

Janeiro 2008

Ano XIX Nº 44

1 Presença

Por cá

Centro Comercial e Praça Camões

Duas reportagens, dois pontos de vista, duas reflexões que se impõem na defesa da vida de uma cidade Pág. 18-19

SOS

Energias Renováveis, Primeiros Socorros e Alimentação Saudável

Palestras, conferências e actividades numa escola activa que pretende formar cidadãos saudáveis, responsáveis, cooperantes e interventivos. Pág. 9,12,13

Parlamento dos Jovens

A nossa Escola acedeu ao convite da Comissão Parlamentar de Educação, Ciência e Cultura para participar nas Sessões do Parlamento dos Jovens, edição de 2008, que têm por tema "Energias alternativas e preservação do ambiente", para o Ensino Básico, e "União Europeia: participação, desafios e oportunidades", para o Ensino Secundário. Pág. 7

Olimpíadas

Pensar e seguir

Matemática e Química foram quebra-cabeças que alguns dos nossos atletas mentais conseguiram resolver. Pensaram, somaram e seguiram. Pág. 14

Em Directo

Dr. Raul Mora

Mudar hábitos alimentares e praticar exercício físico é o desafio que é colocado nesta conversa entre um grupo de alunos e o médico Raul Mora Pág. 22

Outra Presença

Outra Presença on-line foi o primeiro



Verso Reverso Transgénicos

Área de investigação e fonte de polémica é aqui analisada por dois alunos. Será a manipulação genética uma dádiva da ciência ou um risco desnecessário? Pág. 25

Quadras populares

A Escola Abade de Baçal ganhou o 1º prémio e o 3º prémio, no escalão do 3º ciclo. Diana Borges, Cláudia Rodrigues e Vírginia Ferreira, do 7º C ficaram em primeiro lugar, com o poema "S. Martinho" e com o pseudónimo "Castanhas". Pág. 8



Arranque Tecnológico

O uso de novos aplicativos tecnológicos marcou o início deste ano lectivo. Os cartões magnéticos, os quadros interactivos, as máquinas de distribuição alimentar, os kioskes, o registo electrónico dos sumários entraram gradualmente no quotidiano da vida escolar. E vieram para ficar. Ainda é cedo para um balanço, mas estas são situações nas quais a aplicação de novas tecnologias contribui para a rentabilização do tempo, do esforço e dos recursos existentes no meio escolar. Pág. 4-6

PNL - ler ...ler...ler

A nossa Escola foi uma das duas seleccionadas do distrito de Bragança para integrar o Plano Nacional de Leitura. O projecto, da responsabilidade da Área Disciplinar de Português e da Biblioteca da Escola, é constituído por dezassete actividades de carácter variado, implicando os alunos do terceiro ciclo (prevendo o Plano Nacional o alargamento ao ensino secundário), professores de várias áreas disciplinares, encarregados de educação, organismos e entidades da cidade e comunidade educativa em geral. Pág. 10-11

Editorial

Luísa Diz Lopes

O Público na Escola atribuiu ao nosso jovem Outra Presença on-line o primeiro prémio. Foi reconfortante ver reconhecido o enorme esforço que levantar este projecto implicou, acentuado pelas contingências financeiras e logísticas, que nem sempre foram ultrapassadas da forma desejada. Sonhámos e concretizámos. Com a colaboração de muitos conseguimos erguer este projecto. Por isso este prémio é para todos quantos nos apoiaram, confiaram em nós e contribuíram para este sucesso, envolvendo os seus alunos, enviando a sua participação, divulgando este jornal.

Agora é tempo de avaliar o trabalho feito e melhorar nas áreas onde tal for possível. Voltar a sonhar para voltar a concretizar. Esta distinção tem também o mérito de nos incentivar a fazer mais e melhor continuando a perseguir os nossos principais objectivos: ser espelho e desassossego da comunidade escolar; desenvolver competências de escrita, leitura e oralidade; criar cidadãos activos, inconformados e críticos.

Foi esta a perspectiva que nos fez reformular o nosso recentíssimo e premiado Outra Presença on-line. Mantendo em termos gráficos, editoriais e estruturais os traços gerais que o definem, quisemos introduzir-lhe valências que o tornassem mais apelativo, versátil e dinâmico. Nesse sentido, o nosso webdesigner, Rui Garcia, construiu uma nova página, na qual introduziu potencialidades que, esperamos, tornem este jornal mais próximo do querer de todos quantos nos visitem. Depois procedemos à mudança de alojamento e tornámos o acesso a ele mais fácil. Agora o endereço é www.outrapresenca.com. Esperamos a visita de todos e sugestões que nos ajudem a melhorar este trabalho.

Porque nem só de reconhecimento vive este jornal, o prémio monetário que este concurso atribuiu contribuirá para esta melhoria da qualidade que visamos: a aquisição de uma máquina fotográfica profissional e de um módulo de pesquisa para a Biblioteca da Escola incrementará a qualidade das imagens e agilizará o trabalho de pesquisa que os alunos têm de efectuar no decorrer das suas tarefas jornalísticas.

Voltámos a sonhar e concretizámos. Contamos, agora, com o vosso apoio. Visitem-nos, deixem-nos sugestões, enviem-nos trabalhos, participem nos nossos debates no blog, ajudem-nos a crescer e cresçam connosco.

Clube de Jornalismo



Neste ano lectivo, o Clube de Jornalismo cresceu... Os alunos de 10º, apesar do esforço que ser aluno do secundário implica, quiseram ajudar na construção deste projecto, que desde a abertura da versão digital se desdobrou em dois. Os caloiros do 7º ano, vieram espezinar-nos com a sua enorme vontade, o seu dinamismo. Os de 8º decidiram, finalmente, seguir o

exemplo dos colegas do ano anterior. E aqui está a equipa que tem a seu cargo a tarefa hercúlea de dar continuidade a este projecto de informação e comunicação.

Unidos na vontade de fazer mais e melhor, de construir um jornal cada vez mais dinâmico, abrangente e inter-activo, renovámos as duas versões do jornal, a imprensa e



a digital. Esperamos que nos visitem e nos dêem a sua opinião: <http://www.outrapresenca.com>

Temas em discussão em

A Presença de Todos

(www.outrapresenca.blogspot.com)

- Proibição de fumar em lugares públicos
- Que fazer com as novas tecnologias?
- Avaliação dos Professores

Inquéritos

A Presença de Todos

(www.outrapresenca.blogspot.com)

- Concordas com a Lei 37/07, que proíbe fumar em lugares públicos?
- Achas que os sacos plásticos devem ser pagos?
- Gostas da nova imagem do Outra Presença?
- Podem as novas tecnologias limitar a criatividade?

Ficha Técnica

Edição e propriedade da Escola Secundária Abade de Baçal de Bragança

Tel. - 273322163/273322462; email - outrapresencagmail.com; edição online - www.outrapresenca.com; Blogosfera - A Presença de Todos ([outrapresenca.blogspot.com](http://www.outrapresenca.blogspot.com)), Escrevinhar (palavrasdomeudia.blogspot.com), Ler Muito (lermuito.blogspot.com)

Coordenação - Luísa Diz Lopes, Paula Minhoto, Rui Garcia; Criação do Logótipo - Rui Garcia; Webdesigner - Rui Garcia; Grafismo - Luísa Diz Lopes; Desenho de Imprensa - João Anes, Sara Alves; Fotografia - Clube de Jornalismo; Revisão - Clube de Jornalismo e Olinda Oliveira;

Clube de Jornalismo - Adriana Pires, Adriana Alves, Adriana Silva, Ana Lúcia Fernandes, Ana Rita Bernardes, Cláudia Silva, Diana Malhão, Guilherme Sá Pires, Inês Gonçalves, Jéssica Afonso, Joana Teixeira, João Anes, Márcia Afonso, Marisa Martins, Sara Alves, Verónica podence, Virgínia Ferreira, Victor Minhoto

Alunos colaboradores - Alexandre, André Carneiro, Ana Beatriz Delgado, Ana Clara Gonçalves, Ana Cristina Teixeira, Bruna Martins, António Pedro Tomé, Carlos rafael, Cátia Marrão, Cátia Miranda, Cláudia Anes, Filipe, Guilhermina, Helena Ferreira, Joana Seca, João Tomé, João Estevinho, José, Lúcia Mora, Magalie Bernardes, Marisa, Miguel Lopes, Noémia, Pedro Maças, Pedro Gonçalves, Rita Teixeira, Susana Gomes, Tomás Frias;

Professores colaboradores - Alice Pinheiro, Clarinda pires, Fernanda Silva, Otília Afonso, Paula Romão; Outros colaboradores - Orlando Nascimento; Projectos em interacção - Biblioteca, Grupo de Teatro, Desporto Escolar; Clube da Ciência; Clube Europeu; Impressão - Bringráfica

Concurso Nacional de Jornais Escolares

Momentos de glória

João Anes, 11ºB

O “Outra Presença on-line” foi o vencedor no escalão dos jornais electrónicos, no Concurso Nacional de Jornais Escolares, promovido pelo Público. A entrega dos prémios decorreu no dia 28, na Fundação Calouste Gulbenkian, em Lisboa, num auditório repleto com a representação das 26 escolas premiadas.

Os primeiros prémios conquistados pelo ...”psssst?!” do Agrupamento Vertical de Escolas de Airães, “100 Letras”, da Escola Secundária de Leal da Câmara, Sintra, “Trigal”, da Escola Secundária das Taipas, “Outra Presença”, da Escola Secundária Abade de Baçal, Bragança, “Des-alinhado”, da Escola Secundária Inês de Castro, Vila Nova de Gaia, “Janela Aberta”, da Escola E.B. 2,3 de Vila das Aves e “Nosso Mundo”, do Agrupamento Vertical Júlio-Saúl Dias.

Com a presença no palco de Eduardo Madureira, director do “Público na Escola”, Maria de Lurdes Rodrigues, Ministra da Educação, José Manuel Fernandes, director do “Público”, um representante de cada um dos parceiros institucionais deste concurso (Ana Noronha do



Equipa do OP no auditório da Fundação Calouste Gulbenkian

ano, a nossa escola teve a felicidade de conquistar o 1º lugar no escalão dos jornais electrónicos. Além deste, existiam outros dois escalões: um destinado a jornais de escolas básicas e jardins de infância, e outro a es-

melhor design e um outro destinado aos dos melhores jornais premiados do ano anterior. Foi, por isso, com grande satisfação que uma representação da equipa do Outra Presença se deslocou a Lisboa para participar na cerimónia de entrega dos prémios. Mas claro, nem só de trabalho foi feita a travessia – afinal de contas, vivemos em Bragança, 500km afastados da capital. Durante as doze horas (viagem de ida e regresso) numa carrinha de 9 lugares, com o gentil patrocínio da Direcção Regional do Norte, houve momentos de (alguma e relativa) “diversão”. De Bragança saíram, então, Luísa Diz Lopes, coordenadora do Clube de Jornalismo, Rui Garcia, o Webdesigner, Teresa Sá Pires, a Presidente do Conselho Executivo, eu, João , e o Guilherme Sá Pires, os seniores do clube, e a Verónica, a Joana e a Diana, representando os juniores.

E foi com orgulho que subimos ao palco, tocámos o troféu que nos foi entregue pela representante do Ciência Viva e ouvimos a voz do Guilherme, que agradeceu o prémio, felicitou todos os presentes e apontou as linhas que definem o Clube de Jornalismo e o jornal da escola.



No CCB, de visita à colecção Berardo

Projecto Ciência Viva, Vasco Teixeira da Porto Editora, Paula Gris, do Instituto Português do design), o director dos Serviços Prisionais, Rui Sá Gomes, e Marçal Grilo, representando a administração da Gulbenkian, as escolas galardoadas viveram merecidos momentos de glória e foi nota dominante o elogio a esta iniciativa do jornal Público, a vontade de fazer mais e melhor e a importância dos jornais escolares no crescimento e qualidade dos estabelecimentos de ensino.

José Manuel Fernandes salientou o trabalho dos seus primeiros anos como jornalista, a importância da liberdade e a honra que era para o jornal Público organizar este evento. A qualidade dos jornais em global, que dificultou a escolha dos melhores, o tema do próximo concurso, “Que fazer com as novas tecnologias?”, o projecto “escola virtual” que a Porto Editora disponibiliza aos alunos e professores, a importância da ciência no quotidiano das escolas, os clubes de jornalismo como forma de viver a cidadania foram ideias reforçadas pelas entidades presentes. Esta iniciativa, com 17 anos, tem contado com um número crescente de jornais. Este

colas secundárias e/ou profissionais (a nossa escola ganhou, neste escalão, em 2003, um segundo lugar e, em 2005, uma menção honrosa). O júri atribui, ainda, um prémio pelo



À saída do auditório com Directora Regional do Norte





Novo Ano ...

Carlos Rafael, João Albuquerque e Tomás Frias - 8ºB

O início deste ano lectivo na Escola Abade Baçal foi marcado por um grande avanço tecnológico. Os cartões magnéticos, os quadros interactivos, as máquinas de distribuição alimentar, os kioskes, o registo electrónico dos sumários entraram gradualmente no quotidiano da vida escolar. E vieram para ficar. Ainda é cedo para um balanço, mas estas são situações nas quais a aplicação de novas tecnologias contribui para a rentabilização do tempo, do esforço e dos recursos existentes no meio escolar.

Cartões magnéticos

Os cartões são bastante inovadores e simplificaram bastante a nossa vida na escola. Não necessitamos de andar com dinheiro e assim os roubos são menos frequentes. Fomos saber mais sobre o assunto ,também nas outras escolas da cidade, nas quais este sistema já tinha sido implementado, e apercebemo-nos de que: o cartão electrónico vai substituir o dinheiro no interior da escola; as notas e moedas serão quase por completo banidas, pois todos os serviços passam a ser pagos através de um cartão electrónico, o que também acontece com os professores e funcionários; com esse cartão será possível adquirir as senhas de refeição e efectuar pagamentos na papelaria, reprografia e bufete. Segundo Jorge Sousa, do 8ºC " este sistema é muito útil, pois assim já não sou assaltado como sucedeu no ano passado".

Como é que o sistema funciona? Periodicamente, os alunos carregam o cartão nos quiosques. Depois, o valor dos consumos que vão fazendo será descontado, até que se proceda a um novo carregamento. O cartão é pessoal e intransmissível, funcionando, tal como qualquer sistema multibanco através de um código secreto de quatro dígitos.

Com este investimento, os pais passam a ter mais informação sobre os gastos dos filhos e reforça-se igualmente a questão da segurança. É que ao entrar e sair da escola, os alunos devem utilizar o cartão, que é programado para controlar as saídas em função do nível de autorização dado pelos encarregados de educação a cada aluno. Ou seja, em princípio, os pais, através deste sistema podem ficar a saber a que horas o seu filho entrou ou saiu da escola e o que aí consumiu. Podem ainda solicitar facturas dos consumos feitos para efeitos de declaração de IRS. Um encarregado de educação, com quem contactámos, referiu que achava uma ideia muito boa, realçando o facto de que assim se resolve " o problema da circulação de dinheiro ", evitando-se eventuais roubos, esquecimentos ou má gestão. Para além destas, uma outra vantagem no sistema, foi apontada: é uma forma dos alunos se familiarizarem com este tipo de tecnologias de comunicação, que irão encontrar com frequênciano futuro.

O cartão traz, ainda, outras vantagens: eliminação de todo e qualquer tipo de senha ou documento em papel, o que se traduz num benefício para o ambiente; menor possibilidade de enganos nas contas; menor número de funcionários a trabalhar no sector; redução ou mesmo eliminação do pequeno delito (furto de dinheiro, furto de senhas, adulteração de senhas, vendas

de senhas de refeição entre utentes) com benefício para toda a comunidade escolar. Quem parece não estar muito satisfeito é o dono do quiosque junto à escola, pois " assim não tem tanta clientela".

Kioskes

Os *kioskes* são plataformas onde carregamos os cartões e compramos senhas para almoço ou lanche. Tem um sistema de mensagem e permite-nos consultar o saldo entre outras diversas coisas. Soubemos que alguns *Kioskes* Electrónico(s) têm leitura de banda magnética ou de proximidade e, em casos específicos, com validação de utente por reconhecimento através das impressões digitais. Cada utente, a qualquer hora e sem interferência ou qualquer dependência de terceiros, realiza uma série de operações automáticas, e seguras, como:

- Consulta de ementas disponíveis e pré-compra / pré-validação de refeições;
- Consulta de refeições consumidas e a consumir com possibilidade de eliminação de refeições pré-compradas ou pré-validadas que o utente saiba não vir a consumir;
- Consulta de saldos e de contas correntes;
- Consulta de notas;
- Consulta de faltas;
- Consulta de horários escolares;
- Consulta de avisos e informação variada de interesse geral;
- Marcação de ponto.

Livro de ponto electrónico

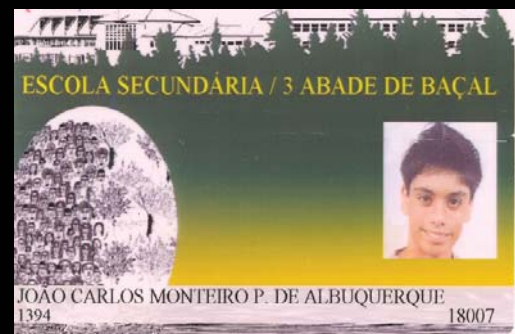
Desde o início deste ano lectivo os professores passaram a utilizar o computador no lugar do livro de ponto. Nesse livro de ponto computadorizado escrevem-se os sumários, marcam-se os testes, as faltas e outras pequenas observações. Este processo visa simplificar algumas tarefas habituais, além de melhorar a comunicação interna e mais uma vez poupar papel.

Quadros interactivos

Se olharmos atentamente para uma sala de informática, nas nossas escolas, verificamos que nelas ainda sobrevive um intruso: o quadro preto e os seus acessórios. Este ainda é o panorama de muitas salas das escolas portuguesas. Estes quadros têm sido substituídos pelos brancos e o giz deu lugar ao marcador. Foi o que aconteceu na nossa escola. As salas do edifício principal têm todas quadros brancos. O passado - presente e o futuro dos métodos de ensino e ferramentas auxiliares convivem lado a lado com esta realidade a preto e branco. Este ano



Portáteis na sala de aula



Cartão do aluno



Monitor



Kiosk

surgiu uma nova ferramenta: o quadro interactivo. Conforme podemos ler na wikipedia: "um Quadro Interactivo é uma superfície que pode



... Novos Métodos

O quadro electrónico interactivo

José Alberto Vieira

reconhecer a escrita electronicamente e que necessita de um computador para funcionar. Alguns quadros interactivos permitem também a interacção com um imagem de computador projectada. São geralmente utilizados no escritório e na sala de aula”

Os quadros electrónicos são usados para capturar apontamentos escritos na superfície do quadro, utilizando canetas próprias para tal que utilizam tinta electrónica, e/ou para controlar (seleccionar e arrastar) ou marcar notas ou apontamentos numa imagem gerada por computador e projectada no quadro vinda de um projector digital. Estão claramente a substituir os quadros negros e os quadros de tinta. Funcionam como um ecrã de computador gigante, ao projectar-se a imagem do computador para o quadro por um projector externo. O computador pode inclusive ser controlado pelo quadro interactivo dado que existem sensores no quadro que, quando activados em diferentes locais, atraem o cursor do rato para lá. Existem três tipos diferentes de quadros interactivos com diferentes formas de controlar o computador através deles: os electromagnéticos, os sensíveis ao toque e os infravermelhos.

Como se pode constatar, estes são casos em que a tecnologia é efectivamente colocada com sucesso ao serviço da educação.

Escola Virtual

Clube de Jornalismo



Sessão de apresentação da Escola Virtual

No dia 17 de Outubro, o projecto “Escola Virtual”, uma plataforma de e-learning, foi apresentado na escola, na sequência do e-Tour, uma iniciativa da Porto Editora, que durante seis meses percorrerá o país, com uma equipa empenhada em divulgar este projecto, que foi recentemente distinguido nos prémios Leitor PCGuia 2007 com uma menção honrosa na categoria “Melhor Software Educativo”.

Este projecto surge como complemento ao estudo e como ferramenta auxiliar no processo de aprendizagem presencial, pois apresenta os diversos conteúdos dos programas das disciplinas sob a forma de aulas interactivas, compostas por blocos informativos, exercícios, anima-

ções, vídeos, imagens que explicam os conceitos fundamentais, tentando facilitar a assimilação dos mesmos.

Nesta apresentação, direccionada sobretudo para professores, foram dadas algumas indicações sobre a forma de efectuar a inscrição neste serviço e as várias possibilidades de navegação existentes. Em seguida a formadora mostrou o exemplo de uma aula de matemática, evidenciando a possibilidade de cada professor editar as suas próprias aulas de forma mais ou menos aberta, conforme desejar.

Este aplicativo permite também a possibilidade de criação de testes com diferentes tipos de questões e com a possibilidade de exportar exercícios para o Word. Desta forma o professor pode personalizar os exercícios

A nossa escola está equipada com quadros electrónicos interactivos. Pela importância que se reconhece na sua utilização, é importante divulgar informações sobre o seu funcionamento.

O quadro electrónico interactivo é um dispositivo de apresentação que é ligado a um computador. Este também é conectado a um projector de vídeo que projecta as imagens do computador no quadro.

Permite aos professores e alunos aceder à Internet, a CD-ROMs e DVDs e usar qualquer aplicação do computador.

O equipamento necessário por sala torna-se dispendioso pois não dispensa quatro elementos: quadro electrónico interactivo; canetas interactivas; PC ou Mac, com ligação USB; projector de vídeo,

Os conteúdos das aulas podem ser preparados, quer antecipadamente, recorrendo a documentos de texto, folhas de cálculo, apresentações, imagens ou vídeos, quer durante o decurso destas, escrevendo no quadro ou recorrendo à galeria da barra de ferramentas. Conteúdos preparados antecipadamente podem ser, ao longo da aula, complementados com novas informações. Basta, por exemplo, usar as canetas interactivas e seleccionar a cor do traço e a espessura ou diversos tipos de marcadores.

As canetas interactivas funcionam como dispositivos apontadores, da mesma forma que um rato, dispondo, tal como este, de botões.

Algumas razões para utilizar o quadro interactivo na sala de aula:

- É muito bom e prático para apresentações em contexto de sala de aula;
- Usa tecnologia recente e os procedimentos básicos e mais usuais são de fácil aprendizagem;
- Os alunos reagem muito

positivamente às novas tecnologias, à grande variedade de funções, de cores e à interactividade;

- Permite fazer educação à distância;
 - Optimiza a rentabilização de um computador, permitindo a sua utilização simultânea por parte dos alunos;
 - Ajuda a desenvolver o pensamento crítico dos alunos, pela interacção que proporciona no grupo;
 - A sua utilização criativa está apenas limitada pelas restrições das aplicações utilizadas;
 - Proporciona a manutenção de uma maior limpeza das salas pois evita-se o uso de giz ou de marcadores de tintas;
 - São adequados para alunos que apresentem alguns tipos de capacidades diminuídas, pois podem usar directamente o quadro ou fazê-lo através do computador;
 - Permite ver fotografias e vídeo para além de, por exemplo, animações em flash;
 - É possível acrescentar informação no quadro, como legendas ou notas, sublinhar, riscar, avivar, etc;
 - Pode-se gravar tudo o que nele foi escrito para poder ser mais tarde utilizado;
 - Estimula a participação dos alunos.
- Há, no entanto, alguns factores negativos a tomar em consideração:
- Exposição a campos eléctricos;
 - Elevado consumo de energia;
 - Tecnologia recente – fiabilidade ainda não suficientemente testada;
 - Cansaço visual elevado para quem está frequentemente exposto ao feixe de luz projectado;
 - Basta que um dos quatro elementos falhe para impedir a sua adequada utilização

Para a televisão...

Guilherme Sá Pires – 11ºA

No dia 4 de Dezembro, esteve presente na nossa escola uma equipa de repórteres com o objectivo de fazer uma reportagem sobre a actividade do Clube de Jornalismo da nossa escola, na sequência do prémio de melhor jornal online do país, que esta publicação recebeu.

Os repórteres do Centro de Produção e Recursos da Direcção Regional do Norte que estiveram na escola são responsáveis pela produção de documentos audiovisuais para o canal TVKTVÊ.

Este é um canal apenas projectado na Internet e que procura divulgar informação sobre acontecimentos relacionados com as

escolas pertencentes à DREN.

Depois de ouvirem a professora Luísa Lopes, dinamizadora do clube, escolheram os alunos mais antigos do jornal para falarem sobre a sua experiência no jornal e darem a sua opinião sobre o prémio ganho.

Foi mais um passo na projecção nacional da nossa escola e da nossa região, que precisa que todas as instituições presentes trabalhem para acabar com o estigma de que, cá em Trás-os-Montes, não se faz nada digno de ser publicitado.

A reportagem pode ser visionada no sítio da DREN, na secção TVKTVÊ na edição do dia 15 de Dezembro.



Clube de jornalismo em reunião e entrevista a João Anes, um dos membros mais antigos do clube

Ano novo, computador novo

Guilherme Sá Pires - 11ºA

No dia 12 de Setembro, abertura oficial das aulas, a nossa escola recebeu o Secretário de Estado da Educação, Dr. Jorge Pedreira, que nos visitou para entregar 96 computadores portáteis com ligação à Internet a professores e aos alunos do 10º ano, no âmbito do programa E-escola e E-professor, uma iniciativa inserida no “Plano Tecnológico”

No seu discurso, a Presidente do Conselho Executivo, Teresa Sá Pires, manifestou o seu agrado pela escolha da escola para assinalar esta iniciativa, destacou o esforço de todos na perseguição do sucesso dos alunos desta escola e do Conselho Executivo em transformar este estabelecimento de ensino num espaço atractivo, acolhedor e plural, diversificando a sua oferta educativa de modo a abranger o maior número possível de alunos.

O Secretário de Estado salientou a importância do uso das novas tecnologias no percurso de formação de todos os alunos e o esforço do governo em facilitar a aquisição de meios informáticos e a adesão à Internet, por considerar estes meios essenciais no sucesso educativo e no crescimento do nosso país.

Seguidamente, foram entregues os portáteis aos alunos e professores que atempadamente fizeram a inscrição e formalizaram a aquisição. A escola preocupou-se em contactar todos os alunos do 10º ano, questionando-os sobre o interesse em aderir a esta proposta, tendo os alunos interessados formalizado a compra junto dos responsáveis da TMN que se deslocaram à escola para o efeito.

Este plano, uma das grandes iniciativas governamentais em curso, prevê a aquisição de cerca de 300.000 computadores portáteis por professores do ensino básico e secundário e por alunos do 10º ano, por 150 euros (ou menos, no caso dos alunos subsidiados), muito longe do preço real do computador. Além disso, os computadores vêm apetrechados com acesso à Internet, fornecido pela TMN, que acresce 17 euros por



Momentos da sessão de entrega dos portáteis: assistência; professor recebe computador; Secretário de Estado; mesa

mês, durante três anos. Embora seja mais odo que o normal, não é de grande qualidade. O Ministério da Educação espera que, com esta, os alunos e os professores possam ver melhoradas, de forma assinalável, as suas possibilidades de sucesso e bom desempenho. Há que salientar que o Ministério escolheu a nossa escola, no distrito de Bragança para a entrega dos computadores pelo secretário de estado.

Para além da presença deste membro do governo, na escola estiveram, também, o Governador Civil, um representante da Câmara Municipal, o Director Adjunto da Direcção Regional de Educação do Norte e o Coordenador do Centro de Área Educativa. No fim da cerimónia, decorreu a recepção aos alunos do 7º ano que foram presenteados, não com computadores, mas com um lanche oferecido pela escola como símbolo de boas vindas.

Salto no escuro

Ana Cristina Teixeira - 10ºB

Arrastávamo-nos, na lentidão dos dias, à espera de crescer.

Na escola parecíamos invisíveis...Ninguém nos levava a sério, mas...

Finalmente aconteceu! Já não somos do básico...

Nunca mais vamos ser “dos pequenos”. Passámos a pertencer ao grupo dos que só têm disciplinas “importantes”. Formação cívica? Área de projecto? O que é isso? Já nem me lembro!

Agora sim! Vamos começar a

construir o futuro...Tudo vai mudar. Já podemos ter cargos na Associação de Estudantes, fazer parte do Grupo de Teatro. Enfim! Tornámo-nos crescidos. Que bom!

O Verão escapou-se na ânsia do desconhecido, e quando o Outono se preparava para aparecer já nos pavoneávamos, com o nosso novo estatuto, pelos corredores do nosso futuro...

Mas, rapidamente, essa alegria se transformou em espanto, o es-

panto em desalento, e até nalgum cansaço.

Aulas de cento e trinta e cinco minutos é só para gente importante!

Três blocos de noventa minutos, por semana, de Matemática são só para resistentes...

Relatórios?
Portefólios?
Espectros?
Ácidos desoxirribonucleicos?

Quem aguenta?
E a Filosofia?” Agora é que vão

aprender a pensar”...

E o teste de Educação Física? É amanhã. Atenção, olhem que também conta para a média.

Os trabalhos, esses, são todos para hoje. Passear, fazer compras, ir ao cinema, isso só talvez lá para as férias...

Oh! Quem me dera amanhã ter Estudo Acompanhado.

Crescer? Isso ficava para depois...

Abade de Baçal de novo em jogo

Lurdes Bento e Olinda Oliveira, professoras coordenadoras do projecto Parlamento dos Jovens

A nossa Escola acedeu ao convite da Comissão Parlamentar de Educação, Ciência e Cultura para participar nas Sessões do Parlamento dos Jovens, edição de 2008, que têm por tema “Energias alternativas e preservação do ambiente”, para o Ensino Básico, e “União Europeia: participação, desafios e oportunidades”, para o Ensino Secundário.

Esta iniciativa institucional da Assembleia da República, em parceria com o Ministério da Educação, as Secretarias Regionais que tutelam a educação e a juventude nos Açores e na Madeira, a Secretaria de Estado da Juventude e Desporto, através do Instituto Português da Juventude (IPJ), o Gabinete do Parlamento Europeu e a Secretaria de Estado das Comunidades Portuguesas, tem como objectivos “incentivar o interesse dos jovens pela participação cívica e política; sublinhar a importância da sua contribuição para a resolução de questões que afectam o seu presente e o futuro individual e colectivo, fazendo ouvir as suas propostas junto dos órgãos do poder político; dar a conhecer o significado do mandato parlamentar e o processo de decisão do Parlamento, enquanto órgão representativo de todos os cidadãos portugueses; incentivar as capacidades de argumentação na defesa das ideias, com respeito pelos valores da tolerância e da formação da vontade da maioria.” Toda a informação sobre o Parlamento dos Jovens está disponível em <http://www.parlamento.pt>.

Os alunos participaram em

reuniões onde foram debatidos os temas propostos, apresentaram as suas listas candidatas e elaboraram Projectos de Recomendação à Assembleia da República. Alguns alunos participaram também numa Palestra sobre Energias Renováveis, realizada a 14 de Dezembro na nossa Escola pelo Engº Marcelino Gonçalves, visitaram a exposição “Norte-SulEsteOeste: Uma Visão a 360º das Alterações Climáticas”, patente na Escola Superior de Tecnologia e Gestão, de 3 a 14 de Dezembro, e estiveram presentes na Sessão Pública de informação e discussão sobre o QREN (Quadro de Referência Estratégico Nacional) e sobre o Programa Operacional da Região Norte, no dia 18 de Janeiro de 2008, pelas 16H30, no Auditório Paulo Quintela, promovida pela Assembleia Municipal de Bragança e que contou com a presença da Comissão Directiva do PO Região Norte.

As eleições do Ensino Básico foram realizadas no dia 10 de Janeiro, tendo-se apresentado apenas uma lista – A –, que obteve 161 votos e que era constituída pelos alunos Pedro Alexandre Conde Gonçalves, Ana Rita Martins Afonso, Miguel

Duarte Fernandes Diz Lopes, André Guilherme Graça Santos, António Pedro Carvalho Tomé, Márcia Raquel Cavaleiro Sardinha, João Miguel Borges, Fernando José Correia Pilão e Pedro Miguel Fernandes Gonçalves, do 9ºC, e Maria Teresa Santos Aguiar, do 7ºB.

Na Sessão Escolar, que decorreu no dia 15 de Janeiro, foram eleitos seis “deputados” efectivos e um suplente para representar a nossa Escola na Sessão Distrital.

A 17 de Janeiro, realizaram-se as eleições do Ensino Secundário, tendo sido apresentadas duas listas candidatas. A lista A obteve 94 votos e a lista B 20 votos. Da primeira faziam parte oito alunos do 11ºB: Maria Inês Fernandes Bento, Ana Inês Gomes Fernandes Diz Subtil, Alexandre Ricardo Pires Moraes, Carlos Jorge Alves Porrais, João Domingos Afonso Anes, Tiago Jorge Claudino, Luís Carlos Afonso Rocha e Carina Sofia Miranda Esteves, e dois alunos do 11ºA: Guilherme Eduardo Rodrigues Sá Pires e Vítor Carlos Pinto de Freitas. A lista B era constituída por nove alunos do 10ºB: Maria Inês Marques Gonçalves, Sara Gabriella Afonso Santos, Marisa André F. Martins,



Votação do Ensino Básico



Lista do Secundário

Joana Emília R. Seca, Sara Elisa Brás Alves, Joel Mezquita Fernandes, Nuno Manuel P. Guedes, Cátia Filipa G. Rodrigues e Flávio Filipe P. Cipriano, e uma aluna do 10ºD, Inês Ribeiro Paula.

A Sessão Escolar do Ensino Secundário teve lugar a 21 de Janeiro. Foram eleitos para representar a nossa Escola na Sessão Distrital quatro “deputados” efecti-

vos e um suplente.

A nossa Escola participa, ainda, no concurso Eurocola, que se articula com o Parlamento dos Jovens (Secundário). Até 31 de Janeiro, será enviado um trabalho ao Instituto Português da Juventude, devendo ser defendido na Sessão Distrital.

Uma ida à Assembleia Municipal

Daniela, Rui - CEF T2

No âmbito da disciplina de Cidadania e Mundo Actual, do curso CEF – Informática –, acompanhados pelos professores Maria do Carmo Neto, Ana Maria Ramalho e Manuel Florindo, dirigimo-nos, no dia 14 de Dezembro, às 9H30, ao Auditório Municipal, com o objectivo de assistir a uma reunião da Assembleia Municipal.

O Presidente da Assembleia referiu a nossa presença e deu, de seguida, a palavra ao Sr. Presidente da Câmara. Este destacou a nossa visita com agrado, incentivando-nos a participar nas acções da comunidade, e tratou, de seguida, entre outros, os seguintes assuntos: aumento da indústria em Bragança; aumento do emprego na área industrial; apresentação do Plano de Contingência a accionar para abastecimento de água; várias medidas de gestão implementadas pela autarquia.

A visita foi muito interessante, pôs-nos em contacto com aspectos da nossa realidade de cidadãos.

Escola Secundária/3 Abade de Baçal Bragança

Gabinete de Apoio ao Aluno

Dr.ª Maria Sampaio

Terça-feira das 14:30h às 15:30h

Ciência na Escola

Adriana Pires e Jéssica Afonso

O Clube de Ciências tem como principal objectivo, a descoberta da ciência e de tudo o que se relaciona com o que nos rodeia. Segundo a sua dinamizadora, a professora Adília Tavares da Silva, a adesão dos alunos tem sido excelente, contando este ano com a presença de 20 alunos e realiza-se às segundas-feiras, às 14:30, no Laboratório de Química.

O clube tem como principal tema “Os Polímeros”. Dentro deste tema realiza as seguintes

experiências: produção de fios de nylon, síntese de espuma de poliuretano, pega monstros, produção de perfume e também fornos solares.

Ouvindo alguns alunos, a Teresa Aguiar, do 7ºB, considera a ciência “uma área interessante, muito divertida, porque há muita coisa para descobrir. Ensina-nos várias coisas necessárias para o avanço da tecnologia.” Já a Berta Gonçalves, da mesma turma, pensa que a existência de um clube como

este é muito importante, pois permite “adquirir mais informação de que aquela que aprendemos nas aulas, sendo um complemento às aulas de várias disciplinas.”



Actividades numa sessão do Clube



Visita ao Centro Ciência Viva

Ana Sofia Ferreira – 7ºA

Durante a semana da Ciência e Tecnologia, os alunos do 7º B e o Clube Ciência Viva visitaram o Centro Ciência Viva de Bragança. Os alunos participaram activamente com muito entusiasmo nas actividades permanentes e nas actividades

extras, organizadas pela Escola Superior de Tecnologia e de Gestão (IPB). Realizámos várias experiências, tais como pega – monstros; produção de espuma (de poliuretano); polímeros super absorventes; robots.

Esta actividade permitiu

– nos ter um contacto directo com o Mundo da Ciência, para além de despertar a curiosidade sobre relação da Ciência com o nosso quotidiano.

Partilhar para incluir

No dia três de Dezembro a escola foi espaço de inclusão ao ceder as suas instalações para que nela se pudesse realizar um lanche para cerca de 300 pessoas, colaborando deste modo nas acções dinamizadas no sentido de assinalar o Dia Internacional da Pessoa com deficiência.

A organização de Apoio à Inclusão da Pessoa com Deficiência organizou diversas acções que

se estenderam ao longo deste dia, como a I Milha do Dia Internacional da Deficiência, com o lema “ Correr ou caminhar, o que importa é participar”, a exposição de trabalhos elaborados por pessoas com deficiência, no Fórum Theatrum, uma tarde recreativa, no Teatro Municipal, que culminou com o merecido lanche, na cantina da Escola Secundária Abade de Baçal.

Quadras Encantadas Castanhas Premiadas

Vítor Minhoto – 7ºB

No dia sete de Novembro, no Mercado Municipal, ocorreu a cerimónia de entrega de prémios do concurso de quadras de S. Martinho, promovido pela Câmara Municipal de Bragança e pelo Mercado Municipal, dentro das actividades desenvolvidas durante a Norcastanha, evento que decorreu e que visa promover a castanha, como produto regional, e o seu uso em diferentes situações.

A Escola Abade de Baçal

ganhou o 1ºprémio e o 3º prémio, no escalão do 3º ciclo. Diana Borges, Cláudia Rodrigues e Virgínia Ferreira, do 7º C ficaram em primeiro lugar, com o poema “S. Martinho” e com o pseudónimo “Castanhas”. O prémio foi 100€ em material didáctico. Patrícia Rodrigues e Marta Balesteiro tiveram de se contentar com o 3º Prémio, que foi de 25€ também em material didáctico.

As jovens ficaram muito satisfeitas e encaram este

resultado como um incentivo para participar em outros eventos semelhantes: “Estamos muito satisfeitas. Não esperávamos ganhar porque não tivemos muito tempo para fazer os poemas, só entregámos na tarde do último dia, por isso foi uma excelente surpresa.”

No fim, o júri agradeceu às escolas e aos professores que incentivaram os seus alunos a participar e deu os parabéns a todos os que participaram no concurso.



Palestra “ Energias Renováveis”

Em nome da terra

Watts verdes

Alexandre, André Carneiro, João Estevinho, Pedro Maças – 12ºB

No dia 14 de Dezembro de 2007, realizou-se na Escola Secundaria Abade de Baçal uma palestra sobre energias renováveis apresentada pelo engenheiro Marcelino Gonçalves.

A palestra, que decorreu no anfiteatro da escola, tinha como público alvo professores e alunos do curso técnico-profissional de Energias Renováveis. No entanto, permitiu a presença de alunos de outros cursos que mostraram interesse sobre o tema.

Começou por falar-se sobre a situação energética a nível mundial, isto é, a quantidade de energia consumida e as formas tradicionais de produção. Depois analisou-se a situação actual, comparando esta com o passado e perspectivando o futuro nesta área. Tal como foi referido, grande parte da matéria prima, que é esgotável, para a produção de energia encontra-se em zonas

de conflito e para evitar um possível corte de acesso a esses recursos, os governos estão interessados em encontrar soluções eficientes para proporcionar à população as melhores condições energéticas, protegendo, simultaneamente, o ambiente. Tal como foi dito, as novas fontes de energia serão as energias renováveis, como, por exemplo, a energia solar, eólica e hidroeléctrica, que poderão complementar a energia tradicional, ao mesmo tempo que ajudam a limpar o ambiente. Numa altura em que já há incentivos fiscais ao uso de energias renováveis e em que a sua produção e uso foi regulamentada, é chegado o momento do Homem dedicar parte do seu tempo ao desenvolvimento de novas formas de produção energética.

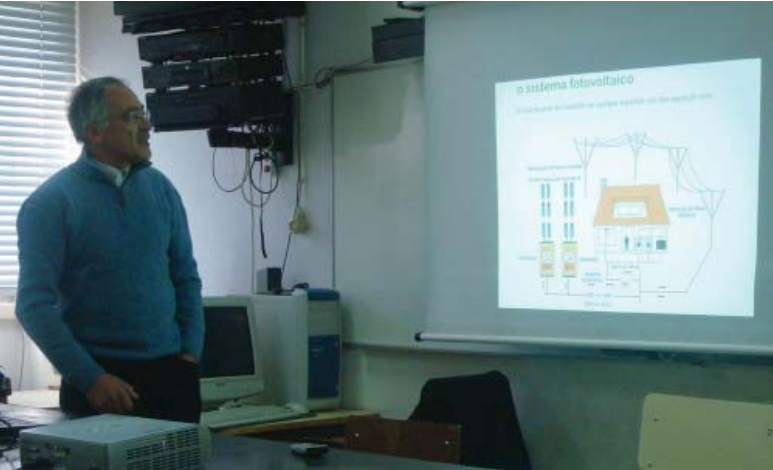
Na palestra, foi dada especial atenção à energia solar, pois é considerada uma energia do futuro, uma vez que é a que

tem um maior potencial de desenvolvimento, pois, como se sabe, a terra encontra-se num local privilegiado para a captura de energia provida da radiação solar. A energia solar é actualmente aproveitada através de painéis fotovoltaicos e colectores solares. Os painéis fotovoltaicos são utilizados como recurso para a produção de energia eléctrica e os colectores para o aquecimento.

Embora a energia solar seja o recurso que fornece energia sem restrições não provocando poluição da água e do ar, ela exige, ainda, recursos elevados para a sua transformação e utilização.

Portanto é necessário sensibilizar as pessoas para a importância de proteger o ambiente e para as vantagens de utilizar a criatividade humana nesta campanha de protecção da Terra.

Público na palestra e Engº Marcelino Gonçalves



Energias do futuro

Lurdes Bento, coordenadora do projecto Parlamento dos Jovens

No dia 14 de Dezembro de 2007, pelas nove horas, teve lugar na nossa Escola uma palestra subordinada ao tema “Energias Renováveis”, proferida pelo Engenheiro Marcelino Gonçalves, da empresa Gerenergias, que acedeu ao convite das professoras responsáveis pelo projecto do Parlamento dos Jovens – Básico –, o qual, neste ano lectivo, tem por tema: “Energias Alternativas e Preservação do Ambiente”. Além dos alunos participantes neste projecto, estiveram presentes alunos do 12º Ano, no âmbito da Área de Projecto, alunos do 11º Ano do Curso Profissional de Técnico de Energias Renováveis – Sistemas Solares, acompanhados de alguns professores.

O orador convidado começou a sua alocução, tecendo considerações sobre breves conceitos de energia; a energia e a vida; dilema energético e desenvolvimento sustentável. Referiu-se, depois, às diferentes formas de energia – a eléctrica, a mecânica, a térmica e a química, afirmando que a matriz energética mundial é basicamente feita por energias tradicionais muito poluidoras e compreende o gás natural, o carvão e o petróleo, que representam 80% do consumo. Calcula-se que, em 2100, haja um consumo de 50.000 Mtep anuais. O aumento da procura de fontes energéticas não renováveis está a ter consequências preocupantes. O uso destas energias tem fortes impactos ambientais.

As alterações climáticas, o aquecimento global, os furacões, os tufões, o choque petrolífero e a poluição dos rios, dos mares e oceanos têm levado os governos a apostar nas energias renováveis. Prevê-se que o petróleo esteja esgotado nos próximos 45 anos; o

gás dentro de 66 anos, o carvão dentro de 260 anos e o urânio dentro de 100 anos. Além disso, as reservas de petróleo e gás natural encontram-se em países muito instáveis politicamente – a Líbia, o Iraão, o Iraque e a Nigéria –, pelo que a segurança do abastecimento está em perigo.

O Desenvolvimento Sustentável pressupõe uma utilização moderada e racional da energia; uma aplicação da forma de energia correcta; a modernização de processos e equipamentos; a utilização de energias limpas.

Prosseguiu a sua comunicação sobre o futuro energético a nível mundial, o qual residirá nas energias solar, eólica, hídrica, nas células de combustível, na energia das ondas e na biomassa. O centro da energia está no sol, porque a origem da maior parte das energias renováveis é a radiação solar, a qual equivale a 160 vezes a energia armazenada nos combustíveis fósseis e 15.000 vezes o consumo anual de combustíveis fósseis, energia nuclear e hidroelectricidade, portanto a disponibilidade da energia solar é enorme.

O actual paradigma da energia está assente na liberalização, na descentralização, na diversificação, na eficiência energética e na complexidade das relações oferta-procura.

De seguida, o Engº Marcelino Gonçalves referiu-se ao Decreto-Lei Nº 363, de 2 de Novembro de 2007, que estabelece a forma como pequenas centrais solares se podem licenciar e ligar à rede. A população pode vender energia eléctrica à rede, ao preço de 65 centimos/kwh, e comprá-la a 11 centimos/kwh. Para

que isso seja possível, os cidadãos devem fazer uma candidatura, através de uma empresa, e dispõem de cinco meses para montar a central, já que a licença acaba ao fim desse prazo.

Fez a distinção entre painéis solares que produzem energia solar térmica e painéis fotovoltaicos que produzem electricidade. Os painéis solares fotovoltaicos são feitos na base do silício, com células que precisam de pouca manutenção e a sua duração é de 25 anos.

Escola Secundária Abade de Baçal
Área de Projecto - 2007/2008

Palestra

“Prevenir a Sida está nas tuas mãos!!!”



Orientada por:
Enfermeira Cristiana Moreira
Psicóloga Clínica Ana Moraes
Assistente social Ana Paula Melo

18 de Fevereiro
Sessão I: 10ºC e 11ºB (8h30)
Sessão I: 12ºA e 12ºB (10h20)

21 de Fevereiro
Sessão III: 10ºB, 10ºD e 11ºC (10h20)
Sessão IV: 10ºA e 11ºA (12h00)

Grupo dinamizador: Ana Amaro, Ângela Cunha, Flávia Lage e Tânia Fernandes - 12ºA
esabap12a.blogspot.com
Com a colaboração de : Carlos Afonso, Fábio Rodrigues, Paulo Padrião, Rui Freixedelo, Tiago Sendim—12ºA
www.freewebs.com/osfive

Plano nacional de leitura

A nossa Escola foi uma das duas seleccionadas do distrito de Bragança para integrar o Plano Nacional de Leitura. O projecto, da responsabilidade da Área Disciplinar de Português e da Biblioteca da Escola, é constituído por dezassete actividades de carácter variado, implicando os alunos do terceiro ciclo (prevendo o Pano Nacional o alargamento ao ensino secundário), professores de várias áreas disciplinares, encarregados de educação, organismos e entidades da cidade e comunidade educativa em geral.

Os objectivos do Plano Nacional de Leitura visam promover a leitura, assumindo-a como factor de desenvolvimento individual e de progresso; criar um ambiente social favorável à leitura; inventariar e valorizar práticas pedagógicas e outras actividades que estimulem o prazer de ler; criar instrumentos que permitam definir metas cada vez mais precisas para o desenvolvimento dos hábitos de leitura; enriquecer as competências dos actores sociais, desenvolvendo a acção de professores e encarregados de educação; consolidar e ampliar o papel da Rede de Bibliotecas Públicas e da Rede de Bibliotecas Escolares.

Assim, desde Outubro, vêm sendo desenvolvidas diversas actividades, implicando a dinamização da Biblioteca/Centro de Recursos e da Escola em geral.

A partir de 15 de Outubro, iniciou-se a III edição do Campeonato de Literatura e da Língua Portuguesa, que se destina a todos os alunos do regime diurno, e cuja final está agendada para o dia 9 de Maio.

A actividade “Lê e Descobre” – que consiste na proposta de leitura de três livros diferentes para o 7º, 8º e 9º anos, por período – teve início em Outubro e prolongar-se-á por todo o ano.

Nos dias 23 e 24 de Outubro, realizou-se

um “Bibliopaper” para todos os alunos das quatro turmas do sétimo ano, visando o contacto dos novos alunos com a organização e o acervo da Biblioteca.

Em Novembro, deu-se início às actividades relativas ao Clube de Leitura (para o terceiro ciclo) e ao Concurso Literário na modalidade de Conto, para todos os alunos.

No âmbito do voluntariado de leitura, foi levada a efeito, pelo segundo ano consecutivo, a actividade “leitor adoptante e leitor adoptado” que visa promover contactos entre alunos de diferentes níveis etários, fomentando a integração dos mais novos, através da leitura.

Ao longo da última semana do primeiro período, levou-se a efeito a Feira do Livro, com o apoio da livraria Rosa D’Ouro, envolvendo a equipa da Biblioteca e todos os professores da Área Disciplinar de Português. Toda a comunidade educativa aderiu a esta actividade, tendo-se, ainda, sorteado quatro livros entre os alunos compradores.

A partir do segundo período, a actividade “Enigma L” vai decorrer, implicando a leitura da obra “As Minas de Salomão”, de Eça de Queirós.

A Semana da Leitura, conforma consta da calendarização nacional, acontecerá entre os dias 3 e 7 de Março. Serão realizados fóruns de leitura, exposições alusivas e actividades diversas.

O Dia Mundial da Poesia (que se celebra a 21 de Março e que, por essa razão, acontecerá durante o período de interrupção da Páscoa) vai ser comemorado em 4 de Abril, através de um Sarau, implicando a presença de toda a comunidade educativa que será convidada a declamar poemas alusivos. Nesse mesmo dia, um escritor convidado fará uma palestra e entregará os prémios relativos ao Concurso Literário na modalidade de conto.

Em 23 de Abril (Dia Mundial do Livro e dos Direitos de Autor), será feita uma palestra sobre o tema e realizar-se-á uma pequena Feira do Livro.

Durante o presente ano lectivo, são produzidos marcadores para livros, para três ocasiões: visita guiada dos alunos do 7º ano

à Biblioteca (que decorreu em Setembro e

Alice Pinheiro, Paula Romão
construiu-se uma página dedicada à leitura



Logótipo vencedor do concurso, criado por João Catumba

durante a qual se ofereceu aos alunos em causa marcadores com a sua fotografia); Feira do Livro (sendo os marcadores alusivos a escritores); e prevê-se uma nova produção para ser entregue no Sarau de Poesia e no Dia Mundial do Livro.

A decorrer ao longo de todo o ano estão previstas visitas a determinados locais da cidade, envolvendo património cultural e literário do concelho e da região: Museu do Abade de Baçal, Centro Cultural Municipal, Biblioteca Municipal e Arquivo Distrital.

Nesse sentido, é importante referir que a Biblioteca Municipal tem sido e continuará a ser palco de diversas actividades desenvolvidas por alunos e professores, no âmbito do plano em causa.

Ao longo de todo o ano lectivo, serão levadas a efeito exposições de carácter permanente e temporário, destacando-se as seguintes: exposição permanente das actividades do Plano Nacional de Leitura; ciclos temáticos; testemunhos de leitores (“Este livro que te deixo”); TOP Livro Biblioteca, Livros da Semana, entre outros.

No âmbito das actividades do jornal escolar “Outra Presença”, na sua edição on-line,



Equipa da Biblioteca com aluno vencedor do Concurso “Um Logótipo para a Biblioteca”

e um blogue sobre o mesmo tema que os alunos consultam regularmente, aí deixando sugestões e testemunhos. O Clube de Jornalismo, responsável pela publicação do jornal “Outra Presença”, mantém uma secção dedicada à leitura, onde todos os membros da comunidade educativa podem deixar propostas e assinalar preferências.

Muito tem sido feito, mas muito mais é necessário fazer. Ler não acaba. É hoje, é agora, é aqui e é ali, depois e sempre. Ler é para ver, para aprender, para descobrir, para sonhar, para despertar, para imaginar, para criar, para escrever, para saber. Para crescer.

Enigma L

está de volta!

Lê “As Minas de Salomão” e participa.

Pede informações na Biblioteca

Adopta um Leitor

Joana Seca – 10ºB



Pelo segundo ano, a Biblioteca da nossa escola leva a cabo um projecto que tem como finalidade aproximar os alunos mais novos dos mais velhos, ajudando estes “pequenos” a integrar-se e, principalmente, a cultivar o hábito e gosto pela leitura, partilhar experiências e promover um desenvolvimento mútuo.

Posso-me considerar uma “mãe” assumida neste projec-

to, já participei no ano passado e agora voltei a entrar neste role de “adopções”. A principio pareceu-me uma experiência um pouco estranha, a palavra “adopção” soava-me a muita responsabilidade, pois sendo nós “mães” e “pais” tínhamos que dar o exemplo e ajudar os nossos “filhos” no que fosse necessário. Contudo, acabei por entrar nela de “corpo e alma”.

Acho importante este tipo de eventos, não só para o benefício

dos mais novos, mas também para nós. Eu, que adoro conhecer pessoas novas, primo para que a relação com os meus “adoptados” não se restrinja a este projecto, mas que eles possam contar comigo no que precisarem.

A quem nunca participou em algo deste género, aconselho a que o façam, pois de certeza que vão reter algo de novo e que não se vão sentir indiferentes no final da experiência.

Feira do Livro 2007

Uma feira à maneira

Como vem sendo habitual, esperado e desejado, a Biblioteca da Escola Abade de Baçal recebeu mais uma Feira do Livro, ao longo de toda a última semana de aulas do primeiro período.

Entre os dias 10 e 14 de Dezembro, foram comprados centenas de livros que os professores de Português e de Francês e os membros da equipa da Biblioteca souberam aconselhar a todos os membros da comunidade educativa que ali se deslocaram. Com o apoio da Livraria Rosa d’Ouro, estiveram disponíveis para venda (a preços muito convidativos) livros de diversas editoras, de distintos autores, de diferentes géneros, sem esquecer, naturalmente, as convidativas novidades literárias.

No dia 12 de Dezembro, pela manhã, foram entregues os diplomas e os prémios relativos ao Bibliopaper realizado em 23 de Outubro, que pretendia comemorar o Dia Internacional da Biblioteca Escolar. As duas equipas vencedoras, pertencentes às turmas A e D do 7º ano, receberam um conjunto de livros e promoveram que é fácil e diver-



tido “viajar” no mundo da Biblioteca da Escola.

Um outro prémio foi atribuído, ainda durante a Feira do Livro: aquele que dizia respeito ao Concurso “Cria um Logótipo para a tua Biblioteca” e que teve como grande ganhador o aluno Paulo Jorge Catumba, que estuda Artes na Escola Emídio Garcia.

Como tem vindo a acontecer nos últimos anos, foi levado a efeito o sorteio de quatro livros entre os alunos compradores. Os felizes contemplados – dois rapazes e duas raparigas – são alunos dos 7º, 8º, 11º e 12º anos.

Este ano, a comunidade escolar pôde assistir, simultaneamente, a um momen-

to artístico: a pintura de pratos, concretizada por alunas de 7º ano.

Espera-se para o Dia Mundial do Livro uma nova Feira...

Até lá, Bom Ano com as melhores leituras!



Pintura de pratos

Campeonato Nacional de Leitura

Joel Mezquita Fernandes - 10ºB

Objectivo: aumentar os hábitos de leitura dos estudantes;

A nossa escola inscreveu-se no Concurso Nacional de Leitura, o que é algo muito positivo para nós, porque os jovens lêem menos do que deveriam. Como o próprio nome indica, este projecto pretende levar os jovens a mundos imaginários ou reais,

de forma a incentivar cada vez mais gente a ler.

Mas será que consegue cumprir o seu objectivo? Penso que sim...pelo menos foram muitos os alunos que se propuseram nesta primeira fase, o que demonstra que o nosso país (e a nossa escola) não está assim tão perdido(a). Também visa demonstrar a todo Portugal o quanto ler é importante.

Finda a primeira fase, passaram à segunda do 3º ciclo o Pedro Alexandre, o Miguel Duarte, ambos do 9ºC, e a Ana Raquel do 9ºA. Do secundário, eu, o Francisco Teixeira e a Sara Elisa, todos nós do 10ºB.

Agora aguardamos pela lista de livros que deveremos ler durante o segundo período e sobre os quais teremos de responder a questões,

numa prova que se disputará na Biblioteca Municipal de Moncorvo.

Talvez acabemos por aparecer na RTP1 onde será transmitido em directo a final, que inclui, igualmente, questões sobre as obras lidas. Mas, talvez, nem passemos da fase inicial...só o tempo o dirá...

Conclusão: o objectivo foi alcançado com êxito!



SOS - Primeiros Socorros

Ana Catarina, Ana Isabel, Cátia Susana, Joana Balesteiro - 12ºA

Nos dias 7, 8 e 10 do mês de Janeiro, realizaram-se, na Biblioteca da escola, várias sessões de Sensibilização para a Prestação dos Primeiros Socorros, integradas no Plano Anual do Departamento de Ciências.

Embora destinadas sobretudo aos alunos do secundário, nestas sessões, conduzidas por membros da Cruz Vermelha,

puderam participar outros elementos da comunidade educativa.

Cada sessão foi estruturada em duas partes: na primeira parte, de teor mais teórico, os dinamizadores optaram por esclarecer alguns conceitos básicos de socorrismo, como PAS (Prevenir, Alertar, Socorrer), ACHE (Alterações cardíacas, choques eléctricos, hemorragia e envenenamento),

VOS (Ver, Ouvir e Sentir), PLS (Posição Lateral de Segurança), exemplificando cada um deles; durante a segunda parte, de cariz prático, os alunos presentes tiveram a oportunidade de experimentar os conhecimentos adquiridos, “socorrendo” os colegas de eventuais acidentes.

No balanço desta actividade, não pode deixar de se salientar a importância de que os conhecimentos

básicos de socorrismo se revestem, sobretudo no alerta para determinadas acções que só podem ser efectuadas por quem estiver verdadeiramente habilitado para tal e também na sensibilização para a frequência de um curso de socorrismo, pela vertente humana que o mesmo possui



Filosofia Marca

Inês Gonçalves – 10ºB

No dia 15 de Novembro comemorou-se o Dia Mundial Da Filosofia, proclamado pela UNESCO no mês de Novembro de 2004, por ocasião da 33ª sessão da Conferência Geral. A partir desta, ficou instituído que a filosofia seria celebra-

da a cada terceira quinta-feira do mês de Novembro. A nossa escola como não podia deixar de ser, assinalou esta data com uma pequena exibição de slides nos quais estavam representadas várias figuras ilustres do universo

da Filosofia. Nomes como Sócrates, Descartes, Nietzsche, assim como José Gil e Agostinho da Silva a nível nacional, iluminaram a nossa biblioteca, que de repente se tornou pequena para tanta gente ávida por conhecer quais as surpresas que esta nova comemoração lhes reservava. Acompanhadas por cativantes músicas – retiradas do jogo “Civilization IV” -, várias imagens desfilarão pelos nossos olhos contendo algumas delas mensagens que insistiam em ficar no nosso pensamento e não nos largaram até estarem seguramente anotadas no papel ou de tanto ditas, na nossa memória.

Os marcadores colocados na secretária da biblioteca, rapidamente desapareceram e nenhum sobrou para os mais distraídos. Os trabalhos expostos no mesmo recinto pelos alunos das turmas de Filosofia de décimo ano foram vistos e revistos, e durante uma semana suportaram as mais variadas críticas por parte da audiência.

Esta celebração veio ressaltar o valor desta disciplina tão nobre e completa, apesar de tantas vezes desprezada e subestimada. São muitos aqueles que desdenham da Filosofia, classificando-a como demasiado abstracta e irrealista. A esses deve-se apenas dizer: venham descobrir esta forma de saber, esta actividade tão importante para a concretização do ser humano, que nos permite usufruir da nossa racionalidade, abrindo assim o debate entre culturas e sociedades de modo a evitar os conflitos humanos.

É importante assinalar o papel da professora Otilia Afonso, que de forma tão empenhada organizou esta comemoração, e agradecer-lhe por não deixar passar esta data em branco na nossa escola.

Para o próximo ano cá estaremos, para assegurar que a Filosofia será sempre valorizada, porque o pensamento é a grandeza do Homem.



Apresentação multimédia, na Biblioteca

Mensagem do Secretário Geral das Nações Unidas

“O diálogo: “ entre quem? e quê?” é o tema em torno do qual girará a nova edição do dia mundial da filosofia, acolhida generosamente pela Turquia.

Consolidar os diálogos (políticos, filosófico, interculturais) e o entendimento mútuo em torno das memórias e valores compartilhados, das ambições comuns e dos projectos, requer de facto uma melhor cartografia das linhas de convergência e divergência, das divisões, dos silêncios, dos mal-entendidos e das situações inextrincáveis sempre possíveis.

A aspiração deste dia é, pois, definir as condições de um diálogo universal, abrindo-se à diversidade dos interlocutores, às correntes e tradições filosóficas fazer um releitura crítica dos nossos conceitos e maneiras de pensamento.

Ao dar a palavra à sociedade civil e aos filósofos, aos historiadores, aos educadores e aos investigadores, o UNESCO propõe-se suscitar um amplo debate, aberto à dinâmica das ideias. Forum e lugar de encontro de culturas, o dia Mundial da Filosofia é antes de mais um exercício colectivo do pensamento livre, racional e informado dos grandes problemas do nosso tempo.

A UNESCO, por seu lado, tem a satisfação de publicar nesta ocasião um amplo estudo sobre o ensino da Filosofia no mundo, intitulado La philosophie, une école de la liberté –Enseignement de la philosophie et apprentissage du philosophe, “(a Filosofia uma escola de liberdade- Ensino da Filosofia e Aprendizagem da Filosofia), que aponta para a incorporação da exigência filosófica no projecto das sociedades do conhecimento.

Faço votos de que o maior número possível de estados responda presente e participe na celebração deste dia, estendendo os debates a todos os actores da sociedade e em particular aos mais jovens , com a esperança de reconstruir e renovar os nossos distintos espaços intelectuais.”

Koichiro Matsuura

Palestra “Alimentação para uma vida saudável”

Comer bem para viver melhor

Cátia Marrão, Lúcia Mora, Magalíe Bernardes - 12ºB*

No dia 23 de Novembro 2007, realizou-se na nossa escola, uma sessão de esclarecimento intitulada “Alimentação para uma vida saudável”, integrada no plano de actividades da Associação de Pais e Encarregados de Educação da escola, com a participação da nutricionista Elisabete Ventura.

Na palestra a nutricionista fez algumas recomendações para uma alimentação saudável, alertou para a importância da água, para a diversidade e fraccionamento alimentar (deve-se evitar fazer intervalos de mais de 3 horas e meia entre as refeições e um jejum nocturno superior a 9 horas).

De entre os conselhos que deu, destacam-se a não ingestão de muitos alimentos de uma vez só, pois estes não vão ser totalmente absorvidos pelo organismo, acumulando-se assim como reservas de gordura; a necessidade de fixar os horários das refeições, de comer devagar e mastigar bem, de diminuir o consumo de produtos e bebidas açucaradas; a importância de consumir abundantemente e regularmente frutos e hortícolas, líquidos e alimentos com elevado teor em água, de forma a evitar desidratações. Partindo deste último

ponto, fez-se uma abordagem mais profunda relativamente à ingestão hídrica (devem ingerir-se 1,5L por dia) e às suas funções no organismo. A água encontra-se também em alimentos líquidos, frutos, legumes...Dirigindo a conversa para os inconvenientes de uma alimentação desregrada, fez-se referência aos refrigerantes, ricos em açúcar e pouco saudáveis; ao álcool, um tóxico que prejudica o sistema nervoso, o crescimento e o desenvolvimento, limitando a capacidade intelectual e ao café, que não é aconselhável aos jovens. A Dra. Elisabete deu-nos ainda alguns exemplos de doenças que podem advir de um estilo de vida pouco saudável, tais como obesidade, anemia, osteoporose, anorexia, diabetes, bulimia, hipertensão e referiu ainda que o peso ideal exige que os valores do índice de massa corporal (IMC) se encontrem entre 18,5 e 24,9. Para terminar, restava-nos dizer que, com esta palestra, para além de termos passado um agradável serão, ficámos também mais esclarecidos acerca das vantagens de uma boa alimentação.



Palestrante



Encarregados de Educação e professores, no público

Pequeno-almoço Saudável

Bruna Martins, Cátia Miranda, Cláudia Anes, Helena Ferreira, Susana Gomes - 12º A*



Grupo de alunas que colaboraram na organização desta iniciativa



A mesa dos sumos naturais

No passado dia 14 de Dezembro (último dia de aulas do 1º período), realizou-se um pequeno-almoço saudável na nossa escola. Este teve lugar no bar da escola, sítio frequentado por todos os alunos e foi organizado pelas professoras responsáveis pelo Plano da Saúde Escolar e também por alunos do 12ºano, que desenvolvem em Área de Projecto projectos relacionados com a saúde.

A ementa deste pequeno-almoço era composta por vários alimentos saudáveis: houve uma mesa de tostas e doces caseiros; outra de frutos secos, incluindo nozes e amêndoas; uma de sumos naturais e batidos, dos mais variados sabores feitos no momento com variadas frutas. À venda estavam também neste dia sandes de pão de mistura, para além das habituais sandes de pão normal, uma vez que o pão de mistura é mais benéfico para a saúde

que o outro tipo de pão.

Esta iniciativa teve uma grande adesão por parte dos alunos, não só por ser um pequeno-almoço diferente, mas também pelo facto de ser grátis.

Com esta iniciativa, mostramos aos alunos que podemos comer alimentos saudáveis que tenham o mesmo ou um sabor melhor do que os outros, a única diferença é que são benéficos à saúde podendo deste modo ter uma qualidade de vida melhor.

Conseguimos neste dia superar um dos objectivos do nosso projecto de Área de Projecto e ficámos contentes por ter tido tanta adesão da parte dos nossos colegas. Foi sem dúvida um dia que devemos repetir.

Reparámos que

podemos realmente fazer algo para mudar os hábitos alimentares dos alunos, basta apenas ter força de vontade e criar iniciativas como esta. Esperamos que os alunos tenham ficado sensibilizados e que continuem a praticar uma alimentação saudável no dia-a-dia.

Escola Secundária Abade de Baçal

Área de Projecto 12ºA

Jovens Mais Saudáveis



No dia 31 de Janeiro, a cantina oferece-te uma sobremesa saudável e um acolhimento ainda mais caloroso. Esperamos-te a partir das 12.30h, na cantina da tua escola.

Bruna Martins, Cátia Miranda, Cláudia Anes, Helena Ferreira, Susana Gomes - 12ºA

* Alunas que colaboraram na organização do dia da alimentação saudável, no âmbito do projecto que desenvolvem na disciplina “Área de Projecto”

Olimpíadas Portuguesas de Matemática

Adriana Pires – 7ºB

No passado dia 14 de Novembro, às 15.30, decorreu a primeira eliminatória da 26ª edição das Olimpíadas Portuguesas de Matemática (OPM). A escola Secundária Abade de Baçal aderiu mais uma vez a esta iniciativa e contou com a presença de 24 alunos (19 rapazes e 5 raparigas). Esta actividade tem sido desenvolvida, como se pode ver no sítio Sociedade Portuguesa de Matemática, “com o objectivo de incentivar e desenvolver o gosto pela matemática e detectar talentos nesta área”.

Como os números de participantes mostram, os rapazes parecem interessar-se mais por esta área e, na verdade, foi também um rapaz, Victor Freitas, que o ano passado foi à final das Olimpíadas a Lisboa, na categoria B. Os alunos de 7º ano (16 participantes) fizeram a maioria. Na categoria A e B eram apenas 8 alunos, quatro em cada escalão. Isto parece mostrar que são os mais novos que mais aderem a este tipo de iniciativa.



Olimpíadas Portuguesas de Matemática 2ª fase - Um passo em frente

Já são conhecidos os apurados para a segunda eliminatória das Olimpíadas Portuguesas de Matemática, que terão lugar no dia 9 de Janeiro, na Escola Secundária Abade de Baçal: na categoria A, André Santos, Daniela Gonçalves, João Pedro Bragada, Catarina Vitória Domingues e João Pedro Cardoso Rodrigues são os representantes das cinco escolas com terceiro ciclo da cidade; na categoria B, apenas duas das três secundárias conseguiram estar presente nesta fase e os seus representantes são o Vítor Freitas e o Jorge Pedro Nogueiro, respectivamente, da E.S. Abade de Baçal e E.S. Emídio Garcia.

Jogos de Matemática



No dia 14 de Dezembro, estive a funcionar na Biblioteca um atelier com materiais, cuja utilização visava o desenvolvimento do raciocínio matemático. Puzzles, quebra-cabeças, cartas do “Tio Papel”, dominós e construções foram algumas das actividades que os alunos puderam explorar.

Mat-Bingo do 7ºB

O Mat-Bingo é um jogo inspirado no Bingo. O número de jogadores é variável e um deles desempenha a função de mestre do jogo. Cada jogador precisa de uma folha de jogo com uma tabela quadrada 5x5, que irá preencher com os números de 1 a 25, um em cada célula, ao acaso, para que haja o máximo de tabelas diferentes.

O mestre do jogo tem 25 questões cujas respostas são obrigatoriamente diferentes e sempre um número entre 1 e 25. Quando os jogadores estão a postos, é colocada a primeira questão e definido o tempo limite para a resolver. Quando o jogador descobre a resposta assinala o resultado na célula correspondente do seu cartão. E assim sucessivamente. O vencedor é o jogador que conseguir fazer linha com cinco quadrados assinalados.

A seguir estão 25 questões que foram utilizadas numa das turmas do 7ºano. Brevemente serão colocadas outras 25 no Outra Presença on-line e na próxima edição regressarão mais. Bom trabalho e divirtam-se.

- Valor da expressão numérica .
- Perímetro de um triângulo equilátero de lado 6.
- Número primo maior que 17 e menor que 22.
- Arredondamento do número 5,997 com duas casas decimais.
- O quadrado da raiz quadrada de 10.
- Valor da expressão $3a - b$ para $a=4$ e $b=6$.
- Perímetro de um quadrado de área 36 cm^2 .
- 50% de 22.
- Elemento neutro da multiplicação.
- Valor de X na proporção $\frac{2}{3} = \frac{X}{6}$
- Menor divisor de 24 com dois algarismos.
- Resultado da seguinte $2:0,1$.
- Número de lados do heptágono.

- A medida da área de um quadrado cuja aresta mede .
- A diferença entre 8 e o dobro da raiz cúbica de 8.
- Medida da aresta de um cubo que tem 12 cm^3 de volume.
- $2^3 \times 2^2 - 3^2$
- Número de divisores de 25.
- A diferença entre três meias dúzias e uma unidade.
- Num jardim há 2 árvores; cada árvore tem 4 ramos e cada ramo tem 3 folhas. Quantos ramos há no total?
- Valor da expressão numérica $3+3 \times 3+$
- Número inteiro que tem o valor mais aproximado de $n+11$
- Medida do lado de um quadrado que tem 60 metros de perímetro
- 25% de 84
- A soma do quádruplo de com metade de 28

NORTESULESTEOESTE

Uma Visão a 360° das Alterações Climáticas

Fernanda Silva, professora

No dia 12 de Dezembro, o 9º C e o 7º A, acompanhados por duas professoras, visitaram a exposição fotográfica “ NORTESULESTEOESTE - Uma Visão a 360º das Alterações Climáticas” que pretende alertar para os maiores problemas que hoje afectam a humanidade.

A bater o dente com o frio matinal e a pé, às 8:30, saímos da escola e dirigimo-nos ao Instituto Superior de Tecnologia e Gestão onde está patente a exposição. E, já com os pés aquecidos pela caminhada, qual não foi o nosso espanto quando verificámos, que, apesar das condições climatéricas, a exposição era ao ar livre. Novamente com os pés a enregelar e os dentes a começarem novamente a bater com o frio que se fazia sentir, pois a essa hora, embora o sol já brilhasse em Bragança, os campos ainda conservavam a brancura que acumularam durante a noite e nos expositores ainda brilhava o gelo o que os tornava ásperos ao tacto.

Mas, muito atentamente lá fomos ouvindo as explicações sobre cada uma das fotografias expostas. De uma maneira geral estavam relacionadas com as consequências do grande fenómeno que afecta a Hu-

manidade, o efeito de estufa, que é responsável pelo aquecimento global.

Este fenómeno está associado à poluição da camada mais baixa da atmosfera. A poluição constituída por diversos gases forma uma barreira que impede a saída da radiação terrestre, contribuindo para que o calor fique concentrado ao nível da troposfera, o que vai provocar o aquecimento global do planeta, originando um dos maiores problemas, a subida do nível médio das águas do mar. Este fenómeno pode ameaçar milhões de pessoas.

Uma das fotografias exposta, dizia respeito às ilhas Marshall, situadas no Pacífico perto do Equador, constituídas por 29 atóis e habitadas por 57 000 pessoas, que estão ameaçadas. A elevação do nível do mar tem vindo a engolir, aos poucos, as praias. E, se não forem tomadas medidas drásticas para reduzir as emissões de gases que provocam o efeito de estufa, a evacuação será inevitável, a nação e a sua cultura desaparecerão.

As alterações climáticas são o maior desafio que enfrentamos actualmente no mundo, o ambiente está a sofrer grandes mudanças, é a Gronelândia que está a derreter,

são as secas frequentes, as inundações, as tempestades, o Quilimanjaro que perde o seu manto branco e tudo se vai reflectir na capacidade dos países alimentarem a sua população, na saúde, na economia e afecta não só os mais pobres, que dependem dos excessos de alimentos, mas também os mais ricos. O estado da Califórnia, em que a economia, inclusive o turismo é extremamente dependente do uso sensato dos recursos está a usar legislação para encorajar o uso de tecnologias com baixas emissões de carbono.

Mas somos todos nós que devemos pensar que tudo o que fazemos tem impacto ao nível das alterações climáticas e que cada um pode alterar pequenos hábitos no nosso dia-a-dia para ajudar a reduzir o efeito de estufa.

A visita valeu a pena, pois mostrou-nos como as diversas agressões globais do Homem ao planeta podem pôr em risco a própria vida na Terra. Fez-nos reconhecer a vulnerabilidade do planeta face à intervenção do Homem e como é necessário tomarmos atitudes de responsabilidade que contribuam para preservar o ambiente, um património comum e universal.

Um gelo de visita

Miguel Duarte – 9ºC

Dia 12 de Dezembro, cerca das oito horas e meia da manhã, dirigimo-nos, com a professora Fernanda Silva e com a turma do 7ºA, acompanhada pela professora Maria Fernanda Brás Alves, ao Instituto Politécnico de Bragança, para visitar uma exposição sobre as alterações climáticas. Era impossível não pensar em clima com o frio que sentíamos. lembrei-me até do filme “O dia depois de amanhã”: e se subitamente tudo gelasse?

Quando chegámos, gelámos: a exposição, estavanarua.Contávamos com um ambiente mais acolhedor e que o tema estivesse mais explorado, apesar de apresentar

algumas fotografias de grande qualidade.

Havia vários blocos, cada um com quatro fotografias. Um sobre o ambiente natural do Quénia, dizendo que o Quilimanjaro nunca tinha sido visto, devido às neves que o cobriam e que agora se conseguia ver; outro sobre direitos humanos nas Ilhas Marshal, mostrando a capital a ser defendida por contentores cheios de pedras e destroços; num noutros o ambiente físico na Gronelândia, o desenvolvimento da África do Sul, mostrando numa fotografia uma criança a beber agua potável por uma torneira e comparando-a com muitas outras que morrem de sede e de doenças relacionadas com a má qualidade da água. Nos restantes quatro, era focada a saúde na Índia, no qual mostrava uma foto com pessoas a fumegarem as ruas para matar o mosquito da malária, a vida urbana no México, a economia na Califórnia, referindo que num parque temático existe uma roda movida pela energia dos painéis solares, e a liderança do Reino Unido, da Alemanha e de Nova Iorque nas energias renováveis.

Apesar do frio que se fazia sentir, ficámos com alguma informação sobre a situação ambiental, social e económica do planetaemquevivemos e fomos convidados a reflectir sobre o nosso contributo para a manutenção da saúde da Terra.



Quando os Reis chegaram...

...à cidade

Os alunos das três turmas de Espanhol, acompanhados pela respectiva professora, Jésus Fernandez, brindaram a comunidade educativa com Cantares dos Reis em espanhol, aproximando-nos, assim, mais de “nuestros hermanos”. Os professores de Português ripostaram e homenagearam a língua mãe e saudaram os colegas.



CAMPANAS DE BELÉN

Campana sobre campana
y sobre campana una,
asómate a la ventana:
verás al Niño en la cuna.

Belén, campanas de Belén
que los ángeles tocan
¿qué nueva me traéis?

-Recogido tu rebaño,
¿Adónde vas pastorcillo?
-Voy a llevar al Portal
requesón, manteca y vino.

Refrán

Campana sobre campana
Y sobre campana dos,
Asómate a la ventana:
verás al Niño de Dios.

Refrán

-Caminando a media noche,
¿dónde caminas pastor?
-Le llevo al niño que nace,
como a Dios, mi corazón.

Refrán

Campana sobre campana
Y sobre campana tres,
asómate a la ventana:
verás al Niño nacer.”



De cima para baixo, as turmas de Espanhol do 7ºA,B,C e do 8ºB. Ao lado, professores de Português.

...e à escola

António Tomé, JoãoTomé e Pedro Gonçalves - 8ºB e 11ºA

Na sequência das iniciativas promovidas em anos anteriores, o LIONS Clube de Bragança, uma vez mais promoveu a realização do FESTIVAL DOS REIS, que vai já na sua nona edição e que este ano teve lugar no pretérito dia 5 de Janeiro de 2008, pelas 21.30 horas, no Teatro Municipal de Bragança.

Sendo uma manifestação cultural já assumida e interiorizada pelas gentes trasmontanas, com elevados níveis de participação activa, pretendeu o LIONS Clube de Bragança, entidade sem fins lucrativos, possibilitar aos transmontanos em geral e à comunidade brigantina em particular o conhecimento da subjacente riqueza cultural dos cantares e saberes populares, tradicionais e transmontanos, alusivos aquela época festiva.

Este ano o IX Festival dos Reis contou com a presença dos seguintes sete grupos de cantares: Grupo de Cantares da Associação de Pais e Amigos do Diminuído Intelectual. (Bragança); Grupo de Cantares de Freixiel. (Vila Flor); Associação do Grupo de Cantares de Sambade (Alfândega da Fé); Grupo Coral da Associação Cultural e Recreativa de Valtorno. (Vila Flor); Grupo de Cantares de Vila Flor. (Vila Flor); Grupo de Cantares do Centro Social e Cultural de Gebelim. (Alfândega da Fé); Grupo de Música 0

cenário ao vivo, representando uma cozinha típica transmontana, na qual quatro homens se encontravam sentados à mesa a jogar cartas, enquanto que as três irmãs da casa, fiavam, coziam pratos típicos transmontanos e um pão de ló em três potes, e amamentavam o bebé. Ao longo de todo o espectáculo outras tarefas apareceram: varrer a cozinha e dar de



Apresentadores



Grupo da APADI

Magusto e Ceia de Natal

Orlando Nascimento, formando

Pelo segundo ano consecutivo, o Centro de Novas Oportunidades da Escola Secundária Abade de Baçal realizou um magusto que proporcionou um intercâmbio e troca de ideias entre os formandos e formadores, que permitem um maior conhecimento das várias realidades do ensino nos tempos que correm.

Não faltaram as castanhas assadas, a jeropiga e os licores, os bolos feitos por algumas formandas, que se esmeraram na qualidade e apresentação dos mesmos. A fogueira com altas chamas, símbolo de luz e de vida, iluminou o ambiente tornando a noite fria, mais acolhedora e criando uma noite diferente para

todos quantos dela quiseram desfrutar. Houve também baile, acompanhado por acordeão tocado pelo formando Luís.

Realizou-se pelo primeiro ano a ceia de Natal do Centro de Novas Oportunidades, num restaurante da cidade. O ambiente foi de diversão e alegria, conversas animadas e boa disposição como já é habitual

Quiseram acompanhar-nos neste momento, o Sr. Carlos Silvestre, Avaliador Externo do Centro de Novas Oportunidades.

Nos dois eventos estiveram presentes os membros do Conselho Executivo, aos quais os formandos agradecem pela disponibilidade e confiança demonstrada.



Magusto

Ceia de Natal 2007

Conselho Executivo

Mais uma vez cumpriu-se a tradição e realizou-se a Ceia de Natal no dia 17 de Dezembro pelas vinte horas.

Teve lugar no refeitório da Escola e contou com a presença em grande número de funcionários e professores. A Ceia iniciou-se com a actuação de um grupo de alunos/gaiteiros que interpretaram músicas natalícias.



Presépio na entrada da escola.

A ementa obedeceu à tradição transmontana e comeu-se o bacalhau e o polvo com o respectivo acompanhamento. As sobremesas também respeitaram a época natalícia.

O serão terminou com um momento de convívio muito agradável!



beber aos homens o vinho novo e jeropiga. Este cenário foi constituído por elementos do LIONS Clube que demonstraram grande empenho e fizeram as delícias do público.

A apresentação do evento e dos grupos esteve a cargo de três alunos da nossa Escola, a saber, António Tomé, João Tomé e Pedro Gonçalves. «A sensação de estar a apresentar o festival de cantares de reis foi emocionante, não só por ter sido a primeira vez mas também devido ao facto de ter corrido muito bem.», dizem os três jovens apresentadores.

Apesar da satisfação geral, o clube não pôde deixar passar a oportunidade de fazer uma simples, mas sentida homenagem à Dra. Maria da Graça Machado, falecida recentemente. Professora de História durante vários anos na Escola Secundária Emídio Garcia e membro do LIONS Clube, dedicou também muitos momentos da sua vida à recolha de etnografia, tradições e costumes transmontanos.

Este festival fez a todas as pessoas presentes reviver os cantares de reis tradicionais e as vestes e trabalhos que se realizavam antigamente. Por isso, no final do espectáculo, o clube sentiu-se satisfeito por o festival ter corrido como se esperava e o público mostrou vontade de regressar no próximo ano.

O LIONS Clube de Bragança é uma Instituição de Utilidade Pública, (despacho de 11/06/1984 – DR II Série n.º 153 de 04/07/1984), inserida numa organização internacional que conta com 90 anos de idade (fundada em 1917), com 1,3 milhão de sócios LIONS em todo o mundo, agrupados por 45.000 Clubes, espalhados por 200 países e/ou regiões, procura, entre outros objectivos, criar e fomentar um espírito de compreensão entre os

povos da Terra, promover os princípios de bom governo e boa cidadania e interessar-se, activamente, pelo bem-estar cívico, cultural, social e moral da comunidade.



Recriação de uma cena numa cozinha tradicional

Na corda bamba

Ana Beatriz Delgado, Ana Clara Gonçalves, Diana Malhão, Rita Teixeira - 8ºB

Em Bragança, não há espaço para grandes “rivais” mas no que diz respeito ao comércio parece haver divergências entre comerciantes. O *Fórum Theatrum*, centro comercial da cidade, abriu há três anos, no dia 1 de Abril de 2004, e as opiniões divergem quanto ao seu sucesso.

Segundo a directora deste espaço, Mariema Gonçalves, “não só têm aumentado os clientes como também as vendas”. Para outros, o investimento num espaço deste género em Bragança foi uma má aposta. Aquilo que constatamos quando o visitamos é que o número de espaços comerciais fechados tem vindo a aumentar, sobretudo devido a “incumprimento contratual”, como nos informou a responsável. Esta acrescentou, ainda, que o centro comercial beneficiou muito os cidadãos de Bragança, pois “emprega 320 trabalhadores, tem 45 lojas e nele entram cerca de 30 a 35 mil pessoas por mês”.

O centro comercial parece, então, um feito feliz para alguns, mas para outros um estrago no negócio. Antes da abertura do “shopping”, as pessoas compravam os produtos de vestuário e alimentação no comércio tradicional, mas com a abertura



deste novo espaço, as atenções viraram-se para o *Fórum Theatrum*, deixando, assim, as ruas de Bragança praticamente vazias e os trabalhadores do comércio tradicional na corda bamba relativamente ao seu emprego e à permanência do seu negócio.

Estes, que se encontram no ramo do comércio tradicional, constataam que efectivamente “os clientes têm vindo a diminuir”.A maior parte afirma que este facto se deve à abertura do

centro comercial, outros apon-tam outros motivos: a falta de estacionamento nas ruas; a saída da população para grandes cidades; a crise que o país está a atravessar e à qual o interior não escapa.

Olhando agora para *shopping* verifica-se que têm fechado algumas lojas e aparentemente devido à falta de clientela, mas a justificação dada pela Dr.ª Mariema foi “incumprimento contratual”. Na verdade, segundo a

mesma, o centro comercial de Bragança beneficiou muito os cidadãos da cidade, pois tem um horário alargado de compras, é mais confortável quer de Verão quer de Inverno e “emprega 320 trabalhadores, 45 lojas e 30 a 35 mil pessoas entram no centro comercial por mês”. Mas, por outro lado, parece deixar os trabalhadores do comércio tradicional na corda bamba em relação ao seu emprego.

Escrever para lembrar

A alma transmontana em livro

O livro “Fontelas dos Montes” de Artur Zava, pseudónimo de Narciso Pires, foi apresentado no dia 30 de Novembro na Livraria Rosa d'Ouro, em Bragança.

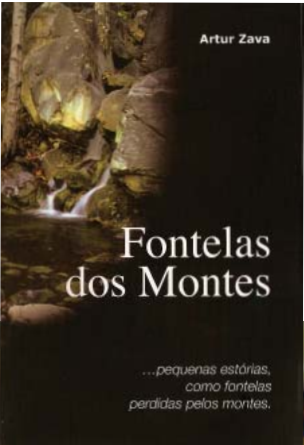
Neste espaço repleto, o desvendar das pequenas histórias que o constituem foi iniciado por Fernando Calado, autor do prefácio e amigo do autor, que o anunciou como um documento antropológico de grande utilidade face à desertificação que parece teimar em aumentar no Nordeste Transmontano; um livro sobre a alma transmontana por nele ganharem vida os homens, mulheres e crianças de Moga-

douro; um livro que elogia o transmontano e mostra que ele é “D. Quixote em miniatura com forte grandeza de alma”; um livro “se lê de um fôlego e deleita”. Quanto ao autor, Fernando calado apresentou-o como alguém com uma alma capaz de recolher a matéria que brota em Trás-os-Montes, “fonte privilegiada de inspiração”.

Narciso Pires salientou que as histórias deste livro são

simples e escritas por um homem simples. Nelas “figuram “as mulheres e os homens da minha aldeia (que) faziam pão e se encantavam com as flores de uma amendoeira”.

Fica, então, o convite para que o leitor se deleite com as memórias que o autor não quis deixar que o tempo apagasse.



Fernando Calado apresenta o livro

Praça Camões de novo em remodelações

Joana Teixeira, Verónica Podence - 8ºB

Iniciada em 2000, inaugurada em 2004, a existência da Praça Camões fica marcada por obras constantes, como acontece actualmente, transtornando fortemente os comerciantes e impedindo os turistas de se aperceberem da beleza deste espaço.

A Praça Camões é uma ampla praça com um parque de estacionamento no subsolo, com uma área aproximada de 4500m². A sua construção foi iniciada em 2000, no local onde antes era o antigo mercado e foi palco das comemorações do 10 de Junho em 2004, único evento de destaque que se lhe reconhece.

Nesta obra foram gastos cerca de 3.200.000 euros, mas a construção desde o início teve problemas devido às infiltrações no parque, que faz com que esteja de novo em obras. Estas remodelações causaram grande transtorno aos comerciantes que ali têm as suas lojas. A obra está parada há cerca de 5 meses, embora a Câmara Municipal tenha dito no início destas que, em meados do mês de Setembro, estariam já ultrapassadas e as infiltrações acabadas, mas não é esse o cenário que se vê na Praça.

Contactado pelo Outra Presença, o presidente da Câmara esclareceu que as obras desde sempre tiveram como objectivo requalificar o lo-

cal, onde estava localizado o Mercado Municipal de Bragança, criando condições "para uma praça lúdica aberta à fruição pelas populações e criar um local de estacionamento subterrâneo que pudesse servir a zona". Relativamente à situação actual, o edil esclareceu que desde cedo "se detectou que havia deficiências que originavam infiltrações de água" e que as intervenções para repor a normalidade surgiram logo em 2004. Como a situação se arrastava, três anos depois exigiu-se ao construtor que resolvesse definitivamente o problema. Este procedeu ao "levantamento de todo o piso e identificou as causas das anomalias". O presidente da autarquia esclareceu, ainda, que a resolução do problema implica um custo financeiro que a Sociedade BragançaPolis não pode suportar, pelo que no início do mês de Dezembro se exigiu a projectista e ao consórcio construtor que o projecto inicial fosse executado.

Quando questionámos os comerciantes locais sobre a causa das remodelações, apurámos que nem eles sabiam o motivo do feito nem da paragem do mesmo. "Não fomos informados de nada, ninguém nos disse que iam fazer



obras, quando iriam acabar e nem sabemos o porquê de estarem paradas" afirmou Sandra Fernandes.

Relativamente a esta questão, o presidente da Câmara Municipal, Eng.º António Jorge Nunes, declarou que "tornou-se necessário suspender as obras com a finalidade de encontrar uma solução de execução mais favorável e que fosse. Acrescentou ainda que estão "a fazer todos os possíveis para que as obras recomecem e se concluam no mais curto prazo de tempo e que seja garantida a boa qualidade que esta magnífica praça merece".

Os comerciantes aguardam agora que se cumpra o que foi dito e que se concluam as obras que parecem não ter fim.

PLANO DE SAÚDE ESCOLAR 2007/2008

Durante muito tempo os maiores problemas sentidos pela população humana relativos à alimentação relacionavam-se com as carências alimentares resultantes de uma baixa disponibilidade de alimentos e das quais resultavam várias doenças mais ou menos graves. Na actualidade a abundância de alimentos, característica do meio urbano onde a escola se insere, a sua ingestão descontrolada, a redução progressiva do dispêndio devida ao sedentarismo causam problemas bastante maiores como seja a obesidade, as doenças cardiovasculares, etc. No sentido de corrigir esta situação a escola é um espaço privilegiado uma vez que os jovens passam nesta um grande número de horas e é aí que ingerem uma parte substancial da sua alimentação diária. Este foi o motivo pelo qual o tema orientador do plano de saúde escolar foi a alimentação e actividade física uma vez que a escola não pode transmitir os conteúdos curriculares relativos à alimentação saudável sem melhorar a oferta alimentar de maneira a pôr em prática aquilo que ensina. Temos que nos desligar do tradicional "faz o que eu digo e não o que eu faço" para um mais actual "faz que eu digo e também o que eu faço".

Objectivos fundamentais:
☐ Fomentar o diálogo

entre professores, famílias e alunos sobre hábitos e rotinas alimentares.

☐ Ajudar os pais a transmitir saberes e a adoptar condutas alimentares que ajudem a modelação de comportamentos salutar nos filhos.

☐ Promover a saúde dos jovens através da Educação para a saúde, especificamente em matéria de alimentação saudável e actividade física.

☐ Promover a aquisição, por parte da comunidade escolar de competências necessárias à adopção de hábitos e rotinas alimentares saudáveis.

☐ Incentivar os jovens a serem fisicamente activos.

☐ Tentar colmatar, através da alimentação disponibilizada na escola, algumas carências nutricionais

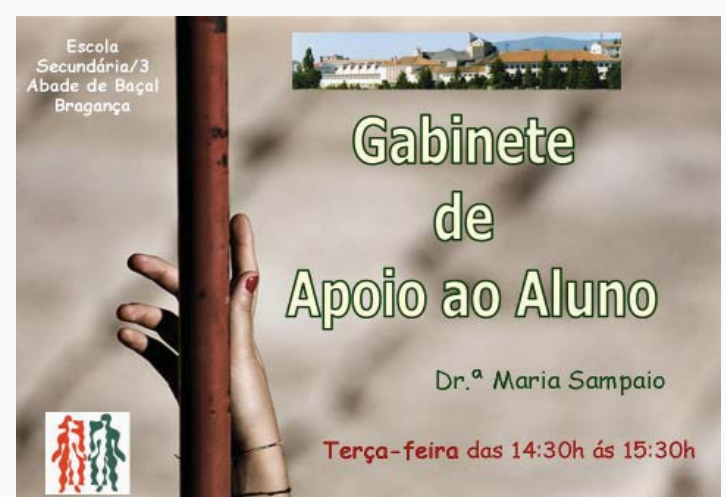
que possam existir nos alunos.

☐ Criar cenários valorizadores de uma alimentação saudável não só através dos conteúdos curriculares mas também da oferta alimentar em meio escolar.

☐ Rentabilizar as aulas de área de projecto e de formação cívica para desenvolver projectos relacionados com o tema.

☐ Planear refeições equilibradas do ponto de vista nutricional, mas também agradáveis e apelativas, de modo a contrariar concorrência de "fast-food" proporcionado pelo centro comercial vizinho da escola.

☐ Evitar o acesso dos alunos a alimentos indutores ou facilitadores da obesidade.



Doris Lessing

Nobel da Literatura 2007

Como cada ano, a manhã de 10 de Novembro desvendou o nome de mais um laureado Nobel da Literatura, DORIS LESSING, uma senhora das letras inglesas.

Para surpresa de uns e gáudio de muitos, aos 87 anos, Doris May Tayler ou Doris Lessing, como é conhecida, consagra-se a pessoa mais velha a receber o prémio Nobel da Literatura, vindo assim a sua longa vida de escrita empenhada ser recompensada com o reconhecimento da Academia Sueca das Letras, responsável pela atribuição deste prémio.

Segundo o director da academia sueca, Horace Engdahl, a autora recebeu o prémio por transmitir “experiência épica feminina”, segundo o próprio director foi das decisões mais meditadas que tomaram. Doris Lessing tornou-se na 34ª mulher a receber um Nobel e a 11ª mulher a receber um Nobel da Literatura.

Filha de pais britânicos, nasceu na Pérsia, actual Irão, em 1919, e cresceu na Rodésia do Sul, actual Zimbabué. O seu trabalho explora a divisão entre brancos e negros, além de questões feministas e a violência contra as crianças. A autora que reside em Inglaterra desde 1949 escreveu romances, poesias e contos. De entre todos os seus romances, “The Golden Notebook”, foi aquele que a catapultou para a fama em 1962.

Muito premiada na Europa, foi também nomeada três vezes para Booker Prize. O seu primeiro livro chama-se “The Grass is Singing” e o mais recente é “The Cleft”.

Doris Lessing publicou aproximadamente 60 obras, entre as quais se destacam:

- African Stories,
- Cat Tales, The Good Terrorist,
- Children of Violence,
- A Proper Marriage,
- The Summer Before the Dark,
- The Wind Blows Away Our Words,
- Going Home,
- The Habit of Loving.

Os seguintes contos, entre muitos:

- o Wine
- o A Proper Marriage
- o Martha Quest
- o Five
- o A Ripple from the Storm
- o Landlocke

Ana Filipa, Marisa, Filipe, Guilhermina, José, João, Noémia e Sara - 11°C



PRÉMIO NOBEL

O Prémio Nobel, legado do sueco inventor da dinamite Alfred Nobel, é anualmente entregue desde o ano de 1901 em seis categorias: Medicina, Física, Química, Economia, Paz e Literatura. O Nobel da Economia foi outorgado pela primeira vez em

1968 mas todos os restantes foram instituídos por Alfred Nobel (1833-1896) em testamento.

A invenção da dinamite tornou Alfred Nobel num homem muito rico que, atormentado com as atrocidades cometidas pelo seu invento, decidiu legar parte da sua fortuna para premiar todos quantos, anualmente se evidenciam pelo trabalho prestado a favor da humanidade. O prémio, além de um diploma e uma medalha de ouro, consta de uma avultada recompensa pecuniária. Só o Nobel da Paz é entregue em Oslo, capital da Noruega que era em vida de Alfred Nobel parte integrante do reino da Suécia, sendo os restantes prémios entregues em Estocolmo.

Dois portugueses receberam já este galardão: Egas Moniz, Nobel da Medicina em 1949 e José Saramago, Nobel da Literatura em 1998.

Mulheres galardoadas

1909: Selma Lagerlöf, Suécia
1926: Grazia Deledda, Itália
1928: Sigrid Undset, Noruega
1938: Pearl S. Buck, Estados Unidos
1945: Gabriela Mistral, Chile
1966: Nelly Sachs, nascida na Alemanha e radicada na Suécia
1991: Nadine Gordimer, África do Sul
1993: Toni Morrison, Estados Unidos
1996: Wislawa Szymborska, Polónia
2004: Elfried Jelinek, Áustria
2007: Doris Lessing, Grã-Bretanha

Máscaras de cá

Virgínia Ferreira e Diana Malhão – 7°C e 8° B

A Escola Abade Baçal participou no concurso “Mascararte”, apresentando um mascareto feito pelos alunos do 7ºB, 8ºB e professores de disciplinas relacionadas com artes plásticas, Jorge Silva e Carlos Gonçalves.

Este concurso contou com a participação de quatro escolas que mostraram às pessoas da cidade todo o seu trabalho

com um desfile, no dia 3 de Dezembro, seguido de um jantar na cantina da escola Superior Agrária.

O desfile iniciou-se na Avenida Sá Carneiro e terminou na Praça da Sé onde os alunos dançaram juntamente com os Caretos de Salsas que os acompanharam durante todo o percurso.

Os mascaretos permaneceram no centro da cidade durante aproxima-

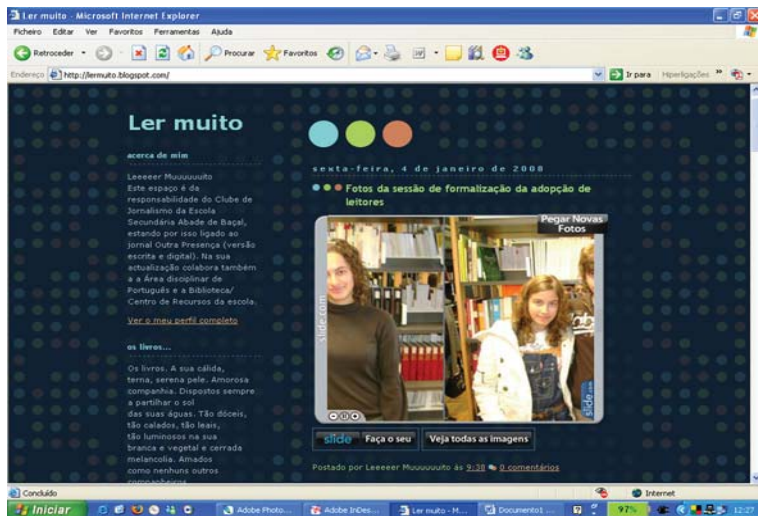
damente uma semana e depois de ter sido escolhido o vencedor foram queimados um a um.

A Escola Secundária Abade de Baçal foi classificada com o terceiro lugar, tendo ficado em primeiro lugar a Escola Superior de Educação.



Ler muito

<http://lermuito.blogspot.com>



O Clube de Jornalismo associou-se à Biblioteca e à Área Disciplinar de Português e estabeleceu a promoção de hábitos de leitura e o desenvolvimento de competências ligadas ao acto de ler seus objectivos.

Assim, para além de divulgar actividades relacionadas com esta área, criou um blog, que pretende divulgar testemunhos que os leitores queiram publicar. Criar uma grande comunidade de leitores é o principal objectivo.

Para pequenos e graúdos, o Ler Muito está aberto e à espera. É só enviar os textos para lermuito@gmail.com

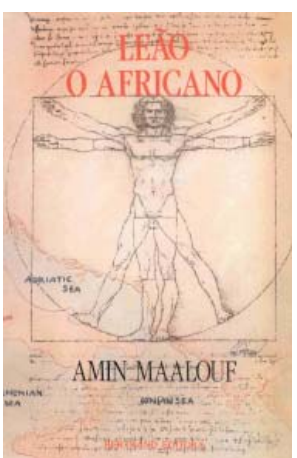
O Silêncio dos Livros
George Steiner
Ed. Gradiva



Uma pequena história do livro que alerta para a sua vulnerabilidade silenciosa e nos mostra como o oral deu lentamente lugar ao escrito e como este se reveste de um estatuto de autoridade por não permitir a contestação a não ser através de outro escrito. Por isso o escrito enfraquece o poder da memória...Já a cultura oral reactualiza constantemente a memória.

“ Hoje em dia, o armário dos discos ocupa o lugar das estantes dos livros. O silêncio passou a ser um luxo (...) vamos matando o tempo em vez de nos sentirmos à vontade dentro dos seus limite”.

Leão, o Africano
Amin Maalouf
Ed. Difel



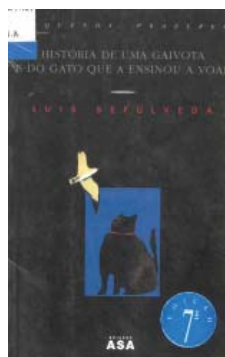
“Leão, o africano” de Amin Maalouf é uma obra fantástica. Relato autobiográfico imaginário de Hassan-al-Hazzan, circuncidado por um barbeiro e baptizado pelo papa Leão X, revela-nos de forma clara, precisa, colorida e expressiva o percurso de um homem, a tensão permanente entre católicos, muçulmanos e judeus e cinquenta anos de História, durante os quais assistimos ao cerco e queda de Granada, à perseguição inquisitorial, à conquista do Egipto pelos Otomanos, ao apogeu da Renascença em Roma e ao saque da cidade pelo exército de Carlos V. Imperdível!

Lê e descobre

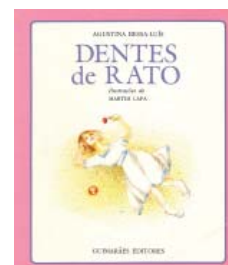
No âmbito do Plano Nacional de Leitura e integrada no plano de actividades da Biblioteca e da Área Disciplinar de Português, foi criada esta actividade que visa desenvolver as competências associadas à leitura e à escrita e solidificar hábitos de leitura.

Foram seleccionados três livros por período para cada ano do 3º ciclo. Os alunos são convidados a lê-los e a responder a um pequeno questionário cada livro que escolher.

Os livros do 1º período e do segundo apresentam-se a seguir.



História de uma Gaivota e do gato que a ensinou a voar
Luís Sepúlveda
Edições Asa



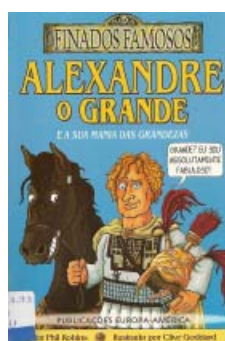
Dentes de Rato
Agustina Bessa-Luís
Guimarães Editores



Pedro & Companhia Os Poderes do raio
Luís Sepúlveda
Edições Presença



Pedro & Companhia A Poça das Feiticeiras
Luís Sepúlveda
Edições Presença



Finados Famosos Alexandre o Grande
Phil Robins
Publicações Europa-América



Harry Potter e os Talimãs da Morte
J.K.Rowling
Editorial Presença



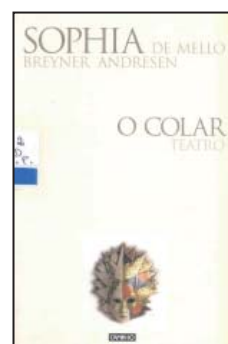
Diário Cruzado de João e Joana
Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada
Edições Caminho



O Sétimo Herói
João Aguiar
Edições Asa



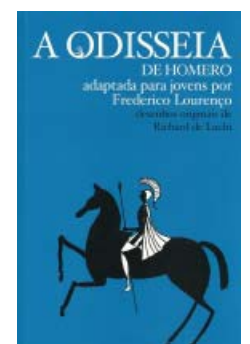
A Pirata
Luísa Costa Gomes
Publicações Dom Quixote



O Colar
Sophia de Mello Breyner Andresen
Edições Caminho



A família de Nazaré
Maria Teresa Maia Gonzalez
Edições Difel



A Odisseia
Adaptação de Frederico Lourenço
Edições Caminho



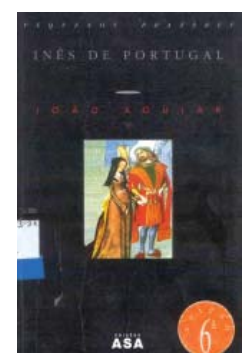
A Cidade dos Deuses Selvagens
Isabel Allende
Difel Editores



O Reino do Dragão de Ouro
Isabel Allende
Difel Editores



Romeu e Julieta
William Shakespeare
Publicações Europa-América



Inês de Portugal
João Aguiar
Edições Asa

Dr. Raul Mora

“É necessário mudar os hábitos alimentares e praticar exercício físico”

Cátia Marrão, Lúdia Mora, Magalie Bernardes - 12ºB

Dr Raul Mora, médico do Centro Hospital do Nordeste, no serviço de Medicina Interna, realça a importância de comer correcta e equilibradamente e ainda adverte para doenças que podem advir de uma alimentação deficiente, nomeadamente a diabetes, a hipertensão, o colesterol e a obesidade.

Em que medida é importante ter uma alimentação saudável?

Há um ditado que diz que “pela boca morre o peixe”. Na espécie humana também corremos esse risco. A boca é a porta de entrada dos meios desubsistência. Vamos buscar a energia de que precisamos aos alimentos, para nossa satisfação e para satisfação das nossas necessidades energéticas. Dependendo da multiplicidade dos alimentos que comemos, assim teremos uma alimentação equilibrada que fornece ao organismo os nutrientes de que ele precisa. Podemos, então, concluir que, se a nossa alimentação não for diariamente variada, não será completa e o organismo vai sentir deficiências e carências vitamínicas, proteicas e, consequentemente, surgirão doenças em virtude dessas deficiências.

É, de facto essencial mudar os hábitos alimentares, mas, a par de uma alimentação saudável, não podemos esquecer o exercício físico. Toda a gente deveria fazer uma caminhada de aproximadamente 30 minutos por dia, ou seja, 180 a 200 minutos por semana. É ainda importante salientar que estes minutos devem ser distribuídos por todos os dias da semana e não concentrá-los todos num único dia, uma vez que, desta forma, o organismo não tira tanto proveito deste exercício.

Com uma alimentação mais saudável conjugada com uma vida activa, colmatar-se-iam inúmeras doenças e viver-se-ia com mais qualidade.

Pode estabelecer-se alguma relação entre a má alimentação e a diabetes?

A organização mundial de saúde diz que a diabetes é a epidemia do século XXI. Está previsto que a preponderância da diabetes no mundo passará a curto prazo os 7.5% da população, o que ira dar muitos milhões de gente diabética.

Há dois tipos fundamentais de diabetes. A diabetes tipo 1 é a dos jovens até aos 25 anos, idade limite do seu aparecimento. Como aparece nessa idade tão precoce, tem a característica de ser insulino-

dependente, ou seja, tem que ser sempre tratada com insulina. Aqui interessam também os cuidados dietéticos, mas a parte do tratamento é fundamental, uma vez que estes jovens são dependentes de um produto natural, fisiológico que o seu organismo não consegue produzir. A diabetes tipo 2 já não é tão dependente da insulina, uma vez que se regista apenas uma insulino-carência. A pessoa, ao longo da vida, deixa de produzir a quantidade suficiente deste produto, contudo, já não se justifica o seu tratamento exclusivamente com insulina. Terá outros meios de tratamento, que serão estimuladores da sua produção.

Nos doentes com este tipo de diabetes, o pâncreas está

A boca é a porta de entrada dos meios de subsistência. Vamos buscar a energia de que precisamos aos alimentos, para nossa satisfação e para satisfação das nossas necessidades energéticas. Dependendo da multiplicidade dos alimentos que comemos, assim teremos uma alimentação equilibrada que fornece ao organismo os nutrientes de que ele precisa. Podemos, então, concluir que, se a nossa alimentação não for diariamente variada, não será completa e o organismo vai sentir deficiências e carências vitamínicas, proteicas e, consequentemente, surgirão doenças em virtude dessas deficiências.

como que “adormecido”. Aqui entra, portanto, o grande capítulo da alimentação. Sabemos que um diabético de tipo 2, terá propensão para desenvolver a doença se se alimentar incorrectamente. Nos livros vêm descritos casos e eu tenho convivido com alguns, nomeadamente em pessoas de 28/30 anos, que aparecem nas consultas aqui da medicina e nomeadamente da diabetes, porque tiveram uma alimentação desregrada. Há um jovem que me conta que a alimentação dele era feita à base de fast-food e acabou por ficar com o nível de açúcar muito elevado no sangue, começou a ter muita sede e muita vontade de urinar. Estes são os sinais clínicos do aparecimento e do desenvolvimento da diabetes na pessoa.

Retomando a vossa pergunta inicial, tão abrangente, posso-vos dizer que a alimentação pode estar, sim, no princípio do aparecimento, pelo menos do aparecimento mais prematuro deste tipo de diabetes. Este jovem de que vos falei, se

tem tido cuidado com a alimentação, provavelmente não seria diabético aos 30 anos. Poderia vir a ser, mas se calhar só muito mais tarde.

Que alimentos desencadeiam a diabetes?

Naturalmente, aqueles que nos fornecem um elevado número de hidratos de carbono, que podem ser encontrados no pão, na massa, no arroz, na batata e em todo o tipo de bolos ou doces. Como vos contei, aquele era um rapaz que praticamente só se alimentava de farináceos, produtos ricos em hidratos de carbono, de fácil digestão, e, assim, o seu organismo impregnou-se de açúcar, esgotou-se e cansou-se mais cedo do que devia, ou seja, não conseguiu que o pâncreas aproveitasse

todos os hidratos de carbono ingeridos e, por isso, deixou de produzir insulina, ou começou a produzir menos. Assim, logicamente, o açúcar manteve-se em níveis muito elevados em circulação. É desta forma que surge um diabético.

Um diabético pode praticar exercício físico sem restrições?

Pensa-se normalmente que sendo doentes não poderão fazer aquilo que os outros fazem. Eu costumo sempre dizer que o diabético é quem ensina o resto da população. Se observarmos um diabético que se trata bem e que vive correctamnete, só temos a ganhar, visto que teremos uma vida saudável e ficaremos sãos durante muito mais tempo. Assim sendo, acho que o diabético que estiver bem controlado, que seja um diabético rigoroso e que compreenda razoavelmente sua doença, pode fazer as suas caminhadas, executar exercício físico normalmente e pode até ser um professor

de educação física. Terá apenas que tomar algumas precauções, relativamente ao horário em que esse esforço deve ser realizado.

A insulina é a única forma de tratamento?

A insulina é a pedra basilar do tratamento e indispensável para a diabetes juvenil (tipo 1). Os outros diabéticos (tipo 2), poderão ser tratados com insulina e, para além desta, também com anti-diabéticos orais, que são produtos que a indústria farmacêutica foi desenvolvendo na tentativa de estimular um pâncreas cansado e desgastado na produção da insulina. Como há situações em que por mais que se estimule, a produção deixa de ser possível, surgiu a necessidade de descobrir um produto que permitisse ao organismo aproveitar mais eficazmente o açúcar e tentar que a pouca insulina produzida fosse mais activa. Existem, então, na actualidade, duas grandes classes de anti-diabéticos orais: os insunino-estimulantes e os facilitadores da acção da insulina.

Há outras doenças decorrentes da má alimentação?

A obesidade, doença extremamente actual, que está a ocupar a sociedade médica, tem também o nome de síndrome metabólico. O síndrome metabólico é uma doença, ou um conjunto de doenças, que decorre de vários problemas: excesso de peso, hipertensão, gordura circulante, hiperglicemia e hiperuricemia (ácido úrico elevado), entre outros. Cada um destes sintomas, isolado, não desenvolve nenhuma doença, mas, em conjunto, resulta no síndrome metabólico.

A obesidade, a dislipedemia ou a hiper-colesterolemia (factores de risco para doenças vasculares/cardio-vasculares / cerebro-vasculares) provêm de défices ou de erros alimentares. Pessoas que se alimentam à custa de produtos com gordura em demasia, se posteriormente não a metabolizarem, se não a desgastarem, vão ter necessariamente um excesso de colesterol no sangue, que é o produto final das



gorduras ingeridas. Como facilmente se depreende, este acarreta problemas de vascularização. Se no interior dos nossos vasos circular um sangue gordo, naturalmente vai ter maior aderência às paredes dos vasos e estes ficarão com restos desses produtos, que não é possível eliminar. Assim, as paredes vão ficando mais espessas, enrijecendo e vão perdendo a elasticidade que uma veia e uma artéria devem ter e, consequentemente, o fluxo ficará com menos capacidade de circulação. Ora, se o corpo humano é alimentado através do sangue e se este vai carregado de gorduras, vai aderindo e danificando os circuitos por onde passa. O que acontece? As pessoas ficam com os cabelos frágeis, as unhas susceptíveis de ganhar micoses (a unha fica com um défice alimentício, mal nutrida e deixa de ter capacidade de resistência), por exemplo.

Concluindo, a alimentação acaba por estar na base de doenças até da unha! Não diria que está também na origem da calvície, porque aí há outros factores que interferem, como o problema hormonal e hereditário.

Mas as consequências de uma má alimentação vão muito além das doenças vasculares, provocando lesões em vários órgãos, como o coração, o cérebro, os rins, a vista.

E a hipertensão?

A hipertensão é causada por múltiplos factores. Naturalmente que nem todos são bem conhecidos e não existe um agente responsabilizador bem definido. Por esse motivo, é também chamada de hipertensão idiopática. Uma das diversas causas do seu aparecimento é realmente uma alimentação rica em sal, uma alimentação hiper-calórica/hipersalina. Como consequência, os valores tensionais ficam fora dos valores normais, elevando-se e, assim sendo, esta doença constitui um grande factor de risco para o grupo de doenças de que vos falei anteriormente (vasculares / cerebro-vasculares / cardio-vasculares).

Qual é o tratamento?

A medicina tem, e f e c t i v a m e n t e , medicamentos para este tipo de doenças. No entanto, nenhum médico iniciará um tratamento medicamentoso, ou não deverá iniciar, sem primeiro ensinar ou dar conselhos sobre a forma correcta de alimentação – neste caso, vai aconselhar o doente a fazer refeições pobres em sal e, só depois deste entender que deve alimentar-se com quantidades muito escassas deste produto, é que iniciará a medicação.

Toca a mexer

Ana Isabel Oliveira

O Clube do Desporto Escolar tem proporcionado a todos os alunos que nele participam diferentes vivências no âmbito da prática desportiva, transmitindo-lhes valores como o companheirismo, o respeito e a amizade, não só entre os elementos da equipa, como também com os elementos das equipas das restantes escolas com as quais competem. Esta interacção entre alunos de escolas diferentes proporciona-lhes experiências novas e que são sempre gratificantes e enriquecedoras a nível pessoal.

No presente ano lectivo, a escola dispõe de várias equipas que a representam: Basquetebol Feminino

(Iniciadas e Juvenis); Futsal Masculino e Feminino (Juvenis) e Voleibol Feminino (Iniciadas e Juvenis). Relativamente às competições, as nossas equipas têm realizado inúmeros jogos a contar para o calendário de competição – nível CAE, e obtido resultados satisfatórios. O “Fair-Play” que impera nas equipas de todos os grupos e que se faz notar nos encontros dos jogos tem sido uma mais valia.

Relativamente às actividades, o Grupo Educação Física organizou o Corta-Mato Escolar, tendo sido apurados seis alunos de cada escalão/sexo. Estes vão representar a nossa escola a nível Distrital, no Corta-

Mato que se irá realizar no campo do IPB, tal como nos anos anteriores. Todos os alunos estão de parabéns, não só pelo esforço e dedicação demonstrada, mas também pela representação da nossa escola.

Continuamos com o nosso apelo,

não só para este ano, mas também para anos seguintes: “Participem nas actividades, uma vez que as mesmas são somente realizadas para vocês.”

Classificação final

Juniores Masculinos (2200 M)

Classificação	Nome	Tempo
1.º	Filipe Sousa	07:22
2.º	António André	08:43

Juvenis Masculinos (2200 M)

Classificação	Nome	Tempo
1.º	Vítor Hugo	08:44
2.º	Fabien Pinto	08:45
3.º	Fábio Rocha	08:46
4.º	Pedro Machado	08:51
5.º	Filipe Castilho	08:52
6.º	Daniel Pinto	08:53

Juvenis Femininos (1100 M)

Classificação	Nome	Tempo
1.º	Vitória Ferreira	04:07
2.º	Adriana Fernandes	04:12
3.º	Alexandra Martins	04:56
4.º	Maria Afonso	05:15

Iniciados Masculinos (1650m)

Classificação	Nome	Tempo
1.º	João Soares	05:17
2.º	Ricardo Podence	05:24
3.º	João Albuquerque	05:45
4.º	Carlos Moura	06:07
5.º	Joni Gonçalves	06:13
6.º	Eduardo Alves	06:18

Iniciados Femininos (1100m)

Classificação	Nome	Tempo
1.º	Magda Ferreira	04:26
2.º	Patrícia Fernandes	04:29
3.º	Stefany Pinto	05:35

Infantis Masculinos (1100 M)

Classificação	Nome	Tempo
1.º	Rui Alves	03:25
2.º	João Vaz	03:28
3.º	Francisco Sá Pires	03:36
4.º	Luís Sá Pires	03:56
5.º	António Coelho	04:00
6.º	António Chavier	04:02

Infantis Femininos (1100 M)

Classificação	Nome	Tempo
1.º	Sofia Filipe	04:40
2.º	Sara Freitas	04:41
3.º	Marta Balesteiro	05:05
4.º	Lúcia Gomes	05:07
5.º	Joana Meco	05:25
6.º	Jessica Afonso	05:45



O Subjectivismo Moral

Clarinda Pires (Departamento de Ciências Sociais e Humanas)

As causas da actual conjuntura social, política e cultural e psicológica encontram as suas raízes no sec.XVII. Descartes é o pai do racionalismo e da filosofia relativista.

No “Discurso do Método”, no capítulo da dúvida metódica, explicando as razões dessa dúvida, aponta também os primeiros passos do subjectivismo.

Descartes concebe o Homem formado por duas substâncias : “res cogitans” e “res extensa”; a primeira é o pensamento, a segunda é o corpo, a matéria.

A “res cogitans” é o fundamento da existência – PENSO, LOGO EXISTO. O Homem é o que é, porque pensa. A “res extensa é o corpo físico, independente da primeira substância que pode existir ou não.

Descartes dá supremacia dada ao sujeito, basta que PENSE para SER e, portanto, para EXISTIR. O sujeito é evidência racional e consciência dessa evidência pelo puro pensar. Eleva-se assim o sujeito a senhor absoluto do que pensa, do que faz e do que pretende fazer. A razão é Senhora Absoluta de um império iluminado que pode conhecer todas as áreas do saber. Tal como Descartes afirma no “Discurso do Método” é preciso construir uma ciência una.

Este subjectivismo é levado ao extremo pelas correntes revolucionárias dos sec. XIX e XX : Assim, segundo Ramos / Rodrigues (1987) destacamos :

- O evolucionismo de Charles Darwin, (Inglês) porque afirma que todos as espécies existentes na Terra, são produto de uma evolução biológica, onde as leis da Física e da Química, em conjunto como o habitat próprio, encarregaram-se de fazer a selecção natural ao longo de biliões de anos. O Homem é o resultado perfeito desta tarefa Histórica...é apenas mais um produto, fruto de um complexo sistema de sobrevivência, regulada pela lei do mais forte...

- **O Positivismo** de August Comte, (Francês) porque dá a justificação do valor da ciência hoje, por oposição à ignorância de ontem, chegou a era da

libertação... a única verdade é a científica. Há que construir a religião de ciência porque ela resolverá todos os problemas do Homem.

- O Behaviourismo de J. Watson, (Americano) apresenta o Homem como produto de uma situação, tal como afirma : “dai-me uma dúzia de crianças que eu farei delas o que quiser – advogados, ladrões, assassinos... Assim o Homem é um produto que se faz no mundo, pela socialização.

- A Reflexologia de Pavlov, (Russo) porque apresenta o Homem como possuído de uma estrutura de nervos, que permite que o seu funcionamento possa ser compreendido como uma máquina. Os estímulos exteriores produzem as sensações que o nosso sistema nervoso central canaliza, em função da acção que pretendemos realizar.

- A Psicanálise de Freud, (Austriaco) porque apresenta o Homem como um produto de forças ocultas que não são facilmente verificadas. Forças difíceis de isolar. Forças que são desejos, mas desejos que são impulsos, motores da vida. Com a descoberta do inconsciente Freud, procura libertar o Homem da censura moral e destruir os recalcamentos que provocam neuroses e desequilíbrios emocionais.

- Para Marx, (Alemão) a praxis é a categoria concreta e transformadora do mundo, fundamental para a libertação do Homem. A História humana consiste na transformação das forças materiais de produção para construir a sociedade sem classes. O ser espiritual é resultante do ser material. A consciencialização da realidade produz a libertação do espírito, emaranhado nas teias da religião que é o ópio do povo.

- O Niilismo de Nietzsche, (Alemão) é um movimento histórico próprio da cultura ocidental que se pode entender em duas vertentes : a primeira que produz a destruição dos valores tradicionais. É um momento de crise, de dúvida e da perda de sentido e de desorientação. Deus

A segunda, é a própria afirmação do processo niilista

enquanto distanciamento necessário do pensamento platónico-cristão, é o momento da reflexão e da construção de uma possível orientação da vida e da cultura ocidental. Há que recriar um novo deus. É assim que surge o Super – Homem de Nietzsche, criador de novos valores.

As respostas às grandes questões da existência, são dadas pelo próprio Homem. Ora, como o nosso saber é limitado, trás com ele a marca do seu criador: falível, incompleto, inconsequente...traduzido no turbilhão das acções sociais.

Porém, o relativo torna-se Absoluto pelo Poder Absoluto da Razão.

- Quem é o homem? – Produto de uma evolução.

- O que é a verdade? – A verdade científica.

- Como actua o homem? – Em função da situação.

- Como funciona o cérebro? – Como uma máquina.

- E as forças ocultas do inconsciente? – Desejos para libertar...

- O que é a História? – Resultado das forças de produção.

- Quem é deus? – O homem.

- O que é a vida? – O que se vive.

Então, o saber é o que eu penso, a verdade a que eu conheço, e a vida o que quero viver. Fica assim abalado o fundamento da Ética, impedindo a clara compreensão do próprio Homem, dos seus Direitos e Deveres. Constrói-se uma concepção errada de **liberdade**, resultante de uma falsa noção de verdade – “ **a liberdade destroi-se quando perde a sua relação essencial com a verdade**” Mounier (1964)

Então o EU, arroga-se o direito de se transformar em única fonte de valores decidindo o que é bem e o que é mal.

Ao mesmo tempo o outro, torna-se presença hostil e perigosa, já que só ele estabelece o que é a verdade e o que não é. Tal como afirma o Positivismo, o Homem transforma-se em arremedo de Absoluto que pensa poder dispor absolutamente do outro.

A diferença

Elsa Fernandes - 10ºAC

Desde o início do ano lectivo, na minha nova escola, notei uma ligeira diferença entre esta e o meu liceu em França. Os professores não têm a mesma forma de ensinar e os alunos comportam-se de maneira diferente para com os professores. Parece-me que há uma falta de respeito.

Em França, a partir do momento em que começavam as aulas, para poder entrar e sair, estávamos equipados com um cartão com nome, fotografia e turma, que devíamos apresentar ao vigilante que estava à entrada da escola, para nos identificar. Todos os vigilantes tinham os nossos horários, para os poder confirmar. Só as pessoas equipadas com este cartão estavam autorizadas a penetrar no estabelecimento. Aqui, toda a gente entra e sai quando lhe apetece...

Os nossos professores eram nossos amigos, mas guardavam uma certa distância, para que os alunos não tomassem demasiada confiança; aqui, é exactamente o contrário. Havia um regulamento a respeitar: ao fim de três sanções graves, o aluno era convocado com os pais e delegados de turma ao gabinete do director do estabelecimento e era ele que devia tomar uma decisão.

Para concluir, há uma má alimentação: as máquinas de produtos açucarados são proibidas em França, devido à obesidade.

Encontrei uma grande diferença, mas depressa me habituei a isso. O nosso país ainda está atrasado em relação a França, no que respeita a certas coisas.

Os Cinco®

Visite-nos



www.freewebs.com/osfive

O nosso site de conteúdo humorístico pode ser bastante perigoso para pessoas sérias e sisudas, porque estas arriscam-se a sorrir levemente.

Não nos responsabilizamos pelos efeitos secundários provocados pelo nosso trabalho, contudo se estes persistirem, consulte também:

<http://petiscaaquui.hi5.com> e www.osfive.blogspot.

Transgénicos

Organismo Geneticamente Modificado (OGM): ser vivo em cujo genoma foi inserido ADN de outra espécie (o gene estranho designa-se transgene). A manipulação genética é uma área de investigação de ponta e oferece, sem dúvida, possibilidades exaltantes para o bem-estar da Humanidade (terapia genética, fabricação de tecidos biológicos) mas está longe de ser consensual. Terá o homem o direito de modificar seres vivos? Será essa modificação essencial à sobrevivência humana?

Dois alunos, dois pontos de vista.

Dádiva da ciência



Guilherme Sá Pires - 11ºA

Há uns tempos assistimos a uma vaga de assaltos, realizados por uma organização ambientalista denominada "Verde Eufémia", a uma quinta de um pobre agricultor. Essa quinta possuía um hectare cultivado de milho transgénico, por vezes denominado OGM, ou seja Organismo Geneticamente Modificado.

O que significa a palavra transgénico? Especificamente, trata-se de um ser vivo cuja estrutura genética foi alterada, de modo a atribuir ao receptor características não programadas pela natureza: por exemplo um grão é acrescido de vitaminas e sais minerais que a sua espécie não possuía. Voltando ao caso da organização dita ambientalista, o que esta organização fez foi um acto terrorista, pois destruiu o modo de subsistência daquele agricultor, sendo, por isso mesmo, condenável. Esta organização, a julgar pelo nome, terá uma base ideológica comunista (Catarina Eufémia foi uma trabalhadora rural alentejana que foi morta por um elemento da GNR, quan-

do participava numa manifestação com outras mulheres a reivindicar melhores salários. O Partido Comunista Português adoptou este caso como um ícone de resistência ao regime do Professor Oliveira Salazar, embora nunca tenha sido provada a filiação de Catarina Eufémia no PCP), mas não fica bem a nenhuma organização, quanto mais de esquerda, cometer semelhante acto. Os transgénicos são o futuro da produção de alimentos. Actualmente, a população mundial está a crescer a um ritmo bastante grande. Ora, quanto maior a população, maior é a quantidade de alimentos necessários para alimentar as pessoas. No entanto, temos vindo a assistir a uma diminuição de terrenos férteis e aráveis, uma vez que, e principalmente em África, o deserto tem vindo a "comer" esses terrenos, espalhando a desolação e a pobreza. Os transgénicos apresentam-se

como uma alternativa suficientemente viável para fazer face a todos estes problemas.

Para ser mais específico, os transgénicos permitem: que o alimento possa ser enriquecido com um componente nutricional essencial; que o alimento possa ter a função de prevenir, reduzir ou evitar riscos de doenças, através de plantas geneticamente modificadas para produzir vacinas, por exemplo; que a planta possa resistir ao ataque de insectos e ser mais resistente a efeitos climáticos, garantindo uma estabilidade dos preços e custos de produção, sem falar ainda no aumento do grau de pureza e na especificidade dos ingredientes, permitindo uma maior flexibilidade para as indústrias; permite, ainda, o aumento da produtividade agrícola, através do desenvolvimento de culturas mais produtivas e mais baratas e cuja produção agrida menos o meio ambiente. Apesar de todas estas vantagens, podem existir alguns contratempos, mas, para evitar isso, é preciso que se reforcem os mecanismos de regulação e regulamentação de toda esta actividade, de modo a que todos possamos beneficiar desta grande benesse da ciência que são os Organismos Geneticamente Modificados.



Dizer não aos transgénicos



Joana Teixeira - 8ºB

Os riscos ligados aos produtos geneticamente manipulados são de três ordens: saúde, ambiente e agricultura.

Uma pessoa com alergia a morangos, ao comer inocentemente uma cenoura, pode estar a mastigar proteínas às quais é alérgica. Estes podem

parecer pruridos exagerados, mas já aprendemos que não se deve brincar com a ordem natural das coisas. A não segregação entre colheitas transgénicas e convencionais a que se assiste impede a realização de estudos epidemiológicos para detectar eventuais efeitos na saúde, visto que ninguém saberá quem foi exposto aos novos alimentos e quem não foi. Estas plantas foram alteradas para resistir à presença de concentrações elevadas de pesticidas, "destoxificam" os pesticidas através da produção de proteínas que depois serão, naturalmente incorporadas nos alimentos. Não está estudado o impacto da concentração

dessas proteínas, tal como se desconhece a sorte do ADN transgénico de organismos mortos: poderá ser integrado por microrganismos antes da degradação? Que efeitos é que poderá ter nos nossos sistemas incluindo os nossos intestinos? Quanto ao ambiente, estes alimentos podem, efectivamente, causar riscos ambientais, nomeadamente o aparecimento de ervas daninhas resistentes a herbicidas; a poluição dos terrenos e lençóis de água com agro-tóxicos e a perda da fertilidade natural dos solos e da biodiversidade. No que diz respeito à agricultura, os OGM não só não resolvem os problemas já existentes como os agravam. Pelas leis da Natureza, a viabilidade de uma espécie depende da sua variabilidade genética. É esta que permite que o indivíduo responda a agressões inesperadas. Os OGM são, em contrapartida, estirpes de laboratório, de variabilidade muito restrita, com uma muito baixa plasticidade fenotípica. O tempo de vida de uma estirpe geneticamente manipulada é de 6/7 anos. Esse é o tempo que as pragas demoram a adaptar-se às defesas da estirpe. Depois é preciso criar uma estirpe nova. Os OGM também

agravam a dependência da agricultura face à indústria química, como a variedade de soja Round Up, da Monsanto, criada para resistir ao herbicida do mesmo nome da mesma empresa. E se é assustadora, só por si, a perda de biodiversidade a que conduziu a agricultura moderna, de monocultura e de abuso de químicos que desregulam os ciclos naturais - que os OGM só vêm agravar - existem outras consequências, essas imprevisíveis. É que os transgénicos agem, eles próprios, sobre o meio que os rodeia. Já foi comprovada a ocorrência de alterações na flora microbiana das raízes de transgénicos. E os OGM, uma vez soltos no mundo, porque é que não hão-de evoluir à sua maneira? É muito provável que surjam espécies novas, na ausência de barreiras à polinização. Espécies super-resistentes, infestantes que não possamos travar.

A ausência de provas negativas continuará a ser utilizada como prova positiva, numa inversão perversa do princípio da precaução.

Escola viva

ESCOLA SECUNDÁRIA ABADE DE BAÇAL - BRAGANÇA



III CAMPEONATO de LITERATURA e da LÍNGUA PORTUGUESA

Alunos apurados para a 2ª fase

1º Escalão					
Ano e Turma	Nome do aluno	Classificação			
		1º teste	2º teste	3º teste	4º teste
8ºC	Adriano Mesquita Fernandes	9	7	10	8
8ºB	Ana Clara Gomes Gonçalves	9	10	7	6
9ºA	Ana Raquel Martins Teixeira	9	10	9	9
9ºC	Ana Rita Martins Afonso	9		10	7
9ºC	Ana Sofia Alves Felício	9	8	10	
9ºC	André Guilherme Santos	9		10	6
9ºC	António Pedro Carvalho Tomé	9	10	10	7
9ºC	Bruna Beatriz Antas Pires	5	6	9	4
9ºA	Caio César Corrêa de Lima	4	10	9	8
8ºA	Cátia Patrícia Afonso Rodrigues	7	7	2	7
9ºA	Cátia Rafaela Rodrigues Fernandes	9	8	9	8
7ºC	Cláudia Alexandre da Silva Rodrigues	9	10	9	6
9ºA	Cláudia Valentim Barreira Pires	4	6	9	8
8ºA	Cristiana Andreia Saraiva Lopes	8	7	4	8
7ºC	Cristiana Inês Afonso Mendes	9	10	8	10
9ºA	Cristiana Manuela Mota Fernandes	9	10	9	9
7ºB	Daniela Sornia Gonçalves Padroão	8	1	7	2
8ºB	Diana Patrícia Pinto Malhão	9	10	7	
7ºC	Diana Sofia Cardoso Borges	9	10	8	9
7ºB	Fernando José S. Romão Coutinho Frias	9	9	10	10
9ºA	Inês do Carmo Gil Ruivo	9	10	9	9
7ºB	Jéssica Araújo Afonso	9	6	9	10
9ºC	Joana Cristina Ribeiro Silva	9	10	10	
7ºB	Joana da Fonseca Filoto	9	9	8	10
7ºB	Joana Filipa Alves Meco	9	8	7	
9ºA	João Manuel Ramos Fernandes	5	7	9	6
8ºB	João Pedro Vieira Alberto	9		8	9
9ºA	Leticia Isabel Cidre Prada	9	5	9	9
9ºA	Luís Augusto Seixas Felizardo	4	6	5	7

9ºA	Luis Carlos Barbosa Rocha Miranda	8	6	9	8
7ºC	Marta Sofia D. Balesteiro	9	9	8	10
9ºC	Miguel Duarte Fernandes Diz Lopes	9	10	10	7
8ºB	Nuno Filipe Pedro Fernandes	9		8	9
7ºC	Patricia Alexandra Galrinho Rodrigues	8	9	10	9
9ºC	Pedro Alexandre Conde Gonçalves	9	10	10	8
7ºC	Pedro Filipe Bebiano	8	6	5	
8ºC	Raphael Martins Cordeiro	9	3	8	
7ºC	Rodrigo Alexandre Barreira da Silva	8	8	9	7
8ºA	Sara Rodrigues	8	5	8	9
8ºB	Tomás Manuel Coutinho Frias	9	9	10	10
7ºC	Vanessa Sofia Fernandes Pires	8	7	8	
7ºC	Virginia Alves Ferreira	9	10	8	9
7ºB	Vitor Daniel Veigas Minhoto	8	9	9	10
8ºC	Vitor Manuel Antas Martins	7	7	5	4

2º Escalão					
Ano e Turma	Nome do aluno	Classificação			
		1º teste	2º teste	3º teste	
10ºB	Ana Cristina Teixeira	18	19	18	17
12ºA	Ana Luisa Geraldese Amaro	17	20	17	17
10ºB	Ana Margarida Fernandes Afonso Correia	18	19	17	18
10ºB	Ana Margarida Pires da Cruz Veleza	18	19	17	17
12ºA	Ângela Piedade Afonso da Cunha	19	15	18	16
10ºB	Cristiana R.A. Neves	19	17	17	17
12ºA	Flávia Patrícia Vaz Lage	17	19	15	17
10ºB	Francisco Teixeira Soares Pereira	19	19	19	
11ºA	Guilherme Eduardo R. Sá Pires	18	17	16	17
10ºB	Inês Gonçalves	19	19	19	17
10ºB	Joana Emília Rodrigues Seca	16	19	19	17
10ºB	João Pedro Anes da Silva	19	19	19	
10ºB	Joel Mezquita Fernandes	19	19	19	17
10ºB	Marisa André Fernandes Martins	18	18	19	18
10ºB	Marta Cristina Trindade Sarmento	19	19	17	17
10ºB	Milene Carina Vaz Anes Martins	20	19	18	15
10ºB	Nádia Sofia Mofreita	16	18	19	17
10ºB	Sara Elisa Brás Alves	19	19	19	17
10ºB	Sara Gabriela Afonso Santos	19	19	18	17
10ºB	Sónia Alexandre Rodrigues Cova	18	19	18	15
12ºA	Tânia Filipa Ramos Fernandes	19	15	18	16

Os 7 mamarrachos



Todos conhecemos obras que ferem a paisagem e o olhar. Todos sabemos que essa apreciação é subjectiva. Mas podemos manifestá-la.

A partir de hoje está aberta a eleição dos 7 mamarrachos de Trás-os-Montes, como ficou prometido aquando da eleição das 7 Maravilhas. Colabore connosco, enviando-nos uma foto de um “mamarracho” (um edifício, um objecto, um espaço que esteja mal integrado, destrua a harmonia, não justifique a sua existência), acompanhada da descrição da sua localização.

O endereço já conhece: outrapresenca@gmail.com

Contamos consigo.

Bibliopaper

Em Outubro, no mês do dia Internacional da Biblioteca, decorreu, na Biblioteca, o bibliopaper, no qual participaram os alunos do 7º ano. A prova teve a duração de 90 minutos e foi realizada em grupos de 4 ou 5 alunos.O bibliopaper implicava respostas escritas em formulário, sobre a organização da biblioteca, consulta e pesquisa de serviços.

Segundo a coordenadora da Biblioteca, Paula Romão, pretendia-se que os alunos mais novos contactassem e conhecessem a biblioteca e os seus serviços. Uma equipa do 7-ºA e outra do 7ºD foram os que mereceram o prémio. Dado o sucesso da actividade, esta pode estender-se a outros anos lectivos, nomeadamente, aos alunos do 10º ano.



Equipas vencedoras do Bibliopaper

BARREIRA & SANTOS, LDA.

Agente dos Tractores: **SAME**



Venda e Reparação de Máquinas Agrícolas



Tel/Fax: 273 771 568
Rua dos Frades 5320 Vinhais

Orange Box

João Anes - 11ºB

A Orange Box (Caixa laranja) é, sumariamente, o negócio de 2007. Não é um jogo, é uma compilação que inclui o grandioso Half-Life 2, detentor de inúmeros prémios de jogo do ano; a sequência e primeira parte episódica, Half-Life 2: Episode One, verdadeiro núcleo da Orange Bo; Half-Life 2: Episode Two; Team Fortress 2 e Portal.

Primeiramente, concentremo-nos em Episode Two: Este começa momentos depois do final de Episode One, fora de City 17, (a cidade factional onde HL2 e Episode One se desenrolaram), nas florestas circundantes. Ao contrário dos jogos anteriores da saga, desenrola-se em espaços abertos e muito dinâmicos, com inimigos novos bastante inteligentes, isto é, com uma maior inteligência artificial e táticas mais avançadas, uma arma nova e um novo carro, um carro desportivo pós-apocalíptico que, apesar disso, continua a assegurar uma contínua diversão, visto que algumas das partes mais divertidas são aquelas que passamos ao volante. Como em Episode One, Alyx é a acompanhante nas viagens, dando a ocasional ajuda, algumas gargalhadas e uma boa mão quando é necessário.

Segue-se Portal, um jogo de puzzles na primeira pessoa. É verdade que, normalmente, a imagem associada a jogos de puzzles é a de um jogo aborrecido, mas Portal não é um

jogo de puzzles normal. O universo onde se desenrola localiza-se no mesmo universo Half-Life. Como as duas histórias se entrelaçam descobre-se jogando tanto Portal, como Episode Two. Em Portal, o jogador é uma mulher (coisa que não acontece muitas vezes) que acorda num cubículo com paredes de vidro, selado, a ouvir uma voz robótica, GLaDOS, a assistente electrónica/inteligência artificial do Laboratório Aperture Science, a dizer-nos que fomos seleccionados para os testes do “Centro de Enriquecimento”. Como lá chegamos, não é revelado no jogo.

A última classe é o Engineer, o engenheiro de serviço. Ele está encarregue de construir e manter turrets,teleportes e distribuidores de munição e vida, utilizando o “metal”, resultante das armas dos jogadores caídos em batalha. Na última classe “Support”, temos o Sniper, cuja descrição é desnecessária, o Medic, o médico da equipa, que utilizando a medigun liga-se a um companheiro de equipa, recuperando-lhe gradualmente a vida, e aumentando o máximo para 150% de vida normal. Ao fazer isto, ele carrega o “Ubercharge”, em que ficam ambos vulneráveis por um tempo. No final, está uma das classes mais difíceis do jogo, o Spy. Este James Bond com sotaque Franco-Italiano pode disfarçar-se de todas as classes de

qualquer equipa, se não deixar de cumprir determinados requisitos.

O jogo em si vem com tracking contínuo do desempenho, que é acessível pela Steam Community e com 6 mapas de CTF, mas que em vez de bandeiras tem malas com informação, dois mapas de defesa/ ataque de pontos de controlo, dois mapas de ataque pelas duas equipas por pontos de defesa em linha e um mapa de ataque/defesa territorial, com mais mapas a serem desenvolvidos.

O jogo segue a filosofia de que os jogos não devem ser demasiado sérios. Como disse Robin Walker, um dos programadores principais de TF2, “Se dermos armas a pessoas numa sala e os deixarmos fazer o que quiserem, de certeza não vão actuar com seriedade”. Isto verifica-se tanto no visual do jogo como na jogabilidade em si.

É também importante referir os taunts, que são animações activadas ao pressionar “g”, que variam de arma para arma e de classe para classe (por exemplo, o médico tenta tocar violino com o serrote, e o soldado começa a gritar com a pá).

Também há uns taunts sonoros automáticos que só acontecem em determinadas situações.



Não há mal que sempre dure...

Forget

Anti más-línguas

Comprimidos

- Composição
1 comprimido contém...50mg de indiferença, 5mg de esquecimento,60mg de coragem e 15 mg de espontâneadade .
- Apresentação
Comprimidos
- Embalagem com número infinito
- Propriedades
O Forget é um fármaco anti más-línguas activo por via oral com acção psicológica. A sua acção é similar à amnésia, mas faz esquecer apenas as pessoas que querem o seu mal.
Após administração oral do Forget, o único do esquecimento ou indiferença aos que falam mal de si e querem o seu mal surge após 10 segundos, já que a coragem, também presente nos comprimidos, facilitará a acção dos mesmos.
- Indicações
Coragem e força para não ligar às más-línguas
 - No caso de falarem mal nas costas;
 - No caso de ser gozado;
 - Na situação de falsos amigos ou qualquer situação idêntica.
- Contra-indicações
Forget apenas não deve ser

- administrado caso a pessoa também fale mal dos outros,os goze ou qualquer atitude parecida. Efeitos secundários
Possibilidade de tonturas nas primeiras doses, sendo também conhecida falta de coragem quando as pessoas não confiam em si...
- Posologia e modo de administração
O esquema posologica deve ser adoptado às necessidades de cada caso individual. No caso de grande número de falsos amigos, as doses deveram permanecer as mesmas, tendo apenas que identificar a confiança em si próprio.
- Adultos e crianças com mais de 10 anos
2 Comprimidos ao dia, um de manhã, para lhe dar força ao longo do dia e outro á noite para que nos seus sonhos não entrem mão pensamentos.
- Crianças até aos 10 anos
Não pode ser receitado a crianças com menos de 10 anos, pois a inocência destes não o permite.
- Recomendações
- Acredite que os comprimidos irão resultar, pois só assim se alcançarão os resultados desejados.
- Não se deixe desanimar quando lhe voltarem a fazer o mesmo, simplesmente ignorar.
- Quando estiver muito desanimado, tome um comprimido, mas este só não chegará.Procure um dos seus verdadeiros amigos e desabafe,chore!

Amizade em Doses

- Composição:

10 minutos do medicamento contém: 20 mg de compreensão, 30 mg de carinho, 4 sorrisos, 7 palavras amigas, 9 abraços, beijos q. b. e um ataque de cócegas.

- Apresentação
Um amigo
- Em carne e osso;
- Propriedades
O AMIZADE EM DOSES é um famoso para fazer amigos felizes. Faz pessoas felizes e o seu efeito é parecido ao amor. Contudo este medicamento, não proíbe a existência de amor e felicidade. Estudos clínicos comprovam que as pessoas andem mais felizes e não tem tantos problemas ou não ligam a coisas supérfulas.
Após a administração de AMIZADE EM DOSES, o início do alívio de tristeza surge em 10 segundos e dura cerca de 24 horas. Mas é aconselhável este ser administrado cerca de 6 vezes ao dia.

- Indicações

Este tratamento não faz efeito em:

- Pessoas sem coração
- Pessoa que querem viver sem

ninguém má á sua volta.

É aconselhável o uso do medicamento em:

- Pessoas com falha de afecto
- Carência por falta de família
- Pessoas que sofreram desgostos

- Contra-indicações

Este medicamento não faz efeito em pessoas orgulhosas que não queiram ajuda nem amigos e não estejam dispostos a mudar em pessoas que acham que são melhores que os outros.

- Efeitos secundários

Foram detectados alguns casos de dependência após 6 dias consecutivos a tomar o medicamento, mas acreditamos que a amizade é importante por isso não consideramos isto perigoso.

- Posologia e modo de administração
O esquema posológico deve ser adequado às necessidades de cada um, mas achamos que deve ser administrado para cima de 5 vezes ao dia.

- Recomendações

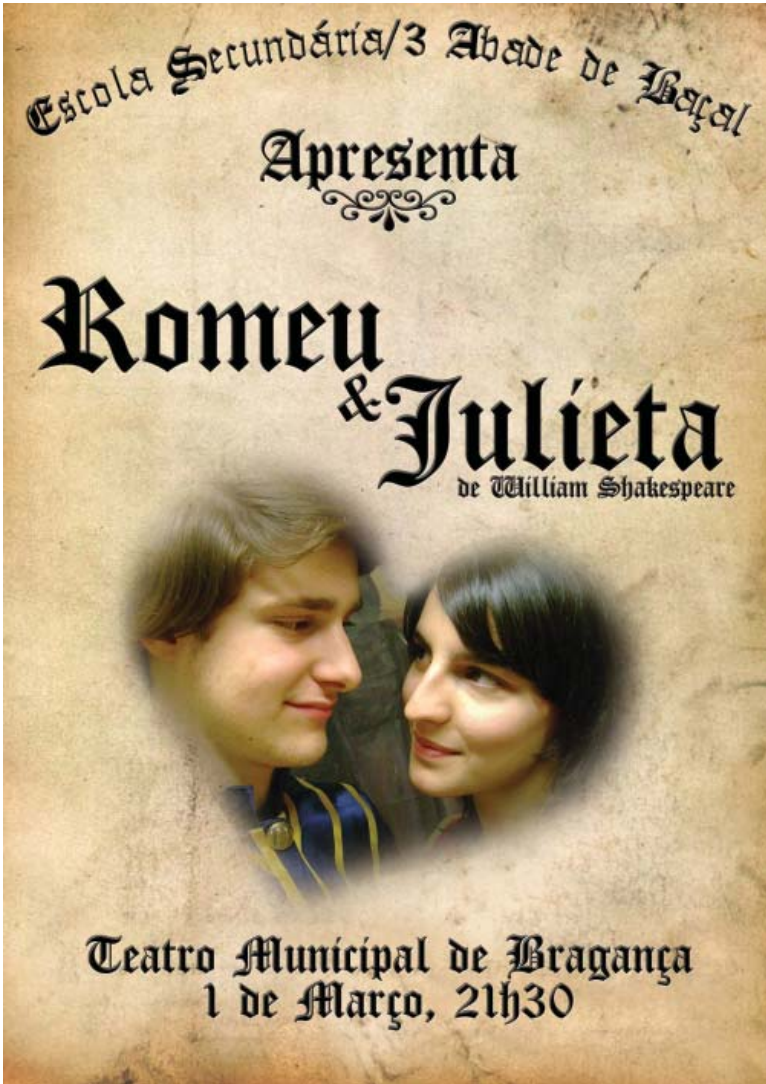
- Comunique a toda a gente que o rodeia os bons efeitos do medicamento.
- Use a receita com todas as pessoas que ama.
- E... SEJA FELIZ!!!

Distrital das Olimpíadas de Química
Três magníficos a caminho da final



João Anes

A primeira etapa foi superada e os três jovens estão preparados para suportar as diversas reacções químicas que os esperam nos próximos episódios da odisseia da Química, depois de terem ficado em 1º lugar na fase regional das Olimpíadas de Química, superando as equipas das seis escolas secundárias que disputavam os primeiros lugares no dia 14, na escola Superior de Tecnologia e Gestão. João Anes, Vítor Freitas e Carlos Porrais esperam agora por dia 5 de Abril, dia da semifinal, para tentar um lugar na final que se realizará em Maio, em Aveiro.



Concurso de jornais escolares 2007 / 2008

Que fazer com as novas tecnologias? Este é o desafio que o Público na Escola lançou e que abraçámos de imediato. Se no ano anterior o tema nos era muito grato porque o debate era sobre o livro, neste ano não é menos aliciente, dada a mudança que o uso das novas tecnologias imprimiu nas escolas. Por isso, nesta fase inicial o debate e reflexão centra-se no universo escolar. Para já o Outra Presença apresenta trabalhos sobre os quadros interactivos, os cartões de carregamento, o sistema Kiosk e Infoponto, a escola virtual e a distribuição de computadores portáteis. Outras questões se levantam: qual a eficácia dos recursos tecnológicos quando aplicados ao ensino? Estão as escolas efectivamente a aproveitar de forma rentável e ao serviço da aprendizagem esses recursos?

Que benefícios/prejuízos podem as novas tecnologias



trazer a outras áreas: relações pessoais, ambiente, indústria,

personalidade... É da discussão que nasce a luz. Participem no

debate em outrapresenca.blogspot.com, enviem-nos as vos-

sas reflexões, alarguem este debate à sala de aula.

A tecnologia ajuda o Homem, mas será que o vai substituir?



É assustador só de pensar que a tecnologia nos pode substituir em tudo, tudo ser controlado por robôs comandados e programados para que tudo seja perfeito. Ficaré o homem e a mulher que somos isolados de tudo e todos? Se tudo já estiver feito, não precisamos de fazer nada - mas é assustador pensar que podemos ser programados para ter as características que os nossos pais quiserem: rapaz? rapariga? olhos azuis, verdes, castanhos? loiro, moreno, ruivo?... É horrível só de pensar no mal que as novas tecnologias nos podem fazer... Será que nos ajudam?

Adriana Pires

As novas tecnologias são diferentes, mas também divertidas.



Gostei da ideia de termos quadros interactivos nas salas, máquinas onde podemos comprar tudo, mas dentro do horário escolar. Mas será que as novas tecnologias têm influência sobre o homem? Podem, por exemplo, "substituir o homem". Mas, afinal, que tipo de homem? Aquele que somos já ou pequenos robôs programados?

Jéssica Afonso