



JANEIRO | 2022



Uma visita

BEM DIVERTIDA

página 5

#### FICHA TÉCNICA

**Proprietário:** Colégio Diocesano de Nossa Senhora da Apresentação - Calvão

**Equipa de Revisão:** Luís Fernando Dias Oliveira; Ricardo Jorge Domingues

**Colaboradores:** alunos e professores que assinam os artigos

**Apresentação/divulgação:** online

# ÍNDICE

PÁG. 2

**É PRECISO TER CORAGEM**

| Luís Oliveira

PÁG.3

**FERMENTO**

| Pe. Querubim Silva

PÁG.5

**VISITA DE ESTUDO - PERLIM**

| Miguel Madaleno, 6ªA

PÁG.6

**EXPRESSÕES IDIOMÁTICAS**

| Ana Paula Cardoso

PÁG.7

**PROJETO EM AULAS DE CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO**

| Isabel Claro Almeida

PÁG.9

**O MEU OBJETO INVENTADO - TEXTOS DE ALUNOS DO 5º ANO**

| Manuela Maduro

PÁG.11

**O VALOR INTEMPORAL DO MITO**

| Daniel Samúdio | Cristiano Gabriel | João Daniel - 12ºB

PÁG. 12

**O MITO, "UM NADA QUE É TUDO"**

| Dinis Santos | Mariana Domingues | Gabriel Carvalhais | Beatriz Martins - 12ºB

PÁG.14

**PARLAMENTO DOS JOVENS**

| David Malta

PÁG.15

**ENTRA POR UM, SAI POR OUTRO**

| Nela Pinho

PÁG.16

**OS 3 R'S**

| alunos do 8ºD

PÁG.17

**SUPERATLETAS - VITÓRIA DOMINGUES, NOA NUNES E ZOE NUNES**

| Márcio França

PÁG. 22

**CLUBE DOS PITAGÓRICOS**

| Andreia Arada | Diana Ramalho

PÁG. 23

**SABIAS QUE...**

| Andreia Arada | Diana Ramalho

PÁG. 24

**INFORMAÇÕES**

## Mensagem do diretor

# É preciso ter coragem

"Será que estamos destinados a viver, com a máxima discricção, num sistema que nos obriga a fazer de conta que tudo está bem, em nome da paz social e da estabilidade?

Eu sou pela mudança, já. A começar pela Educação.

Não quero a máxima "discricção". Quero a sociedade civil a participar, os pais a intervir e criar para os jovens possibilidades de opções, em que todos possam assumir as responsabilidades e todos os seus direitos.

Educar e escolher um Projeto Educativo para os seus filhos é um direito humano inalienável, de que os pais não podem ser privados, nem abdicar.

**É preciso ter coragem.**

Reformar, nesta área, obriga a romper com grandes e graves poderes estabelecidos.

Já estamos demasiado atrasados em relação à Europa. Temos que apressar o passo."

Este texto é da autoria do Padre João Mónica. Trata-se de um excerto do texto "A ruptura", publicado em 2001, na revista Compassos. Fazemos a sua republicação por acharmos que, passados 21 anos, continua a ser uma interpelação que se mantém atual.

Prestamos assim homenagem à memória do Padre João, que completaria 81 anos no dia 11 de fevereiro.



|Luís Oliveira,  
Diretor



# fermento

## A PADROEIRA

### Patrono (a) ou Padroeiro (a)

As Escolas, Instituições culturais, recreativas... costumam ter um nome. Por exemplo: Liceu Pedro Nunes, Escola Aires Barbosa, Secundária Filipa de Lencastre, Estádio José Alvalade, Hospital Beatriz Ângelo... Um nome que tenha alguma coisa que ver com essa entidade: um (a) mentor(a), benfeitor(a), pessoa com vida exemplar nessa área, que possa ser um ideal a apontar a tais Instituições...

As Igrejas paroquiais, as Capelas, algumas Instituições ou Associações (por exemplo: a GNR, a Força Aérea, os Clubes de Caçadores, os Livreiros...) escolhem um(a) Padroeiro(a): uma pessoa que seja exemplo a seguir, pessoa que, pela sua vida de santidade, possa ser invocada como protetora junto de Deus. Uma das pessoas mais escolhidas é Nossa Senhora, Mãe de Jesus, pela missão que exerceu - ser a Mãe de Jesus Cristo, o Salvador da Humanidade, honrada, em Portugal e no Mundo, com mais de 700 nomes diferentes: Senhora da Graça, da Boa Hora, da Boa Viagem, da Assunção, de Fátima, de Lurdes, da Aparecida, de Guadalupe, da Apresentação...



O Bispo de Aveiro, D. Domingos d'Apresentação Fernandes, escolheu Nossa Senhora com este nome de **Nossa Senhora da Apresentação** (que ele tinha no seu próprio nome, porque foi sua madrinha) **para ser a Padroeira da Casa reconstruída no seu tempo para ser Seminário Menor, título que transitou depois para nome do nosso Colégio.** (Pode ver-se uma referência a isto nos mosaicos do Claustro do 3.º Ciclo).

Na Bíblia, encontramos a regra que prescrevia aos Pais que consagassem os seus filhos ou filhas ao Senhor, no Templo de Jerusalém, ato a fazer nas primeiras semanas após o nascimento, com a oferta de um par de rolas ou pombinhos.

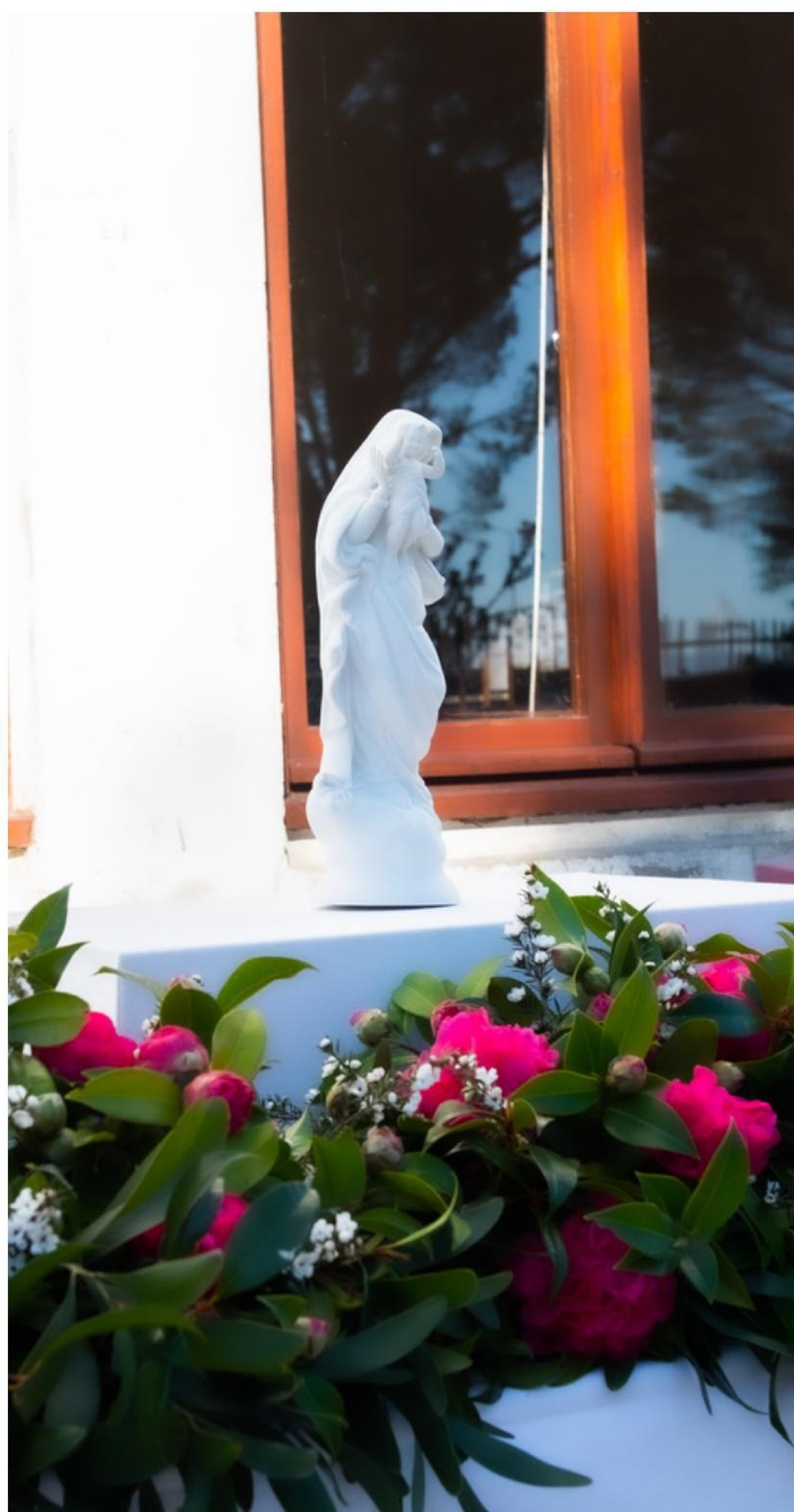
**A denominação Senhora da Apresentação foi criada em 1571, quando foi instituída a "Festa da Apresentação de Nossa Senhora ao Templo", para comemorar a Apresentação de Maria**

**ao Templo pelos seus pais,**

Joaquim e Ana.  
E essa festa celebra-se a 21 de novembro.

A imagem respetiva apresenta a figuração apenas de Nossa Senhora, como está na nossa Capela.

Essa foi a Padroeira escolhida pelo Bispo D. Domingos.



## A Apresentação de Jesus no Templo

(É uma das mais antigas festas da Igreja. Há sermões sobre ela compostos pelos bispos Metódio de Patara - † 312; Cirilo de Jerusalém - † 360; Gregório, o Teólogo - † 389; Anfilóquio de Icônio - † 394; Gregório de Nisa - † 400; e João Crisóstomo - † 407), **é a festividade litúrgica que ocorre no dia 2 de fevereiro.** Celebra um episódio da infância de Jesus: quarenta dias depois do seu nascimento, Maria e José vão apresentá-lo no Templo.

Nesta festa representa-se a imagem de Nossa Senhora erguendo Jesus nos braços, como quem o entrega a Deus.

É também a data em que se comemora a Festa da Candelária (festa à luz de velas), uma festa de origem pagã e latina comemorada tradicionalmente em alguns países, que depois se tornou uma festa religiosa cristã, talvez por se relacionar esta tradição (que consta da bênção de velas, nesse dia, para usar durante o ano e distribuir pelos fiéis) com as palavras do velho Simeão, ao receber a consagração de Jesus: «Agora, Senhor, podes deixar partir em paz o teu servo segundo a tua palavra, porque os meus olhos viram a tua salvação que preparaste diante de todos os povos: luz para revelação aos pagãos e glória do teu povo, Israel».

Na Igreja Católica, este facto é recordado no quarto Mistério Gozoso do Rosário.

### Curiosidade

Na tradição popular, o estado do tempo neste dia condiciona o tempo para o resto do inverno. Diz-se: “Nossa Senhora a rir, está o Inverno para vir; Nossa Senhora a chorar, está o Inverno a passar.” Quer isto dizer que, se no dia 2 de fevereiro estiver sol, ainda virá muito “Inverno”; se nesse dia estiver chuva, o inverno já passou.



| Pe. Querubim Silva  
Assessor Pastoral



VISITA DE ESTUDO

# ZOO DA LOUROSA

## PARQUE TEMÁTICO PERLIM

*Miguel Madaleno, 6.º A*

Eu participei numa visita de estudo no dia 9 de dezembro.

Antes de mais, vou começar por dizer que me chamo Miguel e tenho 11 anos.

O primeiro sítio onde eu fui na visita de estudo foi ao Zoo de Lourosa, que só tem aves, mas de muitas espécies. Lá, eu vi muitas coisas, como a ave mais perigosa do mundo (o casuar do Sul), pavões e uma que imitava a nossa voz dizia, nomeadamente, "Olá", e também algumas asneiras.

Depois de termos visto todas as aves, almoçámos, antes de seguir viagem, e eu fui comprar uma lembrança a uma loja que existia à entrada do Zoo.

Passado algum tempo, voltámos para o autocarro e fomos diretamente para o Perlím, um sítio que tem muitas brincadeiras de Natal: tinha musicais, escalada e outros divertimentos. Nós fomos a todos os espetáculos musicais, também fomos a uma discoteca e a um escorrega onde descíamos com um trenó. Infelizmente, não pudemos ir aos outros eventos, já que tínhamos de pagar bilhete. Mas, mesmo assim, foi divertido, até porque comprei um doce à saída.

Depois de algum tempo, tivemos de abandonar o parque temático e eu fiquei muito triste, não só pela saída de Perlím, mas também pela entrada no autocarro, porque eu fico muito mal-disposto quando é uma viagem grande e, naquele caso, era uma viagem de uma hora.

Quando chegámos à escola, só me apetecia vomitar. Fiquei algum tempo na rotunda à espera do meu pai. Entretanto, ele chegou e eu fui feliz para casa, porque foi um dia muito divertido!



AINDA SOBRE O 20º DIA EUROPEU DAS LÍNGUAS...

# EXPRESSÕES IDIOMÁTICAS ILUSTRADAS



Ana Paula Cardoso

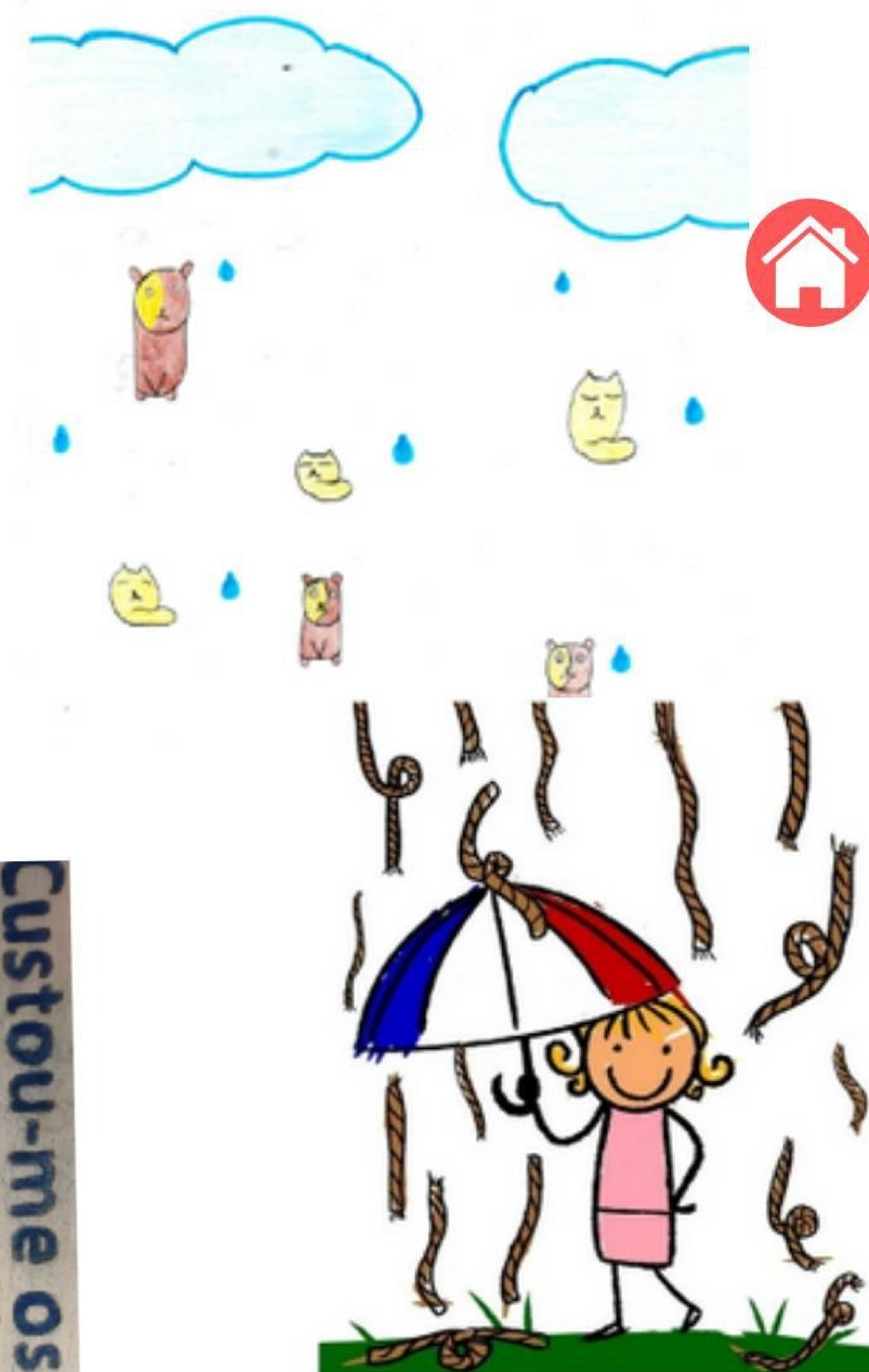
Quem leu o último número do nosso jornal, já está inteirado destes trabalhos: são expressões idiomáticas ilustradas pelos alunos do 8.º ano.

Aqui ficam mais uns belos exemplos da criatividade dos nossos pupilos.

**ÇA COÛTE LES YEUX DE LA TÊTE**  
**CUSTA OS OLHOS DA CARA**  
**IT WILL COST YOU AN ARM AND A LEG**  
**COSTA UN RINÓN**

**IL PLEUT DES CORDES**  
**CHOVE A POTES**

**IT'S RAINING CATS AND DOGS**  
**ESTÁ LLOVENDO A CÁNTAROS**



Idiomplanet  
- expressions idiomatiques illustrées français anglais

## AS AULAS DE CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO PROJETOS EM AÇÃO E PARA O DIA A DIA

Isabel Claro Almeida



As aulas de cidadania e desenvolvimento têm servido para desafiar os nossos alunos a estarem atentos ao mundo que os rodeia. Nesta pequena página, apresentamos um desses projetos desenvolvidos nessas aulas.

As famílias dos alunos do sexto ano foram desafiadas a fazer um passeio pela floresta ou num parque. Aí recolheram uma folha, fizeram um molde em papel reciclado e decoraram-na. Na aula de cidadania foram desenhadas as árvores da turma e o resultado foi fantástico.



Aqui ficam os testemunhos de algumas famílias e a opinião de um aluno. Obrigado a todos pelo empenho.



“Na passagem de ano, eu e minha família fomos a Navaconcejo (em Espanha) e fizemos um piquenique no local com muitas árvores e folhas secas. Esse local era numa linda montanha, onde também fomos visitar uma igreja. Aqui poder recolher a folha seca pedida no processo de cidadania. Esse projeto foi muito divertido, depois pintamos uma árvore e colamos as folhas nela em conjunto. Eu adorei este projeto este passeio ao ar livre com a minha família. Senti-me livre e feliz, no meio da natureza.”

Maira Silva, 6<sup>o</sup>C | n<sup>o</sup>18

A sair da família, ao ar livre, num dia solarengo que aquece dias de Inverno. Saímos a pé para uma caminhada até ao parque do Barreiro, durante a nossa ida encontramos aquela folha verde no meio de tantas com os tons do outono/inverno (castanho, amarelo) sem descobrir a que a árvore poderia ela pertencer. Levámo-la.

Segundo a minha filha, aquela folha sentia-se só e mal por ser diferente. Confortáveis com um dia maravilhoso que estava, naquele momento éramos livres, como se o Covid não existisse. Apesar destes tempos que vivemos, em que o contacto entre pessoas tende a ser reduzido, é muito importante que a escola continue a fazer todos os possíveis para manter o contacto entre pais e professores, para podermos continuar a fazer e contribuir para a aprendizagem dos nossos filhos. Gostamos muito da experiência.”

Viviana Caetano e Arcanjo Silva  
(família Caetano da Silva)





Deambular pela natureza é algo que, enquanto família, fazemos regularmente. O contacto com o ambiente natural é uma espécie de antídoto para o ser humano. As crianças, em especial, descobrem sempre uma novidade para explorarem e conhecerem. Por tal motivo, termos tido a oportunidade de levar a cabo a tarefa proposta foi extraordinário, visto que também nós, pais, entramos neste processo fascinante de insaciável descoberta, que nos possibilita a oportunidade de apreciarmos, valorizarmos e preservarmos o meio que nos envolve.

Em suma, é interessante que a escola promova este tipo de atividades, pois, só assim, é possível fomentar o respeito pela natureza e a sua gestão florestal sustentável.

*Família Bolais Frade*

"A nossa experiência foi boa.

Por norma costumamos fazer isto regularmente. Devido à pandemia não podemos andar em convívio com outras pessoas, então vamos para os pinhais passear. Depois do passeio, o que nos marcou mesmo foi a opinião de todos nós para fazer este trabalho e como o iríamos fazer.

A troca de ideias as sugestões e opiniões de todos foi fundamental.

A natureza é um bem essencial para a nossa vida, dá-nos o ar puro que tanto precisamos para respirar, transmite-nos paz, faz-nos perceber o quanto precisamos das florestas. E também nos fez perceber que temos de ajudar e contribuir para a sua evolução."

*Sandra Ferreira*

*(encarregada de Educação)*

"Caminhar, passear, descobrir um simples pinhal ou a floresta, tal como temos perto da nossa casa, sempre foi uma atividade feita em família.

Já há muitos anos que temos a oportunidade e o prazer desses momentos familiares. Essas caminhadas, e até mesmo alguns passeios de bicicleta, permitem respirar ar puro, libertar toxinas, relaxar a mente, sentirmos a liberdade, e, ao mesmo tempo, desenvolver momentos de diálogo/comunicação sobre as descobertas na natureza (identificar plantas, árvores, animais, sons, cheiros, etc.), das vivências do dia a dia ou das situações passadas lembradas."

*Ana Neves, David e Dinis Domingues*



## AULAS DE PORTUGUÊS - 5º ANO

# O MEU OBJETO INVENTADO

## TRABALHOS DE EXPRESSÃO ORAL

Nas aulas de português, **os alunos do 5º ano** foram desafiados pela professora Manuela Maduro a inventar um objeto e a explicar à turma o seu funcionamento e a sua utilidade. Foi um exercício muito divertido e cheio de criatividade. Deixamos aqui alguns dos exemplos dos objetos inventados pelos alunos.

### DIVERTCLEAN



O que é, e como se usa o Divertclean:

- São materiais para limpar a casa, mas divertidos porque podes patinar e divertir-te a limpar.
- Com os chinelos-esfregona, patinas para limpar o chão (são chinelos de dedo com esponja em baixo).
- E com as luvas espana-pó, é só deslizar as mãos sobre o que estás a limpar. (são luvas com algodão).

Diversão sem parar e a casa ainda fica a brilhar!

(Núria Carvalho, 5º A)



### CANETA-TUDO

Esta caneta permite poupar espaço e peso na sua mochila ou mala e é fácil de transportar.

Ela tem tudo o que é essencial num estojo: o corretor, a borracha, o lápis de cor, o lápis de carvão, o lápis de cera, o marcador, o marca-texto e uma luz laser.

A cor pode ser mudada numa escala de cor e a espessura da ponta pode ser mudada numa escala de 1 cm de diâmetro.

Vem com pilhas e, para ligar ou desligar, basta clicar na borracha.

Está disponível em preto, azul, branco e vermelho.

Caneta-tudo, uma caneta para qualquer ocasião.

(Miguel Almeida, 5º B)

### CARRO-FOGUETÃO

O Carro-foguetão é um carro normal, mas também dá para andar no Espaço! Controlado por um computador, tem 6 lugares e tecnologia de topo. Se quer começar a voar até ao Espaço, basta clicar no botão do seu computador que está ligado ao carro e começa a subir! Quando começa a entrar no Espaço, é só vestir os fatos de astronauta que vêm incluídos e depois fica a flutuar! Este veículo pode andar em estradas flutuantes ou normais.

**Para quê ir de avião? Vá no Carro-foguetão!**

(Szymon Neto, 5ºB)

## O CHINELO VOADOR

O meu chinelo voador é um ajudante, porque ele mata as moscas, dá-te comida, limpa e esfrega o chão.

**Em promoção na próxima semana.**

Vende-se em feiras, supermercados e no sítio mais famoso "O esfrega-esfrega".

Tem o peso ideal para andares com ele, sempre que precisas, ele ajuda-te.

Liga 411 907 532 ou encomenda em esfregaesfrega.org.@.pt".

**Para quê um ajudante, leva o chinelo esfregante.**

(ZOE PINHO NUNES, 5ºB)



## MALITA, A MALA INFINITA

Vais viajar, mudar de casa ou algo do tipo?

Metes as coisas dentro da mala e está tudo pronto.

A Mala Infinita serve para colocar o que quisermos lá dentro.

Quando queres fazer uma viagem grande e não cabe tudo na tua mala de viagem, é só levar a Malita.

Na Malita, consegues levar tudo o que precisas e o que não precisas.

A Mala Infinita terá o mesmo peso e acaba por ser mais cómoda.

Pode ter quatro formas: uma mala tiracolo, uma mochila, uma mala de viagem e uma carteira. Quando vens para a escola, para não vires carregada/o com a mala dos livros, a de educação física, o colchão e a lancheira, trazes contigo a Mala Infinita.

Então já sabes:

**Quando a mala infinita quiseres levar, é só aproveitar e pegar.**

(MAFALDA INÊS CALDEIRA SANTOS -5ºB)

## O valor intemporal do

# mito

*aulas de português - 12º ano*



Daniel Samúdio | Cristiano Gabriel | João Daniel (12º B)

O mito, desde sempre, foi o alicerce para a construção do nosso presente. Este surgiu como forma de dar resposta a inquietações, angústias e como modo de suprimir o medo pelo desconhecido.

Efetivamente, nos dias de hoje, a lenda apresenta várias funções, entre as quais motivar e inspirar comunidades.

Na obra de Fernando Pessoa, "Mensagem", o mito é descrito como "o nada que é tudo". Esta frase exprime a visão de Pessoa em relação ao mito. O poeta considera que é nada, uma vez que nem sempre corresponde à realidade e não existe materialmente, e é tudo, porque inspira e origina atos heroicos. É através do mito e na crença neste que os heróis tomam atitudes e agem.

Um exemplo pertinente, relacionado com o tema acima abordado, é a lenda da criação de Roma, através da qual, a cidade de Roma foi enaltecida, tendo sido, ao longo dos tempos, sinónimo de grandeza, poder, cultura, riqueza e robustez.

Com efeito, a palavra Roma tem uma origem grega e o seu significado é força. Este impacto foi tão forte que a lenda é referenciada em diversas obras literárias, tais como a "Eneida", de Virgílio, e a obra "Ab urbe condita", de Tito Lívio.

Desta forma, é possível afirmar que este mito atingiu o seu objetivo por meio de transmissão de valores, como a coragem, a determinação e o sonho. O sonho de expandir uma nação, de tal forma que o império romano, no seu apogeu, já tinha dominado parte de três continentes diferentes. Este mito inspirou imperadores, guerreiros, comerciantes e o povo a lutarem pela sua nação. É de realçar, ainda, o valor intemporal do mito, visto que, nos dias de hoje, ao estudarmos o império Romano e a sua enorme e rápida expansão, a ideia de Roma como uma cidade forte e grandiosa surge de imediato no nosso pensamento.

Por outro lado, é possível, também, asseverar que o mito surge como uma resposta a factos inexplicáveis, como é o caso tão nosso conhecido e familiar da lenda da Nossa Senhora de Vagos. O povo vaguense sentiu necessidade de recorrer à lenda para justificar o ter começado a chover, após quatro anos de extrema seca, logo no dia em que os devotos de Cantanhede se deslocaram à ermida da Senhora de Vagos para pedir auxílio, pois já não tinham o que comer. Assim, o mito teve tamanha força que ainda hoje a população de Cantanhede se dirige ao santuário para pedir ajuda e cumprir promessas.

Além disso, como forma de agradecimento, o pão de Cantanhede é ainda distribuído em grande quantidade, no largo da nossa padroeira. Este mito, além de ser uma resposta a situações incompreensíveis, apresenta a origem e imortaliza a tradição que se pratica atualmente.

Com estes dois exemplos, é possível constatar a influência que o mito tem na vida do ser humano e na comunidade em que está inserido, na medida em que é capaz de inspirar exércitos e mover populações.

Em suma, o mito é extremamente importante na construção do futuro, visto que ele torna suportável a insuportável realidade, proporcionando força, para ultrapassar dificuldades, e inspiração, para perseguir os sonhos, alcançando a superação do indivíduo. O mito é a força motora de que todo o povo e cultura precisam para alcançar o seu auge e glória.

## O MITO

# "UM NADA QUE É TUDO"

A O mito é um conceito de difícil definição. É, talvez, ilusório, inverosímil ou imoral, mas, ao mesmo tempo, compulsivo, fascinante, profundo e digno, quando não mesmo sagrado, ou, como Fernando Pessoa o define, "um nada que é tudo".

O mito surgiu, primeiramente, como a solução encontrada pelo homem para explicar a realidade onde se encontra, no sentido em que apenas este apresentava uma justificação para a criação do mundo. Assim sendo, já na Grécia Antiga, o mito sobressaía como uma forma autónoma de pensamento e de vida, à qual era atribuída uma validade religiosa e moral. Sendo que a sociedade Grega tinha um grande vínculo afetivo com a religião, é da relação com este campo que resulta a conceção das primeiras figuras divinas.

No que concerne à literatura portuguesa, os mitos, quer como suporte estético, quer como suporte temático, são uma constante, desde a idade média até hoje.

Na obra Os Lusíadas, Camões serve-se da mitologia para elevar a uma condição superior o povo lusitano. De facto, desde o início da epopeia, são feitas referências a ninfas, deuses, monstros e sereias. São vários os episódios da epopeia nacional nos quais se denota a fusão do imaginário épico com a história de Portugal. É exemplo desta dinâmica o "Consílio dos Deuses", o qual vem justificar a capacidade dos nautas em superar corajosamente as adversidades com que se depararam. Do mesmo modo, na passagem "A ilha dos Amores" é, precisamente, esta inclusão da mitologia Grega, patente nas figuras das ninfas, que permite, num estilo sublime, representar a recompensa dos navegadores e a sua equiparação aos próprios deuses.



Efetivamente, uma outra função associada ao mito é aquela em que ele surge ligado ao sonho, isto é, como metonímia de uma esperança para um futuro melhor, em contraste com o presente decadente. Assim sendo, o mito sebastianista configura-se de acordo com esta noção. Deste modo, o regresso do rei D. Sebastião, montado num cavalo branco, numa manhã de nevoeiro, não assume um sentido literal, representando apenas a crença enraizada do povo português que “não quis acreditar que morresse, por quem ainda espera em sua leal incredulidade (fala de Dona Madalena, Ato I, cena II, Frei Luís de Sousa). Por tal motivo, constata-se que, neste caso concreto, o mito surge como uma forma de alento, como uma tentativa para dar cor e crença a um tão grande desejo que iria permitir a Portugal libertar-se do domínio Filipino e reconquistar a sua independência e identidade.



Por outro lado, as lendas surgem também como forma de suplantar o limitado conhecimento humano, na medida em que se apresentam como explicação para alguns fenómenos, tais como tragédias, cuja causa é misteriosa. No caso do Cabo das Tormentas, o desconhecimento dos fatores que tornavam aquela zona de navegação perigosa, levando a tantos naufrágios, levou os lusos a especularem acerca da existência de figuras desumanas e míticas. É, neste contexto, que se assiste, na obra pessoana, Mensagem, à representação das dificuldades de navegação, através da figura lendária, “O Mostrengo”, aquando da passagem de Bartolomeu Dias e da sua tripulação pelo Cabo das Tormentas.

As histórias populares, assumem também a conceção de mito, dado que resultam da transfiguração do sucedido, como é o caso do “Milagre das Rosas”. Diz a lenda que D. Dinis, irritado pela mulher, Rainha Santa Isabel, andar sempre a distribuir dinheiro pelos pobres, proibiu-a de dar mais esmolas. Contudo, ela continuou a fazê-lo. Numa dessas vezes, o rei apanhou-a a sair, às escondidas, com pão no regaço, o qual se converteu, milagrosamente, em rosas, quando D. Dinis lhe pediu para lhe mostrar o que levava encoberto. Deste modo, a conversão do real surge como forma de santificar a atitude de uma figura que é querida pelo povo.

Concluindo, o mito nasce da necessidade do homem obter uma explicação acerca das origens do mundo, do que lhe é totalmente desconhecido e, ainda, o modo de projetar um futuro melhor. Assim, este explica o sentido da vida, da morte, da dor, da condição humana. Ele persiste nas gerações, porque responde à angústia do desconhecido, do inexplicável, dando sentido àquilo que, aparentemente, não o tem, permitindo ao ser humano conceber utopias, imortalizando-as, que lhe proporcionam uma orientação para o seu futuro. Uma vivência sem o mito é, desta forma, impossível, visto que “matar o sonho é matarmo-nos. É mutilar a nossa alma. O sonho é o que temos de realmente nosso” (Fernando Pessoa).



## PARLAMENTO DOS JOVENS



DAVID MALTA

Realizou-se no dia 27 de janeiro a sessão escolar do ensino básico da edição PARLAMENTO DE JOVENS 2021-2022.

Este ano, o programa nacional propôs às escolas que os debates tenham como tema fundamental a questões das notícias falsas com que muitas vezes nos chegamos pelos meios de comunicação social e pelas redes sociais.

A partir da questão "**Que estratégias para combater a desinformação**", os nossos alunos, depois de um debate interessante, ainda que pouco participado, propuseram as seguintes medidas de combate a este flagelo e que levarão à sessão distrital:

**medida 1** - aplicar multas a quem tiver publicado uma Fake New, dependendo o valor da gravidade da falsa informação partilhada;

**medida 2** - fazer palestras na Escola onde se poderia ensinar e explicar o que é e como se combatem as Fake News;

**medida 3** - caso alguém tenha criado uma conta nalguma rede social e tenha sido descoberto como tendo criado Fake News, deve ver a sua conta encerrada. Caso abra outra conta, esta deve ser sinalizada de forma a alertar futuros utilizadores.



Deputados eleitos à Sessão Distrital/Regional

MELISSA VIANA VENCESLAU (efetiva)

FILIPA ZAGALO DE CARVALHO (efetiva)

RODRIGO JESUS SANTOS (suplente)

Candidata à presidência da mesa da sessão distrital

INÊS OLIVEIRA SCARLATI

SOBRE OS NOSSOS HÁBITOS E O NOSSO PLANETA

# ENTRA POR UM, SAI POR OUTRO

Nela Pinho



Tanto se fala de aquecimento global, alterações climáticas, desastres ambientais... e pensamos: isto já não tem retorno. Será?

Será que não tem?

Ouvimos e ouvimos... as várias organizações mundiais, desde a maior organização até ao cidadão comum. E é ao cidadão comum a quem me quero dirigir, assim como se estivesse a falar comigo. Neste caso, convosco. Quero apenas lembrar-nos de que, como “animais pensantes” que somos, podemos traduzir o pensamento em atos diários para participar na travagem deste aquecimento global.

Reciclar, reutilizar, reduzir. É aqui, no reduzir e no repensar, que eu quero colocar a minha reflexão. Quando eu era pequena, e depois mais tarde na adolescência, não existia gel de banho, havia sabão azul, ou sabonete rosa... Se olharmos para todos os produtos que temos de limpeza, tanto corporal como doméstica, deveríamos pensar na embalagem do produto. Qual é o produto que tem menos plástico? Vejamos, por exemplo, a roupa que compramos, composta de produtos, muitos derivados do petróleo. Altamente poluentes. Temos de repensar verdadeiramente se precisamos realmente daquilo que compramos.

Que consumos devemos fazer?

Por outro lado, gostava de olhar para um tema que é sobretudo cultural e ao qual deveríamos dar mais importância e prioridade: a utilização da bicicleta. Olhemos para os países nórdicos. Até a menos do governo que vão de bicicleta para o Parlamento. Espetacular!

Por outro lado, quando já não queremos algo lá em casa, podemos pensar se aquele objeto podia ter outra vida. Se não soubermos a quem dar, há sempre organizações, como a Cáritas (por exemplo) percebem e os distribuem a quem precisa. Não é preciso encher o contentor do lixo com os objetos que realmente ainda não chegaram ao fim de vida.

Não gosto que critiquem a forma de viver, ou de estar na vida de cada um. Mas há coisas que devíamos saber... há coisas nas quais deveríamos pensar.

Outro exemplo: quando pintamos o cabelo vemos claramente os químicos que a curto prazo vão fazer parte dos lençóis freáticos? Quando pintamos as unhas, sabemos de que o verniz ou o gelinho é feito? Sabemos o quanto é difícil, por exemplo, medir o oxigénio do nosso sangue tendo as unhas pintadas? Há tanto para aprender, pensar e atuar... Até nas coisas mais simples. Sobretudo nas coisas mais simples. A responsabilidade de muitas das coisas que estão a acontecer também é nossa. E é-o em muita coisa, principalmente naquilo que nos parece ser um simples ato.



# OS 3 R'S

TRABALHO REALIZADO NO ÂMBITO DE CIDADANIA | 8ºD



Tu reduces ao máximo o que podes? Tu reutilizas o que já não usas? Tu reciclas o que já não tem nenhuma função? Tu separas os resíduos orgânicos dos resíduos inorgânicos? Tu podes reduzir, reutilizar e reciclar, pequenas ações que ajudam a mudar o mundo!

Sabias que a equipa italiana de futebol Sampdoria utiliza camisolas feitas com 13 garrafas de plástico recicladas, ou que, na Holanda, a designer de moda Zsofia Kollar fundou a Human Material Loop, uma marca de roupa que aproveita cabelo humano proveniente de cabeleireiros para produzir roupas, ou que, em Portugal, uma grande quantidade de enfeites de Natal foi produzida a partir de máscaras, ou que é possível transformar óleo que já foi utilizado em detergente biodegradável e biodiesel. É claro que seria um pouco difícil para nós fazer tudo isto, mas podemos começar por pequenas coisas, seguindo sempre esta ordem: primeiro reduzir, depois reutilizar e, por fim, mas não menos importante, reciclar.

Como podes reduzir? De acordo com a ONU, no mundo inteiro, todos os dias, toneladas de alimentos são desperdiçadas, mais ou menos, o equivalente a um terço e, com base num estudo feito pela Universidade de Aveiro,

Portugal tem a maior pegada alimentar por cada indivíduo do Mediterrâneo. Algumas ações que nos permitem reduzir estes números são: comprar apenas aquilo que é necessário, não deitar fora o que sobrar, fazer doações de alimentos... Estas ações não se aplicam só a este caso, por exemplo, no caso da indústria têxtil, a segunda mais poluente do mundo, também se recomenda que compremos só o necessário e doar o que já não usamos.

Quando já reduziste ao máximo tudo o que podes, passas para o segundo passo: reutilizar. Podes usar potes de vidro para guardar os alimentos, alguma caixa que tenhamos pode servir para guardar alguma coisa, quando vamos às compras devemos, de preferência levar o nosso próprio saco, de modo a poder utilizá-lo novamente, etc.

E a última etapa é, então, reciclar. Tudo o que já não podes reduzir nem reutilizar, deves reciclar. Há ecopontos para papel e cartão, plástico e metal, vidro, pilhas, óleo, eletrodomésticos, roupas... Por exemplo a "HM" tem um ponto de recolha de roupa nas lojas que depois vão ser transformadas em novas roupas.

O nosso objetivo deve ser sempre ajudar o planeta, com grandes ou pequenas ações.



# Super atletas

Entrevista a  
**VITÓRIA DOMINGUES**  
**NOA NUNES**  
**ZOE NUNES**

*Entrevista: Márcio França*

*Redação: Joana Lourenço; Francisca Rodrigues*



Este mês, foram entrevistadas três atletas de Natação. Como habitualmente, a questão é dirigida às atletas, que respondem pela ordem solicitada pela entrevistador.

## Sonhos, objetivos e metas, o que é que desejam a nível do desporto e também a nível pessoal?

**Vitória:** Este ano, a nível desportivo, pretendo ir aos nacionais e ter a minha melhor performance. A longo prazo, pretendo continuar a nadar, apesar de querer seguir medicina, não vou deixar a natação de lado.

**Noa:** Para esta época, eu também pretendo ir aos nacionais e ter a melhor performance possível. Daqui a uns anos, pretendo integrar a federação portuguesa de natação e o meu sonho é ir aos jogos olímpicos. A nível de estudos, quero seguir medicina desportiva, mas vou sempre continuar com a natação.

**Zoe:** Eu gostaria, a partir de infantil, de ir aos nacionais, obter bons resultados e conseguir ir aos jogos olímpicos.

## Qual é o vosso estilo e em que modalidade da natação é que costumam competir? Têm algum ídolo ou exemplo no vosso desporto ou noutro desporto qualquer?

**Vitória:** A minha modalidade, neste momento, é estilos, ou seja, eu nado todos os estilos, mariposa, costas, crawl e bruços, em longas e médias distâncias, 800m, 400m e 200m. Tenho uma pessoa a seguir, que é o nosso nadador português Alexis Santos, também é estilista, acho que é uma pessoa muito empenhada no que faz e por isso eu quero seguir o seu exemplo.



## NOA NUNES

LOCALIDADE: ESGUEIRA

IDADE: 14 ANOS

ANO: 9º

CLUBE: SPORTING CLUBE DE AVEIRO



**Noa:** Eu sou nadadora de bruços e velocista, faço provas de 50m, 100m e 200m. Tenho uma referência, a nadadora portuguesa Ana Pinho Rodrigues, é também nadadora de bruços e velocista e tem uma escoliose com eu, mas mesmo assim consegue bater vários recordes nacionais e ir a provas internacionais.

**Zoe:** Os meus melhores estilos são mariposa e crawl. Gosto muito de mariposa, porque admiro o nadador Michael Phelps, acho que ele tem uma técnica muito boa.

## Sabemos que é difícil para qualquer desportista conciliar a escola com o desporto, como o conseguem fazer?

**Vitória:** Conciliar desporto e escola não é uma coisa fácil de todo, porém é a nossa vida e o que gostamos de fazer e dedico-me a 100%. Em relação à minha rotina, treino de manhã, venho para a escola, chego a casa, estudo e volto para o treino. É treinar e estudar, basicamente.

**Noa:** Terça e quinta tenho treinos bi-diários, aproveito sempre para estudar antes do treino da tarde e aos fins-de-semana para poder ter também resultados positivos na escola.

**Zoe:** Quando chego a casa, estudo, faço os trabalhos de casa e depois tenho treinos diários.

## Podem destacar as competições nas quais participaram que foram mais importantes para vocês.



**Vitória:** Eu já participei na competição do Vale do Tejo, uma competição a nível nacional com seleções a nível regional. Já participei nos zonais, conquistei lugares bons, alcancei um pódio. Participei também nos nacionais, uma prova bastante importante, em que não fiquei em maus lugares e atingi os meus objetivos.

**Noa:** Fui convocada para o estágio nacional em cadetes, fui todos os anos ao zonal e conquistei bons lugares. Em infantil, fui ao nacional, onde conquistei um quarto e um décimo lugar.

**Zoe:** Já fui a um estágio nacional e consegui muitos bons resultados nas provas

## Super atletas

VITÓRIA DOMINGUES, NOA NUNES E ZOE NUNES



### VITÓRIA DOMINGUES

LOCALIDADE: CALVÃO

IDADE: 15 ANOS

ANO: 10º

CLUBE: CLUBE DE NATAÇÃO DE VAGOS

## O que acham que a escola poderia fazer de melhor para atletas de alto nível como vocês?

**Vitória:** Eu acho que a escola poderia colaborar um pouco, por exemplo poderia disponibilizar as horas de educação física. Tendo em conta que somos atletas, não acho necessário e podíamos utilizar esse tempo para treinar e assim estaríamos mais disponíveis à tarde para estudar.

**Noa:** Sou da mesma opinião, mas acho que mais uma tarde livre ou mais uma hora de almoço seria melhor para termos mais tempo para estudar ou rever a matéria.

**Zoe:** Para mim, como sou mais nova, ainda não preciso desse tempo, mas quando chegar à idade delas também vou precisar.

## Considerando a realidade portuguesa, acham possível alcançar as ambições e objetivos que têm no desporto e nos estudos?

**Vitória:** Eu acho que é possível, porque já outras pessoas o fizeram e conciliaram bem as coisas, é uma questão de organização e realização pessoal. Se for preciso abdicar de alguns treinos para estudar, vou escolher os treinos que me prejudicariam menos.

**Noa:** Eu acho difícil, mas não impossível. Podemos abdicar de alguns treinos, em vez de ter dois treinos por dia, fazer só um de manhã e tirar a tarde para estudar. É possível se tivermos força de vontade.

**Zoe:** Eu acho que o meu futuro será num nível um pouco difícil, mas se me conseguir organizar vou conseguir



### ZOE NUNES

LOCALIDADE: ESGUEIRA

IDADE: 10 ANOS

ANO: 5º

CLUBE: SPORTING CLUBE DE AVEIRO

## Cada vez mais jovens praticam menos desporto e vivem de uma forma mais acomodada. Conseguem imaginar a vossa vida sem desporto?



**Vitória:** Na minha opinião o desporto é uma coisa que nos faz bem, que nos traz muitos benefícios. Dá-nos uma boa forma física, ajuda-nos na concentração nas aulas e na organização do estudo, sabemos que temos só aquelas horas para estudar e temos de as aproveitar. As crianças, hoje em dia, não ligam muito ao desporto, estão mais ligadas ao telemóvel. Não vejo a minha vida sem o desporto acho que não iria conseguir, mesmo que não praticasse nataçao acho que iria ao ginásio ou algo do género, porque, a longo prazo, o desporto também é algo que vicia e é difícil de deixar.

# Super atletas

VITÓRIA DOMINGUES, NOA NUNES E ZOE NUNES

**Noa:** Na minha opinião toda a gente deveria praticar um pouco de exercício físico todos os dias, porque faz bem a nível mental, ajuda na escola, convivemos e conhecemos outras pessoas. Eu não iria conseguir viver sem desporto, porque não me conseguiria organizar, iria deixar tudo para a última hora e não me sentiria bem comigo mesma por deixar de fazer uma coisa de que gosto tanto.

**Zoe:** Acho que toda a gente devia praticar exercício físico, porque faz bem e ajuda o funcionamento do nosso corpo no dia a dia. Não consigo ver a minha vida sem desporto, concordo que seja uma coisa viciante e se desistisse teria de fazer outro desporto diferente.

**Noa:** O desporto também é a nossa escola, aprendemos a respeitar-nos a nós próprios e aos outros e a respeitar o nosso corpo. A escola é tão importante como o desporto, como o desporto é tão importante como a escola, não dá para separar as duas coisas.

**Zoe:** Eu acho que o desporto e a escola são duas coisas um pouco parecidas, porque temos de pensar e de fazer exercício físico que faz bem ao nosso corpo.



**Comente a frase “O desporto é a verdadeira escola da vida”.**

**Vitória:** Eu acho que andamos na escola para aprender e para conviver. O desporto é também isso, é aprendermos sobre nós, sobre o nosso corpo, também sobre a nossa sociedade e considero que seja uma coisa importante porque não é só a escola que nos ajuda a construir o nosso futuro, o desporto também nos vai trazer um futuro, ensina-nos a ser melhores pessoas e acho que são coisas essenciais para a vida.



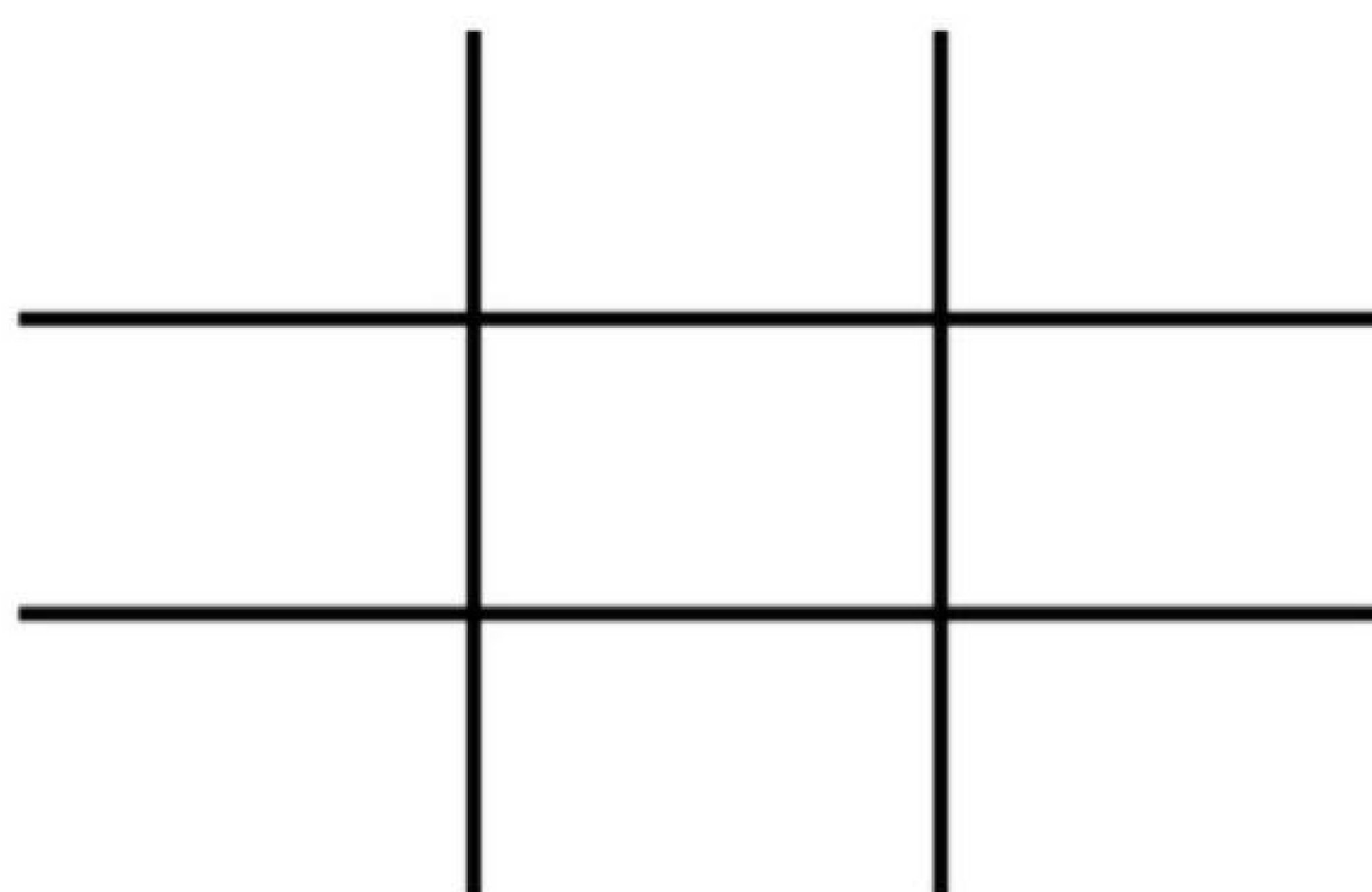
# Clube dos $\pi$ tagóricos

**ESTA É UMA NOVA RUBRICA DO NOSSO JORNAL.**

TODOS OS MESES IRÁS TER UM **DESAFIO MATEMÁTICO** QUE PODES RESOLVER SOZINHO/A OU ACOMPANHADO/A E UMA CURIOSIDADE - É O NOSSO "SABIAS QUE..".

## DESAFIO MENSAL

Coloca os números 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 dispostos nas 9 casas da tabela de modo a que a soma de qualquer reta (horizontal, vertical e diagonal) seja sempre 15.



### REGULAMENTO

- Podem participar todos os alunos.
- O desafio será apresentado no jornal [Com.pequenos.Passos](#) mensalmente.
- Depois de resolvido, deverá ser entregue ao teu professor de Matemática ou enviado por e-mail para as professoras Andreia Arada ([andreiaarada@coelgiocalvao.org](mailto:andreiaarada@coelgiocalvao.org)) ou Diana Ramalho ([dianaramalho@colegiocalvao.org](mailto:dianaramalho@colegiocalvao.org)), até ao **último dia do respetivo mês**.
- Os resultados sairão na edição seguinte do jornal.
- No final do ano letivo haverá prémios para os três melhores classificados.
- Os alunos serão classificados pelas professoras Andreia Arada e Diana Ramalho em função da sua participação e da resolução de cada um dos problemas.



SABIAS QUE...

# RELÂMPAGO

Vês um relâmpago enorme no céu. Depois, BUUMM, ouves o ribombar do trovão.

**A que distância está a tempestade?**

O que fazer:



1. Vai para dentro de casa, onde podes observar a tempestade em segurança;
2. Começa a contar os segundos a partir do momento em que vês um relâmpago. Conta devagar, dizendo "1001, 1002, 1003, ...";
3. Quando ouvires o trovão, pára de contar;
4. Divide o número de segundos que contaste por 3 e obterás a distância aproximada a que estás da tempestade (em km).



**O segredo:**

A luz viaja muito depressa. A velocidade da luz é de cerca de 300 000Km/s. O som viaja muito mais devagar. A velocidade do som no ar é de cerca de 340m/s. Então, mesmo que os relâmpagos e os trovões tenham origem no mesmo sítio, vemos o relâmpago quase de imediato, mas o som do trovão demora mais tempo a alcançar os nossos ouvidos. O som viaja cerca de 1 km em 3 segundos.

**Por exemplo:**

Se obtivermos o resultado 5 segundos, tem-se  $5 \times 343\text{m/s} = 1715$  metros.

Ou seja, estamos a 1km e 715m do centro da trovoadas.



# INFORMAÇÕES

Concurso  
Literário

## JOÃO GRAVE

Os alunos que gostam de escrever voltam a ter o Concurso Literário João Grave, promovido pela C.M. Vagos, para pôr à prova os seus talentos, em prosa ou em verso.

O tema inspirador é "Um mar de palavras".

**Os trabalhos podem ser entregues até ao dia 6 de maio.**

Os professores de Português estão disponíveis para dar mais informações.



18 DE FEVEREIRO

## ENTREGA DE AVALIAÇÕES

DO 1º SEMESTRE

A PARTIR DAS 17H30,  
NAS SALAS DE CADA  
TURMA