

# NÓS



JORNAL DO AGRUPAMENTO CÓNEGO DR. MANUEL LOPES PERDIGÃO

Ano IX - N.º 1

Edição 25

set/dez 2019

Publicação Trimestral

## EDITORIAL

“Filhos brilhantes, alunos fascinantes” ! Bons filhos conhecem o prefácio da história dos seus Pais. Filhos brilhantes vão muito mais longe, conhecem os capítulos mais importantes das suas vidas.

Bons jovens preparam-se para o sucesso. Jovens brilhantes preparam-se para as derrotas. Eles sabem que a vida é um contrato de risco e que não há caminhos sem acidentes. Bons jovens têm sonhos ou disciplina. Jovens brilhantes têm sonhos e disciplina. Pois sonhos sem disciplina produzem pessoas frustradas, que nunca transformam os seus sonhos em realidade, e disciplina sem sonhos produz servos, pessoas que executam ordens, que fazem tudo automaticamente e sem pensar.

Bons alunos escondem certas intenções, mas alunos fascinantes são transparentes. Eles sabem que quem não é fiel à sua consciência... Só querem o sucesso conquistado com suor, inteligência e transparência. Pois sabem que é melhor a verdade que dói do que a mentira que produz falso alívio...

A grandeza de um ser humano não está no quanto ele sabe, mas no quanto ele tem consciência do que não sabe. O destino não é frequentemente inevitável, mas uma questão de escolha. Quem faz escolha, escreve a sua própria história, constrói os seus próprios caminhos.

Os sonhos não determinam o lugar onde vocês vão chegar, mas produzem a força necessária para tirá-los do lugar em que vocês estão. Sonhem com as estrelas para que possam pisar pelo menos a Lua. Sonhem com a Lua para que possam pisar pelo menos os altos montes. Sonhem com os altos montes para que vocês possam ter dignidade quando atravessarem os vales das perdas e das frustrações.

Bons alunos aprendem a matemática numérica, alunos fascinantes vão além, aprendem a matemática da emoção, que não tem conta exata e que rompe a regra da lógica. Nessa matemática, só aprende a multiplicar quando aprende a dividir, só consegue ganhar quando aprende a perder, só consegue receber, quando aprende a dar tudo de si.

Uma pessoa inteligente aprende com os seus erros, uma pessoa sábia vai além, aprende com os erros dos outros, pois é uma grande observadora.

Procurem um grande amor na vida e cultivem-no. Pois, sem amor, a vida torna-se um rio sem nascente, um mar sem ondas, uma história sem aventura! Mas, nunca esqueçam, em primeiro lugar tenham um caso de amor consigo mesmos.

Augusto Cury

A reflexão ...

Final de período, a primeira caminhada de um ano escolar.

A “magia do Natal” ... então vamos todos juntos tornar a caminhada da vida mais construtiva e conseguirmos ser Brilhantes e Fascinantes.

Boas Festas e obrigado pela caminhada em conjunto, em prol de Nós próprios e dos que formamos.

A Diretora do Agrupamento

Cláudia Campos

## ESCOLA DISTINGUE

## ALUNOS DO QUADRO DE MÉRITO



## Reconhecimento de Boas Práticas no Agrupamento



ESCOLA SAUDÁVEL MENTE+



ECO-ESCOLAS



## Boas Festas

Na semana de 11 a 16 de novembro, quatro alunos da nossa escola tiveram a oportunidade de visitar a Ilha de Malta, no âmbito do Projeto Erasmus+, tendo sido acompanhados pela Professora Cláudia Campos e pelo Professor Hélder Pereira. Durante a semana, conhecemos vários locais da Ilha de Malta.

Visitámos a escola local, apelidada de *Vocational Creative School*, onde observámos as várias diferenças entre o ensino deles e o nosso.

Também fomos à Ilha de Gozo, que pertence a Malta, onde visitámos vários pontos turísticos da cidade.

Nos restantes, dias andámos a visitar outros locais da ilha e a conhecermos melhor a cultura de Malta.



Uma das coisas que mais apreciámos foram as varandas típicas das casas com cores variadas.

No final da semana, fez-se um jantar, no qual todos os países do projeto puderam conviver e conhecerem-se melhor.

Com esta viagem, sentimos que Malta é um país menos desenvolvido que Portugal. Tudo parece inacabado e antigo, no entanto, tem paisagens lindas!

Dep. do Pré-escolar e do Primeiro Ciclo

JI/EB1 de Rio de Couros

J.I. de Rio de Couros -  
Reviveram a tradição

Meteram as mãos na massa e, com a ajuda de todos e do Avô da Pilar, fizeram uns bolinhos deliciosos!



Na E.B.1/J.I. de Rio de Couros confeccionámos gomas saudáveis e pudins com fruta, para comemorarmos o "Dia Mundial da Alimentação". Estava tudo tão delicioso!



"O Circo de Natal".

Uma atividade muito enriquecedora para as nossas crianças. Juntaram-se várias "Magias"



## JI/EB1 de Espite

### Magusto na Eb1/JI de Espite Mantendo tradições.



### "Espite faz pelo clima" - Projeto Eco Escolas

A E.B.1/J.I. de Espite realizou atividades no âmbito do projeto Eco-Escolas.

As nossas crianças participaram ativamente e adoraram este dia!



## DIA DO ANIMAL

No âmbito da comemoração do "Dia do Animal", foi feita uma Ação de Sensibilização promovida pela Farmácia S. José, em articulação com a E.B.1/J.I. de Espite com a presença de um veterinário.

Uma agradável apresentação que proporcionou às crianças muita interação e partilha.



## Comemoração do "Dia Mundial dos Correios"

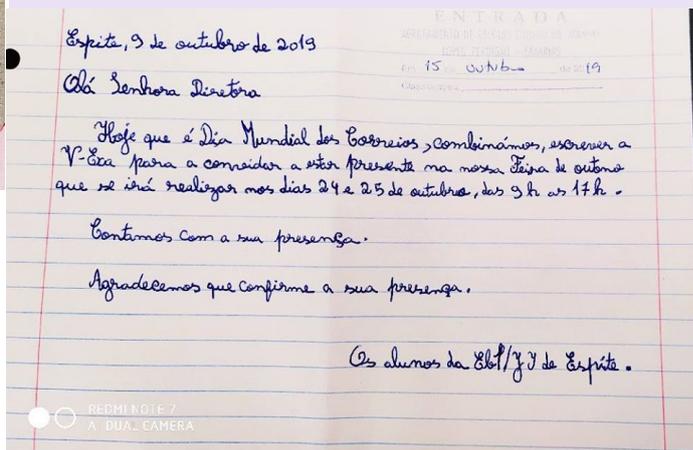
Neste dia, os alunos decidiram escrever "cartas". Uma prática que se tem vindo a "perder" e que é fundamental.

A escrita....

Escrever em conjunto, colocar no papel sentimentos, agradecimentos, reconhecimentos.

Valores fundamentais .

Quem não se lembra de ir à caixa de correio todos os dias receber a carta dos amigos, dos familiares?...



No âmbito da comemoração do "Dia Mundial do Leite", o grupo de alunos do Pré-Escolar de Espite realizou um trabalho, com recurso a pacotes de leite escolar e outros.



## EB1 da Carvoeira e Pisões

No dia 12 de dezembro, os alunos da EB1 de Carvoeira/Pisões participaram na atividade "Ourém também é Natal", organizada pelo Município de Ourém.

A Carolina Jorge do 1º ano e o Rafael Dias do 2º ano, foram colaboradores num momento de encanto e magia. De registar uma magnífica exibição de uma trapezista. O palhaço foi uma presença constante ao longo de todo o espetáculo. E, como não podia deixar de ser, houve a distribuição de presentes pelo Pai Natal!



A turma do 2. ano da Carvoeira/Pisões  
Deseja a Todos...  
Um Feliz e Santo Natal!



## FEIRA DE OUTONO



## JI/EB1 de Casal dos Bernardos

### "Feira de Outono"



### Lanche partilhado e troca de prendas.



## JI/EB1 de Urqueira Norte

### Semana da Alimentação

Os alunos e funcionários da escola comemoraram o Dia da Alimentação com a realização de diversas atividades, ao longo de uma semana, com vista à sensibilização para uma alimentação saudável e aos cuidados de higiene que contribuem para uma vida saudável.

As atividades envolveram Pais e Encarregados de Educação, nomeadamente, na elaboração de um lanche partilhado só com alimentos saudáveis e num almoço convívio para encerrar esta semana temática.

As atividades realizadas permitiram o desenvolvimento de alunos conscientes e interventivos na vida escolar. Todos participaram com interesse e empenho.



### Feira de Outono

No dia 15 de novembro realizamos a nossa habitual Feira de Outono, desta vez no Salão da Igreja Paroquial de Urqueira.

A atividade contou com a presença de amigos e familiares dos alunos e com pessoas da comunidade.

Nas aulas, os alunos ajudaram na preparação de materiais necessários, efetuaram pesagens e elaboraram trabalhos para a decoração do espaço onde se realizou a atividade.

Os Pais foram muito ativos e participaram no planeamento e organização da atividade.

A Feira decorreu num ambiente de agradável e saudável convívio entre todos.



## JI/EB1 da Mata

Foi fantástico fazermos todos juntos o Bolinho. Para vocês, um bom "Bolinho"!



Os pais mimaram os filhos e a escola. Os troncos foram aproveitados do pinheiro cortado o ano passado



Para comemorarmos o "**Dia Mundial da Alimentação**", fizemos, e comemos, panquecas de banana Deliciosas!



## JI de Carvoeira/Pisões

### "Festa de Natal"



### Bandeira Verde Eco-Escolas 2019

Pelo quarto ano consecutivo, a escola foi galardoada com a “Bandeira Verde Eco-Escolas”, tendo sido convidada para estar presente no evento nacional “Dia das Bandeiras Verdes Eco-Escolas”, no dia dezoito de outubro, em Guimarães. Esta deslocação teve como objetivo receber a bandeira, conhecer o trabalho de outras escolas e participar nas diferentes iniciativas.

Assim, a Diretora Cláudia Campos e a docente Noémia Castelão deslocaram-se a esta cidade com os alunos Beatriz Sousa, Matilde Alves, Lúcia Pereira e André Pousada, com o objetivo de receber o reconhecimento do trabalho desenvolvido no ano letivo 2018/2019, na área do ambiente.



### “Bandeira Verde Eco-Escolas 2019, pelos alunos”

No dia dezoito de outubro, o dia começou bem cedo. Às seis e meia da manhã os alunos e professores do Eco-Escolas seguiram no autocarro rumo a Guimarães. Chegámos à bela cidade de Guimarães, perto das dez horas e dirigimo-nos ao Pavilhão Multiusos para nos juntarmos a centenas de escolas do país. Aí visitámos várias atividades de outras escolas e entidades associadas.

Pela uma hora almoçámos e com as forças recuperadas assistimos a várias apresentações/espetáculos de outras escolas que também são Eco.

A meio da tarde fomos presenteados com um lanche

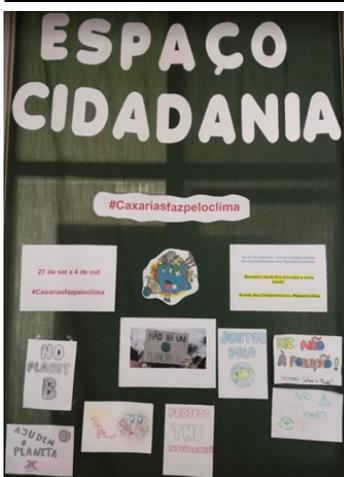


saudável e a tão esperada Bandeira Eco-Escolas. Às dezasseis horas e trinta minutos já estávamos de regresso, uma viagem longa mas divertida onde foram feitas novas amizades.

Beatriz Sousa, Matilde Alves, Lúcia Pereira e André Pousada



### Programa Eco – Escolas 2019/2020



- “#Caxarias pelo **Clima**”. Na semana de vinte sete de setembro a quatro de outubro, as turmas do segundo e terceiro ciclo elaboraram mensagens, que foram colocadas numa árvore no átrio, aderindo à atividade proposta pelo programa Eco-Escolas, “*Greve Climática Global*”



### Hastear da Bandeira Verde Eco-Escolas 2018/2019

No dia trinta de outubro, no âmbito da Cerimónia de entrega dos prémios do “Quadros de Mérito, Valor e Excelência” foi hasteada a “Bandeira Verde Eco-Escolas



## “Plasticologia Marinha”

O Agrupamento aderiu às sessões de educação ambiental “Plasticologia Marinha”, dinamizadas pelo Oceanário de Lisboa, Educação *Outreach*.



De vinte e oito a trinta e um de outubro, decorreram nas turmas do 1.º, 2.º e 3.º Ciclos do Agrupamento, as ações de “Plasticologia Marinha”, promovida pelo Educação *Outreach* Oceanário de Lisboa. As mesmas revelaram-se muito positivas e gratificantes, tendo os alunos mostrado um grande envolvimento nas atividades dinamizadas, interagindo com o monitor.

As sessões tiveram como objetivo sensibilizar os alunos dos diferentes ciclos para um dos maiores problemas ambientais do planeta, o **lixo marinho** e o impacto que este tem na biodiversidade marinha e nos ambientes terrestres.

É urgente adotar comportamentos que alterem esta situação!

## Plasticologia Marinha, vista pelos alunos...

Decorreu na semana de 28 a 31 de outubro, na nossa escola, uma sensibilização a todas as turmas sobre a plasticologia marinha, por um biólogo do Oceanário de Lisboa, Dr. Bruno.

Durante as sessões, o biólogo manteve o diálogo com os alunos e mostrou imagens e vídeos com situações de poluição, levando-os a refletir sobre o uso exagerado do plástico.

Os alunos aprenderam que existe, em alguns produtos, o polietileno que consiste em microplásticos, sendo aconselhável ler os rótulos dos produtos de higiene e escolher os mais saudáveis.

Foi ainda dado a conhecer que 80% da poluição do mar é proveniente da terra e 20% vem do mar, nomeadamente da pesca e dos desportos náuticos.

Entre os produtos mais poluentes estão as bea-tas dos cigarros, as embalagens e as cotonetes que vão para o mar, causando morte da vida marinha.

Estas sessões foram muito importantes como forma de sensibilizar para a mudança de atitudes. O Mar é de todos, vamos protegê-lo!

Trabalho de articulação das disciplinas de Português e Ciências Naturais, realizado pela turma 5ºC



## Projeto “Escola Limpa”

PAE-SSSE e Eco-Escolas

No sentido de desenvolver nos alunos hábitos de preservação dos espaços envolventes e de sensibilizar para a separação de resíduos, deu-se continuidade a este projeto. Está a ser dinamizado conforme a calendarização, tendo quase todas as turmas realizado uma saída neste período.



## Semana Mundial da Alimentação

**D**e modo a assinalar o dia 16 de outubro, Dia Mundial da Alimentação, os alunos do 6.º e 9.º ano realizaram trabalhos sensibilizando para a promoção de uma alimentação saudável e sustentável. Sob o lema “As nossas ações são o nosso futuro”, repto lançado este ano pela FAO e dando resposta a um dos **17 Objetivos do Desenvolvimento Sustentável**, “Erradicar a Fome – Dietas Saudáveis Para um Mundo de #FOMEZERO” . Os trabalhos foram expostos no átrio e na Biblioteca.

Os alunos do Clube Eco-Escolas também realizaram um poster, alusivo à importância da fruta, que foi colocado no refeitório.



## Semana da Ciência e Tecnologia 2019

Foram várias as iniciativas ...

- Feira do Livro Científico e outros, organizada pela Biblioteca Escolar;
- A Exposição e Feira de Minerais, dinamizada pela Geotejo.
- Observação Noturna e exploração da aplicação “Star Walks”;
- Campeonato Literacia 3Di Desafio pelo Conhecimento, promovido pela Porto Editora;
- Sementeira de bolotas;
- Atividades sobre capacidades gráficas das calculadoras, da Texas Instruments;
- Exposições de trabalhos realizados pelos alunos com os seguintes temas:
  - Na disciplina de Ciências Naturais: “Rochas” - 5.º Ano; “Minerais” – 7.º ano; “Espécies Autóctones/Espécies Invasoras” – 8.º ano.
  - Na disciplina de Físico – Química: “Planetas” - 7.º ano.



- Na disciplina de Matemática: “Descobre o número” - 5.º ano; “A Matemática” 6.º ano; “As palavras e a Matemática” - 7.º ano; “Código de barras” e “Pitágoras” - 8.º ano; “Simbologia Matemática” - 9.º ano.

Parabéns a todos, pelo envolvimento e empenho.!



## Comemoração do Dia dos Direitos

### Humanos – dez de dezembro

Com o objetivo de assinalar a data do Dia dos Direitos Humanos, os docentes de Cidadania e Desenvolvimento apresentaram os trabalhos realizados pelos alunos, no âmbito desta disciplina, numa pequena exposição, na Biblioteca Escolar.



### Projeto AJO

- Projeto AJO: realizou-se no dia 18 de novembro uma Sessão de apresentação do Projeto "AJO", com a presença do Senhor Presidente da Assembleia Municipal de Ourém. O tema proposto para este ano é "Arte Urbana". Estiveram presentes todos os alunos do 2.º e 3.º Ciclo. Foram apresentados os objetivos do Projeto e feita a sensibilização, realçando-se que esta Escola ganhou o projeto no seu escalão, no ano letivo transato.

### Exposição: Construir para Conhecer

Trabalhos realizados pelos alunos do 5º e 7º ano no âmbito da disciplina de História e Geografia de Portugal e História.

Pesquisar, selecionar, analisar, conhecer, projetar e construir era o objetivo proposto aos alunos, tendo como temas *As Comunidades Agropastoris* e a *Civilização Egípcia*. Foram expostos trabalhos de grande qualidade, originalidade e criatividade, executados em diferentes materiais. A todos os envolvidos, nomeadamente às famílias que colaboraram na sua realização, um muito obrigado!



### Interlocutor da medida 5 do PAE-SSSE

À semelhança dos anos anteriores, o Agrupamento inscreveu-se no Projeto Parlamento dos Jovens 2019/2020. Este ano, subordinado ao tema **Violência Doméstica e no Namoro: da sensibilização à ação!** A Comissão Eleitoral já estabeleceu o cronograma das ações a desenvolver, sendo que se encontra em fase de constituição as listas a candidatos a deputados e a preparação dos projetos de recomendação. A campanha eleitoral decorrerá de 20/01/2020 a 23/01/2020, as eleições para a escolha dos deputados será no dia 24/01/2020 e a Sessão Escolar no dia 29/01/2020.

**PARLAMENTO DOS JOVENS**



### NATAL SOLIDÁRIO – ENTREGA DE CABAZES DE NATAL NO AGRUPAMENTO

O Clube de Solidariedade procedeu à recolha, nas escolas de todo o Agrupamento, de alimentos não perecíveis. Os bens recolhidos permitiram que a Direção do Agrupamento distribuísse cabazes de Natal a famílias mais carenciadas da nossa comunidade educativa.



### CAXARIAS TEM UMA HORTA SOLIDÁRIA

Este ano, os alunos do Clube de Solidariedade estão entusiasmados com a sua pequena horta solidária. Para além de algumas sementes e plantações, foi também montado um espaço de compostagem para aproveitamento das folhas recolhidas na escola e para a sua transformação em fertilizante.



### POSTAIS DE NATAL E MERCADITO SOLIDÁRIO PARA A JUDAR A AMAZÓNIA

O Clube de Solidariedade organizou uma venda de postais de Natal e um *Mercadito Solidário*.

Este ano o Clube apoiará o projeto “Nós somos Amazônia”, que visa a formação, o apoio ao desenvolvimento e a proteção de mais de 200 comunidades de índios *macuxi*, no nordeste do Brasil. Este apoio será concretizado pelos Missionários da Consolata que já estão no terreno, junto destas comunidades.



O Clube apoiará o projeto “Nós somos Amazônia”, que visa a formação, o apoio ao desenvolvimento e a proteção de mais de 200 comunidades de índios *macuxi*, no nordeste do Brasil. Este apoio será concretizado pelos Missionários da Consolata que já estão no terreno, junto destas comunidades.

### 17 DE OUTUBRO – Dia Mundial de Erradicação da Pobreza

A Semana da Erradicação da Pobreza, que decorreu de catorze a dezoito de outubro, teve como principais objetivos sensibilizar os alunos para situações concretas de pobreza e debater sobre formas concretas de apoio ao desenvolvimento das populações mais carenciadas.

Nas aulas de Educação Moral e Religiosa Católica os alunos visualizaram e comentaram um pequeno vídeo que mostra algumas das ações dos missionários no apoio ao desenvolvimento e no combate às diversas formas de pobreza

### CAMPANHA 10 MILHÕES DE ESTRELAS DA CÁRITAS

Este ano o Clube de Solidariedade organizou uma venda de Velas integrada na campanha da Cáritas Portuguesa “Dez milhões de estrelas, um gesto pela paz”. Esta atividade decorreu em parceria com a Cáritas diocesana de Leiria-Fátima, com o objetivo de proporcionar à comunidade educativa gestos concretos de solidariedade e de recolher donativos para a ação social e caritativa da Cáritas Diocesana no seu território de ação e também junto das famílias vítimas das cheias e dos ciclones em Moçambique.



### EXPOSIÇÃO DE PRESÉPIOS

A Disciplina de Educação Moral e Religiosa Católica voltou a desafiar os alunos dos 5.º e 6.º ano a colaborarem numa exposição de presépios na escola sede do Agrupamento.

As representações da natividade foram elaboradas com a colaboração das respetivas famílias e proporcionaram importantes momentos de vida familiar e de trabalho em conjunto.



## EDUCAÇÃO FÍSICA / DESPORTO ESCOLAR

### CORTA-MATO FASE ESCOLA

Teve Lugar no dia 11 de Dezembro na nossa Escola, o Corta-Mato com a participação de 47 alunos, num óptimo ambiente de convívio. Este número tem vindo a aumentar nos 2 últimos anos, talvez devido à implementação do Programa de Aptidão Física Fit Escola.



### TÊNIS DE MESA

Decorreu na tarde do dia 20 de novembro no Pavilhão da Escola IV Conde de Ourém a 1.ª Concentração do Grupo/Equipa de Ténis de Mesa. Nesta concentração estiveram presentes 12 alunos da nossa Escola, 10 alunos da Escola IV Conde de Ourém e 10 alunos da Escola Secundária de Ourém.

As classificações dos nossos alunos foram as seguintes:

#### Infantis A - Feminino

1ª Class. – Micela Bento 5º A

#### Infantis A – Masculino

2º Class. – Mateus Pereira – 5º B

3º Class. – Gabriel Pereira – 5º A

#### Infantis B - Feminino

1ª Class. – Íris Simões – 6º B

#### Infantis B – Masculino

7º Class. – Rodrigo Mota – 7º B

8º Class. – Afonso Pereira – 6º A

9º Class. – António Gonçalves – 7º A

9º Class. – Samuel Cruz – 6º A

#### Iniciadas - Feminino

1ª Class. – Soraia Costa – 8º A

2ª Class. – Margarida Mendes – 8º B

3ª Class. – Rafaela Costa –



### JOGOS PROFESSORES VS. ALUNOS

Decorreram no dia 16 de Dezembro mais uns Jogos Professores vs. Alunos, com 30 Participantes, num óptimo ambiente de convívio.

Realizaram-se Jogos de Basquetebol e Voleibol, mostrando os Professores estarem em boa forma, vencendo ambos os Jogos. Todos os intervenientes revelaram muito Espírito Desportivo.



### NATAÇÃO

Decorreu no passado dia 20 de novembro o 1.º Encontro de Desporto Escolar de Natação na Piscina Municipal de Ourém. A organização ficou a cargo da Escola Básica e Secundária de Ourém, tendo participado ainda a Escola Básica IV Conde de Ourém e a nossa Escola (Básica Cónego Dr. Manuel Lopes Perdigão).

A nossa escola apresentou-se com 17 alunos dos 1.º, 2.º e 3.º Ciclos e muito nos honraram as suas prestações. Um agradecimento especial aos alunos que abraçaram este desafio pela 1.ª vez!

Parabéns a todos! Continuem a trabalhar e a honrar a nossa escola.



## ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS

No passado dia 4 de Dezembro, o grupo /equipa de ARE deslocou-se ao Sardoal para o encontro de abertura.

Foi um bom convívio entre as várias escolas presentes, no qual as nossas alunas puseram em prática as suas coreografias, demonstrando um grande à vontade e brilhante prestação!!

No próximo dia 11 de Março, estaremos em Mação, para a primeira competição oficial! Já estamos em preparação e queremos trazer a vitória!!!



## TÉNIS

Teve lugar no Entroncamento, em 20 de novembro a 1ª Concentração de Ténis.

O encontro decorreu num ambiente muito Amistoso

Participaram 17 atletas do nosso Grupo, todos no nível introdutório, tendo 4 deles (as) chegado às finais.



## FUTSAL

Decorreu no dia 13 de Novembro a primeira concentração - Torneio de Abertura – em nossa casa. Participaram 17 Atletas do nosso grupo, entre jogadores, árbitros e ajudantes.

Os jogos foram muito competitivos, sempre com espírito desportivo

A Equipa de Caxarias estreou vários INF A e uma Rapariga

### Resultados

**Caxarias 2** Ferreira do Zêzere 3

**Caxarias 4** Freixianda 0

Ferreira do Zêzere 3 Freixianda 2

## BADMINTON

Decorreu na tarde do dia 27 de novembro, no Pavilhão da Escola da Freixianda, a 1ª Concentração do Grupo/Equipa de Badminton.

Nesta concentração, estiveram presentes 20 alunos da nossa Escola, 17 alunos da Escola Secundária de Ourém, 12 alunos da Escola IV Conde de Ourém e 15 da Escola da Freixianda.

As classificações dos nossos alunos foram as seguintes:

Infantis B – Feminino (2 alunas)

1ª Class. – Luna Ferreira – 7º A

Infantis B – Masculino (22 alunos)

2º Class. – Diogo Abreu – 7º A

5º Class. – Rodrigo Bastos – 7º A

7º Class. – João Diogo – 7º B

9º Class. – António Gonçalves – 7º A

9º Class. – Francisco Gaspar – 7º B

Iniciadas Femininas (16 alunas)

1ª Class. – Eduarda Pereira – 8º B

2ª Class. – Joana Antunes – 9º A

3ª Class. – Maria Inês – 9º A

4ª Class. – Matilde Gonçalves – 9º A

5ª Class. – Íris Simões – 8º B

7º Class. - Catarina Gonçalves – 8º B

9º Class. - Soraia Jorge – 8º B

9º Class. – Lara Simões – 9º A

9º Class. – Inês Gameiro – 9º A

Iniciados Masculinos (20 alunos)

3º Class. – Rodrigo Silva – 7º A

4º Class. – Bernardo Lopes – 8º A

7º Class. – Renato Lopes – 8º A

9º Class. – André Pousada – 8º A

9º Class. – Francis-



### Dia Mundial da Alimentação - Nutella Saudável

No passado dia 16 de outubro, como forma de assinalar o Dia Mundial da Alimentação, o sub-grupo disciplinar de Educação Especial, no âmbito da Oficina da Leitura e da Escrita, confeccionou Nutella saudável, juntamente com os alunos que frequentam a referida Oficina.

Na generalidade, alunos e professores mostraram-se bastante agradados com a iniciativa e admirados pelo facto da Nutella confeccionada com produtos saudáveis ser tão ou mais saborosa do que a que vulgarmente se adquire no supermercado.

Esta atividade teve como principais objetivos chamar a atenção da comunidade escolar para a necessidade de adotar hábitos alimentares saudáveis e divulgar a existência de alternativas saudáveis para alimentos calóricos que fazem parte da nossa dieta.

Numa altura em que cada vez mais pessoas sofrem de distúrbios alimentares e/ou de doenças relacionadas com uma alimentação pobre, revela-se extremamente necessário levar a cabo este tipo de iniciativas, principalmente, junto dos mais jovens, no sentido de os consciencializar da importância de uma mudança em direção a estilos de vida saudáveis.



### Sessão de Sensibilização Diabetes

A Sessão de Sensibilização, que decorreu no dia 25 de novembro, dinamizada pelo Departamento de Expressões – Educação Especial em parceria com o PAPES – Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde, visou consciencializar e esclarecer a comunidade educativa sobre a Diabetes, assim como, divulgar ferramentas para a prevenção de uma doença crónica e progressiva.

Compete-nos, enquanto escola, educar e ensinar crianças e jovens, disseminadores de conhecimento para as suas famílias e para a comunidade próxima, de forma a podermos travar esta pandemia.

Foram convidados o Enfermeiro Eduardo Santos, do Centro de Saúde de Ourém, a Nutricionista do CLPSE, Dr.ª Joana Pedro que contribuíram e enriqueceram este momento com os seus conhecimentos profissionais e práticas diferenciadas. Foi ainda dado o testemunho de uma Encarregada de Educação de um aluno com Diabetes



Tipo I, Apesar da pertinência do tema, da divulgação em diferentes meios de comunicação e do agendamento simultâneo com outras atividades (Olhar o Céu e Feira do Livro Científico), a participação dos Encarregados de Educação e/ou pais e da comunidade educativa em geral foi pouco significativa.



### Departamento de Línguas

O Natal está a chegar  
Que época mais bela!  
Há alegria no ar  
Em casa da Cinderela.

Faz-se a Árvore de Natal  
Com bolas coloridas  
É um dia especial  
Com fitas compridas.

Há filhoses e rabanadas  
Há prendas para abrir  
As luzes estão ligadas  
Todos felizes e a sorrir  
Ana Graça – 6ºA

Eu vou para o pinhal  
Procurar alguém  
Encontrei o Pai Natal  
Mais ninguém...

No Natal pedi  
Pão de Deus,  
Mas recebi bolos e  
bolos,  
Que agora são  
meus.

Luana Sousa 6ºA

Boas festas, boas festas  
Que viemos desejar  
Um bom Natal para  
todos  
Vamos celebrar!

O Natal está a chegar  
Vamo-nos preparar  
Olha uma estrela!  
Que está a brilhar.

Iara e Camila – 6ºB

## Pólo Norte, 2 de Dezembro de 2019

Querida Maria,

Eu sei que tu estás sempre a estudar, mas eu tinha de falar contigo para te perguntar se estás bem, se te portas bem...

A minha vida, no Pólo Norte é muito atarefada, durante o ano recebo muitas cartas de crianças que me fazem lembrar quando nós éramos crianças.

No outro dia, recebi uma carta de uma criança que dizia que não acreditava no Pai Natal. Quando eu era pequeno, também não acreditava, mas ser Pai Natal tem uma magia encantadora!

Mas há uma coisa que é estranha: os meus amigos são duendes, eu acho que eles são bons amigos, mas nenhum deles é tão bom amigo como tu.

Às vezes só queria desaparecer, mas depois, quando chega a grande noite de Natal, há tanta alegria, que eu todos os dias agradeço por fazer tantas crianças felizes.

Despeço-me agora, querida amiga!

Um grande abraço para ti!

Pai Natal

“Uma carta improvável!” da Mafalda Oliveira, 5°C

«Vamos cuidar do planeta!» é o novo projeto que será implementado no nosso Agrupamento, o qual aceitou o desafio lançado pelo Centro de Formação *Os Templários*, um dos parceiros desta iniciativa.

Coordenado pela Associação Portuguesa de Educação Ambiental, que se associa à Assembleia da República, ao Instituto Português do Desporto e Juventude, à Universidade Nova de Lisboa, a cinco Centros de Formação de Associação de Escolas, ao Centro da Juventude de Lisboa, à Direção Geral de Educação e ao Centre for Collaborative Learning (Noruega), este projeto tem financiamento de um fundo suportado pela Islândia, Noruega e Liechtenstein, sendo a Fundação Calouste Gulbenkian e a Fundação Bissaya Barreto entidades gestoras do mesmo.

A decorrer entre abril de 2019 e setembro de 2021, tem como objetivos, entre outros, “aumentar as ações de sensibilização e formação nas escolas em Educação para a cidadania e para o desenvolvimento sustentável”, “fortalecer as capacidades de ação dos jovens aumentando as suas competências de liderança e comunicação”, “promover o envolvimento dos jovens nas decisões políticas” e “reforçar a consciência cívica na população em geral na área do desenvolvimento sustentável e da participação cívica”. Trata-se, portanto, de uma iniciativa que pretende envolver toda a comunidade escolar e local, no sentido de se identificarem problemas e de se adotarem soluções que possam ser desenvolvidas por todos, a nível ambiental.

Aderindo a este projeto, o nosso Agrupamento fará parte de uma rede de escolas “Vamos cuidar do planeta!”, o que irá trazer inegáveis benefícios aos nossos alunos e a toda a comunidade onde está inserido.

Está na hora de irmos mais longe, porque só colaborando uns com os outros conseguiremos as mudanças necessárias para um desenvolvimento sustentável, que possa ajudar a preservar o nosso planeta, a nossa casa! Tudo isso depende da contribuição de cada um, e os nossos alunos poderão ser um exemplo a seguir por todas as outras gerações. Vamos todos cuidar do planeta?

## Halloween

Para se assinalar o Halloween, as docentes de Inglês do Agrupamento expuseram vários objetos alusivos ao tema, podendo observar-se fantasmas, bruxinhas, vassouras... elaborados com muita criatividade por alunos dos três ciclos. Podemos dizer que a nossa escola ficou assustadoramente bela com a colaboração de todos!



## Fábula

### Có-có-ró-có e qui-qui-ri-qui de Acácio de Paiva

Era uma vez um galo vaidoso que cantava a toda a hora “có-có-ró-có” e um franguinho que queria ser como ele.

O Franguinho esforçava-se muito para imitar o galo, mas não conseguia passar dos “qui-qui-ri-quis”. O franguinho continuava a tentar, a tentar... até que cresceu e, a certa altura, passou dos “qui-qui-ri-quis” para os “có-có-ró-cós”.

À Dona da granja, onde estava o franguinho, apeteceu-lhe uma canja. Pediu à criada para ir apanhar o franguinho, que agora já era um belo galo! O galo foi, então, morto para fazer a canja!

**Moralidade:** Não devemos ser apressados, mas sim fazer cada coisa a seu tempo.

Turma: 5ºA

## “STOP Bullying”

Todas as turmas de 2.º e 3.º ciclo realizaram atividades alusivas ao tema *BULLYING*, durante o mês prevenção – outubro.

Os alunos, com a colaboração dos Diretores de Turma, elaboraram ilustrações alusivas à temática, que culminou na presente exposição.

Nas turmas de 5.º ano, foram dinamizadas sessões pela Psicóloga. Abordou-se a definição de *bullying*, as várias formas, alertando-se para os perigos do *cyberbullying* e as consequências para vítimas e agressores. Discutiu-se, principalmente, os comportamentos a adotar para combater o *bullying*, pois queremos uma escola com tolerância zero a este tipo de problemas e que todos os alunos sejam respeitados nas suas diferenças.



## "Patrulha no Refeitório"

Desde outubro, está a ser dinamizada no espaço do refeitório a atividade “Patrulha no Refeitório”, enquadrada no Plano de Ação Estratégica “Saber Ser, Saber Estar”, em articulação com o Projeto de Educação para a Saúde. A iniciativa pretende fomentar boas práticas e hábitos alimentares saudáveis e envolve alunos, docentes, técnicos e assistentes operacionais. Os alunos voluntários de todas as turmas são promotores da alimentação saudável: sensibilizam os colegas para que seja pedida a quantidade de comida desejada e para que todos os elementos da refeição (sopa, prato e fruta/sobremesa) façam parte do almoço. Os voluntários são, ainda, promotores da higiene: sensibilizam para a manutenção da limpeza e arrumação do refeitório e verificam os níveis de ruído praticados pelos colegas. A equipa dinamizadora agradece a participação de todos os voluntários.



## Atribuição do "Selo Escola Saudável" - Nível Avançado

O ACMLP foi distinguido com o "Selo Escola Saudável" - nível avançado - 2019 /2021, pelas suas boas práticas. Na cerimónia, esteve presente o Sr. Secretário de Estado da Educação, Dr. João Costa.

Parabéns à equipa de Educação para a Saúde e a Todos que conosco colaboram.

Muito obrigada!



## Selo "Escola Saudávelmente - Boas Práticas de Saúde Psicológica, Sucesso Educativo e Inclusão 2019-2021"

O nosso Agrupamento recebeu o Selo "Escola Saudávelmente - Boas Práticas de Saúde Psicológica, Sucesso Educativo e Inclusão 2019-2021".

A cerimónia de atribuição do Selo realizou-se no Centro de Artes e Espetáculos da Figueira da Foz, no âmbito do Seminário de Psicologia da Educação, uma iniciativa conjunta da Ordem dos Psicólogos Portugueses e da Direção-Geral da Educação.

Parabéns a toda a comunidade Educativa!

## Biblioteca Escolar

### FEIRA DO LIVRO 2019

Decorreu na sede do Agrupamento, entre os dias 25 e 29 de novembro, a *Feira do Livro Científico 2019 ... e outros*, durante a Semana da Ciência e da Tecnologia.

Esta atividade faz parte do Plano Anual de Atividades, há já alguns anos, e tem como objetivos a promoção e divulgação da leitura na nossa comunidade.

Ao longo da semana, alunos dos vários ciclos de ensino e restante comunidade educativa, puderam manusear e escolher um livro para leitura pessoal ou para oferta nes-

te Natal.

Esta iniciativa possibilita a entrada de alguma verba para a aquisição de novos livros para a Biblioteca Escolar que, apesar de possuir bastantes obras de variados tipos, procura sempre corresponder aos gostos de quem a procura.

A equipa da Biblioteca





**bē cmlp**

Biblioteca EB 2/3 Cónego  
Manuel Lopes Perdigão - Caxarias

## Campeonato Nacional Literacia 3Di

Mais uma vez, a escola aderiu ao **Campeonato Nacional de LITERACIA 3Di**, uma iniciativa da Porto Editora destinada a todos os alunos que frequentam o 5.º, 6.º, 7.º e 8.º ano de escolaridade, em estabelecimentos de ensino público e privado de todo o país, e pretende elevar os seus níveis de literacia de Leitura, Matemática, Ciência e Inglês.

Este ano letivo, participaram na 1ª fase, que decorreu de dezoito a vinte e nove de novembro, cerca de oitenta e cinco alunos. As provas realizaram-se na escola com o apoio dos docentes do Departamento de Línguas e de Matemática e Ciências Experimentais e ainda com o apoio do Coordenador do Plano Tecnológico da Educação.

Os alunos do 5.º ano responderam a questões de Matemática, os do 6.º de Ciência, os do 7.º fizeram uma prova de Leitura e os do 8.º realizaram uma prova de Inglês.

O desafio está estruturado em três fases eliminatórias (local, distrital e nacional) em que os alunos respondem, através de plataformas digitais, a provas semelhantes a avaliações internacionais.

Esta iniciativa, dinamizada pela equipa da Biblioteca Escolar, tem sido considerada bastante positiva por alunos, professores, pais e demais envolvidos pois contribui para o desenvolvimento das competências educacionais, pessoais e sociais dos nossos alunos.

A equipa da Biblioteca Escolar



### Flexibilidade

#### Os nossos alunos são uns anjinhos!

Que o Natal é aquela altura do ano que não passa despercebida a nenhuma criança, todos já sabemos, agora, que seria capaz de transformar a imaginação em criações tão originais é sempre surpreendente.

Basta olhar para o painel gigante que foi exposto no primeiro piso da escola sede, deste Agrupamento, e que tem causado sensação a quem por ali passa e pode apreciar a bela coleção de anjos e estrelas decorados com diversos materiais trazidos pelos alunos.

O projeto foi desenvolvido nas aulas de Experimental Criar, nas turmas dos quintos e sextos anos, com a orientação dos professores das disciplinas e dos diretores de turma que também deram uma mãozinha na montagem

do painel.

Bem haja a todos! Foram uns anjos!



#### Ficha Técnica

**Propriedade:** Agrupamento de Escolas Cónego Dr. Manuel Lopes Perdigão - Caxarias

Telefone: 249570050

**Coordenadores:**

Graça Aquino e Hélder Pereira

**Revisores:**

Fernanda Monteiro, Mário Rodrigues e Noémia Castelão

**Colaboradores:**

Direção e todos os Departamentos Curriculares

**Impressão:**

Escola E.B. 2,3 Cónego Dr. Manuel Lopes Perdigão