



NOVIDADES DO MARQUÊS

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS MARQUÊS DE MARIALVA | CANTANHEDE
abril | 2022



*E reforcei a fé de marinheiro [...]
Era longe o meu sonho e traiçoeiro
O mar...
Mas corto as ondas sem desanimar...
Miguel Torga*

Somos, de facto, como marinheiros. Munidos de embarcações, por vezes demasiado frágeis para enfrentar o tamanho das ondas e a força dos ventos, empreendemos viagem todos os dias, atravessando o mar que a cada um pertence.

Como tão bem sabemos, são de grande paz os momentos em que as águas desse mar estão tranquilas e o nosso barco desliza suavemente ao sabor da brisa. Mas outras vezes, as vagas elevam-se assustadoramente como gigantes, empurradas por ventos enfurecidos e a nossa embarcação, perdida e quebrada naquele mar revolto, luta com a bravura que pode para resistir e prosseguir viagem.

Têm sido muitos os ventos contrários, nestes dois anos de pandemia vividos na escola, exigindo a todos paciência e ânimo forte. Contudo, apesar das adversidades deste mar onde teimosamente navegamos diariamente, temos sido capazes de ir cortando as ondas e abrindo caminho rumo à normalidade que nos foi tão de súbito arrancada e que sonhamos reconquistar. E no decorrer desta viagem, a satisfação e o genuíno entusiasmo das nossas crianças e dos nossos jovens que puderam, finalmente, voltar a sentir a alegria de participar em eventos de competição desportiva e em visitas de estudo, são sinais claros de que vamos seguindo, com cautela de marinheiros, a rota certa.

E porque a humanidade de que somos feitos não nos deve permitir ignorar o que se passa à nossa volta, auxiliemos, pelo caminho, outros irmãos marinheiros, quebrados e perdidos, que enfrentam as terríveis ondas de tristeza da guerra, para que possam, em breve, navegar com dignidade e tranquilidade nas merecidas águas da paz.

Novidades do Marquês
Ano XXIII n.º 2, edição digital abril de 2022

Propriedade	Responsabilidade
Agrupamento de Escolas	Oficina de Imprensa
Marquês de Marialva Cantanhede	Ana Mineiro, Celeste Gonçalves, Joaquim Toscano,
Complexo Escolar-3060-183 Cantanhede	José Francisco, José Plácido, Rui Abreu
Telefone 231419600	Participantes
	Professores, Alunos, Biblioteca Escolar e Associação de Pais e Encarregados de Educação

Os artigos assinados são da responsabilidade dos seus autores

Вітаємо Україну

Вітальне повідомлення для нових студентів

Ми знаємо війну лише через зображення, які бачимо по телебаченню. Ми нічого не можемо зробити, щоб змінити те, що роблять люди на вашій землі. Там синє небо в жалобі і в полях в'януть злаки та соняшники. Серед чорного диму міста падають, чутно гуркіт і сирени. Жінки та діти тікають від смерті в пошуках безпечного притулку.

Нехай наша країна вітає вас, а наше сонце висушує ваші сльози. Нехай ви знайдете тут новий дім і нових друзів, які повернуть вам посмішку. Нехай ця сумна весна розквітне все насіння, яке ми вам пропонуємо, і всюди поля вкрийуться соняшниками в крику надії.

Ми всі живемо під одним небом і не має значення, якої раси, національності чи віросповідання, адже всі ми брати. Ми тут з розпростертими обіймами, щоб вітати вас і бажаємо, щоб ви почувалися тут, як у другому домі.

Слава Україні!

Isabel Curado, Professora



Bem-Vinda Ucrânia

Mensagem de Boas-Vindas aos Novos Alunos

Conhecemos a guerra apenas através das imagens que vemos nas televisões. Nada podemos fazer para alterar aquilo que os homens fazem na vossa terra. Lá, o céu azul está de luto e, nos campos, murcham os cereais e os girassóis. As cidades tombam por entre fumo negro e ouvem-se estrondos e sirenes. Mulheres e crianças fogem da morte em busca de um poiso seguro.

Que possa o nosso país acolher-vos e o nosso sol secar as vossas lágrimas. Que encontrem aqui um novo lar e novos amigos para vos devolver os sorrisos. Que esta primavera triste faça florir todas as sementes que vos oferecemos e, por toda a parte, os campos se cubram de girassóis num grito de esperança.

Vivemos todos debaixo do mesmo céu e não importa a raça, a nacionalidade ou a religião, pois somos todos irmãos. Estamos aqui de braços abertos a dar-vos as boas-vindas e a desejar que se sintam aqui, como numa segunda casa.

SLAVA UKRAINI

Glória à Ucrânia!

Isabel Curado, Professora

Semear a Paz

A guerra na Ucrânia não deixou ninguém indiferente e as professoras de Cidadania do 5.º ano não poderiam ser exceção. Assim, quiseram envolver os alunos numa reflexão sobre os valores da Paz e da Solidariedade.

Todos os alunos participaram com entusiasmo e empenho nas diferentes atividades e escreveram as suas mensagens de apelo à Paz em fitas com as cores da bandeira ucraniana, visíveis nas grades do muro exterior da escola.

No dia 16 de março, toda a comunidade escolar foi convidada a vestir-se de azul e amarelo e, no início da Assembleia dos Alunos do 5.º ano, foram dadas as boas-vindas aos alunos recém-chegados da Ucrânia. Foi lida uma mensagem em português e aos novos alunos foi entregue a respetiva tradução na sua língua materna. Distribuíram-se fitas azuis e amarelas e envelopes criados e decorados pelos alunos, contendo sementes de girassol, que é a flor símbolo da resistência da Ucrânia.

Possam estas florir nos nossos quintais e jardins, como símbolo de União e Paz, que esperamos não tarde!

Professoras de Cidadania

Ser solidário

Uma campanha de solidariedade a favor do povo ucraniano decorreu na Escola Básica Marquês de Marialva, entre os dias 3 e 21 de março.

A iniciativa partiu de duas alunas do 9.º ano e foi de imediato acolhida pela Direção do Agrupamento, que convidou todos os elementos da comunidade educativa a participar nesta ação solidária.

Para o efeito, foi colocada no polivalente da escola-sede uma lista com os bens considerados necessários pelas entidades competentes, tendo-se também disponibilizado um espaço onde as pessoas puderam deixar o seu contributo.

A campanha decorreu de 3 a 11 de março, inicialmente, mas, dada a elevada reatividade, foi estendida até dia 21.

O agrupamento agradece o envolvimento e a generosidade de todos nesta ação de cidadania solidária, enquadrada nos valores que têm norteado a dinâmica desta instituição.

Esperança

A Ucrânia é um país da Europa oriental. Neste último mês, é um país imensamente falado nos canais televisivos de todo o mundo, por causa da guerra iniciada pela Rússia.

Por favor, isto tem que parar, pois

A chuva cai,

Começa a tempestade,

O sol esconde-se,

Os girassóis murcham...

Morrem pessoas inocentes,

Separam-se as famílias.

Há mães e crianças desesperadas a fugir.

Por favor, isto tem que parar.

A chuva cai,

Começa a tempestade... mas

Há tamanha Esperança,

Há tamanha Resistência,

Há pessoas a lutar

Pela Pátria, pela sua Nação

E são vencedoras.

Ena Marques, 5.º B



Conversar sobre a paz

No nosso Jardim de Infância, todas as manhãs temos um momento de diálogo acerca do nosso dia a dia. Há dias, conversámos acerca do que passa nas notícias ultimamente e do que sabemos acerca dos acontecimentos na Ucrânia.

Nessa conversa, falámos sobre os nossos medos e o que pensamos deste assunto. Também mostrámos vontade de ajudar o povo ucraniano, em especial, as crianças. Então, pedimos a colaboração dos nossos pais e das nossas mães na recolha de alimentos, brinquedos e agasalhos para enviar a essas crianças. Juntámos estes bens à recolha feita no Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva.

Conversámos sobre a Paz, como é bom estar em paz e como sentimos a paz! Dessa conversa, escrevemos as nossas falas e, a partir daí, nasceu um poema acerca da Paz! Fizemos ainda lindas pinturas acerca deste tema, que estão em exposição no nosso Jardim de Infância.

O que é para nós a Paz?

Paz é brincar com os amigos,
E ter amigos para brincar.
Paz é quando estamos tranquilos
E sentimos amor no coração.
É ser amigo dos outros e respeitar.
É apanhar pedrinhas lá fora na rua.
Paz é cantar. É brincar. É fazer desenhos bonitos.
Paz é ouvir histórias lindas e fazer pinturas.
Paz é ser amigo de todos...
É ter os pais unidos.
É ficar sentado no sofá com a família a ver televisão.

Paz é dar brinquedos aos meninos que não têm.
É levar brinquedos e comida
Para os meninos daquele país poderem brincar e comer.
É ajudar os que estão em perigo e dar o que eles precisam.
Não quero que ninguém morra e não quero que a guerra chegue aqui!

Estou em paz quando brinco com os meus amigos.
Estou em paz quando desenho árvores.
Sinto paz no meu coração.

Texto coletivo, Jardim de Infância da Cordinhã



Sugestão de Leitura

“Um livro cinco estrelas cheio de sentimentos”

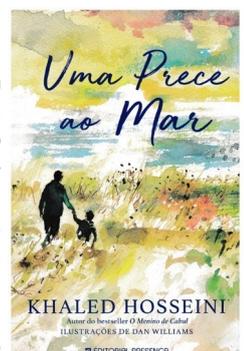
– Maria João Covas –

O livro que vos sugerimos chama-se *Uma Prece ao Mar* e foi escrito por Khaled Hosseini. A obra foi inspirada na história do menino sírio, Alan Kurdi, a criança que se afogou no mar Egeu, em setembro de 2015, durante a tentativa de fugir à guerra civil na Síria. O seu corpo foi encontrado numa praia turística na Turquia e a foto desse momento comoveu o mundo inteiro.

Uma Prece ao Mar é a história de um pai que embala o filho enquanto contempla a noite, numa praia, à espera do amanhecer que trará o barco que os levará a uma nova vida do outro lado do Mediterrâneo. O homem conta ao menino as lembranças da Síria da sua infância, um país encantador que foi destruído pela guerra, obrigando não apenas aquela pequena família, mas milhares de outras, a juntar os seus pertences e a embarcar rumo ao desconhecido. É uma história de sofrimento e de esperança, ao mesmo tempo, muito semelhante àquela que vemos diariamente nos meios de comunicação social, após a invasão da Ucrânia pela Rússia.

Escolhemos este livro porque a sua mensagem é emocionante e, infelizmente, bastante atual. É uma obra sobre a realidade de milhares de famílias refugiadas, que nos faz pensar na sorte de termos nascido num país livre ao qual não sabemos dar o devido valor. Ao analisarmos este conto, aprendemos a relativizar muitas coisas na nossa vida. Assim, consideramos este livro um “abre olhos” que toda a gente deve ler.

David Bacelar e Tiago Cordeiro, 9.º B (no âmbito de ARA de Ed. Especial)





Realizou-se, no Convento de S. Francisco, em Coimbra, no dia 28 de março de 2022, a Sessão Distrital do *Parlamento dos Jovens*, projeto dinamizado pela Assembleia da República, com o objetivo de promover a educação para a cidadania e o interesse dos jovens pelo trabalho democrático.

O tema em análise/debate para o Ensino Básico foi *Fake news: que estratégias para combater a desinformação?*

Representaram a Escola Básica Marquês de Marialva os alunos Ana Raquel Ribeiro, Tomás Macedo (ambos do 9.ºA) e João Reis, do 8.ºD.

Nesta Sessão Distrital, onde a aluna Sara Gomes (9.ºA) desempenhou a função de vice-presidente da mesa, os representantes de 20 escolas tiveram a oportunidade de, na qualidade de deputados, debaterem e aprovarem o projeto de recomendação do distrito/círculo eleitoral de Coimbra e elegerem os seus representantes à Sessão Nacional que terá lugar em maio, em Lisboa.

A Escola Básica Marquês de Marialva foi uma das três escolas eleitas, o que permitirá aos alunos Ana Ribeiro e João Reis integrar o “grupo parlamentar” do distrito de Coimbra e a oportunidade de, por dois dias, serem deputados na Assembleia da República, para debater os Projetos de Recomendação e aprovar a Recomendação do Parlamento dos Jovens a este órgão de soberania.

Margarida Bento, Coordenadora do Projeto Parlamento dos Jovens na EBMM



Prémio Melhor Aluno

Gabriel Simões, do 9.º E, e Sofia Mineiro, do 9.º C, receberam da Caixa de Crédito Agrícola o Prémio de Melhor Aluno relativo ao ano letivo transato.

Devido à situação pandémica, não foi possível realizar a habitual cerimónia de entrega com a presença de todos os vencedores, pelo que os alunos premiados se deslocaram individualmente às instalações da Caixa de Crédito Agrícola de Cantanhede, no dia 16 de janeiro, a fim de receberem a distinção.

Gabriel Simões e Sofia Mineiro receberam uma placa de prata, um diploma e um fundo de poupança no valor de 250 euros, como reconhecimento do seu empenho e trabalho, no momento em que, concluído o ensino básico, percorrem outra etapa da sua formação académica.

Com este prémio, a Caixa de Crédito Agrícola pretende valorizar a dedicação e o esforço dos jovens estudantes, atitudes que estão na base do sucesso escolar.



Olimpíadas de Geografia

Entre os dias 21 de março e o dia 1 de abril decorreram, na nossa escola, as *Olimpíadas da Geografia*. Esta atividade foi efetuada por todos os alunos dos oitavos e nonos anos, durante as aulas.

Com a colaboração da Raiz Editora e dos professores de Geografia, os alunos tiveram a oportunidade de participar num concurso, recordando e consolidando os conteúdos da disciplina. Fizeram-no com agrado e entusiasmo e em cada turma ficou apurada uma equipa vencedora.

Os professores felicitaram todos os alunos pela sua dedicada participação.

Dina Morais, professora

SAÚDE E BEM-ESTAR

Dia Nacional do Doente Coronário

O *Dia do Doente Coronário* celebra-se todos os anos a 14 de fevereiro. A data foi institucionalizada pela Fundação Portuguesa de Cardiologia e comemora-se por todo o espaço da Comunidade Europeia.

A Doença Coronária é a mais prevalente das patologias cardiovasculares, sendo uma doença progressiva e a principal causa de morte prematura, provocando limitações físicas e perda da qualidade de vida da pessoa afetada.

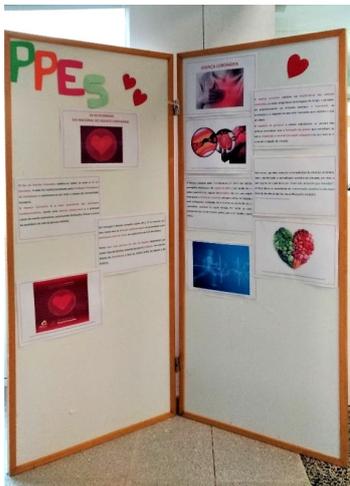
Em Portugal, a doença coronária aguda afeta 10 mil pessoas por ano, sendo que as doenças cardiovasculares se apresentam como a principal causa de morte na nação (cerca de 42% dos óbitos). Trata-se de uma doença do mundo ocidental e da sociedade moderna. As suas principais manifestações são a angina estável e instável e o enfarte agudo do miocárdio. Numa fase mais precoce da vida, os homens apresentam um maior risco de doença coronária do que as mulheres. No entanto, depois da menopausa, o risco da mulher acaba por igualar o do homem.

A doença coronária é favorecida por uma série de hábitos, comportamentos e estilos de vida, como, por exemplo, a alimentação desequilibrada, a obesidade, o tabagismo, o sedentarismo ou o *stress*, que são fortes contributos para os designados fatores de risco para a aterosclerose, como é o caso da hipertensão arterial, do colesterol elevado e da diabetes.

A doença coronária consiste na incapacidade das artérias coronárias, os vasos sanguíneos encarregues de irrigar o coração, de proporcionarem ao músculo cardíaco, o miocárdio, os nutrientes e o oxigénio de que necessita para manter a sua atividade.

Assiste-se a grandes avanços na terapêutica da doença coronária, mas a morbilidade e mortalidade mantêm-se elevadas, por isso, a mensagem principal deve ser “mais vale prevenir que remediar”, reforçando-se a necessidade de alimentação saudável e atividade física (o simples andar faz maravilhas pelo coração).

Obtido a 10/01/22 em: <https://www.ordemenfermeiros.pt/acores/noticias/contenudos/14fev-dia-nacional-do-doente-coron%C3%A1rio/>
A1rio/
<http://www.fpcardiologia.pt/a-doenca-coronaria/>
A Equipa do PPES



Foi no passado dia 14 de fevereiro que, na Escola Básica Cantanhede Sul do Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva, se celebrou o *Dia Internacional da Epilepsia*. Professores de Educação Especial, no âmbito do Ensino Estruturado, juntamente com alguns membros e representantes da Liga Portuguesa Contra a Epilepsia (LPCE), distribuíram um pequeno ramo de flores lilás (cor que é associada à epilepsia) e um pequeno cartão com o endereço da LPCE, onde se podia ler o *slogan* da campanha internacional – “Eu amo alguém com epilepsia”.

Pretendeu-se com esta iniciativa dar a conhecer esta doença, desmistificá-la e explicar que, tal como ocorre com outras doenças, é possível ter epilepsia e viver uma vida normal. O *Dia Internacional da Epilepsia* visa promover a consciencialização desta doença.

O Departamento de Educação Especial



Dia Mundial do Sono

A 15 de março assinala-se o *Dia Mundial do Sono*, que tem como objetivo aumentar a consciencialização sobre as perturbações do sono e o impacto que estas têm na sociedade.

O sono preenche aproximadamente um terço das nossas vidas e é fundamental para a recuperação física e mental do indivíduo. É um mecanismo biológico básico, como comer, beber e respirar, fundamental para a nossa sobrevivência.

A maioria dos distúrbios do sono são evitáveis ou tratáveis, mas menos de um terço dos doentes procura ajuda profissional. Os problemas do sono constituem uma epidemia global que ameaça a

saúde e a qualidade de vida de 45 por cento de população mundial.

A falta de um sono de qualidade diminui a concentração, reduz a produtividade académica e profissional, altera estados de humor e é uma das principais causas de acidentes rodoviários e de trabalho.

A privação de sono é também responsável pelo aumento do risco de vários tipos de doenças crónicas, como a hipertensão, a doença cardíaca, a diabetes, etc.

Três fatores importantes para um sono de qualidade são a duração, que deve ser suficiente para repousar e estar alerta no dia seguinte; os ciclos de sono, que devem ser contínuos, sem interrupção e a profundidade, pois o sono deve ser profundo o suficiente para ser reparador.

Obtido a 10/02/22 em <http://www.chts.min-saude.pt/noticias/dia-mundial-do-sono-de-importancia-ao-sono-cuide-dos-seus-ritmos-desfrute-a-vida/>

A Equipa do PPES



HORTA COMUNITÁRIA A SURGIR NA ESCOLA CANTANHEDE SUL



A horta comunitária é um projeto pedagógico que está a ser implementado na Escola de Cantanhede Sul do Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva. Trata-se de uma iniciativa do Grupo de Educação Especial, no âmbito do Ensino Estruturado, em conjunto com uma turma do terceiro ano. O projeto foi criado para que os alunos possam retirar benefícios do que é viver em equilíbrio com a natureza, apesar de estarem num espaço urbano. Promove-se assim um diálogo entre dois espaços diferenciados (cidade e campo), mas que os novos tempos propõem que sejam complementares.

Embora este projeto ainda se encontre em construção, já se podem encontrar flores, alfaces, morangos, ervas aromáticas, cebolas, lentilhas, pepinos, feijões..., plantados e semeados por estes alunos.

O Departamento de Educação Especial

SAÚDE E BEM-ESTAR

Dia Mundial da Água



No dia 22 de março, comemorou-se o Dia Mundial da Água, este ano subordinado ao tema “Águas subterrâneas: Tornando o invisível visível!”. Esta data comemora-se desde 1992 e tem como objetivo alertar as populações e os governantes para a urgente necessidade de implementarem medidas com vista a preservar e utilizar de forma sustentável este recurso natural tão precioso.

Os alunos do 8.ªA, no âmbito de um DAC de Ciências Naturais e Físico-Química, em parceria com a Biblioteca Municipal de Cantanhede, elaboraram um vídeo de consciencialização para esta temática, que foca, especialmente, algumas das medidas que todos nós podemos adotar no nosso dia a dia para utilizarmos a água de forma sustentável. Também apresentaram a entrevista feita ao Engenheiro Idalécio, Presidente do Conselho de Administração da Inova, onde sobressai a ORIGEM SUBTERRÂNEA DA ÁGUA que abastece o nosso concelho (Olhos da Fervença) e a NECESSIDADE DE CUIDARMOS DELA. Não a contaminar é uma das nossas grandes missões.

Todos os trabalhos foram apresentados à comunidade escolar, no polivalente da escola-sede, durante os intervalos letivos e nas páginas digitais do Agrupamento e do Município de Cantanhede - Biblioteca Municipal. No exterior, foi colocada uma faixa com a frase “Água é Vida!”, para chamar a atenção de todos os que por ali passavam.

Um poema sobre a água pode ser uma boa maneira de conscientizar todos sobre a importância deste recurso, que muitas vezes é utilizado de forma pouco consciente. Assim, foi sugerido que, em cada turma na primeira aula da manhã, fosse feita uma breve referência à data e lido um poema alusivo ao tema: “Lição sobre a água”, de António Geadeão, ou “Água doce, doce água”, de Evelyn Heine.

Maria Castelo e Emília Torres, professoras



No dia 4 de março, o Serviço Municipal de Proteção Civil dinamizou a atividade “Extinção de Incêndios” (urbanos), dirigida aos alunos do 9.º ano da Escola Básica Marquês de Marialva. A ação integrou-se nas comemorações do Dia Internacional da Proteção Civil e contou com a colaboração dos Bombeiros Voluntários de Cantanhede.

A atividade teve como objetivos não só dar a conhecer os diferentes tipos de extintores e a sua finalidade, mas também ensinar a utilizá-los em incêndios urbanos. Pretendeu ainda, com a simulação de uma situação de incêndio numa frigideira, sensibilizar para os comportamentos e atitudes a adotar, de modo a prevenir e a resolver possíveis situações semelhantes.

Raquel Silva, 9.º C

Realização de experiências com água - estados físicos e características



J1 de Ançã, sala 1



No dia 2 de março, todas as turmas do 5.º ano da Escola Básica Marquês de Marialva assistiram, no Polivalente, a uma palestra sobre medidas de segurança em caso de ser encontrado um ninho de vespas asiáticas.

Acompanhados pelos seus professores, os alunos tiveram oportunidade de conhecer e ver três ninhos de vespas inativos, com ovos no seu exterior. Viram também os fatos utilizados pelos agentes da Proteção Civil para lidarem com as vespas asiáticas. Eram castanhos, de um tecido muito resistente e cobriam todo o corpo. À frente dos olhos, tinham uma rede, para permitir, ao mesmo tempo, a proteção e a visão. O fato era completado por luvas do mesmo tecido.

Os agentes da Proteção Civil que orientaram esta palestra mostraram aos presentes os meios utilizados para destruir e envenenar as vespas, à distância, pois estas fazem muitas vezes os ninhos em locais muito elevados.

No final desta atividade, os agentes da Proteção Civil distribuíram um folheto informativo a todos os alunos e deixaram algumas recomendações muito importantes: manter uma distância considerável dos ninhos, não lhes atirar objetos e chamar as autoridades competentes para resolver o problema, em segurança.

Os alunos gostaram muito desta sessão, tendo colocado algumas questões. Aprenderam muito sobre os perigos das vespas asiáticas e ficaram a conhecer a maneira de agir em segurança, no caso de encontrarem algum ninho.

Texto coletivo, 5.º C

DESPORTO ESCOLAR

CORTA-MATO ESCOLAR DO DISTRITO DE COIMBRA

Após dois anos de interrupção, realizou-se novamente o Corta-Mato Escolar do distrito de Coimbra, em Montemor-o-Velho, no dia 8 de março. A atividade contou com a participação de cerca de 400 alunos, tendo a nossa escola sido representada por oito alunos. De realçar a excelente participação de todos, o esforço e a entrega demonstrados durante as provas. A aluna Catarina Teixeira (8.º B) obteve um honroso oitavo lugar entre os cerca de 100 alunos que correram no escalão de Iniciados. Parabéns a todos!

Rui Ferreira, Coordenador do Clube de Desporto Escolar



TÉNIS DE MESA 2.º Encontro



Após dois anos de paragem, regressaram as competições de desporto escolar e com elas a alegria de tantas crianças e jovens.

A nossa escola organizou, no dia 9 de março, o 2.º Encontro de Ténis de Mesa - Fase Local, Grupo D. Esta competição contou com a participação de cerca de 70 alunos dos Agrupamentos de Escolas Marquês de Marialva, de Mira e de Montemor-o-Velho.

A competição realizou-se no Pavilhão Marialvas e foi organizada pelo Clube de Desporto Escolar (grupo/equipa de Ténis de Mesa) da nossa escola, contando com o apoio do Município de Cantanhede e da secção de Ténis de Mesa do Sporting Clube Povoense.

Os nossos alunos tiveram uma excelente prestação, ainda que os objetivos destas atividades tenham consistido em promover o acesso à prática desportiva regular de qualidade, com o propósito de contribuir para a promoção do sucesso escolar dos alunos, de estilos de vida saudáveis e de valores e princípios associados à cidadania ativa, entre outros.

Todos os participantes estão de parabéns!

Rui Ferreira, Coordenador do Clube de Desporto Escolar



Ajudar a DIVERSIDADE em S. Tomé e Príncipe RECOLHA

O Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva promoveu uma campanha de recolha de livros, material escolar e artigos diversos para a prática desportiva, em articulação com a Associação Padre Manuel Marques, de Pocariça.

Esta iniciativa solidária, que decorreu entre 9 de fevereiro e 21 de março, teve como objetivo ajudar a equipar os Centros de Apoio ao Estudo da Escola Básica de Bobô Forro e do Instituto Paroquial de Formação da Sé, em S. Tomé e Príncipe.

O Agrupamento agradece à comunidade educativa a grande adesão a esta campanha solidária, a favor da educação, da prática desportiva e do bem-estar das crianças de S. Tomé.

Futsal

Realizou-se, no dia 16 de março de 2022, a primeira concentração de Futsal do Desporto Escolar, no escalão de iniciados masculinos, série C, na Escola Básica Marquês de Marialva, em Cantanhede. Participaram os alunos da Escola Básica Infante D. Pedro, de Buarcos, Figueira da Foz, e da Escola Básica n.º 2 de São Silvestre, Coimbra.

Todos os participantes realizaram vários jogos e é de louvar e realçar a camaradagem e convívio que se verificou entre todos os participantes.

Pretende-se continuar a promover a prática desportiva regular de qualidade, com o objetivo de contribuir para a promoção do sucesso escolar dos alunos, de estilos de vida saudáveis e de valores e princípios associados a uma cidadania ativa.

Parabéns a todos os envolvidos pela qualidade demonstrada em campo e pelo desportivismo e saber estar de todos os intervenientes.

Viva o desporto escolar que, após dois anos de intervalo, regressou com toda a dinâmica que o caracteriza!

Mário Rolo, Professor



MegaSprinter Escolar

Realizou-se, nos dias 16 e 17 de fevereiro, a prova de *Mega Sprinter – Fase Escola*, com uma presença significativa de alunos, cerca de 260, dos 2.º e 3.º ciclos, tendo sido obtidas marcas dignas de registo.

A atividade, promovida no âmbito do Plano de Atividades do Clube do Desporto Escolar, foi dinamizada pelo grupo de Educação Física, com a colaboração do Núcleo de Estágio da Escola Básica Marquês de Marialva e da turma do 10.º ano do Curso de Técnico de Desporto da Escola Técnico Profissional de Cantanhede.

A prova realizou-se em dois momentos, segundo um calendário estanque, entre os diversos escalões, garantindo as boas práticas de higiene e segurança de todos os envolvidos, com base nas orientações da DGS: *MegaSprinter* e *MegaSalto*, no dia 16 de fevereiro, que decorreu no campo de jogos da escola, em áreas específicas definidas para a corrida de velocidade e salto em comprimento; *MegaKM* e *MegaLançamento*, no dia 17 de fevereiro, que decorreu no Parque S. Mateus, também em áreas específicas definidas para a corrida de resistência e lançamento do peso.

Desta atividade ficaram definidos os alunos que representaram o AE Marquês de Marialva no *Mega Sprinter* da CLDE de Coimbra, no Estádio Municipal de Tábua no 30 de março.

Parabéns a todos, por mais uma excelente jornada de promoção do desporto e dos hábitos saudáveis.

As classificações foram as seguintes:

ESCALÃO	Mega Sprinter	Mega Salto	Mega KM	Mega Lançamento
Inf A fem.	1.º Maria Navega – 5.ºA 2.º Joana Neves – 5.ºF 3.º Maria Leal – 5.ºB	1.º Catarina Soares – 5.ºG 2.º Isabel Laranjo – 5.ºA 3.º Magali Sousa – 5.ºB	1.º Ema Marques – 5.ºB 2.º Laura Nogueira – 5.ºI 3.º Júlia Domingos – 5.ºG	1.º Sara Santos – 5.ºH 2.º Lara Cordeiro – 5.ºB 3.º Francisca Jerónimo – 5.ºC
Inf A masc.	1.º David Marques – 5.ºA 2.º Filipe Ramos – 5.ºH 3.º Diogo Parreiral – 5.ºB	1.º Pedro Gastão – 5.ºD 2.º Santiago Rocha – 5.ºC 3.º Eduardo Silva – 5.ºH	1.º Salvador Pinto – 5.ºB 2.º Tiago Jesus – 5.ºD 3.º Afonso Lima – 5.ºI	1.º Rodrigo ferreira – 5.ºC 2.º Santiago Chipa – 5.ºD 3.º Gabriel Tavares – 5.ºG
Inf B fem.	1.º Aurora Pereira – 7.ºD 2.º Isa Santos – 6.ºF 3.º Daniela Velho – 6.ºG	1.º Francisca Ramos – 7.ºB 2.º Margarida Santos – 6.ºA 3.º Matilde Silva – 7.ºE	1.º Filipa Lourenço – 7.ºA 2.º Maria Inês Santos – 6.ºA 3.º Mariana Gomes – 6.ºF	1.º Leonor Rodrigues – 6.ºE 2.º Joana Oliveira – 6.ºD 3.º Inês Faustino – 7.ºD
Inf B masc.	1.º Rafael Martins – 6.ºF 2.º Manuel Madeira – 7.ºB 3.º Dinis Simões – 7.ºE	1.º Diogo Francisco – 5.ºE 2.º Bernardo Bento – 6.ºA 3.º Damian Miranda – 6.ºG	1.º Afonso Soares – 7.ºA 2.º Martim Leal – 7.ºC 3.º João Silva – 6.ºE	1.º Devid Kostetsky – 7.ºA 2.º Alexandre Gaspar – 7.ºE 3.º Guilherme Alves – 6.ºD
Inic. fem.	1.º Érica Cavadas – 8.ºE 2.º Jéssica Leal – 6.ºD 3.º Bianca Gaspar – 9.ºF	1.º Laura Fonseca – 9.ºF 2.º Lara Neves – 9.ºA 3.º Maria Simões – 9.ºB	1.º Leonor Almeida – 9.ºF 2.º Sara Machado – 7.ºC 3.º Marta Moura – 9.ºF	1.º Sara Gomes – 9.ºA 2.º Carolina Neves – 7.ºE 3.º Iris Santo – 8.ºA
Inic. masc.	1.º Martim Gonçalves – 6.ºG 2.º Lucas carvalho – 8.ºA 3.º João caetano – 8.ºF	1.º João Neves – 9.ºC 2.º Rúben Magalhães – 9.ºE 3.º Pedro Sá – 9.ºE	1.º Martim Santos – 9.ºF 2.º francisco Alves – 9.ºD 3.º Salvador Graça – 8.ºF	1.º salvador Marante – 8.ºD 2.º João Galvão – 9.ºA 3.º João Augusto – 6.ºB
Juv. (fem.)	1.º Luísa Campos – 9.ºB	-----	1.º Carolina Cruz – 9.ºF	-----
Juv.(masc.)	1.º Miguel Rodrigues – 9.ºA	1.º David Bacelar – 9.ºB	-----	1.º Breno Pereira – 8.ºF

Voleibol na Lousã

No dia 18 de fevereiro, decorreu, na Escola Secundária da Lousã, a 1.ª concentração da modalidade de Voleibol, no escalão de Infantis B. Participaram 15 equipas em representação de 10 escolas. A equipa de Voleibol Feminino do nosso Agrupamento esteve presente com 14 atletas e uma árbitra, tendo sido acompanhadas pelo professor José Morgado.

Durante a parte da manhã, realizou-se a fase de grupos. No primeiro jogo, as nossas alunas venceram a equipa feminina Lousã C por 47-38; no segundo jogo do grupo, perderam com a equipa feminina Lousã A. No terceiro jogo, a nossa equipa teve uma excelente prestação, vencendo por 48-45 a equipa mista da EB Martim de Freitas. No quarto jogo da manhã, contra a equipa masculina da EB Gândara Mar, a nossa equipa perdeu e dessa forma ficou em 3.º lugar do grupo.

Na parte da tarde, as nossas atletas realizaram mais dois jogos. No primeiro ganharam à equipa mista da EB Ponte das Três Entradas por 53-40, enquanto no jogo seguinte perderam com a equipa masculina da EB da Cordinhã.

Podemos considerar o balanço deste encontro bastante positivo, já que foi um dia de convívio, cheio de alegria e boa disposição. As nossas atletas estão de parabéns, jogaram muito bem, empenhando-se em todos os jogos pelo melhor resultado possível e orgulhosamente dignificaram o Agrupamento que representam.

A concentração seguinte decorreu no dia 29 de março, no Agrupamento Gândara Mar, na Tocha.

José Morgado, Professor



DESPORTO ESCOLAR

MEGA SPINTER DISTRITAL

No passado dia 30 de março, realizou-se, no Estádio Municipal de Tábua, a atividade do Desporto Escolar “MegaSprinter” Fase CLDE Coimbra, organizada pela Coordenação Local do Desporto Escolar de Coimbra. A Escola Básica Marquês de Marialva esteve representada com dezasseis alunos, que participaram na corrida de velocidade, no salto em comprimento, nos 1000 metros e no lançamento do peso. Este ano só puderam participar os alunos dos escalões de Infantis B e Iniciados. Todos tiveram uma fantástica prestação, com alguns deles a participarem em algumas das diversas finais que se realizaram durante o dia, obtendo as seguintes classificações:



1.º – Devid Kostetsky, 7.ºA - InfB M – MegaLANÇAMENTO
(Campeão Distrital)

3.º– João Neves, 9.ºC - Inic M - MegaSALTO

5.º– Afonso Soares, 7.ºA – InfB M - MegaKM

5.º– Aurora Pereira, 7.ºD – InfB F - MegaSPRINT

6.º– Maria Inês Santos, 6.ºA - InfB F - MegaSPRINT

6.º– Érica Cavadas, 8.ºE – Inic F - MegaSPRINT

Parabéns a todos os participantes!



Rui Ferreira, Coordenador do Clube do Desporto Escolar



Realizou-se, no dia 8 de abril, o Dia da Orientação, organizado pelo Grupo Disciplinar de Educação Física, com o apoio logístico e técnico do Clube de Aventura da Bairrada e do Município de Cantanhede. A atividade decorreu no Parque S. Mateus e contou com a participação de cerca de 350 alunos. Apesar de inicialmente programada para os alunos do 3.º CEB, foi dada também oportunidade aos alunos do 2.º CEB de comparecerem no local para assistir à atividade, acompanhados pelos seus professores.

Foram montados pelo Parque S. Mateus vários percursos com *balizas de orientação*, sinalizando os pontos de controlo que os alunos tinham de visitar, seguindo o mapa que lhes foi previamente entregue. Para provar que um ponto de controlo foi visitado, utilizou-se o sistema de perfuração (*picotador*, também conhecido por *alicate*) que se encontrava junto às balizas, para *picar* no cartão de controle (cada *alicate* faz um padrão de furos diferente).

Paralelamente, foi também montado um percurso com diversas *balizas*, em que os alunos transportavam consigo um sistema eletrónico (Chip SI), para sinalizar que as mesmas eram visitadas, seguindo um mapa com diversos graus de dificuldade.

Apesar da previsão de chuva, o S. Pedro foi nosso aliado, tendo adiado a sua chegada até ao final da atividade. Foi uma manhã bastante animada, com a maioria dos alunos a ter um primeiro contato com a *Orientação* e a desfrutar desta modalidade com grande valor pedagógico.

Grupo Disciplinar de Educação Física

Haja Coragem!

Vítor Pacheco
Professor, coordenador do Projeto Rádio ONDAMM



Quase tudo o que os povos civilizados da Europa consideravam como garantido e racional em tempos de paz foi posto de lado com a invasão militar, em larga escala, da Ucrânia, pela Rússia de Vladimir Putin.

A invasão russa de 24 de fevereiro, de acordo com a Organização Internacional para as Migrações (OIM), desencadeou, até ao momento, uma crise de 3,5 milhões de refugiados, incluindo mais de 1,4 milhões de crianças, que partem sem nada para um futuro incerto, debaixo de fogo inimigo, carregando a esperança de um dia poderem voltar à sua casa.

É a maior crise humanitária no continente europeu, considerada pela ONU a mais grave na Europa desde a Segunda Guerra Mundial (1939-45).

Enquanto a luz da Paz tarda em chegar, os Líderes da União Europeia, do Reino Unido e dos Estados Unidos têm vindo a impor sanções e medidas restritivas, de forma contraditória à lógica de guerra de Putin, que continua a avançar com as suas sucessivas pretensões de mestre da ignomínia, coadjuvado por generais que dão ordens às suas forças militares para aniquilarem a população civil, bombardeando e arrasando as cidades ucranianas. É a violação total dos princípios fundamentais do Estatuto do Conselho da Europa, da Carta das Nações Unidas e do Direito Internacional.

Também inquietantes, no mínimo, são as palavras dos líderes europeus quando afirmam que ainda não vimos o pior e que Vladimir Putin “*mente descaradamente*”; ou as declarações do responsável da Nato, Jens Stoltenberg, e do próprio presidente Biden afirmando que não intervêm no conflito, que não fornecem aviões, mas depois disponibilizam mísseis *Javelin*, *Stingers* e antiaéreas, transmitindo a ideia de que não estamos em guerra, quando, na realidade, estamos a fornecer equipamento militar europeu e americano à Ucrânia para que esta se possa

defender. Logo, estamos em guerra, ainda que de forma indireta, e a sentir, inevitavelmente, parte das suas consequências.

A Suécia, devido à proximidade e invasão do seu espaço aéreo por caças russos, retomou o programa de crise que vem dos tempos da guerra fria, emitindo um comunicado para a população com indicações de *bunkers* e atualizando o manual de segurança, intitulado “If Crisis War Comes”, com todas as informações sobre como proceder numa situação de emergência. A tensão e o medo da devastação voltaram a esta zona da Europa, com a guerra na Ucrânia.

Perante estes contextos, não podemos deixar de tomar consciência de que, de facto, isto também é com todos nós e exigir aos líderes dos USA e da Europa das sanções para que, através da ONU, em coerência com os seus propósitos de segurança internacionais, enviem as suas forças de paz para obrigar/negociar a criação de corredores humanitários e articular esforços para terminar a guerra e alcançar a paz.

Precisamos de um Ocidente coerente, forte e unido para que, em nome do Direito Internacional Humanitário, se coloque um ponto final a esta luta de vida ou de morte, enquanto a China de Xi Jinping mantém um discurso ambíguo sobre o conflito, ao qual raramente se referiu como uma guerra. Nas votações já feitas nas Nações Unidas, primeiro no Conselho de Segurança, e depois na Assembleia Geral, a China não condenou a agressão russa, optando por se abster.

A realidade deixou de ser ficção neste mundo hiperconectado, maioritariamente robotizado e digital, onde prevalece a economia do instante e a superinformação partilhada a velocidades estonteantes.

Estas novas tecnologias mudaram a lógica dos conflitos e os que a ela têm acesso procuram novos limites e avançam vorazmente na demonstração do seu poder militar.

Necessitamos de lideranças e organizações fortes capazes de superar discórdias e conflitos, que consigam fazer das divergências oportunidades de estreitar relações humanistas e democráticas, com habilidade na resolução dos problemas.

Numa guerra não há vencidos nem vencedores. Como tal, todos vão ter de saber escolher, para que a embarcação que nos acolhe continue a rodar rumo ao seu destino. Temos de manter viva a esperança e acreditar no futuro amanhã, apesar de nada voltar a ser com dantes.

Haja coragem!

PREENCHER O VAZIO

Na minha opinião, o amor é bastante importante na vida de qualquer pessoa, seja entre casais, familiares ou amigos, seja por nós próprios.

Uma pessoa que não tenha ou não receba qualquer tipo de amor, por vezes, não é feliz, porque penso que todos concordamos que sentir amor ou sentir-se amado por alguém é um sentimento muito bom. É uma grande felicidade sentirmo-nos especiais e perceber que temos um lugar no coração de alguém.

Por outro lado, o amor-próprio, isto é, ser capaz de amar o ser em que nos tornámos, a nossa aparência, as nossas escolhas e decisões, é também muito importante para o nosso bem-estar e felicidade porque, se não tivermos esse sentimento por nós, dificilmente conseguiremos amar o próximo.

Assim, considero que o amor é fator essencial para a construção da nossa felicidade pessoal, um sentimento que nos completa. Sem amor, há um vazio por preencher.

Salomé Santos, 9.º D

A BASE

No meu ponto de vista, penso que o amor é a base para sermos felizes e transmitir felicidade a outras pessoas, mas é também fundamental para nos sentirmos bem.

Considero que o amor é a base da felicidade porque, ao transmitirmos o nosso afeto aos outros, acabamos por arranjar amigos, criamos laços de amizade mais fortes e passamos momentos muito bons. Também o amor pela família é importante, pois, se tivermos uma boa relação com os nossos familiares, iremos ter sempre quem nos apoie nas coisas boas que fizermos e nos obstáculos que tivermos de enfrentar. Assim, a família será sempre o nosso melhor aliado, o de todas as ocasiões.

Além disso, se tivermos amor por nós, esse será também um bom caminho para sermos felizes e para gozarmos de boa saúde, pois algumas pessoas sofrem por não gostarem de ser como são.

Em suma, acho que se tivermos amor por nós, amor pela nossa família e se soubermos transmitir amor e felicidade à nossa volta, teremos a base para uma vida feliz, repleta de bons momentos e poderemos evitar alguns problemas, como a depressão.

Alex Brigant, 9.º D

Reflexões e Memórias

Auto da Barca do Inferno, de Gil Vicente

O sapateiro com “s” de santinho

João Antão, mais precisamente o Sapateiro, um artesão desonesto e falso, surge na quinta cena do *Auto Da Barca do Inferno*, obra escrita por Gil Vicente.

A personagem traz um avental e umas formas, que representam simultaneamente a sua profissão e os pecados praticados enquanto foi sapateiro, pois roubou e enganou muitos clientes.

Primeiro, dirigiu-se à Barca do Diabo, onde este o recebe com ironia e o acusa de roubo e de falsa devoção. No entanto, o sapateiro defende-se, dizendo que sempre cumpriu os preceitos religiosos, que morreu comungado e confessado, ouviu missas, ofereceu donativos à igreja e orou pelos fiéis defuntos. De seguida, vai até à Barca da Glória, onde é acusado pelo Anjo de ter roubado também e mais uma vez tenta defender-se. Por fim, como sabe que não é ali o seu lugar, dirige-se para o Batel Infernal, onde acaba por embarcar.

Para mim, a intenção crítica do autor é denunciar a exploração do povo exercida pelos artesãos e a falsa prática da religião, coisas que ainda hoje acontecem na nossa sociedade.

Camila Gomes, 9.º D

O hábito falso

O Frade dirige-se à Barca infernal, acompanhado de uma moça, um escudo, um capacete e uma espada.

Nas cenas anteriores, os objetos de que as personagens se fazem acompanhar simbolizam os seus pecados em vida terrena. Nesta cena não é diferente e os objetos, além dos pecados, neste caso, representam também as acusações feitas: a moça representa o desrespeito pelo voto de castidade e os restantes objetos pretendem mostrar a vida mundana que levava, ligada aos prazeres, como a esgrima que ele exhibe ao Diabo e que, na minha opinião, foi muito engraçado.

A personagem, primeiramente, dirige-se à Barca do Inferno, depois até à Barca do Anjo, onde este se recusa a falar. A meu ver, foi justo, porque o Frade, que tem a maior obrigação de respeitar as leis divinas, foi o que mais falhou.

Após aquele silêncio, o dono do hábito retorna à Barca do Diabo, onde entra, resignado, levando consigo a sua amada Florença.

Nesta cena, Gil Vicente pretende criticar a imoralidade não só do Frade, mas sim da classe social a que pertence, o clero. Esta crítica foi feita há centenas de anos atrás, mas infelizmente, continua atual, embora de forma mais reduzida.

Esta foi a cena que elegi, porque, na minha opinião, para além da seriedade tem também a sua parte cômica, com o cómico de situação protagonizado pelo Frade que, em pleno julgamento divino, canta, dança e mostra os seus dotes de esgrima ao Diabo.

Afonso Garrido, 9.º D

UM EPISÓDIO MARCANTE

Era o dia em que completava os meus dez anos e, como prenda de anos, quis pedir ao meu avô para conduzir a moto dele. Lembro-me que, na altura, eu era muito *chato* em relação a tudo, pelo que passei o dia todo a pedir-lhe para andar na moto. Os meus avós sempre foram das pessoas mais importantes da minha vida, porque foi com eles que passei toda a minha infância, especialmente naquela época em que eu passava mais tempo em casa deles do que na minha.

Estava prestes a anoitecer, quando finalmente eu consegui o que desejava. Rapidamente eu e o meu avô fomos para a rua à frente do café dos meus avós. Mal eu sabia que seria um dos momentos mais felizes e emocionantes da minha vida. Sentia-me louco para entrar naquela aventura. A minha avó estava preocupada comigo, mas também feliz, pois sabia que era o que eu queria. Assim, foi chamar o resto da família que estava lá em casa. Recordo-me que quando comecei a conduzir, os meus familiares tiveram uma mistura de emoções, pois, primeiro, ficaram estáticos, mas, muito pouco tempo depois, começaram a rir-se. Apesar daquele momento ter sido rápido, eu aproveitei-o ao máximo.

Depois de tudo acontecer, não consegui fazer mais nada a não ser pensar naquela experiência.

Foi a primeira vez que conduzi uma moto, o que alimentou ainda mais a minha adoração por este tipo de veículos. Acho que o momento em si foi muito importante, mas o facto da minha família estar lá a ver tornou-o mais intenso. Pode não ter mudado a minha vida por completo, no entanto mudou os meus gostos e um pouco da minha perspetiva de vida.

Um dia inesquecível

Em 2018, eu estava prestes a ir ao campo de futebol do Sporting para ver o grande jogo entre Sporting e Atlético de Madrid, relativo à competição Taça da Europa, no dia cinco de abril, quando eu tinha 10 anos.

Havia um *porém*: eu tinha faltado a um dia de escola e a minha mãe não tinha gostado muito dessa ideia (na verdade, foi apenas a parte da tarde para ir ao jogo e chegar tardíssimo, porque era em Lisboa). Eu e o meu pai lá a conseguimos convencer, alegando que era sexta-feira e que, por isso, não haveria escola no dia seguinte. Fomos apanhar o autocarro onde estivemos sempre a cantar músicas do Sporting e coisas do género. Após a viagem, teríamos de esperar um pouco mais porque tínhamos chegado demasiado cedo. Entretanto, fomos à loja do Sporting adquirir algumas lembranças. Comprei uma lancheira e uma camisola onde estava escrito o hino do Sporting. Depois disso, fomos procurar um sítio para nos sentarmos, pois em breve começaria o jogo. Fomos avançando e a paisagem era tão bela, tão bela que os meus olhos até brilhavam de tanta felicidade que tinha naquele momento: a imensidão de pessoas, o verde pelo estádio inteiro. Era um sonho tornado realidade!

E começa o jogo! Todos os adeptos estavam a cantar o hino do Sporting e os poucos adeptos do Atlético de Madrid permaneciam calados. O Sporting consegue marcar ainda na primeira parte e todos gritaram GOOOOLO!

Foi uma alegria para mim gritar. Nunca tinha tido uma experiência igual. O resultado ficou 2-1 para o Sporting, contudo o meu Sporting não tinha passado à fase seguinte da prova, pois, no jogo anterior, o resultado tinha sido 1-0 para o Atlético de Madrid. Lá fomos nós para casa de autocarro. Chegamos a casa tardíssimo, mas tinha valido a pena.

Eu adorei ter estado lá! Foi uma memória inesquecível!

Martim Ribeiro, 8.º A

UMA REAÇÃO INESPERADA

Terá sido em 2011, ou talvez mesmo em 2012, que fui a uma festa de aniversário do meu tio.

Foi na «Casa da Sopa», casa de festas do meu tio, que tudo aconteceu. O meu tio tinha convidado a família, colegas de trabalho e amigos de infância para almoçar lá em casa e passar um bom tempo a comemorar. Almoçamos ao som de música e de conversas. Toda a gente estava bem disposta e até se diziam algumas parvoíces, que eu não percebia. Havia algumas crianças, mas eu era tão envergonhada que estava agarrada à minha mãe.

Chegou a hora de cantar os parabéns, então todos se colocaram à volta da mesa. Assim que terminamos de cantar, dois amigos do aniversariante, o Joel e o Negrão, atiraram-lhe o bolo. Era um bolo de frutas, coberto de *chantilly* e chocolate. Toda a gente começou a rir menos eu. Eu comecei a chorar! Olhando para trás, não sei se foi pelo bolo, se foi pelo meu tio ou se foi mesmo pelo susto. A minha mãe pegou em mim e levou-me para a cozinha, onde o meu tio estava a lavar a cara e a tirar o bolo. Eles começaram a explicar-me que era só uma brincadeira e que havia mais bolo para eu me deliciar.

Foi um dia que me marcou porque a minha reação foi algo diferente do normal e até foi engraçado.

Francisca Santos, 8.º A

ESPAÇO DE CRIATIVIDADE

Férias...

Tudo aconteceu numa férias de verão, só que não me lembro do dia da semana, nem do ano em questão.

Nessa altura, eu era pequenina e tinha ido à praia com os meus avós e a minha irmã. A minha avó tinha cabelo curto, branco e cinza, era magra, pequena (média 150cm) e, naquele dia, estava a usar fato de banho; já a minha irmã tinha o cabelo comprido e escuro, também era baixa e tinha os olhos azuis.

Nesse dia de praia, estava no Algarve, mais precisamente em Monte Gordo, porque eu ia todos os anos lá, até a pandemia vir. Como habitualmente, a minha avó levava a sua arca térmica com almoços e lanches, além do equipamento para montar a barraca.

Depois de montada a barraca, almoçámos calmamente e, de seguida, a minha avó foi dormir a sesta. Enquanto isso, eu e a minha irmã estivemos a brincar na areia. Passado algum tempo, senti as minhas costas a "arder", fui chamar a minha avó e ela disse-me:

- Tens as costas todas queimadas! Vamos ao mar ver se para de arder.

- Ok, avó!

Então, fomos ao mar e a minha avó disse-me:

- Olha, eu não vou entrar, porque não quero molhar o cabelo!

Passados uns dez minutos, eu e a minha irmã estávamos ensofadas e queríamos ir para as toalhas. Entretanto, a minha avó virou-se para trás e levou com uma onda que lhe molhou o cabelo todo e até caiu no chão!

Eu e a minha irmã começámos a rir e não conseguíamos parar!

Ainda hoje me lembro desta história!

Maria Castro, 9.º E

Num dia de inverno

No outro dia, estava a passear pela rua e estava muito vento. Era um dia de inverno e como estava vento, as árvores abanavam muito. Os carros circulavam normalmente até que um ramo de uma árvore caiu em cima de um carro. Depois deste acidente, houve mais três, porque os carros que vinham atrás não estavam a contar com aquela situação e embateram uns nos outros.

As pessoas que passeavam, tal como eu, ficaram preocupadas e assustadas com o acontecimento. Uma senhora já com alguma idade e muito baixinha ligou logo para a polícia e para os bombeiros. Tentámos ajudar as pessoas que tinham embatido contra o ramo e que conseguiram sair dos seus carros. Os meus pais foram ter com a família; outros senhores foram ter com outras pessoas também feridas e eu fui ter com uma menina que estava ferida num braço e numa perna. Ela era tão bonita, tinha cabelos castanho escuros e olhos azuis que pareciam o mar! Então perguntei-lhe:

- Olá, estás bem?

- Olá, olha, não estou nada bem, estou meio tonta e com muitas dores no braço e na perna. - respondeu ela muito assustada, a tremer e num tom de voz que quase não se ouvia!

Eu tentei acalmá-la até os bombeiros e os elementos do 112 chegarem. Quando eles chegaram, começaram logo a tirar o ramo de cima do carro, o que foi uma manobra muito difícil, e também a tirar as pessoas. Felizmente, estavam todas vivas, mas muito assustadas e feridas! Foram levadas para o hospital e os bombeiros continuaram a limpar a estrada.

Foi um dia muito diferente do normal, mas o que interessa é que as pessoas ficaram todas bem!

Leonor Almeida, 9.º F

Aconteceu em Paris

Lembro-me como se tivesse sido ontem! No verão passado, eu e o meu grupo de amigos tivemos a nossa viagem de finalistas. O destino mais votado foi a França. Parecia tudo um sonho!! Uma viagem para fora do país, sem adultos para nos controlarem... foi apenas surreal! Partimos no dia 21 de junho, do aeroporto da cidade do Porto. Chegámos a França na madrugada do dia 22; era muito cedo, umas 4/5 da manhã. Era mais um dia de verão, apesar de estar um gelo quando chegámos! Então, fomos logo apanhar o autocarro que estava à nossa espera para nos levar ao hotel onde íamos ficar durante aquela viagem.

Era um hotel muito confortável e bonito! Fiquei no mesmo quarto que a Rita e a Sandra. Combinámos ir pousar as malas e depois fazer um "tour" (uma viagem/passeio) por Paris, para ficarmos a conhecer um pouco sobre a cidade e a cultura dos franceses. Depois de desfazer as malas, fomos ter à receção do hotel, à espera dos nossos amigos que, como sempre, estavam atrasados. No entanto, não demoraram muito para chegar! Assim, em primeiro lugar, fomos tomar o pequeno-almoço a um café situado na rua do nosso hotel, era bem perto! De seguida, apanhámos um autocarro que era apenas para turistas, para ir conhecer o resto da cidade, pois queríamos passar tudo a pente fino. De tarde, chegámos a uma rua, onde fizemos uma paragem para descansar, comer alguma coisa e quem quisesse podia ir comprar lembranças para trazer para Portugal. Adivinhem o que aconteceu... Fui comprar umas lembranças para dar aos meus amigos portugueses e perdi-me do resto do grupo. Como imaginam, entrei em pânico, pois estava perdida numa cidade onde não conhecia literalmente nada nem ninguém. Nesse instante, um rapaz alto, de olhos azuis, loiro, bem-vestido, típico parisiense, encontrou-me, percebeu que havia algo de errado comigo e perguntou-me se eu estava perdida. Fiquei em choque, como é que ele sabia? Ele apercebeu-se de que eu não era francesa, por isso perguntou-me em inglês:

- Hello, are you lost?

- I think so... - respondi um pouco envergonhada.

- You aren't french, right? - perguntou.

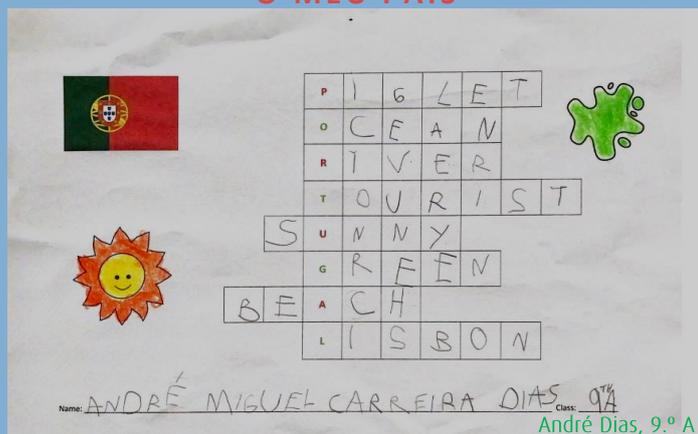
- No!, I'm portuguese! I'm here with my friends to spend some days.

Foi uma conversa curta, mas com um grande significado. Ele perguntou-me em que hotel eu estava hospedada e levou-me até lá. Era um rapaz gentil e educado. Infelizmente, perdi o contacto com ele, mas espero e tenho a sensação de que um dia o voltarei a ver!

Sofia Ye, 9.º E



O MEU PAÍS



O MEU AUTORRETRATO



ESPAÇO DE CRIATIVIDADE

Após o estudo de excertos de *O Diário de Anne Frank*, os alunos foram desafiados a escrever uma *página de diário*, numa oficina de escrita criativa.

Segunda-feira, 20 de dezembro de 2021

11/08/2019

Querida Branquinha,

Eu tinha perguntado ao meu pai, ontem, se podíamos ir ao cinema ver o "Spider-man no way home". Para minha surpresa, ele disse que sim, por isso eu sabia que hoje seria um dia especial.

Acordei e ouvi os pássaros a cantar. Perguntei ao meu irmão se ele queria ir connosco, porque é um grande fã do homem-aranha. O cinema é no Fórum de Coimbra e tínhamos de lá estar às 16:30.

À tarde, antes de sair, preparei o meu cartão de cidadão e o meu certificado digital e mandei uma mensagem a uma amiga minha, a Leonor, porque ela também é uma grande fã do homem-aranha. Respondeu-me que também o ia ver à mesma hora e eu fiquei muito feliz.

Quando chegámos, estávamos muito entusiasmados. Eu estava sempre a olhar para a entrada para ver se a Leonor aparecia. Chegou, finalmente, e olhou para mim e deixou-me feliz. Não vou relatar o filme porque posso dar "spoilers". Mas posso dizer uma coisa sobre o filme: eu e o meu irmão chorámos de emoção. Depois do filme, soube que a Leonor também tinha chorado...

Posso dizer que o filme me marcou e vai estar sempre na minha cabeça como um dos melhores do Homem-Aranha.

Teu, Artur, 8.º E

Terça-feira, 28 de dezembro de 2021

Querido Diário,

Hoje, tenho novidades para te contar. Mal acordei, senti vontade de ir para a cozinha inspirar-me a cozinhar. Comecei por fazer umas panquecas *vegan* e acompanhei com umas frutas, algumas delas tropicais, tais como manga, ananás, maracujá, kiwi, com umas sementes de chia e um *Crumble* de amêndoa, e ainda um batido de leite de aveia, *physalis* e morangos.

Passado algum tempo, fui correr nos pinhais com a minha vizinha Maura. Estava um belo dia de sol. Pelo caminho, vimos, ao longe, cavalos, ovelhas e passámos por um terreno relvado muito bonito. Entretanto, reparei que tinha perdido o meu anel e fiquei muito triste, pois tem um significado muito importante para mim. Tivemos que voltar para trás para poder procurá-lo. Pouco tempo depois, a Maura encontrou algo com o aspeto prateado debaixo de alguns paus de madeira e foi aí que descobrimos onde estava o anel.

Entretanto, já estava tarde e tivemos que ir para casa almoçar. Fiz tortilhas de beterraba e acrescentei um recheio de delícias do mar, abacate, couve roxa, espinafres e natas de soja. Lá para o meio da tarde, decidimos ir assistir a uma maratona de filmes de ação, crime e mistério: "Hawai Força Especial", "Investigação Criminal: Los Angeles", "Hitman-Agente47". Ambas admiramos este tipo de filmes!

Mais tarde, já estávamos com fome e fui fazer um bolo *vegan* e também acrescentei molho de frutos vermelhos que fomos buscar ao quintal dos meus avós. Estava maravilhoso e fiquei muito feliz por ter passado este dia inesquecível com a Maura. Porém, ela teve de se ir embora e ficou combinado que um dia destes teríamos que repetir.

Tua, Nelly, 8.º E

Sábado, 25 dezembro de 2021

Olá, Patrícia!

Eu acordei às oito horas da manhã e fui abrir os presentes de Natal. Fiquei muito feliz, porque recebi um perfume, uma rena em tecido e também um *table*. Às nove e meia, vesti-me e fui tomar o pequeno-almoço com a minha mãe, no café perto da minha casa.

Ao meio-dia fui almoçar com a minha mãe, o meu avó, o meu padrinho e a minha avó. Cheirava muito bem, porque foi bacalhau no forno.

Após o almoço, fui à Praia da Tocha com a minha mãe. Fomos dar um passeio à beira-mar e tirámos algumas fotos.

Cheguei a casa e fui jogar *The Last Of Us* o resto da tarde até chegar a hora de jantar. Depois de jantar, fui ver televisão até ir dormir.

Foi um dia divertido.

Afonso Alves, 8.º E

13-1-2022

Olá, Diário

Este foi o dia em que eu parei de jogar jogos de computador. Foi um dia muito triste....

A minha mãe dizia que eu tinha o vício de jogar e aconselhava-me parar de jogar. Hoje, tomei essa decisão e comecei uma nova vida, sem *videogame*.

Por um lado, fiquei mais feliz, mas muito triste ao mesmo tempo.... Passei vários dias numa imensa tristeza, porque queria jogar, mas eu tinha de me controlar, pois já havia efeitos negativos, como passar dias sem falar com a minha família.

Assim, de agora em diante, vou passar mais tempo com a minha família e, só de pensar nisso, até me sinto outra pessoa, mais feliz....

Amanhã, volto a falar contigo.

Rúben, 8.º A

13/01/2022

Querido diário,

Ontem de manhã, fui a Bristol, em Inglaterra, passear com a minha mãe, irmãs, prima e tios. Andámos pelas ruas e visitámos um *shopping* e, no final do dia, regressámos a casa, em Londres. Hoje fomos visitar a roda gigante, o Big Ben e o Palácio da Rainha e só chegámos a casa à meia-noite.

Foram dois dias muito emocionantes e felizes, porque visitei novos sítios muito bonitos.

Adeus, querido diário, e até breve.

Catarina Rodrigues, 8.º A

Diário

Hoje de manhã, acordei com o meu pai a chamar-me. Assim que me levantei, ele disse que tinha algo para me contar. Após muito tempo a pedir-lhe a revelação, finalmente disse-me: vamos ao Estádio do Dragão ver um jogo de futebol do Porto contra o Krasnodar.

Passei o resto do dia ansioso, pois esta era a primeira vez que ia ver um jogo de futebol ao vivo num estádio.

Finalmente, chegou a hora de sair de casa. Peguei na minha camisola do Porto e fomos. Assim que chegámos, havia uma fila enorme para entrar e ficámos cerca de meia hora à espera para poder chegar à bancada.

Era um jogo de qualificação para a Liga dos Campeões e esta era a segunda mão. O Porto tinha uma vantagem de um golo, no entanto, logo na primeira parte, sofreu três golos. Perto do fim, ainda comemorei dois golos do Porto, mas, infelizmente, não foi o suficiente para passar, graças "à regra dos três golos fora de casa".

Apesar da derrota, fiquei bastante feliz por poder ir ver este jogo, porque acho que momentos como este são únicos! O ambiente no estádio foi incrível e consegui ver a minha equipa preferida a jogar.

Até amanhã.

Bruno Serra, 8.º A

Quinta-feira, 3 de janeiro de 2022

Querido Jiro,

Trago-te as melhores notícias possíveis. Hoje, o dia foi repleto de alegria e amor. Para te deixar curioso, vou dizer-te aonde fui! A casa dos meus avós! Como já sabes, sempre que vou lá, algo de diferente acontece, mas não sei... Desta vez, pareceu-me ainda mais especial!

Comecei o dia por acordar e tomar banho, mas, naquele momento, ainda não sabia aonde ia. Pensava que ia ser só mais um dia normal, em casa, até que a minha irmã me alegrou, com as simples palavras de que vamos a casa dos meus avós.

De seguida, fizemo-nos à estrada até lá. Quando cheguei, dei alguns abraços aos meus avós, mas depois fui diretamente à comida, porque estava faminto e, como sabes, não há quem cozinhe melhor que a minha avó. E, como era de esperar, estava delicioso! Passei a maior parte da tarde a falar com os meus avós e a brincar com os meus primos, que estavam lá, e, como é óbvio, isso ainda tornou o dia melhor. Mas o dia mostrou que se ia tornar ainda mais especial, quando a minha avó me deu a feliz notícia de que vamos ao "monte". Acho que nunca te disse, mas o "monte" é um terreno dos meus avós onde eu passava muito tempo e, durante esse tempo, eu divertia-me e ria-me a brincar com os animais, a ajudar a minha avó a fazer os diferentes tipos de trabalhos, entre outras coisas. Fiquei lá durante algum tempo e reparei em algumas diferenças. Diverti-me imenso e como os meus primos também me acompanharam e é das primeiras vezes que eles vão lá, senti algo diferente, mas não sei explicar... Parecia que o meu coração estava cheio de amor, diversão e entusiasmo.

No final, eu e a minha irmã fomos levar a minha avó e os meus primos de volta a casa. Quando cheguei a minha casa, fiz a rotina normal de todos os dias e acho que não preciso de te dizer outra vez....

Acho que percebeste o porquê de o meu dia ter sido especial. Afinal, isto não acontece todos os dias. Em suma, o dia foi extraordinário e marcante, por estar repleto de amor e alegria, como consegues perceber.

Até amanhã!

João Reis, 8.º D

A propósito do Dia do Pai, a EB de Bolho esteve a trabalhar os adjetivos.



ESCOLA EM AÇÃO

Sustentabilidade e Carnaval

O tema *Terra*, recorrente em outras atividades festivas, teve, neste Carnaval, que acabou circunscrito ao espaço próximo do Jardim de Infância, o mesmo registo de criatividade e colaboração ativa dos pais na vida do Jardim de Infância. A sustentabilidade do planeta, numa abordagem multifacetada, teve uma abrangência de tratamento através da elaboração de modelos mais específicos, como a água, o sol, a chuva, as flores e os insetos, a outros, mais livres na sua apresentação (recriação de fatos ou roupas, utilização de fatos de outros carnavais, concretizações em plástico e papel), igualmente integrados na essência da mensagem ecológica dos 3R's - Redução, Reutilização, Reciclagem.

Agradecemos a colaboração e a participação ativa das famílias na vida do nosso espaço educativo.

Maria Antonieta Mariz Costa, JI Sepins e Bolho



O Folar estivemos a amassar!



No dia 10 de março, pela manhã, nós, professoras, alunos e assistente operacional, metemos as mãos na massa. Para lembrar a tradição, fizemos o Folar da Páscoa. Juntámos os ingredientes necessários: ovos, açúcar, farinha, fermento, manteiga e raspa de limão. Amassámos e deixámos levedar. À tarde, moldámos os bolos, pincelámos com ovo e colocámos no forno. Comemos ao lanche! Estavam quentinhos e deliciosos!!

EB de Cordinhã

VISITA DE ESTUDO COIMBRA | À DESCOBERTA DA CIÊNCIA E DA HISTÓRIA

No dia 18 de março de 2022, os alunos do 7.º ano da EBMM foram a Coimbra visitar o Exploratório e a Cidade Muralhada. Nesta atividade, tiveram a oportunidade de conhecer melhor o corpo humano e também observar um pequeno vídeo sobre astronomia. Na Torre de Almedina, viram vários vídeos sobre Coimbra Antiga.

Beatriz Cruz, Beatriz Laranjeira, Matilde, Inês e Laura, 7.º C



Todas as turmas do sétimo ano foram a uma visita de estudo a Coimbra.

Visitámos as muralhas da cidade, fomos conhecer a Torre de Almedina, que era a entrada principal de Coimbra, conhecemos a Estátua de Dom Dinis e a guia que estava connosco falou-nos da existência de um palácio ao lado da estátua, que foi mandado demolir pelo Marquês de Pombal.

De seguida, fomos conhecer a entrada do *Laboratório Chimico*, sobre o qual a guia nos falou um pouco. Observámos a igreja de Santa Cruz e vimos o túmulo de D. Afonso Henriques.

Enquanto metade das turmas estava a conhecer um pouco mais sobre a História de Portugal, a outra metade estava a visitar o Exploratório.

O Exploratório é um Centro de Ciência Viva, que contém um Planetário.

Quando lá entrámos, sentimos muita alegria, felicidade e entusiasmo, pois a maioria das pessoas da nossa turma nunca tinha lá entrado.

Fizemos várias experiências, cujo tema principal era o corpo humano, e, no fim, fomos para o Planetário e o nosso mentor reproduziu um vídeo sobre as constelações.

Em seguida, todas as turmas foram almoçar, dar um passeio à beira do rio e tirar fotos.

Depois disso, todas as turmas mudaram de atividades e finalmente fomos para o autocarro e regressámos à escola.

Foi um dia fantástico e divertido. Criámos novos laços de amizade!

Leonor, Gustavo, Joana Matos, Joana Cruz e Diogo, 7.º C

Infelizmente, a nossa turma foi separada... Enquanto alguns visitavam *Coimbra Muralhada*, outros visitavam o Exploratório.

Percorremos a *Coimbra Muralhada* e aprendemos que Coimbra têm 5 portas (do Sol, de Almedina, de Belcouce, a Nova e a da Traição). Também ficámos a saber que tem um considerável número de torres, incluindo a de Almedina, em cima da qual existe o sino que informava a abertura e o fecho das portas.

Passámos pela obra de Bordalo II (artista contemporâneo que utiliza objetos usados) e de João de Ruão (as suas obras estão presentes no arco de Barbacã, agora a entrada para Coimbra Antiga).

Visitámos também nesse dia o Exploratório, que oferece diversas "experiências". Depois de passarmos lá algum tempo, fomos para o 2.º andar do Exploratório (Planetário), onde vimos animações de constelações e de planetas no teto....

FOI UM DIA MUITO FIXE.

Francisca, Jéssica, Lara e Luís, 7.º C



Partimos da escola às 9:00h e chegámos a Coimbra às 9h:30h. A turma foi dividida, metade foi para o Exploratório e a outra para uma visita guiada pela cidade muralhada.

Visitámos várias ruas da cidade, onde havia torres de vigia. Na hora do almoço, encontrámo-nos num parque onde havia patos, pombas e gaivotas. Almoçámos com os nossos amigos e colegas, tirámos fotos, passeámos e divertimo-nos.

No final do almoço, fomos a pé até ao Exploratório, onde estivemos a realizar experiências e a assistir a um filme. No regresso, no autocarro, ouvimos música, cantámos e a conversámos até chegarmos à escola.

Lia, João, Malfada e Leonor Santos, 7.º C



ESCOLA EM AÇÃO

Na semana de 14 a 18 de março, nós, alunos da turma do 4.º ano, CNT4A da Escola Básica de Cantanhede, fomos à Faculdade de Física da Universidade de Coimbra, participar no programa *Rómulo da Ciência Viva*.

Fomos recebidos pelas professoras Joana e Helena e logo percebemos que eram muito simpáticas!

No primeiro dia, conhecemos o espaço envolvente à Universidade, passeámos pelas escadas monumentais e contámos os seus 125 degraus. Vimos a torre da Universidade e o mocho que representa a sabedoria. Estivemos junto à estátua do rei D. Dinis, avistámos o aqueduto das águas, de seu nome D. Sebastião..., tudo muito fascinante!

Nos dias seguintes, fizemos muitas experiências em laboratório com materiais e equipamentos adequados. Reconhecemos as características dos materiais e os símbolos de perigo, as reações ou transformações químicas, conseguimos encher balões sem soprar, fizemos um vulcão químico, circuitos elétricos, uma pilha caseira com batatas e até programámos um robô..., aprendemos tanto de forma divertida! Nos restantes dias, ainda houve tempo para descobrir e brincar no Jardim Botânico e visitar o Museu Machado de Castro e o Criptopórtico.

Foi uma semana fantástica e inesquecível!



No dia 31 de março, as duas turmas do 4.º ano do Centro Escolar de Cantanhede realizaram uma visita de estudo a Guimarães e ao Porto, acompanhados pelos professores Célia Alves e Rui Beato, pela assistente operacional Isabel Ferreira e pela Coordenadora do estabelecimento, Maria do Céu Pinto.

O autocarro partiu às 7:45 rumo à cidade “berço da nação”. A chegada aconteceu por volta das 11 horas. Em seguida, visitaram o Paço dos Duques de Bragança, um espaço muito amplo e cheio de História. Uma guia deu alguns pormenores interessantes sobre o monumento e sobre os hábitos das pessoas que lá viviam.

Como estava a chover, o almoço variado, delicioso e muito animado decorreu no interior do Paço dos Duques de Bragança.

Após a pausa para o almoço, os alunos foram visitar o castelo de Guimarães. Não foi possível, devido à chuva, realizar a visita guiada que estava prevista, mas todos puderam admirar o castelo e ver a capela onde foi batizado o primeiro rei de Portugal, D. Afonso Henriques.

Terminada a visita a Guimarães, os alunos partiram em direção ao segundo destino: o *World of Discovery*, no Porto. Aqui, num grande ecrã, viram um documentário sobre o Infante D. Henrique, o grande impulsionador dos Descobrimentos, que ficou conhecido como “O Navegador”. Uma guia explicou a evolução das embarcações portuguesas, o modo de vida e a função de cada um dos seus tripulantes - o capelão, o barbeiro, o grumete e o bombardeiro, entre outros.

No final, os alunos fizeram uma viagem de barco que reproduzia as viagens e as descobertas realizadas pelos portugueses, nos séculos XV e XVI.

As turmas regressaram à escola, onde chegaram por volta das 19.30. A chuva não conseguiu estragar a alegria deste dia em que os alunos se divertiram, conviveram bastante e puderam aprender muito de forma diferente, fora da sala de aula.

Turma CNT4B

VISITA DE ESTUDO A COIMBRA À DESCOBERTA DA CIÊNCIA E DO TEATRO

No dia 15 de fevereiro, todos os alunos do 9.º ano da Escola Básica Marquês de Marialva tiveram a oportunidade de participar numa visita de estudo a Coimbra. Partiram da escola-sede às 8:30 e chegaram ao seu destino às 9 horas. Foram logo divididos em dois grupos. Um foi visitar o Exploratório, situado perto do Parque Verde, enquanto o outro grupo passeava pelos arredores, onde visitou alguns monumentos da cidade, como o Convento de Santa Clara-a-Velha e o Convento de São Francisco. Acabado o passeio, foi a vez de este grupo visitar o Exploratório e realizar as várias atividades, enquanto os outros alunos conheciam



os arredores do Parque e começavam a almoçar.

Dentro do Exploratório, havia várias interações relacionadas com as disciplinas de Físico-Química e de Ciências. No final do tempo destinado a esta visita, o segundo grupo, ao qual pertencia a nossa turma, foi para o parque verde almoçar. Já todos juntos, houve tempo para comer, descansar e passear à beira do rio, ao ar livre.

Por volta das duas da tarde, fomos a pé em direção ao teatro. Atravessámos as ruas da baixa de Coimbra e parámos em frente à Igreja de Santa Cruz para descansar um pouco e algumas pessoas aproveitaram para ir visitar o monumento. De seguida, continuámos a andar até que chegámos ao Teatro da Cerca, situado no Pátio da Inquisição, para assistirmos à representação da peça “Embarcação do Inferno”, pelos atores da Escola da Noite. Esta peça baseava-se no *Auto da Barca do Inferno*, de Gil Vicente, obra que todas as turmas do 9.º ano tinham estudado na disciplina de Português. Foi muito divertido e os atores interpretaram bastante bem as personagens da obra.

Por fim, quando saímos, fomos até a um local não muito longe do Teatro e apanhámos os autocarros para regressar à escola, onde chegámos por volta das 17:30h.

Beatriz, Camila, Lara e Rita, 9.º D

SENTE O VENTO



No âmbito da disciplina de Geografia do 7.º Ano, decorreu, no passado mês de janeiro, no polivalente da Escola Marquês de Marialva, uma exposição intitulada “Sente o vento”.

Esta iniciativa teve como objetivo final levar os nossos jovens a perceber que a construção de uma simples rosa dos ventos pode mobilizar tanto conhecimento e que, ao darem vida nova a materiais recicláveis, alguns com grande impacto natural, estão a fazer um apelo urgente para preservar o ambiente, valor essencial que a escola deve transmitir. Em tempos de “endemia” que persiste, estes trabalhos simbolizam as novas direções que os nossos jovens podem tomar para alcançar a felicidade individual.

Hermínia Simões e Leonor Ferreira, Professoras

CLUBE EUREKA

SABIAS QUE ...

O amor paixão é um tema que atravessa toda a literatura. Prova disso é o *Carme V*, que G. V. Catullus (87/84 a.C. – 57 /54 a.C.) escreve à sua amada Lésbia. Fica a oportunidade de confrontares o texto latino com a tradução realizada por José Pedro Moreira e André Simões.

(<https://viciodapoesia.com/2013/04/03/beijos-mil-o-poema-v-de-catulo/>)

Júlia Silva, Professora

Vivamus, mea Lesbia, atque amemus,
rumoresque senum severiorum
omnes unius aestimemus assis!
soles occidere et redire possunt:
nobis cum semel occidit brevis lux,
nox est perpetua una dormienda.
da mi basia mille, deinde centum,
dein mille altera, dein secunda centum,
deinde usque altera mille, deinde centum.
dein, cum milia multa fecerimus,
conturbabimus illa, ne sciamus,
aut ne quis malus invidere possit,
cum tantum sciat esse basiorum.



Vivamos, Lésbia minha, e amemos.
A má-língua dos velhos mais sisudos
para nós não valha mais do que um tostão.
Podem os dias morrer e nascer:
quando a breve luz de vez morrer
noite perpétua devemos juntos dormir.
Dá-me beijos mil, e depois cem,
e depois mil outros, e depois mais cem,
e depois ainda mais mil, e depois cem.
Depois, quando muitos dermos,
Baralhá-los-emos para não sabermos quantos,
ou não possa homem mau invejar-nos
ao saber quantos beijos demos.



MITOS



GREGOS

No dia 24 de fevereiro, a Doutora Célia Mafalda, Presidente da Associação de Professores de Latim e Grego, a convite da docente Júlia Silva, dinamizou uma sessão sobre mitologia grega destinada aos alunos do 5.ºF e do 8.ºC. Foram os mitos gregos, Dédalo e Ícaro, onde a criatividade e a ambição desmedida se cruzam, e o mito da jovem Cassandra, a profetisa desacreditada, que marcaram presença. Esta abordagem foi um precioso contributo para a primeira participação nas “Olimpíadas da Cultura Clássica”.

Num momento em que a escola se abre aos diversos saberes, esta partilha é uma forma de enriquecimento científico e humanístico.

Júlia Silva, Professora

Mantém-te ao leme!

Os alunos Francisca Lourenço, do 7.ºC, e Francisco Alves, do 9.ºD, foram distinguidos em dois trabalhos, na área do Visual e da escrita, respetivamente, no Concurso Nacional Juvenil *Artes, Letras, Ciências e Letras pela Saúde: Mantém-te ao leme!*

Os trabalhos destes alunos foram enviados a concurso pelo PPES, no final do ano letivo anterior, e a cerimónia de apresentação decorreu via *online*, no dia 16 de dezembro.

Parabéns aos nossos alunos!



MITO DE DÉDALO E ÍCARO E MITO DE CASSANDRA

Este ano letivo fica marcado por uma estreia, a participação nas **Olimpiadas da Cultura Clássica**, um concurso que pretende divulgar a Cultura Clássica e desafiar a criatividade dos alunos.

O Clube **Eureka**, o dinamizador da atividade, contou, nos dias 8 e 10 de março, com 43 participantes, alunos dos 5.º, 7.º e 8.º anos, que consideraram o “Desafio Escrito” uma experiência inovadora. Desafio vencido!

A segunda fase das **Olimpiadas da Cultura Clássica**, o **Desafio Artes/ Multimédia**, apela à expressão artística ou ao domínio de ferramentas digitais. Assim, o Clube **Eureka** da EBMM (docentes Júlia Silva e Raquel Costa), uma vez que não tem ligação a uma disciplina específica, solicita a colaboração das disciplinas de EV, ET e TIC (5.º, 6.º, 7.º e 8.º) para levar a bom porto esta etapa do concurso.

[_https://rbe.mec.pt/np4/%7B\\$clientServletPath%7D/?newsId=35&fileName=Regulamento_2021_22.pdf](https://rbe.mec.pt/np4/%7B$clientServletPath%7D/?newsId=35&fileName=Regulamento_2021_22.pdf)

Até 20 de abril vamos dar largas à imaginação!

Júlia Silva, Professora



Visita ao Museu PO.RO.S

No dia 17 de março, a docente Júlia Silva e os alunos do 5.ºF, Joaquim, Leonardo, Manuel e Martim; do 8.ºC, Fábio e Dinis, e do 8.ºG, Luís, saíram da Escola Básica Marquês de Marialva para visitar, em Condeixa-a-Nova, o Museu PO.RO.S.

O objetivo era, através de uma experiência interativa e dinâmica, fazer uma viagem no tempo, recuar mais de 2000 anos e descobrir o legado do Império Romano. E assim foi.

A docente Júlia Silva e os alunos, com a colaboração da D. Mirita e da Columbófila, chegaram, pelas 14.30, ao Museu PO.RO.S. Seguiu-se a visita na companhia da guia que cedo notou o entusiasmo e o saber dos jovens, valorizando-os.

Fomos todos romanos por uma tarde.

Júlia Silva, Professora

DESAFIOS GRAMATICAIS

A primavera chegou, trouxe com ela o final do segundo período e a segunda eliminatória dos “Desafios Gramaticais”, para os alunos dos 5.º e 9.º anos do Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva mostrarem o que sabem.

Uma vez mais, esta atividade, realizada no âmbito da disciplina de Português em colaboração com a Biblioteca, permitiu consolidar conhecimentos gramaticais, aplicando-os em formatos e contextos diferentes do habitual. Assim, o segundo desafio, cujo objetivo era valorizar a importância do conhecimento de regras (e exceções) da nossa valiosa gramática portuguesa, possibilitou que os alunos potenciasssem os seus saberes.

O apuramento dos resultados desta segunda eliminatória selecionará os candidatos à terceira (e última) fase a realizar no próximo período.

Finalizamos, recordando que é necessário continuar a estudar e a LÍNGUA PORTUGUESA sempre valorizar!

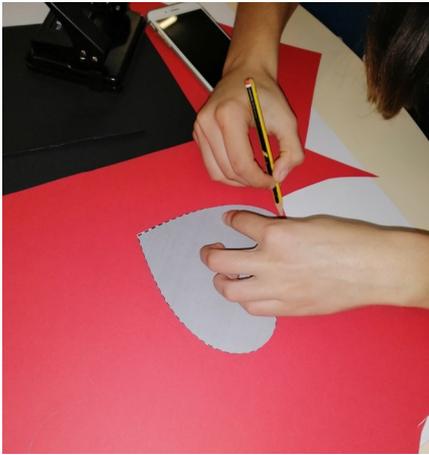
Helena Beato, Professora

Desafios Gramaticais
2021/22



LA SAINT-VALENTIN

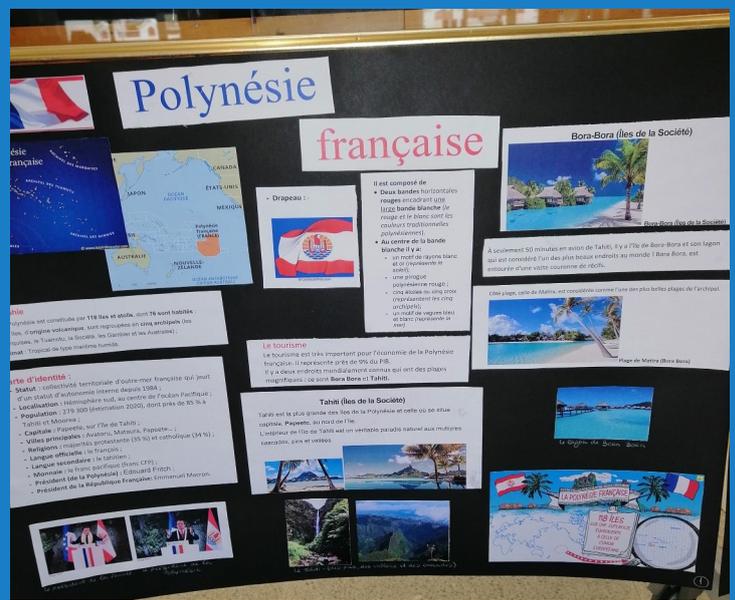
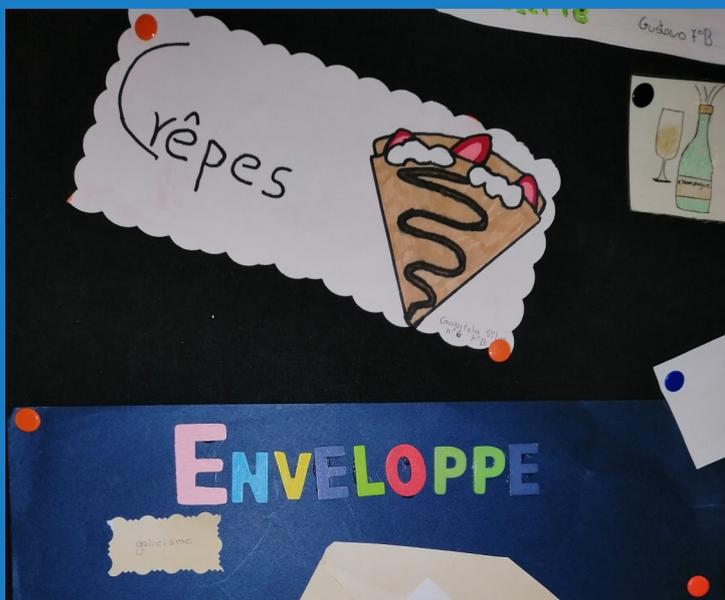
Le 14 février, c'est l'occasion de célébrer l'amour, l'amitié, le bonheur et la tolérance!



LA JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FRANCOPHONIE

Chaque année, à la date du 20 mars, la *Journée Internationale de la Francophonie* est célébrée dans le monde entier!

Dans notre école, nous avons célébré cette date avec une exposition réalisée par les classes de Français et le Club de Français.



LES JEUNES ET INTERNET

Bonjour, je m'appelle Inês. J'ai 14 ans et je suis élève de la 8^{me} année à l'EBMM à Cantanhede. Moi, j'utilise internet régulièrement pour jouer, chercher des informations, regarder des vidéos musicales, communiquer avec mes professeurs, mes amis et ma famille.

Inês Ribeiro, 8.º E

Bonjour! Je m'appelle Tiago Cardoso. J'ai 13 ans et je suis élève de la 8ème année à l'EBMM, à Cantanhede. J'utilise Internet tous les jours pour chercher des informations, communiquer avec mes amis, m'amuser sur les réseaux sociaux et enfin, pour jouer. Je pense que je passe beaucoup de temps sur Internet, surtout avec mon ordinateur portable, mais je préfère jouer au football, faire du vélo et jouer aux cartes.

Tiago Cardoso, 8.º E

Je pense que je passe beaucoup de temps sur Internet, notamment sur mon téléphone portable, mais je préfère le contact personnel avec mes amis et ma famille, jouer au football, faire du vélo, me promener dans la nature et visiter des monuments historiques.

Lucas Jacinto, 8.º E

Bonjour! Je m'appelle Afonso Lourenço. J'ai 13 ans et je suis élève de la 8ème année à l'EBMM, à Cantanhede. Je pense que la règle la plus importante à suivre quand on surfe sur internet c'est la prudence et la modération, pour éviter de graves problèmes.

Afonso Lourenço, 8.º E

En fait, pour moi, Internet présente de nombreux avantages, comme la possibilité de découvrir des informations, de pouvoir discuter avec des amis sur les différents réseaux sociaux, de rencontrer de nouvelles personnes, de regarder des séries. Mais je préfère passer plus de temps avec des amis et jouer au football.

Lucas Figueiredo, 8.º E

À mon avis, je passe beaucoup de temps sur internet, surtout sur mon portable et mon ordinateur, mais je préfère faire des randonnées et de la cuisine.

Nelly Santos, 8.º E

Je pense que la règle la plus importante à suivre quand on surfe sur internet c'est l'attention, le respect et la prudence.

Tomás Sequeira, 8.º E

Je sais que je passe beaucoup de temps sur mon portable, mais je préfère faire du vélo et jouer au ballon, À mon avis, internet a été une grande évolution de la société de la communication, mais il a aussi de nombreux inconvénients.

João Cruz, 8.º E

A mon avis, internet présente plusieurs dangers, tels que des virus sur l'ordinateur, les faux courriels à ouvrir, des personnes qui veulent nous faire du mal... Parmi beaucoup d'autres. On doit faire attention!

Tatiana Silva, 8.º E

Las nouvelles technologies sont incroyablement utiles, elles nous ont aidé à faire des choses que nous n'avions jamais imaginé faire, comme aller sur la lune ou simplement jouer aux échecs avec un copain australien. Avec la technologie, nous avons découvert la guérison pour d'innombrables maladies et nous avons sauvé des vies.

Pourtant elles ont des inconvénients, comme tout dans le monde. Les inconvénients existent, principalement, si nous ne les utilisons pas correctement. Elles provoquent de la pollution, de la dépendance ou des problèmes sociaux. Selon moi, la dépendance est le principal problème, parce que si nous devenons accros, nous cessons d'apprécier toutes les belles choses que le monde nous offre.

Francisco Alves, 9.º D

Enfin, à mon avis, je pense que les technologies sont un facteur important dans nos vies si elles sont utilisées avec prudence.

Rita Faim, 9.º D

LES JEUNES ET LES NOUVELLES TECHNOLOGIES

De mon point de vue, les technologies sont très utiles dans la vie de tous les jours, pouvant nous aider dans les tâches ménagères et à l'école. Elles facilitent la communication entre les gens.

Marcos Rosas, 9.º D

En général, il est bon d'avoir de nouvelles technologies présentes dans notre vie quotidienne, mais comme tout, il faut les utiliser avec modération.

Tiago Rocha, 9.º D

À mon avis, internet est très utile, par exemple, dans le cours à distance, ce qui n'était pas possible il y a quelques années et aujourd'hui, grâce à internet, c'est une réalité.

Tomás Lourenço, 9.º D

C'est vrai que les technologies ont de nombreux avantages, mais elles ont aussi des aspects négatifs comme les menaces dans les réseaux sociaux et l'obsession par les jeux.

Ana Gonçalves, 9.º D

Les technologies sont un bien essentiel au travail de notre communauté, mais il faut les utiliser consciemment.

Lara Póvoa, 9.º D

Avec l'évolution de la technologie, on a réussi à accomplir beaucoup d'objectifs, comme aller sur la lune, découvrir les fonds marins, créer les voitures, les avions, les téléphones et l'ordinateur que l'on a aujourd'hui. Mais si on est trop accro, il y a beaucoup de points négatifs comme la difficulté de se faire des amis, avoir moins de vie sociable, s'isoler, etc.

La technologie est bonne ou mauvaise: il faut juste savoir bien la gérer et moi, j'ai très envie de découvrir la technologie de l'avenir.

Alex Brigant, 9.º D

Enfin, je pense que nous devons savoir comment utiliser la technologie. Sans elle, nos vies ne seraient pas si faciles. La technologie est présente partout.

Vitória Ferreira, 9.º D

La technologie a des avantages, parce que c'est très utile pour la communication. Par exemple, il y a les portables pour téléphoner, ou le "Teams" pour rester en contact avec les copains chez nous. C'est très utile aussi à la maison, pour cuisiner, nettoyer et pour laver les vêtements, par exemple.

La technologie permet de sauver des vies et de faire des recherches plus facilement grâce à Internet.

Mais il y a aussi des inconvénients. Beaucoup de gens sont trop accros et la technologie nous prive de petits moments de bonheur.

Afonso Garrido, 9.º D

Maintenant avec le Covid 19 les médias technologiques ont beaucoup aidé en ce qui concerne le télétravail et même les cours en ligne.

Camila Gomes, 9.º D

À mon avis, la technologie est très importante de nos jours, si elle est utilisée correctement.

Avec la technologie, nous pouvons faire beaucoup de choses qui nous font plaisir, comme les jeux, les réseaux sociaux ou regarder des films; au travail, par exemple, la technologie permet le télétravail; elle est aussi utilisée dans les hôpitaux et dans de nombreux autres endroits – école, usines.

Le problème avec les technologies c'est qu'elles sont faciles à manipuler, c'est-à-dire qu'il y a des gens qui rendent l'utilisation des technologies mauvaise et dangereuse. C'est le cas des virus ou du harcèlement.

Rúben Silva, 9.º D

Grâce à la technologie, les personnes qui attrapent le covid peuvent avoir des cours en ligne; si vous souhaitez parler à un membre de la famille ou à un ami, vous pouvez tout faire grâce à la technologie et à Internet.

Leandro Dias, 9.º D

Les machines à laver et internet font également partie des bonnes choses de la technologie.

À mon avis, la technologie est un atout essentiel dans notre vie quotidienne.

Lucas Guarda, 9.º D

La technologie peut aussi beaucoup aider dans le processus de fabrication, car de plus en plus des machines sont nécessaires pour produire, et grâce à elles, la production a augmenté. Cependant, l'excès de ces moyens technologiques peut provoquer une grande dépendance dans la société.

Nuno Pacheco, 9.º D

Travels, trips & co



We went on a field trip with all the 9th grades. It was organized by the Portuguese and Physics and Chemistry teachers.

We went to the exploratory of Coimbra and did a lot of scientific experiments. After lunch, we saw a theatre play.

While we were having lunch, we had the opportunity to talk to the students of the other classes which was very nice.

We believe that this field trip helped us getting along with other students, and to know better the city Coimbra.

Laura Fonseca and Leandro Nogueira, 9.º F

We went with the 9th grade classes to Coimbra to visit the "Exploratory Living Science Centre" and the "Teatro da Cerca de São Bernardo".

Before going to the exploratory, we visited the Convent of São Francisco. Afterwards we went to the Exploratory Living Science Centre. We saw and learned many things about our body and discovered many curiosities and machines that were very fun. After eating we went to the theatre and saw the play "Auto da Barca do Inferno" by Gil Vicente.

This visit was a lot of fun, and I learned a lot of things both at the exploratory and the theatre.

Martim Silva and Cristiano Jesus, 9.º F

On the 15th of February we went to Coimbra with all the 9th grade students and some teachers.

When we arrived, the 9th grade classes were split into two groups so that all students could visit the Exploratorium and the city, too. We had lunch in a park near the Mondego river. Afterwards we walked through the city to go to the theatre where we watched 'Auto da Barca do Inferno' by Gil Vicente. While we were strolling through the city, we visited some historical places.

We enjoyed the visit in Coimbra and felt happy. Moreover, we think it contributed to our knowledge about history and the past of the city.

Matilde Santos and Matilde Lopes, 9.º F

On 15th of February 2022 (Tuesday), all the 9th graders and some teachers went to Coimbra on a field trip. Besides visiting the "Exploratory Living Science Centre", we watched the theatre play "O Auto da Barca do Inferno". This was amusing.

When we were already watching the theatre play, a giant doll appeared, unexpectedly, and I got scared, but at the same time it was funny.

At the exploratory we learned so many things about science and physics, how the energy and the human body work and did some experiments.

I felt happy to be with my closest friends. Sometimes, I felt exhausted and hungry, too, because there were so many things to see. I think the field trip was great at all levels as I can memorize better when I'm learning while having fun.

Bianca Gaspar and Carolina Cruz, 9.º F

On a Tuesday, the 9th graders went to Coimbra on a field trip. We went with our classmates and with the students from 9thE in the same bus. The teachers that accompanied us were the science, physics, and chemistry teachers.

In the morning, we visited some monuments and a famous park in Coimbra which is called "Parque Verde" and then we visited the exploratory. It was great fun to do the experiments there. Afterwards we had lunch at the "Parque Verde". In the afternoon, we watched the theatre play "A embarcação de Gil Vicente do Inferno" which was performed by "Escola da Noite".

This field trip gave us the sensation of freedom as it was a good moment to relax a little bit from the tests and school. This experience contributed to the acquisition of new knowledge and helped us to understand the subjects in a fun way.

Maria Claro and Marta Moura, 9.º F

On the 15th of February, we went on a school trip to Coimbra with my class, the 9th grade classes and our teachers. We visited some monuments, the Life Science Exploratory and a theatre play.

In the morning we visited the monuments of the city. Then we had a snack and went to the exploratory. During lunchtime we ate, had some rest, and had fun together. In the afternoon we crossed the Pedro and Inês Bridge and went to the downtown of the city to watch a theatre play. We felt so good and happy.

This was a unique opportunity in Covid time and contributed to the widening of our culture and knowledge.

Leonor Almeida and Guilherme Branco, 9.º F

A trip to Russia

In the summer of 2019, I went with my cousin and my grandparents to Saint Petersburg, Russia. We had just one day to visit the city.

There we saw many monuments like beautiful churches, which were very colourful and of a different architecture. We also visited the Hermitage Museum. It is the largest art museum in the world by gallery space. We had to stay there almost the whole day to see all the pieces of art and we didn't even manage to see a quarter of them! There we noticed a man who lost his passport. Unfortunately, he had to go to Moscow to recover it.

I think that just one day in that city helped me to understand the culture of the country.

Francisco Ferrão, 9.º F



Berkovitsa

“where the story begins and belongs forever in our hearts”

Dear reader, to write about a travel is not an easy thing to do as there are sensations and experiences which cannot be transformed into words but I will try my best.

On the 6th of March, my Erasmus team and I headed to Bulgaria so that we could meet physically our European partners from Turkey, Slovenia and the host partners from Bulgaria. We had already had contact with all of them through videoconferencing and emailing but to have the face-to-face experience is quite different.



On the trip from the airport of Sofia to Berkovitsa, it was snowing all the way long. Mother nature was painting everything in white. Mountains, trees, valleys, lakes and streets, everything. What a beauty! No wonder Berkovitsa is a ski resort. The pure freezing air contrasted with the cosy warm atmosphere of our rest house which invited us in. We felt at home. The landlady didn't know how to communicate with us in English, neither we spoke Bulgarian, but the hand gestures and a smile helped us to overcome this difficulty.



The next day we went on foot to the Stefan Stambolov School where the children and the headmistress were already waiting for us. It was heart-warming how the children were waving and greeting us from the windows. In the entrance hall of the school, we listened to typical Bulgarian songs and saw the children performing a regional dance. All the teams were able to contact with the different projects which have already been developed at this school and shared their pedagogical experiences and good practices



in what concerns the main objectives of our Erasmus +project 'Robots of the future'- robotics and astronomy.

In the evening we used to go to Krasteva House which is a nice restaurant. We all joined together

to have dinner and taste the typical Bulgarian food. Unexpectedly, the food was unbelievably delicious and irresistible. Each evening we tried to order different foods. Salads, roasted meat with vegetables, Bulgarian pizza type bread loaded with cheese, tomato, and fine herbs. The desserts were exquisite! Blueberry tarts and sweet cheese pies. Besides tasting different flavours, all of us talked with our partners nearby to know better about their culture, gastronomy, traditions, and school systems.

On Thursday, our host partners took us by bus for a sightseeing tour. We visited the fascinating Belogradchik Fortress, which was built in the Roman Empire, and the impressive Magura Caves.



In the past these caves have been a sanatorium for asthma patients. For 40 days, one hour per day, the patients rested inside the caves to heal themselves from this ailment. Unfortunately, the government decided to close the sanatorium. Nevertheless, the caves are worthwhile visiting for its amazing prehistoric stone paintings as it is a visible proof of the ancestral style of life.



On the last day, we had to say goodbye to our landlady who we will never forget. She was such a nice person trying to make her best to please us. All the mornings she had a lovely breakfast ready for us. We asked her for a special recipe - the Bulgarian mekitsi - which is a fried dough served with a feta-like cheese and jam. It is delicious. I must confess, I have already tried it at home to make it last. I challenge you to try out the recipe and surprise your family.

The week I spent in Bulgaria will be unforgettable. There were so many new experiences, flavours, laughter, warmth, and kindness. One thing is for sure, dear reader, travelling is far the best way to enrich our mind and soul and if the opportunity comes, do not miss it, otherwise you are missing what life expects from you.

Fátima Lourenço, Teacher

MEKITSI (BULGARIA)



INGREDIENTS

- ½ teaspoon **active dry yeast**
- ¼ cup **warm water**
- 1 small **egg**
- ½ cup **yogurt**
- 1 ½ cups **flour**
- ⅛ teaspoon **salt**
- oil (for **frying**)

DIRECTIONS

Put the yeast in the warm water and let sit for five minutes or so, or until frothy.

Mix the yeast and water with the egg and yogurt. Keep stirring until well-blended.

Add the flour and salt and mix until you get a soft dough. Let stand one hour.

Heat some oil in a pot (you'll need two inches or so). Roll the dough out and cut into circles.

Drop the dough into the hot oil and fry, turning once, until golden and puffy.

Dust with powdered sugar and serve.

EUROPE 'R' US, EVERYBODY IN! SPANISH AND ITALIAN STUDENTS CAME TO OUR SCHOOL



From the 4th to 8th April, students from Spain and Italy came to Cantanhede to meet their Portuguese partners. They did a lot of activities all together related to the topic 'Gender Equality.' They did research work on famous women, wrote and recorded interviews at the school radio Onda MM, and created posters. They took part in the Students Assembly for the 9th graders. Special guests were invited to make a presentation about gender equality and the role of the women in society.

Besides these activities, the Erasmus students and teachers went on sightseeing tours to Lisbon, Oporto, Coimbra, Aveiro and the nearby beaches.

On the last day, there was a farewell buffet for all the participants of the Erasmus+ project.

This was an excellent opportunity for all to foster new friendships, to share good practices, to learn about the Portuguese culture, gastronomy, music, and traditions.

Our special thanks go to Ms. Célia Simões, Mr. João Luís Nunes and Ms. Fátima Vaz Gomes for participating in the Assembly as speakers; Carolina Pessoa for singing fado; the parents of the Erasmus students for their hospitality; all teachers and staff for having contributed for the organization of all events.

Fátima Lourenço, Teacher



EUROPE 'R' US, EVERYBODY IN! ALUMNOS ESPAÑOLES E ITALIANOS HAN VENIDO A NUESTRO INSTITUTO



¡El instituto AEMM se ha estrenado en la recepción del mundo Erasmus+ incluyendo el alumnado con el proyecto “Europe’R Us, Everybody In!”. Esta iniciativa ha tenido el honor de recibir sus huéspedes italianos y españoles de 4 a 8 de abril. Este encuentro temático se basa en la igualdad de género y de oportunidades, la competencia digital y la inclusión y equidad.

Ha sido una semana intensa con muchos momentos de aprendizajes tanto académicos como culturales. El martes por la mañana, los 16 equipos internacionales han realizado carteles digitales sobre 16 mujeres famosas en distintas áreas: literatura, deporte, política, salud, etc. También ellos han redactado unas entrevistas imaginarias, en español y en inglés, a esas personalidades femeninas. La radio Onda MM ha sido el palco para las excelentes grabaciones de dichos trabajos dramáticos. El jueves por la mañana se ha realizado una asamblea extraordinaria de alumnos teniendo como invitados al Dr. João Luís Nunes y, como ejemplos de liderazgo femenino, a la Sra. Enfermera Célia Simões, y la Sra. Dra. Fátima Vaz Gomes, la directora del AEMM. Los otros días, nuestros huéspedes han visitado la región centro portuguesa: playas (Tocha, Mira, Barra, Costa Nova), Aveiro, Cantanhede, Lisboa y Coimbra.

Suzett Santos, profesora



Proyecto Erasmus+ sobre el "Día Internacional de la Paz y la No Violencia"



El 30 de enero se celebra el "Día Internacional de la Paz y la No Violencia" y nuestro instituto no podría pasar el día sin al menos un pequeño homenaje. Por eso, la profesora de español, Suzett Santos, tuvo la idea de realizar una pequeña exposición con carteles realizados por los alumnos, una actividad que también encaja en el proyecto Erasmus+, "Europe R' Us Everybody In!", que se está desarrollando con España e Italia.

En todos los carteles los estudiantes pedían la paz y la no violencia, algunos mencionaban a Mahatma Gandhi y otros ponían una frase en torno a la paz. Al final, se ha hecho una exposición con los carteles en el salón principal de nuestro instituto, para que todos los alumnos pudieran ver.

Matilde Lopes, 9.º F

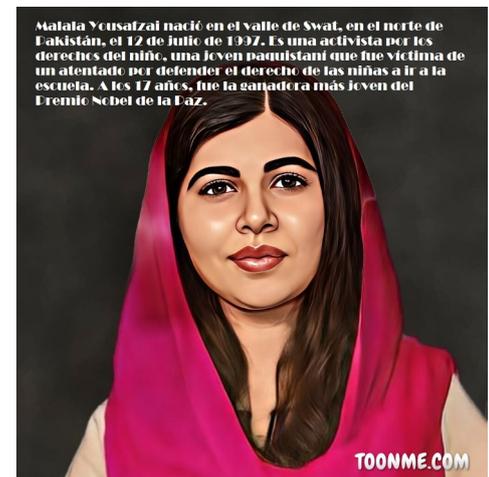
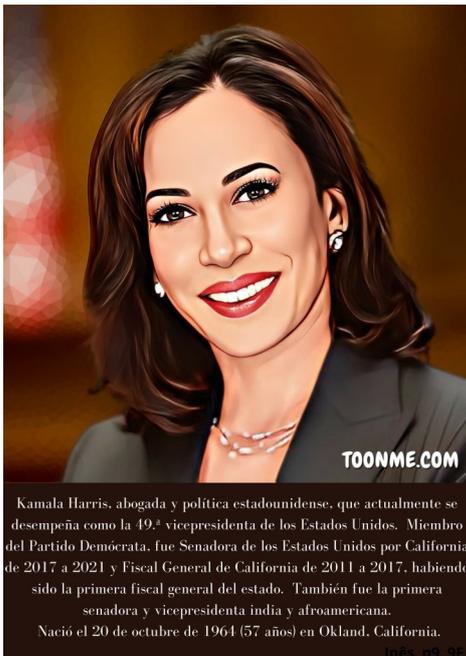


Europe 'R' Us, Everybody In!

DÍA DE LA MUJER

En el Día de la Mujer, 8 de marzo, hicimos una exposición dentro del ámbito de la asignatura de Español y asociada al proyecto Erasmus+, Europe 'R' Us, Everybody In!., en la cual constaban varias mujeres importantes hasta el día de hoy. Cada estudiante, utilizando las herramientas digitales, escogió la foto de una foto de la mujer famosa acompañada de un breve texto que explicaba la importancia de esta mujer para la sociedad. Algunas de las mujeres eran Frida Kahlo, Madre Teresa de Calcutá, Rosa Mota, Malala, Angela Merkel, entre otras.

Maria Claro, 9.º F

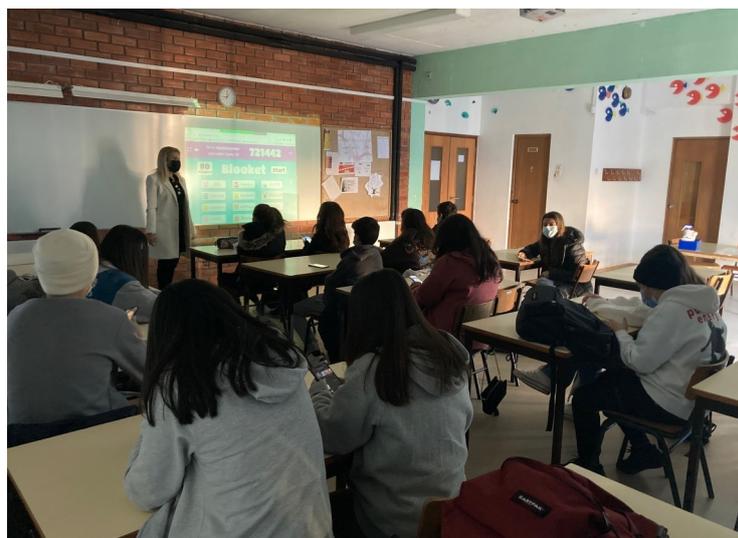


"Exploradores On The Web"



El proyecto eTwinning "Exploradores On The Web", desarrollado entre Portugal, Turquía, Italia y España, pretende educar sobre la ciudadanía digital, el uso responsable de la red, los peligros de la red, la privacidad y las noticias falsas (*fake news*). Se desarrollaron varias actividades de colaboración entre los estudiantes en este ámbito.

Tras la introducción del proyecto, los estudiantes hicieron una breve presentación en español para que todos pudieran conocerse. Después se crearon los logotipos y se realizó una elección para elegir el representante. Entre otras actividades relacionadas con el tema, cada país creó noticias falsas y se utilizaron para un juego durante una videollamada con los miembros



del proyecto. Durante esta reunión, también se hizo una presentación sobre las localidades de cada instituto.

Fue una forma diferente y más dinámica de abordar este tema. Además de todo lo aprendido, también pudimos conocer e interactuar con otras culturas y estudiantes.

Maria Padilha, 8.º C

EUROPE 'R' US, EVERYBODY IN!: por la igualdad de género

En el marco del proyecto "EUROPE 'R' US, EVERYBODY IN!", desarrollado entre Portugal, España e Italia, fueron recibidos estudiantes españoles e italianos y se desarrollaron más actividades conjuntas.

El 28 de marzo se realizó una videollamada para que los estudiantes portugueses y españoles pudieran verse por primera vez. Aunque fue una experiencia de corta duración, ha sido sin duda un momento memorable.

Este proyecto tiene como objetivo promover la igualdad de género, por lo que, del 4 al 8 de abril, se llevaron a cabo varias actividades a nivel pedagógico, como la creación de carteles sobre mujeres famosas y la grabación de entrevistas en la emisora de radio Onda MM. También tuvimos actividades a nivel cultural, visitamos las ciudades de Cantanhede, Lisboa, Coimbra y Aveiro.

Creo que fue una experiencia inolvidable y que aportó no sólo conocimientos, sino también recuerdos para toda la vida. Practicamos el idioma y hablamos de la igualdad de género, un tema realmente importante, pero también conocimos gente nueva, con la que pasamos buenos momentos.

Maria Padilha, 8.º C



VÁMONOS DE VIAJE - eTwinning -

El proyecto que estamos desarrollando consiste en interactuar con alumnos de otros países que también estudian español, entre ellos España, Francia y Portugal (alumnos de Oporto y clases 8.ºA y 8.ºB de Cantanhede) y tiene como uno de sus objetivos estudiar la cultura de los países hispanohablantes.

En mi opinión, este proyecto es interesante porque además de entrenar el español y el inglés, convivimos con otras personas de otros idiomas y conocemos su rutina.

Ha sido un proyecto motivador, también porque hemos realizado diversas tareas de forma colaborativa con alumnos de otros institutos, como la actividad "¿Quién es quién?" y la creación de carteles digitales sobre aspectos culturales de los países hispanohablantes.

Además de la realización de estas actividades, en el día 21 de marzo, estuvimos todos comunicándonos por medios digitales, en una videollamada, lo que nos trajo beneficios porque pudimos vernos y comunicarnos oralmente y no a través de mensajes.

En conclusión, creo que realizar esta actividad nos anima a seguir estudiando español entre otras materias y nos ayuda a estimular nuestro cerebro.

Catarina Teixeira, 8.º B





A comitiva ERASMUS+, com 5 docentes do AEMM, nomeadamente Suzett Santos (Espanhol), Fátima Lourenço (Inglês), Natércia Ramos (TIC), Rui Abreu (Português e Biblioteca Escolar) e Hermenegildo Freire (Matemática e Direção), representou o agrupamento na Bulgária, no âmbito do Projeto *Robots of the Future*, de 6 a 12 de março de 2022. Para além do nosso e do país recetor, também participaram professores da Eslovénia, Turquia e Itália.

Neste encontro, os países intervenientes partilharam experiências de ensino e aprendizagem ligadas ao mundo digital, mais propriamente no âmbito da robótica e da sua estreita ligação a outras áreas. Durante a estadia, a equipa portuguesa divulgou regularmente, na página do AEMM, o "diário de atividades" para manter a comunidade educativa informada sobre mais esta aventura europeia.

A mobilidade de docentes do AEMM continuou na região balcânica da Bulgária, com a apresentação pedagógica de cada um dos estabelecimentos de ensino envolvidos. Os participantes abordaram as diferenças e semelhanças das metodologias de ensino e aprendizagem, uma experiência enriquecedora e produtora de pontes de convergência que beneficiará, inevitavelmente, cada uma das realidades educativas... Assim, os docentes primaram juntos por uma partilha intercultural e pedagógica europeia.

Nos últimos dias dos trabalhos pedagógicos, realizaram-se *workshops* de articulação curricular. Esta iniciativa permitiu a interação entre docentes e alunos, de modo a promover ambientes cooperativos e facilitadores de aprendizagens.

Paralelamente, realizou-se também uma reunião entre os coordenadores Erasmus+, com o objetivo de preparar as próximas mobilidades de docentes: Turquia (maio, 2022); Portugal (novembro, 2022); Itália (março, 2023) e Eslovénia (maio, 2023).

Deste modo, o projeto "Robots of the Future" aliou a cultura à amizade em Berkovitsa (Bulgária).

Mais uma JORNADA DE CRESCIMENTO na EDUCAÇÃO EUROPEIA do AEMM.

Hermenegildo Freire, Subdiretor*
(*em nome da equipa ERASMUS+)

Una aventura con Robots del Futuro en Bulgaria Proyecto Erasmus+ *Robots of the Future*

Aterrizar en Bulgaria bajo una avalancha de nieve, recorrer carreteras pintadas de blanco, saborear platos exquisitos típicos de aquella cultura, convivir con personas afables y simpáticas son sensaciones inolvidables vividas en la primera persona del singular. Caminar en las estrechas y heladas calles rumbo al colegio y ser recibida con la euforia de alumnos asomándose en las ventanas del instituto con sus brillantes ojos. Emocionados nos brindaron un bollo con miel como cumple la tradición búlgara. Todos vestidos con trajes a rigor: unos cantaron, otros bailaron y los demás murmuraban y reían con nerviosismo alegre por tener personas ajenas en su hábitat natural. Durante días compartimos momentos de aprendizaje y de ocio con bastante complicidad y amistad. Memorias búlgaras que ocuparán su merecido lugar en mi alma. ¡Viva Berkovitsa!

Suzett Santos, profesora



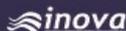
Para a água chegar à torneira de casa, faz uma longa e difícil viagem.

A INOVA garante todas as condições necessárias para que essa viagem seja segura.

Portanto, cada gota de água é preciosa demais!



www.inova-em.pt



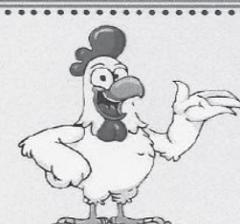

**escolas
condução
grupomao**
Cantanhede | Azorede | Febras

Agora também em
Arazede a instruir...
**Condutores
a sério!**

www.grupomao.com



Nova Cidade



RESTAURANTE
Restaurante de diárias | Churrascaria | Take-Away

**Frango
Malandro**
O segredo é nosso, o prazer é vosso.

AS NOSSAS **ESPECIALIDADES** **FRANGO DE CHURRASCO** **ARROZ MALANDRO**

AV. DO BRASIL, Nº31
3060-125 CANTANHEDE

Siga-nos no Facebook
facebook.com/frangomalandro

231 416 134

FARMÁCIA MARIALVA

Av. do Brasil, Lote 7 R/C • 3060-125 CANTANHEDE

Tel.: 231 416 901
farmacia.marialva@gmail.com



**GRÁFICA
CANTANHEDENSE**
comunicação e imagem

DESIGN
IMP. OFFSET | DIGITAL
BRINDES PUBLICITÁRIOS
CARIMBOS
ACAB. GRÁFICOS

*Seja
diferente*

Z. I. Cantanhede, Lt. 59 • 3060-197 CANTANHEDE
231 422 636 | 934 674 224 geral@graficacantanhedense.pt



orima
eletrodomésticos

www.orima.pt

facebook.com/orima.pt

dia CA
sempre
sustentável

É sustentável
celebrar o
aniversário CA



PUBLICIDADE 03/2022

**HABILITE-SE A GANHAR
3 BICICLETAS
ELÉCTRICAS!**

Participe entre 28 de Fevereiro
e 01 de Abril

Adira ou reforce um dos produtos
e/ou serviço elegíveis
da Oferta Sustentável CA

Consulte o Regulamento da Campanha
em www.creditoagricola.pt

Concurso Publicitário nº 10/2022 autorizado pela Secretaria
Geral do Ministério da Administração Interna.
Prémios não convertíveis em dinheiro.



#SustentabilidadeCA

Para mais informações:

creditoagricola.pt | [f](#) [@](#) [v](#) [i](#) [n](#)

 **CA**
Crédito Agrícola