

Nº 11



# Aeos Newsletter

*Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Fago*



2021/22

[www.aveordemsantiago.pt](http://www.aveordemsantiago.pt)

# DIA INTERNACIONAL DA VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES

por: HENRIQUE COSTA



**A**ssinalou-se, no dia 26 de novembro, o Dia Internacional da Violência Contra a Mulher, oportunidade para apresentar aos alunos a Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV). Dando resposta à pertinência e atualidade da problemática da violência doméstica, no geral, e contra as mulheres, em particular, 6 alunos da turma do 3º AB, do ensino profissional, apresentaram-se como voluntários para receber (no âmbito das disciplinas de Psicologia e de Comunicação e Relações Interpessoais) e dar formação, sobre a problemática da Violência Doméstica, em turmas do 3º CEB e do ensino profissional.

Assim, entre os dias 22 de novembro e 3 de dezembro, as alunas do 3º A, Ana Dias, Maéva Ísis e Margarida Artífice, e os alunos do 3º B, Eduardo Castanheira, Laura Silva e Miguel Guerreiro, dinamizaram, nos tempos letivos dedicados à componente de Cidadania e Desenvolvimento das turmas 7º A, 7º E, 8º E, 8º F, 9º A, 9º B

e numa aula de Inglês da turma do 1º AB, ações de formação/sensibilização sobre a violência doméstica, incidindo nos seguintes pontos:

- **definição do conceito;**

- **identificação e categorização das vítimas (focando a mulher, mas não descurando que este flagelo pode afetar qualquer pessoa, independentemente do género, da idade, da etnia, do estatuto socioeconómico, etc.);**

- **distinção entre os diferentes tipos de violência doméstica;**

- **explicação das fases da violência doméstica;**



- desconstrução de mitos referentes à violência doméstica;
- sugestão de modos de ação perante uma situação de violência doméstica (vivida ou testemunhada);
- informação sobre as instituições que apoiam, jurídica e emocionalmente, as vítimas;
- análise de cartazes divulgados pela APAV.

**Tipos de Violência Doméstica**

- Violência emocional:** qualquer comportamento que visa fazer a vítima sentir medo (ameaçar os filhos, magoar os animais de estimação, humilhar a vítima na presença de amigos, familiares ou em público, etc.).
- Violência social:** qualquer comportamento que procura controlar a vida social da vítima (impedir que visite familiares ou amigos, cortar o telefone ou controlar as chamadas e as contas telefônicas, trancá-la em casa, etc.).
- Violência física:** qualquer forma de violência física a que se recorre (esmurrar, pontapear, estrangular, queimar, induzir ou impedir que a vítima obtenha medicação ou tratamentos, etc.).

Tendo como objetivos primordiais educar para os valores, para a cidadania e para a saúde, sensibilizar para a problemática da violência doméstica, dar a conhecer a APAV (o seu âmbito de atuação e os seus objetivos) e promover a igualdade de género, as ações dinamizadas pelos alunos permitiram explorar vários domínios da componente de Cidadania e Desenvolvimento, para além de potenciar a aprendizagem entre pares e o trabalho colaborativo.

As várias sessões dinamizadas contaram com o precioso contributo dos Diretores de Turma (responsáveis pela inscrição das turmas supramencionadas e que acederam ao convite e ao desafio lançado pelo Coordenador de Cidadania e Desenvolvimento e que irão desenvolver e aprofundar a problemática abordada ao longo das próximas aulas) e com uma participação ativa de muitos dos alunos que compõem as turmas, que admitiram, no final das sessões, sentir-se mais preparados para identificar situações de violência doméstica e agir em conformidade.

**Tipos de Violência Doméstica**

- Violência sexual:** qualquer comportamento em que se força a vítima a protagonizar atos sexuais que não deseja (forçar a vítima para ter relações sexuais quando esta não quer, a ter relações sexuais desprotegidas ou a ter relações sexuais com outras pessoas, etc.).
- Violência financeira:** qualquer comportamento que visa controlar o dinheiro da vítima sem que esta o deseje (controlar o ordenado, recusar dar dinheiro, forçar a justificar qualquer gasto, etc.).
- Perseguição:** qualquer comportamento que visa intimidar ou atemorizar a vítima (segui-la para o seu local de trabalho ou quando sai sozinha, controlar os seus movimentos, quer esteja ou não em casa, etc.).

## Como e a quem pedir apoio numa situação de **Violência Doméstica**?

Em caso de emergência, contactar o **112** – número nacional de socorro – que chamará a polícia.

Para apresentar queixa do crime deves dirigir-te a uma esquadra da **Polícia de Segurança Pública (PSP)**, posto da **Guarda Nacional Republicana (GNR)** ou diretamente junto dos **Serviços do Ministério Público** e exigir um documento comprovativo da queixa ou denúncia efetuada.

Contactar a **APAV** (**116006** ou [apav.sede@apav.pt](mailto:apav.sede@apav.pt)), que disponibiliza apoio psicológico, jurídico, emocional e social, gratuito e confidencial.

## O ciclo da **Violência Doméstica**

A **Violência Doméstica** apresenta três fases:

- **1. aumento de tensão** - as tensões acumuladas no quotidiano, as injúrias e as ameaças tecidas pelo agressor, criam, na vítima, uma sensação de perigo eminente;
- **2. ataque violento** - o agressor maltrata física e psicologicamente a vítima e estes maus-tratos tendem a aumentar na sua frequência e intensidade;
- **3. lua-de-mel** - o agressor envolve agora a vítima de carinho e atenções, desculpando-se pelas agressões e prometendo mudar (nunca mais voltará a exercer violência).

Este ciclo caracteriza-se pela sua continuidade no tempo, isto é, pela sua repetição sucessiva ao longo de meses ou anos, podendo ser cada vez menores as fases da tensão e de apaziguamento e cada vez mais intensa a fase do ataque violento.



Por fim, um agradecimento muito especial à Ana, ao Eduardo, à Laura, à Maéva, à Margarida e ao Miguel, pelo empenho e entusiasmo demonstrados durante as últimas duas semanas; e um louvor aos seis pelo facto de se terem envolvido de forma voluntária e responsável no projeto, personalizando o ativismo e a consciência cívica que a Escola tem o dever de desenvolver e valorizar!

M D M  
A U A L M  
**OBRIGADO AOS SEIS MAGNÍFICOS!**  
G N R V U G  
A A D A R U  
R O A E  
I L  
D  
A

EB1 Nº1 DO FARALHÃO.

## Dia Nacional do Mar

Na EB1 nº1 do Faralhão, o Dia Nacional do Mar foi comemorado entre as duas turmas, embora à distância. Foi elaborado um cartaz sobre o que o mar nos pode oferecer e dialogámos sobre isso.

Ouvimos a Canção do Mar com a professora da AEC de Música e pintámos alguns desenhos alusivos ao tema.



## EQUIPA TEIP/ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL FLAMENQUITOS DE SANT´ IAGO

No seguimento da Formação Teórico-Conceptual, em formato digital, que marcou o início da fase de Formação de Educadores - Educação para a Cidadania através de Ubuntu, nos passados dias 29 e 30 de novembro a Mediadora Socioeducativa Raquel Banha, a Animadora Sociocultural Natália Silva, a Assistente Social Paula Varela e a Docente de EV Ana Gabriela Conceição, frequentaram a segunda fase de formação - Capacitação Prática, em formato presencial.

Apartir desses dias, o Agrupamento passou a ter quatro Educadoras Ubuntu motivadas e inspiradas a dinamizarem junto de uma turma do 3º ciclo, ou secundário as Semanas Ubuntu.



## Psicologia na AEOSNewsletter

Assinala-se hoje o **Dia Internacional das Pessoas com Deficiência**.

De acordo com informações disponibilizadas em dezembro de 2020 pela Ordem dos Psicólogos Portugueses, em Portugal, mais de 630 mil pessoas vivem com algum tipo de deficiência e enfrentam, diariamente, barreiras à comunicação, ao acesso à informação, a serviços sociais, assistência médica, inclusão social e educação. Muitas vezes discriminada e estigmatizada esta é, por diversos motivos, uma população particularmente vulnerável, vulnerabilidades essas que se acentuam nesta situação de pandemia COVID-19, que nos afeta a todos, sem exceção.



Maria Cristina Andrade  
(psicóloga/SPO)

*Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses*

## Sabia que ...

... o Oceano Ártico começou a aquecer no início do século XX?

O Oceano Ártico começou a aquecer no início do século XX, décadas mais cedo do que se pensava, segundo uma investigação publicada recentemente na revista “Science Advances”, que aponta as últimas duas décadas como as mais “quentes”.

O aquecimento do Ártico deve-se a água mais quente que flui para o delicado ecossistema a partir do Oceano Atlântico, com o aumento da temperatura a ser mais notório nos últimos 20 anos, indica o estudo de um grupo internacional de investigadores liderado pela Universidade de Cambridge, Reino Unido.

Os investigadores notam que todos os oceanos do mundo estão a aquecer, devido às alterações climáticas, mas que o Oceano Ártico, o mais pequeno e menos profundo, está a aquecer mais rapidamente do que qualquer outro. O grupo reconstruiu a história recente do aquecimento do oceano junto do Ártico, numa região chamada Estreito de Fram, entre a Gronelândia e o arquipélago norueguês das ilhas Svalbard, utilizando as assinaturas químicas encontradas em micro-organismos marinhos. E concluiu que o Oceano Ártico começou a aquecer rapidamente no início do século XX, à medida que águas mais quentes e salgadas vinham do Oceano Atlântico, um fenómeno chamado atlantificação. Uma mudança que começou antes da documentada pelas medições instrumentais modernas e que já provocou desde 1900 um aumento da temperatura de 2°C (graus celsius).



O investigador Teci Tommaso considerou “intrigante” a rápida atlantificação do estreito de Fram, a “porta” do Ártico, e alertou que essa atlantificação pode aumentar devido às alterações climáticas.

Adaptação da notícia publicadas em:

[https://visao.sapo.pt/visao\\_verde/ambiente/2021-11-24-clima-oceano-artico-comecou-a-aquecer-no-inicio-do-seculo-xx-estudo/?amp](https://visao.sapo.pt/visao_verde/ambiente/2021-11-24-clima-oceano-artico-comecou-a-aquecer-no-inicio-do-seculo-xx-estudo/?amp)



\*\*\* ERRATA \*\*\*

Na última edição da newsletter, na página 8, notícia sobre Ensino Experimental das Ciências - Ciência Viva, esta foi atribuída à escola Eb1/ji de Setúbal quando deveria ter sido à Eb1 Nº 7 de Setúbal.



## Newsletter do AEOS

O arquivo completo dos números anteriores pode ser consultado em:

[http://www.aveordemsantiago.pt/newsletter\\_aeos.html](http://www.aveordemsantiago.pt/newsletter_aeos.html)



Projeto cofinanciado:



EDUCAÇÃO

