que nele participaram.

Frida Kahlo, Van Gogh, Jackson Pollock, Pablo Picasso, Miguel Ângelo, Nadir Afonso, Gustav Klimt, Antoni Tapiès, Piet Mondrian e Paula Rego foram os artistas plásticos escolhidos pelos alunos para a realização deste projeto, que reafirma a importância da Arte nas nossas vidas, e do não menos importante papel da Moda na divulgação da Arte.■

MANEQUINS: Alexandre Oliveira, Ana Santos, Camilla Madsen, Beatriz Pereira, Eduardo Filipe, Francisco Matos, Gaspar Pina, Gonçalo Vitó, Guilherme Martins, Miguel Alves, Francisca Azevedo, Francisca Leite, Francisca Tarujo, Inês Couto, Íris Couto, Juliana Simões, Leonor Guerra, Leonor Rocha, Lúcia Sá, Maria Alves, Matilde Alves, Mafalda Brandão, Mahevá Caldas, Maria Domingues, Maria Marques, Maria Lima, Marta Sousa, Maria Vidal, Matilde Devesas, Matilde Monteiro, Marta Estrela, Marta Sousa, Miriam Contente, Natascha Assunção, Raquel Monteiro, Rita Carvalho, Rodrigo Rodrigues, Tomás Ribeiro, Tomás Maia, Valentim Rodrigues, Vicente Reis, Xavier Silva.

COREOGRAFIA: Cristina Jorge | **MÚSICA | MIXAGEM:** José Mota | **DANÇA | COREOGRAFIA:** Maria Lima, Matilde Alves, Miriam Contente, Maria Vidal | **MAQUILAGEM:** Andreia Fonseca | Ema Paiva |

COLABORAÇÃO: M.^a Carmo Pinto, Manuela Correia.■

Professora Cristina Jorge

NOTAS DE SAUDADE

Clara Montenegro Santos Jeremias

A vida de Clara

Clara Montenegro Santos Jeremias, nasceu no dia 21 de março de 2008 às 17:15 em Espinho. Viveu sempre com os seus pais em São Felix da Marinha, onde a Clarinha deu os seus primeiros passos, fez as suas primeiras festas, passou noites com os amigos, riu com os seus primos e alegrou quem mais precisava.

Passou também grande parte da sua infância numa quinta no Estremadouro que pertence à sua família.

Frequentou a Escola Básica Espinho 3, onde realizou a sua pré-primária e primária e criou fortes laços de amizade que duram até hoje.

A Clara, desde pequena sempre esteve muito ligada ao mundo das artes, sendo os seus pais artistas. Ao ver os seus pais trabalhar, acabou por ganhar o gosto e a paixão, pela música, pela fotografia e pelo desenho. Um dos seus maiores sonhos era continuar a paixão da sua família, queria por isso seguir no 10º ano o curso de artes.



Foi na escola Secundaria Dr. Manuel Gomes de Almeida que iniciou o segundo ciclo, fazendo o seu percurso escolar até ao 7º ano. No início do 6º ano entrou para a ginástica acrobática federada, ACROAEMGA. Com a pandemia COVID-19 os treinos tiveram uma pausa, mais tarde regressando à distância. Acabou por decidir afastar-se do clube uns meses, tencionando voltar.

Com 11 anos decidiu experimentar a aventura, de que tanto ouvia falar, de ser escuteira. Foi lá que fez grandes amizades, criou fortes laços e onde foi muito bem recebida.

Foi em maio do ano passado que a Clarinha começou a sentir os primeiros sintomas da doença, embora os tenha escondido por mais de 2 meses. Em julho, quando a doença se agravou, a Clara foi a uma consulta. Nesse dia, descobriu que os sintomas que pensava serem passageiros, eram na verdade um cancro no tronco cerebral.

Nessa mesma semana acabou por ser operada, e uns dias depois voltou para casa, para junto dos que mais ama. Mesmo depois de ter recebido alta, voltava ao hospital todas as semanas para realizar as suas sessões de quimioterapia, imunoterapia e radioterapia. Estes tratamentos eram uma grande fonte de cansaço para a Clarinha mas mesmo assim a mesma nunca tirou o sorriso da cara.



No início do verão, encontrava-se bem, dentro dos possíveis, e sem limitações. Mas mais tarde, com o passar do tempo, começou a ter as suas primeiras dificuldades: deixou de conseguir andar, em falar, e a trocar os olhos.

Na altura do natal voltou a estar estável, conseguindo voltar com as suas paixões. No início deste ano tentou voltar com as aulas à distância, mas infelizmente não conseguiu, voltando a sua doença a piorar, desta vez com sintomas mais graves. Perdeu a sua única forma de comunicação, a fala; perdeu a vontade de comer e beber e perdeu novamente o equilíbrio, deixando de conseguir andar.

A 25 de março de 2022, às 16:16, a nossa Clarinha veio a falecer, deixando um bocadinho dela connosco e partindo para um mundo melhor. ■

"born to make history" by Clara Montenegro Santos Jeremias



 *In Memoriam*

Alunas do 8º3ª:

- Luana Assunção,
- Mahevá Caldas
- Francisca Tarujo,

NOTAS LÚDICAS

Atividade 1: DESCOBRE a IMAGEM

Observa atentamente o quadro e as somas ao lado.

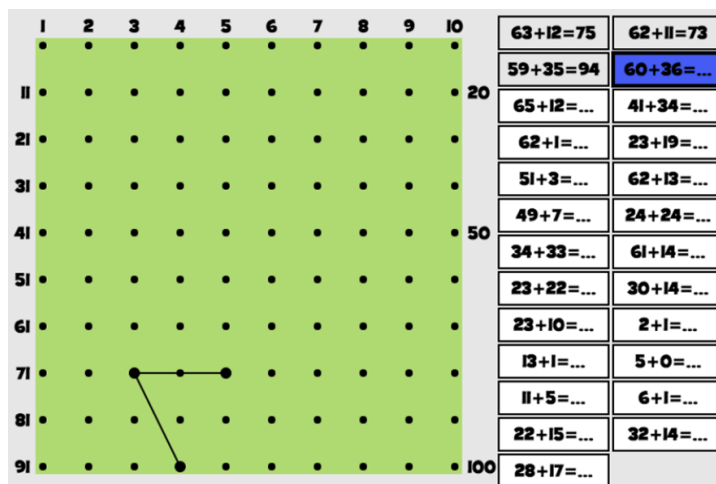
No quadro já se encontram 3 somas, resultando na união dos pontos 75, 73 e 94, por esta ordem.

A 1ª soma que deves efetuar é a que se encontra assinalada (60+36), de seguida deves unir o resultado que obténs ao ponto 94, última soma efetuada, já marcado no quadro.

Posteriormente deves seguir a ordem das somas, ou seja, continuas com as somas (65+12; 41+34; 62+1 ... até à última soma).

À medida que efetuas as somas deves unir o resultado obtido à última soma efetuada...

No final vais obter uma imagem, descobre-a:



Atividade 2 – SOPA de LETRAS...

Procura na sopa de letras as palavras:

Luz; Brilho; Lâmpada; Claridade;
Luminosidade; Candeeiro; Clareza; Alvura;
Vela; Tocha; Pureza; Candura. ■

“Os eruditos são aqueles que leram nos livros; mas os pensadores, os génios, os iluminadores do mundo e os promotores do género humano são aqueles que leram diretamente no livro do mundo.” ■

Arthur Schopenhauer

“Há homens que são como as velas; sacrificam-se, queimando-se para dar luz aos outros.” ■

Padre António Vieira

A	C	E	F	U	R	T	S	V	B	R	I	L	H	O	X	B	I	L	M
L	V	L	U	Z	R	A	T	I	C	U	N	E	T	I	N	O	B	A	N
E	S	A	M	E	D	I	T	U	C	A	L	I	M	O	N	A	T	U	A
X	V	M	A	I	S	E	R	U	M	P	U	R	E	Z	A	L	E	I	S
A	O	P	T	O	I	Z	M	I	N	O	R	P	Y	Z	A	R	B	O	T
P	I	A	N	I	S	S	O	R	A	B	E	C	A	D	E	L	I	O	W
A	P	D	R	A	I	O	M	C	L	T	A	M	C	X	A	Z	I	D	O
C	L	A	R	I	D	A	D	E	O	U	R	E	R	I	Y	A	X	A	E
L	I	B	O	R	N	I	T	O	L	I	P	T	O	C	H	A	W	V	D
A	O	T	E	M	P	Q	U	E	N	A	O	V	I	A	C	A	L	I	F
T	A	B	A	S	N	E	K	I	O	L	M	P	A	N	D	J	I	H	G
I	T	L	A	S	B	I	D	O	M	A	N	A	E	D	I	T	U	L	I
N	I	T	L	U	M	I	N	O	S	I	D	A	D	E	S	O	Z	E	L
A	S	U	V	I	D	A	S	T	E	L	E	F	I	E	L	V	O	S	A
Z	A	R	U	A	T	I	P	O	E	K	Q	U	A	I	L	N	X	Y	O
O	L	A	R	I	A	L	G	M	C	J	C	L	A	R	E	Z	A	I	T
L	U	A	A	O	R	I	A	C	H	O	I	E	T	O	I	F	I	A	T
A	T	A	Q	U	E	V	C	I	Y	W	K	S	A	L	T	E	I	O	D
V	L	A	M	A	I	O	R	E	C	A	N	D	U	R	A	L	E	T	A
I	V	E	L	A	L	A	M	I	Y	T	O	L	E	R	G	A	N	S	E



COLABORE NO JORNAL

Responsáveis pela edição

Docentes: Paulo Pedro, Cristina Jorge, Zélia Castro, Américo Silva, Ana Montenegro

Nota20 - Jornal do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida - Espinho

E-mail: nota20@aemga.pt

Edições anteriores do Nota20

2017 Maio,

2018 Abril.

2019 Abril

2020 Julho

2021 Junho

2022 Março