

ECOS - N.º 33 - maio de 2014 - Jornal do Agrupamento de Escolas de Saboia - 50 ecos

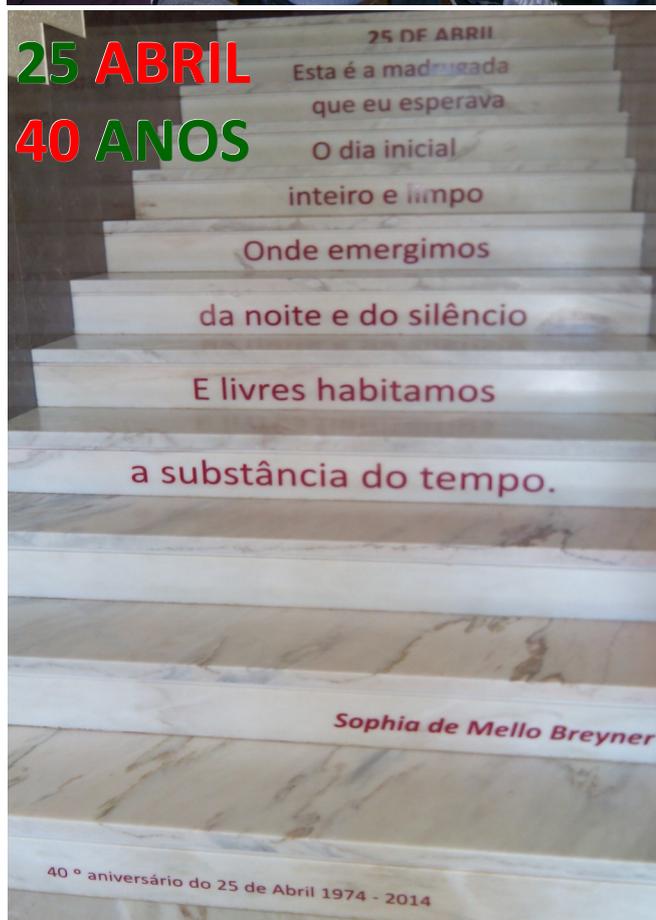
Parlamento dos JOVENS



CARNAVAL DAS ESCOLAS



25 ABRIL
40 ANOS



**HORA DO CONTO VISITA
AOS BOMBEIROS VALENTI-
NE'S DAY DIA DO PAI PRO-
JETO RIOS CARNAVAL DES-
PORTO AMBIENTE SAÚDE
ODEMIRA A LER + BIOGRA-
FIAS 25 DE ABRIL ITEC (...)**



página
internet



ecos edição eletrónica

facebook





EDITORIAL

Caros leitores, sejam bem-vindos ao nosso/vosso renovado ECOS. Renovado não só pelo novo logotipo, uma criação da nossa aluna Paula Fraustein do 7.º ano, mas também e sempre pelo relato das atividades e acontecimentos que ocorrem um pouco pelos diferentes níveis e escolas que constituem este agrupamento. Voltamos com muitas notícias referentes à diversidade do trabalho realizado durante o segundo período. Esperamos que continuem a ser do vosso agrado. Desejamos a todos os alunos e alunas um ótimo resto de ano letivo e... BOAS leituras para todas e para todos!!

O Clube dos Media

FICHA TÉCNICA

Responsáveis pela Edição:

- Clube dos Media
- Departamentos de Líng., Exp., CSH, MCE, 1.º Ciclo e Pré-escolar
- Equipa PTE

Impressão:

- Reprografia da EB de Sabóia nº1

Colaboradores:

- Turmas: 5ªA, 6ªA, 7ªA, 8ªA, 9ªA e 9.º B, Brigada da Saúde
- Diretor José Ribeiro
- Professores(as) Fátima Fernandes, Rosália Ribeiro, Patrícia Pais, Vanda Ribeiro, Amélia Pais, Manuela Mendonça, Natália Pinela, Luís Amaral, Sónia Encarnação, Sónia Pinto, Gabriela Souto.

Tiragem:

- 100 exemplares / dezembro de 2013



Projeto iTEC em Saboia ciclo 5 de pilotagens

Pelo 4º ciclo de pilotagem consecutivo, a nossa escola participou no projeto iTEC, contando com o envolvimento da disciplina de Ciências Naturais e a turma do 9ªA que já participou nos ciclos 3 e 4.

No ciclo 5 de pilotagens do projeto iTEC o cenário de aprendizagem, proposto para o nosso país, foi "Utilização de tecnologias para enriquecer os processos de ensino e de aprendizagem" e a história de aprendizagem relaciona-se com a criação de um Website.

As escolas / turmas envolvidas foram neste ciclo desafiadas a atingir o nível 4 do "Modelo de Maturidade em Inovação" proposto pelo FuturLab, que prevê os seguintes aspetos "Tecnologias ubíquas, integradas, perfeitamente interligadas apoiam as escolhas personalizadas dos alunos para lá da sala de aula. O ensino e a aprendizagem estão constituídos, interligados e organizados em torno dos alunos. Os alunos assumem o controlo da sua aprendizagem utilizando tecnologias para a gerirem". Neste contexto, as atividades abordam objetivos de aprendizagem que vão para lá das capacidades tradicionais da disciplina, o que implica capacidades transversais para o século XXI, como a resolução colaborativa de problemas. Em termos Pedagógicos, pretende-se que o ensino e a aprendizagem sejam à distância, "com acesso à rede e organizados em torno do aluno, fazendo a ponte entre a aprendizagem formal e informal, através de uma aprendizagem heurística, alargada e produtiva." O aluno fica com o controlo da sua aprendizagem, utilizando as tecnologias para a gerir, escolhendo os recursos ou ferramentas apropriados para apoiar a sua aprendizagem.



O Ciclo 5 de pilotagens iTEC, decorreu no decurso do segundo período e, tendo em conta que os conteúdos do 9ºano de Ciências Naturais, o tema escolhido foi "Opções que interferem no equilíbrio do organismo". A turma esteve organizada em 4 equipas e, dentro deste tema, cada uma escolheu um subtema - álcool, drogas ilícitas, obesidade / alimentação equilibrada; atividade física / sedentarismo... depois das atividades de aprendizagem "sonhar", "explorar", "mapear", "fazer", "perguntar", "refazer", chegou a fase "mostrar", ou seja, divulgar os websites criados. Para além destes terem sido "mostrados" em casa à família, através do Facebook a amigos e conhecidos e outros alunos iTEC, a colaboradores externos, na escola a professores e colegas, também o serão, no dia 3 de abril, no âmbito das Jornadas Escolares 2014, em Odemira.

Conheça melhor os pormenores da nossa participação no ciclo 5 de pilotagens do projeto iTEC e os websites criados nos seguintes links:

- <http://equipaverdesaboia.weebly.com/>
- <http://itecsaboiamostarda.wix.com/teste>
- <http://saude-em-movimento.weebly.com/>
- <http://itecequipazul.weebly.com/>
- <http://itec5-saboia.weebly.com/>

Ficam os especiais agradecimentos aos colaboradores externos Dr. Jorge Freitas (médico), Dra. Joana Pereira (nutricionista) e Raul Lourenço (área do desporto).

Por lapso, no 1.º período, não publicámos os trabalhos enviados pelos alunos do primeiro ciclo de Santa Clara. Aqui fica o nosso mais sincero pedido de desculpas e... a publicação dos mesmos!

O Halloween na nossa escola

Quando todos chegámos à escola a professora pintou-nos a cara, uns de monstros outros com aranhas e morcegos, porque era dia das Bruxas.

Depois fomos pesquisar uma receita de bolinhos (dedos de bruxa) para fazermos para o nosso lanche. Copiámos a receita e prepararmos os ingredientes e os materiais necessários para confecionarmos os nossos bolinhos. Depois dos ingredientes dentro da tigela, batemos até a massa ficar boa. Moldamos a massa em forma de dedos e de olhos, depois foi ao forno a cozer. Ficaram deliciosos. Foi um dia muito divertido.

Fica a nossa receita para quem quiser fazer

“Dedos de bruxa”

Ingredientes:

500gr de farinha
200gr de açúcar
200gr de manteiga sem sal, amolecida
2 ovos
Chocolate em barra e amêndoas



Preparação: Numa tigela bate-se os ovos. Junta-se o açúcar e a manteiga, e mistura-se bem. Por fim deita-se a farinha e amassa-se até formar uma massa compacta. Liga-se o forno a 180º. Fazem-se rolinhos com pedacinhos de massa, marcam-se as falanquetas com uma faca e calca-se a ponta onde se vai colocar a unha. Leva-se ao forno uns 15 minutos. Depois derrete-se um pouco de chocolate, coloca-se nas cavidades e põe-se a amêndoa por cima.

Dia de todos os Santos

No dia 1 de novembro, Dia de todos os Santos, não quisemos perder a tradição da nossa terra e juntos com o pré-escolar fomos pela aldeia, de porta em porta, ao “Bolinho-bolinho cá para dentro do meu saquinho”.



Foi muito divertido e deram-nos muitos “docinhos”, obrigada a toda a população de Santa Clara que colaborou.

Os alunos da Escola Básica de Santa Clara-a-Velha

O Jardim de Infância de Saboia realizou durante o segundo período algumas atividades que muito gozo deram às suas crianças!

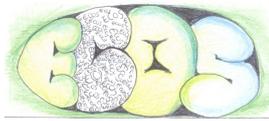
“NÚMEROS E LETRAS”, em Pereiras

CARNAVAL



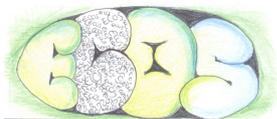
VISITA AO QUARTEL DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIO DE ODEMIRA





DIA DO PAI





Visita aos Bombeiros

No dia 13 de fevereiro nós, os alunos do **Jardim de Infância de Luzianes**, fomos aos Bombeiros de Odemira.

Começamos por visitar o espaço museu onde vimos uma carroça e carros antigos.

Depois fomos visitar outros espaços no quartel, acompanhados pelo bombeiro Manuel Mendonça.

Ficamos a saber que há carros para apagar os fogos e outros para os acidentes. Aprendemos que as ambulâncias servem para transportar os doentes.



O Bombeiro mostrou-nos como funcionam e para que servem. E por fim pôs a sirene do carro dos bombeiros a apitar.

Seguiu-se o almoço na esplanada no edifício dos Bombeiros regressamos a casa sabendo muito mais coisas sobre os Bombeiros e como eles são importantes em momentos da nossa vida, prestando-nos auxílio.



Do que gostamos mais:

Gostei de ver a luz azul das sirenes(Nana)
Gostei dos carro dos bombeiros (Carlotta)

Gostei de ver o carro que apaga os incêndios urbanos(Ananda)

Gostei do Bombeiro do capacete amarelo (Beatriz)

Gostei de ver os Bombeiros ajudam as pessoas quando estão em perigo (Francisco)

Gostei de experimentar o capacete dos bombeiros (Milene)

Não gostei de ouvir o barulho da sirene (Afonso)

Gostei muito de subir á cabine do camião que apaga os incêndios(Gabriel)

Gostei de entrar na ambulância(Joana)



CHEGOU a PRIMAVERA..



No dia 21 de março comemoramos o Dia da Àrvore e a chegada da Primavera com um passeio pelas margens da ribeira que atravessa a nossa Aldeia. Conjuntamente com os colegas do 1º ciclo realizamos as atividades neste dia que incluiu um pequeno lanche no campo.



Divertimo-nos muito!

Apanhámos flores, folhas, plantas e outros elementos da natureza.

Trouxemos para a escola.

Então aí realizámos lindas composições de PRIMAVERA com as recolhas que fizémos.

Com uma lupa pudemos observar pormenor como são as pétalas da papoila, o musgo, folhas, ...

Jardim de Infância de Luzianes



CARNAVAL DAS ESCOLAS

O Jornal Ecos entrevistou a professora Sílvia Fernandes, que leciona o 4.º ano na escola de Saboia.

Clube: Quem é que participou no desfile?

Prof.ª Sílvia: O pré-escolar e o primeiro ciclo.

C: Quando é que começaram a fazer os fatos?

PS: Desde o início do 2º período.

C: Qual foi o tema?

PS: Ambiente, cultura e tradição.

C: Com que materiais foram feitos os fatos?

PS: Com materiais reciclados.

C: Os alunos fizeram os fatos sozinhos ou tiveram alguma ajuda?

PS: Tiveram ajuda de professores, de auxiliares e de pais.

C: Qual o objetivo em participar no carnaval?

PS: O objetivo é manter a tradição.

O Jornal Ecos entrevistou também a professora Vanda Ribeiro, que leciona na escola de Luzianes.

Clube: Quem participou no desfile?

PV: As escolas e jardins de Luzianes, Santa Clara e Saboia.

C: Quando é que começaram a fazer os fatos?

PV: Desde há duas semanas.



C: Qual foi o tema?

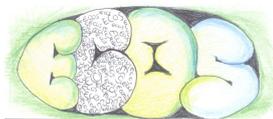
PV: Costumes e tradições.

C: Os alunos tiveram ajuda de alguém?

PV: Sim, tiveram ajuda dos professores.

Mara e Margarida, 7.º A





CONCURSO CONCELHIO “ODEMIRA A LER+”

Foram selecionados os alunos de 1.º ciclo que irão representar a escola no **Concurso de Leitura “Odemira a Ler +”**, no dia 23 de abril na Biblioteca José Saramago, em Odemira.

Assim, do **3.º ano** de escolaridade, e que irão ler um excerto de “O Mercador de coisa nenhuma”, de António Torrado:

- **Nitacha Marie Köhnke** (E.B.1 de Luzianes Gare)
- **Jéssica Filipa Pereira Nobre** (E.B.1 de Luzianes Gare)

E do **4.º ano** de escolaridade, que irão ler um excerto de “O gato e o escuro”, de Mia Couto:

- **João Pedro Miquelino Romão Valério** (E.B.1 de Luzianes Gare)
- **Catarina de Matos Azevedo** (E.B.1 de Saboia).



No dia 14 do março o 5.º ano realizou a segunda eliminatória do concurso concelhio "Odemira a Ler+". Na primeira eliminatória, a nível de turma, foram selecionados os alunos Carolina Coelho, David Pedras e Joana Guerreiro. Nesta eliminatória ficaram apurados a **Carolina Coelho** e o **David Pedras** que irão representar este ano escolar na grande final do concurso a

ser realizada no dia 23 de abril na biblioteca municipal José Saramago, na sede de concelho.

Nesta eliminatória, que se realizou na biblioteca da nossa escola, o júri foi a professora Camila Lopes, e o professor de música Paulo Botelho, e a ajudante D. Fernanda.

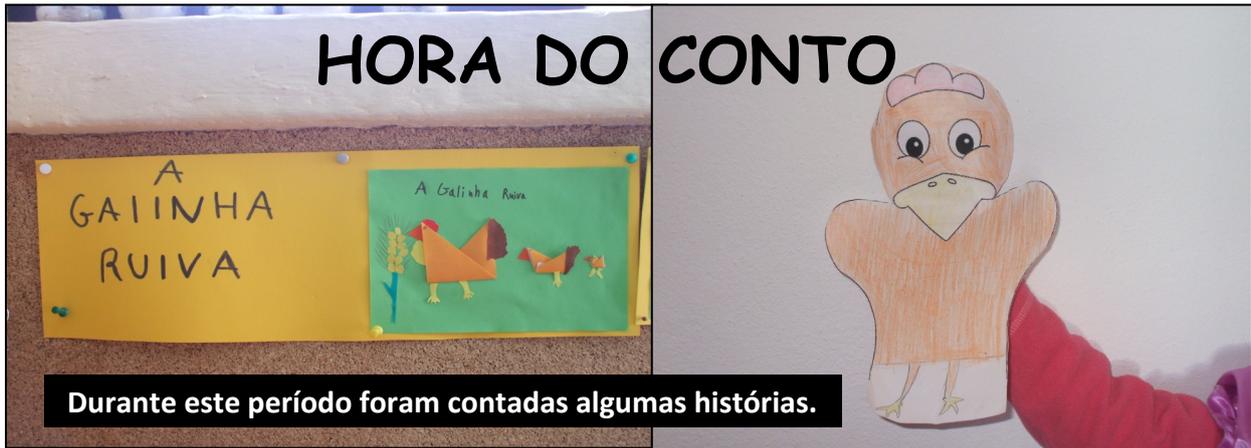


No decorrer do mês de março foi a vez do 6.º ano. Os selecionados foram o **André** e a **Daniela**.



Na grande final apenas compareceram os alunos de 5.º ano que, apesar da dignidade com que nos representaram, não se sagraram vencedores. Essa honra coube a alunos de S. Teotónio.

Mara, clube



Durante este período foram contadas algumas histórias.

“A galinha ruiva”, de Leo Timmers

Contado na E.B.1 de Luzianes Gare, onde foram feitas composições com origamis de galinhas e na Biblioteca Escolar aos alunos dos J.I. de Saboia e de Luzianes Gare que construíram fantoches de papel.

“Todos no Sofá”, de Luísa Ducla Soares

Contado no âmbito da atividade “Números e leituras” que envolveu todos os alunos dos Jardins de Infância e das Escolas de Primeiro Ciclo em que os mais novos coloriram os animais da história e fizeram contagens decrescentes dos mesmos e os mais velhos escreveram quadras tendo como exemplo as da história.



DIA INTERNACIONAL DA POESIA E DIA DA ÁRVORE

Para comemorar o dia Internacional da Poesia e o Dia da Árvore, foram espalhados pela E.B.2,3 de Saboia alguns poemas com os quais foi também elaborada uma **“Árvore Poética”**, em colaboração com as professoras Carla Pontes e Ana Moreira e também com o aluno Marco Guerreiro, do 5.º A.



Joana, 5.º A



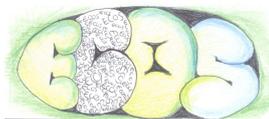
Carolina Coelho, 5.º A



Mariana, 5.º A



Mónica, 5.º A



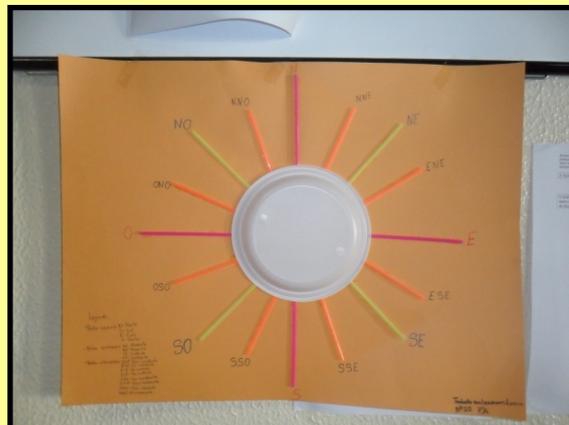
Em busca do rumo certo – 7.º A

A localização dos factos geográficos é uma competência que se desenvolve desde o nascimento. A interação que estabelecemos diariamente com o meio ajuda a construir o conhecimento do espaço. Saber o que existe e onde é o quadro de referência que nos permite tomar consciência do mundo à nossa volta.

Assim, no âmbito da disciplina de Geografia, foi proposto pelo docente Luís Amaral, aos alunos do 7.º A, a realização de uma rosa-dos-ventos. De referir que foram elaborados trabalhos de grande qualidade. Assim,

a vencedora foi a aluna Luana Silvestre, número dez. A aluna número catorze, Mariana ficou em 2.º lugar e a aluna Paula, número dezasseis, classificou-se na 3.ª posição. A exposição das mesmas realizou-se durante a primeira semana do 2.º período.

O projeto teve como finalidades confrontar, de forma lúdica, os alunos para situações da sua vida escolar e social; modificar a clássica relação professor-aluno; favorecer a formação integral e cultural dos alunos; motivar os alunos do 7.º ano de escolaridade para as questões relacionadas com a Geografia.



Geografia 7.º A – Professor Luís Amaral

“SEXUALIDADE” - PALESTRA

No dia 7 de janeiro, terça feira, os alunos do sétimo ano assistiram a uma palestra subordinado ao tema "Sexualidade", que foi apresentada pelos enfermeiros Conceição e Hugo, do Centro de Saúde de Odemira.

Os enfermeiros começaram por abordar os aspetos fisiológicos da sexualidade, fazendo perguntas sobre os sistemas reprodutores masculino e feminino, sobre a puberdade, os efeitos do consumo de álcool e outras substâncias psicoativas no comportamento dos adolescentes. Mostraram ainda uma curta metragem sobre uma jovem alentejana portadora do VIH, sobre a forma como ela se relaciona há 19 anos com a doença e também o modo como se adaptou a todas as alterações e também às pessoas em seu redor.

Acho que os meus colegas poderiam ter participado mais ativamente, mas se calhar, o assunto não os despertou tanto como a mim, que intervi ativamente com inúmeras questões.

Pessoalmente, acho que seria muito importante que houvesse outras palestras que continuassem a abordar estes assuntos. Além de que foi uma aula diferente, especial.

Sebastian - 7ºA

HISTÓRIA DO TITANIC



O Titanic foi um navio transatlântico, construído nos estaleiros em Belfast, na Irlanda do Norte. Na noite de 14 de abril de 1912, durante sua viagem inaugural, entre Southampton, na Inglaterra, e Nova Iorque, nos Estados Unidos, chocou com um iceberg no Oceano Atlântico e afundou duas horas e quarenta minutos depois, na madrugada do dia 15 de abril.

Até ao seu lançamento em 1912, ele fora o maior navio de passageiros do mundo. Com 2.240 pessoas a bordo, o naufrágio resultou na morte de 1.517 pessoas, sendo considerado a maior catástrofe marítima de todos os tempos.

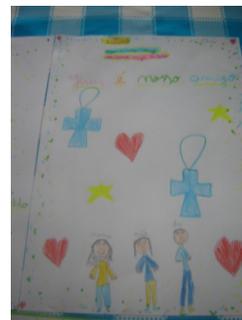
O Titanic estava provido de algumas das mais avançadas tecnologias disponíveis da época e foi popularmente referenciado como "inafundável" - na verdade, um folheto publicitário de 1910, da White Star Line, sobre o Titanic, alegava que ele fora "concebido para ser inafundável". Foi um grande choque para muitos, o facto de que, apesar da tecnologia avançada e experiente tripulação, o Titanic não só tenha afundado como causado grande perda de vidas humanas.

Andreia, Mariana e Rafael, 9ºA



A crescer e participar com EMRC

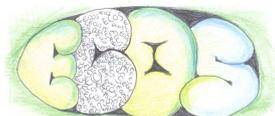
Detalhe da expressão plástica dos alunos 1º Ciclo de Santa Clara sobre Jesus luz do mundo.



Participação nos encontros da Missão Popular na Comunidade de Saboia.



Os alunos do 3º ciclo elaboram Power Points sobre o tema - Religiões abraâmicas.



No passado dia 12 de março, a nossa escola organizou o I Torneio Concelhio de Desportos de Raquetes.



E agora... alguns momentos de boa disposição e descontração!!!

Estiveram presente as escolas de S. Teotónio e o Colégio de Vila Nova de Milfontes.

Neste torneio estiveram envolvidos 48 atletas que participaram com bastante entusiasmo e fair play, tanto em ténis de mesa como em badminton, como podemos ver nas fotos de alguns dos momentos mais decisivos.



E agora... AS CLASSIFICAÇÕES:

Na modalidade de **ténis de mesa:**

Iniciados Masculinos

- 1.º lugar – Bernardo Mateus - Colégio de V. N. Milfontes
- 2.º lugar – João Santos – EB de Saboia
- 3.º lugar – Rodrigo Barão – EB de Saboia



Infantis B masculinos

- 1.º lugar – Colégio de Vila Nova de Milfontes
- 2.º lugar – Colégio de Vila Nova de Milfontes
- 3.º lugar – Colégio de Vila Nova de Milfontes

Infantis A masculinos

- 1.º lugar – Colégio de Vila Nova de Milfontes
- 2.º lugar – EB S. Teotónio
- 3.º lugar – EB S. Teotónio

Na modalidade de **Badminton:**

Infantis A femininos

- 1.º lugar – Joana Guerreiro — EB Saboia
- 2.º lugar – Alice Costa – S: Teotónio
- 3.º lugar – Mariana Duarte—EB Saboia



Infantis B femininos

- 1.º lugar – EB S. Teotónio
- 2.º lugar – Margarida Cortes—EB de Saboia
- 3.º lugar – Celine Mesecke—EB de Saboia



Iniciadas femininos

- 1º lugar – S. Teotónio
- 2º lugar – Joana Paulino—EB de Saboia
- 3º lugar – S. Teotónio



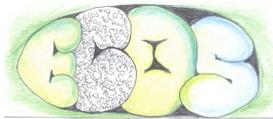
Iniciados masculinos

- 1.º lugar – Tiago Cortes
- 2.º lugar – S. Teotónio
- 3.º lugar – Colégio de Vila Nova de Milfontes



Participaram ainda, nos escalões de **Juvenis**, os alunos Dan Turcanu, Telma Rodrigues e Diana Silva que tiveram uma excelente participação.

A todos os parabéns pelo desempenho!!!



Problema do mês

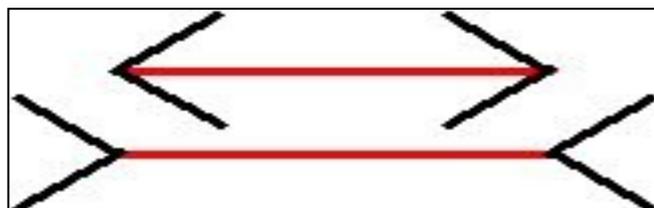
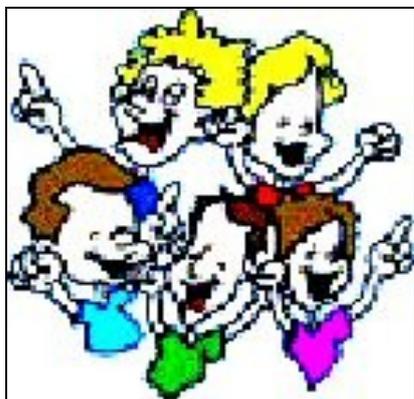
As Camisolas do Rui

As camisolas do Rui são todas **verdes**, menos duas; são todas **azuis**, menos duas; são todas **vermelhas**, menos duas.

Quantas camisolas de cada cor tem o Rui?



Ri-te.com.matematica Impacto Visual

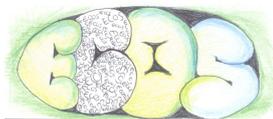


P: Porque se suicidou o livro de matemática?

R: Porque tinha muitos problemas!

Será que as linhas têm o mesmo comprimento? Não parece pois não? Mas têm!!

O tamanho aparente de um objeto é permanentemente influenciado por outros objetos que atuam opticamente. Esta influência mútua é igualmente válida para superfícies, distâncias e ângulos.



Matemáticos Famosos

Blaise Pascal



Nascido em 1623, Blaise Pascal, foi um matemático francês do século XVII.

Com 12 anos já tinha dominado os **Elementos de Euclides – fundamentos da Geometria**. Não frequentou a escola durante muito tempo, pois o pai manteve-o em casa e ensinou-lhe a literatura e as descobertas científicas.

Em 1645, Pascal inventou e vendeu a primeira calculadora. Inventou também a seringa e a prensa hidráulica.

Em 1647, pouco depois de ter publicado o seu célebre **Ensaio sobre Cónicas**, desistiu do estudo da matemática devido ao seu estado de saúde. Depois disso interessou-se por probabilidades para os seus jogos.

Em 1654, entrou num mosteiro e retomou a matemática. Em 1658, deixou o mosteiro, continuou o seu estudo nas áreas de probabilidades e de cálculo.

Aos 39 anos, Pascal morreu de cancro no estômago.

UM ESCRITOR NA NOSSA BIBLIOTECA

No dia 24 de abril recebemos na nossa biblioteca o escritor Pedro Surumenho que nos brindou com a apresentação do seu livro “A fuga da ervilha”.

Para além deste livro o escritor já publicou outras obras e hoje contou-nos várias histórias acerca delas.

Os alunos adoraram esta visita. Esperemos em breve ter mais visitas agradáveis!

Euclides



Euclides ficou famoso por ter escrito “**Os Elementos**”, ao todo 13 livros, onde registou os resultados matemáticos conhecidos na altura, ou seja, por volta do século III a.C.. Embora tenha incluído nesta obra resultados seus e demonstrações de outros, que ele melhorou, a grande proeza foi realmente ter escrito uma obra que funcionou como suporte da Geometria durante cerca de 2000 anos.

A Geometria Euclidiana assenta em axiomas que são afirmações aceites como verdadeiras, deduzindo-se a partir deles todos os outros resultados (teoremas). Poderia comparar-se a um jogo em que as regras são os axiomas.

Um dos axiomas de Euclides, aquele que afirma que por um ponto exterior a uma reta passa uma e só uma reta paralela à reta dada, gerou grande polémica e foi estudado por muitos matemáticos ao longo de cerca de 2000 anos.

ÚLTIMA HORA!



Valentine's Day

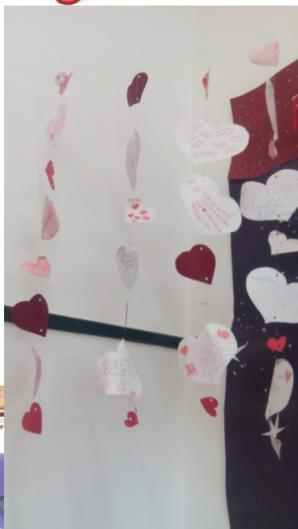
No dia 14 de fevereiro comemorou-se o dia de S. Valentim com a realização de algumas atividades durante a hora de almoço. Assim, foram declamados poemas de autores portugueses recolhidos anteriormente pelos alunos de 5.º e 6.º ano nas aulas de Português, e pela prof.ª Sónia Encarnação.

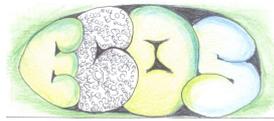
O 5.º e o 6.º, ao nível da disciplina de Inglês, colaboraram cantando a música "All you need is love", dos The Beatles.

As turmas do terceiro ciclo também participaram, recolhendo e declamando, na rádio, poemas de autores portugueses e de expressão portuguesa, em articulação com a biblioteca e clube da rádio.

O aluno Marco Guerreiro, do 5.º ano, fez um semi-frio alusivo ao tema na disciplina de Culinária.

Ao nível da AEC de Inglês os alunos do 1.º ciclo enfeitaram a sua sala de aula com mobiles em forma de coração com poemas em inglês.





O Amor

O Amor é como as ondas do mar
A baterem na costa...
Quando acordo e vejo o sol a entrar
Pela janela do meu quarto...

Uma rosa vermelha enche
O meu coração de amor
E alegria quando amo alguém de verdade.

Quando sinto algo por alguém
O meu coração fica cheio de amor
E de seguida nasce uma estrela no céu.

Mónica Pacheco, 5.º A

O amor que eu sinto por ti...

O meu coração está cheio,
Cheio de amor para dar
Os teus olhos deixam-me
Afundar neles, o amor que
Eu sinto por ti é indescritível.

O amor que eu sinto por ti
Deixa-me afundar no lago de amor.
Nunca te vou deixar sair
Do meu coração, tu deixas-me
Louca, nunca poderei
Parar de pensar em ti...

O amor que eu sinto por ti
É como um fogo a arder em mim.
O meu coração está louco
Quando eu te vejo...
O amor que eu sinto por ti
É como uma flor que nunca morre!

Josefine Kreidl, 5.ºA n.º 8

São Valentim

O amor é uma amizade
Que arde por dentro e por fora
O amor é contínuo sem ninguém separar
Todo amor tem de ser verdadeiro!
O coração é de quem sente
O coração é de quem ama!
O amor é uma eternidade profunda!

Ariana Costa, 6.º A

Amor

Amor, amor é o que sinto
O que sinto para ti,
Os teus olhos são feitos de chocolate.
A tua paixão é um lago encantado,
Que me afunda num barco de amor.

Ninguém é tão fofo como tu,
Tu és o meu coração.
Deixas-me louca nunca gostei,
doutro alma a viver.

Tu és a minha luz ,
o meu mar a brilhar.
Quando te vejo a olhar
o meu coração começa a bater.

Carolina Hentz, n.º 2, 5.º ano



A terra

Este planeta
De 7 oceanos
Milhões de espécies
Milhões de humanos
A minha sorte
À beira da morte
Dor superada
Apenas por sorte
Tantas mulheres
Iguais a ti
Tanta sorte
Porque te conheci

Tomás Fernandes, 6.º A



A depressão

Depressão é uma doença mental que pode afetar pessoas de todas as idades, sendo mais comum nas mulheres. A depressão pode ser episódica, recorrente ou crónica e conduz à diminuição substancial da capacidade que a pessoa tem em assegurar as suas responsabilidades no dia-a-dia.

As depressões aparecem mais frequentemente em pessoas que:

- Tiveram depressões no passado
- Têm uma história de depressões na família
- Sofreram qualquer tipo de perda significativa (habitualmente de alguém próximo)
- Têm doenças crónicas (hipertensão, asma, trombozes, SIDA, cancro...)
- Habitam com um familiar portador de doença grave
- Têm tendência para a ansiedade e ataques de pânico
- Dependem de substâncias químicas (drogas) e álcool

Quais são os sintomas mais comuns?

- Modificação de apetite (falta ou excesso)
- Fadiga, cansaço e perda de energia
- Sentimentos de inutilidade, falta de confiança, de auto-estima, culpa e de incapacidade
- Manifestações de sintomas físicos, como dor muscular, dor abdominal e enjoo
- Tristeza constante sem razão
- Extrema irritabilidade, raiva e ansiedade
- Dificuldade de concentração
- Pensamentos na morte ou suicídio
- Choro frequente

As depressões podem ser tratadas através de medicamentos, com a intervenção de um psicoterapeuta, ou da conjugação dos dois métodos.

Antidepressivos: medicamentos utilizados em depressões moderadas ou graves, não criam habituação nem alteram a personalidade.

Efeitos:

- Problemas na escola
- Baixa auto-estima
- Adição à internet
- Comportamentos de risco
- Isolamento
- Violência
- Suicídio



Jule, 9.º ano



O 25 de abril visto pelos alunos do 6.º A

De modo a assinalar-se o 25 de abril os alunos do 6º ano resolveram colocar a questão sobre o que é a “Liberdade” junto da comunidade educativa. Ficam aqui alguns registos:

“Liberdade é ir para onde queremos, dizer o que pensamos, respeitando os outros.”

“É poder dizer aquilo que pensas.”

“É viver calmamente e feliz.”

“É a ausência de submissão, agir conforme as nossas determinações, sem ser condicionado por algo ou alguém”

“É o direito à nossa autonomia e independência, a podermos expressar os nossos ideais e opiniões sem sermos censurados, respeitando sempre a liberdade dos outros.”

“É ser independente e termos escolha do que podemos fazer. Mas nós também temos de saber respeitar os outros e as escolhas deles.”

“É ter mais liberdade de expressão”

“É respeitarmos os outros, para eles também nos respeitem.”

CLUBE DOS CIENTISTAS AMBIENTAIS EM AÇÃO ...!



Para além de todas as atividades que costumamos levar a cabo, durante este período também nos dedicamos à luta contra as invasoras!



No passado dia 15 de janeiro realizou-se uma saída de campo para promover a erradicação de invasoras, junto à praia das Furnas, na zona dunar, em Vila Nova de Milfontes, local onde existe o *Plantago Almogravensis*, uma planta endémica em vias de extinção. Esta ação foi acompanhada e apoiada pelos vigilantes da natureza do Parque Natural do Sudoeste e Costa Vicentina e pelo Dr. José Paulo Fonseca. Foi com muito entusiasmo e empenho que todos os participantes se dedicaram a remover acácias e chorões da areia que estão a ocupar aquela zona, colocando em causa a sobrevivência do *Plantago Almogravensis* (ver foto). **As invasoras que se ponham a pau que a "brigada do ambiente" anda aí!**



Para além da iniciativa anterior, também não poderíamos deixar de destacar o nosso acantonamento que aconteceu na noite do passado dia 21 de março. Para além de darmos as boas vindas à primavera, sinalizamos, igualmente, o Dia da Floresta e o Dia da Água. Entre a Gincana da Água e da Floresta, um jogo de futebol com bola gigante em que não se podia jogar com os pés (?!...), um ateliê de trabalhos manuais, uma caminhada noturna, uma sessão de cinema e uma noite atribulada, o convívio e a diversão reinaram, deixando mais umas histórias para recordarmos...

Clube dos Cientistas Ambientais



PROJETO RIOS

No passado dia 18 de janeiro, representantes do Clube dos Cientistas Ambientais deslocaram-se até Santa Clara-a-Velha para observar o estado do rio Mira, por aquelas bandas.

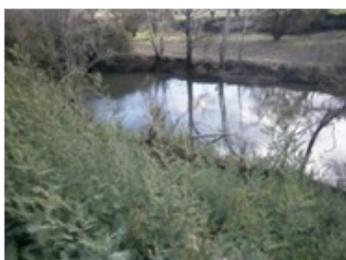


Pudemos constatar que, aparentemente, o nosso rio está de boa saúde - ao cabo de vários anos da nossa "relação" com o rio, pela primeira vez conseguimos observar um caudal considerável de água contínuo, junto ao paredão (espelho de água). Outro aspeto que nos reteve a atenção foi o sucesso da ação sobre as invasoras na margem esquerda nesse mesmo local. No entanto, observando com mais



atenção, conseguimos identificar algumas acácias a ressurgirem com algum vigor, o que deve merecer especial atenção... nós bem tentamos dar conta das menos vigorosas, mas a nossa ferramenta não resistiu à tentativa como podem ver na foto ao lado... enfim, por alto contamos mais de 20 acácias, algumas delas com tamanho considerável. Outro aspeto que nos continua a

desagradar é a existência de lixo proveniente do mercado mensal, que ainda ninguém resolveu... eram muitos os plásticos espalhados por ali. Apesar das acácias que teimam em ressurgir e do lixo, as plantas autóctones como a tamargueira e o loendro estão, em boa hora, a tomar conta daquela margem. Os freixos ali plantados também se estão a desenvolver bem. Parece-nos que, se não nos distrairmos em relação às acácias, naquela zona será uma batalha ganha!



O mesmo não se pode dizer no troço junto à ponte Dona Maria em que, apesar das ações desenvolvidas no sentido de controlar o desenvolvimento das invasoras, estas parecem voltar a dominar a margem esquerda. Neste local, em que as acácias eram a vegetação dominante e o coberto de sementes era considerável, as ações

empreendidas visaram o seu controlo por não ser viável a erradicação, como aconteceu junto ao espelho de água. Não tendo havido o devido acompanhamento do desenvolvimento das invasoras, ou seja, intervenções contínuas para evitar que as plantas se desenvolvessem, esta área parece estar a entrar novamente em desequilíbrio. Apelamos aos proprietários que atuem o quanto antes no sentido de reverter esta situação.



Clube dos Cientistas Ambientais

A BRIGADA DA SAÚDE EM AÇÃO ...

No decurso do segundo período a Brigada da Saúde (BS) continuou a trabalhar em prol da saúde na nossa escola. O 9.º A desenvolveu o seu trabalho no mundo virtual ao criar websites sobre “Opções que interferem no equilíbrio do organismo – álcool, drogas ilícitas, atividade física/sedentarismo e alimentação/obesidade”. O 9.º B assumiu a responsabilidade de atualizar o placard “De Olhos na Saúde”, veiculando informação relacionada com temas como a manipulação genética, violência no namoro, luta contra o cancro, poluição... também tem publicado artigos de interesse no blogue Saúde e Ambiente em Saboia (<http://saude-e-ambiente-em-saboia.blogspot.pt/>). Continuou a gravar programas de rádio sobre temas relacionados com a promoção da saúde.

Por outro lado, esta turma tem estado implicada na monitorização da pressão arterial e peso dos adultos que praticam atividade física na nossa escola, visando um posterior estudo sobre os benefícios da atividade física.



Por isto e muito mais a BS vai bem e recomenda-se!



Parlamento dos JOVENS

Mais uma vez, a nossa escola participou no programa Parlamento dos Jovens, cujo tema este ano, para o básico era: “Drogas – evitar e enfrentar as dependências”.

Em concreto estiveram envolvidas as turmas do 9ºano e os respetivos diretores de turma. A exploração do tema teve início entre setembro e novembro, nas aulas de EPC, envolvendo, nomeadamente, a visualização de filmes, atividades de debate, pesquisa, seleção e tratamento de informação, análises de casos e apresentação de trabalhos. As 2 turmas (9ºA e 9ºB) decidiram elaborar projetos de recomendações e apresentar uma lista às eleições. Nestas turmas, em aulas de Educação para a Cidadania, os alunos constituíram-se em grupo e elaboraram várias propostas de medidas que, posteriormente, foram apresentadas e debatidas a nível da turma. Subsequentemente a este debate, foram eleitas, de entre todas, as três melhores medidas, que vieram a integrar o projeto de recomendação de cada turma. Nesta fase, foram igualmente eleitos, os elementos a integrar a lista representante de cada turma.

Após a fase de debate a nível da turma, a 12 de dezembro, cada turma apresentou a sua lista e respetivas propostas de medidas num debate geral, em que estiveram todos os alunos do 9ºano e alguns do 8ºano, perfazendo um número de 43 alunos e 2 professores. Cada lista apresentou as suas propostas que foram analisadas e debatidas numa assembleia muito participada e dinâmica. Findo o debate, iniciou-se a campanha eleitoral que se estendeu até ao dia 13 de dezembro.



As eleições decorreram no dia 16 de dezembro tendo-se verificado uma participação de **63,6%** dos eleitores inscritos. O número de votos, obtido por cada lista, foi o seguinte: Lista A (9ºA) – 35 votos; Lista B (9ºB) – 28 votos. Assim, aplicando-se o método de Hondt a lista A elegeu 7 deputados, e a lista B, 5 deputados para a Sessão Escolar. Relativamente à Sessão Escolar, esta decorreu no dia 9 de Janeiro tendo estado presentes os 12 deputados eleitos. Nesta sessão foram eleitos os alunos Dan Turcanu, Flora Hentz, Mariana Alexandre e Carina Silva como deputados efetivos, e Telma Rodrigues, como deputado suplente, para a Sessão Distrital.

te, para a Sessão Distrital.

No dia 11 de Março teve lugar a Sessão Distrital onde os nossos deputados assumiram com empenho e dedicação a defesa do seu projeto, tendo mesmo tido um papel de destaque para a riqueza do debate. O projeto da nossa escola foi o terceiro mais votado de entre os dez projetos apresentados a debate.

Apesar da boa prestação dos nossos deputados, a nossa escola não foi eleita para a Sessão Nacional, tendo ficado em lugar de suplente.

Seguem abaixo as medidas que constavam do nosso projeto de recomendações:

1. Criação de um Programa de Educação sobre os consumos nocivos na escola.
2. Formação para Pais (tanto para pais com filhos consumidores como para os outros) e educadores sobre o tema.
3. Análises periódicas, nas escolas, para identificar possíveis consumidores, sendo que todos os dados serão eliminados e unicamente utilizados para encaminhar o aluno para um programa de recuperação.

