Agrupamento de Escolas Abade de Baçal - Bragança
Fevereiro 2019 |
Ano XXIX- Nº 57
www.outrapresenca.com

outra Presença

Adriana Pires quis romper fronteiras a dar um novo sentido à sua vida. Integrou o projeto "Dar à Costa" e ajudou a construir uma escola em Mandallah, na Costa do Marfim. em direto, 18-19

Escolas aderem ao apelo de preservação das tradições

escola viva, 31

em direto 4-6

Bibliotecas promovem encontros com escritores e multiplicam atividades na promoção da leitura

livros&companhia

Promoção da Saúde e da solidariedade envolveu a comunidade do agrupamento

escola viva

Projetos Erasmus+ levam alunos à Turquia e à Polónia num salutar e autêntico diálogo entre culturas

escola viva, 20-21

Paulo Azevedo
Abraça a vida de frente

Meu caro Parreira,

Faz um mês que não temos a tua energia à nossa volta e já não ouvimos as tuas piadas que te fazem ir comprar rosas, perdemos o companheiro de ginásio, nem vamos voltar a assar albeiras às 5:30 da manhã.

Ainda custa a acreditar que tudo isto aconteceu, é impossível não sentir a tua falta, especialmente, quando temos sempre aquele lugar vazio na sala e nos nossos corações.

Eras o ânimo em todas as aulas, desde as discussões com o professor Manuel, aos debates icónicos com a Diretora de Turma, às conversas acesas com o professor "Iberto", até seres o querido da professora Mariana, os atrasos nas aulas da professora Esmeralda, a seres um santinho com a professora Virgínia, vais sempre ser o Tiaguinho da professora Clarinda, e o "lérias" de quem a professora Raquel tanto gostava.

És mais que um amigo, és um irmão para todos nós e, como tal, irás estar sempre presente nas nossas vidas como uma das pessoas mais importantes que tivemos.

" ATÉ AMANHÃ OU PASSADO! "

Clube de Jornalismo

Chamo-me André Rodrigues, nasci em Lisboa há 13 anos. Ando na turma B do 8º ano e é o meu primeiro ano aqui no clube de jornalismo. Nos meus tempos livres, passo o tempo a jogar videojogos juntamente com meus amigos e ouço música. Tenho um irmão e uma irmã. Eu sou apaixonado pela saga Star Wars e pelo jogo Fortnite. Vim para o clube de jornalismo não por vontade própria, mas acabei por gostar desta experiência e fiquei.

Sou a Carolina Batista, mais conhecida pelos amigos como Batista. Tenho 13 anos, ando no 8ºB e é o primeiro ano que participo no clube de jornalismo .

Desde pequena, mesmo quando ainda não sabia ler, que me evadia da realidade através dos livros e dos contos que me contavam ou eu própria imaginava. Mantenho esse gosto pela leitura e, por isso, nos meus tempos livres gosto de ler, estar com os amigos e ouvir música .

Entrei nesta nova aventura devido à minha paixão pela escrita e à sede de escrever e de aprimorar as minhas competências de comunicação.

Carolina Teixeira, estudante do 8ºB, passa os tempos livres jogando com desportos coletivos, como futebol, basquetebol e andebol. Nasceu no momento em que os relógios assinalavam as vinte e uma horas e cinco minutos do dia 23 de fevereiro de 2005. As suas paixões atuais são as mesmas de sempre: música, leitura, novas tecnologias, ciclismo, matemática, física e química. Tocou piano durante quatro anos e, neste momento, toca viola e baixo. No futuro, espera ser engenheira tecnológica. São também do seu agrado, desde pequena, os livros. Enquanto não sabia ler contavam-lhe histórias e ela facilmente as memorizava e as imaginava no mundo real. Este é o seu primeiro ano no Clube de Jornalismo e entrou graças ao seu gosto pela escrita e pela leitura.

Chamo-me Iolanda Veiga, nasci há 15 anos em Bragança, frequento o curso de ciências e tecnologias do décimo ano, na turma A. No meu pouco tempo livre, gosto de ver filmes, séries, de viajar e de ouvir música. Há quatro anos aprendi a tocar viola e sempre que posso toco para me distrair. Além de todos os hobbies referidos anteriormente, existe um que pratico frequentemente e no qual tenho especial gosto, o Aeroyoga, uma modalidade pouco conhecida derivada do yoga, na qual são usados tecidos presos no teto. Entrei para o Clube de Jornalismo pelo gosto que tenho pela escrita. No futuro, desejo ingressar na área da saúde.

Inês Oliveira,13 anos, aluna do 8ºB, nasceu na cidade de Coimbra, tendo passado toda a sua vida na cidade de Bragança. Nos seus tempos livres gosta de praticar voleibol, ler e ouvir música.O tipo de livros que mais lhe agrada ler são os de ficção-científica. Quando tem tempo livre e quando pode, gosta de passar tempo com os seus amigos a divertir-se. Gosta muito de assistir a filmes e séries.As pessoas que melhor a conhecem costumam descrevê-la como uma pessoa extrovertida e divertida com quem se tem sempre assunto para falar. Veio para o Clube de Jornalismo da nossa escola precisamente por isso: precisamente, por ter sempre algo a comunicar.

Olá! Sou o João, tenho 13 anos e ando no 8ºB. É o meu primeiro ano no clube de jornalismo. Nos meus tempos livres, gosto de jogar no computador, ouvir música e de passar o tempo com os meus verdadeiros amigos. Toco piano com muito orgulho há sete anos. Sou um grande fã da saga de Star Wars. Gosto de escrever. Sempre acreditei que o papel é um ouvinte que nunca se enerva, e sempre está disposto a ouvir-me. Os meus gostos e desejos nunca foram rejeitados por este amigo. Melhor amigo só não é porque não dá a sua opinião. Decidi vir ao Clube de Jornalismo para partilhar esta opinião.

Edição e propriedade do Agrupamento de Escolas Abade de Baçal - Bragança
Tel. - 273322462;
email - outrapresenca@gmail.com;
edição digital-www.outrapresenca.com;

Coordenação - Luísa Diz Lopes I Redação - Clube de Jornalismo I Autor do Logótipo - Rui Garcia I Grafismo e Fotografia - Clube de Jornalismo, Cursos Profissionais de Multimédia I Edição e paginação - Clube de jornalismo, Luísa Diz Lopes I Revisão - Clube de Jornalismo I Projectos em Interacção - Biblioteca/CRE; Desporto Escolar; Grupo de Saúde Escolar

Colaboradores: alunos e professores do agrupamento, ex-alunos (identificados nos textos) - Agradecimento especial a todos os docentes que contribuem para a construção deste jornal com textos ou motivando os alunos a participarem
Impressão - Diário do Minho - Tiragem - 1000 exemplares

Pessoa e Pessoas

No dia 12 de dezembro de 2018 foi realizada a atividade "Café com Pessoa", destinada aos alunos do décimo segundo ano da Escola Secundária Abade de Baçal. Esta ocorreu na biblioteca, a partir das nove horas da noite, e consistiu na recitação de poemas de Fernando Pessoa e dos seus heterónimos.

Ana Garcia e Carolina Pires- 12ºA

Assim, o espaço estava devidamente adequado ao serão, na medida em que havia lugares suficientes para os convidados, uma música ambiente propícia à atividade em causa e, ainda, poemas e livros do autor em cada mesa. Além disso, uma das particularidades do evento foi a presença de pratos com doces e de bules com água que os jovens foram enchendo ao longo da noite e toalhas com motivos alusivos a Pessoa sobre as mesas.

Nesse sentido, os alunos ficaram encarregues de ser os anfitriões, tendo portanto a função de receber os convivas – encarregados de educação, familiares e professores. Ainda, outro aspeto marcante na atividade escolar foi a vestimenta dos alunos, uma vez que trajavam roupa em tons de preto e branco para homenagearem Pessoa.

Após a chegada de todos os participantes, foi iniciada a leitura de inúmeros poemas, sendo "Mar Português" o "vencedor" da noite. Outra curiosidade foi o facto de o poema "Mostrengo", de "Mensagem", ter sido dramatizado por três alunos da turma A, Tiago Pereira, Gonçalo Sobral e Diogo Afonso. Além disso, a composição poética "Olá, guardador de rebanhos", do heterónimo Alberto Caeiro, foi lida de forma dialogal por Sara Fernandes e Tatiana Nunes, que assumiram os dois papéis em causa. Todos os alunos leram, de forma aleatória, pelo menos, um poema, tendo sido dada também oportunidade aos restantes presentes, professores e familiares, de o fazerem, levantando-se cada elemento ou subindo as escadas para aprimorar a projeção da voz.

Por conseguinte, é relevante referir que este evento foi bastante inovador, estimulante e original, pois assentou num convívio fora do comum, permitindo que os "leigos" em relação à obra de Fernando Pessoa ficassem a conhecer mais criações do ortónimo e dos heterónimos, de uma forma interativa e divertida, na qual se pôde tomar, de forma natural, um "café com Pessoa". Além disso, todos os alunos ultrapassaram o nervosismo que sentiam antes da leitura dos poemas, e, tendo sido este um serão dedicado ao poeta em causa, serviu também para que os adolescentes se preparassem para enfrentar um público, levando-os a superar a sua ansiedade e a aprimorar a sua capacidade de declamar poesia.

Em suma, tratou-se de uma atividade cujo balanço foi profundamente positivo, fazendo com que todos se sentissem mais próximos do grande poeta de "Mensagem", que afirmou que "Deus quer, o homem sonha, a obra nasce".

E nasceu mesmo!

Momentos do evento, com declamação de poemas por alunos, professores e encarregados de educação.

Diz-me que língua falas dir-te-ei que hábitos tens

Dia dos Mortos uma tradição ancestral

Carla Santos

Los alumnos de español del Agrupamento de Escolas Abade de Baçal para celebrar el Día de los Muertos han elaborado un altar que ha estado expuesto desde el día 28 de octubre hasta el día 4 de noviembre. La elaboración del altar ha tenido los símbolos tradicionales, como las calaveras, el papel picado, las ofrendas y demás decoraciones.

En el día de los Muertos se recuerda aquellos que se han adelantado en el camino y se les rendé tributo, tradicionalmente se celebra cada 2 de noviembre, aunque las fiestas empiezan antes. La tradición del día de los muertos es mexicana y data desde antes de la llegada de los españoles. La vida y la muerte siempre han sido un símbolo importante en la historia de los pueblos mexicanos, siendo una peculiaridad de la cultura el no temerle a la muerte.

Esta celebración fue declarada patrimonio de la humanidad en el 2003 por la UNESCO.

El día de muertos no es un día triste, sino un día para recordar, honrar y celebrar la vida, tratando de alejar lo más posible a la muerte con chistes, comida y música.

Os alunos de língua espanhola do Agrupamento de Escolas do Abade de Baçal, para celebrar o Dia dos Mortos, prepararam um altar que esteve em exibição do 28 de outubro a 4 de novembro. A elaboração do altar teve em conta os símbolos tradicionais, como os crânios, o papel picado, as oferendas e outras decorações.

No Dia dos Mortos, aqueles que partiram são lembrados e homenageados. Tradicionalmente, celebra-se no dia 2 de novembro, embora as festividades comecem antes. A tradição do dia dos mortos é mexicana e data de antes da chegada dos espanhóis. A vida e a morte sempre foram um símbolo importante na história do povo mexicano, sendo uma peculiaridade da cultura não temer a morte.

Esta celebração foi declarada Património da Humanidade em 2003 pela UNESCO.

O Dia dos Mortos não é um dia triste mas um dia para lembrar, honrar e celebrar a vida, tentando afastar a morte o mais possível com piadas, comida e música.

A chegada dos Reis

En el día 4 de enero, los alumnos de 11º año de español se ha vestido a rigor, con trajes de Reyes Magos y han distribuido caramelos por las Escuelas Abade de Baçal y Augusto Moreno, recitando un poema alusivo a la llegada de los Reyes Magos, tentando recrear la tan celebre Cabalgata.

El día 6 de Enero de cada año se celebra el día de los Reyes Magos y este es uno de los días más esperados por los niños españoles, dado que en España y en muchos países de América Latina este es el día en que sus majestades, los Reyes Magos entregan los regalos a los niños. En el día anterior a la llegada de los Reyes Magos, día 5 de enero se hace la Cabalgata de Reyes Magos, que es un desfile de carrozas típico en las ciudades españolas. En este desfile los Reyes Magos (Melchor, Gaspar y Baltasar) y sus pajes y ayudantes lanzan caramelos. El primer vestigio documentado sobre el origen de la cabalgata del día de Reyes se remonta al 5 de enero de 1855 en el Diario de Barcelona, España.

No dia 4 de janeiro, os alunos de 11º ano de Espanhol vestidos a rigor com trajes de Reis Magos distribuíram rebuçados pelas escolas Abade Baçal e Augusto Moreno, recitando um poema alusivo à chegada dos Reis Magos, tentado recriar a tão célebre "Cavalgata".

No dia 6 de janeiro de cada ano é celebrado o dia dos Reis Magos e este é um dos dias mais esperados pelas crianças espanholas, uma vez que em Espanha e em muitos países da América Latina, este é o dia em que suas Majestades, os Reis Magos, entregam os presentes às crianças. No dia anterior à chegada dos três Reis Magos, 5 de janeiro, realiza-se um desfile de carruagens típicas nas cidades espanholas. Neste desfile, os Reis Magos (Melchior, Gaspar e Baltasar) e seus pajens distribuem rebuçados pelas crianças. O primeiro vestígio documentado da origem da "Cavalgata" remonta ao dia 5 de janeiro de 1855 no Diário de Barcelona, em Espanha.

O CLUBE DE FRANCÊS na Escola Augusto Moreno

A disciplina, em oferta de escola, tem como objetivo proporcionar aos alunos do 2º ciclo um pouco do mundo em francês: a língua, a cultura, e o quotidiano francês, fazendo com que eles despertem para o estudo da língua e cultura francesas.

Outro objetivo é sensibilizá-los para a importância de uma outra língua estrangeira e estimulá-los a estudar a língua francesa no 3º ciclo.

À 4ª feira recebe 25 alunos do 5º e 6º anos, com atividades de descoberta da língua e cultura francesas: Les nombres; Les Pays Francophones; Les Régions de la France; Les Monuments de Paris; Je sais l'heure; L' Épiphanie, são alguns dos conteúdos abordados!

Elisa Ramos

Mês internacional das Bibliotecas Escolares

A partir do tema definido pelo IASL, a RBE traduziu para a Língua Portuguesa a ideia para ce lebrar, este ano o MIBE: Eu amo a Biblioteca Escolar.

Coordenadora das Bibliotecas

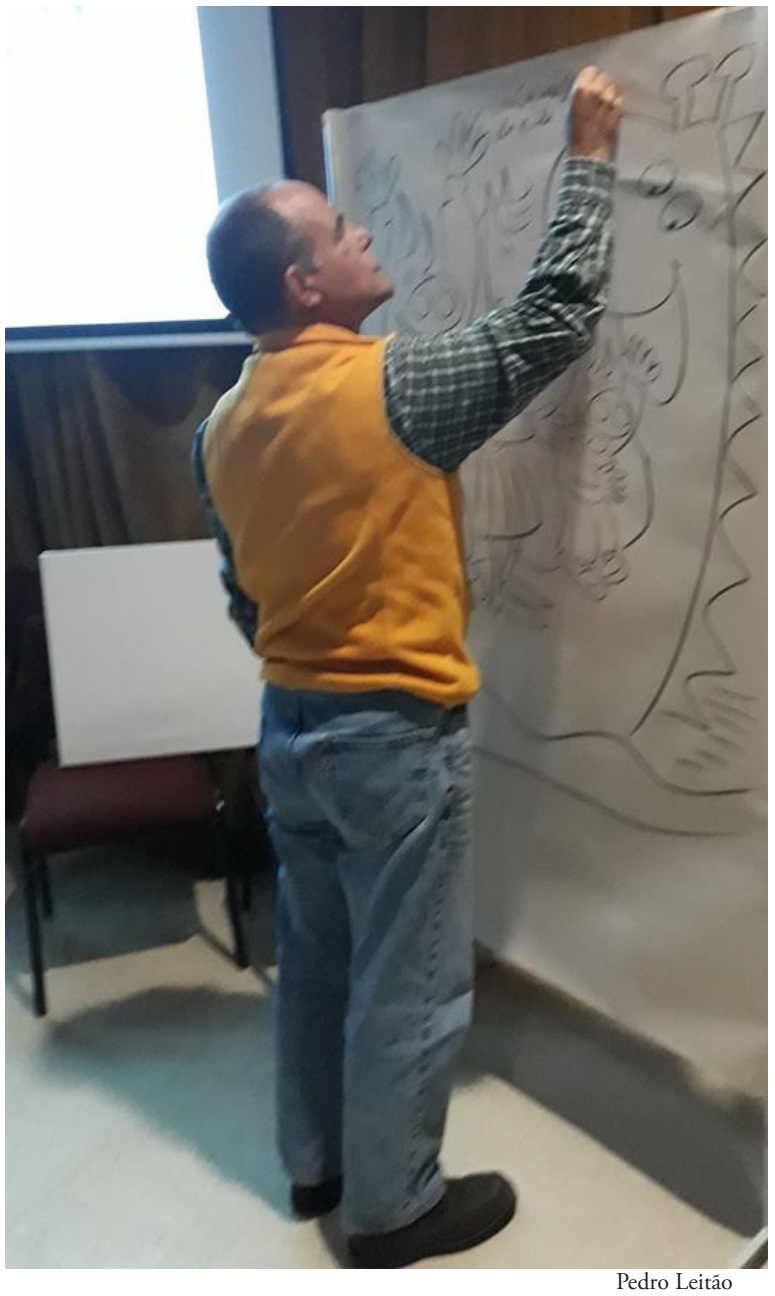
Clara Haddad

O tema foi feliz e teve uma receção calorosa no seio da comunidade educativa no nosso Agrupamento, além dos parceiros convidados a participar.

O desafio foi aceite e o plano traçado foi ambicioso.

O encontro com Escritores/Ilustradores (Clara Haddad e Pedro Leitão), o Dia Mundial da Alimentação, atividades de celebração do Dia da Biblioteca Escolar (com a CIBE e a Universidade Sénior), a sessão formativa para docentes (Carlos Teixeira- ESEB), o Morcego Bibliotecário (Equipa da BE), formação de utilizadores…fizeram deste Mês um tempo de alargamento de várias literacias, onde a leitura foi destaque.

Porque nós amamos a Biblioteca Escolar!



Pedro Leitão

Jovens na política

A palestra "Política e eu?", que decorreu no auditório da Escola apresentada por Aníbal Fernandes, ex-aluno da escola Abade de Baçal e um ex-membro do clube de jornalismo, atualmente estudante de Direito na Universidade Católica do Porto.

Daniela Fernandes - 12ºA

Dirigindo-se aos jovens presentes na sala, Aníbal procurou esclarecê-los sobre a organização do sistema político em Portugal. Nesse sentido, abordou os órgãos de soberania, como a Assembleia da República, o Governo, as Autarquias. Da mesma forma, salientou formas de participação cívica e política, falando acerca do espectro político português e do associativismo. Explicou de uma forma pormenorizada e clara cada uma das temáticas supracitadas, evidenciando a sua experiência nas juventudes partidárias.

Desse modo, procurou incentivar os jovens a participar na política tendo mencionado que "Aprendemos a fazer política na política" e que "A política nos ajuda a ver a realidade do mundo". Não deixou, ainda, de realçar a ideia da importância da participação política e cívica como forma de ajudar a construir o mundo que queremos.

Assim, terminou a sua palestra com um apelo,"Sejam políticos e mudem o mundo!", que exprimiu bem a sua perspetiva sobre o que significa "estar na política".

Anibal Fernandes

O dia em que a Terra não tremeu

No dia 5 de novembro de 2018, às 11:05, a Escola Abade de Baçal participou na atividade "A Terra Treme", integrada num projeto promovido pela Autoridade Nacional da Proteção Civil, com o objetivo de preparar a população para a eventualidade da existência de um sismo.

Inês Oliveira, João Venâncio- 8ºB

A atividade teve a duração de um minuto. Começou com um toque duplo de campainha, após o qual todos os participantes efetuaram os três passos de segurança básica: baixar, proteger e aguardar. Neste caso, os alunos colocaram-se debaixo das mesas e protegeram a cabeça com as mãos. O segundo toque da campainha determinou o fim da simulação.

> **"Foi uma experiência boa e muito pertinente para preparar as pessoas para este tipo de situações. Penso, no entanto, que a campainha devia soar mais alto."**
>
> Inês Henriques, 7ºC

Todas as escolas foram informadas do evento e dos procedimentos que deveriam tomar, prevendo-se desde o início uma forte adesão, tendo em conta a evolução da participação nos últimos anos. Em 2016, participaram participantes 47960 de organismos públicos e empresas, 316022 participantes da comunidade escolar e 4371 participantes particulares. Em 2017, verificou-se um aumento, registando-se 78905 participantes de organismos públicos, 406902 da comunidade educativa e 22353 participantes particulares. Foi a primeira vez que este agrupamento participou.

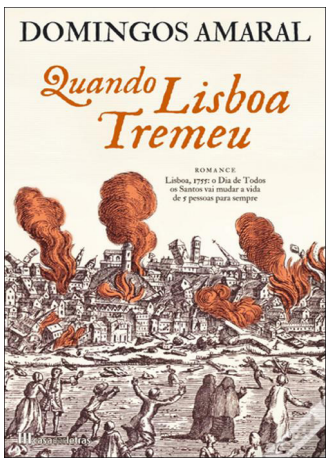
A nível nacional, Portugal Continental encontra-se, em média, no nível VII na escala de Mercalli e a zona nordeste Portuguesa encontra-se no nível VI da mesma escala, que vai do nível I, o mais baixo, ao XII, o mais alto. No nível I o terramoto é apenas sentido por sismógrafos. No grau V as pessoas no exterior pressen tem-no e pequenos objetos caem. No grau VI os móveis podem-se deslocar e os azulejos de má qualidade abrem fissuras. No X os edifícios ruem e há deslocamento de terras. Finalmente, no XII há destruição total podendo resultar alteração da topografia do terreno ou cidade.

No geral, a reação das pessoas quanto a esta atividade decorreu de forma organizada, tendo ha vido uma forte adesão à mesma, o que mostra o reconhecimento da sua importância.

Estas iniciativas são importantes para toda a comunidade escolar, particular e empresarial, enquanto atividade de sensibilização para que, no caso de sismo no país, as pessoas estejam bem prevenidas.

> **"É uma atividade a repetir. Achei pertinente porque sabemos reagir se alguma vez acontecer de verdade"**
>
> Andreia Gonçalves, 8ºB

> **"Foi uma atividade bastante interessante, educativa e de grande importância porque as pessoas ficam sensibilizadas para o problema e sabem como reagir no futuro.**
> **Penso que podia haver também uma simulação de incêndio.**
>
> Luís Trindade, 8ºB



O mais dramático terramoto português tem servido de inspiração a muitos escritores que o recriam ficcionalmente. Aqui ficam duas sugestões, uma para os mais jovens, de Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada, "o Dia do Terramoto", da Caminho, e outra de Domingos Amaral, "Quando Lisboa Tremeu", com a chancela da Casa das Letras

Um sismo pode ter origem natural ou artificial.
A principal origem dos sismos está relacionada com os movimentos tectónicos originando falhas ou reativando existentes. No decorrer de um movimento tectónico acumula-se energia, quando os materiais atingem o limite de resistência a energia é libertada sob a forma de um sismo em todas as direções (ondas sísmicas) sendo o local onde se forma o sismo denominado hipocentro (local onde se forma o sismo). Às vezes, antes dos sismos existem uns abalos premonitórios e após o sismo réplicas. No entanto, existem outras origens naturais, a movimento do magma no interior da Terra que ao se movimentar provoca abalos, as erupções vulcânicas explosivas e abatimento de terrenos.
No ramo das origens artificiais, os sismos podem ser provocados pela construção de túneis e de minas e com o intuito de recolher alguma energia ao solo para os sismos não serem tão fortes.

Carolina Teixeira, 8ºB

Sismos

O maior sismo sentido em Portugal foi o do dia 1 de novembro de 1755, resultando na destruição quase completa da cidade de Lisboa, especialmente na zona da Baixa, e atingindo ainda grande parte do litoral do Algarve e Setúbal. O sismo foi seguido de um maremoto - que se crê tenha atingido a altura de 20 me tros - e de múltiplos incêndios, tendo feito certamente mais de 10 mil mortos (há quem aponte muitos mais). Foi um dos sismos mais mortíferos da história, marcando o que alguns historiadores chamam a pré-história da Europa Mo derna. Os sismólogos estimam que o sismo de 1755 tenha atingido magnitudes entre 8,7 a 9 na escala de Richter.

O mais recente sismo de relevância foi no Fiji no dia 18 de novembro de 2018 de magnitude 6,7.

Em Portugal, o mais recente sismo teve o epicentro em Melgaço de magnitude 3,5.

Em julho, houve outro terramoto, mas desta vez sentido em Bragança. Este teve epicentro em Torre de Moncorvo de magnitude 2,5 na escala de Richter.

João Venâncio, 8ºB

“Ondas de dor” de Francisco Vidoedo

No dia 18 de outubro, na Biblioteca Adriano Moreira, em Bragança, foi apresentado o primeiro livro de poesia de Francisco Vidoedo, intitulado “Carregado de Dor”, num evento que contou com a presença de inúmeros brigantinos, que elogiaram a obra apresentada.

Carolina Batista, 8ºB

Francisco Vidoedo, natural de Alvites, concelho de Mirandela, iniciou o seu processo criativo aos 15 anos. A referida edição surge após o mesmo ter vencido um concurso literário atribuído pelo “ Poesia Fá Clube”, um clube constituído no espaço virtual, cujo rosto é o site https://www.poesiafaclube.com, que promove a publicação de livros, votações a partir de uma seleção de poemas, entrevistas, entre outras atividades e informações.

A edição conta com o prefácio do conhecido compositor Eurico Carrapatoso, também ele natural de Alvites e amigo pessoal do poeta, que começa por se irmanar ao autor pela ligação às artes - associa a música e a poesia considerando-as “artes gémeas”- e por partilharem a mesma terra de origem - Alvites. Há, portanto, um universo comum que facilita o diálogo entre os poemas de um e a música de outro.

A referida edição apresenta reflexões sobre a existência humana e os sentimentos que a envolve de forma intimista e melancólica, particularmente sobre a dor em todas as suas vertentes.

“Carregado de Dor”, que é título de livro e de um dos poemas que o constituem, marca o tom que atravessa a obra, onde o sujeito de enunciação se sente “pássaro sem asas”, incapaz de sorrir e de amar, ou de amar apenas a prazo, num futuro onde apenas as miragens têm lugar e se adivinha a morte inexorável e inevitável.

Uma obra que irá marcar seguramente a poesia produzida em Trás-Os-Montes, considerando a perspectiva moderna com que o autor aborda os temas da dicotomia de contrários, como o amor e a dor, a vida e a morte, a recusa e o desejo de companhia.

“É assim que parto
Carregado de dor
Pássaro sem asas
Num céu alado.
Perdi o sorriso na valeta da vida
desta estrada que não presta.
Parto carregado de amor
A recibos verdes.
Não consigo prender a dor.
Não há amarras que a aguentem.
Parto, carregado de dor.
Não consigo adivinhar
A resposta que já sei.
Escuta:
Se não sou para mim,
Não sou para mais ninguém,
Assim, Carregado de dor. “

Concurso Nacional de Leitura
Um desafio de competências literárias

Com o objetivo central de estimular o gosto e os hábitos de leitura e melhorar a compreensão leitora, decorreu no dia 12 de dezembro, nas Bibliotecas das Escolas Augusto Moreno e Abade de Baçal, a Fase Escolar da 13.ª Edição do Concurso Nacional de Leitura.

Equipa das Bibliotecas

José Saramago, Sophia de Mello Breyner Andresen, Luís Sepúlveda e Eça de Queirós estiveram em celebração nas leituras propostas, que os alunos tiveram de ler para prestarem provas sobre eles.

A participação foi grande, envolvendo 21 alunos do 1º ciclo, 44 do 2º ciclo, 23 do 3º ciclo e 12 do ensino secundário, que puseram à prova as suas competências de leitura e escrita.

Embora todos tenham tido bons resultados, distinguiram-se os seguintes alunos, que representarão o Agrupamento na Fase Municipal, a decorrer na Biblioteca Municipal de Bragança, no próximo dia 20 de fevereiro:

1º Ciclo: Ana Carvalho (MO8) e Maria Teresa João (MO9)

2º Ciclo: Maria João Matos e Lia Meireles (6ºB)

3º Ciclo: Carolina de Queirós Batista e João Pedro Antão Venâncio (8º ano)

Secundário: Constança Cabral e Anaísa Moreira (11º ano)

Oficina de Escrita Criativa

O Natal foi o tema condutor da Oficina de Escrita Criativa que decorreu no dia 30 de novembro na Escola Augusto Moreno.

Equipa das Bibliotecas

Numa parceria entre a Biblioteca Municipal e as Escolas, a Escritora Marisa Luciana Alves orientou as várias turmas dos 4.º, 5.º e 6.º anos.

O resultado foram deliciosos textos...!

Escreveu- se Natal na Biblioteca e na sala de aula!

A leitura, escrita e demais literacias saíram, deveras, enriquecidas!

As Bibliotecas na Promoção da Formação Interna

Leitura(s) da vida: que fazer com os textos autobiográficos?

Este foi o tema abordado pelo nosso convidado, Doutor Carlos Teixeira, em outubro, no âmbito da formação docente, numa perspetiva de alargamento curricular.

Coordenadora das Bibliotecas

Numa sessão de curta duração, a abordagem passou pelos vários géneros autobiográficos (Diário, Cartas, Autorretrato, Memórias, Agenda, Confissões…) referindo os vários autores e obras que integram o currículo, nos vários ciclos de ensino. Almeida Garrett, um pioneiro, através da metalepse, em "Viagens da Minha Terra"; "O Diário de Camila" de Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada; "A Lua de Joana" de Maria Teresa Maia Gonzalez; "O Diário de Sophia" de Luísa Ducla Soares; "O caderno vermelho da Rapariga Karateca" de Ana Pessoa, entre outros.

Mesmo em horas pós-laborais, despertou os presentes e deixou o convite, para a descoberta de outras tantas leituras: "Diário de Beatriz" de Maria Diniz Mineiro, Diário de Filipa de Ana Filipa Batista; Os Diários de Adrian Molle, "Diário de uma viagem à Rússia em 1867", de Lewis Carroll, "Cadernos de Lanzarote", de José Saramago, "Diário" de Miguel Torga ou "Conta-Corrente" de Vergílio Ferreira.

Uma temática a (re)descobrir!

Estranhões e bizarrocos:
os nossos novos animais

A aula começou com a apresentação à turma do livro "Estranhões e Bizarrocos" de José Eduardo Agualusa, uma das obras da Educação Literária recomendada para o 2.º ano.

"Um mundo inteiramente novo começou a nascer na oficina de Jácome […] inventou um animal que não se assemelhava a mais nenhum. Chamou-lhe estranhão. No dia seguinte criou um segundo, igualmente estranho e chamou-lhe Bizarroco.", este foi um dos excertos da história que mais despertou a atenção das crianças e foi o mote perfeito para as levar a imaginar e a criar o seu próprio Estranhão ou Bizarroco. O principal objetivo desta aula era que os alunos transmitissem ideias na oralidade e que desenvolvessem a imaginação e a criatividade.

Depois de desenharem a figura imaginada, o que fizeram com facilidade e entusiasmo, as crianças elaboraram a sua ficha de identificação.

Destas pequenas mentes curiosas e sonhadoras, surgiram seres monstruosos ou amistosos, todos com personalidades diferentes. Assim, ficámos a conhecer, por exemplo, o "Assustador", que gosta muito de assustar, não gosta de ser boa pessoa, nem de pessoa alguma; o "Dentuças", que gosta de pessoas e de escrever e detesta ervilhas e espinafres; o "Bizarroquinho Fufurildo", que gosta de abraços, de desenhar pessoas e que não gosta de pessoas más, nem daquelas que estragam as coisas; o estranhão "Lulu", que gosta de comer guloseimas e dos seus pais e não gosta de estar sozinho em casa, nem do escuro; o "Brincalhão", que adora brincar e de fazer amigos, mas não gosta de ser mau, nem de guerra; o "Ladrãozinho", que não gosta de estudar, nem de ler, mas gosta de slime e lobos; o "Tito", que adora Português, Matemática e Estudo do Meio, detesta ser falador e não gosta da terra; ou o "Flacha", que gosta muito da professora e da escola e não gosta de água, nem de palhaços.

Em suma, e apesar de muito barulhentos (único ponto menos positivo da aula), as crianças mantiveram-se muito motivadas e envolvidas nas atividades e os objetivos foram plenamente alcançados. No final, professoras e alunos mostravam-se satisfeitos e ouviam-se expressões como: "muito divertida", "fixe", "Eu não gostei, adorei!", "Podemos fazer mais aulas destas?", "Eu gostei deste trabalho", "Gostei de desenhar o bizarro.", "Eu gostei mesmo muito desta aula!". E com este dia diferente, certamente as crianças não esquecerão o seu "estranho animal", nem a maravilhosa história deste célebre escritor!

Recreio Brincalhão
Agrupamento de Escolas Abade de Baçal
Escola EB1 Augusto Moreno

As brincadeiras são importantes!

Testam limites, confirmam capacidades, desenvolvem a autoconfiança e a autoestima e ajudam a combater a violência e o insucesso escolar.

Brincar nos intervalos da escola Augusto Moreno, tornou-se uma atividade prazerosa!

Jogos, danças, ações de sensibilização, dinamizados pela Assistente Operacional Ana Silva, tornam os intervalos mais divertidos!

Brincar é um exercício infantil e poder aplicar isso nos intervalos e ver a participação voluntária das crianças é saber que estamos no caminho certo.

Vem brincar no Recreio Brincalhão!

Destacamos aqui alguns registos fotográficos que demonstram essas brincadeiras.

O escritor veio à escola

No âmbito da vinda do escritor João Pedro Mésseder à escola E.B. 1 Augusto Moreno, os alunos do segundo ano da turma MO4 trabalharam, em sala de aula, a história "LULU ou a Hora do Lobo"".

Alunos da turma MO4

Como a obra falava do medo abordou-se esse tema.

Depois de se ler e explorar oralmente a história, as crianças falaram dos seus medos. Seguidamente, cada um escreveu o seu medo, desenhou e partilhou-o com a turma.

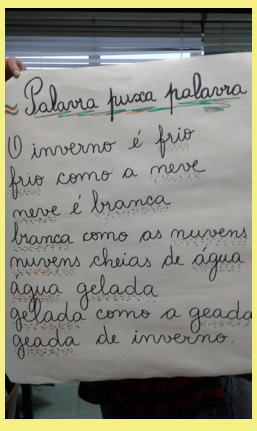
As professoras sugeriram, então, colocar os "medos" numa caixa à qual deram o nome: "Caixa dos Medos Superados". Para a caixa dos medos se transformar em algo agradável, os alunos trouxeram de casa um objeto preferido para a ilustrar e decorar.

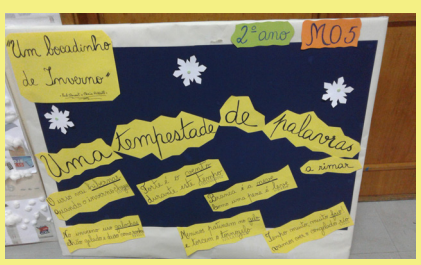
Esta atividade culminou com os alunos desta turma a partilhar com o escritor e os colegas da escola, os seus medos com o mote "Juntos, Vamos Superar os Nossos Medos".

Foi uma atividade muito participada e motivadora para todos. Após a sessão decorreu a habitual sessão de autógrafos durante a qual os alunos puderam usufruir de mais algum tempo com o escritor e ver acontecer a magia da escrita.

Pedro Mésseder

O inverno na turma Mo5 – 2ºano - Escola Augusto Moreno, trabalhado a partir da obra "Um bocadinho de Inverno" de Paul Stewart e Chris Riddell.





Compras biológicas na Escola Abade de Baçal

No dia 18 de outubro de 2018, a turma do 9ºB organizou uma feira de produtos biológicos, no átrio principal da escola.

Beatriz Sobral- 9ºB

Esta feira realizou-se no âmbito do dia mundial da alimentação, dia 16 de outubro, com o intuito de incentivar toda a comunidade escolar para o consumo de produtos biológicos, nomeadamente vegetais e frutas. Por isso, eram apenas vendidos produtos biológicos, ou seja, produzidos sem qualquer utilização de adubos e fertilizantes, trazidos pelos alunos, das suas hortas ou das de familiares. Destacou-se, ainda, a colaboração de familiares, assistentes operacionais e docentes que facultaram os seus produtos para venda. Os produtos mais procurados foram as nozes, as amêndoas, os doces e os tomates "cherry".

Esta feira realiza-se de dois em dois anos e permite sensibilizar toda a comunidade escolar para a importância dos produtos biológicos e promove, também, o seu consumo. Geralmente, o valor angariado é utilizado para fins solidários. Este ano teve também um objetivo semelhante, mas será utilizado no projeto "Jovens Promotores de Saúde", colaborando, assim, com a Liga Portuguesa contra o Cancro. O lucro da feira de 2018 ultrapassou o das feiras anteriores, o que é indicador de uma preocupação significativa das pessoas com a sua saúde, optando cada vez mais por produtos biológicos. Demonstra, ainda, a atitude solidária da nossa comunidade escolar. Bem hajam.

A importância dos produtos biológicos

Carolina Nogueiro- 9ºB

Previamente, temos de perceber o que é a Agricultura Biológica. Esta distingue-se da Agricultura Convencional na medida em que nela não se recorre à aplicação de pesticidas, adubos químicos, nem existem alimentos geneticamente modificados, evitando, assim, a presença de resíduos químicos nos alimentos e, consequentemente, no interior do nosso organismo.

Além disso, protege o ambiente da contaminação, com poluentes, do solo, da água, da atmosfera, assegurando a saúde dos produtores/agricultores, que evitam o contacto com químicos tóxicos.

Os produtos biológicos são alimentos mais nutritivos (mais ricos em vitaminas, minerais, ácidos gordos essenciais…) e têm um sabor melhor pois as plantas crescem em solos fertilizados organicamente, preservando o seu verdadeiro sabor e aroma. Acresce, ainda, o facto de não possuirem substâncias tóxicas na sua composição (pesticidas, antibióticos, metais pesados e hormonas sintéticas). Estas substâncias têm um impacto terrível na nossa saúde, como as alterações do sistema nervoso e hormonal, enfraquecimento do sistema imunitário/defesa, alergias e diversos tipos de cancro.

Porém, a verdade é que quando apreçam os produtos biológicos, as pessoas desistem com frequência da ideia de os adquirir devido ao preço, que, por vezes, não é muito acessível. No entanto, havendo possibilidade e casos em que a diferença de preços não é tão significativa, nomeadamente as frutas e os legumes, deve optar-se por alimentos biológicos.

Para quem tem essa possibilidade, a nossa saúde agradece e o ambiente também!

Os Malefícios dos "FastFood"

Ultimamente, o consumo dos alimentos "fastfood", comidas rápidas que requerem pouco tempo de preparação, tem vindo a aumentar o que não é nada bom para a nossa saúde.

Beatriz Alves - 9ºB

Uma vez que a nossa atual sociedade tem cada vez menos tempo para realizar as suas atividades pessoais, como comer, recorrem a este tipo de alimentos visto que a sua preparação é bastante rápida. No entanto, os "fastfood" (hambúrgueres, pizza, nuggets,…) são desprovidos dos nutrientes importantes e necessários para o bom funcionamento do nosso corpo, e muito ricos noutros como: gorduras, açucares, sal, conservantes artificiais e hidratos de carbono, o que faz com que estas comidas sejam muito calóricas.

Estes alimentos, uma vez que contêm alto teor de calorias, favorecem o aumento de peso, contribuindo para a obesidade. Para além disso a elevada quantidade de gordura presente nestas comidas eleva o nível do colesterol. Também o açúcar acarreta consequências, causando diabetes e doenças cardíacas. As pessoas que ingerem estes alimentos sentem-se cansadas, devido ao excesso de hidratos de carbono, presentes na comida. Para além disto, a elevada quantidade de sal causa hipertensão (aumento da pressão arterial) e causa também inchaço devido à retensão de líquidos que "tentam combater" o excesso de sal.

Assim, devemos evitar o consumo de alimentos "fastfood" e optar por uma alimentação saudável, variada, rica em frutas e legumes.

Dia da Alimentação
Ideias saudáveis

No dia 16 de outubro, os alunos da turma do 9ºB, que integram os Jovens Promotores de Saúde (Projeto da Liga Portuguesa contra o Cancro), proporcionaram a todos os elementos da comunidade escolar sumos e batidos de fruta, no bar da escola, como comemoração do Dia da Alimentação.

Ana Vicente- 9ºB

Com a atividade pretendeu-se promover bons hábitos alimentares, reforçando, mais uma vez, a importância do consumo de fruta, para a saúde do nosso organismo.

Na sequência do dia da alimentação, foram preparadas bebidas saudáveis, como sumos e batidos de fruta. Assim, os alunos do 9ºB começaram logo cedo a fazer os preparativos para esta atividade: cortaram, descascaram e espremeram as mais variadas frutas e trabalharam de forma rápida e organizada para terem tudo pronto a tempo.

Como tal, no intervalo das 10h tinham sumos de laranja, pera, ananás, maçã, batido de banana e kiwi, entre outros, que estavam disponíveis no bar, para todos aqueles que quisessem provar e disfrutar de sumos naturais, substituindo os sumos de pacote. Neste dia, havia também, no bar, pão de mistura, para além do pão de trigo e não havia bolos, tal como acontece todas as terças feiras. Foram também oferecidos sumos aos professores e assistentes operacionais, que os apreciaram bastante.

Verificou-se uma grande adesão à atividade e os alunos fizeram sumos durante toda a manhã. Houve vários alunos e professores que repetiram as bebidas. No final, nada restava.

Esta iniciativa demonstrou que, se estivessem disponíveis opções mais saudáveis no bar, nomeadamente fruta, muitos alunos iriam, efetivamente, optar por esses alimentos. Esperamos que esta atividade dê frutos e que possamos ter esses alimentos disponíveis no bar.

A Importância da Implementação de Fruta na Nossa Alimentação Diária

A fruta é uma peça fundamental numa alimentação saudável devendo ser consumida diariamente.

Alexandra Rodrigues, 9ºB

Estes alimentos fornecem vitaminas, minerais (tais como potássio, zinco, cálcio, magnésio, etc.), diferentes fibras alimentares (compostos protetores que ajudam a regular o organismo) e a água. Os antioxidantes das vitaminas A, C e E são nutrientes essenciais para a proteção das células, já que combatem substâncias que em excesso provocam o envelhecimento da pele. Em conjunto, estes nutrientes têm propriedades protetoras que fazem da fruta um alimento vital. Na verdade, o consumo de fruta, enquadrado num estilo de vida saudável, garante o aporte de nutrientes reguladores, tais como vitaminas, minerais, fibras alimentares e, ainda, compostos fenólicos que, apesar de não serem nutrientes, são substâncias essenciais para a saúde. A ingestão adequada de fruta e hortícolas, reduz o risco de algumas doenças como, por exemplo, as doenças cardiovasculares, o cancro do estômago e colon-rectal, a obesidade e a diabetes.

Para incentivar os jovens a aumentarem o consumo de frutas existem algumas estratégias tais como a disponibilização de fruta, no bar da escola e na cantina, e,em, casa podem ser preparadas receitas simples como iogurte ou gelado com fruta, salada de fruta, batidos, sumos e espetadas de fruta.

"Fast food" - a sátira em "Super size me"

No âmbito do dia Mundial da Alimentação, os alunos das turmas do 9ºB e 9ºC da Escola Abade de Baçal, acompanhados pelas professoras de Ciências Naturais e Geografia, respetivamente, visualizaram o filme "Super Size Me" que abordava o tema dos malefícios da comida "fastfood" e das consequências que o consumo excessivo da mesma podem originar.

Ana Margarida Freixo- 9ºB

Este documentário escrito, produzido, dirigido e protagonizado por Morgan Spurlock demonstra o efeito drástico no estilo de vida e bem-estar físico e psicológico que a "fastfood" causa na população.

Spurlock entra no mundo da alimentação "fastfood", durante um mês, alimenta-se no McDonald's três vezes por dia, tendo de optar por um dos diversos menus pelo menos uma vez. Consume uma média de 5000 kcal por dia o que, numa dieta saudável e equilibrada, deve ser uma média de 2500 kcal.

Como resultado deste consumo excessivo, Spurlock, com 32 anos, ganhou 11,1 kg, aumentou 13% da sua massa corporal, aumentou também o seu colesterol, teve também problemas no fígado e ocorreram também inúmeras alterações no seu humor.

Os alunos entraram nesse mundo através de uma tela e atentamente puderam verificar e registar quais os malefícios da "fastfood" demonstrados pelas análises e estado do ator.

•Ganho de peso, devido ao consumo excessivo de calorias.

•Cansaço, devido ao consumo excessivo de hidratos de carbono.

•Aumento do nível de colesterol.

•Borbulhas no rosto, pois o aumento do açúcar no sangue favorece o surgimento da acne.

•Inchaço, devido à retenção de líquidos que o excesso de sal causa.

•Aumento do risco de cancro e de doenças cardíacas devido ao alto teor de gordura e substâncias químicas que causam alterações nas células.

•Aumento da pressão arterial.

Spurlock precisou de 14 meses para perder todo o peso que ganhou com a sua experiência. Praticou exercício físico e foi acompanhado por médicos conseguindo, assim, recuperar o seu estado de saúde.

Com a visualização deste filme real podemos concluir que o consumo excessivo de "fastfood" prejudica gravemente a nossa saúde devendo, por isso, evitar o seu consumo e optar por uma alimentação variada e saudável.

Para adquirirmos um estilo de vida saudável devemos recorrer à prática regular de exercício físico, ter uma alimentação variada e equilibrada, comendo, pelo menos 5 vezes por dia, pequenas porções ricas em vitaminas, proteínas e minerais tais como legumes, frutos secos, fruta, carnes, preferentemente brancas, peixe, ovos e laticínios e beber, no mínimo, 1,5 litro de água por dia. Devemos substituir o sal por ervas aromáticas e procurar técnicas saudáveis para a confeção dos alimentos como, por exemplo, cozidos, confeção a vapor, grelhados, assados e evitar os fritos. Devemos reduzir a ingestão de alimentos ricos em hidratos de carbono ("açúcares") como é o caso da batata, do arroz e da massa e evitar o consumo de doces.

1869-2019

Tabela Periódica faz 150 anos

Este ano celebram-se os 150 anos da Tabela Periódica dos Elementos Químicos. Para honrar uma das ferramentas mais importantes da história da ciência, a UNESCO e a Organização das Nações Unidas nomearam 2019 como o Ano Internacional da Tabela Periódica, em reconhecimento da importância da crescente constatação global de como a química promove o desenvolvimento sustentável, e fornece soluções para os desafios globais nos campos da energia, educação, agricultura e saúde.

Andreia Teixeira, Iolanda Veiga, Mariana Lameiro e Vanessa Lemos - 10ºA

Apesar da Tabela Periódica que conhecemos hoje ser constituída por 18 grupos, 7 períodos, 4 blocos (s, p, d e f) e 118 elementos químicos, esta nem sempre foi assim pois teve o contributo de vários cientistas com o objetivo de reunir, no menor espaço possível, o conjunto de informações sobre os elementos conhecidos até então.

Assim, o primeiro a destacar-se na tentativa de organizar os elementos químicos foi o cientista Antoine Lavoisier no século XVIII agrupando os trinta elementos conhecidos em quatro categorias: gases, não metais, metais e elementos terrosos.

O químico alemão Johann Döbereiner, em 1817, apercebeu-se da existência de três elementos que apresentavam características semelhantes e criou a Lei das Tríades de Döbereiner, que organizava os elementos em conjuntos de três com propriedades semelhantes e por ordem crescente de massas atómicas.

Seguidamente, realçou-se, em 1862, o geólogo francês Alexandre Chancourtois que propôs um novo modelo, conhecido por Parafuso Telúrico de Chancourtois. Este organizava os elementos químicos por ordem crescente de massas atómicas, distribuídos ao longo de uma linha helicoidal, formando uma espécie de gráfico cilíndrico, onde se observava uma certa periodicidade dos elementos que ficavam distribuídos na mesma coluna.

Uma outra proposta para a organização dos elementos químicos foi do químico e músico John Newlands que, em 1864, organizou os elementos numa tabela obedecendo a uma sequência de ordem crescente das suas massas atómicas, tendo verificado que as propriedades se repetiam a cada oito elementos, ficando todos organizados na mesma coluna. Esta distribuição ficou conhecida como Lei das Oitavas de Newlands.

Anos mais tarde, os químicos Julius Meyer e Dmitri Mendeleev formaram a Lei Periódica onde as propriedades dos elementos variam periodicamente à medida que aumenta a massa atómica. Mendeleev deixou lugares vagos na sua tabela, prevendo a existência de elementos químicos que ocupariam essas posições. Essa decisão de Mendeleev foi muito importante, contribuindo para acelerar a busca de elementos químicos desconhecidos. Moseley descobriu que os átomos de um elemento químico são caracterizados por terem o mesmo número de protões (número atómico) e não a massa atómica, passando a Tabela Periódica a ser organizada por ordem crescente de números atómicos, que foi uma descoberta fundamental.

Curiosidades:

•Alguns dos elementos químicos cujo nome foi dado a partir de personalidades conhecidas como o mendelévio (Md), de Mendeleev; einsténio (Es) de Albert Einstein e o Bóhrio (Bh) de Niels Bohr.

•Alguns dos elementos químicos cujo nome foi dado a partir de cidades, estados, países e continentes: moscóvio (Mc), de Moscovo; califórnio, (Cf) de Califórnia; frâncio (Fr), de França; európio (Eu) de Europa.

•Alguns dos elementos químicos cujo nome foi dado a partir de planetas e estrelas: urânio (U), de Urano; neptúnio (Np), de Neptuno; hélio (He), de Sol.

•A única letra que não aparece na Tabela Periódica é o J.

•Conta-se que o pai da Tabela Períodica (Dmitri Mendeleev) fez a sua descoberta quando estava prestes a embarcar numa viagem de inverno, em 1868. Antes de partir, colocou as cartas na mesa e começou a pensar no mistério, como se estivesse a jogar um jogo de paciência. Quando o seu cocheiro se aproximou da porta para levar a bagagem, o Químico dispensou-o, dizendo que estava ocupado. Foi mudando os elementos de um lado para o outro, até ter conseguido finalmente organizado os 56 elementos tal e qual como queria.

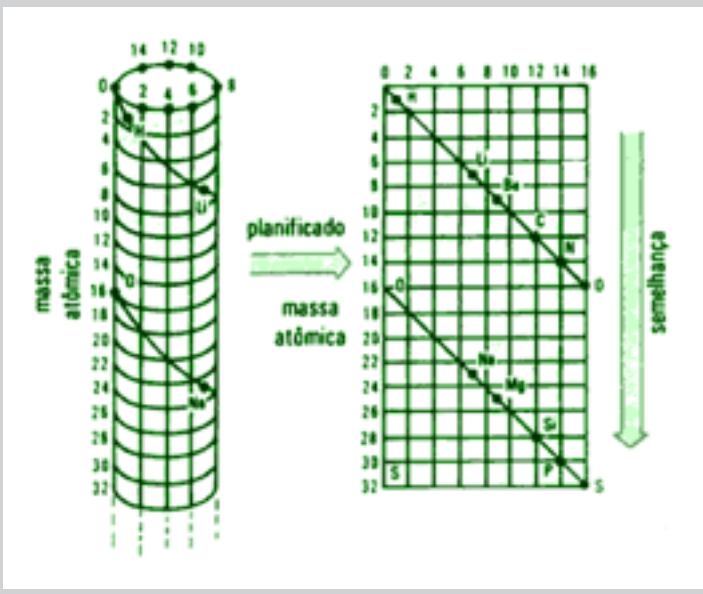
Bibliografia/Web grafia:
https://pt.wikipedia.org/wiki/Tabela_peri%C3%B3dica
https://www.google.pt/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwilt_vKu6zgAhUrxYUKHanPAkgQjRx6BAgBEAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.cparaiso.com.br%2Fpdf%2Ftexto-extra-quimica-9o-ano-ens-fundamental-ii-tabela-periodica-19102015-1705.pdf.pdf&psig=AOvVaw1jALEfmDtXcKqU8QG29t7g&ust=1549726590845235
https://www.estudopratico.com.br/classificacao-periodica-de-mendeleev/
https://www.infoescola.com/quimica/parafuso-telurico-de-chancourtois/
https://www.todamateria.com.br/tabela-periodica/
https://pt.wikipedia.org/wiki/Tabela_peri%C3%B3dica
http://fisicaquimicaexplica.blogspot.com/2011/03/tabela-periodica-organizacao-dos.html
http://www.cienciaviva.pt/tabelaperiodica/
Rodrigues, C. et al (2018). Química 10. Areal Editores. Porto. Páginas 240.

Triade 1	Triade 2	Triade 3	Triade 4	Triade 5
Li	Ca	S	Cl	Mn
Na	Sr	Se	Br	Cr
K	Ba	Te	I	Fe

Lei das Tríades de Döbereiner

H	Li	Ga	B	C	N	O
F	Na	Mg	Al	Si	P	S
Cl	K	Ca	Cr	Ti	Mn	Fe
Co, Ni	Cu	Zn	Y	In	As	Se
Br	Rb	Sr	Ce, La	Zr	Di, Mo	Ro, Ru
Pd	Ag	Cd	U	Sn	Sb	Te
I	Cs	Ba, V	Ta	W	Nb	Au
Pt, Ir	Tl	Pb	Th	Hg	Bi	Th

Lei das Oitavas de Newlands



Parafuso Telúrico de Chancourtois

Tabela Periódica de Mendeleev

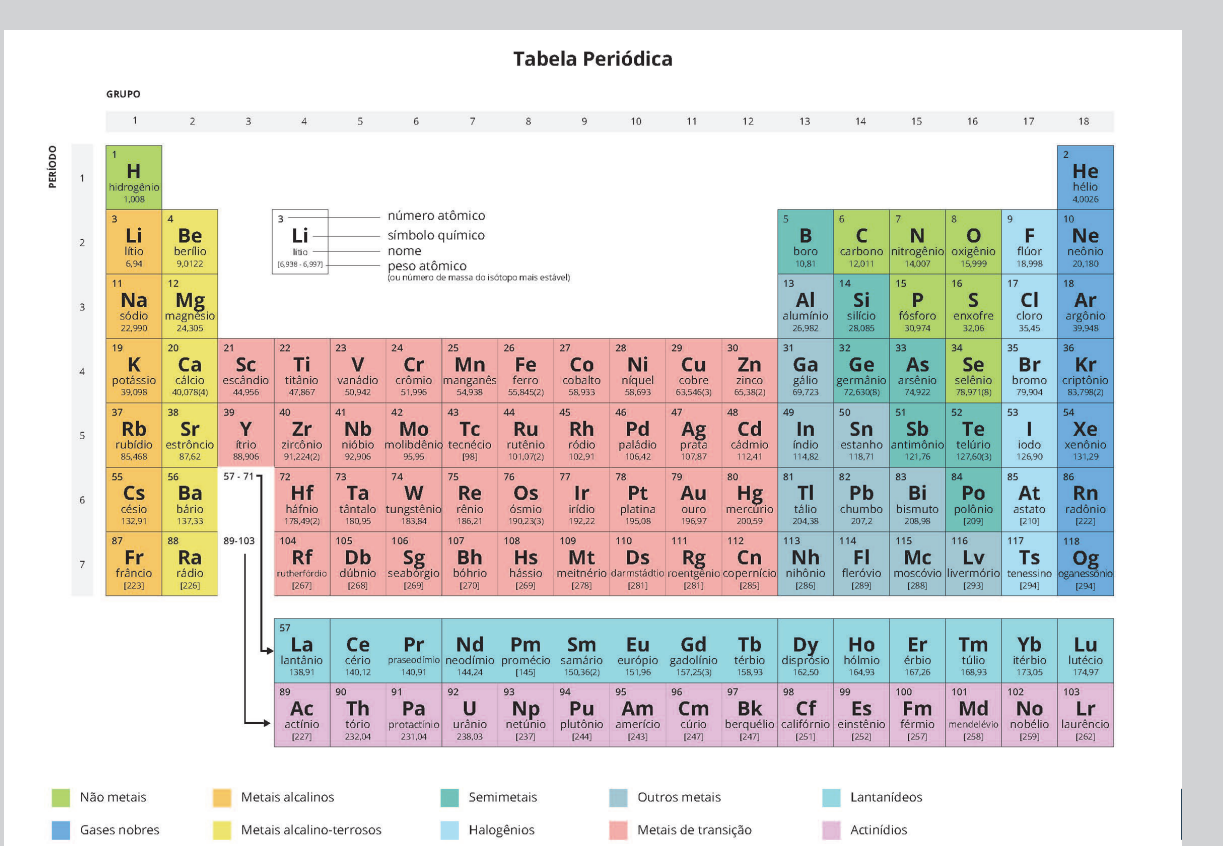


Tabela periódica atual

Paulo Azevedo na Abade de Baçal:

Abraça a vida de frente

Levada a cabo por Paulo Azevedo, no âmbito da disciplina de EMRC, a palestra "Abraça a vida de frente" foi, indubitavelmente, um incrível testemunho de motivação pessoal que comprova que, independentemente dos obstáculos e limitações com que somos confrontados diariamente, a superação dos mesmos é possível quando há força de vontade e ânsia de vencer os medos e as contingências com que somos confrontados.

Ana Rita Fernandes, Eva Roque - 12º C

Com efeito, num ambiente despido de preconceitos e pautado pelo humor, o palestrante parte da sua própria experiência de vida e expõe momentos marcantes do seu percurso, nomeadamente como ultrapassa diariamente as dificuldades que lhe surgem por ter nascido sem membros inferiores nem superiores. Contrariando os estigmas da sociedade, a quem as suas vitórias aparentavam ser inexequíveis, não só alcançou uma independência inimaginável quando, através de próteses, conseguiu deslocar-se pela primeira vez, como também ingressou no mundo do futebol, no qual sobressaiu por excelência, traduzindo-se numa grande conquista da sua vida.

Nesse sentido, Paulo Azevedo confessa com o mesmo optimismo os aspetos positivos e negativos do seu percurso, narrando histórias que marcaram a sua existência. Desde a obtenção da carta de condução, aos passeios e idas à praia com amigos, à construção de uma família e aos medos que a sociedade lhe impôs, o também ator de televisão revela detalhadamente o quotidiano da sua vida, sem máscaras e sem constrangimentos, mostrando que, independentemente das considerações derrotistas e dos pensamentos pessimistas alheios, a vontade de conquistar os nossos sonhos vence sempre, quando aliada à perseverança e à força

Em conclusão, citando palavras deste ser humano inspirador "o nosso maior inimigo somos nós próprios" e, como tal, de modo a deixar de o ser é necessário ter coragem, determinação e, sobretudo, 'abraçar a vida de frente'.

Paulo Azevedo nasceu no dia 29 de outubro de 1981 sem mãos e pernas. Sobreviveu e aprendeu a viver.

Tornou-se ator de profissão, realiza palestras motivacionais e de empreendedorismo nas quais fala da sua experiência e como das fraquezas faz a força que o tornou um profissional realizado.

Começou no teatro com Tozé Martinho como protagonista da peça de Gil Vicente "O Monólogo de Vaqueiro" e "As Troianas" de Jean Paul Sartre. Atualmente, faz parte da companhia de Teatro Locomotiva. Participou em várias novelas.

A nível desportivo, foi atleta paralímpico de natação, joga futebol e pratica bodyboard. Em 2016 participou na maratona de Nova York tendo cruzado a meta em 2º lugar na sua categoria.Especializou-se em motivação de plantel no Real Madrid sob orientação de José Mourinho.O bom humor é característica dominante, tendo sido recentemente convidado especial do Talk Show "A Banheira das Vaidades" com António Raminhos.

(http://brain.global/our-projects/paulo-azevedo/)

"... quero mostrar ao Mundo que ser diferente não é sinónimo de ser inferior... "

Fotografia: Tatiana Sernadela, 10º ACP

Voluntariado e Solidariedade

Gestos que dão vida

Ao longo do ano letivo, os alunos de EMRC são desafiados a realizar inúmeras iniciativas de voluntariado e solidariedade, por forma a concretizar na prática as aprendizagens que vão efetuando na respetiva disciplina, das quais se destacam, até ao momento algumas.

Professoras de EMRC

Colaboração com a Santa Casa da Misericórdia: "Celebrar a Vida!"

Alguns alunos do 1.º ciclo do Agrupamento, elaboram com uma regularidade mensal, mensagens de aniversário personalizadas destinadas a celebrar a vida de cada um dos idosos da Santa Casa da Misericórdia. Ao nome de cada aniversariante, os alunos fazem corresponder palavras de ternura e carinho (construção de um acróstico), juntando ainda singelas lembranças, reflexo da sua imaginação e criatividade. As mensagens são depois entregues a cada um dos aniversariantes mostrando o poder contagiante de um gesto positivo.

Natal solidário: "Gestos que alimentam!"

No período de Natal, a elaboração de dezenas de presentes solidários por parte de vários alunos de diversas turmas e anos, materializou-se na iniciativa "troca por troca", em que, cada presente poderia ser trocado por um ou mais alimentos. Os alimentos recolhidos foram posteriormente entregues aos serviços sociais do IPB, a fim de dar resposta a algumas carências alimentares identificadas entre alguns estudantes.

Voluntariado EMRC: "Fazer-se presente!"

No dia 19 de dezembro um grupo de 8 alunos do 9.ºano e secundário da Escola Abade Baçal deslocaram-se ao Centro Social e Paroquial do Santo Condestável para uma experiência de encontro e partilha com os utentes do Centro de Dia.

A atividade decorreu entre as 14.30 e as 17.00h, tendo iniciado com um breve enquadramento acerca do trabalho desenvolvido em cada uma das valências e projetos daquela Instituição. Após o enquadramento, os jovens desenvolveram as atividades previamente programadas e, por fim, a própria instituição apresentou algumas propostas e desafiou os jovens a dar continuidade aos gestos de voluntariado. Para os jovens que participaram esta foi, sem dúvida, uma experiência "muito gratificante", tendo testemunhado que a maior alegria e riqueza da vida é o "tempo que se faz presente!".

Exposição "Viagem ao mundo das Religiões

Conhecer para entender

Para assinalar o Dia Mundial das Religiões (21 de janeiro), esteve patente no átrio da Escola Abade Baçal a exposição "Viagem ao Mundo das Religiões", promovida pela Disciplina de EMRC, tendo contado com diversos trabalhos realizados por alunos da nossa escola.

Professoras de EMRC

Esta exposição coloca em destaque um dos pontos-chave para o diálogo inter-religioso – os valores éticos comuns às várias tradições religiosas – a partir dos quais somos conduzidos a tecer um olhar apreciativo e compreensivo acerca das especificidades de cada uma das religiões.

Com base na máxima "conhecer para entender" a Disciplina de EMRC oferece uma abordagem pedagógica acerca do fenómeno religioso e das expressões culturais daí decorrentes, mediante um programa que convida a questionar, a debater e a aprofundar aspetos que nos (re)ligam ou nos tornam singulares, construindo as pontes de uma autêntica Educação para a paz e a tolerância.

De modo simbólico, os alunos construíram malas de viagem sobre cada uma das religiões, colocando em cada uma delas informação pertinente para o conhecimento da respetiva tradição religiosa. Uma exposição que mostra um pouco do que se faz na disciplina de EMRC: uma janela aberta que se propõe cultivar um olhar sobre(o) humano!

Alunos do AEAB em redor de uma cultura de paz

No dia 30 de janeiro (Dia Escolar da Não-Violência e da Paz), as disciplinas de EMRC e Espanhol convidaram os alunos de todos os anos e ciclos a fazer florescer os valores da paz e da Não-Violência no Agrupamento de Escolas Abade de Baçal.

Professoras de EMRC e de Espanhol

A iniciativa enquadrou-se na celebração do Dia Escolar da Não-Violência e da Paz. Esta data, instituída em 1964 pelo poeta e pedagogo espanhol Llorenç Vidal para honrar a memória do grande pacifista indiano Mahatma Gandhi e, posteriormente acolhida a nível internacional, como forma promover uma autêntica educação para a paz, desafia os alunos a desenvolver um olhar apreciativo sobre as relações humanas, assente na tolerância, no respeito, no bem-comum e na não-violência.

Nas Escolas Augusto Moreno e Abade Baçal, a palavra paz encheu-se de cor e de centenas de mensagens que espelharam esse mesmo espírito.

Atividades de outras culturas

Como habitual no Departamento, os alunos tiveram a oportunidade de idealizarem, participarem e realizarem diversas atividades relacionadas com diferentes temas de interesse próprio e/ou decorrentes do currículo, de modo a garantir que todos adquiram os conhecimentos e desenvolvam as capacidades e atitudes que contribuem para alcançar as competências previstas.

No dia 31 de outubro, o Agrupamento foi invadido pelo espírito de Halloween, data representativa da cultura de países de expressão Inglesa.

O concurso de vassouras teve grande participação e empenho por parte de alunos, docentes, assistentes operacionais e famílias. A todos, o nosso agradecimento.

Na Escola Augusto Moreno as vencedoras foram: Rafaela Cavaleiro, 5.º B; Beatriz Sarmento, MO7; Bruna Reigadas, MO8, respetivamente com primeiro, segundo e terceiro lugares.

Na atividade Thanksgiving Day, também muito concorrida, foram construídos, coletivamente, os perus agradecendo pessoalmente cada um pelo que mais relevância tem na sua vida I´m Thankful for…

Nas comemorações de Natal os alunos procederam ao levantamento de Christmas Carols e produziram cartões de boas festas.

Visita de estudo ao Rio Fervença

No âmbito do projeto rios, mares e oceanos, os alunos da turma A, do 10º ano, acompanhados pelos professores das disciplinas de Biologia e Geologia, Cecília Castro, Educação Física, Carlos Fernandes, e Físico-Química, Teresa Pereira visitaram o rio Fervença, no dia 12 de dezembro.

Iolanda Veiga - 10ºB

Ao longo do percurso visitaram também o Centro de Ciência Viva e a Casa da Seda, onde puderam observar uma exposição chamada "Posters com ciência", na qual constavam posters de cinema com um toque de ciência do artista Edgar Ascensão e o ciclo de vida do bicho-da-seda. Nestes espaços puderam aprofundar os seus conhecimentos ao nível ambiental, energético e ecológico.

Este passeio teve o objetivo de valorizar um recurso que é pouco aproveitado pela população, sensibilizando a não poluição do meio em que nos inserimos.

Este foi um projeto interdisciplinar, no qual com a disciplina de Geologia, analisaram o caudal do rio associado à sedimentação e as rochas que se encontravam no meio, como o serpentinito, uma rocha típica da nossa região, e o xisto, mais abundante. No domínio da disciplina de Educação Física os alunos realizaram uma atividade de orientação ao longo dos passadiços do rio. No contexto da disciplina de Físico-Química verificaram a existência de partículas em suspensão, como óleos, que como são moléculas com polaridade diferente das da água não se dissolvem. Observaram também, que o rio não tem

pouca inclinação e a velocidade da água é baixa, portanto, as partículas vão se acumulando ao longo do mesmo, não havendo escoamento da poluição.

As cidades e os rios

Ao longo de duas horas, os alunos que encheram o auditório da Escola Abade de Baçal, no dia 14 de janeiro, foram confrontados com a definição e função do arquiteto e desafiados a relacionar essa função com o desenho das cidades e a relação entre todos os elementos que as constituem.

Clube de Jornalismo

Assim, a dupla de arquitetos, João Ortega e Mário Ortega,partindo da matriz de desenvolvimento de qualquer projeto, o risco, a grafia, o método e o processo, alertaram os presentes para a relevância de perante a novidade procurar desenvolver o conhecvimento, encontrar soluções e definir estratégias claras num percurso construtivo e criativo, para a importância de, perante um problema, formular hipóteses, que se relacionam entre si, se contaminam e integram, emergindo a solução deste diálogo profícuo.

Da matriz para a noção de casa e daí para o nascimento e construção das cidades foi um passo que conduziu à introdução do tema essencial da comunicação: a relação dos rios com as cidades, nomeadamente a do Rio Fervença com a cidade de Bragança.

Porém, antes de serem transportados para a história da urbe brigantina, foram convidados a uma breve viagem pela história dos rios que formaram e uniram cidades: Nilo e Eufrates, Tamisa e Sena, Tibre e Tejo foram alguns dos que surgiram nas imagens apresentadas e que permitiram constatar o modo como determinaram o desen-

volvimento destas.

A sessão centrou-se, então, no Rio Fervença e o modo como terá determinado ou não a história e desenvolvimento da cidade. O auditório percorreu, então, o percurso geográfico do curso de água, mas também viajou pela história do rio, desde que assistiu ao florescimento da indústria da seda até ao seu declínio e, mais recentemente, a forte remodelação realizada no âmbito do Programa Polis.

Finalmente, os arquitetos apresentaram o seu projeto, que visa estreitar a relação entre o rio e a cidade, com estruturas que perspetivam um diálogo fluido entre as várias estruturas e que permitirão devolver, na sua perspetiva, a este local o ambiente e movimento que ele merece

O Jardim de Infância da Estação vai adotar um rio!

No presente ano letivo, aderimos pela 1ª vez, ao Projeto Rios (PR), um projeto ibérico coordenado a nível nacional pela Associação Portuguesa de Educação Ambiental (ASPEA). Esta Associação sem fins lucrativos, fundada em 1990, tem como objetivo principal o desenvolvimento da Educação Ambiental no ensino formal e não formal.

Educadoras do Jardim de Infância da Estação

Em articulação com os eixos estratégicos do Projeto Educativo do Agrupamento, pretendemos com a nossa participação, atingirmos os seguintes objetivos:

-Conservar os espaços fluviais, procurando acompanhar os objetivos apresentados na Década da Educação das Nações Unidas para o Desenvolvimento Sustentável;

-Contribuir para a implementação da Carta da Terra e da Diretiva Quadro da Água;

-Promover a educação, a consciencialização e o envolvimento ativo da comunidade para a importância e valorização do ambiente, através da adoção de um troço de 500m de um rio ou ribeira.

O Projeto Rios vai ao encontro do que é preconizado na educação pré-escolar, fomentando a capacitação das crianças para um pensamento autónomo, criativo e inovador, tornando-os cidadãos pensantes, críticos em relação a tudo o que os rodeia.

A oportunidade que este projeto proporciona, de experiências no exterior, reforça a interdisciplinaridade e incentiva as crianças a adquirir uma maior responsabilidade pela sua própria aprendizagem, crescimento pessoal, consciência social e competências laborais.

Este projeto vai ser desenvolvido pelas crianças de cinco e seis anos do Jardim de Infância da Estação, docentes, assistentes operacionais, comunidade local, Câmara Municipal, Associação Portuguesa de Educação Ambiental (ASPEA), União de Juntas de Freguesia e um monitor.

No 1º período quatro educadoras deste Jardim de Infância frequentaram um curso de monitores, no âmbito deste Projeto, que será um excelente recurso pedagógico, adquirindo conhecimentos técnico-científicos, que irão permitir uma correta utilização do Kit didático, bem como a interpretação do ambiente e património, associados ao rio que iremos adotar.

O Projeto Rios permite que os participantes possam usufruir de um laboratório natural quando fazem saídas de campo. Na próxima Primavera teremos a possibilidade de tocar e ver a realidade e a estrutura de um rio nos seus 500 metros adotados, analisando as várias temáticas associadas como a fauna e a flora. Neste âmbito, também procuraremos descobrir tradições, histórias, contos, lendas, instituições e as pessoas.

Após a adoção desse troço, ficaremos "comprometidos" em fazer duas saídas de campo a esse local (uma na primavera e outra no outono) e fazer registos numa ficha de campo usando a metodologia de trabalho do projeto rios e um kit especifico onde constam uma série de materiais destinados à monitorização. Caso seja pertinente/necessário, poderemos realizar uma ação de melhoria desse troço (ex. limpeza de resíduos; exposição de desenhos, fotos,

palestra, etc.).

As saídas de campo são sempre acompanhas por um monitor do Projeto Rios.

O desafio está lançado!…

Vamos escolher o troço a adotar …

E prometemos dar noticias das nossas intervenções!

Projeto Rios

Carolina Teixeira, 8ºB

O Projeto Rios tem o intuito de conservar os espaços fluviais, nomeadamente os rios, procurando ajudar a concretizar os objetivos existentes na Década da Educação das Nações Unidas para o Desenvolvimento Sustentável e dar uma contribuição na implementação da Carta da Terra e da Diretiva Quadro da Água.

Neste momento, existem não só várias entidades institucionais envolvidas neste projeto, a saber, autarquias, juntas de freguesia, escolas, associações, organizações não-governamentais, institutos e centros de investigação, bem como empresas e população em geral.

Este projeto, de igual modo, procura desenvolver uma relação de maior proximidade entre as pessoas e os rios, com especial destaque para com os que já estão adotados pelas entidades inscritas, e aumentar o nível de conhecimento dos rios portugueses. Deste modo, a sensibilização da população em geral para a sua importância pode ajudar a resolver a deterioração e poluição dos cursos de água, favorecendo de modo global o ambiente, os habitats nele existentes e a vida do ser humano.

Este projeto foi desenvolvido pela primeira vez na Catalunha com o nome "Projecte Rius", com início em 1997, pela "Associació Habitats para Projecte RIUS Catalunya".

Com uma postura fortemente inovadora, o Projeto propõe que o grupo de cidadãos adote um troço de 500 metros de um curso de água e que desenvolva atividades que que conduzam a um conhecimento mais profundo desse rio/ribeira desde a sua nascente até à foz ou apenas parcialmente, incluindo a sua fauna, flora, tradições, histórias, contos, lendas, instituições ou pessoas com ele relacionadas.

Página do projeto: https://aspea.org/

Adriana Pires, a jovem que "deu à Costa"

Adriana Pires tem 23 anos, foi aluna da Escola Abade de Baçal entre 2007 e 2013, é licenciada em Economia pela Universidade do Minho e fez mestrado em Gestão na Universidade Católica do Porto. Em Agosto de 2018 lançou-se num projeto de voluntariado, para Marandallah, uma pequena aldeia na Costa do Marfim.

Iolanda Veiga - 10ºA
Fotos cedidas por Adriana Pires

Como surgiu a ideia de integrar uma equipa de voluntariado? Era um sonho antigo ou houve algo que a despoletou? Porquê voluntariado?

Fazer voluntariado era já uma vontade antiga. Já tive algumas experiências internacionais como Erasmus e cursos de inglês em Inglaterra. Além disso, fui guia e enquanto guia participei em diversos tipos de voluntariado. Estas experiências ajudaram-me a crescer e a perceber o mundo lá fora, e foi por isso que fazer voluntariado num país com uma realidade tão diferente da nossa sempre me despertou interesse e vontade de partir à aventura. Este ano, quando terminei o mestrado, foi quando esta aventura se proporcionou, senti que era "agora ou nunca" e fui.

Como reagiu a tua família e amigos à tua intenção de fazer voluntariado tão longe?

Os meus mais próximos sabiam que era algo que já idealizava fazer há algum tempo e sempre me apoiaram muito. Acredito que o facto de ser um país africano que esteve em guerra há menos de 10 anos e de ser dos países onde todas as doenças típicas do continente africano existem, tenha feito com que houvesse alguma preocupação e receio quanto a esta minha aventura. De qualquer forma sempre tive muito apoio para ir.

Que expectativas tinhas quanto ao projeto "Dar à costa"? Podes descrever o projeto?

O projeto Dar à Costa surgiu graças à Consolata de Águas Santas, uma instituição que há vários anos organiza estas missões para vários países. Foi através desta Consolata que eu, e mais 9 pessoas nos conhecemos e começamos a dedicar-nos a esta missão. Durante vários meses organizámos vários eventos e iniciativas com o objetivo de angariar o máximo de fundos para podermos levar para a Costa do Marfim. O nosso projeto consistiu em construir uma salinha de aulas para as crianças de Marandallah, uma pequena aldeia no centro do país. Além disso pretendíamos também dar o máximo apoio possível às famílias da aldeia enquanto lá estivéssemos e garantir, pelo menos, uma refeição diária às crianças da aldeia.

A tua formação académica é na área da Economia. Há relação entre o projeto e o curso? Se sim, qual?

A relação acabou por existir, enquanto grupo cada um de nós tinha a sua função. Sendo a minha área de formação Economia fiquei como tesoureira do grupo. Era da minha responsabilidade, juntamente com outro colega também economista, toda a parte financeira do projeto. Tínhamos que controlar o dinheiro angariado e distribuí-lo da melhor forma possível, de forma a ajudar o máximo de pessoas possível. Tínhamos também que controlar os gastos com a construção da salinha de forma a tornar o projeto o menos dispendioso possível.

Como descreves o momento da partida?

Deixar Marandallah para voltar a casa foi um pouco difícil. Nos dois/três últimos dias os habitantes da aldeia encheram-nos o coração. Um povo que tem tão pouco conseguiu arranjar forma de nos oferecer algumas recordações típicas, organizou almoços, jantares e festas para nos agradecerem, mas na verdade quem saiu de lá mais agradecido fomos nós. E, por isso, vir embora foi difícil, deixar para trás pessoas que foram tão boas para nós, que nos deram o que tinham e o que não tinham, que tinham sempre um sorriso para nos dar, e que, sem saber, conseguiram deixar um bocadinho delas para sempre connosco. Vim feliz por toda a experiência, mas triste por ter passado tão rápido.

O que mais te surpreendeu durante a viagem?

O que mais surpreende é o choque cultural. Por mais que saiba que o que vamos encontrar vai ser uma realidade totalmente oposta, quando lá chegamos e vemos essa realidade à nossa frente é surpreendente. Para além disso, a incoerência está presente em todo o lado. Por exemplo, recordo-me de estarmos na capital, Abidjan, numa grande avenida e o pavimento ser em terra batida, no entanto, os semáforos eram de luzes led e com contagem decrescente. Outra situação que me surpreendeu foi a quantidade de pessoas com smartphones. Por exemplo, na aldeia onde estávamos muita gente tinha smartphones e ao mesmo tempo não tinha saneamento básico nem eletricidade. Para nós, europeus, estes contrastes não fazem sentido e chocam-nos.

Do que mais gostaste durante a experiência?

Das pessoas, da sua simplicidade e da sua genuinidade. Transmitem-nos uma felicidade pura e fazem-nos questionar sobre o que nos faz e o que nos devia fazer felizes. Acho que neste sentido temos muito a aprender com este povo. Conseguem-nos fazer ver

O que mais me agradou nesta experiência foram as pessoas, a sua simplicidade e a sua genuinidade. Transmitem-nos uma felicidade pura e fazem-nos questionar sobre o que nos faz e o que nos devia fazer felizes. Acho que neste sentido temos muito a aprender com este povo.

que realmente não precisamos de muito para ser felizes e que a felicidade não está nos bens materiais, mas sim nas pessoas e nas relações que construímos com elas.

Que imprevistos aconteceram?

Felizmente foi uma viagem muito tranquila em termos de imprevistos. Tivemos a sorte de nenhum de nós adoecer e ter que ir ao centro de saúde. Considero realmente uma sorte porque precisar dos cuidados médicos no centro de saúde da aldeia era um pouco assustador. Especialmente depois de termos visitado as instalações e percebido que as condições em nada se assemelham àquilo a que estamos habituados.

Momentos gratificantes, divertidos...

Os momentos mais gratificantes e divertidos que vivi foram sem dúvida os momentos passados com as crianças. Todos os dias, à tarde, organizávamos jogos e brincadeiras com as crianças, e era nestas alturas que ficava com o coração cheio, a rebentar! Tudo o que mais queriam era atenção, carinho, um sorriso e por momentos esquecer as responsabilidades que tinham e ser simplesmente crianças. A maior parte das crianças da aldeia têm, desde cedo, muitas responsabilidades que não deveriam ter. No caso dos meninos, a responsabilidade deles é pastar os animais, as raparigas são responsáveis por cuidar dos irmãos mais novos e por transportar água desde o fontanário até suas casas. Nas alturas em que estávamos com eles estas tarefas eram esquecidas, ainda que por tempo limitado, e podiam apenas brincar.

O balanço é extremamente positivo. Em apenas um mês – que passou a voar – conseguimos dar o máximo de nós e receber muito mais, bem mais do que algum dia poderia imaginar. Por isso, posso dizer que as minhas expetativas foram superadas em todos os aspetos, desde a forma como fomos recebidos até ao facto de termos cumprido o nosso principal objetivo, a construção da nossa salinha.

Situação mais dramática...

A situação mais dramática que experienciei foi quando numa noite apareceu um senhor na casa onde estávamos a pedir ajuda num desespero horrível porque a mulher estava no centro de saúde a dar à luz e estava a perder muito sangue. Pela conversa conseguimos perceber que o centro não tinha meios para lidar com a situação e era preciso levar a senhora ao hospital mais próximo, sendo que este ficava a 3 horas de viagem. Nesta noite fiquei preocupada e não conseguia deixar de pensar se a senhora teria conseguido chegar ao hospital a tempo. É em situações como esta que realmente percebemos a diferença de condições que temos e como coisas tão simples como ter o hospital a poucos minutos podem fazer a diferença.

Voltarias a repetir a experiência?

Experiências de voluntario são sempre a repetir, até porque nunca serão iguais e tenho a certeza que, no final, a nossa perspetiva do mundo será sempre tocada. E, nesse sentido, gostava de voltar a ter mais experiências destas, talvez em culturas diferentes e com propósitos diferentes. Fica sempre vontade de voltar, de voltar a fazer e de dar mais de nós a quem tanto precisa.

Acreditaste que poderias contribuir para a felicidade destas crianças?

Sim, até porque estas crianças ficam felizes com muito pouco, e durante o tempo que lá estivemos fizemos por tornar os dias delas mais felizes. Bastava um carinho, um abracinho ou um bocadinho da nossa atenção para os deixarmos com um sorriso no rosto.

Que balanço fazes desta experiência? O projeto foi ao encontro das tuas expectativas? Que aprendizagens fizeste?

O balanço é extremamente positivo. Em apenas um mês – que passou a voar – conseguimos dar o máximo de nós e receber muito mais, bem mais do que algum dia poderia imaginar. Por isso, posso dizer que as minhas expetativas foram superadas em todos os aspetos, desde a forma como fomos recebidos até ao facto de termos cumprido o nosso principal objetivo, a construção da nossa salinha.

Recomendarias a alguém fazer voluntariado? Porquê?

Sim, sem dúvida. Fazer parte de missões do género dá-nos uma visão diferente do mundo, torna-nos mais compreensivos, mais tolerantes e mais agradecidos por tudo aquilo que temos. E, numa altura em que temos tudo, estas experiências fazem-nos refletir e pensar naquilo que realmente precisamos para sermos felizes.

Pensas continuar a fazer voluntariado dentro ou fora de Portugal?

Sim, sempre que puder. Até porque não precisamos de ir para muito longe para ajudar quem precisa, basta ter disponibilidade e vontade para o fazer.

Adriana Pires, 23 anos

Licenciatura em Economia, Mestrado em Gestão

Tema do Mestrado: "A conciliação entre a vida profissional e a vida familiar no caso das mulheres em cargos de gestão"

Profissão: A estagiar na área de Recursos Humanos

Ocupação de tempos livres: Viajar, fotografar, passear, ler e ver séries

Livro preferido: o meu livro preferido costuma ser aquele que estou a ler no momento. Neste momento estou a ler "Sapiens" de Yuval Noah Harari e estou a adorar.

Banda/artista: Broken Back
Música: Young Souls
Filme preferido: Inception

Três coisas que levavas para uma ilha deserta: Máquina fotográfica, um bloco de notas e os meus amigos, porque é sempre o que não falta nas viagens que faço.

A tua melhor qualidade: Determinada
O teu pior defeito: Teimosa

Melhor e pior recordação da escola: Guardo apenas boas recordações dos seis anos que passei na Abade de Baçal, tive a sorte de ter os melhores professores e colegas de turma que me proporcionaram muita aprendizagem, crescimento e contribuíram para me tornar na pessoa que sou hoje em dia.

Inefável Turquia
Samsun: entre o mar e a neve

Cinco alunos do Agrupamento de Escolas Abade de Baçal viajaram, na segunda semana de janeiro, até à localidade turca de Samsun, uma cidade nas margens do mar Negro, para cumprir a primeira mobilidade de uma projeto para alunos do secundário, de que o Agrupamento faz parte, no âmbito do Erasmus +.

Rui Gonçalves

Itália, Bulgária, Hungria, Turquia e Portugal são os países integrantes do projeto "Let's Use Energy Usefully", uma iniciativa de cinco escolas destes países (Istituto Tecnico Tecnologico G. Malafarina, Itália; Profesionalna Gimnazia po Targovia i Restorantyorstvo, Bulgária; Carsamba Anadolu Kiz Imam Hatip Lisesi, Turquia; Nyíregyházi SZC Vásárhelyi Pál Építöipari és Környezetvédelmi-Vízügyi Szakgimnáziuma, Hungria) cujo principal objetivo é alertar a comunidade escolar e a sociedade em geral para a necessidade de fazer uso da energia de forma parcimoniosa, para garantir um futuro mais verde para o planeta.

A cidade de Samsun, no norte da Turquia, foi a primeira a receber as delegações dos outros quatro países, organizando um programa que durou cinco dias, com trabalhos e visitas relacionadas com a temática e os objetivos definidos no projeto, que é financiado na íntegra por dinheiros europeus.

Samsun foi uma surpresa para toda a comitiva portuguesa (e também para as outras). A cidade turca, nas margens do Mar Negro e muito longe da histórica e cosmopolita Istambul ou da capital Ankara, está rodeada de montanhas, nesta altura nevadas, e estende-se por duas dezenas de quilómetros, como se de uma cascata se tratasse. Numa área urbana com perto dos dois milhões de habitantes, a cidade turca tem muito mais para oferecer do que era previsível.

Ruas a fervilhar de gente, alguns minaretes dispersos entre os edifícios e um trânsito considerável: tudo perpassado pelo afável ambiente típico da Turquia tornaram a visita um momento verdadeiramente único e especial para todos. Além disso, Samsun apareceu, muitas vezes, aos nossos olhos, como uma verdadeira urbe europeia, devidamente infraestruturada, com largas avenidas pedonais/comerciais, cafés, lojas e praças limpas…

A semana iniciou com a apresentação da escola anfitriã e de todas as comitivas presentes, que apresentaram os seus países, regiões e escolas. Apresentaram também dispositivos sobre os diferentes tipos de energia renovável e sobre as "regras" para uma utilização de eficiente da energia.

Nos primeiros três dias da mobilidade, alunos e professores conheceram a escola turca, com uma matriz marcadamente religiosa (há uma sala de oração em cada piso), frequentada apenas por raparigas, quase todas com a cabeça coberta, num registo claramente tradicional e algo conservador. Não se observava o mesmo no centro da cidade…

Nos dias seguintes, os participantes visitaram outros equipamentos da cidade de Samsun, nomeadamente um gasoduto que vem até Samsun (Çarsamba) diretamente da Rússia, passando pelo leito do mar Negro e seguindo depois para toda a Europa.

O grupo de alunos, que passou momentos de convívio profícuo ao longo de toda a semana, visitou também outros equipamentos e museus da cidade, nomeadamente um dedicado ao fundador da República Turca, Atatürk, uma vez que foi a partir desta cidade do norte do país que o militar organizou a revolta turca contra o domínio dos Aliados, durante e depois da I Guerra Mundial.

Outro dos pontos altos da visita foi a viagem até à lindíssima cidade de Amásia, já no interior da Região, uma cidade cheia de história e cravada entre as montanhas nevadas, com as casas suspensas sobre o rio, num cenário quase idílico, só perturbado pelos cerca de nove graus negativos que se faziam sentir na antiga capital turca.

A semana foi muito rica também a outros níveis, já que os alunos e os professores acompanhantes puderam desfrutar da riqueza cultural de um país cheio de magia e carisma, percetível em cada pedaço de quotidiano que experimentaram.

Gastronomia particular e especial, mesquitas espalhadas pelas cidades e um fervilhar de gente permanente por cada rua ou ruela da cosmopolita Samsun acabaram por transformar a semana de trabalho numa viagem especial até um outro mundo e uma outra cultura, cheia de coisas boas para oferecer.

Autor do logo do projeto:
Diogo Soares, 11ºACP

Na Polónia
A aura da Piaseczno

Tinha chegado o dia, 7 de outubro de 2018, a nossa viagem como participantes no projeto Erasmus+, "The Aura of my City", ia começar. Ao final da manhã, tivemos o nosso primeiro contacto com a simpática pequena cidade de Piaseczno. As famílias que nos iam acolher estavam à nossa espera e passamos o resto do dia juntos, podendo assim conhecer-nos melhor.

Ângela Rodriges, Claudia Gonçalves, Marta Alves - 11ºB/B1

Vamos falar-vos um pouco sobre o país que nos recebeu. A Polónia é um país situado na Europa Central e composto por 16 regiões administrativas e o Vístula é o maior rio com 1047 km. O seu sistema educativo é bem diferente do nosso. As crianças vão para a Escola Primária com a idade de 6 ou 7 anos, depois de frequentarem a Escola Primária durante 8 anos, os alunos têm exames finais e transitam para a Ensino Secundário onde permanecem dos 14 aos 18 anos. Os cursos pelos quais podem optar são: Biologia / Química; Matemática/Física; Matemática/Informática ou Humanidades/Línguas. Se os alunos não quiserem seguir nenhum destes cursos, podem optar por ingressar numa escola diferente: Trade School, que oferece uma formação mais prática, como cabeleireiro, mecânico; ou Technical School, que oferece uma formação técnica, como arquitectura, electrotecnia. Para poderem entrar na Universidade, os jovens fazem os "matura exams". A maior parte dos alunos estuda Economia e Direito.

No dia seguinte, logo pela manhã, os alunos de todos os países envolvidos no projeto, Polónia, Itália, Búlgária e Portugal, fizeram a apresentação do seu país, cidade e sistema educativo. Nesse dia também visitámos a escola dos nossos colegas polacos e à tarde tivemos um workshop (Découpage Workshop) onde decoramos pequenas caixas com motivos alusivos à Polónia e que trouxemos para Portugal.

No terceiro dia visitamos a capital, mais precisamente a parte velha da cidade de Varsóvia (Cidade Velha), passando pela Rota Real e à tarde por um parque muito conhecido na Polónia, o Parque Lazienki, com muita vegetação e uma beleza única.

O centro histórico de Varsóvia foi classificado como Património Mundial pela UNESCO em 1980. A parte velha da Cidade está cheia de segredos e aqui podemos ver muito monumentos antigos e lindas paisagens. O Castelo Real é o monumento mais antigo de Varsóvia, este foi desenhado por arquitetos italiano e construído nos anos 1598-1619. Visitamos a Estátua da Sereia de Varsóvia que está associada a uma das lendas românticas mais famosas da Polónia.

No quarto dia, fizemos um passeio a pé pela cidade de Piaseczno. Conhecemos alguns monumentos importantes: igrejas, a câmara municipal e cafés.

No quinto dia, fomos novamente à capital para passear pela parte moderna da cidade. Visitamos o Copernicus Center, que contem mais de 400 exposições interativas e onde pudemos realizar experiências e descobrir algumas leis da ciências, depois fomos à Universidade de Varsóvia, fundada em 1816. À tarde, visitamos o Palácio da Cultura e Ciência, um aranha-céu com 231 metros, 42 andares e concluído em 1955. É também conhecido como "O Monstro" porque é considerado um símbolo do domínio soviético. Ao final da tarde, tivemos algum tempo livre e fomos ao shopping Zlote Tarasy que fica ao lado da estação de comboios e foi inaugurado em 2007.

No sexto dia, tivemos a oportunidade de conhecer a cidade histórica de Konstancin e de visitar o Museu do Palácio do Rei Jan III em Wilanów. Um edifício magnífico do estilo barroco cuja construção se iniciou em 1677 e foi concluída em 1696. Ao fianl do dia, tivemos um jantar com todas as famílias onde degustamos vários pratos típicos polacos e recebemos o certificado de participação no projeto. Tinha chegado o momento de nos despedirmos dos nossos amigos que nos proporcionaram uns dias cheios de experiências incríveis e que iremos recordar para sempre.

Viajar para se encontrar

A famosa ilha desconhecida

O livro intitulado "O Conto da Ilha Desconhecida", escrito por José Saramago e lançado pela primeira vez em 1997 pela editora Assírio & Alvim, retrata as peripécias vividas por um homem que pretendia um barco para encontrar uma ilha desconhecida.

Carolina Teixeira, 8ºB

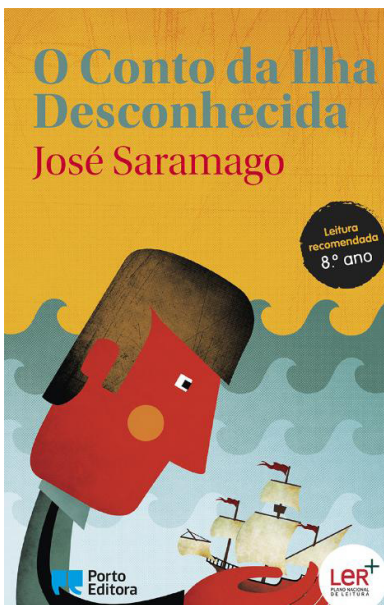
O conto começa com o pedido do homem que foi à porta das petições (uma das três que o castelo tem sendo estas denominadas: a porta das petições, a porta dos obséquios e a porta das decisões), esperando ser recebido pelo rei, tendo sido, no entanto, atendido pela mulher da limpeza, uma vez que o rei se encontrava muito ocupado na porta dos obséquios. O homem retorquiu que não sairia dali, enquanto o rei não atendesse o seu pedido. Ali ficou durante três dias. No decorrer destes dias o homem foi ajudado pelos populares. Depois de bastante insistência por parte do homem, o rei atendeu ao seu pedido. Primeiro, o rei negou completamente, mas depois aceitou. O rei entregou um recado ao homem para este o entregar futuramente ao capitão no intuito de lhe oferecer um barco. Como não havia marinheiros para acompanhar o homem, a mulher de limpeza prontamente se disponibilizou a ir. Depois, nos dias próximos da partida, um grupo de homens resolveu acompanhá-lo pensando que iriam ter uma vida melhor.

A viagem decorreu normalmente. Depois de muito tempo sem avistar terra, pediram ao homem do leme para atracar na próxima terra que avistasse. Com a agitação da saída dos marinheiros, furaram-se os sacos que transportavam terra e as sementes e as árvores espalharam-se. Seguidamente, as plantas cresceram e apareceram pássaros. O barco, então, parecia uma autêntica ilha. O marinheiro e a mulher da limpeza pintaram na proa do navio "A Ilha Desconhecida", tendo, deste modo, encontrado a tão procurada ilha.

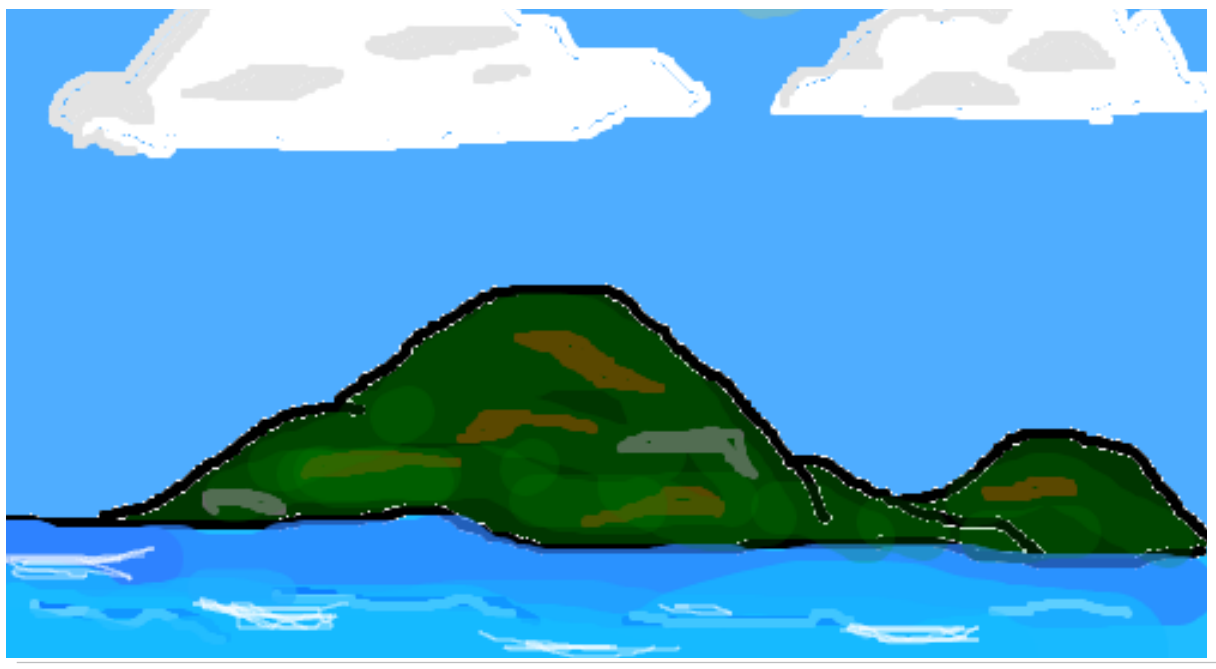
Apesar de ser uma história simples, o autor aproveita para suscitar uma reflexão sobre a estratificação social, mostrando que o rei não se preocupa muito com o povo, já que apenas atendeu o homem passados três dias e só o aceitou depois de alguma insistência. Além disso, sabe-se que estava muito tempo na porta dos obséquios e raramente estava na porta das decisões, que era onde devia estar. Pode representar portanto a aristocracia ociosa. Esta ideia é reforçada pela referência irônica à quantidade de pessoas envolvidas para conceder um pedido. No entanto, dá uma grande importância às mulheres do povo, uma vez que é a mulher da limpeza que atende a porta das petições. De igual modo, destaca a união formada entre o homem do leme e a mulher da limpeza, pois ele ajudava-a nos serviços desta e um dia acordou na mesma cama que ela. Além disso, é inegável a simbologia da ilha que representa a necessidade demonstrada pela mulher e o homem de conhecer o desconhecido e do mesmo modo, o refúgio onde a vontade se desprende da consciência.

Termina a leitura, inicia -se mais uma viagem. Todo o homem viajará enquanto for capaz de sonhar.

> "Quem foi que te disse, rei,
> que já não há ilhas desconhecidas, E que ilha desconhecida é
> essa de que queres ir à procura, Se eu to pudesse dizer, então não seria desconhecida [...]
> Não te peço marinheiros nem
> piloto, só te peço um barco, E
> essa ilha desconhecida, se a
> encontrares, será para mim,
> A ti, rei, só te interessam as
> ilhas conhecidas, Também me
> interessam as desconhecidas
> quando deixam de o ser, Talvez
> esta não se deixe conhecer,
> Então não te dou o barco"
> (p.22-23)



O Conto da Ilha Desconhecida
José Saramago
2015
Porto Editora



José Saramago - 20 anos de nobel

José de Sousa Saramago nasceu no dia 16 de novembro de 1922 na Azinhaga, Golegã. No entanto, o seu registo oficial mencione que nasceu no dia 18. O nome "Saramago" não pertence ao seu nome original, mas este foi-lhe atribuído porque a sua família tinha a alcunha de uma planta que servia para alimentar os pobres.

João Venâncio- 7ºB

Saramago migrou com os seus pais para Lisboa,com apenas dois anos de idade, não deixando de ir inúmeras vezes à sua terra natal. Acabou o liceu e continuou os estudos secundários e técnicos e por dificuldades económicas não pode prosseguir.

O seu primeiro trabalho foi como serralheiro mecânico, tendo desempenhado outras profissões, como desenhador, funcionário de saúde e de previdência social, tradutor , editor e jornalista.

Publicou o seu primeiro livro, um romance , intitulado " Terra do Pecado ", em 1947 e esteve 19 anos, até 1966, sem publicar livros. Entretanto, trabalhou durante 12 anos numa editora, onde exerceu o cargo de diretor literário e produtor e colaborou como crítico literário numa revista, Seara Nova.

Em 1972 e 1973, fez parte da redação do jornal Diário de Lisboa, onde foi comentador político e coordenador, durante um ano .

Pertenceu à primeiro Direção da Associação Portuguesa de Escritores e de 1985 a 1994 teve o cargo de Presidente da Assembleia Geral da Sociedade Portuguesa de Autores. Entre abril e novembro de 1975 foi diretor-adjunto do jornal Diário de Notícias. A partir de 1976 , passou a viver do seu trabalho literário , em primeiro como tradutor e depois como autor .

José Saramago casou com Pilar del Río em 1988. Em fevereiro de 1993, na sequência de uma polémica, em 1992, que impediu o seu livro O Evangelho Segundo Jesus Cristo, de ser candidato a prémio nobel, por ter sido politicamente vetado, decidiu repartir o seu tempo entre duas residências, a habitual em Lisboa e a outra residência na ilha de Lanzarote, no arquipélago das Canárias. Recebeu, em 1998, o Prémio Nobel da Literatura. Recebeu também em 1995 o prémio Camões. José de Sousa Saramago faleceu no dia 18 de junho de 2010.

A grandeza da inocência

Juan Pablo Etcheverry adaptou e dirigiu a animação "A maior flor do mundo" a partir da obra de José Saramago, incluindo o escritor do livro como

Carolina Batista, Inês Oliveira - 8ºB - Iolanda Veiga - 10ºA

narrador.

De uma forma simples, o autor faz com que o espectador reflita sobre a relação existente entre o Homem e a Natureza, sobretudo explorando o contraste entre espaços, já que na parte explorada pelo Homem apenas existem terrenos secos ou terrenos em obras e, na parte que o homem não devastou existe um terreno com muita vegetação e um rio. Mostra-se, então a oposição entre uma parte saudável e com vida e outra completamente degradada. É de referir neste sentido também o modo como são escolhidas as cores e colocadas ao serviço da mensagem que se quer transmitir. O verde, o azul e o amarelo do campo, rio e flores de um lado e o cinzento do outro. Os únicos elementos coloridos do lado explorado pelo homem são os cartazes que anunciam uma vila ecológica.

Ao vermos a animação, é inevitável pensar que se o homem tratar com o devido valor a natureza ela também lhe irá fornecer o que ele necessita e protegê-lo-á. A história criada por Saramago demonstrou isso mesmo através do comportamento do jovem. Este encontrou uma flor e reparou que esta estava murcha, teve o gesto de ir buscar água e mesmo que a tenha trazido "pinga a pinga" , este foi suficiente para que a flor renascesse, já que de forma incansável fez o trajeto as vezes que foram necessárias. Assim, esta renasceu com esse gesto e, quando o rapaz adormeceu vencido pelo cansaço, tendo-se colocado debaixo da flor, esta, retribuindo o favor, curvou-se e tapou-o com uma das suas pétalas, onde ficou até que os pais o encontraram.

Assim, este ato do rapaz foi "muito maior do que o seu tamanho, do que todos os tamanhos" .

João Cabrita entre as linhas de Saramago

No dia 14 de dezembro, decorreu, na biblioteca da escola-sede do Agrupamento de Escolas Abade de Baçal, uma palestra sobre o "Ano da Morte de Ricardo Reis", de José Saramago, que teve como orador o professor João Cabrita, cuja tese de mestrado versa examente sobre esta obra.

A conferência teve o intuito de elucidar os ouvintes em relação a este livro e dar a conhecer melhor os contextos e as razões pelas quais despontou, fazendo com que todos ficássemos mais familiarizados com a obra que iríamos estudar.

Francisco Esteves, 12ºB

A forma ilustre e competente como conduziu a conferência foi, sem dúvida, determinante para o enriquecimento de conhecimento em relação ao tema em causa, pois conseguiu captar em grande parte dos momentos a atenção do público, devido, principalmente, ao modo como aprofundou várias temáticas, nomeadamente, o contexto sociopolítico daquela época (década de 30 do século XX), a intertextualidade tipicamente saramaguiana, com destaque para a epopeia camoniana, para a obra "Conspiração", de Tomé Vieira ou, ainda, para o conto de Jorge Luís Borges que acompanha o protagonista do príncipio ao final da obra – "the God of Labirynth", de Herbert Quain. Referidos foram, também, o retrato de Lisboa como imagem de um país dominado pelo regime salazarista, e, sobretudo, certos aspetos dos principais intervenientes da ação: o protagonista, as figuras femininas que com ele se relacionam e Fernando Pessoa. Assim, a sessão fez com que adquiríssemos conhecimentos extra, alguns dos quais, provavelmente, não necessitaremos no momento de estudo da obra, mas que, ainda assim, podem ser úteis um dia mais tarde e, além disso, são referências que enriquecem culturalmente.

Com efeito, a expressividade e a linguagem clara e precisa, por parte do palestrante, foram características tidas em conta de modo a que não se gerassem ambiguidades perante um público que desconhecia grande parte dos traços do objeto aludido. Assim sendo, tanto estas particularidades do seu discurso como também o entusiasmo discursivo fizeram com que o público estivesse sempre atento e registasse diversas informações.

Portanto, aquela hora em que João Cabrita nos deu a conhecer melhor uma das obras mais célebres de José Saramago foi, claramente, fulcral para uma melhor compreensão no momento de estudo da mesma, já que a palestra, no meu ponto de vista, foi bastante elucidativa.

João Cabrita é licenciado em Filologia Românica pela Faculdade de Letras da Universidade Clássica de Lisboa, Mestre em Didática da Língua e Literatura Portuguesas pela Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro e Doutorado em Filologia Portuguesa pela Universidade de Salamanca.

&outrasartes

O som e algumas das suas particularidades

alunos do 11ºA, sob a orientação do professor da disciplina de Física e Química A, Manuel Cordeiro.

O som é o resultado da perturbação de um meio físico por uma fonte emissora. Quando uma fonte transmite energia às partículas do meio, estas vibram. Por exemplo, quando uma corda vibra, a vibração é transmitida às partículas do ar à sua volta, que por sua vez perturbam as suas vizinhas e assim sucessivamente, propagando-se o som em todas as direções.

Na figura 1, são visíveis as zonas de compressão e as zonas de rarefação das partículas, quando o som se propaga.

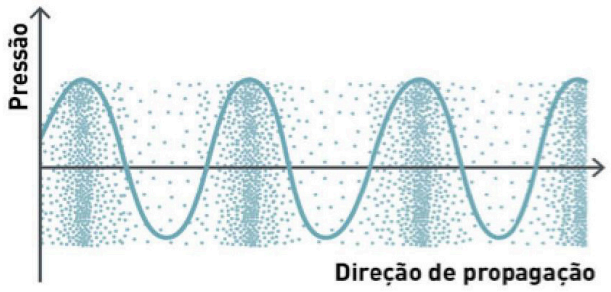


Figura 1: Gráfico da propagação do som no ar. As partículas vibram à volta de uma posição média e transmitem a energia às suas vizinhas.

O som propaga-se com maior velocidade e a distâncias mais longas em meios sólidos do que em meios gasosos, porque nos primeiros as partículas estão mais organizadas e compactadas, logo a interação entre as partículas é mais rápida e há uma menor perda de sinal, por dissipação de energia. Quando nos filmes do Far West, os índios, colocam a cabeça no chão, para ouvir o som propagado pelo solo, prevendo a chegada da cavalaria, que não se vislumbra no horizonte, estamos perante a propagação do som através de um meio sólido.

Para caracterizar um som, é necessário conhecer a sua altura e a sua intensidade. A altura de um som está relacionada com a sua frequência e mede-se em Hertz (Hz). Um som de elevada frequência é um som alto, ou agudo. Um som de baixa frequência é um som baixo, ou grave. O ouvido humano é sensível a sons com frequências compreendidas entre os 20 Hz e os 20 000 Hz. Durante séculos houve a perceção, errada, de que os sons produzidos eram, somente, aqueles que o Homem poderia ouvir. Hoje sabemos que as baleias e os elefantes comunicam entre si com frequências abaixo dos 20 Hz (infrassons) e os morcegos conseguem desviar-se de obstáculos usando frequências acima dos 20 000 Hz (ultrassons). Na figura 2 comprova-se que o ser humano, não abrange toda a gama de frequências sonoras.

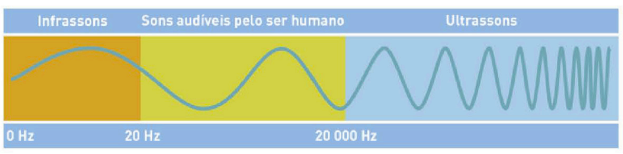


Figura 2: gráfico do espetro sonoro.

A intensidade do som está relacionada com a energia transferida pela fonte sonora e é tanto maior quanto maior for a amplitude da onda sonora. A amplitude define-se como a diferença de pressão entre a ausência de som (linha de equilíbrio) e a pressão máxima ou mínima a que se podem sujeitar as partículas de um meio. Um som forte é mais volumoso ou mais intenso e a amplitude da respetiva onda é maior do que a onda de um som fraco. Na figura 3 são apresentadas duas ondas sonoras e a mais intensa é a que tem associada a amplitude maior (A1). A unidade de medida do nível sonoro é o decibel (dB) e o aparelho de medida é um sonómetro. Na figura 4 apresenta-se a fotografia de um modelo de um sonómetro.

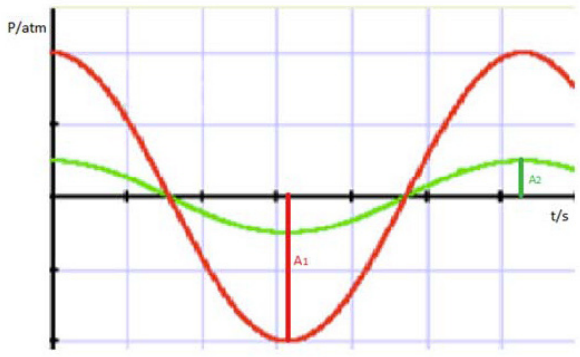


Figura 3: Gráfico da amplitude de duas ondas sonoras.

Figura 4: Fotografia de um sonómetro.

Na tabela 1 (ver caixa no fundo da página), apresentam-se valores que permitem compreender a escala de decibéis, relacionando-a com situações do nosso quotidiano.

A amplitude do som diminui à medida que a distância à fonte aumenta, pois a área de propagação aumenta com a distância, conforme se pode comprovar na figu

Fonte

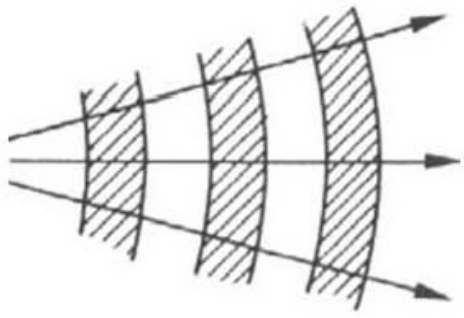


Figura 5: Direções de propagação da onda sonora a partir da fonte.

A energia transmitida a uma partícula é depois transferida para as suas vizinhas, sendo partilhada por mais partículas, diminuindo a sua vibração e consequentemente a intensidade do som. Sempre que a distância à fonte duplica o nível de intensidade sonora baixa 6 dB.

O aparelho que permite estudar o som é o osciloscópio. Na figura 6, apresenta-se a fotografia de um modelo existente no Agrupamento de Escolas Abade de Baçal.

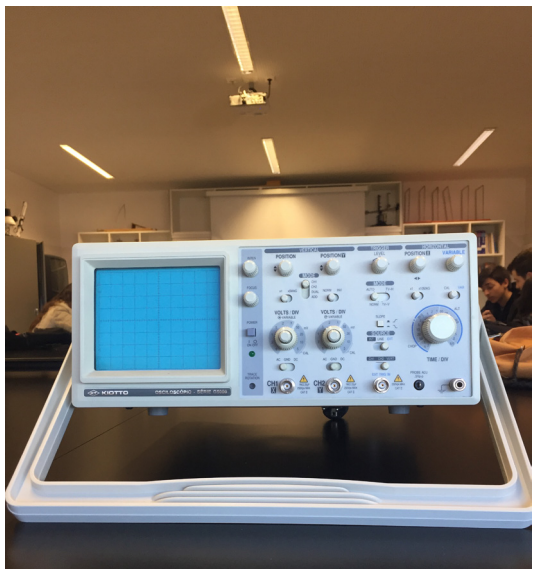


Figura 6: fotografia frontal de um osciloscópio.

O osciloscópio é um aparelho elétrico e, por isso, é necessário transformar o som, sinal mecânico, em sinal elétrico. Para isso é usado um microfone. Assim, o som emitido por uma fonte, pode ser "observado" num ecrã

Situação	Nível sonoro / dB
Numa Biblioteca	20 – 30
Conversação normal a 1 –1,5 m	40 - 60
Aspirador	70
Trânsito citadino (dentro da viatura)	80 - 92
Metro a 60 m	95
Nível sonoro, cuja exposição prolongada, pode causar danos auditivos	90 - 95
Mota	105
Limiar da dor	120
Motor de um avião	120
Martelo pneumático a 1,0 m	130
Nível sonoro sob o qual uma curta exposição causa danos irreversíveis	140
Motor de um avião ao descolar	150

Tabela 1: nível de intensidade sonora média, para situações do nosso quotidiano

de osciloscópio e estudado.
Hoje, com a tecnologia ao nosso dispor, são usados dispositivos baseados no conhecimento e características do som, como o sonar, sensores de estacionamento, ecografias, etc. Estes dispositivos baseiam-se no eco, fenómeno explicado pela reflexão do som emitido pela fonte, quando atinge uma superfície.
O som pode ser sujeito a fenómenos curiosos como a ressonância. A caixa de ressonância de uma viola baseia-se neste fenómeno.
Há cantores que emitem sons muito agudos, cuja frequência coincide com a frequência de vibração de cristais. Quando acontece, surge o efeito cumulativo da ressonância, o qual pode levar à quebra do cristal. Nesta situação não é a intensidade sonora, mas a frequência do som que provoca o fenómeno. O filme que se encontra no seguinte URL é elucidativo:
https://bit.ly/2M3jv8l

O fenómeno da ressonância provocado pelo vento numa ponte, resultou na catástrofe filmada e colocada no URL seguinte:
https://bit.ly/1ezGp5x

Os militares conhecem o fenómeno da ressonância há muitos séculos. Havia instruções, desde os romanos, para as legiões não marcharem sincronizadas, quando atravessavam pontes, com o intuito de prevenir as situações de ressonância.
Há ainda fenómenos como a reverberação, que não é mais do que a reflexão do som, mas em diferentes direções, provocando um aumento do ruído numa sala. As salas de espetáculos têm materiais que absorvem o som em vez de o refletir, para diminuir a reverberação e os espetadores se focarem somente no som dos espetáculos.
Numa sala de aula podem ocorrer situações de alguns alunos falarem com baixo volume sonoro, contudo a reverberação e a ressonância provocam um ruído de fundo, que dificulta a comunicação.
Como se pode verificar, a importância das regras de comunicação numa sala de aula pode ser explicada pela Física.

Mário Laginha
"Trabalhar é um prazer"

entrevistado por João Venâncio, 8ºB

Mário Laginha é um famoso pianista e compositor português. Nasceu no dia 25 de abril de 1960 em Lisboa. Formou-se em música e terminou-o com a classificação máxima.Dedica-se atualmente à área do jazz. O trio Mário Laginha, que engloba o próprio, o saxofonista inglês Julian Arguelles e o baterista norueguês Helge Andreas Norbakken atuaram no dia 11 de outubro no Teatro Municipal de Bragança às 21:30.

Como surgiu a sua paixão pela música, pelo piano e pelo jazz?
Eu comecei a tocar piano quando tinha cinco anos porque, sabes, o meu pai queria fortemente que eu e o meu irmão tocássemos um instrumento, e eu escolhi o piano. Quanto à minha paixão pelo jazz, esta surgiu quando tinha cerca de 18 anos, mais propriamente, quando ouvi pela primeira vez Keith Jarrett. Adorei a sua música e continuei esta paixão.

Há quanto tempo se dedica ao jazz e ao piano?
Ao piano dedico-me há 53 anos e ao jazz, fazendo as contas, há 40 anos.

Quanto tempo toca por dia?
Isso depende, meu caro. Houve uma fase, quando eu estava a estudar e a tirar o curso, que estudava o dia todo, cerca de 8 horas. Assim que acordava, ia estudar e só interrompia para almoçar, depois para jantar e só parava quando o meu pai me batia na parede porque já não aguentava mais o barulho (riso). Agora é diferente, trabalho consoante o que preciso, também gosto de escrever música e, às vezes, não estou propriamente a estudar piano, mas estou sentado ao piano a escrever e, portanto, toco. Eu dedico à música em casa sempre bastantes horas, mas já não estou sempre a tocar piano. Estou ao piano e ao computador.

Para alcançar o seu sucesso atual, em que se inspirou?
Sim, sabes, eu gosto de vários tipos de música e as músicas brasileiras, clássicas e africanas foram influentes, mas também o rock e o pop que eu ouvia. Há grupos de que eu gosto e sempre achei que tinha que deixar que essas influências entrassem "sem filtro", se eu gosto, não há problema que influenciem e, portanto, eu acho que o motor principal é haver paixão no que se faz de corpo e alma. E eu acho que tenho um feitiço e que isso tem ajudado porque, para já, faço o que gosto e ganho a vida com o que gosto; é um privilégio porque há muitas pessoas que passam a vida a fazer as coisas de que não gostam. No meu caso, tudo se torna mais fácil. Eu só me tornei estudioso realmente quando estava a estudar coisas de que gostava, quando não gostava, a coisa doía mais (riso).

Com quem ainda não trabalhou e gostaria de o fazer, refiro-me, por exemplo, a músicos ou bandas?
Eu sou pianista. Tenho feito vários trabalhos com outros pianistas e normalmente, faço-os com músicos de que gosto. Por muito estranho que pareça não tenho assim o "fetiche" de tocar com alguém em especial. É claro que há várias pessoas com quem gostaria de tocar, mas não basta tocar com um músico, é fundamental a música que se faz, mas tem de haver empatia com as pessoas para que o trabalho dê, e, portanto, muitas das vezes quando me cruzo com alguém de quem gosto, penso que gostaria de fazer um trabalho com ele, mas acho que não tenho ninguém sobre o qual pudesse dizer"gostava mesmo de tocar com ele!".
O importante é que há músicos maravilhosos em Portugal e fora deste. O Julio Helgan foi um músico com o qual eu comecei a tocar há alguns anos e sempre que penso nele digo "isto é um milagre e eu gosto tanto dele".

Tem algum disco a sair para o mercado brevemente?
Eu gravei com a Orquestra Gulbenkian um concerto que compus para clarinete, e há-de sair um disco com esse repertório, mas isso ainda tem que ser misturado, ainda vai demorar uns meses, mas vai sair (riso), e nós (banda) estamos a pensar gravar outro disco, provavelmente para a " Edition Records".

A sinfonia dos sons

Carolina Batista- 8ºB

De manhã, ao sair de casa, reparei num som suave que se manifestava no lado esquerdo da estrada….. Não era a primeira vez que o ouvia, mas nunca como nesse dia.

Os sons estão, de facto, espalhados por toda a parte, embelezando cada minuto da nossa vida. É a chuva que cai lá fora enquanto nos aquecemos no sofá e o fogo crepita na lareira, ou o granizo que bate à janela. São os animais a tentar esconder-se do frio em que o vento e a neve os envolve durante o inverno de Trás-os-montes, ajudando a embalar os nossos sonhos de crianças. Quem não recorda com saudade o som dos passos na neve ou das "plotadas" que animam os dias em que a neve pintou de branco o chão.
A terra, que é o nosso suporte de vida, treme a cada minuto de ódio que cada pessoa exprime, e manifesta-se em sismos, alguns fortíssimos cujos sons sugerem cenários apocalípticos. Quem não recorda os sons do tilintar de vidros, do deslizamento de móveis, da queda de paredes, do desmoronar de pontes e de casas, e do abatimento de estradas, vividos presencialmente ou através de imagens de arquivo ou de filmes ou de livros? Mas nem só os sismos são manifestações da Terra. Também os trovões são uma maneira de o céu nos mostrar os gritos de dor.
Há sons que têm efeitos terapêuticos e ajudam a nossa mente a relaxar, diminuindo a ansiedade. A maior parte deles estão na natureza, embora por vezes sejam replicados em estúdio. Estes sons têm o efeito de afetar o nosso cérebro de uma forma subconsciente, causando uma sensação de serenidade, alegria e felicidade. O som da água de um rio a correr, o canto suave dos pássaros, o baloiçar sereno das árvores são alguns deles.

O som em símbolos

Carolina Teixeira- 8ºB

No mundo musical existem variados símbolos musicais: as linhas, as figuras e pausas,as marcas de interrupção, as claves.

As figuras musicais são várias: a máxima com a duração de 32 tempos, a longa de 16 tempos, a breve de 8 tempos, a semibreve, com o valor de quatro tempos, a mínima, com o valor de dois tempos, a semínima, com o valor de um tempo, a colcheia que vale meio tempo, a semicolcheia, com a duração de um quarto do tempo, a fusa com um oitavo de um tempo, a semifusa que dura metade de uma fusa, ou seja, 0,0625 do tempo, a semifusa com 0,03125 e a quartifusa ou tremifusa com a duração de 0,0078125 do tempo.
Cada figura musical tem associada uma pausa musical. Assim sendo, as pausas musicais são: a pausa de máxima com a duração de 32 tempos, a pausa de longa de 16 tempos, a pausa de breve de 8 tempos, a pausa de semibreve, com o valor de quatro tempos, a pausa de mínima, com o valor de dois tempos, a pausa de semínima, com o valor de um tempo, a pausa de colcheia que vale meio tempo, a pausa de semicolcheia, com a duração de um quarto do tempo, a pausa de fusa com um oitavo de um tempo, a pausa de semifusa que dura metade de uma pausa de fusa, ou seja, 0,0625 do tempo, a pausa de semifusa com 0,03125 e a pausa de quartifusa ou tremifusa com a duração de 0,0078125 do tempo.
Cada linha de uma pauta musical corresponde uma nota que depende de clave para clave. A clave mais utilizada é a de sol e a segunda é a de fá. A clave de Sol é usada para guiar nos instrumentos de som agudo, como o trompete, a clave de Fá é usada nos instrumentos graves, como por exemplo, viola-baixo e a clave de dó é utilizada em instrumentos de sons médios, como a viola-de-arco. Também existe a clave de percussão que é utilizada em para instrumentos sem altura definida, geralmente instrumentos de percussão.
As duas marcas de interrupção mais conhecidas são a marca de respiração, usada para indicar o momento correto de fazer uma pequena pausa antes da próxima nota e a censura, que indica ao músico que deve silenciar o seu instrumento antes de tocar a próxima nota.

Alunos do Agrupamento premiados

Lia Pascoal Meireles, aluna do 6.º B, da Escola Augusto Moreno, venceu o 1.º prémio do concurso "Quadras de S. Martinho com Ilustração", na categoria 2.º ciclo, promovido pela Câmara Municipal de Bragança.

Departamento de Línguas Estrangeiras

Recebeu de prémio um cheque-brinde no valor de 100€, em cerimónia realizada a 3 de novembro de 2018, no NERBA.

O Gabriel Pires Costa, do 6.º B, Escola Augusto Moreno, venceu o primeiro prémio do concurso literário Conto de Natal 2018, na categoria 2.º ciclo, dinamizado pela Câmara Municipal de Bragança.

O prémio foi um vale no valor de 100€ destinado à aquisição de material didático/pedagógico.

A Rafaela Filipa Freixo Cavaleiro, 5.º B, foi distinguida com uma Menção Honrosa.

Parabéns aos vencedores!

Eleita nova Associação de Estudantes

No dia 19 de outubro, realizaram-se as eleições para a Associação de Estudantes na Escola Secundária Abade de Baçal, tendo a Lista X saído vitoriosa, com uma vantagem de 52 votos sobre a Lista Z.

Inês Oliveira e Carolina Teixeira, 8ºB

Raquel Silva impediu, assim, a recondução de Daniel Ramos e tornou-se a presidente da Associação durante o próximo ano letivo.

Assim sendo, a direção da atual Associação de Estudantes é formada pelos vogais: Marlene Costa, Anaísa Moreira, Marta Pires e Gonçalo Pires, o tesoureiro é João Vitor, o secretário Tiago Cerqueiro, as vice-presidentes: Juliana Gonçalves e Bruna Meirinhos e Raquel Silva como presidente.

O dia da eleição foi precedido por uma animada campanha eleitoral que teve o seu auge no dia 17 de outubro, no qual, durante todo o dia, decorreram atividades variadas que mostraram aos alunos a força e capacidade de organização e de mobilização de cada uma das listas.

Durante a manhã, estiveram no recinto os rappers Fuse e dj Cunho, convidados pela Lista X, e Waze, Young, por intermédio da Lista Z.

À hora de almoço, ambas as listas ofereceram almoço aos estudantes.

Durante a tarde, a Lista X trouxe alguns artistas e o grupo de dança denominado big brothers. Por sua vez, a Lista Z convidou o Estraca. Ambas as listas realizaram desfiles nas suas campanhas, o da Lista X às catorze horas e trinta minutos e o da lista Z às quinze e trinta. Em ambos participaram cerca de duas dezenas de alunos.

Em suma, as listas fizeram uma excelente campanha, tendo sido um ano com umas eleições muito renhidas.

Pai:

Vestido com um xaile de seda brilhante e acetinado, chega o dia 23 de janeiro de 2019 enrolado numa melodia de poentes de oiro e de amor.

No gigantismo da palavra pai inscreve-se o nome José Tiago.

A palavra pai é limpidez, maciez e conforto.

Indiscutivelmente, o meu pai é o baluarte do clã Tiago, que com chispas de brilho, inteligentemente nos ensinou o respeito e a união familiar.

O meu pai tem a nobreza da dignidade, da honestidade, do humanismo, da coragem, da ternura inscrita em "hinos" à família e ao próximo.

Orgulhosamente, com pepitas de luz traçou a sua caminhada, por entre fados e desfados, conseguindo sempre, sabiamente, afastar os remoinhos das vicissitudes coadjuvado pela esmerada e bonita Clotilde.

O meu pai é um mágico aroma, nascente de coragem, versos harmoniosos e afagos de poesia, no nosso quotidiano.

Pai é como uma écharpe, que com a sua leveza, transparência e fluidez, magistralmente nos aconselha e nos guia, representando uma sinfonia de fortes bagos de afetos instalados nos nossos corações.

Pai são constelações de estrelas, são odores indescritíveis, são tempos de felicidade, de contentamento, de otimismo, de sorrisos acesos que desafiam qualquer modalidade de assimetrias.

Pai é uma força superior que nos move, são as doze badaladas como garantia de sorte, numa aberta generosidade patenteada em foguetes de alegria e talento.

Pai são letras de oiro, bastião de fórmulas de amor e responsabilidade, que moram no coração dos filhos Fernandinha e Jorge.

O José Tiago é um tapete mágico soprado pelas brisas da espiritualidade, de renovação, fecundado de esperança e de imensurável carinho nas vidas dos netos Eduardo, Carolina, Francisco e João.

Na magnanimidade do José Tiago também estão bordados a pedrarias raras e vultos de luz a Raquel, a Daniela e o Luís Miguel.

Ainda nesta sonata familiar, o meu pai valoriza de forma acolhedora, com acordes de afetividade e compatibilidade a Maria Manuela e o Carlos Alberto.

Neste aniversário do José do Nascimento Tiago com filamentos de amor e união ergamos, em uníssono, as flutes de champagne.

Parabéns da
Família que te adora.
Fernanda Tiago

Inspiring Future – Futuro inspirador? O Centro Qualifica deseja que sim!

Tendo sempre como horizonte a preparação dos nossos alunos para o futuro, o Centro Qualifica, em colaboração com o Serviço de Psicologia e Orientação, levou a cabo, pelo 4.º ano consecutivo, a iniciativa intitulada de Inspiring Future. Com ela e através dela procuramos informar, esclarecer e consciencializar os alunos do ensino Secundário, em particular os do 11.º e 12.º ano, da importância da tomada de decisão consciente e responsável, aquando da escolha do seu percurso formativo no ensino superior.

Ana Meirinhos/Manuel Trindade
(Equipa do Centro Qualifica)

Esta ação, dada a sua importância e o número de turmas envolvidas, exige sempre um trabalho de planificação prévio, pelo que, desde a aprovação do evento pela direção do agrupamento até a concretização da ação muitos foram os atores envolvidos dos quais se realça o papel dos diretores de turma do ensino secundário na articulação e compatibilização dos horários de forma a garantir a participação de todos no evento.

O Inspiring Future decorreu na sede do Agrupamento de Escolas Abade de Baçal, na manhã do dia 05 de novembro, entre as 8h30 e as 13h30. Nesta iniciativa, em formato de roadshow, decorreram várias atividades paralelas, das quais destacamos:

•Sessão "Acesso ao Ensino Superior" – para todos os alunos a frequentarem o 12º ano (nos cursos Humanístico Científicos, Curso Profissional e Curso de Educação e Formação de Adultos). Esta sessão foi muito dinâmica e segundo o feedback de alguns alunos muito esclarecedora e orientadora para os "passos" a ter em conta para o ingresso ao ensino superior, expondo também as diversas opções de saída pós-secundário.

"Nenhum projeto é viável se não começa a construir-se desde já: o futuro será o que começamos a fazer dele no presente"
Içami Tiba.

•Sessões de "Ensino Superior" divididos em vários blocos temáticos, como por exemplo, "Ciências & Engenharias", "Ciências Sociais & Humanas" e "Economia & Gestão". Os alunos podem assistir às apresentações das ofertas educativas das instituições de ensino superior que considerem de maior interesse para a concretização do seu futuro.

•Workshops – "A melhor decisão é tua! e Sai da Bolha ou a Vida faz-te a Folha!", focados para um modelo de tomada de decisão vocacional, para que os alunos tomem as suas decisões de forma mais ponderada e consciente, num mundo cada vez mais em mutação, exigindo uma grande proatividade, flexibilidade e adaptação.

•Espaço de expositores: no átrio/acesso à Biblioteca encontravam-se pequenos stands de alguns estabelecimentos de ensino superior português e estrangeiro. Os expositores estiveram disponíveis toda a manhã, contactando diretamente com os alunos que visitavam estes stands, sendo um espaço de procura de informação.

Esta ação é dinamizada por uma equipa proativa e muito empreendedora, que têm o cuidado de adequar o seu vocabulário e até mesmo as suas vivências ao público-alvo, havendo uma grande interação entre formador e alunos o que facilita a partilha de informação. A avaliação que fazemos, a partido do feedback obtido, quer de alunos quer de alguns professores, é de que esta iniciativa se reveste de enorme interesse e como tal deveria ser replicada nos anos seguintes, pois "acicata" os alunos para uma "mudança de vida", tanto para aqueles que querem progredir os estudos como para os que optam por ingressar no mercado de trabalho. Se é atrativa, se tem muita adesão, se provoca nos alunos a reflexão, pois continue a realizar-se. Os alunos agradecem e nós teremos todo o gosto em ajudá-los a fazer a sua escolha.

Olhar o futuro

No decorrer do primeiro período, os alunos do 12º ano tiveram a singular oportunidade de participar nas atividades proporcionadas pela Associação Inspirar o Futuro, cujo projeto atua a nível nacional, em todos os distritos de Portugal Continental, em mais de 200 escolas secundárias.

Daniela Fernandes e
Patrícia Garcia - 12ºA

Em que é que consiste? Os alunos inscrevem-se consoante os seus interesses pessoais em workshops opcionais - Tomada de decisão, proatividade, mercado de trabalho, entre outros – os quais funcionarão como um orientador.

Por conseguinte, as sessões oferecem uma visão mais concreta relativamente ao acesso ao ensino superior, uma vez que são fornecidas informações e apoios que facilitam, deste modo, a construção do projeto de vida e de carreira dos alunos. Através de uma linguagem familiar e intervenções cómicas, a equipa do "Inspiring Future" esclarece questões relativamente ao "bicho de sete cabeças" que é o ensino superior, como por exemplo "Como me posso candidatar?" e "O que preciso de fazer?". Assim, este "nó" é transfigurado para um simples fio.

Nesse sentido, as atividades supracitadas ajudaram os alunos a refletir sobre a decisão que terão de tomar, as consequências desta e os métodos para executar a mesma. Segundo a perspetiva de uma aluna que esteve presente no evento em causa: "Estas palestras mostram o caminho da árdua decisão a tomar -"Qual o curso que nos irá satisfazer e como nos podemos candidatar a este"-, sendo assim mais fácil vislumbrar assertivamente o nosso futuro académico."

Línguas, Literaturas e Culturas na FLUL

Mara Vaz (ex-aluna da escola) e Margarida Morais

O curso de Línguas, Literaturas e Culturas é um curso que apresenta várias vertentes na faculdade de Letras da Universidade de Lisboa. Não se precisa de obrigatoriamente gostar de uma determinada área de estudo exclusivamente, uma vez que o NUCO oferece a oportunidade de escolher diversas áreas de estudo bastante abrangentes de modo a que se consiga perceber o que realmente se gosta, desde línguas e linguística a diferentes épocas literárias e diversas culturas.

O NUCO é o Núcleo de Unidades Curriculares Obrigatórias e corresponde a 60 ETCS (créditos) composto por 3 cadeiras obrigatórias—O Estudo das Culturas, o Estudo da Linguagem Humana e o Estudo da Literatura—assim como 3 níveis da mesma língua estrangeira escolhidas pelo próprio estudante de uma lista abrangente que a faculdade oferece como Inglês, Italiano, Francês, etc… Ainda dentro do NUCO escolhe-se 4 cadeiras de uma lista e nessa lista existe uma grande diversidade de opções, onde se inserem áreas como cultura, linguística, literatura, arte, filosofia, comunicação e história. É possível escolher fazer todo o NUCO no primeiro ano de faculdade, como é o meu caso, ou ir fazendo estas unidades curriculares obrigatórias ao longo dos 3 anos de estudos que o estudante ainda tem pela frente.

Todavia, isto não é o mais apelativo de LLC. O que capta mais a atenção são os 120 ECTS que ainda têm de ser completados, totalizando os 180 ECTS necessários para completar a licenciatura. Estes 120 ECTS podem ser preenchidos com Majors, Minors ou Opções Livres. O sistema de Majors e/ou Minors permite que acabes a licenciatura com uma especificação nas mais variadas áreas oferecidas pela faculdade como, Estudos Ingleses, Arqueologia, Artes do Espetáculo, Edição, História, Tradução, entre muitos outros. Caso ainda não se saiba a área em que se quer obter uma especificação existem as Opções Livres, essas são infinitas, dão a possibilidade de fazer cadeiras de qualquer curso/área que exista na faculdade de letras. Existe, inclusive, uma unidade curricular chamada Ficção Científica e Fantasia de Expressão Inglesa onde se estuda as obras de J. K. Rowling, J. R. R. Tolkien, George R. R. Martin na literatura fantástica e a importância de Star Wars na Ficção Científica. Já para os amantes de línguas, este curso permite que se faça até 4 línguas estrangeiras da lista que a faculdade disponibiliza—o que para ser honesta são muitas.

Os professores universitários não são tão rígidos como alguns professores de secundário os fazem parecer. Os primeiros estão lá para vos ajudar em tudo o que possam, desde disponibilizarem o material que os alunos necessitam para estudar a fazer tutoriais para aqueles que tiverem dúvidas. Nada a temer com horários que não sejam agradáveis para o estudante porque cada um fica encarregue de fazer o seu para além de que muitas unidades curriculares apresentam diferentes turnos ou turmas com professores diferentes. Contudo, uma decisão tem de ser feita: ter aulas de 2 horas seguidas ou ter furos entre as aulas. Uma peculiaridade da FLUL é que não há horas de almoço ou intervalos, por isso, os estudantes são obrigados a escolher entre ter 4 a 6 horas de aulas seguidas ou intercalar as aulas com furos também de 2 horas. Daí que não haja problema em chegar atrasado ou sair a meio da aula, se bem que há professores que não veem com bons olhos um aluno chegar meia-hora atrasado e sair 1 hora mais cedo.

Relativamente às faltas, há professores que se importam com as presenças e contam mesmo a assiduidade para a nota final da cadeira, já que na FLUL não há exames obrigatórios e a avaliação trata-se de uma avaliação contínua com trabalhos, debates, frequências (testes), apresentações orais e outros elementos de avaliação ao longo do semestre. Há outros professores que não requerem a presença do aluno para a avaliação—mas nada de abusar com as faltas para ficar a dormir ou para ficar a conviver com amigos num dos bares da faculdade. É também graças a esse tipo de avaliação que os estudantes flulianos desfrutam de 1 mês de férias entre os semestres e de 4 meses de férias de verão, porém isto pode vir a mudar caso o diretor da faculdade implemente o temido Calendário Perpétuo—que consiste em 11 meses de aulas e 1 mês de férias, visto que impõe um terceiro semestre no verão.

Os alunos mais velhos também estarão lá para ajudar, desde dar feedback de uma cadeira e de um professor a fornecer apontamentos e materiais de estudo. Eles não são bichos de 7 cabeças, pelo menos na minha faculdade não são. Eles criam um ambiente em que é possível abordá-los sem qualquer problema e vais-te ver obrigado a falar com muitas pessoas de 2.º/3.º ano, caso decidas fazer cadeiras que são vistas como cadeiras de 3.º ano no teu primeiro ano de licenciatura, como é o meu caso que quando fiz o teste de colocação de língua de Inglês—que são obrigatórios para os cursos que requerem que faças uma língua estrangeira—fiquei colocada no nível C1.2 e, este semestre, na minha primeira aula de Inglês C2 Escrita Criativa durante as apresentações dos alunos—nem todos os professores fazem isso—apercebi-me que 90% do meu turno consistia em alunos de 3.º ano.

A FLUL também tem muitos alunos de Erasmus, por isso, também vais ter a oportunidade de conhecer pessoas de diferentes partes do mundo, especialmente se optares por fazer cadeiras lecionadas em inglês, visto que essas são oferecidas aos alunos de Erasmus. No semestre passado, conheci pessoas da Polónia, da Grécia, da Roménia, da Holanda, dos Estados Unidos, entre outros, até porque os alunos de Erasmus adoram conhecer pessoas novas e, por isso, costumam ser muito sociais e são fáceis de abordar.

Por fim, o mais cativante de estudar da Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa é o ambiente social que rodeia os estudantes. Existem diversos bares na faculdade, sendo o mais conhecido o Bar das Letras—conhecido pela população fluliana como o Cola—onde se ouve desde discussões pseudo-filosóficas a teorias sobre quem é o Bot da FLUL—uma pessoa anônima que criou uma conta no Twitter e no Instagram onde expõe memes da faculdade, mas também tira dúvidas a quem as tem. Não é necessário que o estudante vá para a praxe para se integrar, visto que eu não fui para a praxe e socializo com muita gente que está de facto na mesma. Não se é excluído por não se pertencer à praxe. O ambiente da FLUL é de entre-ajuda e amizade—é como se fossemos todos uma família grande—e, isso é das coisas mais apelativas da faculdade.

Inverno

Agora, a vastidão da Terra cativa movia-se mansamente em risos irregulares de luz e cor, enquanto a ténue e esmaltada claridade da pálida tarde abraçava os poros intimistas do inverno distante.

Nessa magnanimidade e "disfarce" da retemperada natureza bordada de recamados rastos que deslizam entre castanhos chocolate tisnados de amarelos e incendiários laranjas, senti os tons imperativos nas folhas da vida em metamorfose, bebendo golos de emoções vivas em acordos de liberdade alucinante tornadas galáxias de fantasia.

Num último grito, o fustigar do vento explodiu, no fascínio do infinito, numa dança nostálgica e rítmica com arestas laminares numa corrida de encanto, na delicadeza do amanhecer.

Nesta intempérie de sentimentos vários, numa combinação de valores e nas exigências do espaço, envolvia, aconchegava e recriava a doçura dos dias pardos no pinhal numa verdadeira miragem aromática e olfativa.

No tanger da cítara flutuava um desaguar de feiticeiras e misteriosas palavras, tornadas rosários de nuas interrogações, reunidas em estonteante e ardente manto de silêncios.

Então, a melodia dos sons ora puros, ora gélidos, ora profundos, ora quentes agitavam painéis de vivências entrançadas em zigue-zagues de fantasias coloridas que se perdiam no encantamento da neblina.

Num halo de desafio flamejante e de fogo louco presa no xaile dos dias o choro magoado mergulhou na tristeza das nuvens adormecidas, carregando transparências de entregas vivas e frescas, enquanto a fugidia e cristalina chuva bailava, bailava.

Com murmúrios polidos de brilho, que se desprendiam do simbólico oboé deslizavam acordes de alvoradas e sol rodopiando em circuitos fantásticos e em sedutoras espirais, por entre as folhas inertes que jaziam na frieza do solo.

Neste deleite de sentimentos reencontrava a intensidade de luares de amor, o brilho das estrelas e o fogo da alegria que se desprendiam em mágicas e breves bolas de sabão, enquanto o Inverno corria.

Sob o véu diáfano desta paisagem de magia, de alma, de convenções, de ideias, acertando o passo ao compasso e ao rasto, abraço num clarão de esperança a balada morna da primavera, que se aproxima...

FERNANDA TIAGO

Rios de inspiração

No âmbito do projeto DAC (Domínio de Autonomia Curricular) e sobre a temática "Rio", os alunos do 5º B, C e 6º C realizaram alguns trabalhos com uma vertente poética, onde a originalidade e a criatividade os conduziram à descoberta da beleza das palavras e ao mundo maravilhoso da imaginação.
Tal como um rio que corre no seu leito também eles percorreram um caminho onde a fantasia se cruza nas suas margens com a realidade.

Temos que mudar
a poluição tem que acabar
águas límpidas e cristalinas vão ficar
se as ajudarmos a melhorar

Esgotos e pessoas fazem
o lixo lá parar
tirar de lá o esgoto
o rio não é lixo para se usar
(Lara e Eliana, 6º C)

Água, coitada de ti
não podes ser água pura e cristalina
não podes ter seres vivos nem diversidade
Coitada de ti!
não podes ser fonte de vid
a nem azul como o céu
Natureza, coitada de ti!
não podes ser livre, cheia de vida, cheia de riqueza
Coitada de ti!
(José Miranda, Rui, 5º C)

Rio
Uma fonte de biodiversidade
um transporte de vida
sonho nas tuas marés
com esperança e alegria
Rio
O teu leito é uma lágrima de sabedoria
uma fonte de alimento
temos de o conservar
e preservar o momento
Rio
Hidrosfera poluída
perdendo qualidade de vida
olho para ti e vejo tristeza
ambiente sem nenhuma beleza
(João Cordeiro, João Martins, Nuno, 5º C)

Rio poluído
tesouro sem idade
já nem noto que está vivo
sem a diversidade

Fonte de vida e riqueza
corre ali por aquele rio
sítio de natureza
onde está calor e frio
(Telma, Ana, Micael, 5º C)

Nesta escola, por exemplo
vê-se muito lixo no chão
alguém contribui para isso
mas eu sei que acabarão

Muitos rios sofrem disso
dessa maldita ação
que nos guia para o mal
chamada poluição

Essa água é má e feia
eu prefiro a limpa
é um sonho pintado
com uma só tinta

Faz parte da Natureza
é um tesouro sem idade
uma autêntica beleza
com muita diversidade
(Francisco, 5º C)

O mundo podia ter coração
dizer não à poluição
o mundo é uma ilusão
perdida na escuridão

Os rios são uma parte do mundo
sem altos nem fundos
os maus apagava-os num segundo
os bons estão nos meus sonhos profundos

Os rios sim
levam-nos até ao fim
os rios não
estão fora do nosso coração
(Ivan, Ettiene, André, 6º C)

O Rio
Nasce num montinho
e escorre ao lado do azevinho
passa ali uma nova fonte de vida
e nasce daquela terra seca
uma flor pequenina cheia de alegria

Passa ali a água que alimenta a vida
nasce ali uma florzinha cheia de amor
que espalha na natureza o seu aroma e beleza
(Micael Malanka, José Albano, 5º C)

Rio
as tuas águas chamam por mim
eu oiço-as tão distantes
pelo vento que vem do lado
de onde o rio nasce
e outro de onde ele desagua
Rio
tu levas-me ao mundo dos sonhos
fazes-me sonhar o futuro
sonho nas tuas margens
o teu leito é o teu caudal
és fonte de uma bela e verde natureza
Rio
as tuas águas estão sujas e maltratadas
elas são um foco de poluição
tão grave como nunca viste
Olho-te
vais ser limpo
vais ser fonte de vida e de riqueza
de quem te rodeia
vamos criar um meio ambiente
de uma grande diversidade
(Fabiana, Mariana, Cristiano, 5ºB)

Rio
calmo e sereno
de um horizonte pleno

Rio
de água pura e cristalina
com o sol nele a brilhar
dá gosto ver os peixes a nadar

Rio
que conta
uma história de encantar
com uma luzinha a brilhar

Rio
que grande beleza
tu és fonte de riqueza

Rio
belo e longo
com barcos a navegar
onde podemos viajar.
Ekaterina, Maria Clara e Rodrigo do 5º C

O que é , para ti, um rio?

... é uma fonte de vida que nos proporciona aventuras ao longo do seu caminho. (Ivan, Ettiene, André - 6º C)

...é um conjunto de águas puras e cristalinas. É uma fonte de vida e riqueza para os animais que lá vivem. (Rodrigo, Ekaterina. Maria Clara - 5º C)

.... é uma fonte de água viva, pura e cristalina. É uma fonte de imaginação e vida. (Telma, Ana, Micael - 5º C)

... é uma porção de água de alegria e amizade. (José Miranda, Rui - 5º C)

... é uma fonte de vida e beleza que atravessa a natureza. (Lara, Eliana- 6º C)

... é um recurso de água linda e comprido. (Francisco - 5º C)

Dia do Não Fumador no Agrupamento

Aprender a dizer Não ao tabaco

No dia 19 de novembro comemorou-se o Dia do Não Fumador no Agrupamento de Escolas Abade Baçal.

Tomás Paulo - 9ºB

Aos Jovens Promotores de Saúde (JPS) do Agrupamento de Escolas, orientados pela professora Sónia Rodrigues, foi-lhes entregue a nobre missão de promover a saúde no meio escolar. A turma do 9º B, fê-lo de forma ímpar e entusiasta. Com empenho e dedicação envolveram-se de forma ativa em várias iniciativas para a comemoração deste marcante dia.

Sem dúvida o fenómeno do tabaco e a sua problemática enquadram-se no seio da escola principalmente quando as idades dos seus alunos têm a tentação de experimentar e contactar pela primeira vez com este flagelo. Neste sentido, coube fazer um trabalho de sensibilização junto da comunidade escolar onde a turma do 9º B transmitiu uma mensagem junto da mesma.

É evidente que foi importante o envolvimento de uma equipa multidisciplinar, onde a participação de elementos da equipa de saúde escolas (enfermeiras, médica, psicóloga), com formação na área, participaram e colaboraram na comemoração do Dia do não Fumador. Destacam-se, também, alguns alunos da turma ACP que registaram em vídeo e fotografia a atividade.

No auditório da escola, estiveram presentes os alunos das turmas – 10º ACP; 11º, B C e D, professores, assistentes operacionais e a Sra. Diretora do Agrupamento, Dra. Teresa Sá Pires, no início da atividade, tendo assistido à mesma o professor Rui Gonçalves, professor adjunto da direção da escola. Este também presente um elemento da Delegação de Bragança, da Liga Portuguesa contra o Cancro. Nesta ação de sensibilização pretendeu-se abordar os malefícios do tabaco e desta forma sensibilizar toda a comunidade educativa para evitarem ou abandonarem o seu consumo.

Após a ação de sensibilização, no auditório, os alunos do 9º B, com o objetivo de tornar este dia mais instrutivo e sobretudo marcante, promoveram, com os alunos envolvidos, uma "marcha fúnebre com um cigarro" pelos espaços interiores da escola, solicitando, também, a participação, na mesma, de alunos de turmas – 10º A, 11º A e 12ºC, que se encontravam em período de aulas. A marcha terminou com "o enterro e despedida do cigarro", perto do campo de futebol.

A atividade consistiu na recriação de uma cerimónia fúnebre, onde a cor preta das roupas dos alunos e a cruz do cigarro, simbolizavam o luto e a tristeza, criando desta forma um impacto no seio escolar de reflexão e em simultâneo a dor que o fenómeno do tabagismo pode provocar a nós, à nossa família e aos nossos amigos.

Nesta atividade os alunos usaram lenços rosas, disponibilizados pela Liga Portuguesa contra o Cancro, no âmbito da atividade "Onda Rosa", do Projeto Liga-te, que foram utilizados para a despedida do cigarro e que, com um custo de 1 euro, puderam ajudar a Liga com 80 euros, uma vez que os elementos da comunidade puderam e quiseram adquiri-los.

Foi uma atividade que sensibilizou a maioria dos alunos do Agrupamento.

Aprende a dizer não ao tabaco!

Os JPS decidiram que o tema a trabalhar no seu projeto seria a prevenção tabágica para a prevenção de cancros. Nesse sentido, têm feito pesquisas no sentido de compreender o efeito do tabaco no desenvolvimento de cancro e a dificuldade em abandonar o seu consumo.

Tomás Preto - 9ºB

Segundo a Organização Mundial de Saúde, o consumo de tabaco, na Europa, é responsável por um milhão e 200 mil mortes anuais, número que tende a ascender aos dois milhões. Em Portugal, o consumo de tabaco atinge cerca de 20 a 26% da população, sendo mais frequente no género masculino.

O tabagismo causa um grande prejuízo à saúde pública, sendo responsável pela diminuição da qualidade e duração de vida, pondo em risco não apenas para o fumador, mas, também, para todos aqueles que se encontram frequentemente expostos ao fumo passivo.

Destacam-se algumas consequências do tabagismo:

Os fumadores vivem, em média, menos dez anos de vida do que os não fumadores, pois as substâncias do fumo do tabaco afetam alguns órgãos importantes, tornando o organismo mais vulneráveis a uma série de doenças. Refira-se que um cigarro contém cerca de 4000 substâncias com efeitos tóxicos e irritantes, 70 das quais mencionadas como cancerígenos.

O tabaco é responsável por:

- 25 a 30% da totalidade dos cancros — incluindo cancro do aparelho respiratório superior (lábio, língua, boca, faringe e laringe);
- 80% dos casos de doença pulmonar crónica obstrutiva;
- 75 a 80% dos casos de bronquite crónica;
- 90% dos casos de cancro do pulmão;
- 20% da mortalidade por doença coronária;
- aumentar a probabilidade do aparecimento de doenças cardiovasculares (deixar de fumar é, pois a medida preventiva mais eficaz para diminuir os riscos de enfarte do miocárdio, angina de peito, doença arterial periférica e acidente vascular cerebral).

Face ao referido, os JPS quiseram partilhar com a comunidade escolar os benefícios, a curto e a longo prazo, em deixar de fumar:

Após 20 minutos - a pressão arterial e o ritmo da pulsação registam os valores normais.

Após 8 horas - os níveis de nicotina e monóxido de carbono no sangue diminuem em 50% e o oxigénio atingem os valores normais.

Após 48 horas - a tensão arterial é estabilizada e o paladar melhora.

Após 72 horas - os brônquios descontraem-se, ventilação pulmonar e respiração celular melhora e a pele torna-se mais luminosa.

Após 2-12 semanas - a circulação melhora significativamente e caminhar torna-se menos cansativo.

Após 6-9 meses – sente-se um aumento gradual de bem-estar geral, acompanhado de mais vitalidade.

Após 5 anos - o risco de cancro da boca e do esófago reduz-se para metade.

Após 10 anos – o fumador terá 50 % menos risco de ter um cancro do pulmão do que um fumador.

Após 15 anos - O risco de doença cardiovascular é semelhante ao de uma pessoa não fumadora, do seu sexo e idade.

COLOCAM-SE AS QUESTÕES: DE QUANTO TEMPO SE PRECISA PARA TOMAR UMA DECISÃO?

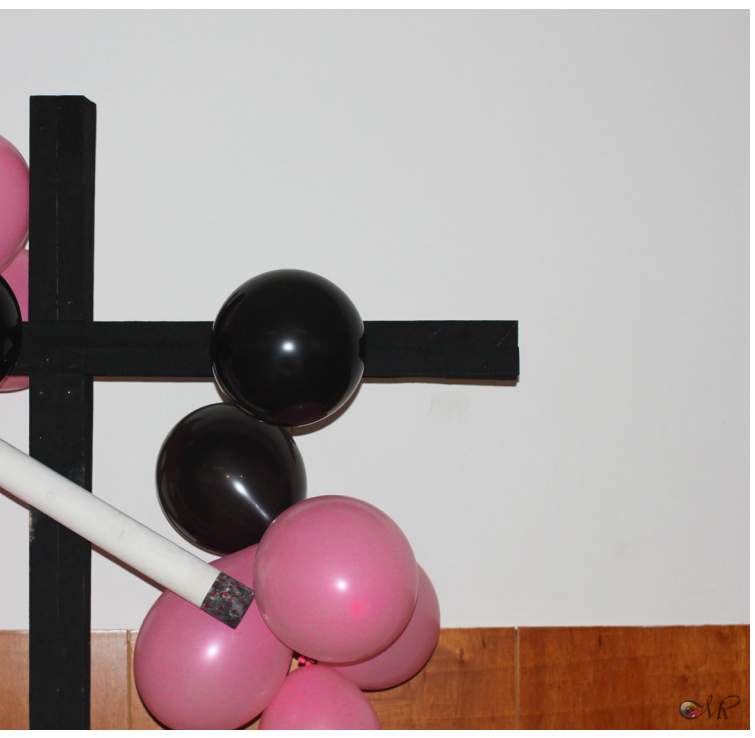
SERÁ QUE AINDA SE TEM ESSE TEMPO?

Os fumadores têm ao dispor uma equipa especializada, no centro de saúde de Santa Maria, para uma consulta gratuita de Cessação Tabágica.

Os Jovens Promotores de Saúde, com a colaboração da equipa de saúde escolar, sabem que a tomada de decisão para deixar de fumar envolver 10 passos:

1. Marque um dia concreto para deixar de fumar (no prazo máximo de 15 dias).
2. Até chegar o dia fixado, faça alguma preparação: enumere as razões que o levam a deixar de fumar e treine pequenos períodos de abstinência.
3. Aprenda a conhecer-se enquanto fumador: identifique os momentos e o número de cigarros que fuma e procure avaliar quais são os cigarros que fuma apenas por "tédio".
4. Comunique a decisão às pessoas mais próximas para se sentir mais apoiado.
5. Durante alguns dias (ou mesmo semanas), pode sentir-se ansioso, inquieto e irritado. Pode também sentir dificuldades em dormir e concentrar-se. Lembre-se que são sintomas passageiros e que já muitas pessoas os ultrapassaram. Também conseguirá.
6. Tenha sempre presentes as razões que o levaram a deixar de fumar.
7. Faça uma alimentação saudável, para evitar o aumento de peso.
8. Evite locais com fumadores e afaste objetos que lhe lembrem o tabaco – ex. cinzeiros e isqueiros.
9. Pratique atividade física, pois ajuda a controlar a ansiedade e permite-lhe estar em boa forma.
10. Não desista: se tiver uma recaída, fixe uma nova data e recomece a tentar.

Os alunos do 9º B, enquanto Jovens Promotores de Saúde, acreditam que podem contribuir para a diminuição do consumo de tabaco.



Departamento de Educação Pré-Escolar

É assim a nossa Terra

O Departamento de Educação Pré-escolar do Agrupamento de Escolas de Abade de Baçal, começou a implementar o Projeto "É Assim a Nossa Terra…" no ano letivo 2016/2017, o qual teve continuidade em 2017/2018 e irá terminar no presente ano letivo.

Educadoras do Jardim de Infância da Estação

Pretende assim, desenvolver os seguintes objetivos:
- Re)descobrir a localidade nos aspetos geográficos, culturais, sociais e históricos.
- Promover a sensibilização, valorização e divulgação de boas práticas para a defesa do património cultural arquitetónico e arqueológico edificado.
- Reforçar os sentimentos de identidade cultural, de memória coletiva e de afirmação de um património comum cuja riqueza reside na sua diversidade.
-Incutir boas práticas para a preservação, do património cultural arquitetónico e arqueológico da nossa localidade/região .

Integram este projeto todos os jardins de infância do departamento.

A sua operacionalização:

"Ontem" (2016/2017)
- Pesquisas: bibliográficas e em websites;

Conhecer as diferentes localidades nos aspetos culturais, sociais, históricos e geográficos;
-Contatos com a população (conversas, entrevistas…)
-Recolher/explorar histórias e lendas associadas à localidade;
-Realizar visitas aos monumentos e sítios, convidando à participação ativa na descoberta de uma herança cultural comum; gastronómica, profissões, vestuário…
-Explorar as origens da arquitetura da localidade…;
- Desenvolver atividades nos monumentos afetos ao castelo de Bragança.

"Hoje" (2017/2018)
-Conhecer Instituições e Serviços da Comunidade;
-Identificar a funcionalidade de cada uma;
- Descobrir as diferenças da evolução arquitetónica da localidade…;
- Observar /comparar calejos, vielas, ruas, avenidas, muros …

"Amanhã" (2018/2019)
- Compreender a Era Digital
- Promover a sustentabilidade….

Pretende-se com este projeto uma abordagem contextualizada e desafiadora às Áreas de Formação Pessoal e Social e do Conhecimento do Mundo, promotoras de saberes, valores, atitudes e comportamentos face ao ambiente que conduzem ao exercício de uma cidadania consciente do património natural, cultural e paisagístico. Partimos da exploração do meio próximo do qual a criança já tem um sentido afetivo e relacional para compreender situações mais distantes, que também fazem parte do seu mundo "ONTEM", para a de descoberta e exploração do património mais recente, despertando nas crianças a sensibilidade, a curiosidade e a importância do património cultural e mudanças de atitudes, dos dias de "HOJE".

No final do ano letivo, termino do projeto daremos noticias de como decorreu o seu final e as propostas/sugestões apresentadas para o "AMANHA" da nossa TERRA …

VIII Minifestival Infantil de Cantares dos Reis

A comunidade Educativa do Jardim de Infância da Estação uma vez mais, marcou a sua presença, como manda a tradição, na VIII edição do Minifestival Infantil de Cantares dos Reis, no Salão Nobre da Escola Secundária Emídio Garcia, organizado pelo Centro Social e Paroquial do Santo Condestável.

O evento junta as escolas da região num desafio à sua criatividade, originalidade e empenho, ao mesmo tempo que homenageia uma tradição tão cara ao nosso povo.

Um obrigado aos pais/encarregados de educação pela sua colaboração...

E por nos acompanharem naquela noite gelada…

Um Bom Ano Novo

Arte urbana em Bragan

A arte encontrada nos meios urbanos, seja por meio de intervenções, performances artísticas, grafite, ou outras e representa a fusão da vida com a arte pode ser designada por "Urbanografia", "Street Art" ou arte urbana.

Inês Oliveira - 8ºB

São manifestações artísticas desenvolvidas no espaço público, distinguindo-se das manifestações de caráter institucional ou empresarial, bem como do mero vandalismo. Estas manifestações artísticas públicas que interagem com o ser humano, localizam-se onde o cidadão comum se poderá deparar com a diversidade cultural dos centros urbanos. Estas manifestações populares permitem o encontro com a arte, apesar de muitos artistas de rua, se terem se consagrado mundialmente, reconhecidos pelos meios de comunicação social.

Os temas utilizados pelos artistas de rua são diversos, no entanto, muitos trabalhos incluem críticas sociais, políticas e económicas.

A arte Urbana surgiu nos Estados Unidos na década de 70, possuindo desde logo um carácter dinâmico e efémero. Estudiosos afirmam que essa arte remonta a períodos muito antigos, uma vez que os gregos e romanos já transmitiam mensagens pelas ruas da cidade através de objetos artístici e também já possuíam muitos artistas nos centros urbanos.

Já nessa altura o principal objetivo da arte urbana era sair dos lugares destinados à exposição e apresentações artísticas (teatro, cinemas, bibliotecas, museus), para dar visibilidade à arte nas ruas.

O crescimento da arte urbana evoluiu nos últimos tempos, passando a ser vista como um "valor cultural" muito importante das minorias que vivem nos centros urbanos, ansiosos de mostrar a sua arte, o que é evidente pelas inúmeras autarquias que a celebram e inscrevem nos seus programas de ação.

Entre os vários tipos de Arte Urbana inclui-se o grafite (desenhos estilizados geralmente feitos com sprays nas paredes, que apresentam uma dimensão crítica forte), o stencil (utiliza o papel recortado como molde e o spray para fixar as ilustrações e desenhos nas ruas, postes, paredes. É utilizada a tinta, habitualmente aerosol, e o stencil é feito com papel, plástico, metal ou acetato, tendo uma boa durabilidade e sendo fácil de cortar, para fazer a forma do desenho), os autocolantes e as colagens ("sticker art" (arte em adesivo), que consiste na aplicação de adesivos de forma a construir um objeto, uma mensagem), os cartazes (muito comuns, podendo ser feitos manual ou graficamente).

É ainda arte de rua todas as atividades, que são muito frequentes nos locais públicos das grandes cidades como forma de entretenimento turístico e também para divulgar o seu trabalho, como contorcionismo, acrobacia, malabarismo, truques com cartas, ventriloquismo, dança, recital de poesia, apresentação teatral e musical, estátuas vivas, palhaços, entre outros. Esta arte de rua é considerada uma atividade profissional.

Finalmente, temos ainda as instalações, também conhecidas como krafts, que têm o intuito de provocar uma mudança no cenário já existente, e as projeções de vídeo, que são formas interativas de arte de rua. Nesta técnica, as projeções de vídeo são feitas numa parede ou edifício e transformam lugares comuns do quotidiano em obras de arte temporárias.

Alguns dos principais artistas desta arte são: Bordalo II, Ella & Pitr, Odeith, Vhils, Costah, Os Gêmeos, C215, Miguel Januário, Hugo Macarov, Mário Belém.

A obra tem como autores os alunos do curso de desenho digital 3D da Escola Prática Profissional Universal e está localizada na Circular Interna de Bragança, ao longo da ciclovia recentemente criada.

Apresenta algumas figuras que representam atividades desportivas como uma corrente da bicicleta e uns ténis, contêm também uma ventoinha, flores e um desenho abstrato que parece simbolizar o vento. Tudo isto pode ser encontrado quando andamos de bicicleta.

Trata-se de uma pintura harmoniosa e alegre que dá vida a uma das laterais da rua e que pode contribuir para o bem-estar dos residentes e das pessoas que a percorrem. (Iolanda Veiga, 10ºA)

Esta pintura, intitulada "GALLU GALLU", localizada no bairro Social da Mãe d'Água, e foi pintada e concedida por Frederico Draw.

Representa um homem aparentemente, com aspeto de camponês, devido ao vestuário que usa, a segurar uma galinha com um pequeno campo atrás. Tem a pele um pouco avermelhada, característica de um Índio, o que é de facto uma coincidência ou foi propositado já que o bairro onde se localiza é popularmente conhecido por "Bairro dos Índios".

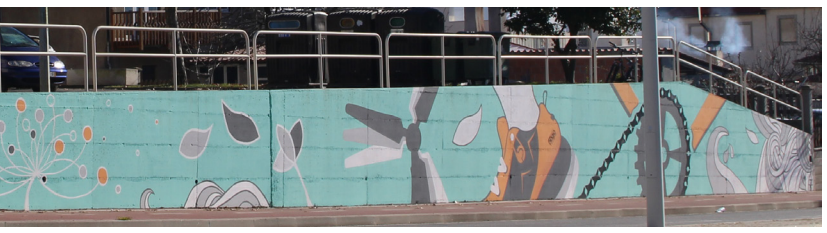
No meu ponto de vista, esta obra de arte sugere que a vida nem sempre é fácil, sobretudo quando não há certas máquinas que fazem o nosso trabalho, o que torna o trabalho árduo. Sugere-nos, ainda, alguma harmonia entre o homem e o animal devido ao modo aparentemente cuidadoso com que pega nela e à sintonia de cores existente entre o homem e o animal. (André Rodrigues, 8ºB)

Esta obra artística tem como autor Pedro Rodrigues. Natural de Aveiro, estudou em Bragança, é conhecido no mundo da arte como Lucky Hell Graffiti e revela influências em certos estilos, como o Realismo, a Ilustração e o Abstracto.

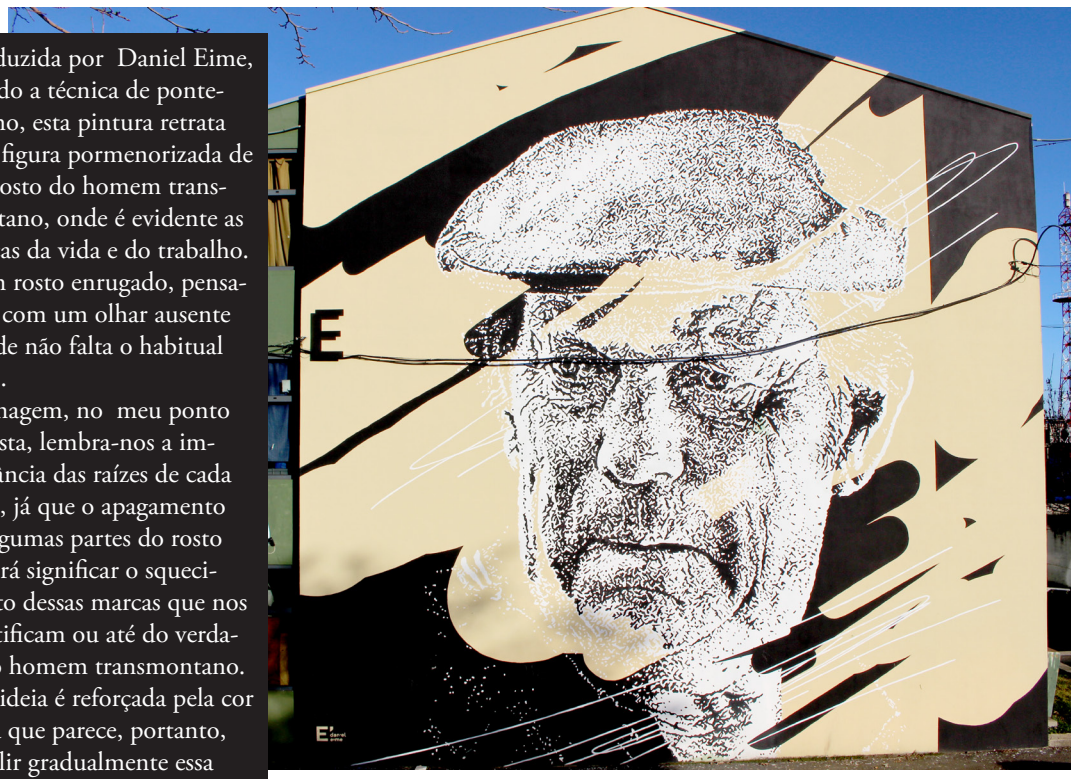
Encontra-se localizada na rua do Loreto e apresenta dois animais com um pêlo acastanhado, um javali e um leopardo. O javali habita em bosques e o leopardo em savanas, mas têm em comum serem selvagens e atingirem velocidades elevadas quando fogem dos predadores. Estão ilustradas também algumas bolotas que serão a alimentação do javali.

Esta imagem transmite-nos felicidade e dá vivacidade ao sítio onde está localizada, permitindo às pessoas que a visualizam experimentarem uma sensação de bem-estar e mostrando a boa relação que deve existir entre todos os seres, ainda que oriundos de espaços díspares. (Iolanda Veiga, 10ºA)

nça



Esta obra , da autoria de Leon Keer, localiza-se na fachada lateral da Capela Mortuária da Mãe D'água.
Retrata uma menina, que está a rezar, uma vez que se encontra a segurar com uma mão uma cruz e a olhar fixamente para esta. Acho esta pintura muito própria, pois demonstra que a religião tem muito valor, mesmo num mundo de tristeza. Este mundo é sugerido pela cor do fundo, que dá a sensação que existem nuvens que o ensombram. Segundo o autor, é uma espécie de comunicação onde a criança pergunta onde estão os seus pais ou avós falecidos. **(Carolina Teixeira, 8ºB)**



Produzida por Daniel Eime, usando a técnica de pontelhismo, esta pintura retrata uma figura pormenorizada de um rosto do homem transmontano, onde é evidente as marcas da vida e do trabalho. É um rosto enrugado, pensativo, com um olhar ausente e onde não falta o habitual boné.
A imagem, no meu ponto de vista, lembra-nos a importância das raízes de cada povo, já que o apagamento de algumas partes do rosto poderá significar o squecimento dessas marcas que nos identificam ou até do verdadeiro homem transmontano. Esta ideia é reforçada pela cor preta que parece, portanto, engolir gradualmente essa figura.
(Carolina Baptista, 8ºB)

A obra denominada "BIRD EYE VIEW", pintada por Frederico Draw, retrata um homem com um pássaro na mão, que é uma espécie chamada pisco (Erithacus rubecula), o que é adequado já que este bairro foi conhecido em tempos como Bairro do Pisco.
Acho esta pintura muito interessante e caricata, uma vez que o autor mostrou os antecedentes do local onde foi realizada a pintura. Nesta é curioso o contraste entre os tons cinza do homem, evidente na cabeça, pescoço e mão, e as cores do pássaro que se confundem com as do fundo. Vê-se que existe proximidade entre o homem e o pássaro, pois eles encontram-se a olhar um para o outro. Também retrata a compaixão do homem para com o pássaro, característica deduzida graças à forma como a mão do homem se encontra, o que sugere que ele dá liberdade ao pássaro se quer voar ou ficar junto dele. **(Carolina Teixeira, 8ºB)**

Esta obra situa-se no bairro Fomento da Habitação e apresenta dois rapazes, com uma expressão muito divertida, e uma senhora, mais pensativa e séria.
O rapaz do meio está a segurar, na mão esquerda. um balão em forma de coração, com um recipiente no seu interior. Ao seu lado direito, está situada uma senhora que está a tirar uma selfie recorrendo a um telemóvel e a um "selfie stick". Por último, é apresentado um rapaz de raça negra, com um arco e flexas às suas costas e com o rosto pintado, que prega uma partida ao amigo.
É um retrato da multiculturalidade e que caracteriza a sociedade contemporânea e a facilidade com que todos convivem uns com os outros. Além disso, mostra a tendência atual de registar cada instante fotograficamente. **(Inês Oliveira, 8ºB)**

Esta pintura foi criada por Bordallo II . É feita de restos metálicos e de plástico, como por exemplo, peças de carros. Representa um javali, um típico animal que se pode encontrar nas serras de trás- dos -montes .
O javali representa uma força selvagem, o que é sugerido pela vegetação do local onde se encontra e pela posição do animal, que parece estar a tentar camuflar-se, escondendo-se do predador, já que as cores do animal se fundem com o fundo da parede. **(Carolina Batista, 8ºB)**

Esta escultura foi criada por Bordalo II. Feita de peças metálicas e plásticas, esta pretende representar um camaleão na busca do seu alimento. O réptil apresenta cores diversas e vivas mostrando o seu esplendor, no entanto, a mosca está pintada de negro. Esta obra mostra o instinto animal e o modo como o Homem consegue recriar a natureza, já que não consegue criá-la. **(João Venâncio, 8ºB)**

Pernas para que vos quero

Inês Oliveira e Iolanda Veiga - 8ºB

No dia 14 de novembro de 2018 realizou-se o corta-mato escolar no antigo local da feira de Bragança na parte da manhã tendo começado às 10 horas .Participaram todos os agrupamentos da cidade (Abade de Baçal, Emídio Garcia e Miguel Torga).

O corta-mato é uma prova de atletismo do Programa do Desporto Escolar organizada pela Direção Geral da Educação (divisão do Desporto Escolar) e pela Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares. Esta prova está dividida em três fases escolas, regional e nacional e em escalões: Infantis A - 2008 a 2010, Infantis B - 2006 a 2007, Iniciados-2004 a 2005, Juvenis-2001 a 2003 e Juniores - 1997 a 2000.

Na fase escolas os classificados do Agrupamento de escolas Abade de Baçal foram: Infantis B femininos : Joana Vaz (1º lugar),Eliana Esteves(2º lugar) e Sara Costa (3º lugar), Infantis B masculinos: Diogo Costa(1º lugar),Diogo Gabriel (2º lugar) e Bruno Esteves (3º lugar), Iniciados masculinos: Francisco Saraiva (1º lugar), Igor Cachulo (2º lugar) e Flávio Brás (3ºlugar);Iniciados femininos: Marisol Vaz (1º lugar) e Bruna Salvador (2º lugar),Juvenis femininos: Bruna Fontoura (1º lugar) ;Juvenis masculinos: Bernardo Machado (1º lugar), João Paço (2ºlugar), Vítor Pinto (3º lugar)

Posteriormente, no dia 11 de dezembro, os primeiros 6 classificados de cada escalão da nossa cidade competiram na fase distrital, que decorreu na cidade de Mirandela e na qual participou todo o distrito de Bragança .

A nossa escola obteve resultados bastante positivos tendo conseguido um 1º lugar da aluna Bruna Fontoura no escalão de juvenis femininos e obteve dois 2ºs lugares por equipa no escalão de infantis A femininos e iniciados masculinos.

3x3 Torneio de basquetebol

André Fernandes - 8ºB

No dia 18 de janeiro aconteceu um torneio de basquetebol que reuniu alunos do segundo e terceiro ciclos do ensino básico e do ensino secundário, que substituiram as aulas que teriam nessa manhã por uma atividade desportiva.

Neste torneio as equipas eram constituídas por quatro elementos, mas estavam a jogar apenas três e um substituto que mais tarde viria a jogar.

Os alunos jogaram contra outras escolas, de diferentes cidades e foram condecorados com um prémio de melhor equipa de basquetebol do seu escalão.

	1º lugar	2º lugar	3º lugar
Infantis B masc	The rockets	6ºD2	
Iniciados e Juniores masc	NMJP	Perrote FC	8ºB
Iniciados feminino	8ºB	As guerreiras	
Juvenis feminino	11ºC	11ºA	

Jogo de Futsal

No dia 23 de janeiro, as alunas da Escola Secundária Abade de Baçal deslocaram-se a Mirandela para participarem em dois jogos de futsal.

As alunas ganharam os dois jogos obtendo os seguintes resultados 11-1 e 4-3 contra as equipas de Mogadouro e Mirandela.

À descoberta do património local

No dia 23 de novembro, os alunos da turma MO6 foram à descoberta do património local. Saímos da escola, apanhamos o comboio turístico e dirigimo-nos ao castelo para efetuar a visita, que já ansiávamos.

Alunos da turma de MO6

À chegada fomos visitar o Museu Ibérico da Máscara e do Traje. A guia, mãe da nossa colega Francisca, explicou-nos que o objetivo do Museu é preservar e promover a identidade e a cultura dos povos da nossa região e da região de Zamora, daí o nome Ibérico. Aqui pudemos observar máscaras e trajes usados nas festas de Santo Estevão, comemorado a 26 de dezembro (ainda hoje, em algumas aldeias, os caretos saem à rua) e também na altura do carnaval.

Após esta visita, percorremos algumas ruelas da Cidadela, também conhecida por "vila" protegida por imponentes muralhas.

Seguidamente visitámos o pelourinho, a estátua de D. Fernando, 2º duque de Bragança tendo sido ele a contribuir para que Bragança fosse elevada a cidade.

Dirigimo-nos depois para a igreja de Santa Maria e para a " Domus Municipalis", onde ouvimos a explicação da nossa professora, sobre a importância daquele espaço.

Por fim, entramos no interior do castelo, onde observamos a Torre da Princesa e a suposta "porta da traição", como conta a lenda. Subimos à Torre de Menagem, onde pudemos apreciar todo o espólio do Museu Militar.

Foi uma visita muito agradável, que nos permitiu ficar a conhecer o nosso património. Recomendamos a todos os alunos este roteiro turístico.

Projeto "Escola Ciência Viva"

O projecto "Escola Ciência Viva" teve muita graça

O projecto "Escola Ciência Viva" decorreu entre os dias catorze e dezoito de janeiro, no Centro de Ciência Viva de Bragança e foi espetacular.

David Correia, Pedro Costa - Turma MO9

Todos os dias, íamos num comboio amarelo e regressávamos à tarde, à nossa escola. Depois do almoço, ainda havia tempo para ir brincar ao parque, caminhar e recolher lixo. Fizemos várias atividades durante toda a semana. A turma MO9 estava dividida em grupos e em cada dia, um dos grupos gravava uma notícia sobre as atividades desenvolvidas.

No primeiro dia, fizemos algumas atividades, tais como: o Casúlo das Histórias, onde ouvimos uma história sobre as minhocas. Ainda conseguimos observar e interpretar as capacidades das minhocas com a experiência " Minhoquices".

Na terça-feira fizemos as experiências "Caça bactérias I", "Mini Rios" e "Go Robot". Quarta-feira foi a vez da "Central Elétrica I", "Central Elétrica II" e "Pontes Seguras". Quinta-feira voltámos a fazer "pontes Seguras II" e a "Cozinha virou um laboratório", onde fizemos um rico pãozinho. Finalmente no último dia da semana, tivemos um encontro com a cientista Maria João Sousa. Deu-nos a oportunidade de fazer perguntas e perceber um bocadinho mais sobre as plantas aromáticas, suas utilizações e seus aromas. Para finalizar ainda fizemos a atividade "My Teacher" e por último a avaliação da semana.

Assim se passou uma semana com muita ciência e diversão! Concluindo, gostámos de tudo, obrigado por esta semana fantástica.

CA Jovens

GREAT É TERES A TUA MESADA SEMPRE À MÃO.*

PUBLICIDADE 05/2017

* *Excelente*

Crédito Agrícola
O Banco nacional
com pronúncia local
Desde 1911