

# ATITUDES

Jornal da Escola Secundária de Matias Aires  
Ano 13 | Nº 57 | 3º Período 2008/2009 | 1 Euro



prof. Ângelo Rodrigues



\* Miguel d' Hera Expôs na ESMA

## Objectivamente, na Subjectividade

A ESMA nas 27<sup>a</sup> Olimpíadas da Matemática...

Prof. Graça Castanheira

**FICHA TÉCNICA:**

**COORDENAÇÃO:** Madalena Silva e Paula Silva | **PAGINAÇÃO:** Paula Silva e Madalena Silva, em Page Maker 7.0 | **PLANIFICAÇÃO E CORRECÇÃO:** Paula Silva, Madalena Silva, Maria da Luz Godinho, Maria José Marchão, Natividade Ferrão, Conceição Guerreiro. | **COLABORAÇÃO - Alunos:** Por razões de espaço, desta vez não podemos transcrever todos os nomes de alunos participantes por serem 32, sim, trinta e dois. Estão, no entanto, identificados nos respectivos artigos / páginas. - **Professores:** Por razões de espaço também não é possível transcrever todos os nomes de professores colaboradores, que foram 18 - dezoito. Estão, no entanto, identificados nos respectivos artigos / páginas. | **OUTROS:** Cristina Consolato (Administrativa). | **PRODUÇÃO:** Escola Secundária de Matias Aires - Av. dos Bombeiros Voluntários, 2735 Agualva | **TELEFONES:** 21 4338380/85 | **FAX:** 21 4338387/8 | **IMPRESSÃO:** Mediateca Escolar da ESMA - Sandra Baião. | **TIRAGEM:** 200 exemplares. | **LOCAIS DE DISTRIBUIÇÃO/VENDA - ESMA:** Mediateca, Papelaria e Portaria.

## Semana da Escola 08/09

### Energia Inesgotável...

"A ciência não tem maior inimigo que a ignorância."  
Matias Aires

A ciência não tem maior inimigo que a ignorância, foi um bom lema este ano para temperar a Semana da Escola. Nem Matias Aires imaginaria a riqueza cultural do rol de actividades promovidas pela nossa comunidade educativa. É o resultado natural de vinte anos a fazer o que se gosta. Foram quatro dias preenchidos com o que de melhor se faz na ESMA. Pelo sexto ano consecutivo a ESMA encheu-se de cor, palavras, música, vida e cultura num misto de ideias e emoções inesquecíveis. As expectativas são sempre muito altas mas a verdade é que, mais uma vez, a equipa ESMA as ultrapassou com brio e qualidade.

O programa de actividades estava muito completo com diversas exposições e palestras, mostras de trabalhos realizados pelos alunos nas diferentes disciplinas, feiras de minerais e de plantas, um atelier de voz, e o dinamismo da Matemática concretizado num peddypaper e em origamis.

Um momento sempre esperado é a abertura da Mostra Gastronómica, bem temperada com boa disposição e riqueza de sabores e cheiros que nem o mau tempo conseguiu estragar. Para quem se preocupa com o equilíbrio saudável do corpo todos podiam realizar testes de colesterol, glicémia e medir o IMC no Bazar da Saúde.

Os Alunos mostraram do que são capazes pois perfu-



maram o dia com sabonetes e essências produzidos por eles e revelaram o empreendedorismo com a mostra de mini-empresas. A energia e o fair-play estiveram em movimento nas actividades desportivas. Houve de tudo um pouco: escalada, rappel, slide, gincana BTT, torneios de badminton, ténis, voleibol e outros.

O patrono da ESMA, Matias Aires, teve uma atenção especial com divulgação de vida e obra para melhor o dar a conhecer à

comunidade.

A Semana da Escola terminou com chave de ouro, a noite da **Tertúlia Castiça** na qual foi evidente a coesão de Alunos, Encarregados de Educação, Docentes e Auxiliares na construção de um momento de convívio animado por Professores dados a cantigas, Alunos declamadores de poesia e bom fado interpretado pela fadista Maria Teresa Azóia. Não faltou a boa bifana, o caldo verde verdinho, o coscorão e outras iguarias bem tradicionais.

A Semana da Escola foi, sem dúvida, a prova clara do que se pode fazer quando se envolvem todos os agentes educativos num processo de aprendizagens de indivíduos que são cidadãos em construção. E as palavras do Projecto Educativo ganham cor pois é indispensável

Educar para  
Saber  
Modificar e  
Agir.



## Semana da Escola Assinala o 20º Aniversário da ESMA Quem Foi Matias Aires? Qual o Futuro da Quinta da Fidalga?

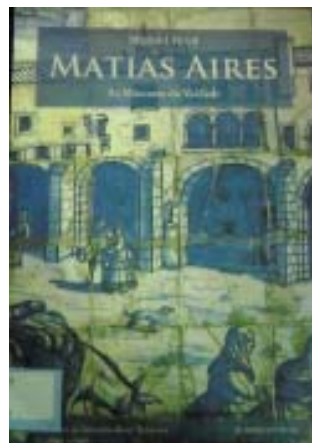
No dia 29 de Abril, realizou-se um encontro na Escola Secundária com 3º Ciclo do Ensino Básico de Matias Aires, no auditório, entre o escritor Miguel Real, o investigador Jorge Trigo, alunos das turmas 11.2, 11.3 e 11.4 e alguns professores do Departamento de Ciências Sociais e Humanas, que promoveram a sessão, integrada na "Semana da Escola". Foram apresentados PowerPoints alusivos à história de Agualva e ao estado da Quinta da Fidalga (propriedade da Câmara mas ainda sem destino...), sobre "Quem foi Matias Aires?" e sobre os convidados. Ouvida a canção "O Matias e o Aires" (participação dos nossos Animadores...), seguiu-se um debate entre os convidados e a plateia: conversou-se sobre Matias Aires, patrono da nossa escola, aproveitando o facto de ter sido publicado um livro da autoria do professor Miguel Real sobre esta figura ilustre; o investigador Jorge Trigo aproveitou a ocasião para sensibilizar alunos e professores



sobre o património local, nomeadamente o Casal Saloio existente no pátio da escola e a Quinta da Fidalga, onde viveu e foi sepultado Matias Aires. No final, alunos e professores manifestaram a vontade de se desenvolverem acções, junto da Câmara Municipal de Sintra, para que esta defina que ocupação

deverá ter o edifício da Quinta da Fidalga, de preferência ligado à cultura, bem como a urgência de se colocar um fim à degradação acelerada deste seu património, classificado como de interesse municipal.

Jorge Trigo e Paula Silva



## Todos Saltaram à Corda...

No passado dia 29 de Abril de 2009 esteve na nossa escola um grupo de idosos da Associação ARPIAC, no âmbito da disciplina de Área Projecto da turma 12º1, para a realização de actividades interactivas com um grupo de crianças da Escola Primária das Lopas, de acordo com a ideia de que idosos e crianças se podem divertir em conjunto, independentemente da idade e constituição física. Realizaram-se várias actividades: salto à corda, jogo de perguntas (Sabichão), actividades de laboratório com a cooperação do Clube de



Ciências, actividades de reciclagem e ainda ficaram a conhecer a nossa escola e todos os cursos e actividades que se podem fazer nela. Foi uma tarde bem divertida na companhia de idosos, crianças e outros elementos da comunidade escolar realizando-se plenamente o principal objectivo deste nosso trabalho - promover momentos de bem estar entre os participantes fomentando o convívio entre gerações.

Alunas do 12º1:  
Ana Morgado n.º 1  
Cláudia Marques n.º 7  
Helena Colaço n. 11

## Desporto Adaptado na ESMA

No dia 29 de Abril de 2009, no âmbito da disciplina de Área de Projecto, realizou-se uma actividade no pavilhão desportivo da nossa escola. Esta actividade foi organizada pelos alunos de 12º1 de Ciências e Tecnologias com o mote: "Eu sou Especial".

A ESMA teve o prazer de receber atletas da APDA (Associação Portuguesa de Desporto Adaptado) da delegação de Mem Martins. Estes fizeram uma demonstração de um jogo e no final houve ainda a participação de alguns colegas que experimentaram as cadeiras de rodas experimentando um jogo adaptado.

A associação da APDA possui instalações próprias permitindo o acesso à prática da actividade desportiva e a preparação

para provas nacionais e internacionais. Destacamos a presença de um dos atletas que participaram na maratona nos Jogos Paraolímpicos de Pequim de 2008.

O nosso objectivo ao convidarmos elementos desta associação foi o da interacção entre alunos da nossa escola e estes atletas para desta forma poderem sentir as dificuldades e adquirirem outra perspectiva sobre o que é ser deficiente.



Alunas do 12º1:  
Carla Mendes n.º 4  
Janice n.º 12  
Joelma Coelho n. 14  
Vanessa Montenegro n.º 19



## Bullying - É Urgente Deter

Sabe-se que a escola de hoje é um encontro de culturas, valores, expectativas, motivações, ambições de um futuro melhor. É o local onde as crianças e jovens se tornam os adultos de amanhã.

Mas, no entanto, é importante que o ambiente desse desenvolvimento seja, simultaneamente estimulante e seguro. Cada população estudantil tem as suas próprias características, para a grande maioria dos estudantes é nos intervalos que passam os melhores momentos do seu dia escolar. É no entanto, nos intervalos que ocorrem a grande parte das práticas de agressão/vitimação. Vários estudos reportam situações que, pela persistência e pelos níveis de violência física e psicológica, constituem factores de risco que ameaçam gravemente o desenvolvimento psicológico e o bem-estar dos estudantes e dos jovens. Europa, América e Japão têm vindo a realizar vários estudos para um maior aprofundamento da problemática "Bullying" na escola e das diferentes soluções de abordagem para a sua resolução. A urgência de deter o bullying, devido aos efeitos negativos imediatos e a longo prazo, para as vítimas e para os agressores, tem sido o marco determinante destas investigações assentes na descrição das vivências nas escolas.

A actualidade do problema em estudo é motivo de alerta em todos os sectores ligados ao ensino tanto mais que o fenómeno começa a detectar-se nas camadas etárias mais jovens. Como já mostrado o Bullying é um dos grandes problemas que afectam os jovens. Existem outros problemas também preocupantes como: gravidez na adolescência, as drogas, depressão, problemas alimentares (anorexia), entre



Imagem retirada na NET

outros.

Um grupo de alunos do 12º da ESMA (Escola Secundária de Matias Aires), no âmbito da disciplina de Área de Projecto aplicou um questionário à comunidade escolar, a fim de saber que problemas afectavam os alunos. O estudo consistiu na distribuição de questionários a algumas turmas do básico e do secundário, nomeadamente no 8º, 9º, 10º e 11º. Após recolhidos e analisados os dados, chegou-se à conclusão de que o problema que mais afecta os alunos da escola em causa é o bullying. As turmas do básico 8º e 9º revelaram uma percentagem de 48% e 36% respectivamente no que se refere ao bullying ser um problema que afecta e preocupa os alunos, mas no entanto no 9º, o problema com maior preferência/preocupação assinalado foi a gravidez na adolescência, com uma percentagem de 40%, e só depois vem o bullying com 36%.

Relativamente ao secundário, no 10º houve uma co-dominância entre o bullying e a gravidez na adolescência, ambas com uma percentagem de 34%. Enquanto que no 11º, o bullying é visto como sendo o principal problema que afecta/preocupa os alunos desta

comunidade escolar, sem esquecer que a gravidez na adolescência também é um assunto bastante mencionado por esses mesmos alunos.

Um trabalho realizado na área de investigação e inovação pedagógica, feito pelos professores estagiários de Educação Física da ESMA, Luís Antunes e Joana Rodrigues, realizado no ano 2008, alega que o ano de escolaridade com mais vítimas de bullying é o 8º ano com 42,9%, seguido do 7º ano com 31,4% e do 9º ano mais PIEF com 17%. Este mesmo trabalho ainda relata que os alunos mais atingidos como vítimas de bullying da nossa escola são do sexo masculino com uma percentagem de 67,1%, enquanto o sexo feminino 28,6%.

Alunos do 12º:  
 Andreia Melo nº2  
 António Correia nº3  
 Cátia Silva nº6  
 Elaine Lopes nº9  
 Melviro Ambrósio nº15

## Aplauso para os Bastidores

*Estão sempre disponíveis para resolver os problemas de última hora; decididas a suavizar as tarefas dos participantes nos diferentes projectos e... será que alguma vez as ouvimos dizer não...? Chamaram a atenção dos alunos que quiseram saber como acontecem as coisas, que parece surgirem do nada. O aluno Miguel Craveiro, do CEF de Carpintaria, entrevistou a equipa da produção do evento "A Semana da Escola"*

Prof. Natividade Ferrão

**Miguel Craveiro** - Quem são os organizadores do evento "Semana da Escola"?

**Equipa de Coordenação** - A equipa de coordenação do Plano Anual de Actividades surgiu perante a necessidade de gerir actividades interdisciplinares dos diferentes Departamentos. São exemplos a Abertura do Ano Lectivo, a Semana da Escola, o quadro de divulgação de actividades realizadas "ESMA em Acção" da sala de Alunos, a colaboração com o Jornal Atitudes, ou outras dinamizações de momentos especiais, de convívio de pessoal docente e não docente e restante comunidade educativa como o Natal Solidário. A equipa é constituída pelas Professoras Graça Sobral e Anabela Santos.

**M.C.** - Há quanto tempo existe a "Semana da Escola"?

**E.C.** - A Semana da Escola existe desde o ano lectivo 2003-2004 e surgiu para centralizar num momento especial as actividades que envolvem a comunidade educativa, num espírito festivo, cultural e de partilha do que se faz de melhor na nossa ESMA.

**M.C.** - Como é organizada a "Semana da Escola"?

**E.C.** - Esta tarefa é constituída por diferentes momentos.

Tudo começa no mês de Fevereiro, quando, em Conselho Geral Transitório, se define os dias em que decorrerá a Semana da Escola que inclui sempre o dia 28 de Abril (data de aniversário do Professor José Amores, Presidente do Conselho Executivo, já falecido). Depois, há que reunir com os diferentes Coordenadores de Departamento para calendarizar as actividades propostas, gerir espaços e divulgar à comunidade educativa.

Após a reunião com os Coordenadores de Departamento, a equipa constrói o programa de divulgação das



actividades, os convites a enviar à comunidade educativa (Alunos, Professores, Colaboradores, Encarregados de Educação e Entidades) e prepara alguns espaços. Em todo este processo é imprescindível o apoio do Conselho Executivo e dos Auxiliares de Acção Educativa.

**M.C.** - Quem é responsável pelas exposições e actividades da "Semana da Escola"?

**E.C.** - Tudo o que envolve exposições, palestras, actividades desportivas, actividades da Mostra Gastronómica, promoção da Saúde, divulgação dos trabalhos desenvolvidos no âmbito de Área de Projecto de duas turmas do 12º ano, vendas de minerais, de plantas e de bens produzidos pelos Alunos, são orientados pelos Professores dos diferentes Departamentos da ESMA.

**M.C.** - Como correu este ano a "Semana da Escola"?

**E.C.** - A análise da Semana da Escola será feita em reunião de Departamento e pela equipa, que elaborará um artigo para o Jornal da Escola e actualizará o quadro "ESMA em Acção" com fotografias que traduzem os melhores momentos.

## Fotos Semana da Escola 20º Aniversário da ESMA



## Actor Guilherme Filipe Apadrinha Antologia PLNM Pintura da D. Luisa David

Fotos: Paula Silva

No âmbito da Disciplina de Português Língua Não Materna (10º e 11º anos) da Escola Secundária Matias Aires projectou-se, no dia 23 de Março de 2009, sob a forma de pintura, a futura capa da Antologia de Textos Lusófonos, organizada pelo docente David Luís Casimiro, com a colaboração dos seus alunos, a ser apresentada no dia 29 de Maio de 2009.

Convitou-se para apadrinhar esta iniciativa, a pintora Luísa David, funcionária administrativa da Escola, que criou uma tela especialmente para o efeito (com as cores das bandeiras dos países envolvidos), e o Actor José Guilherme Filipe, actualmente em representação no panorama televisivo nacional, que, dadas as suas origens familiares, pode

expressar, com carinho, o seu contributo sobre os autores lusófonos aos alunos de Português Língua Não Materna, sugerindo-nos o Poema de António Gedeão "Lágrima de Preta", para fazer parte da Antologia. Os nossos agradecimentos aos padrinhos da Antologia PLNM.



O Professor de Português de Língua Não Materna, David Luís Casimiro

## UM FILME ESPECIAL

A propósito do projecto "Pelo sonho é que vamos", a turma PIEF T2 assistiu no dia 13 de Maio ao filme "Freedom Writer's" (2007) de Richard LaGraverese. Inspirado no livro de Erin Gruwell, "The Freedom Writers Diaries" (1999), relata a vida de uma turma de adolescentes, dentro e fora da sala de aula ao longo de dois anos lectivos.

Baseado em factos reais, é um comovente elogio ao papel do professor no resgate dos sonhos e da esperança. Uma lição de tolerância e de humanidade. E muito mais, como deixam transparecer as palavras dos nossos alunos:

"A força de vontade que a professora teve para conseguir que uma turma como aquela conseguisse ficar tão unida e confiante." - Carlos

"Esse filme emocionou-me muito, uma professora que nunca desistiu dos alunos, lutou por eles e fê-los mudar, mostrando-lhes uma vida melhor." - Aminata

"A parte que mais me tocou foi quando o rapaz disse que sentia a falta da mãe" - Basília

"Eu gostei do filme, principalmente

quando os alunos começaram a dar-se bem com a professora e uns com os outros" - Serga

"Foi um bom filme, gostei mais da parte do jogo onde eles começam a mudar (...) mostra-nos a realidade." - Nuno

"Todos nós temos um motivo para sermos aquilo que somos. Nem todos têm a mesma vida. Uns escolhem o caminho certo, outros escolhem o caminho errado. Quando temos algo que nos dá força, quem acredite em nós, quem nos dê alegria, conseguimos

subir, crescer e ser aquilo que sempre sonhámos. Às vezes basta um simples olhar sorridente para que tudo fique bem." - Cláudia

"Gostei do filme porque mostra uma professora a mudar as atitudes dos alunos. Mostra a forma como os alunos mudam de vida." - Gonçalo

"Gostei muito da professora por ter ajudado os alunos a superar os traumas. Também gostei da miúda que contou a verdade." - Isa

"O que me marcou mais, foi quando eles perderam a família e os amigos e também o facto da professora deles conseguir ajudá-los. O que não gostei foi quando uma rapariga chamou os rapazes para irem lutar na escola." - Ivanilda

Para ver, mostrar e reflectir.

Mónica Silva

## O poder e riscos da ciência

"O poder e os riscos da ciência" é um tema que toca várias vertentes. Numa primeira abordagem é necessário saberemos: "O que é a ciência"? A ciência surgiu ao longo da história e tem vindo a evoluir dia após dia de uma forma estrondosa, que, se não for travada, poderá ultrapassar os limites do conhecimento possível e chegar mais longe que o imaginável, é objectiva, esforça-se por identificar fenómenos e assumir o controle e a modificação da natureza, tomando assim, o lugar de Deus perante o mundo.

É a procura incessante de conhecimento, a fim de conseguir satisfazer a curiosidade e a ambição, um dos grandes problemas dos cientistas, mas também a sua maior virtude. É que a sua ambição não tem limites e torna-se até obsessiva e, conseqüentemente, ultrapassa os limites do aceitável, do razoável. Os cientistas são seres críticos e o seu envolvimento com a comunidade premeia a ciência que eles produzem. É possível englobar diversos problemas, de acordo com a sua importância, embora ainda um pouco desconhecidos pelo cidadão comum. São problemas que poderão vir a assumir grande impacto. Obviamente, nem tudo é mau, a ciência trouxe imensos benefícios para a humanidade, na saúde, na tecnologia, no bem-estar, permitiu minorar o sofrimento humano... O problema, não é a ciência,

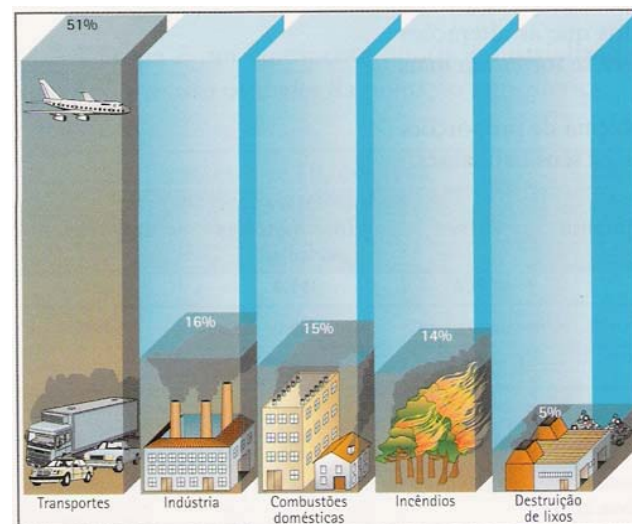


Fig. 8 – As principais causas da poluição atmosférica.

mas sim o uso que dela se faz. Cabe-nos escolher o modo como utilizamos o que temos ao nosso dispor, e é aí que falha o sistema, mesmo aquilo que é bom (ou deveria ser), pode ter o seu lado negativo, desde que alguma mente assim queira. Um exemplo simples: podemos utilizar uma faca como um auxiliar de cozinha, mas também como arma. A ciência não é causadora directa da destruição, mas é uma ferramenta muito poderosa, tal como a faca. Os verdadeiros causadores de qualquer destruição somos "nós", o sujeito que utiliza o objecto! Perante isto, ficamos num impasse. Será a ciência benéfica ou nunca deveria ter existido? Sem dúvida que a ciência foi, e é, uma benesse para o mundo: trouxe-nos uma maior esperança média de vida, maior facilidade de comunicação e deslocação, mais conforto... Contudo, e contrapondo, tem vindo a agravar os níveis de poluição, provocada

pelas fábricas e automóveis; o mercúrio emitido pelas centrais eléctricas; a descoberta do petróleo e sua subsequente exploração. Pela mão da ciência alcançámos progressos incríveis que moldaram a sociedade nos dias de hoje, mas também, como em tudo aquilo que é feito com exagero, tem vindo a trazer graves problemas, não só na atmosfera mas também na sociedade, que já viveu guerras pelo precioso "ouro negro", tudo fruto da insaciável vontade de querer sempre mais e mais. Mas nem tudo é completamente errado! Se não existisse essa ambição teríamos chegado onde chegámos? Apenas é necessário impor limites, valorizar o que é realmente necessário, daquilo que o não é, pois estes problemas não advêm do conhecimento que a ciência transmite mas sim do uso inadequado que é feito dele.

Débora Gameiro, 11. 3

## Avanços em genética e biotecnologia

**O poder e a força da ciência revolucionam o saber**

A convite das professoras do Grupo de Biologia e dos alunos do Clube de Ciências das turmas 12<sup>o</sup>1 e 12<sup>o</sup>2, no âmbito das comemorações da Semana da Escola, tivemos o prazer de contar na nossa Escola, no passado dia 30 de Abril, com a presença do Professor Dr. José Matos, vice-presidente da Ordem dos Biólogos e investigador no INETI. Com um poder de comunicação extraordinário pôs-nos a par das principais técnicas usadas em biotecnologia e das investigações que se realizam em Portugal na área da genética e da biotecnologia. Pois é! E sabiam que

o animal mais aparentado, geneticamente, com um golfinho é ... adivinhem? Sim? UMA VACA!!! À tarde uma sessão pratica para os alunos de Biologia do 12<sup>o</sup> ano acabou por ter assistência de outros alunos interessados. Não é que se estava a determinar o sexo de gaivotas através de uma pequena amostra de DNA, técnica utilizada em laboratório e que tantas vezes vemos na TV em séries de investigação criminal? De recordar também que este nosso convidado havia já doado ao Clube de Ciências um "Kit" com materiais que permitem a utilização de várias técnicas



Prof. José Matos

utilizadas em biologia molecular, tendo por base a utilização do DNA. Muito complicado? Não! Com a ajuda do nosso convidado tudo pareceu de repente bem simples!

**prof. Paula Roque**

## Clube de Ciências continua em acção!



O Clube de Ciências tem vindo a realizar com alguma regularidade diversas actividades tais como: saídas de campo, fotografia, estudo da fauna, flora e do ambiente, entre outras, a aquariofilia é uma das que destacamos nela se inclui a difícil tarefa de manter o lago da nossa escola limpo e povoado. O mau tempo do Inverno trouxe-nos algumas dificuldades e até as gaivotas em dias de temporal vinham visitar o nosso lago em

busca de alimento, chegada a Primavera já nos foi possível arranjar-lhe o melhor e nele colocar a tartaruga a nossa mascote, a Kiki, e mais duas companheiras. Infelizmente alguns alunos teimam em não respeitar os animais e por isso foi necessário retirar do lago uma das tartarugas. No entanto continuamos a contar com o apoio de todos os elementos da nossa escola e faremos tudo para continuar a tarefa de cuidar o melhor possível do "nosso" lago.

No âmbito da Semana da Escola, a convite do Clube de Ciências, pudemos contar com a colaboração do simpático Sr. Carlos Lages na Feira dos Minerais. Realizou-se ainda a Feira das Plantas, com ênfase nas plantas aromáticas, que teve



grande adesão por parte de toda a comunidade escolar.



## O PIEF tem o seu Próprio Hino

### NAS ASAS DE UM SONHO

(Dedicado aos meus alunos PIEF)

Voo nas asas de um sonho  
Procurar o meu lugar  
Um presente e um futuro  
Voar alto, acreditar  
Abraço a vida sem receio  
Dos espinhos que encontrarei  
O PIEF é o meu abrigo  
A quimera que sonhei

**A vida é feita de sonhos  
Acredita, eu vou mudar  
Tal como uma borboleta  
Abrir as asas e voar**

Voo nas asas de um sonho  
O mundo é uma imensidão  
Olho a vida com outros olhos  
Tenho o mundo na minha mão  
Procurar um amanhã  
Só agora faz sentido  
Com a força de querer  
O meu sonho colorido

**A vida é feita de sonhos  
Acredita, eu vou mudar  
Tal como uma borboleta  
Abrir as asas e voar**

Autoria: professora de Música,  
Carmina Carvalheiro  
Abril 2009

É pena não podermos reproduzir aqui a música, tão alegre e envolvente. Parabéns.



**AS MASCOTES**

## As nossas Mascotes

Os Alunos de PIEF da ESMA, turma 1 e turma 2 participaram no Concurso de Mascotes promovido pelo PETI.

A turma 1 construiu o *Baltazar Picos à Maneira Horissol*, um ouriço que representa a forma como os jovens enfrentam a vida com defesas próprias que aprendem a gerir e a usar quando conquistam competências.

Também a turma 2 construiu a *Matias*, uma lagarta que se transforma em borboleta, simbolizando a evolução do jovem em PIEF, quando se transforma em alguém que voa mais longe, após um percurso de aprendizagens.

Estas mascotes marcaram presença na Exposição Nacional de Mascotes da Moita no dia 21 de Abril e em Abrantes, no dia 19 de Maio, no qual se concentraram muitos PIEF vindos de todo o país. Neste evento, os alunos do PIEF da ESMA apresentaram, num momento musical emocionante, o hino da mascote PIEF T1/T2.

**prof. Anabela Santos e  
prof. Sónia Silva**



## Primeiro Torneio Counter-Strike 1.6

Integrado nas actividades da Semana da Escola, a turma P12, do Curso Profissional de Gestão e Programação de Sistemas, organizou um torneio de Counter-Strike on-line. Um jogo muito popular que requer estratégia, trabalho de equipa e habilidade e é baseado em rondas nas quais as equipas de contra-terroristas e terroristas combatem entre si.

A produção deste evento exigiu grande empenho e responsabilidade por parte dos alunos que elaboraram a sua proposta para o PAA: fizeram cartazes e folhetos para divulgação, criaram todos os documentos necessários como as fichas

### *Confidências dos organizadores ao Atitudes...*

de inscrição, etiquetas de identificação e um conjunto de fichas de registos para os jogos. Conceberam uma nova organização espacial para a Sala 53, a fim de poderem usufruir dos recursos informáticos dessa Sala, de forma adequada à competição. Esta decorreu em ambiente de alegria e entusiasmo; sempre com grande fair play entre as 17 equipas que concorrerem, compostas por 5 elementos

A final foi disputada entre a equipa do Curso de Informática do Secundário e a turma do 9º3. Os vencedores foram os alunos André Mantas; João Pedro; Paulo Martins; Ricardo Cardoso e Roberto Franco, da turma P12.

Foram agraciados com medalhas oferecidas pelos organizadores que decidiram fazer reverter a totalidade do dinheiro das inscrições a favor de uma causa humanitária - ajuda para tratamento de doença a alguém que não podia fazer face às despesas. Meritória esta atitude e ainda se lembraram de nos pedir para agradecer a boa colaboração dos professores Dr.ª Esmeralda Barra, que os apoiou desde o início e levou a proposta da actividade para aprovação em Departamento; Dr.ª Eunice Jacinto e Dr. António Montez e as funcionárias de apoio ao Pavilhão F, Sr.ª D. Josefa e Sr.ª D. Conceição

prof. Natividade Ferrão

## Nós e as Crianças

No dia 29 de Abril de 2009, os alunos da E.B.1 das Lopus vieram à Matias, no âmbito da disciplina de Área Projecto da turma 12º1.

Esta visita foi feita com o objectivo destes nossos colegas mais pequeninos interagirem connosco e com pessoas de mais idade vindas, estas últimas vindas da Associação ARPIAC, através de actividades por nós elaboradas abordando a temática "A saúde não tem idade", estas consistiram num jogo de tabuleiro com quatro categorias: Estudo do meio; Matemática; Português, cultura geral e ainda um jogo de reciclagem. Para além dos jogos foram

também feitas pinturas faciais e experiências laboratoriais de Geologia com a colaboração do Clube de Ciências, envolvendo outros elementos da comunidade escolar.

Em suma, foi uma tarde muito

bem passada onde o convívio e a diversão prevaleceram.

Alunas do 12º1  
Catarina Cardoso Nº5  
Diana Alves Nº 8  
Patrícia Taborda Nº 16



A Coordenadora prof.  
Maria João Jacinto



## Os Maias no Teatro da Trindade

Eram catorze e trinta, no relógio da estação do Cacém, no domingo do passado 1 de Março quando as turmas P12, P22, P32 e P42 partiram de comboio em direcção ao Rossio, para assistir à peça Os Maias, uma adaptação ao teatro da conhecida obra de Eça de Queirós. Já em Lisboa esperámos vinte minutos por causa dos atrasados que afinal nunca apareceram.

Quando finalmente nos dirigíamos ao Teatro da Trindade começou a choviscar.

Por volta das 15:35h chegámos e após reunir o dinheiro dos alunos, as professoras, Luz Godinho, Delfina Oliveira e Maria José Marchão dirigiram-se às bilheteiras. A fila de pessoas era mais do que esperada, mas felizmente conseguimos comprar os bilhetes e chegar à sala antes que a peça começasse. Os nossos lugares ficavam no balcão e por isso a visibilidade nem sempre era a melhor. Não estávamos de frente

para o palco e, para ver bem, tínhamos de nos chegar à frente.

Passados alguns minutos de espera a peça começou. O elenco era constituído por actores portugueses famosos que representaram com grande expressividade os seus papéis, o que deu à peça dinamismo e, por vezes, momentos cómicos. Tanto o cenário quanto as roupas estavam extraordinários, transmitiam nitidamente a riqueza e o luxo em que as personagens viviam naquela época.

A representação focou episódios chave: o suicídio de Pedro da Maia, o Jantar no Hotel Central, a entrega do cofre com os segredos da família Maia a João da Ega, entre muitos outros.

Toda a peça foi razoavelmente fácil de entender mesmo para quem nunca tinha lido Os Maias.



Focaram-se os episódios chave descritos na obra. No fim, todos aplaudiram de pé os actores e nós regressámos à Estação do Rossio para a viagem de regresso ao Cacém.

André Mantas  
João Ferreira  
Paulo Martins  
P12

### Poesia

## Não esperes, Luta!

Não esperes que a vida venha ao teu encontro,  
Vai tu ter por ela.  
Com toda a força e entusiasmo do teu coração.

Não esperes que a felicidade caia do céu,  
Corre, luta, vive e serás tocado por ela.

Não vivas na ilusão que o sol brilhará sempre,  
Vive antes com a esperança que,  
Os dias em que ele brilhará serão demais.

Não sonhes com a perfeição,  
Sim, sai pela porta, corre atrás dela.  
Mas não te esqueças que é uma mera palavra...

Inicia uma busca pelo amor.  
Por esse sentimento lindo, que um dia encontrarás.  
E dir-te-á: comigo serás feliz.

Vive, sente, vê o que te rodeia.  
Cheira, ri, sente o vento a tocar o teu rosto.

Ana Ferro 11º 3



Sente a pureza da água, o calor do sol.  
Dá graças aos sentidos, aos sentimentos, à vida!

## Não Deixes a Sociedade Controlar-te!

O homem é, por natureza, um ser social

Ao longo da história da humanidade nós temos vivido em sociedade, o termo sociedade pode ser definido como um grupo de seres-vivos que se ajudam, uns aos outros, (convivem, ou vivem com os outros) com uma só finalidade - a sobrevivência da espécie no convívio, em harmonia através de regras. Mas, se o objectivo de uma sociedade é a sua sobrevivência e no caso dos seres humanos, também a felicidade de todos os seus constituintes porque é que a nossa sociedade se tornou materialista e egoísta? Porque que existem pessoas que matam por futilidades como o dinheiro? Porque custa tanto, a

uma pessoa, ajudar outra em necessidade, sem querer nada em troca? Vivemos num mundo com excesso de competição, em que nós, seres humanos, não passamos de um número numa base de dados e, caso algo nos aconteça, só nos iremos juntar às estatísticas que alguém, um grupo ou uma instituição, está a criar. Nós, inconscientemente, tornámo-nos em seres insensíveis e egoístas mas, graças a Deus, há excepções senão não sei onde iríamos parar...

Vivemos vítimas da nossa própria sociedade, todos os dias trabalhamos até ao nosso último minuto... e falando agora como estudante, só para termos uma boa média? Nós, estudantes, para as pessoas e instituições



não passamos de uma média, de um número? Escravos de uma "força" superior a nós, o Estado! Stalin, ex-presidente comunista da Rússia uma vez afirmou: "À medida que a sociedade evolui o termo de liberdade individual torna-se mais complexo". Peço agora aos leitores para tirarem uns minutos e reflectirem sobre esta frase; como é que um senhor que viveu há tanto tempo previu isto e ninguém, quer este senhor quer outra pessoa, tentou ou se esforçou para evitar que a sociedade evoluísse desta maneira? Não são raras as ocasiões em que eu penso porque é que nos sacrificamos desta maneira e não há, a maioria das

vezes, nem uma pessoa que ofereça ajuda sem pedir nada em troca, mas depois, lembro-me de todas aquelas pessoas que conheci, que abdicaram do seu tempo para ajudar outro ser humano, neste preciso momento, à medida que escrevo, estou a lembrar-me de duas pessoas nesta sala, e recordo-me de quase todos quantos conheci; deveria culpá-las por terem esta personalidade? Obviamente que não mas, então, quem tem culpa desta atitude que, cada vez mais, se alastra? A sociedade, que ao longo do tempo se foi construindo e entrou em conflito com outras sociedades norteando-se pelo princípio da ganância, pelo ideal de querer mais. E tu, o que pensas fazer? Nadar a favor desta corrente como, infelizmente, a maioria das

pessoas, ou nadar contra esta corrente, como a minoria da população faz? Nós ainda temos liberdade de escolha, o teu futuro está nas tuas mãos apenas, não deixes a sociedade controlar-te, esta é a tua vida! "Se tu mantiveres a calma quando todos à tua volta a estão a perder e te culpam, se tu confiares em ti mesmo quando todos os homens não confiam mas, também admitires as suas dúvidas, se tu preencheres o imperdoável minuto com 60 segundos com proezas incríveis e muito mais, serás um homem meu filho."

Marco Lourenço 11º 2



"Porque o mais importante", disse, "é que tu conheças essa verdade. Até te aperceberes dela, até a compreenderes inteiramente, apenas a podes demonstrar com coisas pequenas e com a ajuda exterior de máquinas, pessoas e pássaros. "Mas lembra-te", continuou ela: "o facto de não ser reconhecida, não faz com que a verdade deixe de ser verdadeira". E partiu. "

Richard Bach, *Não Há Longe Nem Distância*

Hesitei bastante, num longo diálogo com a minha consciência, se haveria de escrever um artigo da natureza do que vou escrever agora. Apenas porque sei que algumas pessoas, que eventualmente possam simpatizar comigo, mas não partilham os mesmos sentimentos que eu, em relação ao Conselho Executivo (e não o sabem, e eu sei!), poderão ficar, talvez, "desiludidas". Venceu a isenção do quem não deve não teme e a necessidade de mostrar que muitas vezes as coisas dependem do ângulo pelo qual as observamos - e também da cor das lentes que habitualmente colocamos.

Estamos numa fase de (grandes?!) mudanças aqui na escola: o Conselho Executivo actual, cujo Presidente é o mesmo desde que eu entrei nesta escola, cessa as suas funções; irão também haver novos fluxos de entradas e saídas no grupo de professores, tanto do quadro como contratados (alguns há muitos anos nesta escola). Haverá um novo Conselho Geral com poderes decisivos. E por último, mas nem por isso o menos importante, ao nível administrativo, também se avizinham mudanças.

Para o Conselho Executivo que cessa, e agora posso dizê-lo sem correr o risco de alguns poderem pensar que estou, passo a expressão algumas vezes ouvida, "a fazer-me à avaliação", gostaria que soubessem que a vossa saída me deixa um nó na garganta; que tenho muita pena que o vosso

trabalho, que tantas dores de cabeça vos há-de ter dado, que tantas horas, dias, meses das vossas vidas privadas vos há-de ter tirado, que, enfim, tantas controvérsias gerou, não possa ser continuado. Bem, quem vier poderá sempre retomar de onde vocês terminam, poderá até fazer melhor, mas eu apenas falo do que já conheço.

Professor Paulo, eu tinha ainda tanto para aprender consigo que a sua saída parece-me uma espécie de traição. Por vezes, para realizarmos algo é necessário "vestir a camisola". E o professor Paulo vestiu-a! É preciso dedicação. E o professor Paulo dedicou-se! Claro que por vezes cometem-se erros. Claro que nunca conseguimos, apesar do esforço, agradar a todos - principalmente quando esse todos



representa tanta gente e tão diversa. Haverá sempre vozes discordantes e outras que as seguirão. Haverá sempre alguém com um olhar "afinado" que verá interesses obscuros por trás de qualquer acção menos, digamos, popular. E sabemos que as suas fragilidades ao nível das relações humanas (para utilizar as suas próprias palavras) não ajudaram a superar esses obstáculos. No entanto, no que ao meu entendimento diz respeito, eu gosto de si, do seu empenho em querer sempre fazer mais e de preferência melhor, do facto do menos bom não ser intencional e, por isso, não ser assim tão significativo quando colocado no prato da balança.

Posto isto, e apesar de olhar o futuro com a ansiedade do desconhecido, desejo a toda a equipa que compõe este Conselho Executivo cessante, maiores e melhores realizações nesta nova etapa que vão iniciar.

Particularmente para si, professor Paulo, quem sabe talvez um dia nos voltemos a encontrar...

E tanto que poderia ainda ser dito!

Cristina Consolado  
(Secretaria)

## Viagem através de *Os Lusíadas*

Horário da partida: 10 horas do dia 5 de Março de 2009;

Cais de Embarque: Mediateca Escolar;

Tripulação: alunos da turma 9º 1;

Passageiros: alunos das turmas 8º1 e 8º2;

Destino: Dois episódios de *Os Lusíadas* de Luís de Camões, contextualizados geograficamente.

A propósito da Semana da Leitura, os alunos do 9º1 organizaram, no âmbito da disciplina de Língua Portuguesa, duas apresentações, sobre os episódios de "Inês de Castro" e da "Batalha de Aljubarrota", relacionando estes conteúdos com as localizações geográficas das acções narradas, nomeadamente Coimbra e Aljubarrota.

A viagem destinou-se aos alunos do 8º1 e 8º2 e teve como objectivos dar a

fotos tem a Gina

conhecer excertos da obra épica de Camões, motivar os alunos para o estudo da mesma, que irão realizar no 9º ano, e consolidar conhecimentos adquiridos na disciplina de Língua Portuguesa através do estudo da obra *Os Lusíadas Contados às Crianças e Lembrados ao Povo*, de João de Barros.

No local e hora combinados, os passageiros embarcaram com gosto e curiosidade, iniciando a rota prevista. A viagem decorreu com ventos favoráveis

e pouca agitação marítima. Aportaram em Aljubarrota, onde puderam descobrir algumas curiosidades sobre a vila e a sua história, assim como recordar a lenda da Padeira de Aljubarrota.

Retomando viagem, navegaram até Coimbra, cidade que testemunhou a história de amor trágico de D. Pedro e D. Inês de Castro. Aí, os passageiros puderam ouvir relatos sobre o assunto, através de excertos literários de vários autores.

Terminada a viagem, tripulantes e passageiros fizeram um balanço muito positivo da mesma, uns porque deram a conhecer o seu trabalho e outros porque descobriram uma faceta mais estimulante da obra a estudar.

(Actividade realizada no âmbito da disciplina de Língua Portuguesa, com as professoras Micaela Teixeira, Cristina Costa e Leandra Silva).

## Os Rostos do Amor...

É fundamental que os jovens percebam que o amor pode ter muitas formas, assumir muitos rostos, mas nunca deve agredir.



Natália Rodrigues, 12. 2

### Nós Por Lá

P22 e P23 em Visita de Estudo

Rúben Guedes, P22

## GESS - Actividades e Respostas...

Caros leitores, Para além da habitual secção de respostas às questões colocadas pelos alunos na caixa que se encontra à entrada do pavilhão F, o Gabinete de Educação para a Saúde e Sexualidade, aproveita este espaço para dar algumas novidades sobre actividades que decorreram neste curto intervalo de tempo que nos separa até ao final das aulas. No dia 29 de Maio, este gabinete desenvolveu em colaboração com alguns alunos, o peddy-paper "Sei Ser Saudável", com a participação de todos os alunos que se inscreveram. As inscrições foram realizadas junto das funcionárias do pavilhão F, em impresso próprio, contendo o nome da equipa e o dos elementos constituintes do grupo, num máximo de três. As perguntas encontravam-se enquadradas nos seguintes temas: alimentação e actividade física, infecções sexualmente transmissíveis, educação sexual e bullying. Para além da pontuação conseguida com as suas respostas, também foi contabilizado o tempo de duração da sua prova. Ainda, em colaboração com os alunos da turma dois do décimo segundo ano e a professora responsável pela disciplina de Área de Projecto da referida turma, o Gabinete de Educação para a Saúde e Sexualidade encetou alguns contactos com diferentes entidades ligadas à área da Saúde a fim de ser dinamizada uma

palestra ligada à temática dos distúrbios alimentares. Esta decorreu no dia 1 de Junho, pelas 10h no auditório A. Foram intervenientes a psicóloga do Centro de Saúde do Olival e a equipa de enfermeiros de Saúde Escolar. Participaram nesta palestra os alunos: das turmas um e dois do décimo segundo ano, da turma um do décimo primeiro ano e os professores que os acompanharam. Quanto às questões colocadas na caixa, aqui vão as respostas a algumas delas: **"Como é que eu posso saber se tenho uma infecção sexualmente transmissível?"** Identificar uma infecção sexualmente transmissível nem sempre é fácil. Dado que existem mais de vinte infecções deste tipo, é impossível incluir todos os sintomas numa lista curta, mas aqui estão alguns dos mais comuns: Dor, bolhas ou inchaços na pele nos, ou perto dos, genitais; dor a urinar ou um corrimento anormal a urinar; corrimento vaginal anormal ou com odor intenso; perda de sangue entre os períodos menstruais e dor na região inferior do abdómen. No entanto, não nos devemos esquecer que muitas das infecções são assintomáticas, isto é, não causam sintomas. Por isso, o melhor é consultar um médico que, com base nas queixas do doente, pedirá um conjunto de testes que ajudarão a identificar o agente infeccioso e a doença. Se estas doenças não forem tratadas, as pessoas infectadas irão continuar a espalhar a doença aos seus parceiros sexuais. **"Ovi dizer que as pessoas que tomam**



**antidepressivos não conseguem ter orgasmos. É verdade?"**

O impacto que as drogas antidepressivas causam no desempenho sexual é muito importante. De um modo geral, verificou-se através de investigações recentes que estas drogas causam atrasos na ejaculação dos homens cerca de 4 a 8 vezes quando comparado com o tempo médio para dos homens que não tomam estas drogas. Quanto às mulheres, verifica-se a mesma situação com o acréscimo de que podem perder o "apetite sexual". No entanto, existem medicações antidepressivas eficazes que têm efeitos secundários mínimos, ou mesmo nenhum efeito, nas relações sexuais.

**"Quando faço amor com o meu namorado costumo ter dor. Isto é normal?"**

Sim. As relações suas dolorosas estão entre as queixas sexuais mais comuns que as mulheres fazem aos seus ginecologistas. Estudos mostram que mais de 15 por cento das mulheres sentem dor física durante as relações alguma vez na vida. Apesar de se presumir que as causas desta situação sejam por vezes psicológicas, é mais frequente deverem-se a problemas fisiológicos como infecções, falta de lubrificação, problemas de técnica e características anatómicas.

A Coordenadora do GESS  
prof. Maria João Jacinto

## As tecnologias de Informação e Comunicação

*Bons Métodos , Bons Resultados*

No dia 22 de Abril visitaram a nossa escola a Dra. Marina Barros, em representação da Câmara Municipal de Sintra, a Psicóloga Cláudia Pinto, em representação do Ministério da Educação, e o Dr. -----, em representação da Escola Superior de Educação de Lisboa, para assistir a um debate, organizado pelas turmas 2 e 3 de décimo primeiro anos, no âmbito do Projecto "Bons Métodos, Bons Resultados". Subordinado ao tema "As Tecnologias da Informação e da Comunicação: prós e contras", o debate foi bastante animado e, depois de muito dirimir argumentos, permitiu concluir que as novas tecnologias não podem ser conotadas com laivos de maldade ou de bondade. Diabolizá-las ou beatificá-las incorre no mesmo erro, pois bons

ou maus são os actos e não as coisas em si mesmas. Usar as novas tecnologias é, nos tempos que correm, uma necessidade, que tal como todas as outras deve respeitar determinados imperativos éticos. É preciso saber escolher, optar de forma consciente e livre, por outras palavras, no pleno exercício da liberdade. Ora como muito bem diz Kant, ninguém aprende a ser livre se não pelo exercício da própria liberdade. Em lugar de proibir, coarctar, impedir, diabolizar, há educar para a escolha, ensinar os mais jovens a usar com critério as novas tecnologias, fazendo-os compreender que o maior escravo é aquele que se julga livre sem o ser, entregando-se a espécie de ditadura do instinto. Que formar para a liberdade seja o nosso lema,



conscientes porém que Tudo quanto aumenta a liberdade, aumenta a responsabilidade".

prof. Maria José  
Marchão

## Notícias da Eco-Escola



Cristina Consolato

*Os professores abrem a porta,  
mas tens de entrar sozinho.*

Provérbio Chinês



