



Nº 30

# Aveos Newsletter

*Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Fago*



# Alcos Newsletter

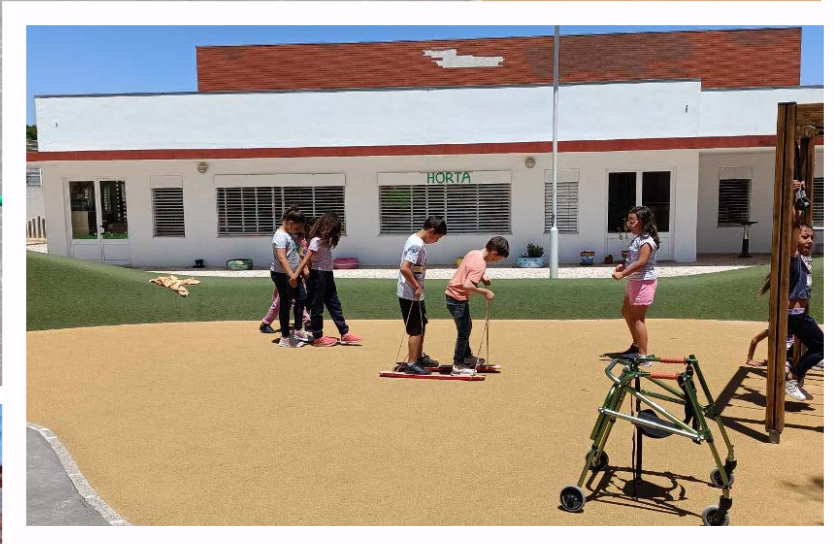
Agrupamento de Escolas  
Ordem de Sant' Fago



## EB1/JI SETÚBA DIA DO BRINCAR

No dia do Brincar as turmas amigas 42, 38 e 59 decidiram juntar-se e realizar a gincana da brincadeira. Aqui ficam algumas imagens, deste dia bem divertido!!





ERASMUS+

## ESCOLA DA POLÓNIA VISITA A EOS!

Nos dias 28 e 29 de maio, a nossa escola recebeu um grupo de 13 alunos e alunas da Polónia, com o objetivo de colaborar com a empresa Euromind Portugal, responsável por projetos de intercâmbio escolar, no âmbito do Programa Erasmus+.

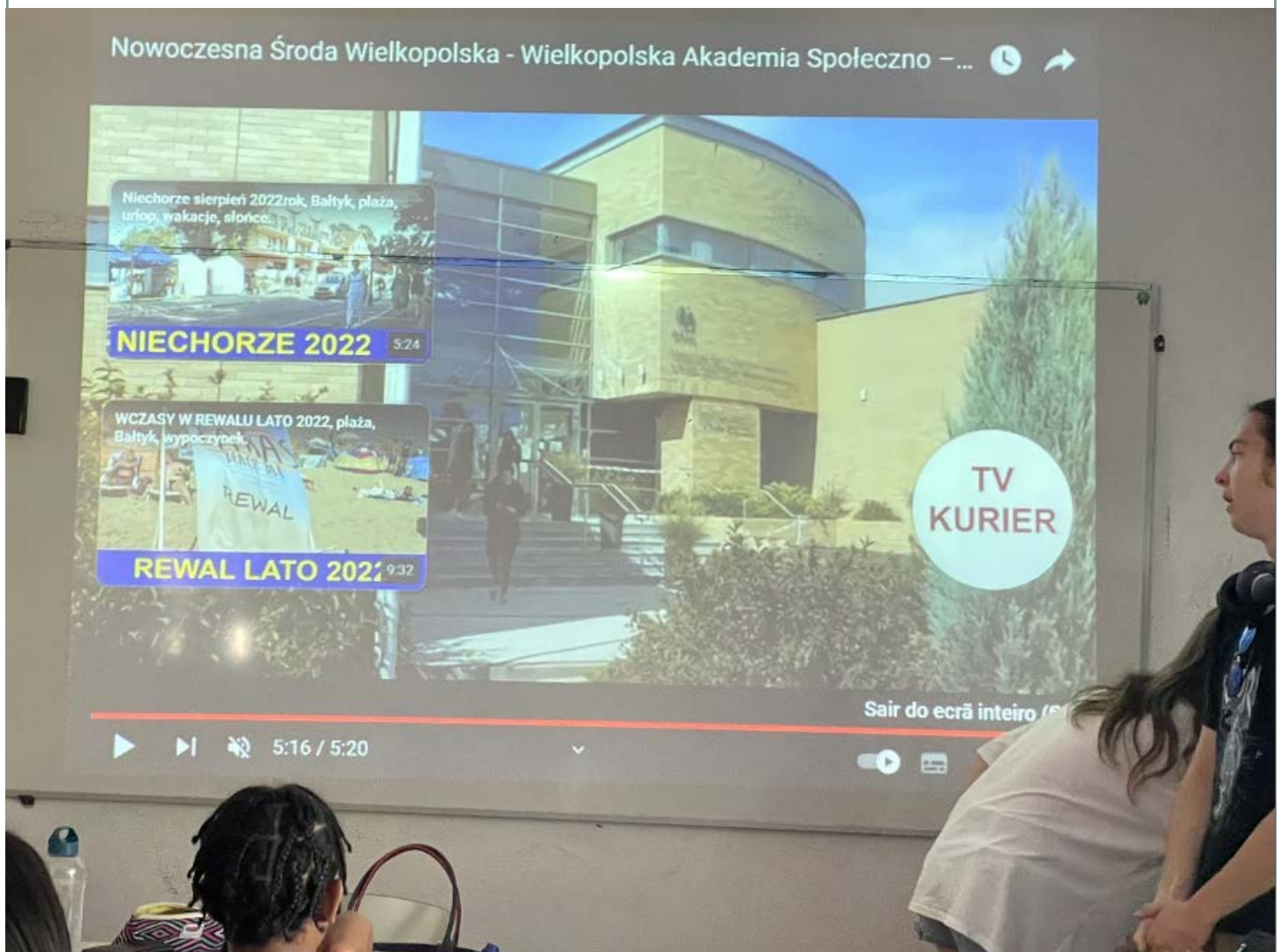
No primeiro dia, os alunos e as alunas desenvolveram o seu projeto com a turma A de 9º ano, tendo apresentado a sua escola de origem, as tradições e curiosidades do seu país e cidade, roda Wielkopolska. Da mesma forma, os alunos e alunas do 9ºA destacaram-se pela qualidade da apresentação que fizeram da nossa escola, da cidade e do país, em língua inglesa. Foi ainda realizada uma visita guiada a toda a escola, no fim do primeiro dia.



No segundo dia, foram dinamizadas atividades, pelas duas turmas, no âmbito da temática do projeto: segurança na Internet.

Em conclusão, tratou-se de uma experiência deveras enriquecedora, não só pela troca de olhares perante diferentes culturas, mas acima de tudo, pela oportunidade de comunicação em Inglês.

*A Direção e Representante de Inglês 3º ciclo*



EQUIPA TEIP/ ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

# BAILE DE FINALISTAS 23/24

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.

*Natália Silva, Técnica Superior em Animação Sociocultural*











## **Psicologia na AEOSNewsletter**

### **DESIGUALDADE E DISCRIMINAÇÃO**

A evidência científica demonstra que a saúde psicológica, a qualidade de vida e o bem-estar sofrem a influência de um conjunto de determinantes socioeconómicos. Com efeito, o impacto das desigualdades e da discriminação na saúde psicológica dos indivíduos e das comunidades é extenso e diverso.

#### **Fatores de Desigualdade e Discriminação**

##### **Desemprego e Precaridade Laboral**

O trabalho é uma dimensão central da vida adulta, com grande impacto na saúde psicológica e no bem-estar.

As pessoas que permanecem desempregadas durante um longo período, sentem dificuldade em manter o seu bem-estar e podem ver a sua saúde psicológica deteriorar-se.


Também trabalhar sem condições (por exemplo, ter um emprego precário, inseguro e instável) pode ter impactos negativos na personalidade e nas competências emocionais e interpessoais, com consequências negativas para o bem-estar.

O desemprego e a instabilidade laboral estão ainda associados à deterioração das redes de suporte social e da relação com a sociedade em geral, gerando um impacto negativo no bem-estar subjetivo (satisfação com a vida) e um aumento do risco de desenvolvimento de problemas de saúde física.

##### **Dificuldades Económicas e Pobreza**

As dificuldades económicas e, no seu caso extremo, a pobreza, têm forte impacto em todas as dimensões da vida dos cidadãos, com claros efeitos negativos na sua saúde psicológica. Sabe-se que a perda de recursos económicos está associada a níveis mais elevados de stress e de ansiedade.

Indivíduos que vivenciam a pobreza, especialmente no início da sua vida ou por longos períodos, são mais vulneráveis a uma série de resultados adversos de saúde e desenvolvimento. Ao não possuírem recursos financeiros básicos,



têm menos oportunidades educacionais e de emprego e têm menor acesso a cuidados de saúde adequados.

Quando se vive com fome, quando se vive numa habitação pouco digna, a probabilidade de analisar adequadamente durante o processo de tomada de decisão está limitada. Deste modo, a pobreza pode levar as pessoas a tomar más decisões, a realizar más escolhas, ao lhes ocupar a disponibilidade mental com questões financeiras, das quais dependem as respostas às suas necessidades mais básicas.

As dificuldades económicas e a pobreza podem atuar tanto como causa, como consequência de problemas de saúde psicológica. De facto, a pobreza pode conduzir ao desenvolvimento ou ao agravamento de problemas de saúde psicológica. Por seu turno, estes problemas de saúde psicológica tendem a impedir ou dificultam os indivíduos a sair da situação de pobreza.

### **Classe Social**

As dificuldades económicas relacionam-se de forma direta com as desigualdades das classes sociais.

Pessoas de classes sociais diferentes tendem a interagir menos umas com as outras (vivem em bairros distintos, os filhos frequentam escolas distintas), desenvolvendo experiências sociais distintas, o que conduz à cristalização de diferenças de classe.

As desigualdades nas classes sociais têm impactos negativos na saúde psicológica dos cidadãos. De facto, há evidência científica que as pessoas que vivem em sociedades mais desiguais tendem a ter níveis mais baixos de satisfação com a vida e apresentam taxas mais elevadas de depressão.

Na próxima semana, este espaço irá continuar a abordar outras fontes de desigualdade e discriminação, nomeadamente Racismo e Género, e o seu impacto na saúde psicológica e no bem-estar.

**Maria Cristina Andrade  
(psicóloga/SPO)**

*Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses (texto adaptado)*

## Sabia que ...

**... as florestas marinhas transportam cerca de 56 milhões de toneladas de carbono para sumidouros no oceano profundo?**



Um estudo realizado por uma equipa internacional de investigadores, que integrou investigadores do Centro de Investigação Marinha e Ambiental, Laboratório Associado (CIMAR-LA), revelou que as florestas marinhas de algas transportam cerca de 56 milhões de toneladas de carbono para sumidouros no oceano profundo, contribuindo significativamente para regular a quantidade de CO<sub>2</sub> na atmosfera e, conseqüentemente, o clima na Terra. Segundo a mesma fonte, esta descoberta, agora publicada na prestigiada revista Nature Geoscience, “abre novas oportunidades para a mitigação das mudanças climáticas através da preservação e restauração das florestas marinhas de algas”.

As florestas de algas, compostas principalmente por algas castanhas gigantes como as famosas kelp, são o ecossistema costeiro vegetado “mais extenso e produtivo do planeta”. Estas florestas podem crescer tão rapidamente quanto as florestas terrestres, sendo, portanto, “altamente eficientes na captura e armazenamento de carbono”.

O estudo internacional “Carbon export from seaweed forests to deep ocean sinks” que foi liderado por Karen Filbee-Dexter do Instituto Norueguês de Investigação Marinha e da Universidade da Austrália Ocidental, revela que, todos os anos, as florestas marinhas exportam cerca de 15% do seu carbono para as águas profundas do oceano, onde este pode permanecer retido durante centenas ou milhares de anos. Estas estimativas foram efetuadas com base em modelos oceânicos globais de última geração, que permitiram rastrear o destino do carbono das algas marinhas desde a costa até ao oceano profundo.

O estudo sublinha a necessidade urgente de proteger, gerir e restaurar as florestas marinhas de algas, que estão atualmente a ser perdidas em muitas regiões do mundo devido a uma variedade de pressões, que incluem as alterações climáticas, tipicamente traduzidas em ondas de calor extremo, mas também a poluição e a pesca.

Adaptação da publicação:

[https://greensavers.sapo.pt/floresta-marinhas-transportam-cerca-de-56-milhoes-de-toneladas-de-carbono-para-sumidouros-no-oceano-profundo/?utm\\_source=SAPO\\_HP&utm\\_medium=web&utm\\_campaign=destaques](https://greensavers.sapo.pt/floresta-marinhas-transportam-cerca-de-56-milhoes-de-toneladas-de-carbono-para-sumidouros-no-oceano-profundo/?utm_source=SAPO_HP&utm_medium=web&utm_campaign=destaques)



## 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

