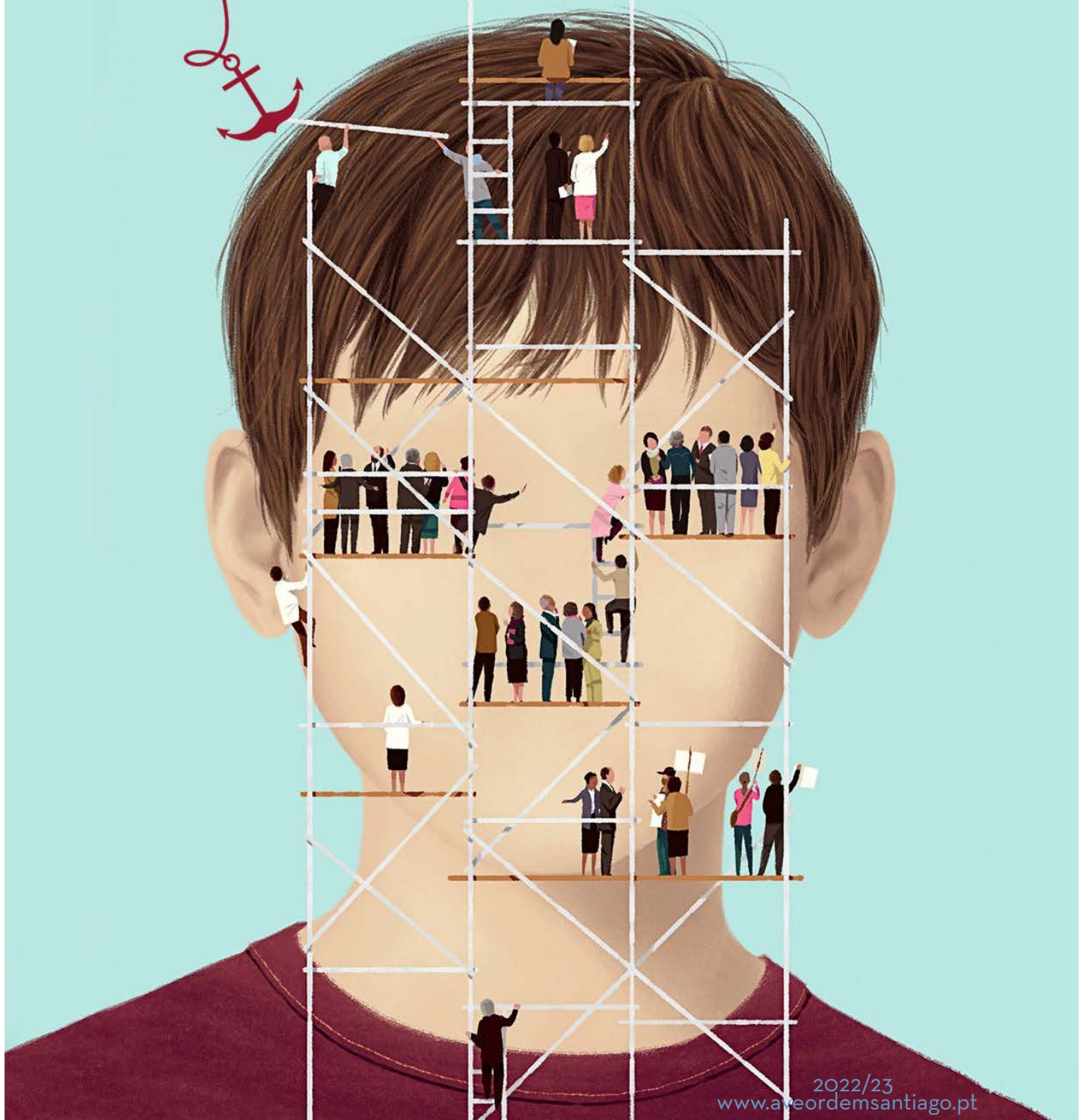




Nº 32

Aeos Newsletter

Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Jago



2022/23
www.aeordemsantiago.pt




E.B. 1 N.º 7 - SETÚBAL

FESTIVAL INTERNACIONAL DE MÚSICA DE SETÚBAL - ESCRITA DE CANÇÕES

No âmbito do Festival Internacional de Música de Setúbal, as turmas 35 e 39 da E.B. 1 nº 7 de Setúbal participaram no Projeto Escrita de Canções, dirigido por Carlos Garrote, com o tema “Escutar a Diferença”.





No dia 28 de maio, estes alunos de 3º e 4º ano, atuaram no Fórum Municipal Luísa Todi com as canções intituladas “ Cada um é Diferente” e “ No reino da Igualdade”.

As letras destes temas foram da autoria dos alunos, em colaboração com as docentes titulares de turma e arranjos musicais do professor Carlos Garrote.

Parabéns a todos os intervenientes neste fantástico projeto e um agradecimento à colaboração dos Encarregados de Educação.

As docentes

Beatriz Ribeiro e Sandra de Jesus

Na escola a diversidade
enriquece a aprendizagem 🍀



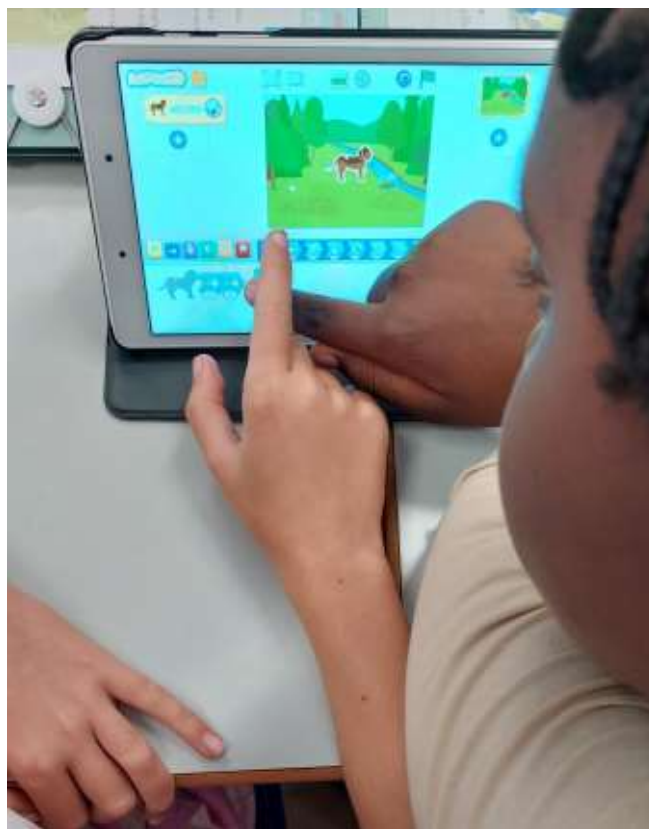
E. B. 1 nº 7 de Setúbal - SCRATCH

No decorrer deste ano letivo, a turma 39 da E. B. 1 nº 7 de Setúbal tem dinamizado atividades no âmbito do Programa Municipal de Educação pela Arte e pelas Ciências Experimentais, desenvolvido pela Ciência Viva em parceria com a Câmara Municipal.

Desta vez, a turma 39, produziu histórias com recurso à linguagem de programação introdutória Scratch. Os alunos utilizaram blocos de programação para criar e “dar vida” a personagens que se movem entre outras coisas, com base na temática do ambiente.

Com esta linguagem de programação é possível produzir histórias e jogos interativos. A interface gráfica permite criar formas, inserir fotografias, adicionar texto, sons e vozes.

Foi uma atividade bastante dinâmica e motivadora!



DIA DA CRIANÇA

O Dia da Criança na EB1/JI de Setúbal foi comemorado com jogos tradicionais, pintura do mural e história "Os Monstros de Max" dinamizada pela professora Aguinalda Conduto. Foi um dia fantástico!!!

Jogos tradicionais



Pintura do Mural



História "Os Monstros de Max"



PROJETO KIDSDIVE SUMMIT

No passado dia 24, no Cinema Charlot, ocorreu o encerramento do Projeto, onde os alunos participantes tiveram oportunidade de assistir às intervenções dos Drs Gonçalo Silva e Miguel Pais (MARE), subordinadas aos temas, respetivamente, “Áreas Marinhas protegidas e outras ferramentas para a Conservação da Natureza” e “Mas afinal para que serve a biodiversidade marinha?”.

Após um ligeiro intervalo, as alunas Beatriz e Joana, do 8º C, em nome do grupo participante, apresentaram um pequeno vídeo, onde referiram, sucintamente, as aprendizagens realizadas, os sentimentos que foram experienciando ao longo do Projeto e os respetivos agradecimentos às entidades envolvidas.

O Summit encerrou com a oferta, pelo KidsDive, das máscaras VR360º, recebidas em representação da Escola pelos nossos Embaixadores Gonçalo e Tiago, do 8º A, e que permitirão a todos os alunos a experiência de “Um mergulho virtual na conservação do Oceano”.





KIDS DIVE

SETÚBAL 2023

24 DE MAIO DE 2023



Programa

Cinema Charlot

14:30h - 14:50h | Sessão de boas vindas
14:50h - 15:10h | "Áreas Marinhas protegidas e outras ferramentas para a Conservação da Natureza"

Gonçalo Silva | MARE-Marine and Environmental Sciences Centre | ARNET-Aquatic Research Network | ISPA-Instituto Universitário

15:10h - 15:30h | "Mas afinal para que serve a biodiversidade marinha?"

Miguel Pais | FCUL-DBA - Departamento de Biologia Animal da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa | MARE- Centro de Ciências do Mar e do Ambiente

15:30h - 16:00h | Intervalo

16:00h - 16:30h | Apresentação de trabalhos dos alunos no âmbito do programa Kids dive

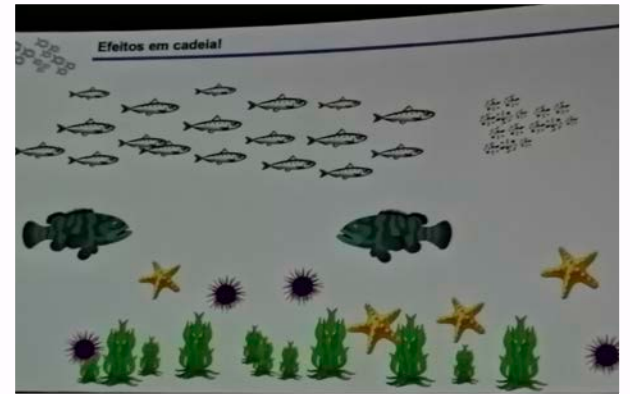
16:30h- 17:00h | Entrega de máscaras VR360º às escolas - Um mergulho virtual na conservação do Oceano



#savetheocean

geral@kidsdive.pt

EM PARCERIA





Tratando-se de um Projeto que envolve elevados custos financeiros e uma logística complexa, cumpre-nos enaltecer o esforço levado a cabo pela Câmara Municipal de Setúbal ao trazer o KidsDive para o nosso concelho e proporcionar aos nossos alunos uma experiência inesquecível; à equipa do KidsDive, expressamos a nossa gratidão pelo zelo e profissionalismo com que orientaram os alunos em todo o processo; uma palavra de apreço aos docentes que se disponibilizaram para acompanhar os alunos nas diferentes etapas. A todos deixamos os nossos agradecimentos.

A Coord. Escola Azul

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO ESPECIAL DIA MUNDIAL DA CONSCIENCIALIZAÇÃO DO AUTISMO

Educação Especial

Assinalámos o **DIA MUNDIAL DA CONSCIENCIALIZAÇÃO DO AUTISMO** com a dinamização da história “O meu amigo faz iiiiii...” junto das turmas T53, T58, T43, T49 da EB1/JI de Setúbal.

Desta atividade resultaram umas obras de arte lindíssimas!

Dinamizadoras: Guida Almeida, Francisca Neves, Paula Silva



EQUIPA TEIP/ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL



Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Iago
Escola Básica e Secundária Ordem de Sant'Iago

Mérito Escolar

CONVITE

LOCAL:

Auditório da Escola Básica e Secundária Ordem de Sant'Iago
— DIA 1 DE JUNHO de 2023 — ✦ PELAS 18 HORAS

ABERTO À COMUNIDADE EDUCATIVA

Parabéns a todos os alunos que integram o Quadro de Mérito
e de Excelência, referente ao Ano Letivo —2021/2022—.



EQUIPA TEIP/ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL BAILE DE FINALISTAS 22/23

A realização desta iniciativa foi uma comemoração pelo facto de estes terem terminado mais um ciclo de estudos e terem alcançado mais uma etapa das suas vidas. É também um meio de motivar os outros alunos não finalistas a procurarem atingir esta etapa. Durante o baile, foram entregues as faixas de finalistas e todos os presentes foram brindados com a dança da valsa, protagonizada pelos alunos, entre outras surpresas.



O baile de finalistas realizou-se no dia 26 de maio de 2023, pelas 21 horas.

Apresentação da cerimónia foi dinamizada pelos alunos Lara Monteiro da Turma 1º AB do Curso Profissional Técnico de Juventude, elemento integrante da nossa Associação de Estudantes e Bruno Rodeia da turma 1º C, Curso Profissional Técnico de Desporto.

Agradecimentos a TODA Comunidade Educativa!







Psicologia na AEOSNewsletter

Gerir o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional

O equilíbrio entre a vida pessoal/familiar e profissional é fundamental para a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida, para a produtividade das organizações, para a coesão social. Procurar estratégias flexíveis para os diferentes papéis que desempenhamos e diferentes responsabilidades que assumimos no nosso dia-a-dia é imperativo.

Com este objetivo em mente, ficam aqui algumas recomendações:

Assumir responsabilidade pelo próprio equilíbrio pessoal e profissional.

Investir no desenvolvimento de boas relações com os colegas, não só através da construção de uma rede de apoio no dia-a-dia de trabalho, mas também ao fomentar interesses e relações fora do local de trabalho.

Sair do local de trabalho durante a pausa para almoço; fazer intervalos ao longo do dia.

Ser realista. Não se pode (nem é preciso) fazer tudo “sempre” de modo “perfeito”. É importante priorizar o que é realmente importante para cada um.


Fazer uma lista de todas as tarefas (pessoais e profissionais). Demora apenas uns minutos e pode ajudar a priorizar as mais importantes e a colocar a sensação de sobrecarga em perspetiva. É importante incluir na lista atividades que proporcionam prazer e/ou permitem descansar/recuperar.

PROCURE EQUILIBRAR A VIDA FAMILIAR E PROFISSIONAL



Evitar consultar o e-mail, atender telefonemas ou agendar reuniões fora do horário de trabalho.

Estabelecer limites para o uso das tecnologias de comunicação. O fácil acesso a instrumentos de trabalho como



o telemóvel ou *email*, dificultam a separação entre as dimensões pessoal e profissional. Dificultam ainda fruir sem interferências de momentos pessoais e familiares.

Autocuidado. Quando a vida pessoal/familiar e a vida profissional se sobrepõem e “atropelam”, investir no bem-estar é ainda mais importante.

Se não cuidarmos de nós próprios teremos mais dificuldade em cuidar da nossa família e em fazer um bom trabalho.

Pedir ajuda, se o equilíbrio entre as dimensões pessoal e profissional representa uma dificuldade de difícil resolução ou se sente que desempenho nas tarefas pessoais e profissionais está comprometido.

Maria Cristina Andrade
(psicóloga/SPO)

Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses (texto adaptado)

5 de junho - Dia Mundial do Ambiente - Para refletir ...

... "Talvez, nos próximos anos, a nossa praia já não esteja lá"

Quando pensamos em cidades costeiras, desejamos um litoral estanque, uma linha firme, inalterada no tempo. A praia da infância com o mesmo areal, os bares de apoio no sítio do costume e todas construções seguras, anos a fio, apesar de debruçadas sobre o mar. É um sonho inalcançável, sobretudo agora, em tempos de alterações climáticas: o degelo dos glaciares e a expansão térmica do oceano já estão a contribuir para a subida do nível médio do mar. E, por inércia do sistema, assim continuarão. Daí precisarmos com urgência, garantem os cientistas, de planos de adaptação e sistemas de monitorização e aviso precoce.

Da foz do rio Minho à do Guadiana, Portugal conta com cerca de 950 quilómetros de costa. Com a subida do nível do mar, o litoral enfrenta riscos acrescidos no que toca à erosão costeira, à perda de território e aumento das inundações. O investigador João Miguel Dias, professor catedrático da Universidade de Aveiro, acredita que o calcanhar de Aquiles português não será tanto as praias, mas as zonas estuarinas.



O cientista do Centro de Estudos do Ambiente e do Mar (CESAM) recorda que, no cenário mais pessimista para 2100, a subida do nível médio do mar prevista pelo sexto ciclo de avaliação do Painel Intergovernamental para as Alterações Climáticas (IPCC, na sigla em inglês) para a costa portuguesa é de 79 centímetros - o que equivaleria à altura de um bebé de 18 meses. E, no melhor dos cenários, 43 centímetros (ambas as estimativas têm como cenário-base 1995-2014).

Em Portugal, refere o cientista do CESAM, temos como zonas com maior risco o estuário da ria de Aveiro, da ria Formosa, do Mondego, do Tejo e do Sado. “Estes cinco estuários/lagunas estarão mais em risco porque estão rodeados por zonas topográficas com um relevo muito baixo, ou seja, zonas marginais planas. Aqueles tais 79 centímetros podem ser suficientes para alagar parte destas zonas”, afirma João Miguel Dias, referindo-se ao pior cenário do IPCC.



Um estudo do CESAM, publicado em 2022 na revista científica *Scientific Reports* (do grupo *Nature*), mostra que “inundações com período de retorno de 100 anos podem impactar diretamente quase 23.000 e 35.000 moradores no horizonte de médio e longo prazos, respectivamente”, nos cinco estuários de maior risco. Dessa população, a maior parte (77%) mora nas regiões próximas à ria de Aveiro e Tejo (51% e 26%, respetivamente), ao passo que os restantes 23% vivem nas margens do Sado, da ria Formosa e do Mondego.

Além da importância da instalação de estações de monitorização de sistemas - uma “cruzada” que João Miguel Dias diz travar “há quase 20 anos” -, a equipa da Universidade de Aveiro mostra-se preocupada com um aspecto “negligenciado” quando o assunto é a subida do nível médio do mar: a intrusão salina.

Excerto adaptado da infografia publicada em:

<https://www.publico.pt/multimedia/interactivo/subida-do-mar-erosao-costeira-talvez-nos-proximos-anos-a-nossa-praia-nao-esteja-la>



Newsletter do AEOS

O arquivo completo dos números anteriores pode ser consultado em:

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



Projeto cofinanciado:



EDUCAÇÃO

