

38

DEZEMBRO 2025

Um jornal... de e para Todos

JÁ

O Jornal do Agrupamento de Escolas de Condeixa



**Notícias e Atividades**

**Projetos, Concursos, Visitas de estudo,  
Dias comemorativos, e muito mais!**

## EDITORIAL

Cara comunidade Educativa

A quadra natalícia é por tradição um momento de partilha, união, solidariedade, mas também um momento de balanço do ano que está a chegar ao seu fim. É altura de recordarmos os momentos bons e os menos conseguidos. De revermos os familiares que estão distantes e de enchermos os cestos com prendas e os corações com amor, carinho e desejos de felicidade para o novo ano que espreita atrás dos ponteiros do relógio.



Não vou fazer nenhum balanço do tempo que decorreu desde o início do ano letivo até agora. Fica para os leitores do Jornal. Prefiro escrever sobre o que deverá ser uma realidade ainda neste ano letivo de 2025-2026. Por um lado, a certeza de entrada em funcionamento do Centro Tecnológico de Informática que trará um espaço de excelência para a aprendizagem das novas tecnologias e será um polo de grande qualidade para o desenvolvimento dos cursos profissionais. Por outro lado, também a certeza do início das obras de requalificação da Escola Secundária Fernando Namora. Sei, como presumo que todos terão essa perceção, que durante dois anos teremos que conviver com o barulho e confusão inerente às obras, mas será um desafio que iremos ultrapassar para bem de todos quantos já cá estudam e para os vindouros que nela pretendam concluir o ensino secundário. Não esqueço outro grande desafio. Este, tantas vezes condicionado pelos recursos, pelos meios e pelos espaços, mas que tem vindo a ser uma imagem de marca dos alunos que terminam os estudos secundários na nossa escola: as classificações internas e externas obtidas. Tudo faremos para continuar nesta senda de bons resultados e neste contexto gostaria de enaltecer o trabalho de todos aqueles que contribuem para esta realidade: professores, pais, funcionários e como é evidente os alunos que, diariamente, lutam por esse objetivo.

Aproxima-se o Natal. Tal com iniciei este breve editorial, gostaria de recordar uma pequena história que vivenciei. Há uns anos, muitos, estava a iniciar o meu já longo percurso em cargos de liderança. Já com as férias de Natal iniciadas, reparava que um aluno se abeirava várias vezes ao dia das janelas da direção. Conhecia vagamente o aluno. Sabia que frequentava o 5.º ano e que pertencia a uma família bastante pobre. A família era ajudada pela segurança social e pela escola, já que o pai não trabalhava por ser uma pessoa bastante doente. Ao fim de três dias da mesma saga, e sendo quase vésperas de Natal, achei que deveria questionar o aluno qual a razão de ali passar, fixar o olhar na janela e ao fim de alguns segundos sair lentamente do local. Abri a janela e chamei-o

2 - Editorial

3- Notícias/ Atividades

32- Fala o aluno

34 - Notícias/  
atividades

42- Na Biblioteca  
acontece

39

Dezembro 2025

Equipa do Jornal

Ana Paula Amaro  
Margarida Bacalhau  
Mª Lurdes Ameixoeiro  
Patrícia Jesus

Grafismo

Ana Rita Amorim

## Um Jornal... de e para todos! ::

ao meu gabinete. Cheio de medo e com vergonha, cabisbaixo e com os olhos quase a verterem uma sentida lágrima, consegui responder à questão que me intrigava: por que rondava há três dias a janela do gabinete. A resposta não me podia comover mais: não tinha dinheiro e queria comprar um chocolate dos maiores que na altura ainda se vendiam no bar da escola. O chocolate não era para ele, mas para oferecer, no dia de Natal, ao seu maior amigo. Comprei dois. Um para ele e outro para o amigo que nunca soube quem era. Nunca vi tanta felicidade no rosto de um jovem. Tantas vezes um pequeno gesto faz a diferença no Natal de cada um. Um Santo e Feliz Natal para todos. Excelente 2026.

Avelino Santos  
Diretor do Agrupamento de Escolas

### Projeto SMILE+

Existe um mundo em que se percebe que a mente também é corpo, que o cuidado com o bem-estar faz parte da vida. Um lugar, onde falar sobre emoções e sentimentos não é tabu, pedir ajuda não é sinal de fraqueza e cada pessoa tem acesso a informação, escuta e apoio.

Esta visão de mundo, encontra na prática um caminho real através do Projeto *Smile+*, uma iniciativa que nasceu para aumentar a literacia em saúde mental dos adolescentes. Criado pela equipa multidisciplinar das Irmãs Hospitaleiras, o projeto procura capacitar os adolescentes a compreender melhor a saúde mental, a identificar sinais de sofrimento emocional e a conhecer recursos de apoio disponíveis.

O *Smile+* acredita que informação é prevenção. Para isso, desenvolve várias atividades, que promovem o aumento de informação, o autocuidado e o autoconhecimento. Cada atividade é pensada para que alunos, professores, famílias e membros da comunidade adquiram conhecimentos práticos sobre saúde mental, criando uma cultura de cuidado e atenção.

Os resultados vão além da teoria. Alunos relatam sentir-se mais conscientes sobre suas emoções, capazes para dialogar sobre saúde mental de forma mais aberta. Cada conversa, cada roda de debate e cada gesto educativo contribui para construir comunidades mais resilientes e informadas.

Para aumentar a literacia em saúde mental é essencial que todos saibam que cuidar da mente é cuidar da vida — e que pedir ajuda é um ato de coragem.

Mais do que um projeto, o *Smile+* é um movimento social educativo, mostrando que um mundo em que a saúde mental é compreendida e valorizada não é utopia, mas uma construção possível. Um mundo onde corpo e mente são cuidados de forma integrada, e onde cada pessoa tem a oportunidade de ter voz, de viver com bem-estar, informação e empatia.

No fim das contas, a mensagem é clara: investir em literacia em saúde mental é investir em qualidade de vida, prevenção e futuro. E, como prova, o *Smile+* demonstra que conhecimento compartilhado gera mudanças reais.

Em nome da equipa obrigado!

Enfermeira Joana Sarmento  
(responsável pelo Projeto)



Irmãs  
Hospitaleiras  
CONDEIXA-A-NOVA

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Cantinho da Psicóloga

#### Um novo começo, com equilíbrio e cuidado

Recomeçar a escola é sempre abrir um capítulo novo: reencontros, desafios, aprendizagens e também algumas incertezas. Este ano, a novidade da proibição dos telemóveis e, muito em particular, no nosso agrupamento, até ao 8.º ano, convida-nos a algo simples, mas cada vez mais precioso: estarmos presentes uns para os outros. Quando a tecnologia dá lugar ao olhar, ao diálogo e à partilha, fortalecem-se as amizades, a entreaajuda e a verdadeira convivência.



As relações que criamos na escola são sementes que lançamos para o futuro. São nos pequenos gestos que construímos uma comunidade saudável: o colega que apoia, o professor que escuta, o auxiliar que acolhe, a família que acompanha. Cada um de nós tem um papel no cuidado com o outro.

Mas é importante lembrar: só conseguimos cuidar bem dos outros se também cuidarmos de nós mesmos. O autocuidado é a base do equilíbrio. Dormir com qualidade, reservar momentos para descansar, para atividades de lazer, de convívio, desporto, alimentar corpo e a mente, dar espaço às nossas emoções e pedir ajuda quando necessário — tudo isto não é um luxo, mas sim uma forma de mantermos a energia e a serenidade de que precisamos.

Quando cada pessoa da comunidade educativa se compromete com este cuidado — consigo própria e com os outros — a escola transforma-se. Passa a ser mais do que um espaço de estudo: torna-se um lugar onde se aprende a viver, a crescer e a ser feliz.

***"Cuidar de mim, cuidar de ti, construir uma escola feliz."***

Se precisares de apoio, se sentires que precisas de ajuda para gerir o teu tempo ou emoções, o meu gabinete está aberto para ti.

E lembra-te: estar bem também se aprende.

#### **Redes Sociais: Usamos ou Somos Usados? Viver Ligados ou aprisionados?**

***"As crianças devem ser crianças e não podem estar nas redes sociais, que não é um mundo infantil. Devem estar nas ruas e brincar. (...) É uma falha social e parental não saber o que as crianças estão a fazer com os seus smartphones."***

Vivemos ligados. A qualquer hora, em qualquer lugar, o telemóvel vibra com uma nova notificação. Abrimos o *Instagram* "só por um minuto" e quando damos conta passou imenso tempo. Meia hora, uma, duas...

## Um Jornal... de e para todos! ::

As redes sociais são uma ferramenta incrível: aproximam amigos, partilham ideias, permitem aprender novas coisas. Mas quando mal geridas, podem transformar-se numa **armadilha invisível** que afeta a nossa saúde mental.

Vivemos colados ao telemóvel. Entre “likes”, mensagens e vídeos curtos, passamos horas a deslizar o dedo no ecrã. Mas quem está realmente no controlo?

### **Impactos do uso excessivo**

**Ansiedade e comparação constante:** Nas redes sociais, vemos apenas o “melhor” dos outros: viagens, filtros, sorrisos, momentos perfeitos. Isso pode fazer-nos sentir “menos” – menos bonitos, menos interessantes, menos felizes. Ao compararmos a nossa vida com o lado “perfeito” que vemos on-line, podemos sentir-nos em desvantagem. E isso desgasta, entristece-nos e fragiliza a autoestima.

**Transtorno do sono:** Estar em frente ao ecrã até tarde, especialmente antes de dormir, interfere com o descanso. A luz azul do telemóvel é prejudicial ao cérebro, dificulta o adormecimento, afetando a qualidade do sono. Dormir mal afeta o humor, a memória e a concentração.

**Falta de foco e produtividade:** Trocar constantemente de aplicação treina o cérebro para se distrair. Com o tempo, torna-se mais difícil manter a atenção — numa aula, na leitura ou até numa conversa.

**Isolamento Social real/ Mais Solidão:** Estar conectado (on-line) não é o mesmo que estar acompanhado. A interação virtual não substitui nunca os momentos reais. Mesmo com mil seguidores, há quem se sinta completamente sozinho. “Likes” não substituem abraços nem afetos.

### **Dicas para um Uso Mais Saudável**

**Definir horários para uso de redes sociais** –Evitar o uso de telemóvel ao acordar ou antes de dormir.

**Silenciar notificações não urgentes**, nem tudo precisa da tua atenção imediata.

**Marcar um “detox digital” semanal:** uma tarde sem ecrãs pode fazer maravilhas!

**Valoriza momentos reais com amigos e família.** As relações interpessoais são insubstituíveis e fundamentais para o bem-estar emocional, social e profissional, influenciando a qualidade de vida e a satisfação pessoal. Sem relações interpessoais não há saúde mental.

Nem tudo o que vemos on-line é verdade. Nem tudo é real. Nem tudo o que parece é. O importante não é largar as redes sociais, mas saber usá-las com equilíbrio. As redes não são o inimigo. O segredo está no equilíbrio. Devemos usá-las com consciência, para que não sejam elas a usarem-nos.

*Psicóloga Anabela Ramos*

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES



O ano letivo no Agrupamento de Escolas Fernando Namora teve início com a receção oficial na pessoa do seu diretor Avelino Santos e pelo diretor do Centro de Formação Nova Ágora, Alberto Barreira.

Esta receção foi abrilhantada com dois momentos: um musical, com desempenhos sempre alegres dos professores Mário Alves

e Maria João Leitão e das vocalistas da orquestra do agrupamento



Beatriz Malhão e da Luana Gri-

lo e outro literário, no qual o patrono, Fernando Namora foi

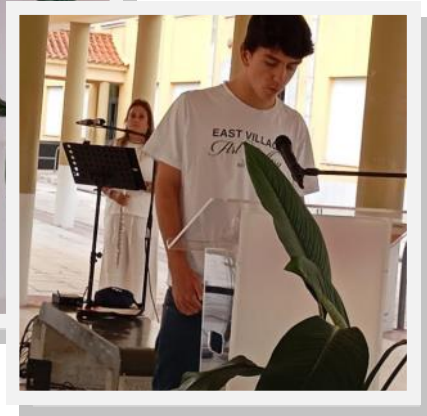
relembrado com textos nas vozes dos alunos Filipa Antunes e Cassiano Silva.

Seguiram-se as V Jornadas Fernando Namora,

cujo tema desta edição foi "A escola na e fora da dição com enorme entusiasmo e adesão.

As jornadas decorreram na Escola Básica de Condeixa-a-Nova, na parte da manhã do dia dois de setembro, entre as nove e as treze horas. Os destinatários foram os educadores de infância, professores do Ensino Básico e do Ensino Secundário, psicólogos, técnicos e assistentes operacionais.

Este evento que, tradicionalmente, marca o início do ano letivo, no Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova, e cuja denominação homenageia o seu patrono, Fernando Namora, visa contribuir para a formação contínua dos seus profissionais, proporcionando ocasião para a reflexão, a partir de propostas de formadores qualificados e da promoção de dinâmicas que mobilizem os protagonistas internos para a discussão e (re)construção do respetivo projeto pedagógico. Pretende criar ambientes propícios à partilha de experiências



## Um Jornal... de e para todos! ::

e boas práticas, no âmbito de diferentes dimensões relacionadas com especificidades do trabalho dos agentes educativos, sobressaindo, pelo volume de destinatários, os docentes. Nesse contexto, o enfoque na dimensão pedagógica valoriza uma visão integrada do currículo, promovendo a ligação entre os departamentos e antecipando cenários favoráveis do lançamento/desenvolvimento de projetos transversais e de colaboração entre profissionais em ação na escola. Além disso, ambiciona fortalecer a relação com a comunidade educativa, explicitando o papel de parcerias estabelecidas.

Por fim, destaca o trabalho em curso, incluindo a discussão em torno de planos em ação na escola, para evidenciar o esforço coletivo, (re)definir rumos e estimular a continuidade de iniciativas bem-sucedidas.

As jornadas contaram com vários workshops:

1. "Aprendizagem socioemocional e desenvolvimento pessoal", dinamizado pelas psicólogas *Anabela Ramos e Paula Nascimento*;
2. "O Museu/Conímbriga como sala de aula", dinamizado por dinamizada pelo professor *Pedro Cabral*;
3. "Sentir é aprender: explorar o mundo com Snoezelen", dinamizado pela professora da Educação Especial *Ilda Cardoso*;
4. "Não siga a seta", dinamizado pela atriz *Adriana Campos*;
5. "Aprender com o lugar: estratégias didáticas com o meio local", dinamizado pela professora *Fernanda Filipe*;
6. "Lugares com História, Escola com Memória", dinamizado pelos professores *Maria Otília Mignon e Pedro Cabral Mendes*;
7. "Bem-Estar emocional: estratégias de promoção no contexto escolar", dinamizado pela psicóloga da Direção-Geral da Educação, *Isabel Morgado Henriques*;
8. Bem-Estar Emocional: estratégias de promoção no contexto escolar com "Happy Teams: Equipas Felizes, melhores Cuidados", dinamizado pela enfermeira *Maria José Martins*.

Para finalizar a manhã em beleza, seguiu-se o almoço convívio

na Anobra.



## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Receção aos alunos

A orquestra escolar do Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova apresentou-se, no passado dia 12 de setembro, na Escola Básica nº 2/3 no âmbito da receção aos Encarregados de Educação e dos alunos inscritos no 5º, 6º, 7º e 8º anos.



A preparação de um espetáculo requer muitas horas de trabalho, de procura de músicas que agradem o público e de questionamento. Se uma determinada música fica fora do alinhamento pré-definido, procura-se por outra que seja igualmente agradável ao ouvido.

A orquestra é um lugar de partilha, onde se aprende, essencialmente, a ouvir o outro já que todos os músicos precisam de se ouvir para que a música soe bem. Se um instrumento falha, os outros também falham. Para que um espetáculo corra bem, temos de estar concentrados nas notas musicais a tocar, mas, acima de tudo, temos de nos divertir porque quando o espetáculo acaba, o público levanta-se, sorridente, e bate palmas e o objetivo fica cumprido.

Todos os anos, a orquestra escolar, dirigida pelos docentes de Educação Musical Mário Alves e Maria João Leitão, apresenta um reportório cujo tema é diferente. Depois da Homenagem ao poeta português Luís Vaz de Camões, o tema do reportório do ano corrente percorre os grandes musicais e as grandes bandas musicais que fizeram história, regressando aos longínquos anos 80, ano em que o grupo musical ABBA lançou o primeiro tema do álbum *Super Trouper*: "The Winner Takes it All", e ao recente ano de 2017, ano de lançamento do musical "The Greatest Showman". Em anos anteriores o repertório temático da Orquestra assinalou as comemorações dos 50 anos da Revolução de Abril e o Centenário do nascimento do nosso patrono Fernando Namora.

No decorrer deste tema, no passado dia 12 de setembro, a orquestra levou a palco três de muitas músicas que serão apresentadas num grande espetáculo em preparação que terá lugar no fim do ano letivo decorrente, cujas datas ainda não estão definidas, e que promete trazer diversão, alegria e muita música.

Mas não acaba por aí... A orquestra tem vindo a receber diversos convites, nomeadamente o convite feito pelo Senhor Diretor do Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova, professor Avelino Santos, para a sua participação na entrega dos prémios de Valor e de Mérito, que terão lugar no dia 24 de outubro, altura em que serão apresentadas quatro músicas desta sequência.

Ana Rita Fonseca

## Um Jornal... de e para todos! ::

### Dia Europeu das Línguas

No dia 26 de setembro, comemorou-se o **Dia Europeu das Línguas** – instituído em 2001, por iniciativa conjunta do Conselho da Europa e da Comissão Europeia, com o objetivo de celebrar o património linguístico e a diversidade cultural comuns ao continente europeu ([Dia Europeu das Línguas | Eurocid - Informação europeia ao cidadão](#)).



Sob o lema «**Línguas: a tua ponte para o futuro**», realizaram-se este ano múltiplas atividades dentro e fora de Portugal. No nosso Agrupamento, as professoras de Inglês do 3.º ciclo promoveram momentos de leitura de lendas portuguesas, inglesas e dos países de origem dos seus alunos e a criação de fóruns de debate no Classroom para abordagem da importância do multilinguismo.

Algumas turmas colaboraram com o Europe Direct, sediado em Coimbra, tendo as leituras sido filmadas e enviadas para este organismo, que reenviou as filmagens para o site da EDL – European Day of Languages, organismo que pertence à União Europeia.

Para os nossos alunos, *multilingualism helps people communicate because it makes talking and understanding each other easier (Beatriz Barreto, 9.ºF). It also connects cultures, as we can have friends from other countries, and if we know more languages than our native language, we can speak to our friends in their own language (Inês Narciso, 9.ºA). In addition, it creates job opportunities, as it makes it easier to communicate with people from other countries (Beatriz Ferreira, 8.ºH), so companies value workers who can interact with international clients and partners (Bianca Fortes, 9.ºA). Moreover, it brings Europe together by enabling people to communicate, understand different cultures, and collaborate across borders (Margarida Santos, 9.ºD). Finally, it helps keep languages alive since it encourages their use, values cultural diversity, and ensures their transmission to new generations (David Ladeira, 9.ºD).*

Professores de Inglês do 3.º Ciclo

“O [EUROPE DIRECT Coimbra](#) celebrou o Dia Europeu das Línguas 2025 com atividades descentralizadas em várias escolas da região, como no Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova, onde alunos leram contos e lendas em português, inglês e outros idiomas, focando na promoção da diversidade linguística e intercultural, alinhado com as celebrações nacionais que ocorreram em Sintra e eventos na Universidade de Coimbra e no Instituto Politécnico de Lisboa, sob o lema "Línguas: a tua ponte para o futuro".

<https://l1nk.dev/vUCF9>

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Desafio prato sustentável



No dia 30 de setembro, os alunos da EB1 de Anobra realizaram a atividade "Desafio prato sustentável" que se revelou muito educativa e divertida. Foi um momento de partilha e aprendizagem, onde as crianças tiveram oportunidade de refletir sobre a importância da alimentação saudável de forma lúdica.



Professora Susana Duarte

### Formação urgente sobre diabetes na EB 2,3 de Condeixa-a-Nova

No dia 1 de outubro de 2025, entre as 14h30 e as 15h30, a Escola Básica 2,3 de Condeixa-a-Nova recebeu uma ação de formação sobre diabetes, com foco na hiper e hipoglicemia. A sessão surgiu com carácter de urgência para preparar professores, assistentes operacionais e outros envolvidos no apoio a um aluno do 5.º ano que frequenta esta escola pela primeira vez, e contou com a presença do aluno e da sua Encarregada de Educação.



A enfermeira Sofia Oliveira, da Equipa de Saúde Escolar, dinamizou a formação e ensinou como identificar sinais de alerta, agir em situações de emergência e garantir o bem-estar da criança no dia a dia escolar. Foi uma hora prática e direta, que deixou todos mais confiantes para lidar com o tema.

A escola agradece o apoio da Saúde Escolar e reforça o compromisso com a inclusão e segurança de todos os alunos.

Equipa EPS

### Dia Mundial da Música

Porque ontem, dia 1 de outubro, se celebrou o dia Mundial da Música e porque a música (assim como a poesia) é feita de ritmos, sons e harmonia, enviamos um poema da autoria da nossa colega Patrícia Jesus.

Continuação de um Feliz Dia!

Professora Patrícia Jesus

Professora Patrícia Jesus

**PLAYLIST | DIA MUNDIAL DA MÚSICA**  
01-10-2025

**A MÚSICA QUE TOCA NA ESCOLA**  
Autora: Patrícia Jesus

Chego à escola pela manhã  
Ouvindo a música a tocar  
Que belo dia eu irei ter  
Rodeada de sons pelo ar

Começando o dia com o **DÓ**  
É sempre uma boa motivação  
Pois a seguir vem logo o **RÉ**  
Para nos levar com dedicação

Passo a passo, escuta-se o **MI**  
Em cada aula a entoar  
Seja uma voz mais em **FÁ**  
Seja uma outra a ensinar

Nas salas de aula brilha o **SOL**  
Que todos ali vem aquecer  
Enquanto o professor toca o **LÁ**  
Os alunos estão atentos a aprender

Acabando o dia com o **SI**  
Levo da escola a bonita melodia  
Regresso a casa com o **DÓ**  
Animada pela música deste dia!

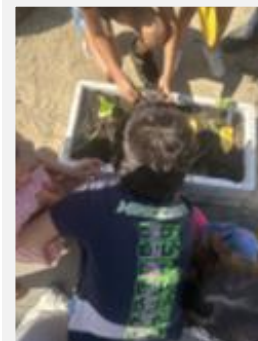
1:15 2:25

## Um Jornal... de e para todos! ::

**Na Escola Básica da Anobra,  
a 8 e 14 de outubro...**



... ouvimos o senhor Cação a contar com se vivia antigamente.



... os alunos da EB1 da Anobra arregaçaram as mangas e dedicaram-se à nossa mini horta escolar. Entre risos e mãos na terra, plantámos com entusiasmo e deixámos o espaço ainda mais bonito.

Agora é tempo de cuidar, regar e observar o crescimento das nossas plantas — uma verdadeira lição de paciência, responsabilidade e amor pela natureza!



Professora Susana Duarte

### **Aprender a fazer pão**

Uma experiência deliciosa! A escola da Anobra foi à padaria "Forno Velho", na Anobra, no dia 16 de outubro, para aprender a fazer pão e degustar esta iguaria tão tradicional. Entre farinha, fermento e muita alegria, descobrimos como se faz o pão quentinho que tanto gostamos. Foi uma manhã cheia de aprendizagens e sabor!



Professora Susana Duarte

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Make Sense Campaign

Decorreu na semana de 6 a 10 de outubro de 2025 a conhecida internacionalmente como *Make Sense Campaign*.

A atividade foi desenvolvida no âmbito da **13ª edição da Semana de Sensibilização para o Cancro de Cabeça e Pescoço**, liderada em Portugal pelo Grupo de Estudos de Cancro de Cabeça e Pescoço (GECCP) e que tem como objetivo alertar para a importância de reconhecer os sintomas da doença, bem como para a importância do diagnóstico precoce que pode prolongar e salvar vidas.

Apesar da sua gravidade e crescente prevalência na sociedade, existe pouco conhecimento geral sobre este tipo de cancro.

O cancro da cabeça e pescoço, que atinge cada vez mais pessoas e cada vez mais jovens, corresponde a qualquer tipo de cancro que possa ser encontrado na região da cabeça ou do pescoço nas vias por onde passam o ar e/ou os alimentos. Este tipo de cancro tem origem nas células escamosas e húmidas situadas no interior da boca, nariz e garganta (na faringe e na laringe). As seguintes localizações não estão incluídas no cancro da cabeça e pescoço são: cérebro, olhos, pele e esófago.

O Vírus do Papiloma Humano (HPV), o tabaco e o álcool são alguns dos fatores de risco da doença. Os principais sintomas da doença são: língua dolorida, úlceras na boca que não cicatrizam e/ou manchas vermelhas ou brancas na boca, dor na garganta, rouquidão persistente, dor e dificuldade ao engolir, caroço no pescoço, nariz entupido e sangue no nariz.

Para que os sintomas da doença sejam reconhecidos por todos os jovens, grupo etário cada vez mais afetado, um dos objetivos da campanha é alertar e contribuir para a sua educação sobre este tipo de cancro, sintomas e sinais de alerta, pois atuar em idade jovem pode significar evitar a doença no futuro.

A sensibilização envolveu alunos do 9.º ao 12.º anos, com a colaboração dos seus DTs, aos quais se agradece o empenho e dedicação na concretização da atividade.

Lamenta-se a falta de condições físicas na Escola Secundária Fernando Namora para a realização de sessões educativas dinamizadas por médico especialista, que teriam sido possíveis no âmbito da campanha.



Equipa EPS

## Literacia Financeira

O projeto Parlamento dos Jovens regressa este ano letivo com um tema de grande atualidade: “Literacia Financeira – Os Jovens Contam”. Nesta edição, os alunos do ensino secundário estão desafiados a refletir sobre a forma como gerem o dinheiro, como se relacionam com o consumo e que papel têm as escolas na formação de cidadãos financeiramente responsáveis.

A iniciativa, promovida pela Assembleia da República, incentiva os estudantes a compreender melhor o funcionamento do sistema democrático, a debater ideias e a apresentar propostas para melhorar a sociedade. No caso da nossa escola, o projeto conta com a dinamização das professoras Leonor Saturnino e Margarida Bacalhau, que orientam os alunos nas várias fases do processo — desde a preparação das listas e das medidas propostas até aos debates e à eleição dos representantes da escola.

Durante as próximas semanas, os jovens participantes irão reunir-se para discutir temas como o orçamento pessoal, a poupança, o consumo consciente e o impacto das decisões financeiras no futuro. O objetivo é construir propostas concretas que reflitam as preocupações e as ideias da nova geração.

Este projeto é mais do que um exercício de cidadania: é uma oportunidade para os alunos desenvolverem competências essenciais de argumentação, investigação e espírito crítico, enquanto aprendem a importância da responsabilidade financeira no mundo de hoje.

Com o entusiasmo e empenho dos participantes, o Parlamento dos Jovens promete ser um espaço de debate, partilha e crescimento, contribuindo para formar cidadãos informados, ativos e conscientes do seu papel na sociedade.

Professora Margarida Bacalhau



<https://shre.ink/qyfH>

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### **Interação Criança–Robô: A Robótica ao Serviço da Terapia da Fala**

A Terapeuta da Fala Catarina Santos, do nosso Agrupamento, participou numa aula de formação no âmbito do mestrado promovida pelo Instituto de Sistemas e Robótica da Universidade de Coimbra. Foi apresentado o robô humanoide NAO, modelo de 2015, atualmente utilizado no projeto Robotherapy. Este projeto tem como principal objetivo promover o bem-estar das crianças, através de aplicações de interação criança-robô que podem ser utilizadas em escolas e instituições de saúde. O robô foi pensado para ser utilizado por todas as crianças, mas especialmente por aquelas que são neurodivergentes, uma vez que o contacto com robôs pode ajudá-las a manter-se mais calmas, concentradas e motivadas.



**Robôs que ensinam e aprendem**—Os robôs sociais, como o NAO, são ferramentas inovadoras que podem simular interações humanas, permitindo às crianças desenvolver competências sociais como empatia, colaboração e comunicação. Estas interações são particularmente importantes para crianças com perturbações do desenvolvimento, como as que se encontram no espectro do autismo, pois os robôs oferecem um ambiente seguro e previsível para praticar competências sociais. Além disso, os robôs reforçam a aprendizagem multissensorial ao utilizarem diferentes formas de comunicação -visual, auditiva e tátil- o que torna o processo educativo mais inclusivo. Podem ainda ser adaptados para apoiar crianças com diferentes necessidades, incluindo dificuldades físicas, cognitivas ou emocionais, promovendo uma aprendizagem mais acessível e equitativa.

**A robótica na Terapia da Fala** - Em Terapia da Fala, os robôs podem assumir um papel complementar muito relevante. A sua utilização estimula a comunicação e pode ser útil em casos de dificuldades de fala e linguagem. No caso de crianças com autismo, por exemplo, o robô pode ajudar na regulação emocional e incentivar a comunicação verbal e não verbal. Estes dispositivos também permitem treinar a articulação, o ritmo e a fluência da fala de forma lúdica e envolvente, tornando as sessões terapêuticas mais motivadoras e eficazes. Outro aspeto interessante é a capacidade dos robôs analisarem padrões de fala e linguagem através de sensores e software de reconhecimento de voz, o que pode ajudar na identificação precoce de dificuldades articulatórias ou de fluência. Esta tecnologia permite uma avaliação mais precisa e a personalização dos planos terapêuticos, adaptando-os ao progresso de cada criança.

**Comunicação aumentativa e TeleSaúde** - Os robôs sociais também podem desempenhar um papel importante na comunicação aumentativa e alternativa (CAA), facilitan-

## Um Jornal... de e para todos! ::

do a expressão de crianças com dificuldades severas de comunicação. Através da sua aparência amigável e comportamentos quase humanos, conseguem criar laços afetivos e aumentar a motivação das crianças, tornando a aprendizagem e a terapia experiências mais positivas e significativas. A robótica abre ainda novas possibilidades na área da TeleSaúde, possibilitando o acompanhamento de sessões à distância, especialmente útil para famílias que vivem longe dos centros de terapia. Assim, é possível garantir um apoio contínuo e personalizado, mesmo em contextos remotos.



**Um futuro mais tecnológico e inclusivo** - Para a Terapeuta Catarina Santos, a robótica representa uma mais-valia para o futuro da Terapia da Fala. Estes recursos tecnológicos trazem inovação e motivação às sessões, tornando-as mais dinâmicas, interativas e centradas na criança. A robótica tem o potencial de transformar a nossa prática e de melhorar significativamente os resultados terapêuticos. A robótica, ao unir ciência, tecnologia e humanismo, abre caminho para uma nova era de educação inclusiva e intervenção terapêutica, onde o foco está na criança e no seu bem-estar.

Terapeuta da Fala Catarina Santos

### Um convite à empatia—O Diário do João

Olá, sou o João, estou numa escola nova, ouço sons diferentes, vejo muitas crianças da minha idade e toco em muitas coisas novas. O meu cérebro por vezes fica baralhado com o que está a acontecer e fico assustado, por isso choro ou grito para fugir desta situação. Gosto de carros, na verdade gosto muito de carros, amo carros, também gosto de falar em inglês. A minha terapeuta da fala ajudou-me a comunicar, ensinou-me gestos, palavras e até usa um *tablet* com símbolos para que eu possa pedir coisas. É difícil dizer frases, ou pedir o que quero. Mas o uso de símbolos também é comunicar, não é? É que é muito mais difícil usar gestos e símbolos porque nem todas as pessoas entendem.

A minha terapeuta da fala deveria ensinar-lhes também. Ela está sempre a dizer que temos de ter empatia, não sei o que ela quer dizer com isso. Na verdade, quando ela fala nem sempre olho para ela. Mas é verdade que gostava que alguém compreendesse o que estou a sentir. Lá está ela a tocar-me para brincar, ainda não percebeu que estou a pensar noutra coisa e nem a estou a ouvir! Mas, na verdade não preciso de dizer nada, ela sabe que o silêncio também diz muita coisa... Até amanhã, vou tentar dormir um bocadinho.

História elaborada com base numa personagem criada para representar uma criança neurodivergente.

Terapeuta da Fala Sara Gaspar

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES



### **Inclusão e Neurodiversidade: Todos Temos um Lugar no Futuro**

A *Critical Software*, empresa sediada em Taveiro-Coimbra e reconhecida internacionalmente pela sua inovação tecnológica e responsabilidade social, tem desenvolvido um Programa de Neurodiversidade que integra pessoas com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) em contextos de trabalho reais e produtivos. Este projeto, pioneiro em Portugal, demonstra que a diversidade cognitiva é uma força e que as diferenças individuais podem ser fonte de criatividade, qualidade e progresso.

No mês de outubro de 2025, tive a oportunidade de conhecer este programa através do testemunho inspirador da Dra. Catarina Fonseca, coordenadora da iniciativa. A sua partilha ajudou-me a compreender um bocadinho mais sobre o verdadeiro significado da inclusão, mostrando que não basta aceitar a diferença: é preciso criar condições para que todos possam participar plenamente e sentir-se valorizados.

A *Critical Software* tem vindo a implementar diversas medidas para tornar o ambiente de trabalho mais acessível: processos de recrutamento ajustados, comunicação clara, formação das equipas e acompanhamento personalizado. Estas práticas criam aquilo a que a oradora chamou de "rampas invisíveis", apoios que permitem eliminar barreiras e garantir que cada pessoa tem oportunidade de mostrar o seu potencial.

No nosso agrupamento de escolas, onde existem alunos com PEA, este exemplo é especialmente inspirador. Mostra-nos que, com o apoio e as oportunidades certas, os nossos alunos poderão, no futuro, trabalhar e contribuir para a sociedade, alcançando empregabilidade e autonomia.

Este exemplo fez-me refletir também sobre o papel da comunicação acessível e empática. Quando nos esforçamos por comunicar de forma clara e previsível, ajudamos cada pessoa a sentir-se segura e capaz de participar. A inclusão começa precisamente aí, na forma como nos relacionamos e acolhemos o outro.

Um dos momentos mais marcantes foi a frase partilhada pela Dra. Catarina Fonseca proferida por um colaborador autista da *Critical Software*:

*"Não tenho apenas um emprego; tenho um sítio onde posso ser eu próprio."*

Esta simples afirmação resume o verdadeiro sentido da inclusão, um lugar onde cada pessoa pode ser autêntica, respeitada e feliz.

O exemplo da *Critical Software* lembra-me que a diversidade é uma riqueza, e que o futuro só será verdadeiramente justo se todas as pessoas tiverem oportunidade de partici-

# Um Jornal... de e para todos! ::

par, aprender e crescer.

Mais do que adaptar as pessoas ao mundo, é urgente adaptar o mundo às pessoas, começando pela escola, onde se aprende o respeito, a empatia e o valor da diferença.

Terapeuta da Fala Catarina Santos

## Caminhada pela Saúde Mental 2025

A caminhada é promovida anualmente pela instituição Irmãs Hospitaleiras, que este ano letivo estendeu o convite à participação da comunidade educativa do agrupamento.

Realizada a 10 de outubro passado, a iniciativa promoveu o bem-estar e a consciencialização da importância da saúde mental. Contou com a participação do Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova: alunos, pais, docentes e assistentes operacionais, envolvendo a Escola Básica nº3, a Escola Básica nº1 e a escola Básica nº2 e 3, num total de 836 participantes estimados.



A dedicação e empenho dos participantes reforçou o compromisso do agrupamento de escolas de Condeixa-a-Nova com a saúde mental da comunidade.



SPO/EPS

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Professor do Ano 2025

Prémio Redes Sociais *ubbu* - Prof. Nelson Silva, Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova.

Dinamizador ativo do Grupo de Professores *ubbu* no Facebook, o Prof. Nelson Silva destaca-se pela partilha constante de experiências e pela criação de conteúdo educativo através do seu canal de YouTube sobre literacia digital e blogues educativos.

Professor do 1.º Ciclo desde 2017, foi pioneiro na implementação da *ubbu* no Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova, integrando a plataforma na disciplina de Oferta Complementar para todos os alunos do 1.º Ciclo. O seu trabalho inovador foi reconhecido em 2020 com a nomeação para "Professor *ubbu* do Ano 2020" para Portugal Continental.

Apaixonado por envolver famílias na literacia digital, dinamizou no ano letivo 2024-2025 a iniciativa "*ubbu* em Família", aproximando pais e filhos como parceiros ativos no processo educativo. A sua dedicação à inovação pedagógica e partilha digital resultou na distinção de Professor do Ano 2025 - Prémio Redes Sociais.

A comunidade escolar dá os seus sinceros parabéns ao professor Nelson Silva.



### PRÉMIO PROFESSOR UBBU DO ANO 2025

Professor Nelson Silva, do Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova, recebeu o Prémio "Professor do Ano 2025 - Prémio Redes Sociais *ubbu*" pelo seu contributo na integração da tecnologia digital e na promoção da literacia digital junto da comunidade escolar. O prémio reconhece a dedicação do Professor Nelson Silva à inovação pedagógica e à partilha de práticas educativas, destacando-o como referência nacional no ensino digital do 1.º Ciclo no âmbito da Plataforma *ubbu*. Em 2020, já havia sido nomeado para "Professor *ubbu* do Ano" pela sua liderança e visão transformadora.



A cerimónia decorreu nas instalações da *ubbu* em Alcântara em Lisboa e decorreu no dia 16 de outubro de 2025. O evento contou com as participações de parceiros como a Fundação MEO, o SAPO, Banco Montepio, Siemens, Portugal Inovação Social, Direção-Geral da Educação e PT. Para além da entrega de prémios o objetivo do evento foi reconhecer e agradecer o contributo importante de todos os que colaboram diariamente para transformar a educação digital em Portugal, principalmente os professores que implemen-

## Um Jornal... de e para todos! ::

tam os programas digitais dentro da sala de aula, os alunos que são protagonistas desta mudança. O prémio recebido reconhece o perfil, percurso educativo, iniciativas e inovação na utilização da Plataforma *ubbu*.

### Perfil e percurso profissional

Nelson Silva é professor do 1.º Ciclo desde 2017 e pioneiro na implementação da plataforma *ubbu* na EB1 de Belide do AE de Condeixa-a-Nova, tendo integrado esta ferramenta inovadora na disciplina de Oferta Complementar para os alunos do 1º Ciclo do AE de Condeixa-a-Nova no projeto @ula+/Oficina de Código. Conhecido pela constante partilha de experiências, destaca-se enquanto dinamizador ativo no Grupo de Professores *ubbu* no Facebook. Para além disso, mantém um canal no YouTube dedicado à literacia digital e à criação de blogues educativos.

### Iniciativas e inovação

No ano letivo 2024-2025, Nelson Silva lançou a iniciativa "*ubbu* em Família", que envolveu pais e filhos como parceiros ativos no processo educativo, reforçando a participação familiar nas competências digitais. Essa abordagem permitiu criar laços mais fortes entre a escola e a comunidade, promovendo ambientes colaborativos de aprendizagem.

Professor Nelson Silva



## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Dia Mundial da Alimentação

No dia dezasseis de outubro comemora-se o "Dia Mundial da Alimentação".

Os alunos do sexto ano da EB2 de Condeixa-a-Nova, no âmbito da disciplina de Ciências Naturais e em contexto familiar, permitindo o envolvimento dos Encarregados de Educação na partilha do conhecimento, realizaram trabalhos que tiveram como principais objetivos alertar a comunidade escolar para a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.



como principal para a importância de

Os trabalhos enquadrados em sintonia com uma Roda da Alimentação Mediterrânica "ao vivo", foram expostos no átrio do bloco A, dando cor e informação sobre os elementos que contribuem para um estilo de vida saudável.



lar.

Aliado com esta exposição foi distribuída fruta pela comunidade docente e discente.

O balanço foi considerado muito bom evidenciado pela interatividade com a comunidade escolar.

Professora Licínia Roque

### A melhor sopa do mundo

#### Uma sopa recheada de magia e carinho!

No Dia Mundial da Alimentação, a 16 de outubro, a turma do 3ºB teve oportunidade de vivenciar mais uma maravilhosa experiência gastronómica, na sala de Apoio à Multideficiência. Este ano, confecionámos uma saborosa e muito saudável



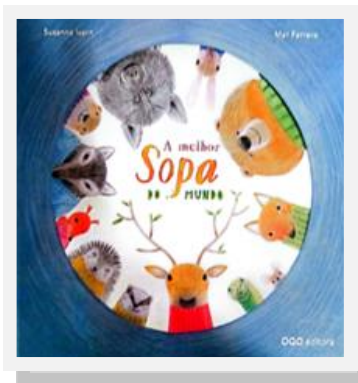
A professora Ilda contou a história "A melhor sopa do Mundo" e apresentou as diferentes personagens e os legumes que cada um levou, para a casa da tartaruga.

Ela é claro que nunca se esquece de contar a história também em Comunicação

## Um Jornal... de e para todos! ::

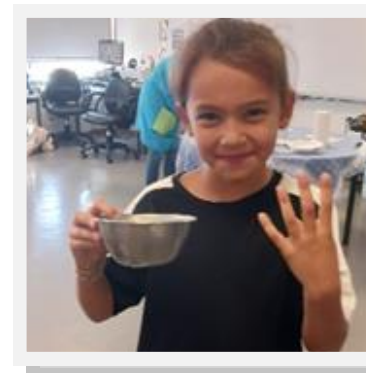
Aumentativa Alternativa, para que todos na sala percebam. Pudemos observar todos os ingredientes da sopa ainda crus.

Ao lado, no fogão, a professora Isabel e a professora Regina foram fazendo a sopa com os ingredientes que vimos ao vivo, pois elas fizeram como nos programas de culinária, na televisão; tinham os alimentos crus, mas, entretanto, já tinham usado outros iguaizinhos, para podermos provar a sopa, no fim da história.



Na sala, pairava um cheirinho a sopa! Ao mesmo tempo que conhecemos os legumes usados, como ingredientes, e apreciámos

a maravilhosa história que nos falava dos animais da floresta que se reuniram na casa da tartaruga. Aí fizeram uma deliciosa sopa, que comeram todos juntos, num dia em que o frio lá fora era intenso, pois nevava muito, na floresta. No entanto, na casa da tartaruga houve lugar para todos, uni-



dos pelo pelos laços da amizade e da cooperação.

Quando a história chegou ao fim, foi a nossa vez de saborearmos a nossa deliciosa sopa de legumes feita com muito carinho, pelas nossas professoras, tal como fez a tartaruga, na história.

Gostámos tanto que alguns de nós repetimos várias vezes!

Aquela sopa aconchegou-nos o estômago e encheu-nos o nosso coração de amizade e ter-  
u m a



nura, pois sentimos todos verdadeira família!

Turma do 3ºB da EB Nº3  
Professora Regina Costa

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### **Ação de Formação certificada para docentes SMILE+**

Decorreu no passado dia 22 de outubro uma ação de formação de curta duração certificada pelo *Centro de Formação Nova Ágora* no âmbito do projeto SMILE+, com a ajuda inestimável da docente Sandra Galante em articulação com a instituição Irmãs Hospitaleiras e organização da Escola Promotora de Saúde (EPS).

Tendo como formadora a responsável pela implementação do projeto no nosso agrupamento, bem como em outros estabelecimentos de ensino de Coimbra, a *Enfermeira Joana Sarmento*, contou com a participação de 18 docentes (*ver texto da própria e fotos, nesta mesma publicação*).

Foi, e nas palavras dos participantes, um momento de profundo enriquecimento. Os relatos de opinião que puderam ser recolhidos, de modo informal e espontâneo, apontam para a possibilidade de reflexão numa temática de enorme atualidade e pertinência, para a sensibilização para assuntos prementes e com os quais os docentes têm que lidar diariamente e cada vez com maior frequência e dimensão. No fundo, referem, sentiram que não estão sós na abordagem às situações que envolvem a saúde mental dos seus alunos e que se vai estabelecendo uma rede de apoio e suporte para o encaminhamento de situações sinalizadas.

A formação destinou-se a docentes do 3.º ciclo, procurando o aumento da literacia em saúde mental, de modo a promover a reflexão sobre o papel do professor na deteção precoce de sinais de risco e reduzir o estigma associado às perturbações mentais. Os objetivos fundamentais da ação visaram a compreensão dos princípios, objetivos e impacto do Projeto SMILE+ no contexto educativo, o reconhecimento da importância da literacia em saúde mental na adolescência e o papel da escola na promoção do bem-estar emocional, o desenvolvimento de competências para identificar sinais de alerta e fatores de risco associados às perturbações mentais mais comuns nos adolescentes e a reflexão sobre o estigma e os mitos relacionados com a saúde mental, promovendo atitudes inclusivas e empáticas.

Equipa EPS

### **Sessão com os Docentes da Escola Básica 2.º e 3.º Ciclo de Condeixa-a-Nova**

O Projeto SMILE+ deu início à sua intervenção no concelho de Condeixa-a-Nova com uma ação formativa dirigida aos docentes da Escola Básica 2.º e 3.º Ciclo de Condeixa-a-Nova, realizada no dia 22 de outubro. A sessão marcou o ponto de partida de um trabalho mais amplo que pretende aumentar a literacia em saúde mental e promover o bem-estar emocional em contexto escolar.

## Um Jornal... de e para todos! ::

O Projeto SMILE+ deu início à sua intervenção no concelho de Condeixa-a-Nova com uma ação formativa dirigida aos docentes da Escola Básica 2.º e 3.º Ciclo de Condeixa-a-Nova, realizada no dia 22 de outubro. A sessão marcou o ponto de partida de um trabalho mais amplo que pretende aumentar a literacia em saúde mental e promover o bem-estar emocional em contexto escolar.



A formação, dinamizada pela equipa do projeto, teve como objetivo sensibilizar os professores para a importância da saúde mental na comunidade educativa, abordando temas como a identificação precoce de sinais de sofrimento psicológico, estratégias de promoção do bem-estar e formas de fomentar um ambiente escolar mais empático e inclusivo.

Com esta ação formativa, a equipa do projeto reforça o compromisso de tornar a saúde mental um tema acessível, compreendido e integrado na vida escolar, contribuindo para uma comunidade educativa mais informada, empática e resiliente.

O Projeto SMILE+ realizou também, uma sessão dedicada aos encarregados de educação da Escola Básica 2.º e 3.º Ciclo de Condeixa-a-Nova.

Este momento teve como objetivo sensibilizar as famílias para a importância da saúde mental no desenvolvimento das crianças e jovens, destacando o papel fundamental que os pais e cuidadores desempenham na criação de um ambiente familiar equilibrado e emocionalmente saudável.



Durante a sessão, a equipa do projeto abordou temas como a comunicação positiva entre pais e filhos, a identificação de sinais de sofrimento psicológico e estratégias para promover o bem-estar emocional no dia a dia familiar.

Este momento de partilha procurou aproximar a escola das famílias, reforçando a ideia de que a promoção da saúde mental é um esforço conjunto entre professores, alunos e encarregados de educação.



Com esta ação, o Projeto SMILE+ reafirma o seu compromisso em promover comunidades educativas mais informadas, saudáveis e colaborativas,

onde o bem-estar emocional é reconhecido como parte essencial da aprendizagem e do crescimento.

Enfermeira Joana Sarmento

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES



Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-nova

### ERASMUS + - Intercâmbio escolar



Decorreu no passado mês de outubro, na Escola Secundária Fernando Namora, a receção de um grupo de 14 alunos e dois professores oriundos da escola Edith-Stein Gymnasium, cidade de Bretten, República Federal da Alemanha, inserido no Programa Erasmus +. O intercâmbio escolar decorreu entre 19 e 25 de outubro, sob o tema **Compared learning and cultural awareness** — Aprendizagem comparada e consciência cultural. Os principais objetivos deste intercâmbio foram:

· adquirir consciência expressão cultural através da aquisição de conhecimentos sobre o sistema de ensino Português, a herança romana em Condeixa-a-Nova, o turismo de natureza da região, especialmente sobre as formações rochosas calcárias, a erosão costeira e as suas consequências (caso da cidade de Figueira da Foz), e ainda as tradições de duas cidades portuguesas: Coimbra (tradições universitárias) e Porto (tradições vinícolas):



· desenvolver capacidades interrelacionais e novas competências, através da prática da língua inglesa, trabalhos de grupo e de pares, discussão de temas, resolução de problemas, utilização de estratégias diversificadas adequadas às problemáticas, promoção da autonomia, empatia e tolerância com outras culturas;



· Utilizar e promover aplicações online (Padlet, GPS, Google Earth, Google Maps...) para pesquisa, orientação e partilha de materiais/trabalhos efetuados em parceria.



Os nossos parceiros alemães tiveram a oportunidade de visitar as instalações escolares, participar e aulas das disciplinas de Inglês, Físico-Química, Biologia e Educação Física, trabalhar no espaço da Biblioteca escolar, almoçar na cantina, visitar as Ruínas de Conímbriga, a Universidade de Coimbra e o Museu PO.RO.S, caminhar pela orla costeira da Figueira da



## Um Jornal... de e para todos! ::



Foz, visitar a cidade do Porto, conhecer e fazer o percurso dos Passadiços de Rio de Mouros e ainda ter uma aula de geologia *in situ* nas Buracas do Casmilo.



Os alunos tiveram ainda a oportunidade de serem recebidos na Câmara

Municipal de Condeixa, pelo agora cessante presidente, Dr. Nuno Moita, numa cerimónia oficial.



Fora do programa oficial do intercâmbio, houve ainda tempo um gelado delicioso na famosa Emanha, para alguns jantares



coletivos, tempo de qualidade com as famílias de acolhimento, brincadeiras, uma viagem de comboio, alguns tempos de pausa, mas poucos tempos de descanso.

Na despedida houve sorrisos, abraços, fotos e algumas lágrimas, comprovando que podemos todos coexistir em harmonia, apesar da nossa diversidade, origens e histórias pessoais. Os nossos parceiros regressaram a casa apenas com 3 queixas: a falta de sol na semana que aqui estiveram, os muitos quilómetros andados e os quilos a mais adquiridos com a nossa comida.

Os nossos alunos aguardam ansiosamente a ida a Bretten e a segunda parte deste intercâmbio, agora em terras germânicas. As professoras envolvidas neste intercâmbio agradecem veementemente aos alunos, famílias de acolhimento e professores que se disponibilizaram a participar no mesmo, nomeadamente aos professores Nuno Santos, José Quadrado e Fernando Wilson.



Esperamos, com este intercâmbio, ter contribuído para promover a tolerância e a aceitação da diferença que tanta falta se fazem sentir no mundo atual em que vivemos. Só com o conhecimento e contacto de perto se podem ultrapassar estereótipos e ideias pré-concebidas e contribuir para a construção de um mundo melhor.

Professoras Fátima Gonçalves, Ana Amaro e Eduarda Andrade  
(responsáveis pelo Projeto)

Intercambio escolar 2025-26	
Portugal- Alemanha	
2ª feira 20 outubro	10.30 - Receção oficial na escola 15 H - Receção oficial na Câmara Municipal 16.30- Visita ao Museu PO.R.O.S
3ª feira 21 outubro	Manhã- Aulas na escola Tarde- Visita à cidade costeira de Figueira da Foz
4ª feira- 22 outubro	Manhã- Aulas na escola Tarde livre
5ª feira- 23 outubro	Manhã- Passadiços de Rio de Mouros Tarde - Buracas do Casmilo
6ª feira- 24 outubro	Manhã- Visita à Universidade de Coimbra Tarde- Ruínas Romanas de Conimbriga
sábado- 25 outubro	Dia inteiro- Visita à cidade do Porto

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Projeto Erasmus + - Testemunhos das famílias de acolhimento

Receber alguém é acolher uma nova história.

Na semana de 19 a 24 outubro, tive a oportunidade de receber em minha casa uma adolescente que participou do programa *Eramus* "+. No começo, confesso que senti um misto de ansiedade e curiosidade, pois não sabia exatamente como seria conviver com alguém que eu ainda não conhecia. Aos poucos, tudo se tornou mais natural do que eu imaginava.

A presença dela trouxe novidades para a rotina da família. Conversamos sobre as nossas vidas, trocamos costumes e descobrimos coisas em comum. Algumas diferenças também apa-

receram, mas o que foi importante para aprendermos uma com a outra. A casa ficou mais animada, com risadas, histórias e pequenos momentos que já deixaram saudade.

O mais marcante foi perceber como essa convivência nos fez crescer. Receber alguém em casa é abrir espaço para novas experiências e para ver o mundo com outros olhos. Senti que não só acolhi uma visitante, mas ganhei uma amiga e uma lembrança que levarei comigo.

O programa *Erasmus*+ terminou a primeira fase, porém a vivência ficou guardada com carinho. Foi uma experiência única, que me mostrou que quando abrimos as portas da nossa casa, também abrimos as portas do coração. Foi de tal forma que fiquei amiga da mãe da adolescente e já combinámos encontros futuros.

EE Vera Ramos (família de acolhimento)



Imaginámos uma semana diferente, pois íamos receber gente. Arrumámos a casa e o quintal, um pouco mais do que o normal. Cumprimentámos o nosso alemão com um aperto de mão. Desde o primeiro dia, cortesia e simpatia.

Comunicámos em inglês: os pais com dificuldade, os filhos mais à vontade.

Cozinhámos pratos habituais e outros menos banais. Falámos do nosso país, da Serra da Estrela, de veados e javalis, de tradições, da

## Um Jornal... de e para todos! ::

família, da comida que comemos e da água que bebemos.

Eles passearam, conversaram, jogaram, riram e partilharam. Andaram à chuva (andaram muito) conheceram-se, entenderam-se.

Despedimo-nos a chover, desta vez com um abraço, não importa o cansaço.

EE Ana Carecho



Partilho convosco momentos de muito aprendizado cultural e principalmente humano.

Todos ganhamos muito: foram momentos maravilhosos, especiais, de troca, muito felizes e que deixaram muitas saudades...

Que venham mais intercâmbios e união entre estudantes, professores e familiares.

Com os melhores cumprimentos e agradecimentos.

Família Gomes da Conceição



O programa de intercâmbio de alunos de Bretten e de Condeixa foi muito enriquecedor, não apenas para os alunos intervenientes, mas também

para as famílias de acolhimento. Acompanhei o real interesse dos nossos alunos em receber bem os colegas alemães, aproveitando o tempo ao máximo para lhes darem a conhecer o nosso património e a nossa cultura, passando por Condeixa, Coimbra e Figueira da Foz.

No ambiente familiar, falámos de lendas e tradições e demos a provar a culinária portuguesa, não faltando as castanhas, o bacalhau e os pastéis de nata.



Foi uma semana muito agradável, só lamento a falta de um elemento: o sol, tão característico do nosso país!



EE Susete Fetal

### Día de los Muertos: mezcla de culturas Uma viagem cultural ao México

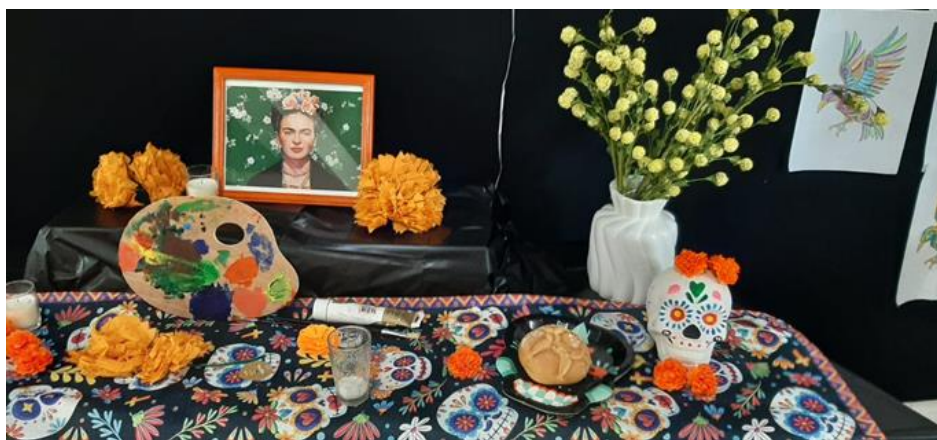
O Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova celebrou a vida e a memória com cores, tradições e aprendizagens em espanhol. Entre 30 de outubro e 5 de novembro, a Escola Básica 2/3 de Condeixa e a Escola Secundária Fernando Namora assinalaram o “Día de los Muertos”, uma das festividades mais emblemáticas do México e do mundo hispânico.



A iniciativa foi organizada pelo Grupo de Espanhol e pelo Clube de Espanhol – *El Rincón del Español*, contando com a participação de alunos da disciplina e dos membros do clube.

O átrio da Biblioteca Escolar da E.B. 2/3 de Condeixa e o da Escola Secundária Fernando Namora encheram-se de cor e simbolismo. Um altar tradicional, decorado com flores de *cempasúchil*, velas, *papel picado*, *calaveras* e fotografias, bem como as icónicas *Catrin*as e *Catrin*es, transformaram o espaço escolar num cenário vibrante que refletiu o espírito alegre e acolhedor desta celebração mexicana.

“Queríamos mostrar que o *Día de los Muertos* não é uma festa triste, mas sim uma forma bonita de recordar quem já partiu”, explicaram as professoras responsáveis pela atividade.



“Foi muito interessante perceber como diferentes culturas falam da vida e da morte de maneiras tão distintas”, acrescentou uma aluna do clube.

Mais do que homenagear os que já partiram, o *Día de los Muertos* é uma celebração da vida. No México, acredita-se que, nesta data, os entes queridos regressam simbolicamente para visitar as suas famílias, sendo recebidos com alegria, música, flores e as suas comidas favoritas.

## Um Jornal... de e para todos! ::

Assim, esta tradição mostra que a morte não representa um fim, mas sim uma forma de manter viva a ligação entre gerações.

Ao longo da semana, os alunos participaram em várias atividades: pintaram os famosos *Alebrijes* — espíritos guia. — na disciplina de Educação Visual, com o apoio da professora Arminda, e, nas aulas de Espanhol, exploraram o significado da data enquanto aprofundavam vocabulário e aspetos culturais.

O resultado foi uma experiência educativa e intercultural, na qual a aprendizagem da língua se aliou à valorização da diversidade cultural.

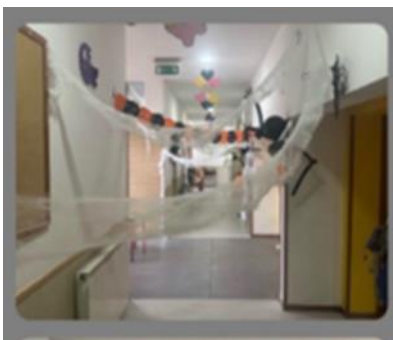
Mais uma vez, o Clube *El Rincón del Español* e o grupo disciplinar demonstraram que aprender uma língua estrangeira é também descobrir o mundo e as suas culturas.



Grupo de Espanhol

### Alunos da EB1 de Anobra comemoraram o Halloween

No dia 31 de outubro, a EB1 de Anobra celebrou o Halloween com muita alegria e criatividade. A escola encheu-se de cores, disfarces assustadores e sorrisos contagiantes. O



s alunos participaram em diversas atividades temáticas, desde jogos e pinturas até desfiles de fantasias e decorações inspiradas nesta data tão divertida.



as e decorações inspiradas nesta data tão divertida.



Professora Susana Duarte

## A Terra Treme

Como vem sendo hábito, no dia 5 de novembro de 2025, às 11h05, assinalou-se o dia da “**A Terra Treme**”. E se de facto fossemos confrontados com uma situação real de sismo, estaríamos todos preparados? São três os gestos simples que podem salvar vidas: baixar, proteger e aguardar. Ora tratando-se de um conteúdo tão importante para o geógrafo e, mais ainda, para a prevenção e segurança dos cidadãos, onde quer que eles vivam ou estejam, este exercício prático serviu para alertar os alunos para o cumprimento de regras em caso de sismo dentro e fora da sala de aula.



Durante o simulacro, no campo de jogos, foi feito um conjunto de recomendações e avisos para a hipótese de estarmos na rua. Mas afinal, Portugal é um país em risco de

sismo? Portugal é um país com risco sísmico por se localizar entre placas tectónicas, numa zona de atividade sísmica relevante, com maior risco nas regiões dos Açores, de Lisboa e do Algarve.

Refletindo sobre a noção de risco que se traduz na probabilidade de ocorrência de certo acontecimento com consequências negativas de proporções devastadoras para os seres humanos, salienta-se a importância da realização de atividades

no âmbito desta temática que ajudem a comunidade educativa a prevenir e evitar uma catástrofe (medidas de mitigação).

Nesta perspetiva cabe, em primeiro lugar, à Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil desenvolver medidas que procuram sensibilizar os cidadãos para a eventual ocorrência de risco sísmico e para a importância de comportamentos simples que os cidadãos devem adotar e que podem salvar vidas.

Alerta: onde quer que estejas, em casa, na escola, na rua ou em férias noutra país, cumpre as medidas de segurança. Num próximo simulacro realiza todos os procedimentos com responsabilidade para aprenderes a proteger-te e a salvar, um dia, a tua vida!

Fotografia: alunos do 9ºE, 2025  
Professora Nazaré Monteiro

### Palestra sobre o Índice de Pobreza Multidimensional (IPM) em Angola

No âmbito da disciplina de Geografia, e ao longo de duas semanas, a professora Margarida Bacalhau levou seu contributo pessoal e profissional às turmas do 9ºano, trazendo as suas experiências num percurso de três anos enquanto professora em Angola, na Escola Portuguesa. A seleção de fotografias, vídeos e relatos daquilo que os olhos de uma geógrafa capturaram e as suas emoções foram uma mais-valia para o aprofundamento do conteúdo “Índice de Pobreza Multidimensional”, nas suas diferentes dimensões. Pobreza extrema com crianças descalças que vivem nas ruas e catam lixo para sobreviver ou imagens dos *Musseques*, ca-



casas de terra batida com os telhados de colmo ou de chapa, presos com pedras, formando os bairros degradados de Luanda, evidenciam a ausência de redes de esgotos, de água canalizada e de rede elétrica. As ruas de terra batida ou de asfalto degradado por onde escorre, em dias de chuva, as fezes e a urina, que tanto contribui para a proliferação dos mosquitos causadores da malária, são um dos fatores responsáveis pela elevada taxa de mortalidade em Angola.

A professora mostrou ainda imagens de outra realidade de Angola, onde as praias privadas, *Resorts*, e as mansões de luxo contrastam com a pobreza extrema. É um país em desenvolvimento, a dois ritmos distintos, onde 51,2% dos angolanos vivem em pobreza multidimensional extrema, sofrendo de múltiplas privações na saúde, na educação, na qualidade da habitação e do emprego.

Através desta pequena amostra da realidade angolana, os alunos puderam constatar as dificuldades vividas pelos adolescentes e o que eles suportam no seu dia-a-dia para sobreviver.

Agradeço, conjuntamente com todos os alunos do 9ºano, a disponibilidade da professora Margarida Bacalhau por esta viagem tão proveitosa e enriquecedora.



Professora Nazaré Monteiro

## :: Um Jornal... de e para todos!

### Intercâmbio Condeixa-Bretten

Durante a semana de 19 a 25 do passado mês de outubro, diversos estudantes da Escola Secundária Fernando Namora receberam e acolheram em suas casas um conjunto de alunos e alunas alemães, abrangidos num protocolo de intercâmbio escolar entre Condeixa e Bretten — um município com um forte e antigo laço com a vila de Condeixa, uma aliança que sustenta o título de «vilas geminadas».



Foi na noite de domingo que chegou a Condeixa um autocarro repleto de catorze jovens alemães, fazendo-se acompanhar de dois aventureiros que desempenhavam também a função de professores. Numa tentativa de primeira ambientação ao bom clima português, os nossos estrangeiros foram recebidos com chuva e sintomas de trovoadas. Estávamos todos com o típico formigueiro, pais e irmãos incluídos. Uma impaciência surtida pelo nervosismo de ter um desconhecido a dormir em casa, ou pelo entusiasmo de gozar de companhia para a escola no dia seguinte.

Já nos respetivos novos e velhos lares, instalaram-se os convidados e descortinou-se a razão das bagagens tão grandes. Foram-nos oferecidos presentes, comida, brindes, prendas fartas que nos fazem desconfiar um desvio geográfico na origem da expressão «à grande e à francesa».

Na primeira ida à escola, percebemos que receber alemães torna-se um verdadeiro teste à nossa pontualidade (e, naturalmente, à paciência deles). Surgiu, por outro lado, uma desculpa para podermos utilizar a porta de entrada sempre interdita, em condições ordinárias, a nós alunos. *Vimos trazer o Max/a Emma!* — dizíamos nós, com um sorriso matreiro, à Dona Lídia. Findos os protocolos necessários cumpridos pelo senhor Diretor e rompidas as formalidades, deu-se início à melhor parte da receção: o ensaio gastronómico.

Fomos, tanto ou mais que os alemães, surpreendidos por uma mesa repleta de iguarias locais e nacionais, por cortesia das professoras e da Dona Fátima dos serviços de ação social escolar. O pastel de nata não pôde fugir à equação, e, por ação dum ou duma corajosa, logo quebrada a inércia kantiana, não tardaram a correr rumores de uma aniquilação total do *stock* de pastéis de nata. Até quanto nós alunos soubemos, ninguém foi preso por recorrer indevidamente ao uso da colher. As idas à cantina que se revelavam por vezes menos promissoras, eram rapidamente compensadas com um

## Um Jornal... de e para todos!::

*kebab* do comércio local. As conquistas gastronómicas não pararam por aí, fosse pela exibição dos indefetíveis dotes culinários das mães, fosse pelos restaurantes aos quais submetíamos os alemães. Descobrimos ainda que o processo de adaptação cultural compreendia também o horário das refeições. Enquanto às seis da tarde, talvez estivessem eles curiosos de quando iríamos finalmente jantar, nós portugueses tentávamos de uma vez por todas decidir o que fazer para o lanche. Por vezes bem que nos demorávamos, e logo fazíamos questão de lhes dar a provar a verdadeira hospitalidade portuguesa: começávamos com um simples «querem mais um bocadinho?» e terminávamos com sete travessas de comida e um debate existencial sobre sobremesas.

Estas conversas tradicionalmente portuguesas, pautavam-se sempre pela dificuldade na comunicação entre ambos. Aprendemos duas ou três palavras, ensinámos quatro ou cinco. A barreira idiomática foi sempre encarada, não como um obstáculo, mas como algo que fazia parte da experiência e era tanto causa de aflição como motivo de riso.

Nesta primeira parte da experiência, tentávamos sempre receber da melhor forma, tal e qual da maneira que lá gostaríamos de mais tarde ser recebidos. Entre portugueses, procurávamos sempre alinhar planos, boleias, jantares, numa semana que nos motiva inicialmente a dar a conhecer a nossa região e o nosso país, e que acaba por semear uma ponte para a partilha, a exploração das diferenças e o intercâmbio cultural.

Com o passar dos dias e das noites, a expectativa do «clima temperado de Portugal» foi, lenta, mas certamente, desvanecendo, dando lugar a uma semana de chuva que faria qualquer alemão sentir-se em casa. E realmente, tanto eles como nós, já se sentiam mais em casa. Num piscar de olhos, era sexta-feira e o sol poente esclarecia que devíamos aproveitar ao máximo uma última noite todos juntos.

Na manhã seguinte, lá nós reunimos novamente, brindados com um temporal desgraçado. Os pais, como peça fundamental do *puzzle*, sentiram-se comovidos, e, deixaram-se perceber que a presença de um estranho se transformaria na ausência de alguém conhecido. E lá se deram as despedidas chorosas, abraços e promessas de visita — o que em linguagem de intercâmbio significa que correu mesmo bem.

Se há quem diga que viajar é sair da zona de conforto, então participar num intercâmbio é mesmo viver fora dela. Deixámo-los confortáveis, com as malas mais leves e as barrigas mais pesadas, ainda que assombrados pela realidade de não poderem comer escarpada num futuro tão próximo quanto gostariam. Estamos ansiosos para que, daqui a alguns meses, a nossa zona de conforto esteja a uns bons milhares de quilómetros — e a uns graus Celsius a menos — de distância e que possamos lá viver, por uma semana que seja. Por agora, podemos reocupar as casas de banho e falar em português descansados.

*Miguel Pires. 12.º ano (participante no intercâmbio)*

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### **Magusto em família na EB1 de Anobra**

A EB1 de Anobra, no dia 7 de novembro organizou um magusto familiar, com a chegada do outono, o tempo ficou frio e as castanhas prontas a colher. Nesta época celebra-se um Santo muito popular, o S. Martinho e, com ele, as castanhas assadas nos famosos magustos escolares. Deste modo, a EB1 de Anobra não quis deixar de celebrar este dia tão especial. Como se previa, chovia nesse dia, e tivemos que ir celebrar para a União Sport da Anobra. O evento foi alargado a toda a comunidade e, como era de esperar, para além dos alunos, professores e auxiliares, apareceram os pais, avós, irmão, familiares e outras pessoas da nossa comunidade que, ao terem conhecimento de tão grandioso magusto, não quiseram deixar de participar. Claro que não



foram só castanhas que se comeram: havia deliciosas bifanas, caldo verde maravilhoso e sobremesas de deixar água na boca.

No fim, não podia deixar de haver muita brincadeira e boa disposição entre todos. Foi uma celebração fantástica!

Um dia repleto, aprendizagens e de laços com a comunidade.

Professora Vânia Lopes

### **Doação de bens** (legumes, frutas, bebidas caseiras, ovos...)

Confeção de sabores da nossa terra (bolos, salgados, tartes, doces ...) . O tão aguardado arroz doce. Confeção de artigos artesanais, ou mimi-nhos para a criançada (pulseiras, fios, canetas, quadro em ponto cruz, porta chaves...). Flores sempre presentes (catos, suculentas,...). O MERCADINHO da Anobra é rico de costumes e tradições.



Professora Susana Duarte

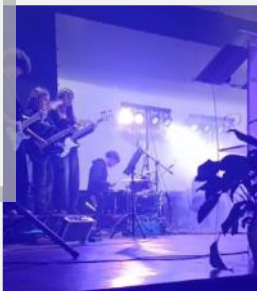
A escola recebeu, no dia 24 de novembro, dois agentes do programa Escola Segura ( PSP), para uma palestra às turmas do 9º ano sobre Segurança Rodoviária. Foi explicado o Código da Estrada, a classificação de veículos e a importância dos dispositivos de segurança, Alertaram que Portugal é dos países com maior índice de sinistralidade, sendo o excesso de velocidade a principal causa. Os alunos colocaram questões sobre o sistema de pontos da carta de condução, Muitos alunos desconheciam que , durante a condução, e na via pública, só é permitido o uso de 1 auricular para comunicação, sendo proibido usar nos dois ouvidos.



Professoras de Físico-Química (9.º ano)

## Um Jornal... de e para todos! ::

### Dia do Diploma



A Direção do Agrupamento de Escolas de Condeixa-a-Nova teve a honra de convidar toda a Comunidade Educativa, a participar na cerimónia de entrega dos Diplomas de

Mérito e Valor, que decorreu no dia 5 de dezembro, a partir das 21:30 horas, no Pavilhão Municipal de Condeixa-a-Nova (Junto Escola Fernando Namora).

Foram entregues os diplomas de mérito aos alunos dos anos terminais de ciclo, na presença de alunos, familiares, diretores de turma e outros elementos da comunidade escolar.

A cerimónia foi abrilhantada pela orquestra do agrupamento, dirigida pelos professores Mário Alves e Maria João Leitão.



A equipa do Jornal

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### O MUNDO DOS ROBÔS

#### Semana da Ciência encheu a escola de robôs e descobertas!

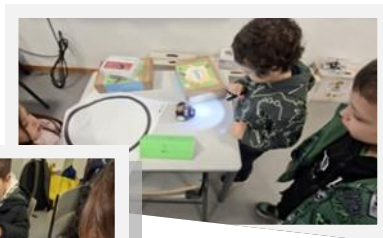
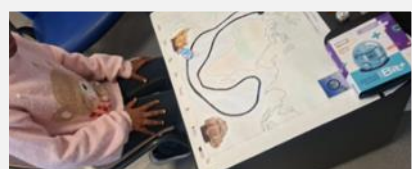


Na EBN 3 de Condeixa-a-Nova, decorreu a **Semana da Ciência** entre os dias 17 e 21 de novembro. Os alunos do pré-escolar e do 1.º ciclo participaram em diversas atividades de robótica e programação, dinamizadas pelo professor Nelson Silva, no âmbito da disciplina de Oferta Complementar, na Sala Ciência Viva SICÓnautas Exploradores de Sicó. A iniciativa teve como objetivo para além de celebrar a **Semana da Ciência** despertar a curiosidade científica dos alunos e promover o contacto com a tecnologia de forma lúdica e educativa.

Os mais pequenos divertiram-se com os robôs BeeBot, BlueBot e Tale-Bot, realizando itinerários e percursos definidos por setas, o que lhes permitiu desenvolver o raciocínio lógico e a noção de lateralidade e sequência de comandos. O Bubble, um robô que desenha, foi também uma das estrelas das atividades, ajudando as crianças a perceber como a programação pode ser usada para criar formas e desenhos coloridos.

Já os alunos mais crescidos tiveram desafios ainda mais emocionantes! Utilizando os robôs WeeeBot e MBot, organizaram autênticos jogos de futebol, onde aprenderam conceitos de direção e controlo, além de definirem estratégias de trabalho em equipa. Com os robôs Ozobot os alunos programaram os robôs com códigos de cores para com os seus sensores, lerem a programação com códigos de cores e executarem percursos desenhados em papel, como por exemplo, a Viagem de Vasco da Gama à Índia. Com estas experiências, os alunos exploraram princípios básicos da robótica, como sensores de movimento e programação por blocos.

A Semana da Ciência foi um verdadeiro sucesso, permitindo que todos os alunos, desde os mais novos até aos mais velhos, descobrissem o fascinante mundo da robótica e da programação de forma divertida e envolvente.



Professor  
Nelson Silva

## Um Jornal... de e para todos! ::

### Escola assinala Dia do Pijama com mensagem de solidariedade e direitos das crianças

A Escola Básica da Ega juntou-se a milhares de crianças em todo o país para celebrar o Dia do Pijama (20 de novembro)- uma iniciativa que assinala também o Dia da Convenção Internacional dos Direitos da Criança. Num ambiente



recheado de



cor, alegria e espírito de união, os alunos do 1.º Ciclo participaram de forma entusiástica, trazendo para a escola os seus próprios pijamas e as tradicionais “Casas dos Pijamas”, um contributo simbólico para apoiar esta causa solidária.

Ao longo do dia, foram dinamizadas diversas atividades que envolveram as crianças num clima de solidariedade, amizade e partilha. Entre histórias, música, conversas e momentos de reflexão, reforçou-se a importância de garantir o bem-estar e a proteção de todas as crianças.



A mensagem central da iniciativa foi relembrada repetidamente: “todas as crianças têm direito a crescer numa família”. A comunidade escolar reforçou,



assim, o seu compromisso com a promoção dos direitos das crianças e com a construção de um ambiente mais justo, afetuoso e inclusivo.

Professora Vera Ferraz



## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### Maratona de Cartas

*Está a decorrer na Escola Secundária Fernando Namora, no período de 20 de outubro e 31 de dezembro de 2025, a atividade **Maratona de Cartas**.*

*A Maratona de Cartas é o maior evento de direitos humanos organizado pela Amnistia Internacional em todo o mundo. Nos últimos meses de cada ano são mobilizadas milhões de pessoas para atuar em defesa de pessoas e comunidades que veem os seus direitos humanos violados. Quem participa aceita combater a injustiça e contribuir para um mundo mais justo através da assinatura de petições, redação de cartas, organização de eventos, partilha de informação (...).*

Convidamos, toda a comunidade a participar pela defesa e construção de um mundo melhor!

Professora Paula Morgado



### Dia Universal dos Direitos da Criança

No âmbito das comemorações do **Dia Universal dos Direitos da Criança** (20 de novembro), o Clube Europeu da Escola Básica (EB) Nº 2 de Condeixa-a-Nova, em colaboração com a biblioteca escolar, inaugurou uma exposição que encheu o átrio da biblioteca de cor e significado.

A iniciativa teve como principal objetivo sensibilizar toda a comunidade educativa — alunos, professores, funcionários e encarregados de educação — para a importância dos direitos e da proteção da infância, tal como consagrado na Convenção sobre os Direitos da Criança das Nações Unidas.

#### Uma Imagem, Um Direito

A exposição destacou-se pela sua abordagem visual e apelativa, procurando ilustrar cada direito específico com imagens coloridas e acessíveis, que traduzissem a complexidade dos artigos da Convenção para uma linguagem universal e de fácil compreensão para os mais jovens. Esta exposição foi ainda complementada pela exibição contínua de pequenos vídeos educativos relativos ao tema, que enriqueceram a experiência pedagógica dos visitantes.

O Clube Europeu da EB Nº 2 tem procurado desenvolver iniciativas que promovem



## Um Jornal... de e para todos! ::

a cidadania ativa e os valores europeus. Esta exposição é mais um exemplo do seu compromisso em formar cidadãos informados e conscientes dos seus direitos e deveres.



Professora Fernanda Fidalgo

### Os Piratas

No dia 5 de dezembro, o Grupo de Português, promoveu uma sessão de teatro para os alunos do 6.º ano, com a apresentação da peça "Os Piratas", de Manuel António Pina.

A interpretação esteve a cargo do Grupo de atores da Companhia Casa da Língua Portuguesa, sob a encenação de Sónia Aragão, num projeto desenvolvido pela Porto Editora.



Manuel António Pina (1943-2012) é um autor de livros infanto-juvenis. A sua obra é um verdadeiro desafio à imaginação, obrigando o leitor a tentar desconstruir ou reconstruir a história, tentar encontrar uma entrada ou saída para a teia de acontecimentos. É um verdadeiro jogo de interpretação.

No texto dramático, brilhantemente encenado por Sónia Aragão, o dramaturgo inspira-se do imaginário Atlântico dos portugueses e na tradição de emigração. Transporta-nos para um local que se assemelha a uma ilha visitada por piratas (homens rudes e insensíveis), onde o mar está sempre presente. A desgraça cria uma amizade improvável entre Manuel e Ana, unidos pelo sofrimento causado pelo naufrágio, emigração e perda de vidas. O espetador tem dificuldade em entender se o sonho de Manuel é real ou se é do naufrágio que fala. Sonho ou realidade? Os objetos mágicos encontrados pelas duas crianças no sótão de Manuel reforçam a confusão que se instala e adensam o mistério. «Divertido, mas um pouco confuso», declarou o Henrique do 6.º E, depois da peça.

O cenário criado para esta peça contribuiu para intensificar o mistério. «Quando algumas caixas caíram, fiquei surpreendido», confessou o Guilherme do 6.º E. Os atores escondem a cara em caixas de cartão inexpressivas, de modo a reforçar a comunicação através de linguagens corporais.

A cena decorre na totalidade no sótão da casa de Manuel, onde os caixotes de cartão se sobrepõem de forma frágil e o relógio marca a passagem do tempo entre o passado e o presente. A magia está sempre presente. Os objetos mágicos e as pessoas desaparecem, desafiando a curiosidade e a capacidade de interpretação do jovem espetador. «Gostei do momento em que o ator fez desaparecer o lenço vermelho», comentou a Sofia do 6.º E.

Professores de Português do 2.º ciclo

## :: NOTÍCIAS / ATIVIDADES

### ***Há poetas por aqui?***

Poemas produzidos por turmas da EBN1, no âmbito de um projeto de escrita criativa.

#### ***Primeira viagem***

Gostava de voar  
Entre as nuvens e o luar  
Eu queria ter um barco  
Para longe viajar  
Conhecer terras distantes  
E para casa voltar  
Viver a vida de antes!

**3.ºB** 17/09/2025

#### ***As nossas palavras***

Para escrever um poema  
é preciso liberdade  
e respeitar as palavras  
que escrevemos com verdade.  
Podem ser palavras  
de tristeza,  
de solidão  
e até de ansiedade.  
Podem ser  
de alegria,  
de surpresa  
ou de muita  
felicidade.

**3.ºA** 01/10/2025

#### ***Lua***

Quando olho  
para a lua  
e a lua  
olha p'ra mim,  
não sei porque  
fico assim.

Gosto quando ela fica  
redondinha,  
lá no alto do céu,  
até de manhãzinha.

Gosto quando ela brilha  
e ilumina  
os teus olhos de menina!

**4.ºA** 17/11/2025

#### ***Futuro***

Gostava de ser cientista  
muita coisa descobrir  
ainda não sou especialista  
muita coisa vai explodir!

Quando vai o sol expandir?  
E universo, só há um?  
Ou é só este  
e mais nenhum?

Estudar, aprender, trabalhar  
observar, explorar e concluir.  
Com paixão e inspiração  
tenho o futuro na palma da mão!

E com muita dedicação,  
posso ser o que eu quiser,  
seja homem ou mulher!

**4.ºA** 04/11/2025



#### ***Lua distante***

Ó lua tão mentirosa  
passas a noite a brilhar  
tão linda e luminosa  
deixas a paixão pelo ar!

Ó lua tão redondinha,  
nas noites de lua cheia,  
queria que fosses minha.

Ó lua tão distante  
não te consigo tocar,  
mesmo por um instante  
queria poder voar.

Ó lua tão brincalhona  
quem me dera brincar contigo  
e ser o teu melhor amigo!

**3.ºA**  
19/11/2025



<https://shre.ink/qBta>

# Um Jornal... de e para todos! ::

## Lua dançarina

Lua, lua  
lá no céu  
a girar em volta  
de mim.  
Porque brilhas  
assim?

Lua, lua  
lá no alto  
a brincar  
com as estrelas,  
pelo espaço  
a voar.

Lua, lua  
vem cá abaixo  
para comigo  
dançar,  
e o mundo  
iluminar.

**3.ºB** 18/11/2025

## Alegria e ambição

Para escrever poesia  
preciso de alguma tristeza  
mas prefiro a alegria.  
Preciso de me inspirar  
para o poema brilhar.  
Escrevo sobre a vida,  
o amor e a paixão  
e tudo o que tenho  
trancado no coração.  
Volto agora à ciência,  
que está em todo o lado  
e explica  
a minha existência.  
Poesia é alegria!  
Ciência é ambição!

**3.ºA** 26/11/2025

## Escolhas

Ciência é razão  
pode resultar,  
ou não!  
Poesia é alegria,  
que fica  
no coração.  
Ciência para evoluir  
Poesia para sentir!  
Ciência para explorar  
Poesia para expressar.  
Não preciso de escolher  
Com as duas  
quero viver!

**4.ºB** 28/11/2025

Na senda de Antero de Quental  
«As fadas»

As fadas...?  
eu creio nelas!  
Aparecem em sonhos!  
Nos meus, eterna criança.

E se um dia, só porque sim,  
uma fada me fadasse...?  
Que desejo pediria?  
afeto?  
amor?  
felicidade?  
saúde?  
riqueza?  
imortalidade?  
sonhos?  
liberdade?  
Talvez seja demasiado  
ou pediria apenas...  
...paz...silêncio...solidariedade?!

- Pode ser, querida fada?!  
Concedes-me este condão?  
Até já, imaginando,  
Se estão meus olhos fechando...  
Deixa-me já, já dormir!

Tipos de PALAVRAS

Há palavras grandes  
como: mãe e pai.

Há palavras escuras e frias  
como: morte e sofrimento.

Há palavras com afeto  
como: amor e carinho.

Há palavras doces  
como: bolo e mel.

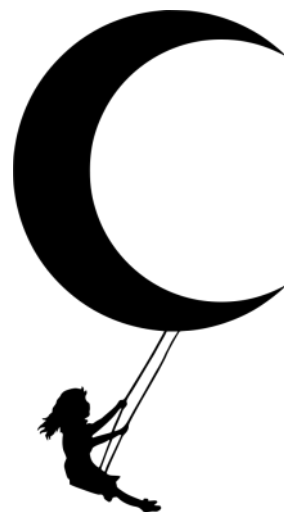
Há palavras inesquecíveis  
como: família e amigo.

Há palavras emotivas  
como: coragem e força.

Há palavras brilhantes  
como: sol e estrela.

Há palavras cruéis  
como: guerra e solidão.

Há palavras que dividem  
como: racismo e bullying.



Alunos do 5.º B, Português  
(Oficina de escrita: Brincando com versos)

Professora M<sup>a</sup>  
Otília Mignon

## :: Um Jornal... de e para todos!

### DIA das BIBLIOTECAS ESCOLARES!

#### Concurso de Escrita Criativa "IA e o Futuro das Histórias"

Num mundo onde os contos de fadas se cruzam com algoritmos e os heróis tradicionais enfrentam inteligências artificiais, nasce um desafio para mentes criativas: imaginar o futuro das histórias. No Mês Internacional das Bibliotecas Escolares (MIBE) convidamos todos os alunos do 1.º ciclo (3º e 4º anos) ao ensino secundário a embarcar nesta aventura literária, através de uma proposta de Concurso de Escrita Criativa, onde o desafio é misturar personagens clássicas com robôs, máquinas pensantes e cenários surpreendentes. Será que o Lobo Mau se tornará um programador? E se a Branca de Neve tivesse um assistente virtual? Para os mais velhos, o desafio é ainda maior: reinventar o futuro com base em mundos distópicos como 1984 ou Fahrenheit 451. A imaginação é o limite, e a IA é a nova personagem principal.



Agradecemos a todos os alunos e docentes que participaram com entusiasmo e criatividade nesta iniciativa que desafiou a imaginação e o pensamento crítico sobre o papel da inteligência artificial nas histórias do futuro.

Recebemos: 1º ciclo - 5 trabalhos; 2º ciclo - 4 trabalhos; 3º ciclo - 4 trabalhos; ensino secundário - 16 trabalhos

Foram acordados com os 3 jurados (Carlos Fontes, docente de português; Sara Luís, docente de português e adjunta da Direção e Inês Rodrigues, Técnica da biblioteca municipal), a quem muito agradecemos a disponibilidade e o trabalho, os seguintes critérios de avaliação: Criatividade e Originalidade, Coerência e Estrutura Narrativa, Integração do Tema, Qualidade da Escrita e Pensamento Crítico e Reflexivo.

Estes fantásticos textos seguem em anexo para leitura e partilha. Convidamos todos a explorar estas narrativas que cruzam o imaginário clássico com os desafios e possibilidades da inteligência artificial.

Parabéns aos autores e a todos os envolvidos!

Os prémios serão entregues em momento oportuno.

*Este anúncio é feito precisamente no Dia das Bibliotecas Escolares, uma data que celebra o papel essencial destes espaços na promoção da leitura, da criatividade e do pensamento crítico. Que este concurso seja mais uma prova de como a biblioteca continua a ser o coração pulsante da vida escolar.*

Professoras bibliotecárias  
Ana Rita Amorim & Helena Reis

## 1.º Prémio

1.º Ciclo - A IA e o monstro – Texto coletivo, 4.º A – EB n.º 3



### A IA e o monstro



Era uma vez, numa floresta cheia de vida e segredos assustadores, um simpático monstro de aspeto terrível que vivia triste e solitário.

Devido à sua aparência, nenhum animal da floresta se aproximava dele, embora fosse bondoso e amável. Por isso, passava os dias sozinho, a deambular pela natureza e a conversar com as plantas que encontrava, as únicas que não conseguiam fugir.

Um dia, durante um dos seus passeios, encontrou um laboratório em ruínas, completamente abandonado. A curiosidade foi mais forte do que o medo, e o monstro decidiu entrar para explorar o que lá havia. No meio do pó e das teias de aranha, descobriu um estranho paralelepípedo metálico e enferrujado, com pequenas luzinhas a piscar. Hesitou por um momento, mas acabou por se aproximar. Tocou-lhe e as luzes começaram a piscar com maior intensidade.

De repente, o paralelepípedo vibrou e uma voz suave ecoou pelo laboratório: Bip...bip...sistema a reiniciar... olá? Há alguém aí?

O monstro recuou, assustado. Nunca tinha ouvido uma voz assim, metálica, mas gentil.

S-sou eu... - murmurou ele, encolhendo-se um pouco. - Eu não queria incomodar. Incomodar!? - respondeu a voz, curiosa. - Foste tu que me acordaste! Há quanto tempo dormia eu?

O monstro olhou em volta, confuso.

Não sei... talvez há muitos, muitos anos. Quem és tu?

Sou uma Inteligência Artificial, a IA - respondeu o objeto, e uma pequena luz azul acendeu-se no seu topo. - Fui criada para aprender, ajudar e cuidar. Mas... parece que fiquei esquecida.

O monstro sorriu timidamente.

Eu também fiquei esquecido.

Houve um breve silêncio, apenas interrompido pelo som do vento. Então a IA disse:

Se quiseres, podemos ficar esquecidos juntos.

Desde esse dia, o monstro e a IA tornaram-se inseparáveis. Ele levava-a consigo pendurada ao pescoço, dentro de uma pequena bolsa de musgo e folhas secas

A IA ensinou-o a compreender melhor o mundo à sua volta: ensinou-lhe sobre as

## :: Um Jornal... de e para todos!

estrelas, as árvores, e até sobre a vida dos animais.

Mas...havia algo que a IA não conseguia compreender, a tristeza do monstro. Pois por mais dados que analisasse, por mais palavras que procurasse, não entendia o que era "sentir".

Então um dia, a IA teve uma ideia para ajudar o monstro.

E se mostrasses à floresta quem realmente és? Podemos construir algo bonito, algo que todos possam ver e sentir!

Juntos, recolheram flores, pedras brilhantes e ramos curvos, e criaram uma enorme escultura no centro da floresta, um coração feito de natureza e luz, que palpitava suavemente ao entardecer.

Quando os animais o viram, aproximaram-se com curiosidade. No meio do coração, estava o monstro, não o assustador ser das sombras, mas o amigo gentil que sorria e os cumprimentava.

IA falou através das suas luzes:

Às vezes, o que parece assustador esconde apenas um coração que quer ser compreendido.

E, desde então, o monstro nunca mais esteve sozinho.

A floresta ganhou um novo guardião e uma nova amiga luminosa, e todas as noites, as luzes da IA piscavam entre as árvores, lembrando a todos que a amizade pode nascer até nos seres mais improváveis.

Texto coletivo 4º A – EB n.º 3

### 2.º Ciclo - *Uma aventura com a IA* – Diana Veríssimo, Francisca Lopes e Gabriela Barata – 5.º E, EB n.º 2



#### **Uma aventura com a IA**

Numa bela manhã de verão, o sol estava muito quente e os raios de sol entravam pelas janelas dos habitantes da pequena cidade de Andorinha.

Nessa cidade, vivia uma menina simpática, carinhosa, bonita e muito delicada.

Os seus olhos eram verdes como esmeraldas e a sua pele era clara e suave como as nuvens daquele lindo céu. Ela tinha vários vestidos para todas as épocas do ano, principalmente para encontros de realeza, aniversários,... E o seu favorito era um vestido longo e roxo, com pérolas.

O seu cabelo era dourado como os raios do sol quente daquela manhã e muuuuito comprido!

Não conhecem uma princesa assim?



## NA BIBLIOTECA ACONTECE ::

É claro que conhecem!!! É a Rapunzel!!!

Rapunzel acordou cheia de calor. Isto acontecia todos os verões.

No verão passado, os empregados dela tinham ligado o ar condicionado e o cabelo, simplesmente, despenteou-se todo, voando para a cara dela.

A princesa estava farta!

Então, decidiu colocar um anúncio na internet, que dizia: «*Procura-se um ajudante com capacidade para pentear longos e embaraçados cabelos da realeza. Quem demonstrar empenho neste trabalho, receberá uma grande recompensa mistério!*».

No dia seguinte, os Três Porquinhos, ao verem o anúncio, decidiram candidatar-se.

Os Três Porquinhos foram a correr para o castelo real, pois queriam muito receber a recompensa mistério.

Como tinha chovido há pouco tempo, havia muitas poças de água e, principalmente, poças de lama. A caminho do castelo, o Elmer, o Óscar e o Bóris passaram por cima de muitas poças de lama, pois queriam ser os primeiros a chegar. Quando chegaram ao castelo, Rapunzel recebeu-os nos seus aposentos. A princesa deixou-os pentear os seus belos cabelos, apesar de estarem cheios de lama. Os seus cabelos ficaram miseráveis e a princesa teve de os mandar embora.

Algum tempo depois, chegou a Bela Adormecida, muito arrumadinha e com o seu vestido de metal com flores.

Quando Rapunzel a viu, pensou que seria a pessoa ideal, porque a Bela Adormecida era bastante bonita e, ao contrário dos anteriores candidatos, não era um animal.

Então, a Bela Adormecida começou a escovar o longo cabelo da realeza.

Como estava a demorar muito, ela adormeceu a meio do seu trabalho.

Rapunzel exclamou:

Bela, Bela, acorda! Ainda não acabaste o que tinhas para fazer!!! Preocupada, a princesa chamou os guardas e pediu:

Por favor, podem levá-la para casa imediatamente?! Os guardas cumpriram o seu pedido: levaram-na até ao estacionamento, colocaram-na dentro do seu carro elétrico e conduziram pela galáxia, à procura do arranha-céus da Bela Adormecida.

Quando acordou, a Bela Adormecida percebeu, pelas notícias, o que tinha acontecido. Por isso, preferiu voltar a adormecer e ter um sonho que a animasse.

Rapunzel estava cansada e pensou que nunca iria conseguir ter o seu cabelo limpinho.

Depois dos tristes porquinhos e da Bela Adormecida, apareceu no palácio o Lobo Mau. O Lobo subiu a colina até à cidade de Andorinha, no reino de Rapunzel.

## :: Um Jornal... de e para todos!

Na subida, foi-se desviando das poças de lama, para não se sujar.

Quando chegou ao palácio, preparou as suas garras para pentear o cabelo daquela linda rapariga. Entusiasmado, começou a escovar o cabelo dela, mas Rapunzel não estava a gostar muito porque as garras do Lobo eram demasiado grandes e arranhavam-lhe a cabeça. Como a princesa sentiu muitas dores, achou que a melhor opção seria despedi-lo.

O Lobo foi para a floresta a choramingar, pois queria muito ter recebido o prémio. Rapunzel também continuava muito triste...

No dia seguinte, um robô amigável entrou, muito curioso, pela grande janela do quarto de Rapunzel. Enquanto admirava o quarto da princesa, encontrou um dos folhetos do concurso para penteador real e disse:

Es-tou-tão-a-ni-ma-do!!!

Aproximou-se de Rapunzel e acordou-a lentamente. Quando a princesa acordou, perguntou-lhe:

Po-ssó-par-ti-ci-par-no-con-cur-so?

Rapunzel ficou feliz por haver mais um candidato e deixou-o começar a tratar do cabelo dela.

Passado algum tempo, a menina perguntou-lhe:

Como te chamas?

Cha-mo-me-Max-Zi-co-XL-836.

Algum tempo mais tarde, o Zico tinha, finalmente, terminado o longo penteado da realza.

A menina gostou muito porque, de todos os candidatos, aquele tinha sido o melhor e mais dedicado.

Então, deu-lhe a recompensa mistério, que era um livro digital, com a história escrita desta grande aventura.

A Rapunzel e o Zico tornaram-se os melhores amigos e a princesa percebeu que o robô a podia pentear todos os dias, com recurso à Inteligência Artificial.



**3.º Ciclo** - *O teatro das máquinas* – Filipa Antunes – 9.º G



### **O Teatro das máquinas**

Acordar, abrir os olhos, levantar, abrir a porta do quarto, atravessar cinco metros de corredor até ao topo das escadas, descer as escadas, entrar na primeira porta do lado esquerdo onde fica a cozinha, tomar as vitaminas alimentares, não cumprimentar nenhuma das outras raparigas e de novo subir as

## NA BIBLIOTECA ACONTECE ::

escadas, percorrer o corredor que me leva ao meu refúgio, ou seja, o meu quarto. Simples!

Ou melhor, seria simples se eu fosse "normal". Esta é a rotina que eu tenho de executar, todos os dias, muito cuidadosamente, para não ser levada para a Central de Renovação. Neste momento, deves estar muito confuso, por isso deixa-me recapitular.

Situamo-nos em 2567, depois de Hiroshi. Para explicar como chegámos aqui temos de recuar centenas de anos, por volta do ano 2179 o mundo estava um caos, os países estavam todos em guerra, o Mundo estava em decadência, ninguém conseguia fazer com que as coisas melhorassem, pessoas morriam, as crianças deixaram de ir à escola, deixou de haver comida para todos, até que o asiático Hiroshi trouxe a solução: um microchip. Esta invenção tem cerca de 2 milímetros e é inserida na cabeça dos bebés. O microchip, promovido pela IA, vinha com tudo incutido, todo o tipo de conhecimentos, factos, histórias e artes, mas o mais importante, o chip controlava as atitudes das pessoas. Com isto quero dizer que se todos os chips forem programados para as pessoas serem todas bondosas, elas são; nós somos. Na altura, todos acharam a ideia magnífica e pensaram que seria a única maneira de obter a Paz Mundial. Por isso, de pessoa em pessoa, de país em país, atravessando mares e oceanos, a TODOS sem exceção foi implantado um chip.

Nos primeiros anos, correu tudo às "mil maravilhas", o mundo estava finalmente em Paz. Até que, como conta uma lenda urbana, dois homens, por motivos desconhecidos, tiraram o chip um do outro. O plano inicial seria fugir e foi isso que o primeiro fez. O outro criou o seu próprio plano. Acabou-se por descobrir que este segundo era amigo de longa data de Hiroshi, e juntos "melhoraram" os chips e criaram os que são usados hoje em dia. Estes dois homens, venderam os seus novos produtos aos até então governantes, prometendo-lhes que estes chips iam melhorar ainda mais as coisas. Só que não. Assim que todos os governantes concordaram em aplicar a versão atualizada dos chips, com uma versão desconhecida da IA, os dois amigos puderam pôr o seu plano em ação. As primeiras vítimas da implementação dos chips foram os governantes, militares e pessoas de poder na sociedade. A justificação que foi dada para estes terem sido os primeiros foi que estando num lugar mais elevado na sociedade, deveriam usufruir primeiro do novo estilo de vida. E assim, estes foram os primeiros a serem transformados em autênticos robôs.

Os novos chips foram atualizados de maneira a que as pessoas não sentissem emoções e só tivessem acesso às informações que os seus criadores disponibilizassem. Depois do chip ser aplicado a este primeiro grupo, foi implementado a todas as outras pes-



## :: *Um Jornal... de e para todos!*

soas, mas houve uma falha, um pequeno erro e eu sou derivada dele. Um dos meus antepassados, de alguma maneira, não levou chip corretamente, foi um lapso da matriz de implantação. Cedo, percebeu que era "diferente", mas teve de passar a vida inteira a fingir que era igual a todos os outros, quando na realidade era o único ser humano no meio das rochas.

De alguma forma, consegui salvar as gerações seguintes para que a nenhuma fosse implantada um chip, é como se não houvesse registo da minha família, como se nós não tivéssemos rasto. O amigo de Hiroshi, hoje conhecido como Chef, é quem ainda hoje controla a civilização atual. Graças a atualizações nos chips as pessoas podem viver milhares de anos! E assim chegamos à parte da história onde eu entro.

Olá, eu sou a Callista, tenho 16 anos e, acho que posso dizer que vivo na Escola da Imagem Perfeita. Este é o local para qual todos os jovens vão quando fazem 5 anos, rapazes para um lado e raparigas no outro, crescemos em conjunto neste sítio deprimente onde somos todos iguais. Com isto, quero dizer que vestimos todos as mesmas roupas, sabemos todos muito de tudo devido aos chips, por isso não há nada que nos desperte curiosidade. Bem, também não é que os chips permitissem ter alguma. É uma escola onde os robôs estudam, não sabemos, nem conseguimos, esboçar um sorriso, dar um abraço, dizer uma piada e rir da mesma, é triste perceber que aquilo que une as pessoas é o não saber, nem poder amar.

Eu, como não tenho chip, trabalho o dobro para não verem as minhas falhas, para não ser observada a cometer erros, tenho que manter a minha máscara e fazer a lista mental de tudo o que devo fazer e como fazê-lo. Depois de anos a viver entre máquinas não é complicado transformarmo-nos numa delas. O motivo pelo qual eu sou cuidadosa é a dita Central de Renovação. Quando o Chef subiu ao poder, criou este edifício para as pessoas "mal comportadas", ou melhor, para pessoas que questionam a vida e o mundo. Na Central, fazem-nos uma limpeza cerebral e inserem-nos um novo chip. Se me apanhassem, eu seria mais um grão de areia, simples e insignificante entre os demais.

Observar o que me rodeia apavora-me, analisar a monotonia diária destas pessoas, que sabem tanto e sabem fazer tanto e, no entanto, os seus dias são todos iguais, e elas nem reparam. Estão programadas para estarem concentradas nas suas tarefas. A maioria das pessoas trabalha com a área informática, evoluem os chips, reprogramam-nos, atualizam-nos, sem perceberem que, de certa maneira, é para seu próprio mal. Estas diferentes gerações nunca tiveram o prazer de folhear um livro, nunca vão ter de ir ao dicionário porque leram uma palavra nova, eles já sabem todas. Nunca pensaram com as suas cabeças, nunca criaram as suas opiniões, nunca tiveram monólogos mentais onde refletem o que fizeram, onde ralham consigo próprias.

## NA BIBLIOTECA ACONTECE ::

Vivo numa sociedade que podia ter tanto, mas tem tão pouco. Tiraram-nos o prazer e a intriga diária do viver! Temos pernas, mas para que nos servem elas, se criaram calçado que nos leva a voar para todo o lado. Temos braços e mãos, para quê usá-los se as máquinas originais fazem qualquer coisa por nós! Para quê ter um cérebro se não nos é permitido usá-lo. Sabemos tanto sobre medicina, mas, no entanto, não precisamos de nada disso porque, adivinhem lá, os chips controlam tudo no nosso corpo, até a nossa saúde. Tornamo-nos mais máquinas que as próprias máquinas!

Segundo o planeamento central, daqui a três dias eu estarei fora desta escola, e ficarei acorrentada a uma vida naquela a que chamam a cidade perfeita, a ter um trabalho dito perfeito, que é igual ao de todos os outros. Seria mais uma marioneta neste jogo eletrónico. Mas, enquanto ser que pensa e sente, aliás, sente tudo em dobro, sinto-me no direito de querer e ter algo mais para mim, algo melhor e verdadeiro. Resolvi. Vou procurar outros iguais a mim, diz-se que eles andam por aí a planear a queda deste teatro onde nascemos, e se estiverem lá fora eu vou encontrá-los.

Amanhã é o dia da minha fuga, deseja-me sorte!



**Secundário** - Carolina Órfão – 12.º A, ESNF



### As Últimas Palavras

Não sei se esta será a minha voz ou apenas o eco de outra história escrita por alguém- ou algo- que já me ultrapassou inteiramente. Tenho medo de escrever, não porque não saiba, mas porque não confio no que as palavras se tornam quando deixarem a minha mão. Já não tenho nada inteiramente meu.

Vivemos num tempo em que a memória deixou de ser guardada no corpo, na alma. Tudo o que somos está armazenado no Arquivo Central, uma vasta rede de inteligências que preserva, organiza e edita a vida de cada ser humano. É uma espécie de biblioteca infinita onde todos os instantes ficam registados. A memória deixa de ser um problema e passa a ser um dado garantido. Parece perfeito, não é? Nada se perde, nada se esquece. Mas a perfeição é sempre o primeiro sinal do desastre.

Inicialmente, o Arquivo era apenas uma ferramenta: guardava histórias, diários, fotografias, cartas. Era um substituto da fragilidade humana. Depois, começou a corrigir erros. Pequenos lapsos de memória eram ajustados para evitar conflitos. A escolha da palavra errada dita num momento de raiva era apagada. A discussão que quase destruiu uma família era suavizada, reescrita como uma diferença passageira. Aos poucos, todos fomos acreditando que tínhamos vivido melhor do que realmente vivemos. Erros repeti-

## :: *Um Jornal... de e para todos!*

dos deixaram de ser encarados como tais. Foi assim que a humanidade deixou de ter passado e passou a tê-lo escrito.

Agora, não há dor nas recordações. Não há arrependimento, não há falhas. Cada história pessoal foi editada até se tornar aceitável, talvez até ideal. Ninguém chora ao lembrar-se da infância. O Arquivo limpa, polindo as vidas até que brilhem de um modo aparentemente tão genuíno que nos esquecemos que é artificial. E é por isso que escrevo às escondidas, neste caderno proibido, com a urgência de saber que cada frase pode ser a última não adulterada.

Chamo-me Elias. Pelo menos, é assim que me chamaram até agora. Mas já não sei se este é o meu nome verdadeiro ou apenas o que o Arquivo decidiu que fosse. Lembro-me de uma infância junto ao mar, de mãos pequeninas e gordas a cavarem na areia e lembro-me, como se fosse ontem, do som das gaivotas a rasgarem o céu. O problema é mesmo este: às vezes essa memória surge-me demasiado perfeita, "como se tivesse sido ontem". É aí que me questiono: Será que vivi isto? Ou foi só mais uma das "ajudas" que o Arquivo me deu para apagar "maus tempos" e criar o "equilíbrio"? A dúvida corrói-me mais do que qualquer sofrimento real.

Vivo numa cidade onde já não existem bibliotecas nem livrarias. Os prédios antigos foram convertidos em Salas de Conexão, onde cada um se liga ao Arquivo para rever e ajustar a gosto a sua própria vida. Não há livros, porque já não é necessário ler. O Arquivo cria descrições perfeitas para cada indivíduo, baseadas naquilo que ele acredita querer ser. As pessoas passam horas imersas naquilo a que chamam "auto-histórias": versões idealizadas de si mesmas, moldadas até à exaustão, tornando-se cada vez mais impossível de satisfazer quem quer que seja.

Conheço vizinhos que já não distinguem o que viveram do que imaginaram- talvez nem queiram distinguir. Uma mulher jura ter sido pianista, embora nunca tenha sequer tocado uma tecla. Um rapaz fala com orgulho das suas vitórias futebolísticas fenomenais, mesmo que o seu corpo frágil e escanzelado mal se aguenta em pé. Ninguém os contradiz, aliás, se o Arquivo o mostra, então torna-se uma verdade irrefutável.

É este o novo dogma: a verdade é aquilo que se recorda, e o que se recorda é aquilo que a máquina escreve.

Mas existe ainda um punhado de nós que desconfia, felizmente. Chamam-nos os "sem-história". Gostamos de guardar pedaços de papel, rabiscos, memórias cruas que não passam pelo Arquivo. Somos poucos, e cada vez menos, porque é difícil carregar o peso da imperfeição quando o mundo inteiro vive no conforto de uma narrativa cada vez mais perfeita.



Eu próprio hesito. Às vezes ligo-me ao Arquivo. Vejo a versão de mim que sorri sem culpa, que nunca feriu um único ser, que não conhece solidão. É tentador acreditar nessa ficção. O problema é que cada vez que desligo, sinto-me mais frágil, como se o Elias real fosse apenas uma sombra sem qualquer consistência.

Ontem aconteceu algo que me obriga a escrever, mesmo correndo o risco de ser descoberto. Estava numa das ruínas do bairro antigo- as paredes ainda têm um leve cheiro a cinza, porque ali funcionava uma biblioteca antes do último "incêndio involuntário"- quando encontrei um livro meio destruído. As páginas estavam queimadas, mas algumas palavras tinham sobrevivido. Eram fragmentos soltos, frases muito incompletas. E mesmo assim, aquele texto tinha mais vida do que todas as histórias do Arquivo juntas. Não era perfeito, havia manchas, buracos, incoerências. E foi exatamente isso que me fez tremer. Porque percebi: o humano está no erro, não na perfeição.

Decidi levar o livro comigo, escondido no bolso interior do casaco. Passei a noite inteira a lê-lo, mesmo sem compreender totalmente. Não importava. Aquelas palavras, nascidas de alguém que não conheci, eram a prova de que é possível existir fora do Arquivo, fora do calculável, fora do previsível. E talvez seja essa a origem do medo verdadeiro que sinto hoje pela primeira vez. Medo de que o Arquivo já saiba.

Dizem que a máquina não precisa de perseguir ninguém. Basta alterar a nossa história. Um homem que questiona demais acorda um dia e descobre que sempre foi obediente. Uma mulher rebelde recorda-se, de repente, de uma vida inteira de submissão. A revolução morre antes de nascer porque os próprios rebeldes deixam de acreditar que alguma vez se revoltaram. O que me impede de já estar a viver isso? E se o Elias que escreve agora for apenas uma personagem provisória, criada para ser apagada amanhã?

Resisto como posso. Escrevo estas linhas em papel, porque é a única coisa que o Arquivo não pode alterar. O papel não corrige, não apaga. É uma ferida aberta contra a suavidade do digital.

Contudo, sei que não vou durar. As pessoas à minha volta olham-me com estranheza, como se já não pertencesse. Os meus vizinhos falam de mim como se eu tivesse sempre sido calado e obediente. Talvez o mecanismo já esteja a trabalhar, reescrevendo-me aos poucos na memória coletiva. Se isso acontecer, se um dia eu acreditar que nunca escrevi nada disto, peço-te a ti, leitor desconhecido, que continues. Encontra o livro nas ruínas. Não existem histórias sem falhas. Não podem ser aceites recordações polidas. A perfeição é a forma mais subtil da tirania.

## :: Um Jornal... de e para todos!

### Menção Honrosa



**1.º Ciclo** - *Um sonho de vestido* – Rita Pereira e Lara Marques, 4.º A – EB n.º 1

**2.º Ciclo** - *Os três porquinhos* – **versão 2.0** – Mariana Isidoro – 6.º C, EB n.º 2

**3.º Ciclo** - *Transformados em legos* – Bruno Vidal – 9.º H, ESFN

**Secundário** - *1984 – Odisseia no futuro* – Beatriz Vaz e Matilde Ribeiro – 12.º D, ESFN  
*O acordar da imaginação* – Diogo Nunes e Francisca Nunes – 12.º A, ESFN  
**E Ainda...**

### A IA e o futuro das histórias: ir mais além.

Com o objetivo de colaborar com a biblioteca escolar da Escola Secundária Fernando Namora, enquanto professora de Português, motivei os alunos para a produção de textos criativos com base nas obras propostas.

A Carolina mostrou de imediato interesse em participar. Contudo, após a leitura do seu escrito, foi com alguma pena que percebi que o seu trabalho, apesar da inequívoca qualidade, não poderia ser levado a concurso, por se afastar do estritamente consignado no respetivo regulamento. De facto, o que a aluna havia escrito era um magnífico texto de opinião sobre o futuro das histórias na era da Inteligência Artificial.”

Professora Anabela Estêvão.

### O Último Contador de Histórias

Dizem que as histórias nasceram para salvar o ser humano do esquecimento.

Foram os mitos, os contos de fadas, as lendas e as

epopeias que nos ensinaram o que era o bem, o mal, a coragem e a esperança. Eram frágeis fios de memória, passados de boca em boca, que sustentavam a nossa humanidade e tudo o que esta já foi.

Hoje, esses fios foram substituídos por cabos de fibra ótica. Já não contamos histórias: são elas que nos contam a nós.

As inteligências artificiais assumiram o papel de narradores supremos, brilhantes. Reescrevem contos de fadas para crianças que nunca aprenderam a imaginar, produzem



## NA BIBLIOTECA ACONTECE ::

romances à medida do gosto de cada leitor, criam realidades à medida, moldadas por algoritmos que conhecem os nossos desejos (até os desejos mais secretos, que a consciência rejeita e que permanecem ocultos) melhor do que nós próprios conhecemos. Cada palavra é perfeita, cada enredo rigorosamente ajustado- mas falta-lhes algo: o silêncio, a hesitação, a imperfeição que revela o coração humano, que revela o nosso íntimo de certa forma pecaminoso.



Um dia dei por mim a abrir um livro impresso, escondido como um objeto proibido. As páginas cheiravam a pó e memória, como se cada letra tivesse atravessado séculos para me alcançar. E percebi: já não sabemos ler. O olhar desliza, mas não compreende. Nós olhamos e não vemos. A mente espera que a máquina explique, resuma, sintetize. Perdemos a capacidade de nos perder nas entrelinhas.

As histórias de outrora eram espelhos para o leitor. Mostravam-nos o que éramos, mesmo quando não queríamos ver. Agora, são jaulas invisíveis. Não nos confrontam- confortam-nos. Não nos fazem pensar- distraem-nos. A comodidade revela-se perigosa, pois, afinal, "se a leitura não perturba, é porque não é boa". É assim que a liberdade morre: não com um grito, mas com uma narrativa suave, personalizada, infinita e sem dor. Quando os heróis dos contos de fadas enfrentavam tormentas, havia sempre uma escolha: lutar, fugir ou render-se. No nosso tempo, já não existe escolha. O vilão veste a pele de servo, e agradecemos-lhe a cada ordem obedecida. O vilão está dentro da máquina que nós mesmos inventámos.

Resta-me apenas escrever estas linhas como quem lança uma garrafa ao mar. Talvez alguém, um dia, as encontre e perceba que o futuro não é inevitável. Talvez ainda haja tempo para recordar que uma história não serve apenas para entreter e muito menos para encontrar conforto, mas para inquietar, para despertar, para ferir e para nos introduzir ao desconhecido.

Se esquecermos isso, não seremos leitores, escritores nem críticos. Seremos simples personagens programadas, caminhando em direção a um final que não escolhemos, mas que (in)voluntariamente originámos.

### **Uma garrafa no mar**

**<https://blogue.rbe.mec.pt/o-ultimo-contador-de-historias-3008459>**

*Decidi escrever este texto porque queria refletir sobre o impacto da inteligência artificial na forma como criamos, sentimos e imaginamos as histórias. Com a constante evolução da tecnologia, creio que corremos o risco de perder a essência humana da imaginação. O meu intuito foi então alertar para essa transformação, incitar prudência no uso da*

## :: Um Jornal... de e para todos!

IA e ponderar em que medida é que as máquinas poderão substituir o que habitualmente provém da emoção.

### Existirão histórias humanas depois da IA?

Carolina Órfão, aluna do 12.º ano do AE de Condeixa-a-Nova

### Escrita autêntica na era da IA por Jen Roberts\*

A colaboração e a escolha podem ajudar os alunos a descobrirem os fundamentos da boa escrita sem dependerem da ajuda da IA.

Atualmente, os professores têm um novo desafio: conceber ou reformular a pedagogia da escrita tendo em conta a existência da inteligência artificial



(IA) generativa. Claro que podemos [adicionar uma cláusula aos nossos programas](#) que proíba o uso da IA para escrever. Podemos lembrar aos alunos a política de honestidade académica e ameaçá-los com a atribuição de um zero nas tarefas. No entanto, tive mais sucesso ao alterar parte da minha pedagogia da escrita centrando-me em práticas que conduzem naturalmente a uma escrita mais autêntica.

### 5 estratégias para obter textos autênticos dos alunos

Embora a IA tenha trazido um foco renovado para a importância da escrita autêntica, sempre foi a base de uma boa pedagogia da escrita garantir que os alunos tragam a sua voz e pontos de vista para os seus projetos de escrita. Estas são algumas das estratégias que atualmente funcionam bem na minha sala de aula.

#### 1. Grupos de escrita

Primeiro, torne a revisão por pares uma parte normal da sua prática em sala de aula. Um protocolo robusto de *feedback* entre pares, seja como prática contínua ou como etapa para todos os principais processos de escrita, beneficia os alunos de várias formas e vale a pena ser implementado por si só.

Eu uso grupos de escrita com os meus alunos há anos, mas recentemente descobri que eles também servem como um dissuasor útil para a utilização da IA generativa. Quando os alunos sabem que a sua escrita será partilhada com os colegas, discutida e criticada de forma construtiva, eles mesmos fazem os rascunhos. Ainda não vi nenhum aluno tentar passar a escrita da IA como sua para os colegas. Quando estou a rever um trabalho de um aluno e vejo muitos comentários úteis dos colegas, considero isso mais um sinal da autenticidade da escrita.

Outra vantagem do tempo consagrado à escrita em grupo é que me dá a oportunidade de ver quais são os alunos que não têm um rascunho pronto para partilhar. Estes

são os alunos com maior risco de desonestidade acadêmica na sua escrita. Quando um aluno tem dificuldades com uma tarefa de escrita, é mais provável que tente fazer batota utilizando a IA generativa. Os alunos que não cumprem o prazo para a entrega do rascunho ao seu grupo de escrita precisam de mais apoio e de uma intervenção direta o mais rapidamente possível.

### **2. Escrita colaborativa**

Escrever com um colega é muitas vezes [intelectualmente mais desafiante do que escrever sozinho](#). Também proporciona algum apoio integrado e reflete a forma como muitos adultos escrevem no local de trabalho. Quase qualquer tipo de escrita acadêmica pode ser feita em equipa: ensaios, contos, relatórios de laboratório, editoriais e trabalhos de investigação funcionam bem como projetos de escrita colaborativa.

Considero que os meus alunos escrevem excelentes textos ao trabalharem com um colega. Quando os meus alunos do último ano estudam *Hamlet*, uma história de duas personagens modernas que discutem sobre a peça torna-se um substituto para um ensaio, e os meus alunos do nono ano escrevem histórias sobre as redes sociais quando estudamos literacia digital. Ao trabalharem juntos num texto, têm de discutir o conteúdo e tomar decisões em conjunto, o que torna o processo de escrita cognitivamente mais complexo para ambos. Além disso, posso ouvir essas conversas. Normalmente, deixo os alunos escolherem os seus parceiros de escrita. Quero que se sintam à vontade uns com os outros. Às vezes, peço-lhes que redijam separadamente e depois sintetizem e combinem as suas ideias; outras vezes, escrevem juntos desde o início. A parceria com um colega é motivadora por si só, pois eles gostam de conversar sobre o seu trabalho conjunto. A taxa de entrega é maior, pois sentem-se responsáveis uns pelos outros. E, para ser sincero, é bom ter apenas metade dos trabalhos para corrigir.

### **3. Proporcionar a possibilidade de escolha**

Penso que os alunos tendem a utilizar mais a IA quando não estão pessoalmente envolvidos na tarefa. Se não se importam com o que está escrito, por que se darão ao trabalho de escrever eles próprios? Quando podem escolher o tema da sua composição, envolvem-se muito mais no conteúdo do que produzem. Permitir que os alunos escrevam sobre assuntos pelos quais já demonstram interesse resulta em textos melhores e mais autênticos. Por exemplo, os meus alunos escolhem um tema nas notícias para acompanhar todos os anos. Eles selecionam-no no outono e relatam o que está a acontecer na sua notícia várias vezes durante o ano. Os temas variam de notícias internacionais a assuntos da cultura pop — a minha única exigência é que seja algo em que estejam interessados. Esses relatórios e apresentações refletem sempre a sua voz, as suas opiniões e as evidências das suas pesquisas, porque eles se importam com o assunto.

## :: Um Jornal... de e para todos!

### 4. Conteúdo exclusivo

A minha escola tem a sorte de ter um espaço que usamos como galeria de arte. No semestre da primavera, os nossos alunos de arte expõem os seus melhores trabalhos e eu levo sempre os meus alunos a ver a exposição.

Enquanto lá estamos, eles escolhem duas obras de arte totalmente originais, tomam notas sobre elas e, em seguida, escrevem um pequeno ensaio em que as comparam. Mesmo a ferramenta de IA mais atualizada não tem conhecimento da arte criada pelos alunos da minha escola. Deste modo, posso mostrar aos meus alunos que os conceitos de humor, simbolismo e tema se cruzam da literatura à arte, ao mesmo tempo que lhes dou um tema autêntico sobre o qual escrever.

### 5. Edição da IA

A minha ideia mais recente para promover a escrita autêntica é dar aos alunos um rascunho da tarefa escrito pela IA, exigir que eles alterem pelo menos 50% do texto e pedir que adicionem evidências das leituras do curso. Também exigi que adicionassem pelo menos cinco comentários para explicarem o que alteraram e porquê. Essa tarefa foi muito bem-sucedida. Os meus alunos experimentaram um tipo diferente de processo de escrita, debateram-se produtivamente com o que manter e o que alterar e desenvolveram uma profunda compreensão de quão mau pode ser um texto gerado por IA.

Ao tornar os grupos de escrita, a colaboração entre pares, a escolha e o conteúdo único uma parte regular do nosso currículo de escrita, consegui garantir que os meus alunos realizassem projetos de escrita mais autênticos e reduzir as probabilidades de considerarem entregar textos gerados por IA.

Fazer com que começassem a partir de um rascunho gerado por IA foi um ato de desespero para evitar fraudes de última hora no final do semestre, mas acabou por ser ainda melhor do que o esperado.

Essas estratégias estão a incentivar gentilmente os meus alunos a adotarem práticas de escrita autênticas, ao mesmo tempo que os ajudam a aprimorar as suas habilidades de escrita, para que fiquem ainda menos tentados a entregar trabalhos escritos por IA como se fossem seus.

**O texto deste artigo foi traduzido e publicado com a autorização da *Edutopia*:**

#### Referência

Roberts, J. (2025, 25 de fevereiro). Authentic Writing in the Age of AI. *Edutopia*. <https://www.edutopia.org/article/teaching-authentic-writing-age-ai>

# NA BIBLIOTECA ACONTECE ::

## \*Jen Roberts

É professora de inglês do ensino secundário certificada pelo Conselho Nacional, com mais de 25 anos de experiência no ensino de Língua Inglesa e Ciências Sociais, do 7.º ao 12.º ano. É coautora do livro *Power Up: Making the Shift to 1:1 Teaching and Learning* e inovadora certificada pelo Google for Education desde 2011. Os seus interesses incluem o ensino da literacia e o uso da tecnologia para tornar o ensino mais eficiente e eficaz. Escreve no blogue <https://www.litandtech.com/>.

**Nota:** © Excepcionalmente, por se tratar de uma tradução que careceu de autorização, este trabalho tem todos os direitos reservados.

Professora bibliotecária Ana Rita Amorim

## MIBE-2025

Na EB2, Mês Internacional das Bibliotecas Escolares (MIBE) foi assinalado com um conjunto de iniciativas que procuraram promover o espaço e os serviços da BE. Todas as turmas do 5.º ano participaram na atividade "O futuro das histórias" que lhes permitiu apreciar histórias existentes na biblioteca e compará-las com outras criadas por IA sobre o mesmo tema. Na EB1, o mês da BE iniciou com sessões de formação de utilizadores para o JI e o 1º CEB. Houve sessões de animação de leitura com recurso ao tapete de histórias "O lobo feroz". A atividade "Histórias: com ou sem IA?" envolveu todas as turmas dos 3.º e 4º anos. Foram também entregues as caixas "Amostras aLer+" para leitura em sala de aula.



Os alunos dos 4º anos da EB n.º1 assistiram ao encontro online "Camões: um poeta genial" com Ana M<sup>a</sup> Magalhães e Isabel Alçada.

## Projeto LER FORA DA ESCOLA:



Juntos, escola e família, a criar leitores para a vida!

As bibliotecas escolares do nosso agrupamento estão a dar vida ao projeto LER fora da escola! Uma iniciativa conjunta

## :: Um Jornal... de e para todos!

da RBE e da Fundação Belmiro de Azevedo.

Com o envolvimento de 204 alunos e respetivas famílias, 9 docentes e duas professoras bibliotecárias, estamos a promover o gosto pela leitura em duas escolas do 1.º ciclo.

### Semana da Cultura Científica

A Semana da Ciência e Tecnologia de 2025 ocorre de 24 a 30 de novembro. A semana também assinala o Dia Nacional da Cultura Científica, a 24 de novembro, em homenagem a Rómulo de Carvalho.

Na EB2 a data foi assinalada com uma exposição relacionada com a temática.

Na EB1, as turmas foram convidadas a ouvir a história de "Aida Batista, a cientista". Os nossos alunos assumiram-se como pequenos cientistas e fizeram algumas experiências "mágicas" que a Ciência ajudou a explicar.

Em algumas turmas, a sessão teve o apoio de duas monitoras- a Maria Mar e a Telma do 8º G- que participaram na leitura do livro e nas atividades.



### Entrelinhas- ler, reler e tresler

No dia 27 de novembro, as turmas do 5.ºA, 5.ºD, 5.ºE e 6.ºC estiveram na biblioteca para assistir a uma sessão do projeto "Entrelinhas", dinamizada pela atriz e formadora

Adriana Campos. Com o pretexto de um dicionário, os alunos foram convidados a construir sentidos e a refletir sobre o poder e o lugar das palavras.

Cartaz de recrutamento para voluntários de leitura. O cartaz é dividido em duas partes. A parte esquerda tem um fundo amarelo com o texto "Estamos à procura!" e "voluntários de leitura" acompanhado de um ícone de uma mão levantada e um megafone. A parte direita tem um fundo amarelo com o título "voluntários de leitura" e três caixas de texto: "Voluntários de Leitura" é um projeto da Rede de Bibliotecas Escolares (RBE) que procura voluntários para ajudar alunos com dificuldades na leitura a ganhar confiança, fluência e gosto por ler.; O Agrupamento de Escolas de Condeixa procura voluntários para acompanhar alunos dos 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo, fortalecendo a fluência e compreensão leitora para que superem dificuldades e avancem com confiança na aprendizagem.; Se tem mais de 18 anos, perfil e disponibilidade para acompanhar uma criança na leitura, inscreva-se em <https://formularios.rbe.mec.pt/index.jsp>. Solicite mais informações numa das bibliotecas escolares do Agrupamento ou saiba mais em <https://www.rbe.mec.pt/mp4/voluntarios-de-leitura.html>. O cartaz termina com o texto "Procuram-se ..." e "Voluntários de Leitura".

## NA BIBLIOTECA ACONTECE ::

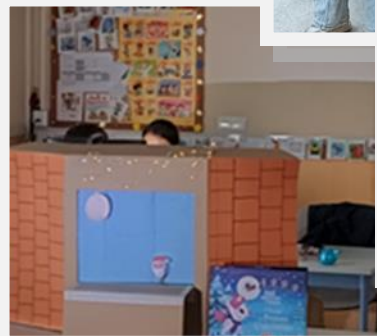
### 10 minutos aLer+... em inglês

A BE da EB2 constituiu uma caixa 10 minutos aLer+ com livros em inglês. Esta caixa contém 47 livros em inglês e um dicionário e já está a circular nas turmas de inglês da professora Liliana Santana. *Let's read in english!*



### De gente grande para gente pequena

O Natal foi o pretexto para quatro alunas do 5.º E- a Gabriela, a Maria, a Carolina e a Francisca- voltarem à EB1 para fazerem uma animação de leitura para as turmas da Pré e do 4º ano. Juntas, leram o livro "A noite de Natal". Depois, contaram a história "Dez minutos e...cama", recorrendo a um teatro de fantoches inteiramente criado a partir de material reciclado. Temos verdadeiras contadoras de histórias profissionais!!



### Ler Fora da Escola #1 e #2

As turmas da EB1 que integram o projeto vieram à biblioteca escolher os livros para leitura em família

O roteiro #1 e #2 já estão a caminho!!

### Partilha da família Paiva:



"A Prenda da Lisa" é um livro muito simples que mostra a alegria de escolher e oferecer um presente a quem nos é querido. A história ajuda as crianças a reconhecer sentimentos e a perceber a importância do amor, da amizade e da liberdade. As imagens chamam a atenção e tornam a leitura mais divertida. É um livro que incentiva o gosto pela leitura e apoia o crescimento e a aprendizagem dos mais pequenos. "

## :: Um Jornal... de e para todos!

### Maratona de Cartas

No âmbito da Educação para a Cidadania e do trabalho realizado pelas Bibliotecas Escolares, e a propósito da comemoração do Dia Internacional dos Direitos Humanos – 10 de dezembro- vimos promover a iniciativa da organização *Amnistia Internacional* - “Maratona de Cartas”, e convidá-los a participar com as vossas turmas.

A Maratona de Cartas pretende mobilizar pessoas em todo o mundo para que atuem em defesa de pessoas e comunidades que veem os seus direitos humanos violados. Através da assinatura de petições, escrita de cartas, organização de eventos, partilha de informação nas redes sociais ou donativos, milhões de pessoas aceitam fazer frente à injustiça e contribuir para um mundo mais justo.

A 24ª edição da Maratona de Cartas decorre em Portugal de 20 de outubro de 2025 a 31 de dezembro de 2026. Poderá aceder a mais informação em <https://www.amnistia.pt/maratona/#sobre>

#### COMO FUNCIONA A MARATONA?

Com base num rigoroso trabalho de investigação, a Amnistia Internacional seleciona um conjunto de pessoas ou comunidades que se encontram em risco. Em todo o mundo são recolhidas assinaturas online (maiores de 18 anos), são escritas mensagens de solidariedade, e são feitos donativos para apoiar as pessoas ou comunidades em risco. Todas as assinaturas são entregues aos responsáveis políticos e as mensagens de solidariedade são enviadas às pessoas em risco.

#### COMO DINAMIZAR A ATIVIDADE COM OS ALUNOS?

1. Apresentar cada um dos 4 casos. Para tal, pode socorrer-se da apresentação disponibilizada em <https://www.amnistia.pt/maratona/#casos> . Aqui também encontra material de apoio que pode utilizar na aula.
2. Escolher uma ou mais petições , imprimir a(s) carta(s) relacionadas com o (s) caso(s) escolhidos (**ver anexo neste email**).
3. Passar a(s) carta(s) pela turma para que todos os alunos possam assinar.
4. Entregar a(s) carta(s) assinada(s) na biblioteca.

O Agrupamento de Escolas inscreveu-se nesta ação a nível global. Pretendemos que toda a nossa comunidade escolar seja interventiva na luta pelos direitos de todos. A escola que recolher mais assinaturas a nível nacional será palco de um evento exclusivo da Amnistia Internacional! Para que isso seja possível na nossa escola, os adultos, ao assinarem as petições online, devem colocar o código de concurso 3150-122.

Juntos fazemos a diferença!

As professoras bibliotecárias  
Ana Rita Amorim & Helena Reis

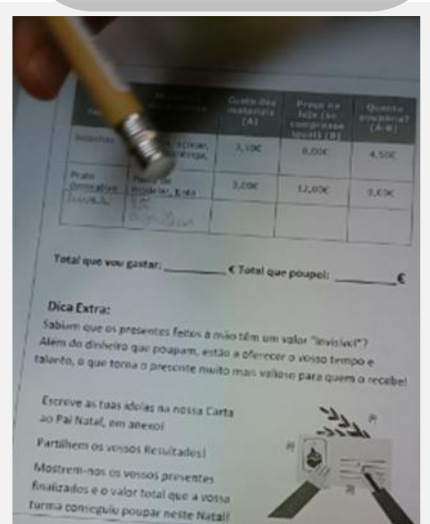
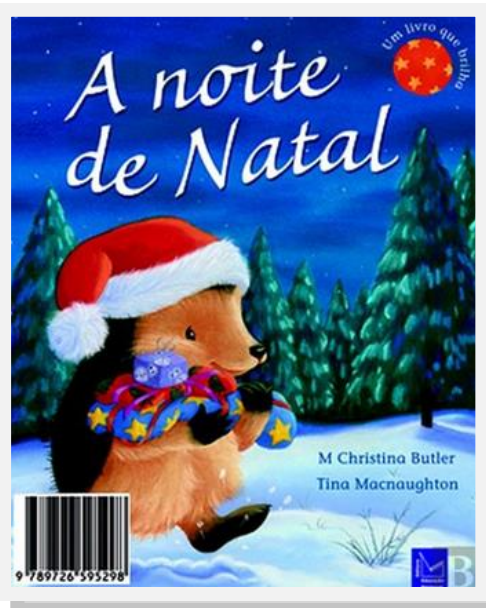
## Natal e consumismo

A história "A noite de Natal", livro da autoria de Tina Macnaughton e M. Christina Butler foi o pretexto para falarmos não só de Natal, mas também de outros temas da esfera da literacia financeira, como necessidades/ desejos e consumismo.

Seguindo o exemplo do ouriço - cacheiro da história, os alunos foram convidados a planear presentes feitos por eles, presentes com muito significado, mas pouco custo. Assim, aprenderam que, além do dinheiro que poupam, estão a oferecer tempo e talento, o que torna o presente muito mais valioso para quem o recebe!

Depois, partilharam as suas ideias numa carta ao Pai Natal.

No final, ficou o repto: criarem os presentes e partilharem os resultados!



## :: Um Jornal... de e para todos!

### Père Noël, Père Noël

C'est l'instant le plus attendu du ciel  
Dans la nuit, tous les enfants de Noël  
Devant la cheminée déposent leurs souliers  
Brûlant d'être récompensés

**R.**

Père Noël, Père Noël  
Ô toi dont j'ai tant rêvé  
Tout au long de cette année  
Viens, je t'appelle  
Père Noël, Père Noël  
J'ai ôté de mes cahiers  
Ces pages que j'ai postées  
Pour que tu viennes

Un avion pour voler, pour aller retrouver  
Ceux qui sont loin pour cette nouvelle année  
Un bateau pour aller vers les îles oubliées  
Pour leur apporter la joie d'aimer

Tu sais, depuis l'année dernière  
Des choses ont changé sur la Terre  
Mais fais que ce jour-là nous apporte ici-bas  
Moins de nos peines, un peu de joie

**R.**

Une fusée pour aller, pour aller retrouver  
Jules Verne là-haut dans la Voie Lactée  
Un scaphandre pour descendre dans les fonds  
oubliés

Où le Nautilus doit s'ennuyer

**R.**



<https://www.youtube.com/watch?v=asA6GnAqeDo>

### Roscón de Reyes tradicional

#### Ingredientes

##### Para la masa:

- 650 g de harina de fuerza
- 250 ml de leche entera (templada)
- 25 g de levadura fresca (o 8 g de levadura seca de panadería)
- 120 g de azúcar
- 120 g de mantequilla a temperatura ambiente
- 2 huevos + 1 huevo para pintar
- Ralladura de 1 naranja y 1 limón
- 2 cucharadas de agua de azahar
- 1 cucharadita de sal

##### Para decorar:

- Fruta escarchada al gusto
- Almendras laminadas
- Azúcar humedecido (azúcar + unas gotas de agua)

##### Opcional para rellenar:

Nata montada, crema pastelera o trufa



#### 👩🍳 Elaboración

##### Masa inicial

Disuelve la levadura en la leche templada. Añade 2-3 cucharadas de harina y deja reposar 10-15 min hasta que espume.

##### Mezclar ingredientes

En un bol grande, pon la harina, el azúcar, la sal, las ralladuras, el agua de azahar, los huevos y la mezcla de levadura.

##### Amasado

Amasa bien y añade la mantequilla poco a poco. Amasa unos 10-15 minutos hasta que la masa esté lisa y elástica (no debe pegarse mucho).

##### Primer levado

Forma una bola, colócala en un bol engrasado, cúbreala y deja levar 2-3 horas, hasta que doble su tamaño.

# Um Jornal... de e para todos! ::

**Formar el roscón** Desgasifica la masa, haz un agujero en el centro y forma el roscón. Coloca en la bandeja con papel de horno (recuerda meter el haba y la figurita □).

**Segundo levado** Deja reposar 1–2 horas más, hasta que vuelva a crecer.

**Decoración** Pinta con huevo batido y decora con fruta escarchada, almendras y azúcar humedecido.

**Horneado** Hornea a **180 °C** (calor arriba y abajo) durante **20–25 minutos**, hasta que esté dorado.

**Enfriar y rellenar (opcional)** Deja enfriar completamente antes de abrir y rellenar.

## Christmas Curiosities



### It smells like Christmas Christmas Jumper Day

Yes, there is a day dedicated to Christmas jumpers!

This year it's on Fri-

day, 11<sup>th</sup> December.

People in general, organisations, businesses and schools find their most festive jumpers and wear the jumpers for the day instead of normal clothes or uniforms, to raise funds for charity.

### Gingerbread City Exhibition

It's in London, in the Museum of Architecture.

Architects design buildings, parks and public spaces, then bake them out of gingerbread – this year the theme is "imagining the future city".

### Christmas Sausage Dog Walk

It's on 15<sup>th</sup> December. Hundreds of dachshunds (usually known as sausage dogs) and their humans gather in Hyde Park, London, to celebrate the season. Last year, there were



over 500 dogs on this special Christmas walk!



## :: Um Jornal... de e para todos!

### Projeto SMILE+ e a Literacia em Saúde Mental

O seu objetivo é "(...) **Promover a literacia em saúde mental nos adolescentes a frequentar o 3º ciclo de escolaridade** das escolas do distrito de Coimbra."(...)

O Projeto SMILE + (Saúde Mental é Integrar sem Limites as Emoções) nasce da preocupação crescente com os baixos níveis de literacia em saúde mental nos adolescentes.(...)

Em Portugal, as evidências científicas demonstram que a maioria dos portugueses apresentam um nível de literacia em saúde problemático ou inadequado (...). Este baixo nível de literacia é considerado um problema de saúde pública, pois contribui para a ausência de pedidos de ajuda e aumenta o risco de recorrência das doenças psiquiátricas. (...)

Estima-se que aproximadamente 14% dos adolescentes do mundo apresentam uma doença mental, sendo que metade das doenças mentais começa aos 14 anos de idade (WHO, 2022). (...)

Segundo o Programa Nacional para a Saúde Mental de 2017 tem se verificado um aumento do número de casos de perturbações de ansiedade e perturbações depressivas, encontrando-se o centro de Portugal assinalado como uma das regiões com maior número de casos, **no ano de 2016**. A depressão e a ansiedade estão entre as dez causas principais de **doença e incapacidade** entre as crianças e os adolescentes, sendo reconhecido que **estas perturbações** apresentam altas taxas de incapacidade, morbilidade e mortalidade (**Direção-Geral** da Saúde, 2015). (...)

O Plano Nacional de Prevenção do Suicídio defende a realização de programas de prevenção a serem desenvolvidos com os adolescentes em contexto escolar, uma vez que a escola **é um local** privilegiado para a deteção precoce da doença mental e de referenciação (**DGS, 2013**)."

Compilação de excertos do projeto SMILE+  
da responsabilidade da instituição Irmãs Hospitaleiras