



## Horta Pedagógica

Pág. 7



## Eco-Escolas

Pág. 13



## Partilha Pedagógica Portugal-Timor

Pág. 10 e 11



## Projeto Comenius

Pág. 8 e 9

### Índice

Editorial 2

Notícias das nossas escolas:

JI Murteira, EB1 Cadaval, JI Alguer 3

Centro Escolar do Vilar 4

EB1 Painho, EB1 Chão do Sapo 5, 6

Currículos Inclusivos 7

Horta Pedagógica e Especial 7

Provérbios de S. Martinho 7

Projetos: Comenius e Partilha Pedagógica 8 -10

Clube + Entrevista e Biblioteca Escolar 11, 12

Eco-Escolas e Sessão com o escritor Nuno Valente 13

English Corner e Dia de la Hispanidad 14, 15

Juventude em desafio 14, 17

Clube História e Geografia de Portugal 15

Abertura do Ano Letivo 16

Depressão ou Tristeza? 18

Passatempos 19

Patrocinadores 20



## Editorial

A rede educativa do nosso Concelho atua diariamente e de forma coordenada de modo a proporcionar o melhor nível de educação/formação às crianças, jovens e adultos que são a sua principal razão de existir. Nesta ação, têm como pano de fundo o primeiro vetor do Projeto Educativo - A formação integral do aluno. Esta formação académica formal alia-se a uma indispensável formação para a cidadania.

A cidadania constrói-se a cada momento, obra de todos os intervenientes no processo educativo: alunos, professores, famílias, instituições locais (autarquias, forças de segurança, instituições de solidariedade social).

A ocorrência de problemas disciplinares, particularmente sensíveis na escola sede, é apenas o afloramento, a ponta do iceberg, dum mal-estar social que, para ser debelado, requer a cooperação de todos.

Mais grave do que a crise económica e financeira é a crise de Valores, embora estas estejam indissociavelmente ligadas entre si.

Um provérbio africano dizia que para «educar uma criança é necessário toda uma tribo», pelo que a comunidade não pode nem deve alhear-se dos problemas, deve antes encará-los de frente, dando as mãos e conjugando esforços para os debelar. Neste pressuposto, há que potenciar os qualificados recursos do sistema educativo que no seu dia-a-dia se empenham e contribuem para a concretização da referida «formação integral do aluno» e apelar aos pais e suas organizações representativas no sentido de um reforço positivo e de um apoio incondicional.

Queria ainda deixar uma palavra de apreço aos promotores dos vários projetos em curso no Agrupamento, dos quais esta revista dá conta. Estou a falar de projetos transnacionais como a parceria multilateral, no âmbito do programa *Comenius*, no qual estão envolvidas escolas de diversos países europeus, numa afirmação categórica da dimensão europeia da educação e da cultura; o projeto de partilha pedagógica, que trouxe até nós um professor timorense para formação nas áreas pedagógica, institucional e organizacional e que tem constituído, ao longo destes dois meses, uma excelente oportunidade de enriquecimento cultural para os diversos intervenientes e também para todo o Agrupamento. Há que sublinhar as Atividades de Enriquecimento Curricular no 1º Ciclo, que são este ano lecionadas por professores do Agrupamento como há muito defendíamos, bem como as inúmeras iniciativas de caráter científico, artístico e cultural que entre nós decorrem com regularidade ao longo do ano letivo.

Não queria deixar de referir as várias atividades de reforço à aprendizagem oferecidas pelas escolas no sentido de contribuir ativamente para um maior sucesso dos alunos, coadjuvado por uma ativa intervenção do Serviço de Psicologia e Orientação e, no tocante à área das Necessidades Educativas Especiais, uma palavra de apreço à equipa de Educação Especial, na sua globalidade.

Não obstante os tempos difíceis que atravessamos, não se constrói uma **educação de qualidade** sem empenho, criatividade e muita dedicação e rigor. É com esse espírito que temos caminhado num percurso muitas vezes difícil, é nessa linha que continuaremos a lutar pelo presente e futuro das nossas crianças e jovens!

A todos um feliz Natal.

Luís Mendes

## A Voz dos Alunos



Com o primeiro período a terminar, muitos dos estudantes da nossa escola já se sentem cansados, mas já «vêm a luz ao fundo do túnel», ou melhor, as merecidas Férias de Natal. Uma pausa para

descansar faz sempre bem a qualquer pessoa. Foram muitas as atividades realizadas ao longo destes três meses e meio, destacando-se, por exemplo, mais um ano do *Projeto Comenius*, mas também o *Projeto de Partilha Pedagógica* que nos veio alargar o nosso conhecimento sobre a vida e os costumes de Timor, graças ao convidado da nossa escola, o professor João.

Uma das muitas razões da publicação desta revista escolar é mesmo a de todos os estudantes da nossa comunidade escolar interagirem com as imensas atividades que, ao longo do ano, e com maior destaque por período, os docentes das escolas e até os próprios alunos se propuseram a realizar.

O *Clube de Jornalismo* fica satisfeito de levar até aos estudantes todos os acontecimentos, eventos e exposições que ocorrem dentro e também fora do recinto escolar, mas de interesse para toda a comunidade.

O *Clube de Jornalismo* deseja ainda um ótimo Natal e boas entradas para o novo ano que aí vem!

## Ficha Técnica

**Revista Escolar** - Edição nº 10

**Dezembro 2013** - Periodicidade: trimestral

**Propriedade:** Agrupamento de Escolas do Cadaval

**Direção:** Professora Alice Oliveira

**Colaboradores:** Clube de Jornalismo; Luís Oliveira, Rui Paças; Ana Gisela Silveira, Ana Paula Melo, Ana Paula Neves, Ana Paula Silvestre, Anabela Barroso, Beatriz Rodrigues, Bruna Ribeiro, Bruna Santos, Carlos Ribeiro, Celeste Ramalho, Cidália Germano, Cristiano Santos, Dora Jesus, Elsa Vizo, Fábio Ferrage, Gonçalo, Márcia, Inês, Leonardo, Tala, Gonçalo Duarte, Graça Branco, Inês Pereira, João Inácio, Liliana Carloto, Luís Mendes, Luís Pina, Manuela Pereira, M<sup>a</sup> Isabel Bento, Mariana Calixto, Marta Marques, Rita Gomes, Sandra Gouveia, Teresa Leal, Vanessa Pinto;

Turmas: 11- 4º ano - e 8 - Centro Escolar do Cadaval; 8ºB (Ana Carolina, Beatriz Costa, Dinis Brito, Jéssica Martins, Nélcio Vieira); Centro Escolar do Vilar; EB1/JI Chão de Sapo; 5ºC; 5ºA (Andrew, Andreia, Lara); 6ºC; EB1/JI Painho; JI Algeber; CEI-A; CEI-B;

Outros colaboradores: dr<sup>a</sup> Sónia Costa; dr<sup>a</sup> Teresa Porfírio; Departamento de Educação Especial; Emília Oliveira (prof<sup>a</sup> bibliotecária).

**Coordenação Editorial:** Fernando Pereira, Alice Oliveira

**Redação:** Fernando Pereira, Alice Oliveira, Clube de Jornalismo

**Grafismo e Paginação:** Fernando Pereira

As sugestões e artigos deverão ser encaminhados para o mail: [jornal@agrupcadaval.com](mailto:jornal@agrupcadaval.com)

## JI da Murteira Partilha da avó

Esta semana tivemos uma avó na nossa sala, para partilhar uma surpresa especial, ovos de caracol e até conseguimos ver a postura.

Temos um caracolário com caracóis que ainda não puseram ovos, por isso todos gostámos muito da surpresa.

Depois da observação e do espanto, escreveram a notícia, para deixar aqui...

Rita Gomes



## A EB1 da Murteira cumpriu a tradição *O São Martinho*

Na aula de Música (AEC), aprendemos uma bonita canção e, no meio de muitas castanhas, nozes e batata-doce, cantámo-la:

**Dia onze de Novembro**

Dia onze de novembro

Esquecemos a sacola

É um dia diferente

Há magusto cá na escola.

Na caruma da fogueira

As castanhas a estalar

E nós todos de mãos dadas

À sua volta a cantar.

Com a cara toda preta

Esquecemos a sacola

É um dia diferente

Há magusto cá na escola.

Foi um dia bem alegre

As castanhas a estalar

E nós todos de mãos dadas

Numa roda a cantar.



Maria Isabel Bento

## A ESCOLA BÁSICA DO CADAVAL N° 1 FOI AO TEATRO

No dia 13 de novembro de 2013, os alunos da E.B.1 do Cadaval foram ver uma peça de teatro intitulada «*Dragões, princesas e muitas certezas*», na sala do cineteatro dos Bombeiros do Cadaval.

Esta peça foi apresentada pelo grupo *Animateatro*, composto pelos atores Fernando Grilo e Sérgio Prieto e pela atriz Lilianna Costa. É uma comédia engraçada e cheia de fantasia, que conta a história de uma princesa que passava o tempo à espera de um príncipe que a viesse libertar do castelo onde vivia. Finalmente apareceu um príncipe, muito convencido e egoísta, que a levou no seu cavalo, mas foi trancá-la no seu castelo, onde a deixou sozinha. Por fim, a princesa foi salva por um velho dragão, constipado, mas bondoso e simpático!

Esta história leva-nos a dar valor às pessoas pelos seus atos e não pelo seu aspeto.

**Foi um dia diferente e emocionante para todos os alunos desta escola!**



Notícia elaborada pela turma 11 do 4º Ano da EB 1 Cadaval

## JI de ALGUBER

### Dia Mundial da Alimentação

À semelhança de anos anteriores, o Jardim de Infância de Algu-ber comemorou o Dia Mundial da Alimentação. Desta vez, procurou sensibilizar os alunos para o conhecimento dos frutos, valorizando a sua importância na alimentação saudável. Neste sentido, foram desenvolvidas diversas atividades, como o reconhecimento dos frutos através dos sentidos (tato e gosto), carimbagem com frutos, e, ainda, uma deliciosa salada de fruta. Assim, de uma forma lúdica, levamos as crianças mais novas a conhecer e a provar certos frutos, acreditando estar a contribuir para a construção de bons hábitos alimentares.



Celeste Ramalho

## Notícias do Centro Escolar do Vilar

### Atividades desenvolvidas em articulação Eb1/JI

No dia 15 de novembro, os alunos do 1º Ciclo deslocaram-se ao edifício do Jardim de Infância para lerem algumas histórias aos colegas mais novos, desenvolvendo, assim, o gosto e o hábito pela leitura. Os alunos leram a história “João e o Pé de Feijão”, mostrando, em simultâneo, ilustrações da história.



### Magusto

Os alunos do Centro Escolar do Vilar cumpriram a tradição e celebraram o dia de S. Martinho com a realização do tradicional Magusto. Para tal, assaram-se castanhas, de modo tradicional.

### Visita de estudo

O Centro Escolar do Vilar fez uma visita de estudo ao Pavilhão do Conhecimento, em Lisboa, no dia 21 de novembro.

Os alunos entraram entusiasmados neste Centro de Ciência Viva, sabendo que os esperavam experiências espetaculares. Na sala do “Explora”, o que mais lhes prendeu a atenção foi o “Ecrã de Alfinetes” e a “Caixa de Sombras”.

Na sala do “Vê, Faz e Aprende”, surpreenderam-se com “O Carro de Rodas Quadradas” e com a “Cama do Faquir”. Enquanto os alunos mais corajosos foram dar uma voltinha na “Bicicleta Voadora”, os mais pequeninos aproveitaram para brincar na “Casa Inacabada”. Por fim, todos visitaram a exposição temporária “Era uma vez”, onde se descobriu, com surpresa, que as histórias também têm ciência.

Durante a tarde, os alunos foram ao teatro ver a peça “D. Quixote” e apaixonaram-se pelas aventuras do cavaleiro da triste figura.

Os alunos do Centro Escolar de Vilar agradecem à Associação de Escolas do Vilar a oferta dos bilhetes nestes locais.

*Texto redigido pelos alunos do 2º e 3º anos  
Cidália Germano*



to simpática, até nos mostrou o cofre!

Nós adorámos esta visita e queremos agradecer a todos os funcionários que nos receberam.

*Turma 8, 2.º ano, E.B. Nº 1 do Cadaval*

### E.B. Nº 1 DO CADAVAL VISITA OS CORREIOS

Nós somos alunos do 2.º ano da Escola do Cadaval, esta semana fomos visitar a estação dos correios do Cadaval. Na escola, escrevemos cartas ao Pai Natal e fomos enviá-las. Quando lá chegámos, estavam à nossa espera: o pai do Afonso Fonseca, o pai do Gonçalo Melo e a chefe dos correios. Primeiro, colocámos as cartas no marco do correio, depois entrámos e fomos abrir o marco, tirámos as cartas, carimbámo-las para depois seguirem para a morada do Pai Natal. De seguida, organizámos muitas cartas pelas localidades e ruas onde os carteiros vão distribuir. Enfim, foi uma experiência muito boa, nem imaginávamos tudo o que um carteiro tem que fazer até as cartas chegarem às nossas casas. A chefe dos correios também foi mui-



## NOTÍCIAS DA EB1 DE PAINHO

### Dia das Bruxas

No dia 31 de outubro, os alunos da EB1 do Painho, as docentes e a assistente operacional resolveram festejar o Dia das Bruxas, vindo vestidos a rigor.



### Dia Mundial da Alimentação

No dia 16 de outubro, os alunos da EB 1 e do JI do Painho celebraram o Dia Mundial da Alimentação.

Os alunos, na sala de aula, realizaram uma breve abordagem à roda dos alimentos e os cuidados a ter com a alimentação, no sentido de levar uma vida saudável. De seguida, viram um powerpoint com a história “A Horta do Senhor Lobo”, procedendo-se à respetiva exploração oral.

Posteriormente, os alunos descascaram e cortaram a fruta para confeccionar uma salada de fruta que comeram em conjunto e não se esqueceram de colocar as cascas no compostor. A atividade terminou com os alunos a pintarem desenhos alusivos ao tema.



### Magusto na escola

No dia 11 de novembro, os alunos da EB 1 e JI do Painho fizeram o Magusto na escola. Os alunos viram a Lenda do S. Martinho e a história da Maria Castanha, cantaram músicas sobre as castanhas e o Magusto e pintaram bonitos desenhos. De seguida, comeram as castanhas que foram assadas na escola.



### Pão-por-Deus

No dia 1 de novembro, os alunos da EB1 e do JI cumpriram a tradição do Pão-por-Deus. Logo de manhã, amassaram a farinha para durante a tarde cozerem pão com linguiça. Depois, foram pelas ruas da localidade pedir o Pão-por-Deus. Os habitantes da nossa localidade foram muito simpáticos e generosos, pois voltámos para a escola com os nossos sacos bem cheios. No final do dia, lanchámos os pãezinhos com linguiça, que estavam deliciosos.



Ana Paula Melo e Manuela Pereira

## Notícias da EB1/JI de Chão do Sapo

### Dia Mundial da Alimentação - 16 de outubro

O dia da Alimentação na EB1/JI de Chão do Sapo começou bem cedinho. Com a colaboração de algumas avós, fizemos pão e, mais tarde, batidos de leite e fruta.



As avós começaram por amassar o pão e nós demos uma ajudinha.



Fomos ver o pão a ser colocado no forno da Associação.



E aqui está...  
Pão quentinho e saboroso...



E batido de leite e fruta. Que lanche bom e saudável!

### A tradição do "Pão por Deus" - 1 de novembro

"Pão por Deus, Pão por Deus, Fiel de Deus, Bolinho no saco e andai com Deus".

De saco decorado na mão e entoando esta cantilena - foi assim que os alunos da Eb1/JI de Chão do Sapo desfilaram no dia 1 de novembro, pelas ruas da aldeia, para pedirem o "pão por Deus".



Painel realizado pelas turmas de EB1/JI de Chão do Sapo

#### O Outono

*O Outono chegou!  
Que grande alegria e animação  
Vamos comer castanhas nesta estação  
Como é nossa intenção.*

*Comem-se castanhas assadas,  
comemora-se o São Martinho.  
As aves voam para longe  
Os esquilos dormem o seu soninho.*

*De repente vem o fresquinho,  
O campo fica douradinho  
Come-se a romã, a noz e o figuinho.*

*O vento é senhor  
De bom relacionamento,  
Fala com os arvoredos  
Que lhe contam muitos segredos.*

*O aluno vai para a escola  
Com a sua sacola  
Como é tão bom crescer,  
Como é tão bom aprender!*

*Quadras de Inês Pereira e Beatriz Rodrigues-4º ano-EB1/JI de Chão do Sapo*

Elsa Vizoso



Dora de Jesus

## Currículos Inclusivos

Os nossos meninos com Currículo Específico Individual andam ocupadíssimos neste novo ano letivo. Voltar à escola pode ser, assim, uma forma maravilhosa de aprender: aprender a fazer; aprender a estar; aprender a ser.

Com novas áreas curriculares, estes alunos estão a ter a oportunidade de «pôr as mãos na massa»: trabalhar o barro, em Trabalhos Manuais, trabalhar a terra, em Horta Pedagógica, ou trabalhar, literalmente, a massa, em Atividades da Vida Diária...

Estes são alguns exemplos das áreas curriculares destes meninos apoiados pela Educação Especial, e que, em conjunto com todas as outras áreas e disciplinas que eles frequentam, contribuem para a aprendizagem de técnicas, para a expressão da criatividade e, principalmente, para o desenvolvimento da autonomia e socialização.

Em Trabalhos Manuais, os alunos tiveram oportunidade de fazer vários elementos decorativos para a época natalícia, em barro e em pasta de modelar, que pintaram e colocaram em vários mobiles, juntamente com elementos naturais recolhidos e que poderemos ver expostos na nossa Escola.

Na Horta Pedagógica, realizaram-se, já, diferentes sementeiras, quer em vasos, quer em terrenos preparados para o efeito. Assim, esperamos com ansiedade o crescimento das zínias e amores-perfeitos, bem como das nabças, espinafres e favas. Já quanto às alfaces plantadas, após os primeiros imprevistos do desaparecimento misterioso das mesmas, os alunos esperam que a segunda plantação consiga, agora, resistir ao mau tempo.

### HORTA PEDAGÓGICA



Neste ano letivo, estamos a fazer uma horta pedagógica, nos blocos I e IV da escola.

O nosso grupo CEI – A (Bruna, Tomás, Frederico, Ana e Vanessa) realiza a atividade com os

professores João Ferro e Alice Coelho, todas as quartas feiras de manhã.

Limpámos a terra (tirámos ervas e pedras), usámos a enxada e o sacho. Já plantámos alfaces, espinafres e favas. Pusemos em vasos amores-perfeitos e zínias, depois regámos para crescerem.

Está a ser divertido aprender!!!

Bruna Santos 7º C – nº2

### Especial !

Sim  
Sou especial!  
Como toda a gente  
De bem ou de mal  
De bolsos fartos ou vazios  
Onde o mundo  
É uma camisola  
E cada pessoa  
É um fio.

Bonitos ou feios  
Bem ou mal dados  
Mas onde todos  
Foram arrematados  
Por fora cada fio  
é especial!  
Mal ficaria a camisola  
Que se tornaria  
Impossível de vestir  
Porque a pior pessoa  
Que a vir  
Tornaria a retorquir:  
- Que coisa tão feia!...

Não combina com a gola -  
Tira já a camisola.  
Mas se o fio fosse inocente  
E a culpa fosse da gente  
Ficariamos nós com o peso do  
consciente  
Se o fio, deficiente  
não se tiver podido tornar  
Suficientemente gente  
Para na camisola morar.

In " Cancioneiro Infanto/ Juvenil "



Departamento de Educação  
Especial

### PROVÉRBIOS E FRASES DE SÃO MARTINHO

Pelo são Martinho mata o teu porco e bebe o teu vinho.

Pelo são Martinho semeia favas e vinho.

Pelo são Martinho, nem nado nem no cabacinho.

Água-pé, castanhas e vinho, faz -se uma boa festa pelo  
são Martinho.

Mais vale um castanheiro do que um saco com dinheiro.

Dia de são Martinho, lume, castanhas e vinho.

Dos santos até ao Natal , é um saltinho de pardal.

Gonçalo, Márcia, Inês , Leonardo, Tala - CEI B





Painel alusivo ao projecto



Visita à famosa Montanha de "Teide"

## ALUNAS DA NOSSA ESCOLA VISITARAM A ESCOLA "CEIP Agustín Espinosa", situada em Los Realejos, uma cidade de Tenerife, nas Ilhas Canárias

As alunas Liliana Carloto, do 6º B e Mariana Calixto, do 7º E, tiveram a oportunidade de visitar a referida escola e integrar o grupo de docentes e alunos que participaram na 5ª Reunião do projeto "Smiling Through Europe" em representação da nossa escola. Esta Reunião teve lugar na última semana de Setembro. As alunas foram seleccionadas de acordo com o trabalho desenvolvido no âmbito do projeto.

### Excerto do Relatório da aluna Liliana Carloto:

"Esta experiência permitiu-me conhecer melhor a Ilha de Tenerife. Gostei de poder estar em contacto com os alunos espanhóis e alemães. Nunca tinha viajado de avião. Para mim, foi uma experiência tão fantástica que não tenho palavras para exprimir a minha alegria. Adorei e não vou esquecer esta aventura. Foi uma semana muito enriquecedora para mim, adquirir novos conhecimentos e diverti-me imenso."



Cantinho da Leitura

*Os docentes responsáveis pelo projeto: Graça Branco, Teresa Leal, Carlos Ribeiro*

## "6ª Reunião do projecto "Smiling Through Europe"

Os alunos Cristiano Barardo, do 9º A e Alexandre Ferreira, do 11º B foram seleccionados e integraram o grupo de docentes e alunos que participaram na 6ª Reunião do projeto na Escola "Albert-Einstein-Gymnasium Hameln", a qual fica situada em Hameln, na Alemanha. Esta reunião teve lugar na última semana de novembro.



Hameln - Projeto Comenius

### Excerto do Relatório da aluna Mariana Calixto

"O Projeto Comenius visa ajudar os jovens e o pessoal docente a compreender melhor o alcance das culturas europeias, línguas e valores. Eles também ajudam os jovens a adquirir as aptidões e competências de vida básicas necessárias para o desenvolvimento pessoal, o emprego futuro e de cidadania ativa."

Na minha escola, Escola Básica e Secundária do Cadaval, o Projeto Comenius lançou várias atividades, sendo uma delas a elaboração de um logotipo. Eu participei nessa atividade, apresentando dois trabalhos e obtive o primeiro lugar.

Pela minha participação na atividade, pelo meu comportamento e bom desempenho escolar, fui seleccionada para uma viagem a Tenerife.

A viagem que fiz a Tenerife permitiu-me conhecer a ilha, conhecer a cultura, a gastronomia, o património histórico, conhecer alguns representantes do projeto Comenius, fazer atividades conjuntamente com os alunos da escola Agustín Espinosa e com os alunos da Alemanha e desenvolver a língua inglesa."

*Mariana Calixto*



## O DESAFIO DA MUDANÇA NA SALA DE AULA

No âmbito do Programa Sectorial Comenius, foi atribuída uma bolsa de estudo à docente Teresa Leal, do Grupo 230, para frequentar, em julho de 2013, a acção de formação da Pilgrims: "Teaching with Minimum Resources", na Faculdade de Kent, em Canterbury, Inglaterra.

A formação incidiu sobre as técnicas de ensino utilizadas na ausência de recursos materiais e foi dinamizada por Chaz Pugliese, Professor de renome internacional e autor de publicações da Delta Publishing, editora premiada na área do ensino de Inglês. Segunda a Docente, este período de formação foi muito enriquecedor a nível profissional, pois possibilitou-lhe uma abordagem atual sobre as técnicas de ensino referidas como o "pós-método", e pessoal, possibilitando-lhe o contacto com professores de inglês de vários níveis de ensino e de toda a Europa.

*Teresa Leal*

**VISITA A PÁGINA DO PROJETO NA INTERNET:**

<https://sites.google.com/a/agrupcadaval.com/comeniusproject>

# PROJETO

# COMENIUS



O grupo de docentes da equipa de estudo

## AGRADECIMENTOS

O Agrupamento de Escolas do Cadaval agradece às seguintes entidades a colaboração prestada no ano letivo 2012/2013 pela formação em contexto de trabalho prestada aos nossos alunos dos Cursos Profissionais e C.E.F.s:

MARRIOTT - Óbidos  
NOIVA DO MAR RESORT – Lourinhã  
GOLF\_MAR – Maceira  
Your Hotel & Spa – Fervença  
Farmácia Central do Cadaval – Cadaval  
Santa Casa da Misericórdia do Cadaval – Cadaval  
APAS – Associação de Produtores Agrícolas da Sobrena – Peral-Cadaval  
APAS Floresta – Associação de Produtores Florestais - Vilar - Cadaval  
Agridistribuição, S.A. Zona Industrial do Cadaval - Cadaval  
J. INÁCIO – Máquinas Agrícolas, Lda. - Vermelha - Cadaval  
PC Teste – Clínica Informática – Caldas da Rainha  
Adega Cooperativa do Cadaval - Cadaval  
Peçamape – Vale Dorme - Alcoentre  
Soporbolos – Bombarral  
Espaço Aromático - Cadaval  
Quarta-Feira - Bombarral  
Clínica de Reabilitação do Bombarral

Quente & Fresco – Rio Maior  
Flores da Carminha – Cadaval  
Intermarché – Cadaval  
Centro Comercial Agrícola do Cadaval – (Agriloja)  
Corados & Santos – Pneumática do Cadaval  
Formafísica - Cadaval  
Adega Cooperativa da Vermelha CRL  
Adega Cooperativa do Cadaval  
Flávio Manuel Martins Jerónimo – “Dr. Byte” – Cadaval  
J.R. – Contabilidade e Serviços – Cadaval  
ChipCooler – Unipessoal Lda.  
FRUTUS – Estação Fruteira de Montejunto  
Câmara Municipal do Cadaval  
Câmara Municipal do Bombarral  
Câmara Municipal de Caldas da Rainha  
Câmara Municipal de Rio Maior  
Câmara Municipal de Alenquer  
Desmor – Rio Maior  
Escola Básica e Secundária do Cadaval



## OFERTA FORMATIVA DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO CADAVAL 2013/2014:

### CURSOS PROFISSIONAIS

- **Técnico de Comércio - 1º ano**
- **Técnico de Informática de Gestão - 3º ano**
- **Técnico de Apoio à Gestão Desportiva - 3º ano**



## PROJETO PARTILHA PEDAGÓGICA

O Projeto de Partilha Pedagógica faz parte de um esforço que o Ministério da Educação de Timor-Leste tem vindo a fazer no que diz respeito à capacitação dos professores dos vários ciclos de ensino. O corpo docente da rede pública de educação apresenta algumas dificuldades a nível da sua formação científico-pedagógica.



Escola de Baucau, em Timor-Leste

Tendo em conta que o Novo Currículo do Ensino Secundário Geral já se encontra no seu 2º ano de implementação e as dificuldades que todo este processo tem registado, o Ministério da Educação de Timor-Leste tem dado uma crescente atenção a este ciclo de ensino. É neste contexto que esta atividade se insere. Assim, é objetivo geral desta atividade proporcionar aos professores timorenses o contacto com exemplos de boas práticas pedagógicas, de modo a que possam melhorar o seu desempenho profissional nas escolas onde estão colocados em Timor-Leste, bem como partilhar com os seus colegas professores os conhecimentos e experiência adquiridos. É igualmente muito enriquecedor, os professores timorenses poderem assistir ao funcionamento de uma escola, com uma estrutura mais complexa, num ambiente de imersão no que se refere ao uso da Língua Portuguesa.

Decorreu no passado dia 8 a reunião de acolhimento de um conjunto de 28 professores de Timor-Leste, no âmbito de um protocolo celebrado entre o Ministério da Educação de Timor-Leste e o Ministério da Educação e Ciência de Portugal, na Escola Secundária Rainha D. Amélia, em Lisboa. O protocolo visa a implementação de um Projeto de Partilha Pedagógica, a desenvolver-se em terri-



A Professora Marta Marques com o Professor João Costa na sessão de boas vindas ao nosso Agrupamento

tório português, no qual foi integrado o Agrupamento de Escolas do Cadaval.

No dia 9 de outubro, foi realizada a receção ao Professor João Costa, Professor de Física, oriundo da região de Baucau, em Timor-Leste. Este Professor permanecerá na nossa escola por dois meses e meio, com vista ao conhecimento e envolvimento da dinâmica pedagógica e organizacional de uma escola pública portuguesa e, simultaneamente, desenvolver competências na área da Língua Portuguesa.

O entusiasmo e a motivação, pela participação neste projeto que visa o desenvolvimento de um país com o qual Portugal estabeleceu laços históricos, ficaram espelhados nas palavras dirigidas pelo Sr. Diretor do Agrupamento, Professor Luís Mendes e pela Tutora do Professor João Costa, Marta Marques, na referida receção, e o acolhimento de todas as estruturas organizativas do Agrupamento foi imediato. Está prevista a presença do Professor João Costa em atividades diversas, como a preparação de um ano letivo, o início e o final de um ano letivo, reuniões de estruturas organizativas da escola e ainda toda a atividade do foro pedagógico e institucional. Não será por isso de estranhar a presença sistemática deste Professor na vida da comunidade escolar.

Desde já reforçam-se os votos de boas-vindas ao Professor João Costa e transmite-se a completa disponibilidade de toda uma comunidade escolar para a obtenção, com sucesso, de todos os objetivos inscritos no protocolo que o trouxe à nossa comunidade, comunidade essa da qual já faz parte!



Receção ao professor João Costa

Marta Marques

## CLUBE + ENTREVISTA O PROFESSOR

### JOÃO ANTÓNIO DA COSTA

*Começámos por ouvir o hino de Timor-Leste e vimos um pequeno vídeo sobre este país para compreendermos melhor quem era o nosso convidado. Chama-se João António da Costa, tem 35 anos, vem de Timor-Leste, fala quatro línguas: Tétum, Inglês, Malaio e um pouco de Português, está entre nós por um período de dois meses e meio, é professor de Física e esteve com a nossa turma, para responder às nossas perguntas.*

#### 1º Porque é que escolheu ser professor?

R: Escolhi ser professor, porque a minha área é Agronomia e comecei a dar Física, no ensino secundário público, agora dou também numa escola privada católica e na Universidade.

#### 2º Onde estudou?

R: Em Timor e na Indonésia.

#### 3º Como é que é dar aulas em Timor-Leste?

R: É diferente, porque lá não há computadores na sala de aula, as turmas são maiores e os alunos usam uniformes. Os professores escrevem no quadro com giz e os alunos ouvem e passam para os seus cadernos.

#### 4º Como é a situação da educação em Timor-Leste?

R.: A situação em Timor-Leste ainda é um pouco complicada, mas há muitas crianças e jovens na escola.

#### 5º Quais os objetivos desta sua viagem a Portugal?

R: Os meus objetivos são aprender muito sobre pedagogia, organização institucional, escolar e Língua Portuguesa.

#### 6º Porque é que decidiu vir para Portugal?

R.: Porque foi possível candidatar-me a este projeto, fui selecionado e queria aprender mais.

#### 7º Diga-nos um aspeto positivo e um negativo que chamaram a sua atenção, em Portugal, até este momento?

R.: Um aspeto positivo é os estudantes serem ativos, terem bons recursos para os ajudarem a estudar e perguntarem as coisas aos professores. Um aspeto negativo é a entrada para as aulas, porque fazem muito barulho e também o facto de fumarem.

#### 8º Quando a sua experiência em Portugal acabar, qual vai ser a ligação entre a nossa escola e Timor-Leste?

R.: Tudo o que aprender com esta experiência em Portugal vou poder aplicar em Timor-Leste e a ligação continuará a ser feita pela internet, na medida do possível.

#### 9º Acha que a sua experiência nesta escola vai contribuir de alguma forma para o seu futuro?

R.: Sim, vai contribuir para o meu futuro, pois vou aprender muitas coisas que levarei para aplicar em Timor.



#### 10º - Há algum desafio que queira deixar para esta turma?

R.: Primeiro é preciso estudar, segundo trabalhar e ter dinheiro, para poder escolher mulher/marido e constituir a vida.

*A conversa durou aproximadamente quarenta e cinco minutos, o professor João falou ainda da sua família, disse-nos que os pais tiveram quinze filhos, que é casado e tem quatro filhos, três meninas e um menino. Por fim, o professor ensinou-nos umas palavrinhas em Tétum.*

Como te chamam? O nia naran sa?

Eu chamo-me João. Hau nia naran João.

**Obrigada, professor João, por ter estado com a nossa turma. Desejamos-lhe as maiores felicidades!**

*8º B, Ana Carolina, nº 1, Beatriz Costa, nº 3,  
Dinis Brito, nº 8, Jéssica Martins nº 9  
e Nélcio Vieira, nº 17*



Magusto Solidário a favor de Timor

Parabéns aos membros do **Clube +** por todas as iniciativas solidárias que concretizaram, para poderem enviar para Timor uma ajuda que possa melhorar os recursos e a qualidade do ensino, numa das escolas onde o Professor João dá aulas.

Paula Silvestre



## A BIBLIOTECA ESCOLAR



Sejam bem-vindos ao “grande lugar” que é a Biblioteca. Alunos. Professores. Restante comunidade educativa.

Apesar do reconhecimento, direi mesmo, do protagonismo que a **BIBLIOTECA** (pública ou escolar) foi adquirindo nos últimos anos, não deixa de ser verdadeira, atual e oportuna, a opinião de Umberto Eco (escrita na década

de 80) relativamente a esse reconhecimento: *«a biblioteca é um problema da escola, do município, do estado. É um problema de civilização e nós não nos apercebemos até que ponto o instrumento biblioteca continua ainda a ser uma coisa desconhecida para a maioria das pessoas»*.

Cumpre-nos, pois, a nós, professores, na qualidade de agentes privilegiados da comunidade educativa, atuar para que os recursos da nossa Biblioteca Escolar (BE) sejam conhecidos, utilizados e explorados pelos nossos alunos e se atenua cada vez mais a realidade descrita por Umberto Eco.

Na Biblioteca, os alunos poderão encontrar o conhecimento, mas também o afeto. O encontro com o outro. Este lugar irá, naturalmente, ajudá-los a crescer. Pelo enriquecimento curricular e pelas vivências que permitem um alargamento cultural.

É verdade que os recursos existentes na nossa biblioteca estão a ser deficientemente aproveitados pelos nossos alunos. Sabemos que os seus interesses são restritos e muito ligados ao gosto do mediatismo televisivo. Compete a todos os professores estimular-lhes atitudes de pesquisa e de curiosidade pelo saber. Nós, equipa da biblioteca, conseguimos na justa medida do vosso apoio. Apelamos, mesmo, à colaboração de todos os elementos da comunidade educativa.

Assim, desde o início do ano, temos vindo a desenvolver um trabalho de organização interna do espaço da biblioteca, no sentido de facilitar aos nossos utilizadores a consulta e a pesquisa. Os documentos em suporte livro já estão arrumados nas estantes segundo o critério da CDU. Logo que possível, iniciaremos a minuciosa e morosa tarefa da catalogação do Fun-

do Documental. A par deste objetivo, desenvolveremos atividades pedagógico-culturais, muito embora a grande prioridade para este ano letivo sejam as tarefas de tratamento documental.

No Mês de Outubro, Mês das Bibliotecas Escolares, a professora bibliotecária organizou visitas guiadas à biblioteca para todos os alunos dos 2º e 3º Ciclos. No final da sessão, os alunos (do 5º Ano) receberam o folheto designado “Guia do Utilizador”, que inclui informações úteis *Como viver a Biblioteca*. Estas visitas contribuíram para a *formação do utilizador* e para que os nossos alunos usem a Biblioteca, o mais possível, de forma autónoma. Assinalámos, ainda, e em articulação com a disciplina de Educação Musical, o Dia Mundial da Música – 1 de outubro - com um concerto na Biblioteca pelo grupo Musiforma.

Para celebrar o Dia das Bibliotecas Escolares – 28 de outubro – esteve connosco o escritor Nuno Valente, que nos falou do seu último livro, “A Ordem do Poço do Inferno”. Realçamos o caráter criativo e didático da sua comunicação, particularmente, quando apresentou as várias etapas da construção do livro - da inspiração ao livro na banca.

A Biblioteca tem desenvolvido, ainda, atividades no âmbito do acolhimento ao Professor timorense, João Costa, que temos entre nós. Associamo-nos, deste modo, a outras iniciativas organizadas pela escola. Para isso, trouxemos à Biblioteca uma exposição de “Artesanato e cultura de Timor”, da autoria de Pedro Tolentino e cuja abertura, a 12 de novembro, assinalou o massacre de Santa Cruz, ocorrido há 22 anos. Como complemento a esta exposição, foi exposta uma mostra bibliográfica sobre Timor - literatura, história e política. No dia 28 de novembro, Dia da Independência de Timor, a Biblioteca organizou uma sessão de leitura de lendas, contos e poemas de Timor com a participação de alunos de diferentes anos de escolaridade.

No dia 12 de dezembro, data escolhida para a atividade de encerramento deste conjunto de iniciativas com que acarinhámos o nosso colega João Costa, contamos com a presença de Luís Cardoso, um dos mais destacados escritores timorenses. Saudações e boas leituras!

Emília Oliveira

(professora bibliotecária)



## ECO-CÓDIGO 2013

“Não nos lixe com o seu lixo.”

“Se o planeta queres ajudar,  
vais ter de reciclar!”

“A água é fonte de vida, poupar este bem tão precioso,  
é pensar no nosso futuro.”

“Para a água poupar,  
com um balde ou regador,  
as plantas debes regar!”

“Para água poupar,  
duches rápidos debes tomar.”

“Para o carro lavar,  
um balde debes usar.”

“Varre o quintal em vez de o lavar,  
para poupar.”

“Enquanto os dentes estiveres a escovar,  
a torneira debes fechar!”

“Se te vais ensaboar,  
o chuveiro debes fechar.”

“Quando vamos cozinhar,  
os alimentos previamente devemos descongelar.”

“Quando a luz não está a usar,  
Apague-a para poupar!”

“Para a máquina de roupa utilizar,  
a carga completa debes usar.”

“Se a energia não queres gastar,  
calafeta as janelas: tu vais poupar.”

“Para poupar  
o stand by não debes usar.”

“Quando o sol está a brilhar,  
abre a janela para energia poupar.”

*Sandra Gouveia*

## BANDEIRA VERDE ECO-ESCOLAS

É com orgulho que informamos que a nossa escola voltou a receber a Bandeira Verde Eco-Escolas. Esta bandeira premeia o trabalho desenvolvido por toda a comunidade educativa no âmbito da Educação Ambiental, seguindo a metodologia do Programa Eco-Escolas (inspirada na Agenda 21).

A bandeira foi hasteada no dia 7 de novembro, para comemoração do **Dia Internacional das Eco-Escolas (World Days of Action)**.

Parabéns a todos os que, de alguma forma, participaram e/ou organizaram atividades com a lógica deste Programa!

Este ano avançamos novamente com o programa, pelo que contamos com a colaboração de todos!

Bem hajam.

*A equipa Eco-Escolas*

*Sandra Gouveia*



## Sessão com o escritor Nuno Valente

No dia 30/10/2013, fui à biblioteca escolar assistir a uma sessão com o escritor Nuno Valente, integrada na celebração do Dia das Bibliotecas Escolares. O escritor Nuno Valente foi apresentar o livro «A ordem do Poço do Inferno».

O livro fala sobre os mistérios do Mosteiro de Alcobaça e de 3 amigos que jogam *geocaching*. O livro tem códigos para sabermos mais sobre o livro.

Estou a achar o livro interessante. Gostei muito da sessão e espero que aconteça mais vezes.

*Andrew Vasques Mata - 5º A*

Eu fui com a minha turma e a professora de Português à biblioteca, assistir a uma sessão orientada pelo escritor Nuno Matos Valente. Ele escreveu «A ordem do Poço do Inferno». Eu gostei do começo do livro. Pareceu-me bastante interessante. As personagens são um grupo de amigos: o João, a Xana, o Ulisses e o Leo, que jogam *geocaching* e um dos cache estava em frente do Mosteiro de Alcobaça.

A parte de que mais gostei foi quando o escritor explicou o que era o *geocaching*. Também gostei da leitura feita pelo escritor, mas não gostei nada quando ele parou numa parte em que deu vontade de descobrir mais....

*Andreia - 5º A*

No dia 30 /10/ 2013, a nossa turma foi à biblioteca escolar, porque o mês de outubro é o Mês das Bibliotecas Escolares. Fomos à sessão do escritor Nuno Valente, que nos veio apresentar o seu livro «A ordem do Poço do Inferno». Falou-nos das personagens Leo, João, Xana e o Ulisses, que tinham como hobby procurar umas caixinhas que há espalhadas por todo o mundo e do local onde se passa a história.

Seguidamente, quem quis comprou o livro e o escritor Nuno Valente autografou-o.

E assim foi a visita à biblioteca.

*Lara nº 21 - 5º A*

*Compilação: Anabela Barroso*





## English Corner

We celebrated Halloween! It's a very nice celebration because of all the decorations and contests in school.

The English teachers gave us information about Halloween traditions. Now, we know that Trick-or-treating goes back to the Middle Ages and All Souls' Day, when poor people in Britain would beg for soul cakes, a sweet-bread treat, and pray for dead relatives in return. It's very similar to the Portuguese "Pão por Deus".

This year we had a contest called "Smiling Witches". Students made witches dressed with the colors of the flags of the Comenius countries. The Art teachers chose the three winners. They were:

1<sup>st</sup> place – José Lucas – 7.º D

2<sup>nd</sup> place – José Coelho – 7.º B

3<sup>rd</sup> place – Inês Bernardino/Rita Coelho – 5.º D

Place of honor – Catarina Lucas/Carlos Ventura – 5.º C



Teacher  
Ana Gisela Silveira  
and 6.ºC students

### Juventude em desafio

Pensei em escrever sobre a saúde ou até mesmo sobre a educação, até que refleti o quão difícil está a ser a minha juventude assim como a de todos os jovens da minha geração.

Começámos desde muito pequenos a ir à escola e, apesar de já sermos jovens, continuamos a ir à escola, a ter uma vida monótona. Escola-casa, casa-escola são os nossos movimentos diários, até que nos últimos dias já mal sabemos o que estamos a fazer. Queremos divertir-nos, comunicar, aproveitar esta única fase da vida que só vivemos uma vez, precisamos de menos preocupações, já nem falo da escola, mas da cómica pressão que os rapazes fazem as raparigas sofrer e vice-versa. Todos os dias ouvimos dizer que nos estamos a preparar para o futuro, seja ele a universidade ou um emprego, mas não é cómico quando pensamos: "Pois, eu estou a esforçar-me ao máximo, mas que futuro tenho eu?". Se olharmos para o horizonte, só vemos crise, dívidas e desemprego, o que nos coloca outra questão: "Devo gastar ou pedir aos meus pais para investirem dinheiro na universidade, quando posso não arranjar trabalho nessa área?".

Eu acho que temos sempre que nos empenhar ao máximo, em todas as tarefas que tenhamos ou que gostemos de fazer, porque assim, mesmo que não consigamos tudo, sabemos que nos esforçámos e a nossa autoestima ficará sempre elevada. No

entanto, era importante que o Governo português investisse mais na juventude portuguesa, pois nós somos os futuros governantes do país. Somos um futuro que vamos encontrar muito em breve.



Bruna Ribeiro, 10ªA

### OFERTA FORMATIVA DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO CADAVAL - 2013/2014:

#### CURSOS PROFISSIONAIS:

- Técnico de Comércio - 1º ano
- Técnico de Informática de Gestão - 3º ano
- Técnico de Apoio à Gestão Desportiva - 3º ano



#### CURSOS DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO DE JOVENS:

- C.E.F. Práticas Técnico-Comerciais - 1º ano
- C.E.F. Bar - 2º ano





## Doce de octubre- Día de la Hispanidad

El doce de octubre, la profesora de Español, con la ayuda de los alumnos de diferentes cursos, conmemoraron en la escuela de Cadaval, el día de la Hispanidad. Es un día muy especial para España porque fue cuando Cristobán Colón descubrió América. En este día, los hispanohablantes tienen una huelga, pues nadie trabaja y los alumnos no tienen clase. Para el doce de octubre, el objetivo fue intentar dar a conocer la historia de este día tan importante para España y para eso se afijaron unos trabajos en cartulinas. Estos trabajos divulgaban la historia del doce de octubre- día de la hispanidad. Se hizo carabelas, retratando así la manera como Cristóbal Colombo navegó por mares y se puso en busca de tierras desconocidas. Es un día diferente y muy animado. Aquí están algunas imágenes que ejemplifican el día en que Cristobán Colón descubrió América y fue el inicio de una nueva época.

*La profesora de español*

*Vanessa Pinto*

## CLUBE DE HISTÓRIA E GEOGRAFIA DE PORTUGAL

O «Clube Vamos Fazer a História», dinamizado pelas professoras Ana Neves e Anabela Barroso, funciona à segunda-feira, entre as 16h40m e as 18h10m. Aqui ficam algumas imagens da construção de um castro.



*Anabela Barroso*

## Canção da Amélia

Eu vi a Amélia  
na igreja  
tão pequenina  
a beber cerveja.

Eu vi a Amélia  
no baloiço a baloiçar  
tão pequenina  
e já a saber aterrorar.

Eu vi a Amélia  
a nadar  
tão pequenina  
já se está a afogar.

Eu vi a Amélia  
a olhar pra mim  
tão pequenina  
e já a dizer que sim.

Eu vi a Amélia  
No Vilar  
Tão pequenina  
A ver o luar.

Eu vi a Amélia  
No terraço  
Tão pequenina  
Com o laço.

Eu vi a Amélia  
Na floresta  
Tão pequenina  
Com um galo na testa.

Eu vi a Amélia  
Num pavilhão  
Tão pequenina

A comer pão.

Eu vi a Amélia  
A tocar flauta  
tão pequenina  
e concentrada na pauta

Eu vi a Amélia  
A tocar violino  
Tão pequenina  
Ao pé de um menino.

Eu vi a Amélia  
A comer um morango  
Tão pequenina  
A dançar o tango

Eu vi a Amélia  
Numa fazenda  
Tão pequenina  
E a fazer renda.

Eu vi a Amélia  
Ao pé de um frade  
Tão pequenina  
E já presa numa grade.

Eu vi a Amélia  
no talho  
tão pequenina  
a comer alho.

Eu vi a Amélia  
no mercado  
tão pequenina  
a comprar um panado.



*Trabalho colectivo do 5ºC  
Ana Paula Neves*

## ABERTURA DO ANO LETIVO

No passado dia 13 de setembro, iniciou-se o ano letivo 2013/2014. Como já é tradição, professores, alunos e até mesmo pais estiveram reunidos no Pavilhão Municipal para assistirem à cerimónia de abertura do ano letivo. Foi com satisfação que olhei em redor e vi um Pavilhão cheio, reví todos aqueles que têm feito parte do meu percurso escolar, desde professores até aos meus colegas e amigos mais próximos. Foi também bom ver as caras dos mais novos, que estão agora a iniciar uma nova etapa das suas vidas. Contámos com a presença de representantes de várias entidades de relevo do nosso Concelho, como a Câmara Municipal, o Agrupamento de Escolas e a Caixa de Crédito Agrícola, que nos saudaram com algumas palavras iniciais. Assistimos também a duas atuações musicais, (violino e acordeão) e, entre palmas e sorrisos, passámos à entrega de prémios. Os primeiros a serem premiados foram três alunos do 12º ano que receberam prémios monetários por parte da Caixa de Crédito Agrícola (prémios das disciplinas de Português e Matemática). Após a entrega dos primeiros prémios, foi a altura de premiar aqueles que terminaram no ano letivo passado o 3º Ciclo e o Ensino Secundário, destacando-se, pelas suas prestações, através dos Prémios de Mérito Escolar (prémios monetários). Passámos assim à entrega de vários diplomas: para aqueles que se destacaram pelas suas notas; para aqueles que se destacaram na área do desporto, através do Desporto Escolar e diplomas para aqueles que demonstraram ter uma postura ideal e um sentimento de fraternidade para com os outros. Foi visível e audível o sentimento de alegria, pois, todos aqueles que receberam prémios e diplomas, tiveram direito a uma grande ovação.

Chegando ao final da cerimónia, é tempo de arregaçar as mangas e pôr mãos à obra, como se costuma dizer, para que o sucesso escolar seja visível e para que os desejos profissionais de cada um se possam realizar.

### Premiados Mérito Escolar Municipal:

#### 3º Ciclo:

Ruben Paz – 9ºA  
Gonçalo Duarte – 9ºD  
Francisco Henriques – 9ºA

#### Ensino Secundário:

Joana Rita David Santos – 12ºA3  
Ana Carolina Correia de Sousa – 12ºB  
Cheila Martins Brito – 12ºA3

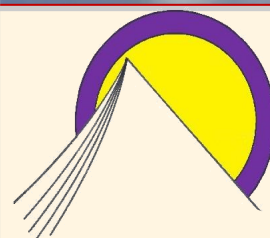
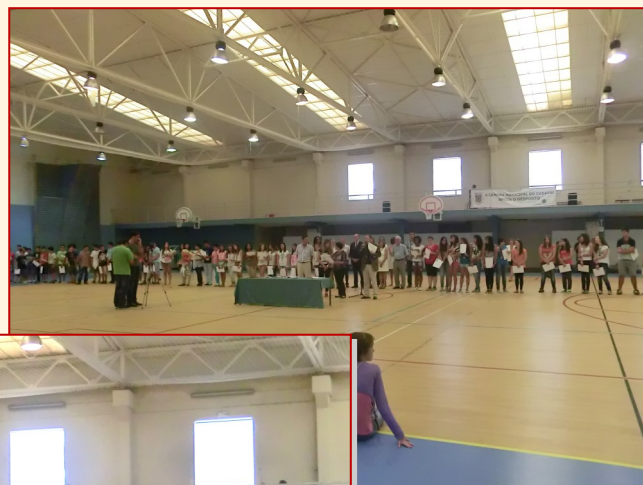
### Premiados Caixa de Crédito Agrícola:

#### Português:

Joana Rita David Santos – 12ºA3  
Cheila Martins Brito – 12ºA3  
Ana Carolina Correia de Sousa – 12ºB

#### Matemática:

Joana Rita David Santos – 12ºA3  
Mónica Alexandra Santos Nobre – 12ºA1  
Vitória Alexandra Nunes Barradas – 12ºA1



Gonçalo Duarte - 10ºA

## OFERTA FORMATIVA DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO CADAVAL

### CURSOS PROFISSIONAIS:



- Técnico de Comércio - 1º ano
- Técnico de Informática de Gestão - 3º ano
- Técnico de Apoio à Gestão Desportiva - 3º ano



## À janela do quarto...

Aqui, à janela do meu quarto, vejo um mundo de imaginação. Vejo tudo ao contrário, tudo sem sentido, não vejo nada normal, pelo contrário, só vejo coisas paranormais. Vejo vacas a rastejar e serpentes com patas, porcos com asas e patos cor de rosa. Vejo aqueles papagaios de brincar no chão e pedras a pairar no ar, vejo as mãos trocadas com os pés. Vejo calças na cabeça e camisolas nas pernas, vejo capacetes feitos de cuecas e fantoches feitos de meias. Não... espera, vejo fantoches de metal! Vejo caracóis à velocidade da luz e chitas muito, muito, muito, muito, mas mesmo muito, muito lentas.

De repente olho para dentro do meu quarto e está tudo normal. Está tudo no sítio e calmo. Tenho as mãos nas mãos e os pés nos pés...

É pena isto ser impossível, mas, como costume dizer: “o possível já foi impossível e o impossível será, um dia, possível!”.

*Trabalho elaborado por: Fábio Alexandre Sousa Ferrage, do 6º Ano, Turma:F, Nº18*

*Disciplina: Português*

*Profª.: Ana Paula Neves*

## Juventude em desafio

Nos dias de hoje, os jovens têm um papel fundamental, pois serão eles que, no futuro, vão ter de sustentar o seu país. Têm pela frente uma tarefa árdua, porque, como todos podemos constatar, a situação do nosso país está péssima, os governantes não sabem aquilo que estão a fazer, só tomam más decisões e isso vai refletir-se no futuro. Todos os jovens da actualidade vão ter um grande desafio, que vai ser o de superar, ou não, aquilo que, devido aos erros dos antigos e presentes governantes, se foi acumulando, uma enorme quantidade de chatices e, como alguns lhe chamam, a crise.

Esta crise, para aqueles que fizeram os erros, não é problema, nem para os avós dos jovens, porque os avós já viveram uma vida e muitos dos antigos governantes já morreram. Não sei se os jovens da atualidade vão ter capacidades para ultrapassar o grande desafio, porque, cada vez mais, conseguimos observar que estas novas gerações são muito despreocupadas e têm uma enorme falta de respeito pelos seus superiores e por tudo o que envolve preocupações para eles. Espero que tudo isto que eu penso seja apenas um pensamento e que a juventude consiga resolver esta difícil situação, podem consegui-lo se começarem a usar a cabeça para pensar e não só fazer as coisas porque podem, querem e mandam, tal como são feitas agora.



*João Inácio  
10ªA*

## DIVULGAÇÃO

### CONCURSO “UM CONTO QUE CONTAS” PARA ALUNOS DE TODOS OS ANOS DE ESCOLARIDADE



Este concurso consiste na escrita e ilustração de um conto que envolva conteúdos matemáticos e tem como principais objetivos fomentar hábitos de leitura e de escrita nos alunos, assim como promover a articulação entre diversas áreas do saber, desenvolver a capacidade de expressão e comunicação, estimular a imaginação.

Para mais informações, nomeadamente instruções de inscrição, pode ser consultada a página web do concurso em <http://www.spmsul.uevora.pt/concurso.htm> ou estabelecer contacto por correio eletrónico para [spmsul@uevora.pt](mailto:spmsul@uevora.pt).

*O Clube de Jornalismo*

### OFERTA EDUCATIVA/FORMATIVA DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO CADAVAL

### CURSOS DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO DE JOVENS

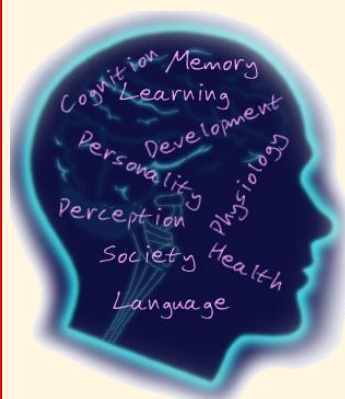
### Práticas Técnico-Comerciais

- 1º ano

**C.E.F. Bar - 2º ano**



## Será depressão ou simplesmente tristeza?



Nos dias de hoje, é comum ouvirmos falar de depressão, todos nós conhecemos alguém que esteve ou está com uma depressão e todos nós já nos sentimos deprimidos em algum momento da nossa vida. A presente crónica serve essencialmente para explicar que, na maior parte destes casos, não se trata de depressão, mas sim “simplesmente tristeza”.

A principal diferença é que a tristeza tem sempre uma causa, existe sempre um motivo que justifique aquele estado emocional, poderá ser uma grande dor, como por exemplo um luto, uma perda afetiva, um desemprego, mas é simplesmente tristeza, vai passar! Clinicamente, os psicólogos consideram que um ano é o tempo médio para minimizar a dor de uma tristeza profunda. Quando, passado um ano, se continua com a mesma dor, então estamos perante uma tristeza crónica que caminha a passos largos para uma depressão.

A depressão é uma dor inexplicável, é uma vontade constante de chorar, é o estar irritado, simplesmente porque se está irritado! É o não ter paciência para nada, nem para ninguém, é o não conseguir adormecer, andar às voltas na cama e ficar impaciente! É o acordar tarde, porque só se consegue adormecer de madrugada! É tudo isto e muito mais, mas tudo sem uma causa, sem um motivo aparente, ou então é um motivo tão longínquo no tempo que já não se justifica esta dor tão intensa e estes comportamentos tão desajustados.

Existem vários tipos de depressão, umas mais populares que outras, umas que, não sendo populares, passaram a estar na “moda”, como a Depressão Bipolar, outras, sendo mais graves, são menos conhecidas, como a Depressão Major.

A depressão sazonal também é muito conhecida pela população em geral, contudo, clinicamente não existe! Não com esta designação! A este tipo de perturbação designamos por: Distúrbio Sazonal Afetivo. O senso comum diz-nos que o outono e o inverno são estações que promovem a depressão e que a primavera e o verão são um “antídoto” para a depressão. Esta ideia tem fundamento científico, o Sol ativa a circulação sanguínea, estimula o sistema hormonal, ativa o sistema nervoso, os raios ultravioletas inibem a produção de melatonina, que é o hormónio responsável pelo sono, evitando assim os sinais de cansaço e sonolência durante o dia, todos estes indicadores associados promovem a sensação de bem-estar, nas estações quentes.

Existem, no entanto, outras razões que justificam, de alguma forma, o aumento da depressão ou tristezas nas estações frias. Os nossos seniores dizem que é da “queda da folha” - é a sabedoria popular, no seu melhor. Contudo, não é o inverno, enquanto estação do ano, que faz aumentar a depressão, mas

principalmente o que culturalmente esta estação nos traz. No inverno, anoitece mais cedo, faz muito frio, não se pratica tanto desporto, nem se sai para beber um cafezinho ao final do dia, as pessoas isolam-se mais em casa e, como tal, tem-se mais tempo para “ruminar” nos problemas. Depois, é no inverno que temos o Natal, época da família, de união; quando se tem um problema, este ganha outras proporções, nesta época festiva.

E é por tudo isto que a depressão, quando já existe, tende a agravar-se nesta época do ano e as “simplesmente tristezas” tendem a aumentar. Para combater esta natural tendência, devemos continuar a conviver, mesmo no inverno, praticar desporto, ler, fazer trabalhos manuais, passear, fazer caminhadas com amigos e viver com otimismo. Estes são apenas alguns bons antídotos para as “simplesmente tristezas”. Quanto às depressões, é importante consultar sempre um médico, dificilmente se pode curar de uma depressão sozinho.

### Recomendações de leitura:

- “Será Depressão ou Simplesmente Tristeza”, de Pedro Afonso.
- “Educar para o Otimismo”, de Helena Marujo, Luís Neto e Maria Perloiro.
- “Tranquila-Mente”, de Vítor Rodrigues.



Sónia Costa

Psicóloga do Desenvolvimento e da Educação

# PASSATEMPOS

## SOPA DE LETRAS



## SUDOKU

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 6 | 4 |   |   |   |   |   | 2 |
| 2 |   |   | 4 |   | 3 | 9 | 1 |   |
|   |   | 5 |   | 8 |   | 4 |   | 7 |
|   | 9 |   |   |   | 6 | 5 |   |   |
| 5 |   |   | 1 | 2 |   |   |   | 8 |
|   |   | 8 | 9 |   |   |   | 3 |   |
| 8 |   | 9 |   | 4 | 2 |   |   |   |
|   | 7 | 3 | 5 |   | 9 |   |   | 1 |
| 4 |   |   |   |   |   | 6 | 7 | 9 |



## CURIOSIDADES

### Sabes quem inventou a primeira bola?

Foi inventada pelos chineses no século IV antes de Cristo. Diz-se que um dos cinco grandes governantes da China na Antiguidade, Fu-Hi, compriu várias raízes duras para formar uma massa esférica, recoberta com pedaços de couro cru: estava inventada a bola! A primeira coisa que fizeram com esta bola foi simplesmente passá-la de mão em mão.

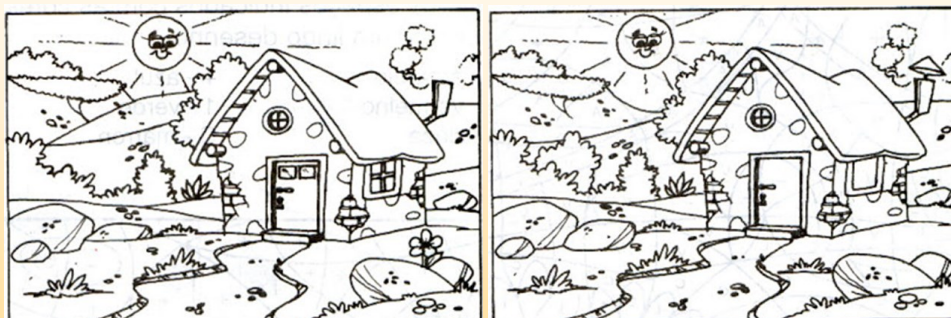


### Sabes que:

1. Uma girafa pode limpar as suas orelhas com a sua língua de 50 cm?
2. O tubarão é o único peixe que pode piscar os dois olhos?
3. Os camarões têm o coração na cabeça?
4. O material mais resistente criado pela natureza é a teia de aranha?
5. A formiga levanta 50 vezes o seu peso, e puxa 30 vezes o seu próprio peso?



## DESCOBRE AS 7 DIFERENÇAS



LÊ OS PALÍNDROMOS (DA ESQUERDA PARA A DIREITA E DA DIREITA PARA A ESQUERDA):

Anotaram a data da maratona.

Rir, o breve verbo rir.

O céu sueco.

A cara rajada da Jararaca.

Saíram o tio e oito Marias.

## PATROCÍNIOS



### CÂMARA MUNICIPAL DO CADAVAL

#### O refeitório nos jardins-de-infância e escolas do 1º Ciclo

Os refeitórios escolares, espaços físicos e sociais, têm vindo a assumir, ao longo dos últimos 16 anos, um papel crescente nas escolas do Concelho do Cadaval, assumindo-se hoje como um espaço central nas atividades de animação e apoio à família nos jardins-de-infância e escolas do 1º Ciclo.

No início, eram apenas espaços onde os alunos, que residiam longe da escola, consumiam os alimentos que traziam de casa.

As novas medidas de apoio para construção, valorização e apetrechamento dos espaços escolares, os programas de financiamento e acesso às refeições, o movimento de encerramento de escolas, mas sobretudo o novo modelo de organização social, vieram alterar de forma substantiva este panorama e passámos a ter hoje uma oferta generali-

zada de serviço integral de refeições escolares.

O momento da refeição deve caracterizar-se como um tempo precioso de prazer e convívio, de múltiplas aprendizagens em que as crianças vão conquistando uma importante competência de saber estar à mesa, nas suas múltiplas vertentes, como seja apreensão de bons hábitos alimentares e regras de conduta social. Simultaneamente, a refeição escolar assume-se como um contributo para a melhoria do estado de saúde global das nossas crianças, ainda como forma de colmatar carências nutricionais de uma faixa etária que tem hábitos pouco ajustados e, por último, como forma de apoiar as famílias do nosso Concelho, uma vez que o preço da refeição é comparticipado pelo Ministério da Educação e pela Autarquia e pode ainda ter uma redução parcial ou total, nos casos de carência económica.

No ano letivo 2013/2014, temos 12 refeitórios a funcionar, totalmente concessionados em termos de fornecimento, com um total de 31 pessoas afetas, servindo 595 refeições diárias, o que representa 79% dos alunos do pré-escolar e 1º Ciclos do Concelho.

*Dr.ª Teresa Porfírio*

## CAIXA DE CRÉDITO AGRÍCOLA MÚTUO DO CADAVAL



**Caixa Agrícola do Cadaval**  
**Estamos com a juventude**