



Lenda de São Martinho

Lá vai o soldado Martinho
Com a sua capa e espada
Quando a meio do caminho
Lhe aparece um pobre sem nada

Cheio de frio e tristeza
Sozinho, o pobre coitado
Não tinha jantar na mesa
E estava desanimado

Sem carinho e sem amor
Tremia à beira da estrada
Martinho lhe trouxe calor
Com a sua capa rasgada

Ficou logo agasalhado
Sorriu e agradeceu
Sentiu-se mais amado
E o sol resplandeceu

Desde essa altura em diante
No dia de São Martinho
Temos um sol radiante
E um tempo bem quentinho

Afonso Neto Nabais, 7ºB

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

Ações

| Luís Oliveira

Fermento

PÁG. 3

Advento

| Pe. Querubim Silva

PÁG. 5

MÊS MISSIONÁRIO

| Anabela Martins

PÁG. 6

S. MARTINHO

| Liliana Cruz

PÁG. 7

DIA DA FILOSOFIA

| Adriana Almeida | Mariana Domingues

PÁG. 9

DIA DO FRANCÊS

| Ana Paula Cardoso

PÁG. 11

KAMISHIBAI PLURILINGUE

| Ana Paula Cardoso | Fátima Margarido

PÁG. 12

VIDEOCONFERÊNCIA

| Ana Paula Cardoso | Fátima Margarido

PÁG. 13

DIA DA GENTILEZA

| Ana Seixas

PÁG. 15

FLORESTA AUTÓCTONE

| Adriana Almeida | Mariana Domingues

PÁG. 16

TEXTOS DE ALUNOS SOBRE ESPÉCIES AUTÓCTONES

| turma dos 5ºA | turma do 5ºD

PÁG. 17

HORTA PEDAGÓGICA - ENTREVISTA AO PROFESSOR ALÍRIO DINIS

| João Laranjeiro | Pedro Faneca | Tomás Carapino

PÁG. 18

CORTA-MATO

| Daniela Simões | Tatiana Fernandes

PÁG. 21

SUPER ATLETAS - MARIA PERES E SOFIA MARTINS

| Márcio França

PÁG. 25

ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES

| Daniela Simões | Tatiana Fernandes

PÁG. 26

10 MILHÕES DE ESTRELAS

| Cáritas

PÁG. 27

SWEAT COLCAL 2021-2022

PÁG. 28

"AVÓ E NETA"

| Carolina Brites, 8ºA

PÁG. 29

"HOSPITAL DAY"

| Mélanie Marques, 8ºC

PÁG. 30

CONSELHOS PARA UMA "INTERNET SEGURA"

Mateus Matias, 6ºC

PÁG. 31

JÁ SE SENTE NATAL...

Mensagem do diretor

AÇÕES

Acontece-nos, muitas vezes, ficarmos com dúvidas sobre as informações que nos chegam acerca dos mais diversos assuntos e temos dificuldades em perceber bem de que lado está a verdade ou quem anda a espalhar mentiras. Isto é válido, por exemplo, para muitas questões relacionadas com a pandemia e com as alterações climáticas. Uns defendem a importância da vacinação, outros desvalorizam-na. Uns esforçam-se por concretizar medidas que impeçam a propagação da doença, outros dizem que não há motivos para preocupações que classificam de exageradas. Uns dizem que a vida humana na Terra ficará irremediavelmente comprometida, caso não sejam tomadas medidas urgentes; outros dizem que se trata de opiniões alarmistas e que não há motivos para estarmos preocupados...

Mas devemos acreditar no conhecimento científico que a humanidade já alcançou e continua a desenvolver de forma partilhada.

Com base neste conhecimento, sabemos que temos de mudar as nossas ações, de modo a terem o menor impacto negativo possível na Natureza.

Na nossa Comunidade Educativa, devemos zelar todos os dias pela realização das seguintes ações:

- comprar apenas o que é essencial;
- poupar água;
- usar meios de transporte não poluentes;
- partilhar transportes;
- produzir cada vez menos lixo;
- usar detergentes biodegradáveis;
- separar o lixo;
- fazer reciclagem;
- reutilizar bens e objetos;
- fazer uma alimentação equilibrada;
- evitar o desperdício alimentar;
- evitar as embalagens e recipientes de plástico;
- plantar árvores não invasoras;
- praticar uma agricultura biológica

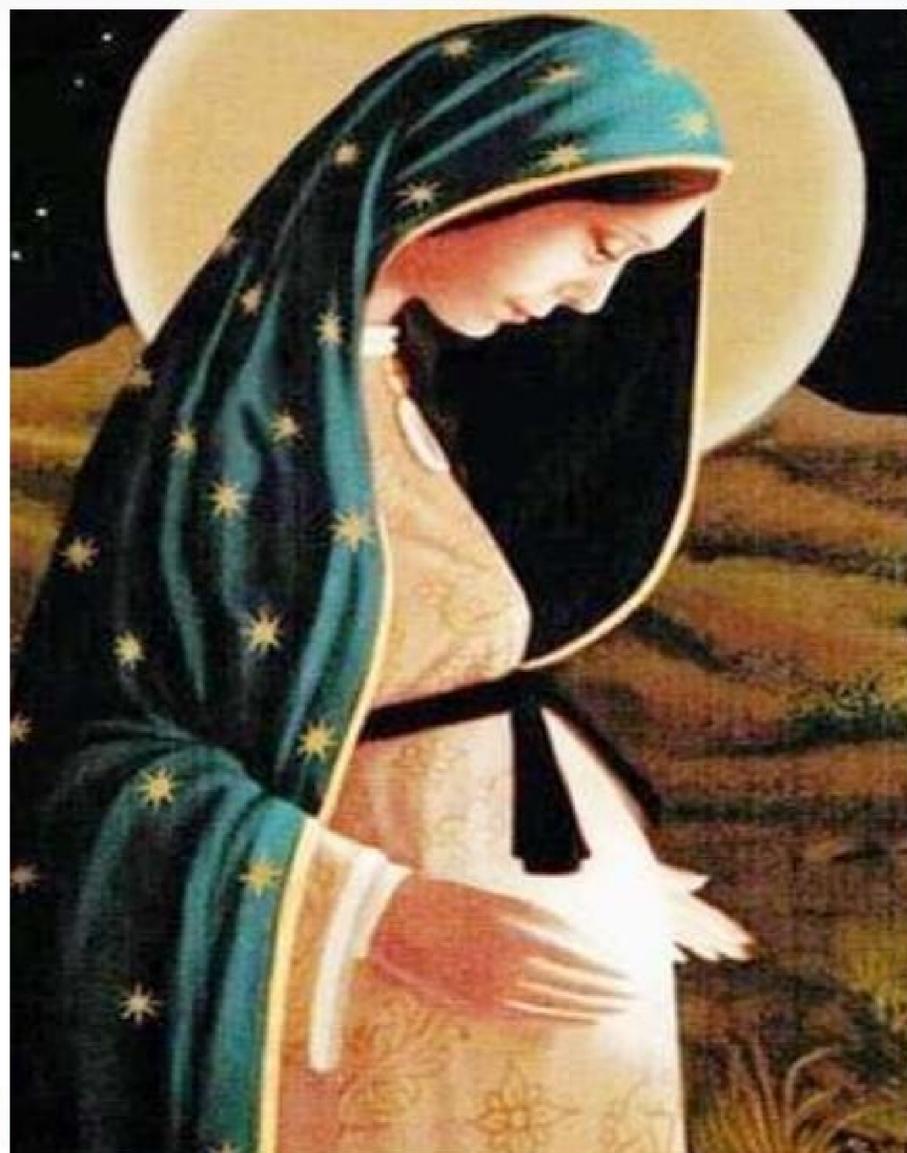
Não esqueçamos que a **"Casa comum é trabalho de cada um!"**



|Luís Oliveira,
Diretor



fermento



TEMPO DE ADVENTO

Nas origens - Por volta de 1800 a. C., Abraão, um patriarca bíblico, originário da cidade de Ur, dos Caldeus, recebeu de Javé (Deus) a missão de chefiar os povos semitas (os hebreus, ou israelitas, ou judeus) e de migrar com eles para Canaã, terra dos cananeus.

Essa terra chamou-se depois Palestina, e hoje aí se localizam o Estado de Israel e o desejável Estado da Palestina. Tais narrativas constam do livro do Génesis, no capítulo 12.

Aí começa a longa história de cumplicidade explícita entre Deus e a Humanidade, que através dos tempos se encaminha para a vinda de Jesus Cristo ao nosso Mundo, acontecimento que nós celebramos no Natal.

O Advento

Advento quer dizer VINDA. É o tempo de percorrermos este caminho de conversão desde o nosso comodismo, do nosso egoísmo, do nosso individualismo... até à abertura do espírito e do coração aos valores, ao estilo de vida, que Jesus Cristo vive entre nós, que nos convida a viver, com o seu apoio, com a sua orientação.

Os grandes acontecimentos costumam ser preparados com antecedência. Assim aconteceu também com a anunciada vinda do Messias. O Advento - esse tempo de preparação - terá começado entre os séculos IV e VII em vários lugares do mundo, com duração diversa. Marcado pela proposta de um estilo de vida de conversão, servia para a preparação dos que iriam receber o batismo na festa da Epifania (6 de janeiro). No final do século VII, em Roma, acrescenta-se a recordação da segunda vinda do Senhor, no fim dos tempos, passando a ser celebrado durante 5 domingos.

Hoje - O tempo do Advento é, para toda a Igreja, tempo de alegria expectante e vigilante, de esperança, de pobreza, de conversão; tempo para estarmos atentos, cuidando da vida de cada dia, preparando-nos para a vinda do Senhor.

Começa quatro domingos antes do Natal, para se prolongar até ao final do dia 23.

Nas duas primeiras semanas, sublinha-se a segunda vinda, definitiva e gloriosa, de Jesus Cristo, Salvador e Senhor da história, no final dos tempos. As duas últimas semanas são voltadas para a preparação da celebração do Natal, a primeira vinda de Jesus entre nós.

Símbolo do Advento

É uma coroa de verdes entretecidos (verde sinal de esperança).

À medida que se vai aproximando o Natal, vamos acendendo uma a uma as quatro velas representando assim a chegada, ao meio de nós, do Senhor Jesus, luz do mundo. No terceiro domingo, aliviámos da cor roxa para a cor rosa; será o momento ideal para fazer a árvore de Natal e construir o Presépio, onde colocaremos a imagem do Menino na noite feliz, a noite de Natal.

Desafios para este tempo

Três pistas importantes merecem a nossa atenção nos dias que vivemos. A primeira será: **aprendermos e reforçarmos a cultura do diálogo** - ouvir o outro, a família, ouvir Deus, partilhar a nossa vida, para caminharmos juntos. A segunda é **abrir os olhos e o coração**: para **sermos protagonistas de uma ecologia global**, que respeite a dignidade de todos e cada um, construindo comunidades inclusivas; para sermos promotores de um uso solidário dos recursos materiais, que evite desperdícios e considere os limites naturais do nosso planeta. A terceira pista, na perspetiva da ousadia da juventude, **empenhar-se em iniciativas geradoras de alegria, indo ao encontro dos mais solitários**, como a Virgem Maria saiu ao encontro da sua prima Isabel.



|Pe. Querubim Silva
Assessor Pastoral



Mês missionário

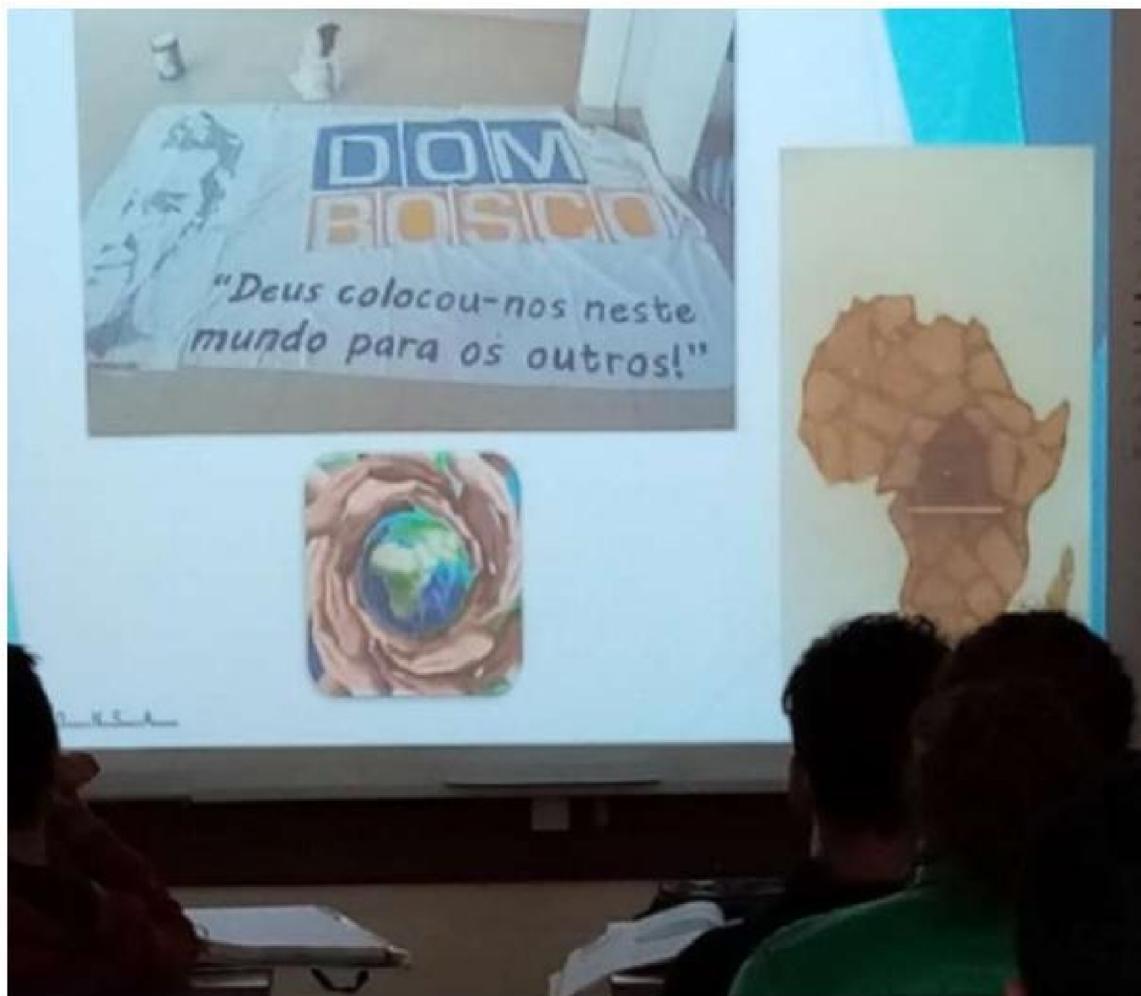
 Anabela Martins

Na semana de 25 a 29 de outubro, no âmbito da semana missionária, os alunos dos sétimos e oitavos anos tiveram a oportunidade de ouvir os testemunhos e a partilha de experiências dos professores Andreia Arada e Jorge Carvalhais, que já desenvolveram trabalho em terras de missão. A professora Andreia trabalhou durante um mês em Angola e o professor Jorge fez voluntariado, em terras de missão, por várias vezes, chegando mesmo a pedir licença sem vencimento, durante um ano, para desenvolver o seu trabalho no nordeste brasileiro.

Os alunos mostraram-se muito atentos, interessados e curiosos perante as realidades que lhe foram apresentadas, que são tão distintas das suas.

O grupo de EMRC agradece a disponibilidade destes dois professores.

Neste contexto foram vendidas, na escola, rifas em favor da nova escola Nossa Senhora das Neves, de São Tomé e Príncipe.



S. Martinho



 Liliana Cruz

No dia 11 de novembro celebrámos na escola mais um dia de S. Martinho. O sol marcou presença neste dia belo, cheio de momentos simples, mas bonitos. Assaram-se castanhas, claro...



Os alunos do 2º ciclo foram estimulados a ser criativos e andaram com a professora de Música, Liliana Cruz, a cantar e a tocar pela escola uma música escrita por eles nas aulas de português, com a ajuda da professora Elizabete, e espalharam alegria pelos quatro cantos da escola.



Com a ajuda do professor Alírio, plantou-se um castanheiro...



Partilharam-se saberes e tradições e também se fez o sorteio de dois cabazes de Natal. A boa receita obtida, afirmou a professora Carla Rua, vai permitir comprar alguns materiais para o imprescindível apoio aos alunos.





Cartaz 2021

DIA INTERNACIONAL

FILOSOFIA

FILOSOFIA: UMA LUZ QUE INQUIETA E JAMAIS NOS ABANDONA

Adriana Almeida e Mariana Domingues



"A Filosofia nasceu do nosso assombro pelo mundo e pela nossa existência". Existem várias definições de filosofia, mas a de Arthur Schopenhauer, na sua obra-prima O Mundo como Vontade e Representação, é talvez uma das mais brilhantes. A filosofia consistiria assim numa busca perpétua do questionamento que, em vez de ver o mundo como uma certeza, o vê antes como uma interrogação. Através do seu gosto por paradoxos, do seu constante questionamento dos preconceitos, a filosofia é um convite para pensar o mundo em toda a sua riqueza e complexidade.

Num momento em que o extremismo e a rapidez das grandes transformações do mundo por vezes nos confundem, a filosofia é extremamente útil. Permite-nos distanciarmo-nos e, simultaneamente, e vermos mais além, observarmos o horizonte sem perdermos de vista o presente.

A filosofia é uma ferramenta valiosa para refletirmos sobre a mudança; é também uma abordagem que promove o diálogo e a tolerância. "

Mensagem de Audrey Azoulay, Diretora-Geral da UNESCO, por ocasião do Dia Internacional da Filosofia de 21 de novembro de 2019

No dia 18 de novembro, assinalou-se o dia da Filosofia, cuja comemoração passou pelo desenvolvimento de um projeto por parte dos alunos do 10º ano, coordenado pelos professores Adriana Seabra e Carlos Jesus.

Como amor à sabedoria, a filosofia é indissociável do próprio Homem. Nascemos, vivemos e morremos, como qualquer outro ser vivo. No entanto, entre o primeiro choro e o último suspiro, tanto criamos como destruimos. A filosofia é um farol, uma luz que inquieta e jamais nos abandona. Podemos viver como simples árvores, ou podemos marcar pela diferença - é a escolha de cada um.

Atualmente, esta ciência assume-se cada vez mais, na sua vertente prática e pragmática, como ferramenta para a vida, trabalhando competências fundamentais de pensamento crítico e autónomo, tão necessário quanto maltratado.

Mais que nunca, precisamos de cidadãos conscientes e solidários, capazes de pensar e construir um futuro a longo prazo. É preciso cultivar a empatia - pelo outro, pela vida em geral, pelo planeta.

No início deste ano letivo 2021/2022, surgiu uma iniciativa de forma repentina: uma qualquer centelha brilhou, o professor Carlos Jesus soprou e o fogo acendeu. Em setembro, fez-se um esboço do que viriam a ser galerias virtuais para apresentar os trabalhos dos alunos, cujo objetivo seria ilustrar o contraste entre a ilusão e a realidade ou, para os filósofos, o contraste entre a Caverna de Platão e o mundo exterior. Os alunos, cada um com seu talento, provaram estar à altura do desafio e foram congratulados pela professora Adriana Seabra.

Face ao êxito do projeto, a professora mostrou-se satisfeita. "Nos meus alunos deposito toda a esperança. Gigantes na sua aparente pequenez, de grandes feitos serão obreiros. É um orgulho e um privilégio partilhar convosco esta arte do ensinar e aprender, e tenho aprendido muito. Façam-se ao caminho sem medo, levam bagagem para a vida toda."

Para quem estiver interessado em consultar os trabalhos realizados, seguem-se os links:

GALERIA DO 10º A - "E se Filosofia fosse arte?"

<https://www.artsteps.com/view/61815967badaf5fa42ee3a94?currentUser>



GALERIA DO 10º B - "Galeria das Inquietações"

<https://www.artsteps.com/view/618ea72e0930f31b65b3dcd8/?currentUser>



GALERIA DO 10º C - "A arte do pensar"

<https://www.artsteps.com/embed/618f8a64b60c6bd03701a000/560/315>



GALERIA DO 10º D - "Eu e as minhas prisões"

<https://www.artsteps.com/view/61869f819c30240d33cea38d>



DIA DO FRANCÊS

NO COLÉGIO



Para encerrar em beleza as atividades de Francês no âmbito do 20º Dia/ano Europeu das Línguas, o colégio vestiu-se de vermelho e azul!

No passado dia 22 de novembro, os professores e alunos de Francês decidiram trajar à la française. Um dos clichés mais comuns é imaginar que todos os franceses usam roupa azul, uma camisola às riscas, um cachecol vermelho e o tradicional béret, sem esquecer a famosa e deliciosa baguete crocante debaixo do braço.

Fizemos jus ao cliché!





Às nove da manhã, desembarcaram no colégio mais de centena e meia de franceses que pintalgaram o colégio de vermelho, azul, branco e de muita alegria! Durante a manhã, andaram a visitar os diferentes espaços do colégio e a cumprimentar as pessoas com um belo sorriso (escondido pelas máscaras, infelizmente) e um vibrante *Bonjour! Ça va?*

Quanto às baguettes, lamentamos informar que foram quase todas devoradas antes da hora de almoço! Imaginem se fossem *croissants* ou macarons!



Professora Ana Paula Cardoso



Professora Elizabete Vaz



Professora Fátima Margarido



KAMISHIBAI PLURILINGUE

MAIS UM PROJETO ETWINNING DE FRANCÊS
PARA O ANO LETIVO 2021/2022



Ana Paula Cardoso | Fátima Margarido

No passado mês de setembro, a Universidade de Aveiro contactou o colégio no sentido de participarmos, juntamente com parceiros de Itália, Grécia e Alemanha, num projeto pioneiro: criar um Kamishibai digital, usando a plataforma *eTwinning*.

O que é um *Kamishibai*?

O termo significa teatro de papel. Trata-se de uma antiga forma de contar histórias, nascida no século XII, no Japão e retomada no período entre guerras, nos anos 50, para divertir as crianças das aldeias. Numa pequena caixa de madeira com abertura (*butai*), semelhante a um teatro, deslizam pranchas ilustradas. Em frente, o público vê as imagens; por detrás do *butai*, o contador lê a história. Depois de ter caído no esquecimento com o aparecimento da televisão, o *Kamishibai* foi redescoberto e é hoje uma ferramenta educativa interdisciplinar, plurilingue, multicultural.



Fonte: Região autónoma do Vale de Aosta, Itália, 2019

Porquê interdisciplinar?

A elaboração de um *Kamishibai* é um estímulo à colaboração entre professores e alunos, entre os escritores do conto e os ilustradores, entre os construtores do *butai*, os leitores, o público.

Porquê plurilingue e multicultural?

Atualmente, os contos *Kamishibai* integram atos de fala em diversas línguas, revelando aspetos culturais de vários países do mundo, promovendo a valorização de todas as línguas: as que falamos, as que gostaríamos de aprender, as que compreendemos, as que ouvimos na escola, na rua...

E agora o grande desafio!

Em pleno século XXI, vamos procurar, experimentar e utilizar ferramentas digitais para recriar o velho *Kamishibai* do século XII, em colaboração com outros professores e alunos europeus da comunidade *eTwinning*.

VIDEOCONFERÊNCIA COM ALUNOS

Na passada segunda-feira, dia 24 de novembro, os alunos do colégio conheceram os seus parceiros de trabalho da Itália e da Grécia, através de videochamada na plataforma *Webex*.

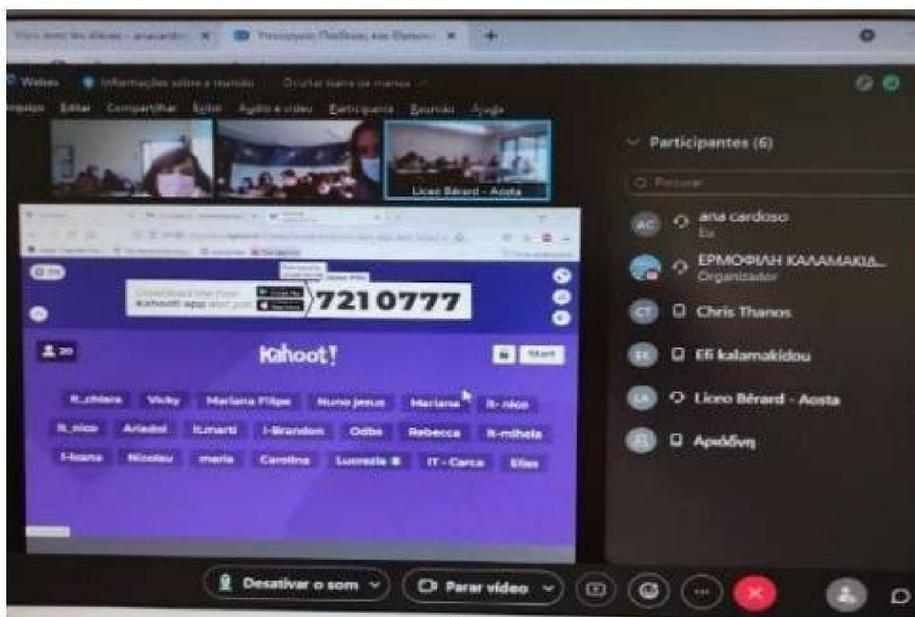
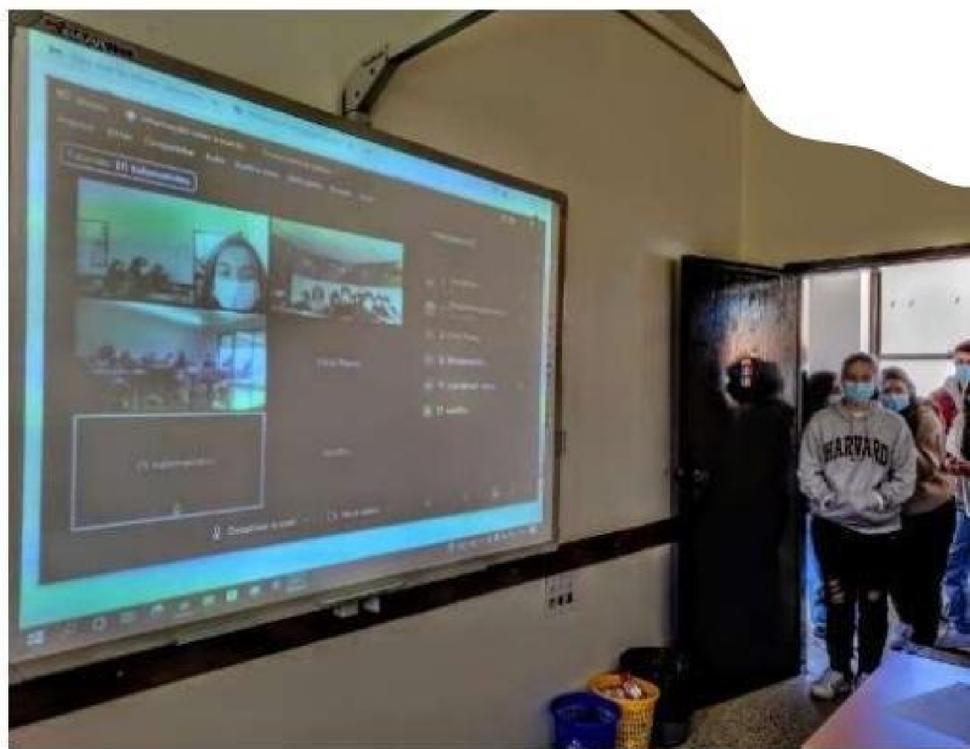
Não é fácil juntar, à mesma hora, alunos de vários países da Europa que trabalham juntos num projeto colaborativo sem nunca se terem visto. Desta vez, foi possível!

Às 12 horas CET (horário padrão da Europa central), alunos de Portugal, Itália e Grécia estiveram juntos, apesar dos milhares de quilómetros de distância que os separam. Infelizmente, a escola alemã não pôde estar presente.

Durante quase uma hora, os alunos puderam apresentar-se uns aos outros. Descobriram que todos têm passatempos semelhantes (música e desporto, principalmente), todos cometem os mesmos erros quando falam francês, todos estavam um pouco ansiosos e envergonhados ao início.

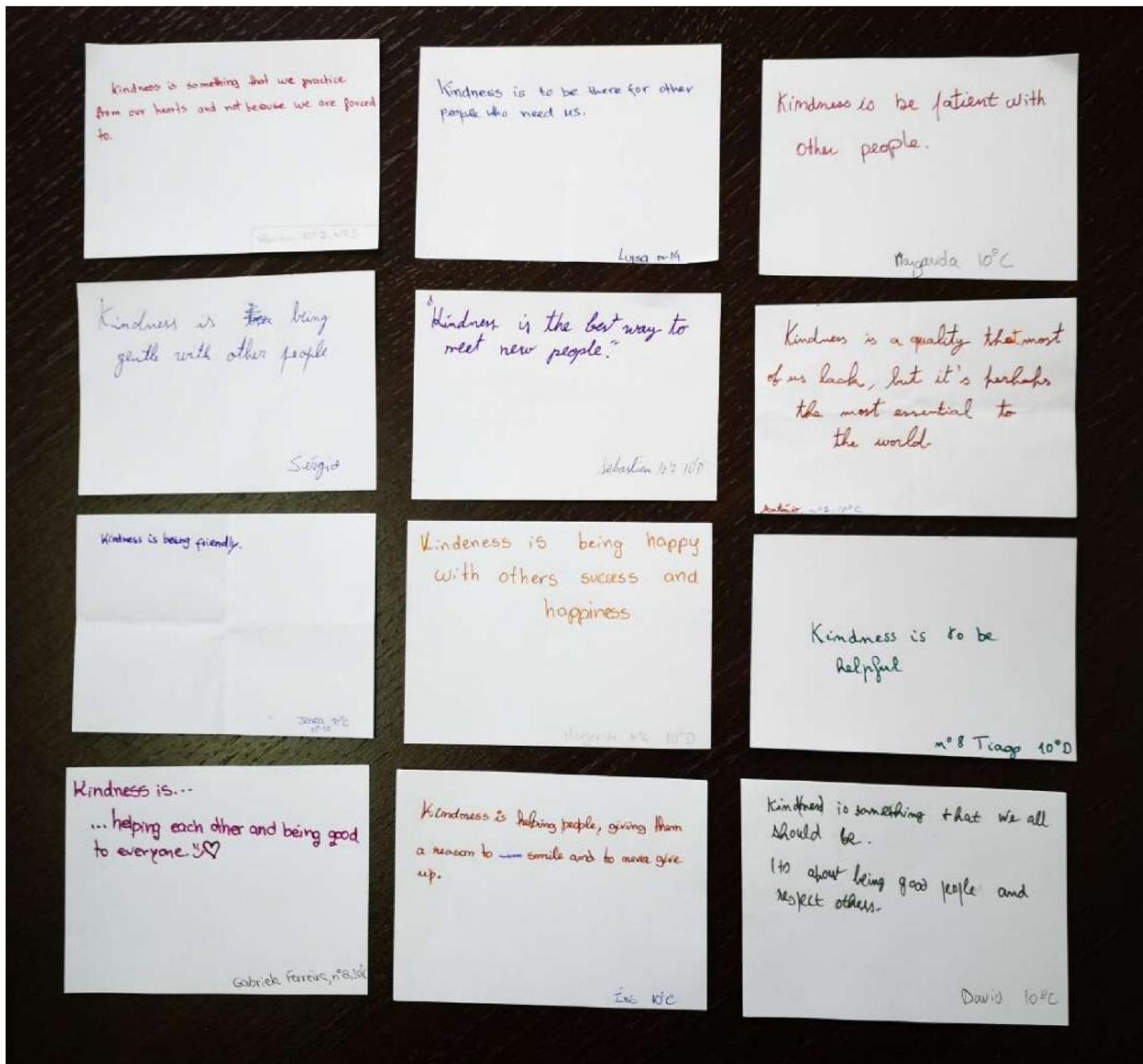
Tiveram ainda oportunidade de se divertirem em conjunto. Utilizando os seus telemóveis e a aplicação *Kahoot*, responderam a um quiz (criado expressamente para eles) acerca da geografia, gastronomia e língua dos quatro países envolvidos neste projeto.

Foi uma experiência fantástica!



A PROPÓSITO DO DIA MUNDIAL DA GENTILEZA, A 13 DE NOVEMBRO, QUIS SABER O QUE PENSAM OS MEUS ALUNOS DO 10°C/D SOBRE O QUE É A GENTILEZA, KINDNESS, EM INGLÊS.

Havemos de voltar à discussão porque é sempre o momento para refletir e tentar ser melhor. Aqui deixo uma foto com as definições manuscritas por eles na aula:



FLORESTA AUTÓCTONE

CONHECER PARA PRESERVAR E RECUPERAR

Adriana Almeida e Mariana Domingues



No passado dia 22 de novembro, terça-feira, assinalou-se o dia da floresta autóctone. Com o intuito de comemorar a data e alargar os horizontes de toda a comunidade educativa, o colégio de Calvão desenvolveu um projeto que Consiste na divulgação de espécies desta floresta.

A floresta autóctone é constituída por árvores originárias do próprio território. Estas estão mais adaptadas às condições edáficas e climáticas, ou seja, às condições do solo e do ambiente do local. Desta forma, são mais resistentes a variações inerentes ao próprio clima (períodos de seca ou muito chuvosos), aos incêndios florestais, a pragas e a doenças.

Estas espécies constituem importantes locais de refúgio e de reprodução de diversos seres vivos e regulam o ciclo hidrológico. Contribuem, ainda, na regulação e melhoria do clima, na captação de carbono atmosférico e servem de matéria-prima a vários produtos utilizados no nosso dia-a-dia. Dada a importância destes núcleos naturais, cabe ao ser humano conhecê-los para, deste modo, poder preservá-los e recuperá-los.

Tendo por base este princípio, o Colégio de Calvão desenvolveu um projeto para este ano letivo 2021/2022, no qual cada turma foi identificada com uma espécie da nossa floresta autóctone. O objetivo desta atividade é tomar conhecimento das características da espécie atribuída a cada turma e dá-la a conhecer à restante comunidade educativa, utilizando meios muito diversificados (à escolha de cada grupo). Esta iniciativa está a ser desenvolvida com a colaboração dos professores de CIDES e de EMRC, aos quais o núcleo "Eco escolas" agradece a participação. Paralelamente a esta atividade, os 5º anos, o 8ºC, o 8ºD e o 11ºC, estão a fazer sementeiras de bolotas de carvalhos com a finalidade de se fazer um viveiro para posterior plantação destes exemplares.

A intervenção dos jovens neste projeto permite que estes conheçam e deem a conhecer as espécies que fazem parte da nossa floresta autóctone, contribuam para a sua divulgação e sensibilizem a comunidade educativa para a preservação e recuperação destas florestas.

(Exemplo de informação que está afixada nas portas das salas de aula)

Ilex aquifolium

Azevinho

Árvore típica dos carvalhais submontanos e montanos, pode alcançar os 25 m de altura. Apresenta um elevado valor ornamental, não só pelos seus frutos, muito associados às festividades natalícias, mas também pela densa copa perene.



textos de alunos

sobre espécies autóctones

Bom dia, queridos leitores!

Já ouviram falar de uma árvore chamada TEIXO, cujo nome científico é *Taxus baccata* e está em vias de extinção? Querem conhecê-la? Então venham connosco investigar.

O TEIXO é uma árvore que pode atingir 20 metros de altura, vive entre 1500 a 2000 anos, pois tem um crescimento muito lento. É uma espécie de gimnospérmica, tem folhas perenes de cor verde-escuro, ramos desde a base até à ponta e apresenta a forma de pirâmide. Os seus frutos, bagas vermelhas, são venenosos, assim como as suas folhas; ingeridos em grande quantidade podem provocar a morte.

O TEIXO é uma planta autóctone que, em Portugal, se encontra nas encostas das serras da Estrela e do Gerês e floresce entre março e abril.

Muitas outras coisas poderíamos dizer acerca desta árvore, mas, hoje, ficamos por aqui, terminando com uma curiosidade: "O TEIXO é uma planta venenosa odiada pelos agricultores e procurada pelos farmacêuticos".

Foi um prazer estar convosco!

Despedimo-nos com amizade.

| A turma do 5ªA do Colégio de Calvão



A AVELEIRA, planta autóctone, cujo nome científico é *Corylus avellana*, é uma árvore que pode atingir 10 metros de altura. Tem folhas caducas de cor verde-amarelada, com forma mais ou menos arredondada, com as margens dentadas e a extremidade bastante resistente e aguçada.

A AVELEIRA cresce normalmente em quase toda a Europa, na Ásia Menor e também numa parte da América do Norte. Em Portugal, encontra-se no Norte e no Centro, em locais frios e secos.

Para que as aveleiras produzam fruto, são necessárias duas árvores de variedades diferentes, mas que floresçam ao mesmo tempo. Estas árvores têm flores masculinas (gatinhos) e flores femininas (glomeruli), mas a autofecundação é insuficiente, por isso necessitam da ajuda do vento para a polinização acontecer. A floração ocorre entre dezembro e março e os frutos amadurecem entre julho e outubro. A avelã é um fruto mais ou menos esférico, lenhoso, cuja casca é extremamente resistente e no seu interior encontra-se a semente que é a parte comestível. A AVELEIRA dá frutos a partir dos 4 anos de idade, mas a produção regular de avelãs verifica-se a partir dos 8 anos.

Sabia que:

- A infusão de casca de avelã é usada como diurético?
- A aveleira é considerada a árvore da reconciliação?
- Comer 2 ou 3 avelãs por dia, baixa o nível do colesterol no sangue?



| A turma do 5ºD do Colégio de Calvão

HORTA PEDAGÓGICA

| ENTREVISTA AO PROFESSOR **ALÍRIO DINIS**



João Laranjeiro; Pedro Faneca; Tomás Carapino



O nosso colégio tem uma horta, chamada pedagógica, que está situada atrás das salas das disciplinas de Educação Visual, Educação Tecnológica e Artes. Alírio Dinis, professor de Ciências no colégio há já 34 anos, assume a responsabilidade deste espaço.

Atualmente, o local de cultivo apresenta-se dividido em diversas secções, incluindo uma parte dedicada a uma estufa. Neste espaço amplo foi criado recentemente um projeto novo, próprio para alunos do ensino profissional.

O docente assumiu também o cargo de professor da disciplina Ecologia Agrícola, introduzida há vários anos nos currículos do ensino básico e secundário no colégio, e é essencialmente uma resposta pedagógica para alguns alunos com dificuldades, mas é uma porta aberta para todos aprenderem um pouco mais, pois ali ensina-se a “cultivar à maneira dos nossos ancestrais, à moda antiga”, com recurso a estrume, combinado por diversos compostos orgânicos, o que acaba por ensinar, a estes jovens, recursos e técnicas de uma agricultura dirigida à autoprodução e ao autoconsumo.

A aposta da escola nesta área de formação não é nova, pois desde sempre houve um investimento naquele que é um aspeto caracterizador do colégio: é uma escola implantada numa zona rural, onde a agricultura teve um papel dominante desde sempre (hoje muito menos), pois essa era uma atividade de grande parte das famílias no início da história da escola.

O professor refere que antes da construção dos edifícios agora existentes, todo aquele espaço era coberto por jardinagem, lembrando que no 7º ano era comum haver uma disciplina denominada de “Oficina de Jardinagem”. Se recuarmos mais ainda no tempo (para os finais dos anos 80 e inícios dos anos 90) encontramos no currículo do 3º ciclo a disciplina de Hortofloricultura, dirigida a todos os alunos da escola.

Diz o professor que no seu terceiro ano de docente no colégio havia uma disciplina focada na agropecuária e referiu também que havia um espaço próprio para um porco e para uma vitela, que acabaram por ser criados e depois servidos na “casa”.

Hoje, na horta, o docente refere que uma das finalidades do projeto, a nível do cultivo de espécies, é a produção de “um canteiro de ervas aromáticas”. Pretende-se ter, pelos menos, uma aromática para cada letra do abecedário.

Depois de dar exemplos de plantas que são cultivadas tanto na parte exterior, como na estufa, o professor reforça a ideia da necessidade de que se evite a utilização massiva de pesticidas e de agentes químicos na agricultura, ou, pelo menos, que se “evitem ao máximo”. O engenheiro agrónomo acabou mesmo por criar um repelente caseiro que funciona como um fungicida e pesticida, que tem por base urtigas, que ficam de molho em água, e caracóis.

No pomar, foram plantadas muitas árvores de fruto, das quais se destacam os citrinos (laranjeiras, limoeiros). No decorrer desta entrevista, o professor apontou para uma macieira e referiu que realizou, com fins pedagógicos, enxertias em macieiras, que resultaram em 7 variedades distintas do fruto.

Ao terminar a entrevista, o professor Alírio sublinhou que as verduras e os frutos produzidos na horta são atualmente tão interessantes que os professores e funcionários os acabam por comprar, quando possível, sendo a receita utilizada para ajudar a cultivar e a melhorar cada vez mais a condição da horta.



CORTA MATO



No passado dia 25 de novembro ocorreu o **corta-mato no colégio**. É um evento que junta sempre imensos alunos e pais que vêm dar apoio aos filhos nesta prova que é dividida em circuitos, dependendo do escalão em que cada um se encontra.



Esta prova, que, para variar, se realizou num dia chuvoso, visa mostrar as aptidões físicas e atléticas de cada um. A seleção para o corta-mato é feita através do teste da milha, uma prova de condição física que consiste em correr 1,6 km no menor tempo possível. Os melhores tempos realizados na milha levam ao apuramento direto dos vários alunos para o corta-mato, sendo este de regime obrigatório para todos os apurados. Para o corta-mato deste ano foram convocados 164 alunos (masculino e feminino) dos diferentes escalões para correr. Os melhores 7 de cada escalão são depois chamados para terem a oportunidade de ir ao corta-mato distrital representar o colégio perante todas as escolas do distrito de Aveiro. Se ficarem entre os melhores do distrital ou a escola tiver ficado no pódio, os alunos têm a oportunidade de passar ao corta-mato nacional.

RESULTADOS:

Infantis A Fem:

- 1-Zoe Nunes
- 2-Leonor Lopes
- 3-Inês Julião



Infantis A Masc:

- 1-Micael Silva
- 2-Ivan Cipriano
- 3-Eric Gonçalves



Infantis B Fem:

- 1-Beatriz Jesus
- 2-lara Neto
- 3-Soraia Miranda



Infantis B Masc:

- 1-Tomás Silva
- 2-Diogo Rumor
- 3-Tomás Santos



Iniciados Fem:

- 1-Maria Peres
- 2-Noa Nunes
- 3-Luciana Henriques



Iniciados MAsc:

- 1-João Mesquita
- 2-David Doutor
- 3-Tiago Ferreira



Juvenis Fem:

- 1-Beatriz Pequeno
- 2-Vitória Domingues
- 3-Iris Freire



Juvenis Masc:

- 1-Miguel Cavaco
- 2-Tomás Carapino
- 3-João Tomásio



Juniores Fem:

- 1-Leticia Quintaneiro
- 2-Keimar Velasco
- 3-Catarina Silva



Juniores Masc:

- 1-Ângelo Ferreira
- 2-Dinis Santos



Daniela Simões; Tatiana Fernandes

Super atletas

Entrevista às alunas **Maria João Peres e Sofia Martins**



Aqui estão duas superAtletas que nos provam os benefícios da atividade desportiva no nosso dia a dia. A partir do exemplo delas, podemos mesmo dizer que a prática regular de um desporto nos torna mais competentes a vários níveis.

Iniciamos este mês um conjunto de entrevistas a alunos que se destacam na sua vida desportiva e conseguem ser muito focados na sua performance escolar.

O entrevistador é o professor Márcio França, que nos trará entrevistas a alunos que se têm destacado em distintas modalidades desportivas. Começamos pelo voleibol.

NOME: **MARIA JOÃO PERES**

IDADE: 14 ANOS

TURMA: 9ºB

LOCALIDADE: SANTA CATARINA

CLUBE: AJM / FC PORTO

ESCALÃO: JUVENIS/JUNIORES



NOME: **SOFIA MARTINS**

IDADE: 15 ANOS

TURMA: 10ºB

LOCALIDADE: SANTA CATARINA

CLUBE: SC ARCOZELO

ESCALÃO: JUVENIS/JUNIORES



Sofia: Iniciei a minha experiência no Arcozele no ano passado e foi muito bom. Desde o primeiro dia, foi muito bem acolhida por todos, tanto atletas como treinadores de todos os escalões. Logo no início, comecei a jogar em escalões mais acima e as minhas colegas mais velhas sempre me apoiaram e isso

foi muito positivo pois conseguimos que o nível competitivo aumentasse. Durante a época, apesar do Covid-19, conseguimos entrar no campeonato nacional e conquistar o título de campeãs regionais, que nos deu um lugar na Final 4, da qual saímos com o 3º lugar. Durante a quarentena fomos sempre muito ativas, treinávamos 3 a 4 vezes por semana, o que nos permitiu jogar sempre num bom nível. Para esta época tenciono continuar a trabalhar para renovar o título regional e até mesmo conseguir o nacional.



Como é que começaram no voleibol?

Maria: Eu comecei no voleibol aqui no colégio por influência da minha prima, Sónia Prior, que já tinha jogado cá voleibol com o Prof Márcio.

Sofia: Comecei também aqui no colégio por influência do Prof. Márcio que sempre nos incentivou a praticar voleibol na educação física. Decidi experimentar, gostei e fiquei.

Como tem evoluído a vossa vida desportiva?

Maria: A época passada, foi a minha primeira época na seleção nacional, na qual fiz duas competições internacionais, acho que cresci muito como pessoa e como atleta, ganhei imensa maturidade, aprendi coisas novas e conheci diferentes pessoas. Comecei também no ano passado, a minha passagem pelo FC Porto, mas foi um campeonato muito pobre por causa do Covid-19. Este ano espero realizar mais uma experiência internacional e ser campeã nacional.

Muita gente desiste do desporto que pratica. Alguma vez pensaram em desistir?

Maria: Eu não desisti porque os meus pais sempre me influenciaram a praticar algum desporto e como sempre gostei de voleibol foi este o desporto escolhido.



Super atletas

Entrevista às alunas **Maria João Peres e Sofia Martins**

Sofia: Nunca desisti porque desde muito cedo sempre gostei de voleibol. Não me via a desistir do voleibol num futuro próximo e, por isso, procurei novos clubes para continuar a praticar este desporto.

Sendo vocês alunas de excelência, como é conciliar os estudos com o desporto?

Maria: Eu tento sempre ter um dia livre na semana para ter tempo para mim. O resto da semana vou ocupando os poucos tempos livres que tenho para estudar, nomeadamente nas viagens de comboio e no pavilhão antes do treino.

Sofia: Conciliar nunca foi muito complicado. Quando temos pouco tempo aprendemos a ser mais organizadas e aproveitamos cada bocadinho, por exemplo no comboio costumo estar muito concentrada porque tenho poucas distrações, ou antes e depois dos jogos. Quando se gosta torna-se fácil.

Que papel tem a família na vossa relação com o desporto?

Maria: A família tem um papel importante, nomeadamente no transporte, desde o meu avô aos meus pais que muitas vezes têm de sair mais cedo e chegar mais tarde ao trabalho para me irem levar aos treinos e aos jogos.

Sofia: No meu caso, o meu avô e a minha mãe também ajudam muito no transporte. A minha mãe saí muitas vezes mais cedo ou chega mais tarde ao trabalho para me

conseguir levar ao pavilhão ou ao comboio e no dia seguinte tem de compensar. O meu pai tenta também estar sempre presente nos jogos, apesar de estar muitas vezes longe nas provas dele, faz de tudo para me conseguir ver a jogar.

Até onde o voleibol pode ir na tua vida?

Maria: Espero continuar sempre a jogar voleibol. Para mim, é mais fácil conciliar os estudos com o desporto do que imaginar a minha vida sem o desporto, torna-se uma vida mais secante e não saberia como a organizar.

Sofia: Espero que o voleibol faça sempre parte da minha vida. Sem o desporto, para mim, é muito mais difícil organizar tudo porque não temos nada para fazer e vamos deixando sempre tudo para a última.

Têm alguém que admirem que pratique o vosso desporto e também alguém que seja um exemplo para vocês na vida?

Maria: No voleibol eu admiro muito uma jogadora brasileira, a Macris, que joga na minha posição, distribuidora. Admiro muito também os meus pais pelo esforço que fazem para conciliar o meu desporto e o da minha irmã, nem sempre é fácil, mas eles conseguem.

Sofia: No voleibol, gosto muito da Tandara e da Lorene, duas jogadoras brasileiras que jogam na minha posição, oposta.





Têm alguma mensagem de Natal que gostariam de deixar?

Maria: Nunca desistam dos vossos sonhos, pode não ser à primeira, pode não ser à segunda, mas sempre disseram que à terceira é de vez por isso não desistam.

Sofia: Pratiquem desporto nem que seja todos os dias ir dar uma volta de bicicleta se os vossos pais não têm disponibilidade para vos levar a praticar alguma modalidade. O desporto não tem de ser algo coletivo, pode ser fazer uma caminhada, pode ser andar de bicicleta ou correr, mas pratiquem desporto que faz bem ao corpo e à mente.

Em Portugal, admiro muito a Ana Couto, uma jogadora do FC Porto, a Vanessa Paquete e a Daniela, ambas atletas do Sporting. A nível pessoal, a minha maior inspiração é o meu pai, sempre me incentivou a praticar desporto e sempre me ensinou que se eu queria alguma coisa tinha que trabalhar para isso.

Um conselho curto para quem não pratica desporto

Maria: Eu acho que deviam praticar desporto. Torna-nos pessoas mais responsáveis, organizadas, ativas e evitamos estar sempre nas redes sociais. Com o desporto acabamos por conhecer pessoas novas e aprender a socializar, o que não acontece se ficarmos em casa parados, acabamos por ficar num mundo reservado.

Sofia: O meu conselho para quem não pratica desporto é começar a praticar, porque é sem dúvida uma das melhores coisas, faz-nos sair da rotina 'escola casa escola casa'.



ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES

2021-2022

OS NOVOS ROSTOS DA ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES



Daniela Simões; Tatiana Fernandes



Lista I

Ao longo da história do nosso colégio, sempre assistimos à criação das mais diversas listas. A maioria, apenas com o propósito de melhorar o espaço escolar. No entanto, tornou-se crucial a formação de uma lista inovadora, com ideias cujo objetivo seja promover o bom ambiente e convivência entre alunos e professores.

Com a promessa de que realizarão tudo aquilo a que se propuseram, apresentamos a Lista I:

uma lista original, contemporânea, e que vai ao encontro do interesse de todos os alunos com as suas propostas.

Este grupo, que conta com 16 membros do 9o, 10o, 11o e 12o anos de escolaridade, tem como meta melhorar o colégio e ajudar os alunos da melhor forma possível.

Ao longo destes dias de campanha, os integrantes deste projeto organizaram diversas atividades para captar a atenção dos estudantes, como a realização de jogos ao ar livre dentro do recinto do colégio, disponibilizando skates e patins, com a finalidade de proporcionar lazer e diversão aos alunos, durante os intervalos.

O projeto destes alunos reúne ideias como:

- a criação de um baile de finalistas para os alunos do 9º ano e a colaboração na festa de finalistas dos alunos do 12º. O final do 3º ciclo e do secundário representa uma grande mudança para os alunos, pois é nesta etapa que os estudantes definem o seu percurso de vida, que na maioria das vezes não vai ao encontro ao dos seus colegas e amigos. Por isso, nada melhor do que uma pequena celebração para assinalar esta despedida, e também a entrada numa nova fase da vida dos alunos;
- a celebração de dias temáticos;
- a Colocação de produtos de higiene feminina no WC;
- um programa de limpeza de praias, que visa contribuir para a promoção da sustentabilidade e garantir que o colégio se mantém um espaço limpo e de referência;
- a criação de dias de atividades extra curriculares;
- a dinamização de festas (eventos de Natal, Carnaval e dia de S. Valentim);
- a organização de torneios desportivos;
- a dinamização de *workshops* didáticos sobre temas de interesse dos alunos;
- colaboração na angariação de roupas e alimentos para famílias carenciadas;
- Elaboração de um yearbook (em português, anuário escolar), com o registo visual das atividades, eventos, realizações e conquistas decorridas ao longo de um ano na escola;
- a disponibilização de resumos orientadores de estudo para os alunos.



10 
MILHÕES
DE ESTRELAS
UM GESTO PELA PAZ

A Operação **“10 Milhões de Estrelas - Um Gesto pela Paz”** nasceu em França, primeiro numa única diocese, em 1984, com dois objetivos muito simples: sensibilizar para os valores da paz como vivência cristã do Natal e a ajuda financeira para uma causa concreta num país em dificuldades. Em 1991 transformou-se numa campanha da Cáritas Francesa (Secours Catholique), em 2002 estendeu-se à Europa, incluindo Portugal, e em 2003 para a Europa.

Porque acreditamos que **“Há Gestos que Constroem”**, a Cáritas propõe a todos os portugueses uma adesão simbólica aos valores da paz, associados à vivência do Natal, pela aquisição de uma “vela estrela” de cor branca ou vermelha, no valor de 2 euros. Todos os que quiserem aceitar esta proposta da Cáritas poderão adquirir a sua vela na Caixa escolar.

As verbas angariadas através da campanha “10 Milhões de Estrelas - Um Gesto pela Paz” são anualmente canalizadas para dois objetivos de carácter nacional e internacional. Em 2021, serão um contributo para a ações de dimensão social, da rede nacional Cáritas (65%), e serão, também, aplicados em projetos de resposta ao impacto das alterações climáticas no bem-estar e sobrevivência das populações mais vulneráveis, nos países lusófonos (35%).

SWEAT 2021-2022

Aqui está ela, a versão 2021-2022 da camisola do colégio de Calvão já disponível na caixa escolar. **A cor verde** pretende ir ao encontro das linhas de reflexão deste ano, que nos apontam para os temas da preservação do meio ambiente e da sustentabilidade. No *lettering* encontramos o já habitual "COLCAL" em grande e a expressão-guia para este ano: "Casa comum, trabalho de cada um!"



TEXTOS DOS NOSSOS ALUNOS

Avô e Neta

Ainda há bem pouco tempo atrás, havia uma dupla inseparável. Essa dupla era o avô e a neta. Eles adoravam passar tempo juntos e eram inseparáveis.

Os seus passatempos preferidos eram: dar comida aos patos, ir ao café todas as manhãs, antes do trabalho, ver futebol... e a neta, como sempre, a fazer perguntas durante o jogo. E o avô, cada vez mais enervado, porque não tinha as respostas para todas as perguntas. O passatempo preferido do avô era, com toda a certeza, levar a neta à escola e ir buscá-la, porque assim punham sempre a conversa em dia.

O avô adorava sentar-se em frente à lareira a ver as notícias e o futebol, enquanto comia petiscos.

Mas houve um dia em que tudo mudou e o avô foi obrigado a parar de trabalhar, porque se tinha magoado num acidente. Depois disso, veio um AVC que o forçou a ir para o hospital. Ainda assim, voltou a casa. Porém, nessa altura, o avô já não fazia mais nada com a neta. A neta sentiu imenso a sua falta, mas lembrava-se dos momentos bons que tinham passado.

Até que um dia, o avô partiu para o paraíso e, até hoje, permanece a lembrança dos bons tempos que passaram e esta neta lembrar-se-á todos os dias da última vez que estiveram juntos.

Obrigada, avô, por teres sido fantástico!

Carolina Oliveira Brites, 8^ªA
(texto elaborado no contexto do Atelier de línguas)



HOSPITAL DAY

Vou começar por dizer que, não existe dia perfeito, pois todos os dias há coisas menos boas. Mas eu já tive bastantes dias em que essas coisas menos boas foram logo esquecidas. Quando tinha uns 6 ou 7 anos, não me lembro ao certo a minha idade, houve um dia que fui com a minha família ao Hospital visitar o meu falecido irmão. Estivemos algumas horas lá no hospital todos juntos. Esse dia, foi alegre para todos nós, estávamos lá sem pensar em nada mau. Depois de almoçarmos, fomos juntos para o bar do Hospital. O palhaço do Hospital, que era um homem que se fantasiava de palhaço e ia ao quarto das crianças animá-las, foi tomar um café ao bar connosco. Era lindo o sorriso do meu irmão ao ouvir-nos falar, eu e os meus irmãos estivemos os cinco a brincar imenso. Esse dia não podia ter corrido melhor, tudo nele foi perfeito. O meu falecido irmão não comia pela boca, mas sim por uma sonda que ele tinha na barriga. O meu tio, nesse dia, decidiu dar-lhe nutella, não pela sonda mas, sim, pela boca. Ele pôs-lhe com uma colher na boca e ele sentiu o sabor e riu-se. Mas depois, tivemos de lhe tirar, pois ele não a podia engolir. O palhaço lá do hospital, estive a fazer peças de teatro e magia para nós. Os meus avós foram embora mais cedo, e eu o meu tio e os meus irmãos ainda ficámos. Os dias nunca são completamente perfeitos, nós é que devemos ver sempre o lado bom de tudo e achar todos os dias perfeitos. E os dias perfeitos são mais perfeitos ainda se os passarmos com as pessoas que mais amamos e em quem confiamos, pois nós não sabemos quando as iremos perder. E o dia de as perdermos pode estar mais próximo do que nós pensamos. A dor de perder quem amamos é horrível e todos nós a temos, mesmo que não a mostremos. Eu sei que todas as coisas más têm um propósito, e esse propósito é aprendermos a valorizar tudo o que temos. Levo esse dia para sempre em mim como uma forma de agradecimento a todos os que o tornaram perfeito e feliz. Amei completamente o dia, gostava de o poder repetir, infelizmente, isso é impossível. Amei cada segundo daquele dia e esse dia, sim, foi um dia perfeito.

Mélanie Marques, 8C, nº14



TEXTOS DOS NOSSOS
ALUNOS

CONSELHOS PARA UMA

"INTERNET SEGURA"

Os professores de Cidadania e TIC fizeram uma sessão sobre a Internet segura e aqui está o que aprendi. Não responder a comentários agressivos. Não descer no rudo, mas sim ser bem educado. É respeitar os outros. Não descer no rudo só por não concordares com as ideias dos outros. Quando estiveres em sites guarda as tuas informações pessoais. Por isso, quando estiveres no site não partilhes informações online como a tua morada, o contacto e outras informações pessoais.

Devemos pensar antes de partilhar fotos ou vídeos teus. Devemos preservar a privacidade dos familiares e amigos. Tudo o que partilhares na internet ficará muito tempo na internet.

Deves proteger as tuas palavras-passer. Não deves partilhar palavras-passer com ninguém nem mesmo com amigos.

Deves respeitar os direitos do autor e consultar diversos sites, sempre que tiveres de fazer trabalhos de pesquisa.

Até aos 6^{os} C



JÁ SE SENTE

Natal



Já se nota, nos espaços da escola, que vem aí o tempo de NATAL. As portas das salas de aula foram embelezadas com coroas de Natal (construídas no tempo do *Atelier de artes plásticas*) e um pouco por todo o lado a sensação das cores quentes desta época vão surgindo.



Também a BIBLIOTECA ESCOLAR está diferente e disposta a receber os alunos com o carinho e a ternura a que estes elementos convidam. Há livros à espera de leitores e há, sobretudo, alegria e calor humano para distribuir.

Até 17 de dezembro, a comunidade e escolar é desafiada a participar na campanha de recolha de bens alimentares para distribuir por famílias desfavorecidas. O objetivo é um cabaz por turma. VAMOS PARTICIPAR!