



O Casconha

ANO III - N.º 7 - JUNHO DE 2009 | JORNAL DA ESCOLA EB 2/3 DR. BISSAYA BARRETO - CASTANHEIRA DE PERA

SUMÁRIO DESTE NÚMERO

ENTREVISTA A MARGARIDA ALMEIDA

Psicóloga Escolar sobre Bullying

→ páginas 2 e 3

DESTAQUE

Actividades da Biblioteca Escolar

→ página 4

DESTAQUE

Sala de Apoio e vida diária

Páginas de Diários da Corte

→ página 5

DIVERSOS

Visita de Estudo a Conímbriga

Um livro

Fado

→ página 6

SAÚDE

Projecto Educação para a Saúde promove Feira

→ página 8

ÚLTIMA

«O que eu penso sobre o 25 de Abril»

25 de Abril em Exposição

Todos à Mesa

Direitos da Criança

→ última página

EDITORIAL

Adegnos leitores¹,

O Verão está à porta e mais um ano lectivo chega ao fim!

Antes de irmos de férias, queremos dar-vos conta das actividades que a escola realizou neste 3.º Período. Algumas são exemplo de que o trabalho colaborativo entre alunos e professores facilita a aprendizagem. É esta cultura de escola, entendida numa perspectiva de interacção permanente entre os vários educadores e respectivos aprendentes, que foi promovendo e regulando a melhoria da qualidade do nosso jornal e do processo educativo.

Esperamos que “O Casconha” tenha contribuído para o desenvolvimento da competência da escrita dos alunos e para o estreitamento das relações entre a escola e a comunidade local. Alguns passos já foram dados, outros que os sigam, porque é também por aqui que devemos ir.

Agradecemos a todos os elementos da comunidade educativa que colaboraram com o nosso jornal escolar, ao longo destes três anos. Só assim se reveste de pleno sentido a sua existência e continuidade.

Antes de nos despedirmos, aqui fica um breve apontamento de votos de bom trabalho para os alunos do 9.º ano, pois ainda os espera o desafio final dos Exames Nacionais de Língua Portuguesa e de Matemática, agendados para os dias 19 e 22 de Junho, respectivamente. Mas se levaram as aulas e o estudo a sério, não há que temer.

Boas Férias e...

Cuidado com o Sol!

¹ Caros leitores

Citado do ser humano em quem não ficou nada da criança.

(Anton Graff)

As crianças têm mais necessidade de modelos do que de críticas.

(Joubert)

FICHA TÉCNICA

Propriedade

Escola Básica dos 2.º e 3.º Ciclos
Dr. Bissaya Barreto
Av. 25 de Abril
3280-011 Castanheira de Pera

Periodicidade

Trimestral

Coordenação e Revisão

Rui Abreu

Equipa de Redacção

Comunidade Escolar

Impressão

Adília Fonseca

Paginação e Grafismo

Luís Subtil

Administração

Fernando Neves

Logótipos

Ana Henriques
Luís Lopes

Tiragem

250 Exemplares

A comunidade pode colaborar com artigos, que serão publicados de acordo com o espaço disponível, reservando-se o direito à coordenação de sintetizar ou de não os publicar.

Os artigos assinados são da responsabilidade dos seus autores.



ENTREVISTA A...

Somos alunos da turma do 8.º B e estamos a desenvolver um projecto sobre bullying, com vista a alertarmos os alunos para a violência existente nas escolas. Certamente, os leitores já ouviram falar do bullying.

O bullying é um termo inglês que serve para descrever actos de violência física ou psicológica, praticados por um ou vários indivíduos, com o objectivo de intimidar ou agredir outro indivíduo incapaz de se defender. Isto acontece muitas vezes nas escolas.

Para sabermos mais sobre este assunto, que é muito frequente nos dias de hoje, fomos entrevistar a psicóloga em serviço na nossa escola, Dra. Margarida Almeida.

ENTREVISTA CONDUZIDA POR ALGUNS ALUNOS DO 8.º ANO

Casconha [C] - Já tomou conhecimento de algum caso de violência, durante as suas funções nesta escola?

Margarida Almeida [MA] - Sim. Já tomei conhecimento de situações pontuais. Mas de um modo geral, nesta escola, a frequência deste tipo de ocorrências não me parece muito significativa. No entanto, este é um problema cada vez mais discutido e faz todo o sentido ser trabalhado em todos os contextos escolares.

C - Qual o tipo de violência mais frequente de que tem conhecimento?

MA - Penso que o tipo de violência mais frequente, ainda que pontual, será o que é exercido indirectamente, ou seja, através de insultos, ameaças, provocações ou depreciacões sobre um indivíduo. Apesar de este género de violência não ser tão evidente, basta, por vezes, estarmos um pouco mais atentos para percebermos que ela existe mesmo ali à nossa volta. E isto acontece em vários contextos em que seres humanos interajam, não só na escola, mas também no trabalho, por exemplo, o chamado *Mobbing*.

C - Mesmo que pontuais, em que locais ocorreram?

MA - Pontualmente, ocorrem situações deste género em situação de sala de aula, mas mais frequentemente nos espaços de recreio, onde as vítimas se encontram mais vulneráveis.

C - As vítimas de agressão foram maioritariamente do sexo masculino ou feminino?

MA - Penso que a distribuição por sexos será mais ou menos homogénea. Existem, no entanto, diversos estudos que apontam para um maior número de vítimas do sexo feminino. Por outro lado, os rapazes têm mais tendência para não se assumirem

como vítimas, pela vergonha e pelo confronto com a sua imagem de certo poder e segurança instituídos pela sociedade.

C - Os agressores foram maioritariamente do sexo masculino ou feminino?

MA - Uma vez mais, penso que os números serão idênticos. Também aqui, estudos referem que a maior parte dos bullies é rapaz. Este facto prende-se, também, com o estereótipo de bully e vítima, em que o primeiro transmite uma personalidade mais autoritária (típica dos rapazes), ao contrário da vítima que revela baixa auto-estima e assume uma atitude mais passiva (típica das raparigas), o que a torna um alvo preferencial deste tipo de violência. Além disso, as raparigas executam mais o bullying indirecto, caracterizado principalmente pelo insulto, humilhação ou ostracismo, enquanto os rapazes optam mais pelo bullying directo, caracterizado pelo abuso físico e, portanto, mais visível.

C - Quais as medidas que, na sua opinião, devam ser adoptadas?

P. Principalmente, medidas de prevenção e não tanto de punição. A punição será indicada para casos mais extremos, mas temos de ter a consciência de que ela constitui uma forma de interrupção temporária da violência e não tanto um meio de prevenção ou mudança desse mesmo comportamento.

C - Existem estratégias de prevenção para evitar a violência no meio escolar?

MA - Sim. Diversos países, incluindo Portugal, têm aplicado programas de intervenção na problemática do bullying, que passam pelo envolvimento conjunto de toda a comunidade escolar, na tentativa

MARGARIDA ALMEIDA, Psicóloga, sobre Bullying

de uma maior consciencialização do problema, promovendo um maior apoio a vítimas e agressores. Algumas das metodologias utilizadas que têm provado ser eficazes passam pela visualização e análise de vídeos, estudos de caso, dramatizações/role-play, chuva de ideias/brainstorming com exemplos de estratégias de prevenção ou jogos pedagógicos. Em relação aos vídeos, existem alguns filmes adequados ao tratamento desta problemática. Entre outros, posso destacar “Mean Girls” (Meninas Malvadas) que relata a situação de uma rapariga que é sujeita a este tipo de violência e que, como forma de vingança, passa a agir do mesmo modo.

C - Existe algum programa de intervenção conjunta com a Escola Segura? Em que consiste?

MA - O programa Escola Segura surgiu da iniciativa do Ministério da Educação e da Administração Interna e visa intervir a nível nacional nos vários níveis de ensino, excepto no superior. Assim, foram criadas equipas cujo objectivo principal é a segurança e vigilância das áreas escolares, fazendo o policiamento daquelas áreas, mantendo contactos com os Conselhos Executivos das escolas, desenvolvendo acções de sensibilização junto da comunidade escolar, sinalizando e apoiando as vítimas.

C - Como devem ser tratados os casos de bullying que chegam ao conhecimento público (pais e filhos)?

MA - Vários são os casos de bullying que têm chegado ao conhecimento público. Vemos, hoje em dia, várias situações relatadas nos meios de comunicação social. Por um lado, poderá funcionar como um meio de esclarecimento deste problema mas, por outro, poderá causar alarme e potenciar reacções desastrosas no seio da comunidade educativa. É importante que as pessoas estejam alerta e que possam resolver este tipo de problema, tal como outras situações de conflito, de uma forma equilibrada e justa, protegendo e apoiando vítimas, mas também agressores.

C - O que podem os pais fazer para perceber melhor estas situações?

P. Os pais deverão estar atentos a diversos sinais de alerta nas vítimas de bullying, tanto a nível comportamental/emocional como físico, social e escolar: comportamentos típicos de ansiedade ou depressão, sono irregular com emergência de pesadelos, bens pessoais danificados, isolamento e recusa em falar de si próprio, baixo

rendimento escolar ou rejeição da escola, entre outros. No caso dos bullies também poderão ser identificados sinais de alerta: sentimentos exacerbados de controlo e poder sobre os outros, impulsividade e baixa capacidade de resistência à frustração, sentimentos de indiferença ou satisfação perante o sofrimento dos outros, comportamentos de oposição e problemas no relacionamento interpessoal com atitudes marcadamente agressivas.

C - O que podem fazer os pais, caso o filho seja vítima de bullying?

MA - O bullying pode causar efeitos negativos nas vítimas, tais como o experienciar

sentimentos de medo e ansiedade que, por vezes, podem ser difíceis de ultrapassar. Dependendo das características individuais das vítimas, estas podem, mais tarde, evidenciar problemas ao nível do relacionamento interpessoal, motivados por uma baixa auto-estima, ou podem mesmo assumir também um comportamento agressivo para com os outros. Assim, é importante que os pais estejam atentos e, confirmada a ocorrência de bullying, devem conversar com o seu filho sem dramatizações exacerbadas, elogiando a sua atitude de partilha e demonstrando compreensão. Deverão, também, informar a escola para que possam ser tomadas medidas adequadas à situação em concreto.

C - Asolução passapeloacompanhamento especializado?

MA - O acompanhamento especializado é necessário e poderá ser desenvolvido em programas de aconselhamento individual ou de grupo, onde serão trabalhados aspectos como a promoção de competências sociais e de amizade, a gestão de conflitos e as formas de lidar com o stress, a assertividade e a promoção da auto-estima. A solução passará, sobretudo, por adoptar estratégias de prevenção, pois só assim poderemos tentar uma mudança urgente de mentalidades e comportamentos, de modo a tornar a escola, espaço em concreto, e a sociedade, em geral, meios mais saudáveis e marcados pela afectividade.

Agradecemos à Dra. Margarida pela sua disponibilidade.



MARGARIDA ALMEIDA
Psicóloga em Serviço no Agrupamento

O bullying envolve diversos tipos de agressão. Descubra, na sopa de letras, 15 palavras relacionadas com o tema.

A	V	I	O	L	E	N	C	I	A	R	E	R	T	Y
H	P	N	Q	A	M	Z	H	U	M	I	L	H	A	R
B	X	S	A	S	P	X	A	J	U	R	J	D	T	O
I	Q	U	Z	D	U	C	N	F	P	E	L	K	E	B
C	Z	L	W	F	R	V	T	E	A	F	S	R	R	A
J	R	T	R	G	R	B	A	D	K	K	Y	K	R	R
D	A	A	I	H	A	I	G	N	O	R	A	R	O	I
L	I	R	U	J	R	N	E	Y	F	V	G	A	R	L
E	G	T	G	K	E	M	M	P	E	F	R	D	I	X
M	N	B	E	L	R	Q	H	F	N	S	E	A	Z	W
F	O	U	S	Q	T	W	I	W	D	P	S	R	A	R
N	R	C	R	I	U	L	C	X	E	D	S	W	R	L
B	A	T	E	R	R	H	S	J	R	J	A	J	H	A
G	R	V	P	W	Y	S	C	U	O	G	O	Z	A	R
O	S	D	S	X	E	D	C	R	F	V	B	N	M	R

BIBLIOTECA ESCOLAR: algumas actividades de animação cultural à volta do livro



- Concurso de Leitura Expressiva, com atribuição de prémios. Vencedores: Maria Kalidás, 5.º “B”; Rodrigo Antunes, 7.º “A”; Inês Lourenço, 8.º “B”.

- Teatro de fantoches para as crianças da Pré-Escola



- Adaptação e dramatização (8.ºB) d’ «A Cegonha e a Tartaruga», de Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada

- Tertúlia “O Livro da Minha Infância”.

- Concursos de leitura e escrita.

- Doação e empréstimo de livros e CDs, DVDs, Pacotes Itinerantes, como “A Caixa Mágica” (BM).



PENSAMENTO PARA OS PAIS

«Meus filhos terão computadores, sim, mas antes terão livros. Sem livros, sem leitura, os nossos filhos serão incapazes de escrever – inclusive a sua própria história.»

Bill Gates

Os melhores leitores da Escola: (requisições domiciliárias – 2008/09)

Ricardo Santos (6.ºB)
Milene Barata (5.ºA)
Ana Vaz (5.ºA)
Paula Bento (9.ºA)

Os livros mais lidos/requisitados (leitura domiciliária)

- Coleção “Clube das Amigas”
- Uma Aventura, Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada
- Tintim

- Primavera Interrompida, Daniel Fonseca
- O Diário Cruzado de João e Joana, Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada

Os livros mais lidos/requisitados na BECRE:

- Tintim
- Guinness World Records 2009
- Vampiros – o terrível diário perdido do Dr. Cornelius Van Helsing
- O Corpo Humano

- Anedotas
- Livros sobre a natureza, sobre animais

Os livros mais requisitados para sala de aula:

- Tintim
- História de Portugal em Banda Desenhada
- Provérbios
- Adivinhas
- Uma Aventura
- Coleção “História Horrível”

SALA DE APOIO: Actividades da vida diária



No dia 11 de Março, os alunos da Sala Apoio confeccionaram uma gelatina de morango, no âmbito das Actividades da Vida Diária. Esta actividade iniciou-se com uma pesquisa da receita na *Internet* e culminou com a sua confecção. Esta receita será, posteriormente, incluída no “Livro de Receitas com Imagens” que está a ser elaborado pelos alunos.

Alguns alunos repetiram a experiência culinária em casa.



Alunos da Sala de Apoio:
Ana Sofia, Mafalda Silva, Filipe Silva,
João André, Maria João e Ana Maria

GELATINA DE MORANGO

Ingredientes:

2 saquetas de Gelatina de Morango
½ litro de água

Modo de Preparar:

Primeiro, ferva 250 ml (¼ de litro) de água. Depois, verta o conteúdo da saqueta num recipiente e junte água fervida e mexa até dissolver totalmente. De seguida, junte 250 ml (¼ de litro) de água fria e leve ao frigorífico até adquirir consistência.

Para desenformar, mergulhe a forma em água morna durante alguns segundos. Lentamente, solte a gelatina com uma espátula. Cuidadosamente volte a forma sobre um prato.

PÁGINAS DE DIÁRIOS DA CORTE:

Fonte dos Amores, 22 de Novembro de 1354

Meu querido diário,

Cá estou eu, na minha plena solidão, sofrendo com as saudades do meu príncipe. Nestes dias pavorosos com a mágoa da tormenta que me ocupa, o meu coração teima em transbordar de amor por ele. Tenho andado com algum receio de El-rei..., pai de Pedro. Talvez ache que ele ama a pessoa errada. Temo pelos nossos filhos...

Até onde irá a crueldade de D. Afonso IV?

Não temo por mim, mas sim pelos meus filhos e pelo meu amado que está a ser pressionado...

Não o posso ver sofrer por minha causa... ou melhor, por causa de nosso amor impossível. Prefiro ir para terras distantes, onde fique segura com os nossos filhos. Estes sim, não têm culpa...

Inês de Castro, por MAFALDA DUARTE (9.ºA)

Lisboa, 8 de Janeiro de 1355

Deixei-me influenciar pelos meus conselheiros e estou arrependido... Considere-me um assassino. Eles só me falavam dos perigos para o Reino... mas... que qualidades teria aquela castelhana? Afinal era e será para todo o sempre a mãe dos meus netos.



Estes remorsos perseguir-me-ão para o resto da minha vida. Os meus conselheiros continuam a dizer que salvei a Pátria... que fiz o que tinha de ser feito. Acho que não... Sinto pena do meu filho... A sua revolta é imensa. Receio que faça uma loucura, pois anda obcecado com a vingança...

El-rei D. Afonso IV, rei de Portugal, por PEDRO HENRIQUES e TIAGO CRUZ (9.ºA)

Coimbra, 10 de Janeiro de 1355

Tenho andado muito triste, infeliz e desesperado com dificuldade em arranjar tempo para escrever. Esta tristeza e revolta têm aumentado desde a morte de Inês, o meu grande amor. Como foi possível ter sido executada a mando do meu pai, D. Afonso IV?

Meu pai fê-lo porque pensara que era a única maneira de acabar com o nosso amor, que era grandioso, tão grandioso que até era capaz de passar por cima das questões políticas do nosso país. Mas... eu vingarei a sua morte e os carrascos não ficarão impunes.

Príncipe D. Pedro, por ALUNO DO 9.º A

Oficina de Escrita de Língua Portuguesa, a propósito do episódio de Inês de Castro, de *Os Lusíadas*.



VISITA DE ESTUDO: Quinto ano visita ruínas de Conímbriga e Jardim Botânico de Coimbra

No dia 26 Março, o 5.º ano fez uma visita de estudo ao Jardim Botânico de Coimbra e às Ruínas de Conímbriga.

Chegámos ao Jardim Botânico por volta das 10h e a visita durou mais ou menos 1h30m. Depois fomos para o parque de merendas de Conímbriga almoçar. Quando acabámos de comer, fomos visitar o Museu. Vimos acessórios, armas, objectos de adorno, moedas, utensílios domésticos (vasos, pratos, jarros, etc...), pedaços de mosaico para o chão, entre muitas outras coisas. Esta visita foi sempre acompanhada por um guia que nos foi explicando o que íamos vendo.

De seguida, fomos visitar as Ruínas. Aí o guia já não nos acompanhou, tendo-nos dado, no entanto, uma explicação no início. Esta cidade foi construída na segunda metade do séc. I a.C. e a muralha de cerca 1500m foi feita para defesa das invasões bárbaras, construída com as pedras das casas mais ricas.

Durante o percurso da visita fomos vendo as ruínas de casas, de lojas, do fórum, das termas, do ginásio, do aqueduto, do anfiteatro e da casa dos repuxos que é muito engraçada pois, se pusermos uma moeda, os repuxos deitam água.

No final, o director do Museu veio cumprimentar-nos e oferecer-nos um livro sobre as Ruínas para a Biblioteca da nossa Escola.

MARIA KALIDÁS ALVES (5.ºB)



▲ Termas



▲ Casa dos Repuxos



▲ Museu: Utensílios usados pelos romanos

AULA DE CAMPO

No âmbito da disciplina de Ciências da Natureza e integrada numa Visita de Estudo, os alunos do 5.º ano assistiram a uma aula de campo, no Jardim Botânico de Coimbra.

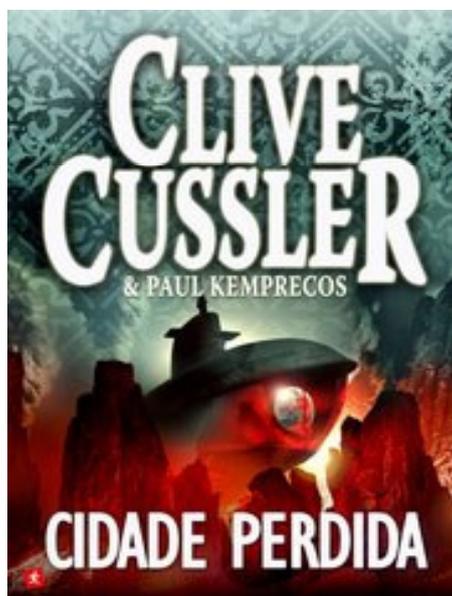
Estabelecendo um contacto directo com o rico e diversificado património natural aí existente, os alunos tiveram oportunidade de ampliar os seus conhecimentos sobre a biodiversidade, combinando actividades de observação e interpretação, e verificando localmente os conhecimentos teóricos adquiridos nas aulas de Ciências da Natureza.



FIGUEIRA ESTRANGULADORA: com as suas raízes terrestres consegue matar as árvores à sua volta, apertando-lhes as raízes



UM LIVRO...



Este magnífico livro, escrito por Clive Cussler, retrata uma história fictícia de uma misteriosa corporação que através de pesquisas científicas descobre a fórmula da juventude eterna. No entanto, durante essa mesma pesquisa, toda a equipa de cientistas começa a desaparecer sem motivo aparente.

Noutra parte do mundo, a *NUMA*, agência de pesquisa marítima e naval, investiga alguns acontecimentos incomuns, que inacreditavelmente se encontram relacionados com a pesquisa anteriormente referida.

Cidade Perdida é apenas mais um livro deste excelente escritor, que sem dúvida alguma merece ser lido por qualquer leitor que se preze.

RAFAEL DOMINGUES (9.ºA)

O FADO...

Eu vou falar-vos um pouco sobre um tema que deixa os portugueses orgulhosos. Esse tema é o fado, que é um género musical típico português.

Temos grandes artistas que já interpretaram, e outros que ainda interpretam tão bem o fado, é exemplo: Amália Rodrigues, José Afonso, Carlos Paredes entre outros que já faleceram, e outros como: Ana Moura, Carlos do Carmo e Mariza que continuam a espalhar os sentimentos que o fado transmite aos seus ouvintes. Esta última que referi é, para mim, a melhor intérprete do fado que Portugal já conheceu. Mariza começou a mostrar a sua magnífica voz quando ainda era pequena, e com essa voz encantava quem a ouvia.

De todos os CD's que já ouvi da Mariza o de que mais gostei foi o "Transparente". Este contém músicas que transmitem, a quem as ouve, calma e tranquilidade.

MARCO MARQUES (9.ºA)

PROJECTO EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

Promoveu Realização da Feira da Saúde

Na semana de 20 a 24 de Abril, decorreu a **Feira da Saúde**, organizada pelo Agrupamento de Escolas de Castanheira de Pera, em parceria com a Câmara Municipal.

A iniciativa, que envolveu a comunidade educativa e a população em geral, teve os seguintes objectivos: contribuir para a promoção de estilos de vida saudáveis; promover o envolvimento da comunidade escolar e local em actividades promotoras do bem-estar; promover o envolvimento das famílias; fomentar a comunicação e o convívio.

A participação da população na Feira da Saúde foi bastante significativa, atendendo ao número de exames realizados.

Ao longo da semana os alunos do Agrupamento, acompanhados dos respectivos professores, deslocaram-se à Feira da Saúde para participar nas diversas actividades: os alunos do Pré-Escolar foram alvo de um rastreio de Saúde Oral; os do 1º Ciclo (1º e 2º anos) realizaram o rastreio oftalmológico; os dos 3º e 4º anos participaram numa sessão com conselhos práticos de escovagem e higiene oral; os dos 2º Ciclo realizaram os exames de rastreio oftalmológico e auditivo, e procederam à medição da glicemia e da tensão arterial, à identificação do grupo sanguíneo e ao cálculo da pegada ecológica; os do 3º Ciclo realizaram exames de rastreio auditivo e de problemas posturais, e procederam à

medição da glicemia e da tensão arterial, à identificação do grupo sanguíneo e ao cálculo da pegada ecológica. Além disso, os alunos dos 8º e 9º anos participaram ainda numa sessão de sensibilização para a dádiva de sangue, enquanto os do 7º ano puderam praticar uma técnica de relaxamento - shiatsu.

A concretização desta actividade só foi possível com a colaboração de várias entidades:

- ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES DA ESCOLA SUPERIOR DE TECNOLOGIA DA SAÚDE DE COIMBRA;
- INSTITUTO PORTUGUÊS DO SANGUE - COIMBRA;
- CENTRO DE DIAGNÓSTICO PNEUMOLÓGICO DE COIMBRA;
- CENTRO DE ACONSELHAMENTO E DIAGNÓSTICO CONTRA O VIH DE COIMBRA;
- NÚCLEO DE ESTUDANTES DE MEDICINA DENTÁRIA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA.

A FEIRADA SAÚDE EM NÚMEROS

- Rastreio de HIV - 79 exames;
- Rastreio Pneumológico - 150 exames;
- Rastreio Oftalmológico - 40 exames;
- Dádiva de Sangue - 15 dadores;
- Rastreio Auditivo - 32 exames;
- Medição da glicemia e tensão arterial - 50 pessoas.

A todos, o nosso agradecimento.

A Coordenadora do Projecto de Educação para a Saúde
Professora CARLA PRATAS



A MATEMÁTICA

O que eu acho da Matemática? É que é muito interessante.

As pessoas, muitas vezes, dizem que a Matemática é muito complicada, porque tem muitos números e operações...

Mas para a aprender é só necessário compreendê-la e não decorá-la.

A Matemática é muito importante no nosso dia-a-dia.

MARIA ALVES (5.º B)

QUEM É UM POETA?

Quão difícil é descrever um poeta!
Ele brinca com as palavras tão facilmente
como nós andamos de bicicleta.

Da sua pena sai magia,
que forma uma linda poesia.

ANA HENRIQUES (9.º A)
Oficina da Escrita - 12 de Abril de 2009

DIREITOS DA CRIANÇA



Se não tens a maioria
Entraste nesta convenção
Seja qual for a tua naturalidade
A raça, o sexo ou a religião

Tens o direito de ser respeitada
E até mesmo de ser protegida
Deverás ser registada
E por alguém acolhida

Tens direito à tua identidade
E à liberdade de expressão
Deverás viver em tranquilidade
Com quem te der mais protecção

Tens direito a ser ensinada
No que toca a viver em sociedade
Poderás manter-te informada
Sem que percas a tua privacidade

Ninguém deverá maltratar-te
Nem que tenhas alguma diferença
Todos devem respeitar-te
Tenhas tu algum mal ou doença

Tens direito a brincar
E a crescer saudavelmente
Todos te devem acarinhar
E tratar gentilmente

Todos devem conhecer
“OS DIREITOS DA CRIANÇA”
E assim poderão crescer
Em plena segurança

MARIA JOAQUINA COELHO
(Assistente Operacional)

Servir alimentos seguros é uma das nossas responsabilidades. Tentamos fornecer alimentos frescos (do dia), nomeadamente carne, legumes e frutas.

Aplicamos as normas de higiene na aquisição, conservação, preparação e consumo de alimentos. Actualmente é obrigatório o cumprimento dos princípios do HACCP (Sistema de Análise de Perigo e Pontos Críticos de Controle) na preparação de refeições. A qualidade da refeição depende não só dos produtos utilizados na sua confecção, mas também dos cuidados existentes durante o seu transporte, armazenamento, confecção e distribuição ao consumidor. Tentamos, assim, procurar fornecedores que assegurem uma boa relação qualidade preço.

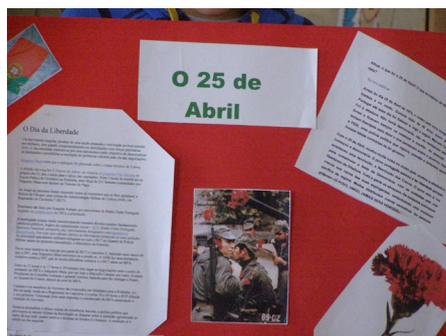
«O QUE EU PENSO SOBRE O 25 DE ABRIL»

TRABALHO REALIZADO PELA TURMA DO 8.º B NO ÂMBITO DA DISCIPLINA DE
HISTÓRIA EM ARTICULAÇÃO COM LÍNGUA PORTUGUESA

O dia 25 de Abril de 1974 ficou para a História porque veio acabar com um regime que oprimia o povo e dar início à democracia.

Antes do 25 de Abril de 1974, a vida das pessoas era muito diferente, na forma de falar, de vestir, de estar. Os chefes de Estado também tinham outra mentalidade. Por exemplo, no tempo de Salazar, havia muito autoritarismo e opressão, as pessoas não tinham liberdade de expressão e andavam com medo. Se se criticasse o Regime, os agentes da PIDE (Polícia Internacional e de Defesa do Estado), que estavam em qualquer lugar disfarçados de gente normal, no meio das pessoas – no café, na rua, na missa... –, mandavam prender essas pessoas (às vezes, vizinhos, colegas de trabalho...), que eram interrogadas, presas, torturadas.

Pelo que se ouve dizer, Salazar foi um bom governante no que diz respeito às finanças públicas, tendo deixado muito ouro no Banco de Portugal, mas isto não se compara às coisas más que ele fez. Também, mandava os nossos jovens para a guerra colonial, onde muitos morriam.



Morreu Salazar e foi nomeado chefe de Estado Marcelo Caetano, o que não mudou muito o país.

O povo estava farto de tudo isto, da censura, sentia-se explorado.

A revolução que houve no 25 de Abril foi um acontecimento bom, veio dar às pessoas o que elas tanto desejavam: liberdade. A partir daí, já não tinham

medo de sair à rua e de falar livremente; sentiram um alívio e passaram a ser mais alegres. As canções revolucionárias ouviam-se na rádio. O povo passou a votar e a escolher os seus governantes.

É certo, também, que hoje, que estamos em demo-

cracia, vivemos tempos difíceis e parece, por vezes, que há liberdade a mais. Há muitos crimes, a Justiça é “lenta” a castigar... Mas quando ouvimos as histórias que as pessoas que viviam nos tempos antigos contam, pensamos que hoje estamos melhor, em muitos aspectos.

Não conseguiríamos imaginar-nos a viver em ditaduras. Viva a liberdade! Somos portugueses, somos livres!

25 DE ABRIL EM EXPOSIÇÃO

Realizou-se uma exposição comemorativa do 25 de Abril de 1974, com trabalhos realizados pelos alunos das turmas do 6.º ano, no âmbito da disciplina de História

e Geografia de Portugal. Em colaboração com a disciplina de Educação Musical, foram também apresentadas, na Biblioteca, algumas Canções de Abril.

TODOS À MESA... NA CANTINA DA ESCOLA

Segundo as directrizes da Direcção Regional de Educação do Centro (DREC) relativamente às ementas, devemos:

- servir, obrigatoriamente, no mínimo duas vezes peixe;
- designar o tipo de confecção utilizada;
- servir fritos no máximo duas vezes por mês;
- incluir regularmente leguminosas frescas e secas;
- oferecer dois tipos de fruta da época e crua;
- disponibilizar água, a única bebida permitida;
- colocar à disposição dos utentes azeite, vinagre e limão.



Os produtos são encomendados de acordo com as ementas elaboradas semanalmente pelo pessoal da cantina, principalmente pelo Sr. Augusto. A quantidade a encomendar varia de acordo com as refeições que previsivelmente irão ser servidas. Tentamos dar uma alimentação racional, uma vez que para alguns alunos esta será a única refeição equilibrada do dia. A quantidade, qualidade e variedade de alimentos que os alunos devem ingerir contribuem para um saudável desenvolvimento físico e mental.

Augusto Martins
Carla Henriques
Adelaide Nunes

(Assistentes Operacionais - Cantina)