

Nº 03

Aveos Newsletter

Grupamento de Escolas Ordem de Sant' Jago



2022/23

www.aveordemsantiago.pt

Aleos Newsletter

Agrupamento de Escolas
Ordem de Sant' Fago

EB1/JI DE SETÚBAL O OUTONO CHEGOU...



Foi desta forma que a EB1/JI de Setúbal recebeu o OUTONO



EB1/JI nº5 de Setúbal



Em articulação com a Biblioteca escolar e para assinalar a chegada do outono, a turma 25 do 3º ano ouviu a história “A magia da estrela do Outono”.



Os alunos puderam rever os valores da amizade e perceber como existem tantos amigos à sua volta.



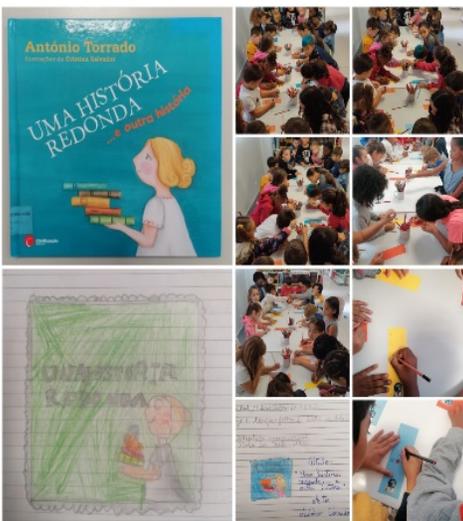
A turma criou um painel coletivo com a árvore de outono e as personagens da história com as suas mágicas “estrelas de outono”.





Ainda no âmbito das Bibliotecas escolares, as turmas 20 e 21 aceitaram o convite e deslocaram-se à biblioteca - Polo da Bela Vista- para ouvir uma história.

Após a audição da história cada criança desenhou num marcador de livro e trouxe-o para usarem nos seus próprios livros.

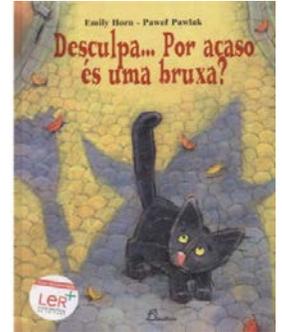


A história ouvida foi:” Uma história redonda... e outra história”. A história encantou crianças e adultos e a riqueza das suas ilustrações não deixou ninguém indiferente!



EB1/JI nº5 de Setúbal

A BIBLIOTECA VEIO À NOSSA ESCOLA...



No dia 10 de outubro, a Biblioteca Municipal de Setúbal veio ao espaço da nossa biblioteca da EB/JI nº5, contar a história "Desculpa... por acaso és uma bruxa".

As Animadoras contaram e dramatizaram a história para as crianças da educação pré-escolar e do 1º ano de escolaridade, com objetivo de sensibilizar para o livro e para a leitura, motivando as crianças para a protecção e segurança dos animais e finalizando com dança mimada da canção "Dança do Pinguim".

Foi uma atividade muito divertida e todos gostaram muito!



EB1 Nº1 DO FARALHÃO

INICIO de ano letivo

O início deste ano letivo foi recheado de atividades muito divertidas! Assim, a turma 1 da EB1 nº1 do Faralhão, resolveu juntá-las numa só notícia.

No dia **16 de setembro** iniciámos as atividades escolares com jogos ao ar livre, com a construção de um cartaz de boas vindas e as professoras fizeram um miminho para nos oferecer.



O **Dia Internacional da Paz, 21 de setembro** e o **Dia do Coração, dia 26 de setembro**, resolvemos “juntá-los”, uma vez que temos que falar em paz com todo o nosso coração. Nos dias de hoje, cada vez mais é importante termos bons sentimentos no nosso coração, para que a paz esteja sempre ao nosso redor. No entanto, também conversámos sobre o coração enquanto órgão e o que podemos fazer para mantê-lo saudável. No fim, construímos o seguinte cartaz.



No dia **29 de setembro**, recebemos a visita da **GNR** para nos falar sobre Segurança Rodoviária. Gostámos muito e os senhores Guardas disseram que nos portámos muito bem e que já sabíamos muitas coisas.



A chegada do **Outono** foi comemorada com a história "A magia da estrela do Outono". De seguida fizemos uma banda desenhada sobre a mesma. Aprendemos também o que é o Equinócio de Outono, bem como dois poemas sobre esta estação do ano.



No dia **1 de outubro** comemorou-se o **Dia Mundial da Música** e o **Dia Nacional da Água**. O primeiro foi assinalado com o auxílio da Professora de música, tocando vários instrumentos. O segundo, comemorámos com uma banda desenhada onde falamos sobre a poluição das águas dos nossos oceanos e de como gostaríamos que fosse.



Por fim, o dia **5 de outubro**, foi assinalado com o visionamento de um filme para percebermos melhor o que foi a **Implantação da República** e pintámos desenhos alusivos à data. O dia 5 é também **Dia do Animal** e, como é óbvio, não podíamos deixar de desenhar e apresentar os nossos animais de estimação, a toda a turma.

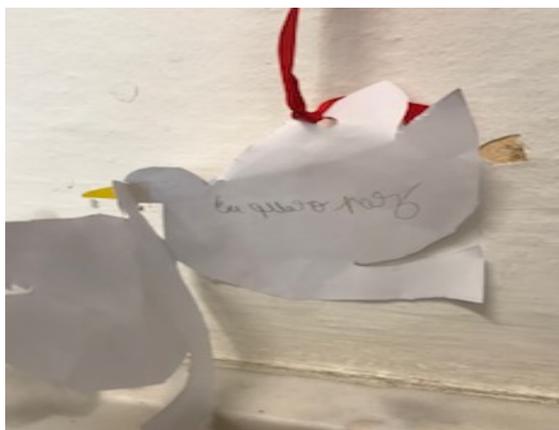
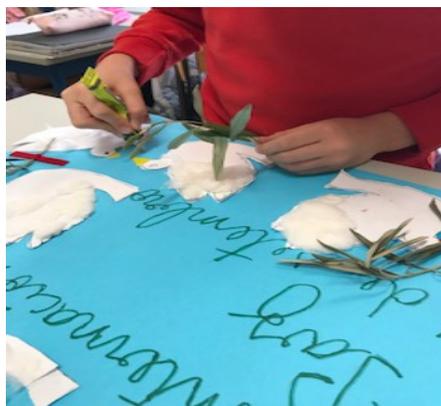


Como podem ver, o nosso início de ano letivo, foi muito rico... Mas não podemos terminar este pequeno artigo sem desejar a todos um ano tão ou mais recheado de coisas boas como as que temos tido até aqui. Até breve!



No dia 21 de setembro a turma 2 da EB1 nº1 do Faralhão comemorou o Dia Internacional da Paz que tem como objetivo sensibilizar as pessoas para a necessidade de paz no mundo.

Apesar de ser um tema sempre atual, nos dias de hoje, ainda é mais pertinente devido ao contexto bélico que vivemos na Europa. Assim, a turma debateu a importância da paz e as suas consequências e por fim elaborou um cartaz com o símbolo da paz, deixando registado o que desejam para o mundo.



EB1/JI DAS MANTEIGADAS

Os nossos alunos são uns artistas!

Na manhã do dia 13 de outubro, os alunos de cada uma das turmas (12 e 15) da EB1/JI das Manteigadas, atuaram algumas músicas sobre o outono, que andam a praticar, para os restantes colegas do 1º ciclo. Os alunos Lucas e Mayara, do 4º e 3º ano respetivamente, aproveitaram ainda para mostrar uma coreografia que inventaram para os seus colegas. Foram atuações cheias de talento, com todos os alunos a mostrarem muito entusiasmo pela atividade. A EB1/JI das Manteigadas está cheia de artistas!



Visita de Estudo – IPDJ Setúbal

Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental

Uma vez que não há saúde sem saúde mental, os alunos de todas as turmas dos Cursos Profissionais, acompanhados pelos professores Cristina Figueira, Henrique Costa, Ivo Madaleno, Liliana Amaro e Zulmira Passeira, participaram, no dia 12 de outubro, numa sessão de sensibilização sobre a problemática da saúde mental, dinamizada pelo IPDJ de Setúbal.

Inserida no âmbito da componente curricular de Cidadania e Desenvolvimento e na Educação para a Saúde, a atividade permitiu assinalar o Dia Mundial da Saúde Mental, que se comemora a 10 de outubro.



Entre os temas abordados numa tertúlia intitulada *Conversas Descomplicadas*, destacaram-se: a definição de saúde mental; os mitos e os factos que lhes estão associados; as principais perturbações mentais na juventude; os fatores e os sinais de

alerta da doença mental e as estratégias para a enfrentar; e o papel da psicologia e do psicólogo na promoção da saúde mental.



A atividade desenvolvida permitiu aprofundar a parceria do AEOS com o Gabinete de Saúde Juvenil do programa *Cuida-te+* do IPDJ de Setúbal, tendo, inclusive, sido fundamental para enquadrar a problemática a explorar na edição atual do Programa *Parlamento dos Jovens: Saúde Mental nos Jovens: que desafios; que respostas?*

Os alunos do AEOS que participaram na tertúlia fizeram-no com entusiasmo e pertinência, demonstrando sensibilidade em relação às problemáticas abordadas e comprometimento com o exercício de uma cidadania informada e responsável!



Cristina Figueira
Henrique Costa
Ivo Madaleno
Liliana Amaro
Rita Damas
Zulmira Passeira

A EQUIPA TEIP - ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

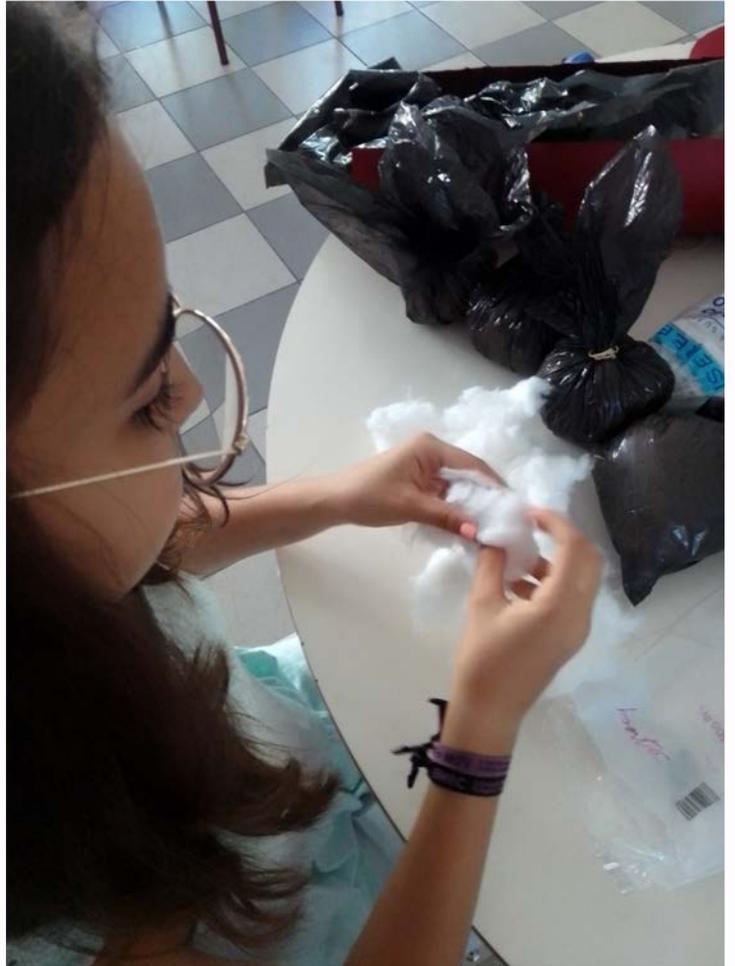
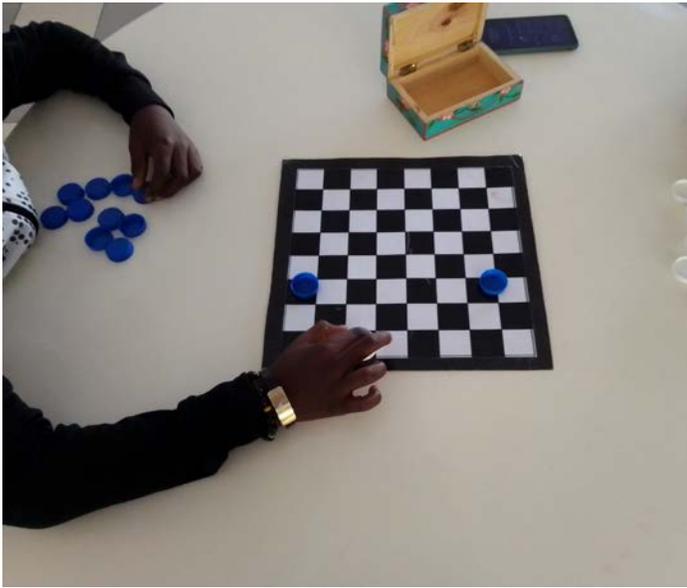
OTL - OCUPAÇÃO TEMPOS LIVRES

É um espaço criado a pensar nos alunos, ocupando os seus tempos livres, participam em pequenos projetos de interesse para a comunidade AEOS.

Objetivos:

- desenvolver capacidades pessoais e sociais;
- proporcionar atividades de carácter pedagógico;
- proporcionar uma ocupação saudável;
- contribuir para o bem estar e a recreação das crianças e jovens participantes





Psicologia na AEOSNewsletter



No passado dia 10 de outubro, comemorou-se o **Dia Mundial da Saúde Mental**.

Esta data é frequentemente assinalada nas escolas, sinal da preocupação destas com o bem-estar e saúde psicológica das crianças e dos jovens, comemoração cada vez mais assente numa visão em que a saúde mental dos estudantes é a solução e não o problema. Simultaneamente, o trabalho desenvolvido junto das crianças e jovens vai-se afastando da noção de saúde mental como sinónimo de doença mental.



Existem, no entanto, outros palcos que merecem a nossa atenção quando falamos de saúde mental, nomeadamente a dimensão profissional e a preocupação com a promoção de locais de trabalho saudáveis.

Uma organização para ser saudável precisa de trabalhadores com saúde psicológica. A construção de um local de trabalho saudável, passa, necessariamente, pelo envolvimento de todos os seus elementos.

Quando se tem uma vida profissional movimentada e ocupada é fácil sentirmo-nos sobrecarregados com trabalho. No entanto, não só para a nossa saúde mental mas também para o nosso sucesso profissional, é importante que sejamos capazes de encontrar algum equilíbrio que ajude a promover a nossa saúde psicológica e o nosso bem-estar. Do ponto de vista das organizações, os efeitos adversos dos problemas de saúde psicológica e de stress ocupacional incluem o aumento do absentismo ou do presentismo. Estudos recentes indicam que as perdas de produtividade associadas ao presentismo são superiores às resultantes do absentismo.

E o que podemos nós fazer enquanto trabalhadores? Há um conjunto de ações que podem melhorar nossa saúde psicológica e o nosso bem-estar. Podemos, por exemplo, sair do local de trabalho durante a pausa de almoço, apanhar ar, dar um passeio, tornar o espaço físico de trabalho mais agradável e confortável ou evitar enviar e/ou verificar o *email* fora do horário de trabalho.

Maria Cristina Andrade
(psicóloga/SPO)

Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses

Sabia que ...

... os novos estudantes do Instituto Politécnico de Setúbal removeram mais de duas toneladas de lixo do rio Sado?

Mais de duas toneladas de resíduos foram retiradas no final de setembro da zona industrial da Mitrena, em mais uma ação de limpeza das margens do Estuário do Sado realizada pelos estudantes recém-chegados ao Instituto Politécnico de Setúbal (IPS).

A operação de voluntariado voltou a integrar o programa “IntegraTe”, de acolhimento aos novos estudantes do IPS, mobilizando mais de 500 jovens, que se distribuíram por várias das zonas consideradas críticas na margem norte do Estuário do Sado, avançou o IPS em comunicado.

Segundo a mesma fonte, “uma praxe diferente, que se repete anualmente desde 2018 e resulta de uma aposta do IPS e da sua Associação Académica (AAIPS) na preservação do património natural de Setúbal”. Com a ajuda dos novos estudantes do IPS, as pradarias marinhas do Sado “estão agora a salvo destes mais de 2 000 quilos de lixo acumulado à beira-rio, sobretudo resultante das atividades piscatórias”.



A sustentabilidade ambiental, dentro e fora dos campi, é uma missão assumida desde há muito pelo IPS e patente num conjunto de ações já reconhecido a nível nacional em várias ocasiões. A mais recente distinção foi o galardão EcoCampus, atribuído pela Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE) como forma de promover a sustentabilidade nas instituições de ensino superior (IES), conclui o IPS.

Adaptação da notícia publicada em:

<https://greensavers.sapo.pt/novos-estudantes-do-ips-removem-mais-de-duas-toneladas-de-lixo-do-sado/>



Newsletter do AEOS

O arquivo completo dos números anteriores pode ser consultado em:

http://www.aveordemsantiago.pt/newsletter_aeos.html



Projeto cofinanciado:

Lisb@20²⁰



EDUCAÇÃO

