



Nº 25



New Letter
Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Fago

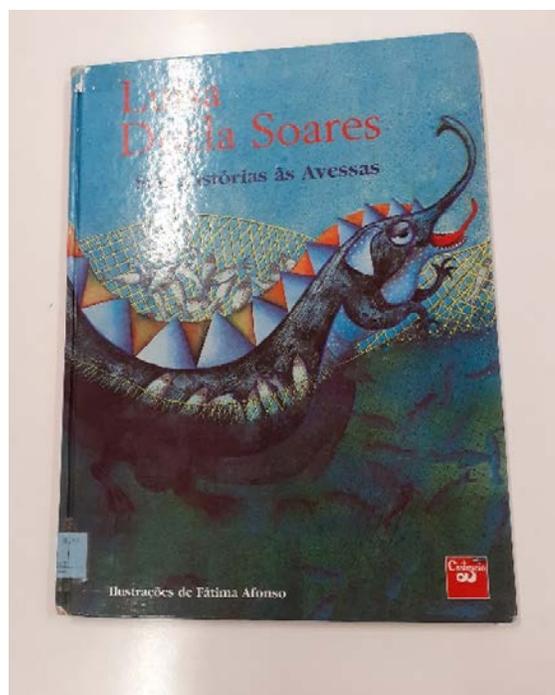




EB1/JI DE SETÚBAL

O VAMPIRO QUE BEBIA GROSELHA

Em articulação com a BE, do AEOS, a educadora Adelaide apresentou a história “O Vampiro que bebia groselha”, de Luísa Ducla Soares, na turma 49-3º ano. Toda a turma adorou a atividade e agradece esta oportunidade.







PROJETO HORTA PEDAGÓGICA

A HORTA PEDAGÓGICA DA NOSSA ESCOLA JÁ GERMINA!

A Horta Pedagógica da nossa escola já germina!

De emoções e sorrisos sobressaem rebentos que espreitam o sol e na sua

direção vão crescendo os nossos produtos biológicos.

Os alunos dizem que ali o tempo passa muito rápido.

“Professora, é tão bom cuidar do ambiente! Temos de vir aqui mais vezes!”

Entre saltitos e corridas se entrelaçam vontades, cava-se como quem remexe esperanças, semeia-se para a sustentabilidade de um planeta melhor e rega-se gerindo recursos que aprendeu-se a equilibrar.

Quando se chega a casa já se faz a reciclagem de matéria orgânica que naturalmente vai fertilizar a nossa horta, do que é caseiro, simples e económico.

É neste sentir que vai fazendo sentido o que se aprende. Se promove a educação ambiental em prol da educação para a sustentabilidade do planeta, entre as mãos repletas de querer das nossas crianças/jovens.

“Professora, as férias estão a chegar... Quem vai cuidar da nossa horta? Podemos vir à horta nas férias?”

As professoras: Ana Durães, Constança Simões e Mónica Rocha

(Com a preciosa colaboração da COSAP- Federação Concelhia de Setúbal das Associações de Pais)





Oficina de Matemática

No dia 24 de março, em Aveiro, realizou-se o 16º Campeonato Nacional de Jogos Matemáticos.

O nosso Agrupamento foi representado por uma "equipa" de 6 alunos.



No dia 23 de março exploramos as ruas históricas da cidade de Aveiro e provamos o doce típico, os Ovos Moles. Para proporcionar um momento único e uma experiência inesquecível a nossa "equipa" navegou num Moliceiro pela Ria de Aveiro, embarcação empregue na dura faina da laguna.

Após o jantar os alunos tiveram um momento de partilha de estratégias para o grande Campeonato.



No dia 24, os alunos participaram nos jogos, que se realizaram na Universidade de Aveiro.

A nossa "Equipa"...

Alunos do 2.º ciclo:

Afonso Fráguas, jogo Produto;
Emily Maximiniano, jogo Rastos;
Rafael Silva, jogo Gatos & Cães.

Alunos do 3.º ciclo:

Carolina Santos, jogo Produto;
Diogo Belguinhas, jogo Rastos;
Gonçalo Ladeira, jogo Dominório.



As primeiras eliminatórias...

Num grupo de 12 jogadores, os alunos tinham de conquistar "Vitórias" para passar à fase final.

Todos estão de parabéns.

Esta é uma atividade dinamizada pela Oficina de Matemática.

O nosso muito obrigado, a todos os que tornaram possível a concretização desta atividade.

Professoras: Elma Afonso e Manuela Ó Venâncio

EQUIPA TEIP | ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

CAIXA DE SUGESTÕES

A Associação de Estudantes elaborou uma tradicional caixa de sugestões.

A sua utilização resultará mais ou menos de oportunidades de melhoria e Inovação na escola.

Por exemplo:

- * apresentação de ideias inovadoras;
- * Sugestões de melhorias;
- * propostas;
- * E afins.



EQUIPA TEIP | ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL FELIZ PÁSCOA!

A tod@s uma Santa e Feliz Páscoa!





Psicologia na AEOSNewsletter

Ansiedade

O texto desta semana continua a abordar o tema “Ansiedade”, ao referir diferentes formas de lidar com esta dificuldade. Recordemos que alguma ansiedade é natural. Demasiada, constitui um problema.

Existem intervenções que ajudam a reduzir e aprender a gerir a ansiedade. Pedir ajuda a um profissional qualificado é o passo aconselhado. Paralelamente, há um conjunto de outras coisas que podemos fazer e que nos pode ajudar a lidar com a ansiedade, a tolerar a ansiedade, sem dela fugir:

- Partilhar pensamentos e sentimentos com alguém em quem confiamos;
- Escrever. Colocar os nossos pensamentos e sentimentos no papel;
- Praticar desporto ou fazer exercício físico (por exemplo, fazer caminhadas);
- Pedir ajuda a um amigo para nos ajudar a fazer alguma atividade fora de casa;
- Fazer (outras) coisas que nos dão prazer;
- Experimentar desenhar, pintar, cozinhar, arrumar a gaveta das meias... As atividades repetitivas podem ajudar-nos a relaxar e a concentrar em algo diferente;
- Envolvermo-nos durante grande parte do nosso dia em atividades ou tarefas que tenham um objetivo;
- Comer bem. Dormir bem;

- Aprender métodos de relaxamento;
- Recompensarmo-nos a nós próprios quando atingimos um pequeno objetivo;
- Fazer uma lista de estratégias possíveis para por em prática quando nos sentimos ansiosos.



Às vezes, pedir ajuda é mesmo essencial. Quando estas estratégias não são suficientes, pedir ajuda para enfrentar a ansiedade é o primeiro passo para quebrar o ciclo de insegurança.

Maria Cristina Andrade
(psicóloga/SPO)

Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses (texto adaptado)

Sabia que ...

... a água engarrafada gera, anualmente, 25 milhões de toneladas de plástico?

A ideia de que “a água engarrafada é mais segura do que a da torneira precisa de ser questionada”, alerta um relatório das Nações Unidas (ONU) divulgado recentemente. Este sector económico – um dos mais dinâmicos do mundo, que cresce mais rápido do qualquer outro da indústria alimentar – envolve a venda anual de 350 mil milhões de litros de água tratada, que gera 25 milhões de toneladas de resíduos plásticos.

“Portugal está entre os 50 países que mais consomem em volume (cerca de 660 milhões de litros consumidos em 2021 (44.º lugar) e 64 litros por habitante (35.º lugar *per capita*), embora não esteja entre os maiores mercados em termos de valor.



A utilização anual de cerca de 600 mil milhões de garrafas (ou outros recipientes plásticos) gera um volume absurdo de resíduos, capaz de encher sucessivos camiões numa fila imaginária de Nova Iorque a Banguecoque. A maioria desse lixo não é reciclada, sublinha o documento, acabando por ir parar a aterros sanitários ou a lixeiras clandestinas.

“Pode-se argumentar que, se o mundo concentrar mais esforços no fornecimento público de água canalizada limpa e segura, a produção de água engarrafada pode ser reduzida, o que, por sua vez, levará à redução de resíduos de plástico. É importante lidar com a origem do problema e não com as consequências”, recomenda o relatório das Nações Unidas.

Excerto adaptado da notícia publicada em:

<https://www.publico.pt/2023/03/16/azul/noticia/agua-engarrafada-nao-segura-torneira-relatorio-onu-2042389>



Newsletter do AEOS

O arquivo completo dos números anteriores pode ser consultado em:

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



Projeto cofinanciado:



EDUCAÇÃO

