

NESTA EDIÇÃO

Mês Internacional das Bibliotecas Escolares

- Leitura Assistida por Animais
 - Concurso Nacional de Leitura
 - Brooms'contest
-

Includ ED

Tertuliando

O Concurso "O Chef sou Eu" demonstrou o talento culinário dos nossos alunos

"Conversa de Pais"

Como gerir a ansiedade neste cenário provocado pela COVID-19



UM “NOVO NORMAL”

Manuela Miranda - Diretora AESB

Em março, a chegada súbita e inesperada do Sars-Cov2 empurrou-nos para um recolhimento forçado em nossas casas. No final daquela sexta-feira 13, iniciou-se uma etapa completamente nova das nossas vidas, marcada pela vivência de uma situação que nunca antes havíamos experienciado.



Foram tempos estranhos, difíceis, de muita ansiedade e de alguma solidão que deixaram marcas indeléveis em muitos de nós. Mas foi, também, um tempo que facilitou (ou forçou?) a nossa aprendizagem: os professores, cientes da sua missão, rapidamente se (re)organizaram para continuar a acompanhar os seus alunos; passaram a utilizar ferramentas digitais que nem conheciam, deram novo uso às que já utilizavam, mobilizaram-se todos os órgãos e estruturas de apoio do Agrupamento e os parceiros da comunidade, para que nenhum aluno ficasse para trás. Do mesmo modo, os alunos deram novo uso a telemóveis, computadores e tablets para poderem continuar o seu processo de aprendizagem. As famílias tiveram que reorganizar as suas rotinas para poderem acompanhar os seus filhos e filhas.

Em setembro, regressamos à escola. A chegada de professores e alunos foi precedida de um período de muito trabalho. Analisamos todas as orientações do Ministério da Educação e da Direção Geral da Saúde. Compramos equipamentos de proteção individual (EPI's) e estudamos as soluções mais adequadas à nossa realidade.

Adaptamos procedimentos, espaços e horários e definimos circuitos de circulação diferenciados. Tudo foi revisto à luz da experiência e responsabilidade da Autoridade de Saúde Local e Autoridade de Proteção Civil Municipal e, depois de alguns ajustes, tudo ficou pronto para acolher a comunidade escolar.

O primeiro dia de aulas chegou afável e cheio de sol. E eles foram chegando... uns sozinhos, outros acompanhados pelas mães ou pelos pais. Por entre a alegria do regresso e o conhecimento das novas regras, sorriam os olhares a cada reencontro (que outros sorrisos a máscara não deixava perceber) e, a custo, ia-se mantendo o distanciamento físico. Nas conversas, percebia-se alguma agitação e desassossego que faziam eco, também, nos nossos corações.

Estamos todos juntos há 5 semanas e os dias têm decorrido sem grandes sobressaltos. Vão-se cumprindo as regras, apesar de alguns momentos de relaxamento e dos consequentes “ralhetes” e chamadas de atenção.

Apesar de o desejarmos, não podemos prometer que iremos todos ficar bem. Contudo, estamos convictos de que tudo ficará bem melhor se cada um cumprir a sua parte, nestes tempos de incerteza a que se convencionou chamar o “novo normal”.

MÊS INTERNACIONAL DAS BIBLIOTECAS ESCOLARES (MIBE)

DESCOBRIR CAMINHOS PARA A SAÚDE E O BEM-ESTAR

Fátima Almeida - Professora Bibliotecária

Descobrir caminhos para a saúde e o bem-estar é o que pretendemos, porque queremos apostar em atividades que promovem a saúde e o bem-estar.

O caminho que trilhamos este **mês de outubro** envolveu atividades assistidas por animais, neste caso mais específico pelo Ray, um cão simpático e bonacheirão, e a exploração do livro *Este livro comeu o meu cão*, do escritor Richard Byrne. Esta atividade foi dinamizada, na Biblioteca Escolar, pela psicóloga do Agrupamento, Liliana Carril, em colaboração com a Associação Portuguesa para a intervenção com animais de ajuda social – ÂNIMAS.

Inicialmente, foi lida e projetada a história para que os grupos de alunos pudessem acompanhá-la e, em seguida, foi recriada outra história, a partir do tema lido. Esta história baralhada, distribuída em frases pelo Ray, fez com que todos os alunos pudessem interagir na criação da nova história e utilizar as novas tecnologias.

Claro que o Ray foi o protagonista do conto e permitiu, num ambiente descontraído, que os alunos dos **2.º e 3.º anos do Centro Escolar de Santa Marinha do Zêzere** se envolvessem em atividades de aperfeiçoamento das competências leitoras.



CONCURSO LEITURA EXPRESSIVA

Continuamos a trilhar caminhos que nos motivam para a descoberta da leitura, porque são sementes que dão frutos saudáveis. Na sua já 10.^a edição, o **Concurso de Leitura Expressiva (CLE)** tem apostado nos nossos jovens leitores/declamadores do 3.º ao 9.º ano. O orgulho vai além do prémio que poderão receber e espelha-se nos ensaios e na receção calorosa dos aplausos dos professores, pais e colegas, aquando da sua leitura/declamação. Para júri, convidamos duas encarregadas de educação e o escritor e psicólogo Miguel Aleixo.



Ainda no mês de outubro, vimos uma tradição da nossa escola que não queremos que acabe: **O saber fazer e criar a partir da reutilização de materiais.**

BROOMS'CONTEST

Brooms'contest inspirou os nossos alunos para a criação de vassouras magníficas, inventivas e únicas que querem assinalar o **Halloween**. Mas, muito mais do que essa celebração, há empenho e trabalho ao redor da família, visto ter sido uma atividade realizada em casa com o apoio dos encarregados de educação.



eTwinning

European Day of Languages

Susana Aleixo, docente de Inglês



O Dia Europeu das Línguas (“**European Day of Languages**”) é comemorado, desde 2001, no dia 26 de setembro, por toda a Europa. Esta comemoração tem como objetivo mostrar a diversidade linguística como uma riqueza do património comum da Europa e que deve ser preservada, promovendo o multilinguismo e motivando os cidadãos europeus para a aprendizagem de línguas.

Neste âmbito, a turma B do **5.º ano participou no projeto eTwinning “European Day of Languages 2020”**.



Participaram, neste projeto, 26 escolas de diferentes países da Europa: Portugal, França, Itália, Reino Unido, Alemanha, Roménia, Polónia, Croácia, Grécia e Turquia. Todos os países enviaram um postal para cada país participante e a mensagem que todos acordaram escrever foi: **Amor, Paz e Tolerância, valores que todos acreditamos que permitem uma Europa e um Mundo melhor.** Estas palavras foram escritas na língua materna e em Inglês, língua de comunicação entre todos os países parceiros no projeto.

Os alunos aprenderam que há na Europa mais de 60 línguas diferentes (entre línguas oficiais, regionais e dialetos) e fizeram uma pesquisa para descobrir como se diz **Olá, Adeus, Amor, Paz e Tolerância** em várias línguas europeias.

Na Biblioteca Escolar estão expostos os maravilhosos postais que estamos a receber no âmbito deste Projeto!

Venham visitar a exposição!



“TERTULIANDO”

João Gomes, Adjunto da diretora

Palavra derivada de tertúlia que significa falar sobre tudo e mais alguma coisa. Grupos de pessoas reúnem-se para falar de determinados assuntos. Falar ou conversar faz parte da essência humana. Já na Grécia antiga a dialética era considerada a arte de argumentar no diálogo ou a arte da palavra. Também em tempos não muito distantes, nas noites frias e longas de inverno, eram feitos grandes serões “dialógicos” onde, para além das tarefas domésticas e trabalhos agrícolas, se “afiava a língua” para falar de tudo e mais alguma coisa. Coisas, naturalmente interessantes, da vida alheia, fazendo as delícias dos presentes.

Atrevo-me a incluir nestas tertúlias dialéticas os famosos serões do Ramalhete, onde a sociedade Lisboeta era passada a pente fino. Não sei se a tertúlia foi beber ao serão ou se se desenvolveu a partir da dialética, sei que, aplicada em contexto escolar, pode ser uma mais valia no desenvolvimento das capacidades da leitura, interpretação e expressão oral e, sobretudo, imaginação, sem a qual não poderá haver expressão oral, bem como uma “língua bem afiada”, que possa contribuir para o sucesso das tertúlias.



As tertúlias dialógicas literárias são, por assim dizer, um apêndice dum projeto mais amplo que é o **INCLUD ED**, que tem como objetivo identificar atuações de êxito, que contribuem para o sucesso, para a inclusão e combatem o abandono escolar.

O nosso agrupamento, ciente das “boas línguas e bem afiadas” que possui nos 4.ºA, 4.ºB, 5.º A, 6.ºA, 8.ºA e 8.ºB aderiu ao projeto, começando, numa fase inicial, pelas tertúlias dialógicas literárias, cujo objetivo é, basicamente, pôr os alunos a ler, a interpretar e a falar, expressando ideias e pensamentos, bem como casos do dia a dia ou da sua experiência de vida.

A leitura recomendada pelo projeto tem de ser de autores clássicos universais que, depois de lidos, é só dar aso à imaginação e falar, falar, falar. Enfim, falar com moderação, mas, essencialmente, com imaginação, tendo sempre como referência a leitura da obra. Todos falam, todos questionam, todos participam.

Nesta tarefa espera-se que os encarregados de educação possam dar o seu contributo, questionando, dialogando e, porque não, também, participando nas leituras que os seus educandos terão que fazer, durante a semana. Ler é sempre um passatempo muito agradável. O êxito do projeto depende essencialmente da colaboração dos alunos, do seu envolvimento e da sua participação. Cabe aos professores escolherem a obra e incentivar os alunos para a leitura e participação.

As tertúlias dialógicas serão realizadas na escola, semanalmente, na biblioteca ou na sala de aula, se houver condições.

O DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO EM CONTEXTO DE PANDEMIA

Célia Campelo, coordenadora PESES

A 16 de outubro comemorou-se o Dia Mundial da Alimentação. Criado pela FAO (Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura) em 1981, é atualmente celebrado em mais de 150 países. Este dia é assinalado para consciencializar a opinião pública sobre questões relacionadas com a alimentação e nutrição. Este ano, a FAO propôs como tema **“Cultivar, Alimentar, Preservar. Juntos. As nossas Ações são o nosso Futuro”**.

No nosso Agrupamento, a data não passou despercebida. Apesar dos constrangimentos impostos pela COVID-19, a Equipa PESES dinamizou atividades que permitiram, estamos certas, chamar a atenção da comunidade educativa para a temática da "alimentação saudável".

Notando que, no contexto atual de pandemia e com a alteração das rotinas e dinâmicas familiares, o tema tem sido desvalorizado, a Equipa de Saúde Escolar da UCC Baião propôs a exploração de um vídeo, apresentado pela Dr.^a Cátia Ferreira, nutricionista do Centro de Saúde de Baião, que aponta alguns erros alimentares cometidos durante o período de confinamento e em que realça a importância de recuperarmos hábitos alimentares saudáveis.

Desta forma, em contexto de aula, os nossos alunos tiveram oportunidade de ouvir os conselhos e sugestões da nutricionista e puderam debater e refletir sobre a importância de uma alimentação mais equilibrada e adequada ao estilo de vida de cada um.

Ainda no âmbito da comemoração, destacamos a participação dos alunos e respetivas famílias no passatempo **“O chef sou eu”**, dinamizado pela Equipa PESES e pelas técnicas do GAAF. O objetivo passava por desafiar as famílias na confeção de receitas, dando preferência a produtos naturais, caseiros e saudáveis em detrimento de produtos processados ou da *fastfood* e que pudessem ser partilhadas com a comunidade escolar.



O passatempo teve bastante adesão e, através de fotos e/ou vídeos, cerca de 40 alunos dos 1.º, 2.º e 3.º ciclos mostraram os seus dotes culinários e surpreenderam com receitas saudáveis e (aparentemente) deliciosas. No dia 28 de outubro, foram entregues, na Biblioteca Escolar, os prémios aos vencedores. Além da apresentação dos vídeos e fotos das receitas a concurso, os participantes tiveram ainda a oportunidade de provar algumas iguarias saudáveis.

Este ano foi assim. Com máscara e com o devido distanciamento, partilharam-se experiências e conhecimentos que, esperamos, fiquem para a vida!

PROGRAMA EDUCAÇÃO PARENTAL

CONVERSA DE PAIS - ANSIEDADE

O "NOVO NORMAL" NO CONTEXTO ESCOLAR: A ESCOLA EM TEMPOS DE PANDEMIA - UMA ABORDAGEM À LUZ DA SAÚDE MENTAL.

Cristina Palmeirão, consultora externa do agrupamento

Vera Areal, psicóloga e coach

Na passada sexta-feira, dia 16 de outubro, pelas 21:00 horas, realizou-se mais uma sessão “Conversa de Pais”, no âmbito do Programa de Educação Parental (PEP), organizada pela Câmara Municipal de Baião, no âmbito do PIICIE. Estiveram presentes Manuel Alvarenga, em representação da autarquia, Cristina Palmeirão, da Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa (UCP), Manuela Miranda, diretora do Agrupamento, docentes, técnicos do GAAF, pais e encarregados de educação.

O “novo normal” no contexto escolar: A escola em tempos de pandemia - uma abordagem à luz da saúde mental foi o tema abordado pela psicóloga e coach Vera Areal. Um tema atual de grande relevância para toda a comunidade educativa em tempos de grandes desafios. De realçar que, justamente por conta da atual conjuntura, a ação foi feita na modalidade de webinar e não presencialmente, como nos encontros anteriores. Contudo, isso não impediu uma participação ativa dos membros, num ambiente pautado por uma troca efetiva de opiniões, com uma dinâmica moderada pela professora Cristina Palmeirão. Os computadores não funcionaram como barreira à comunicação e toda essa nova logística contextualizou ainda mais o momento atípico que vivemos.

No regresso às aulas, os pais foram confrontados com uma variedade de sentimentos: alívio, preocupação, medo e confiança. À escola, coube o grande desafio de, **“funcionar como nunca, como um espaço seguro e protetor, de cuidados e de apoio ao desenvolvimento, à saúde física e psicológica e ao bem-estar das crianças, jovens e demais comunidade educativa”** (OPP).

Neste sentido, a tónica da sessão esteve na importância da saúde mental e nas formas de promoção da mesma. Por contraponto, foi também abordada a problemática da doença mental (flagelo deste século, e potenciada pela pandemia), numa vertente de literacia para a saúde, em que os sinais de alerta foram elencados.

Com este encontro, ficou claro que a saúde emocional dos pais influencia diretamente a saúde emocional dos filhos, na medida em que os pais funcionam como modelos. É, por isso, fundamental estarem informados e atentos aos sinais de alerta, às formas como ajudar o outro e principalmente como eles próprios podem ajudar-se uma vez que têm a responsabilidade de cuidadores.

Em jeito de conclusão, ficou premente que temos de continuar a ser pacientes e resilientes, capazes de nos adaptarmos constantemente aos “novos normais” que o mundo nos vai colocando como desafio.

Resiliência é a palavra de ordem face ao novo normal.



SELO TURMA SEM BULLYING

DIA MUNDIAL DE COMBATE AO BULLYING

GAAF- Gabinete de Apoio ao Aluno e à Família

O Agrupamento de escolas lançou, a 20 de outubro, no âmbito da comemoração do **Dia Mundial de Combate ao Bullying**, um repto aos alunos: inscreverem a sua turma para concorrer ao **Selo Turma Sem Bullying**.

Este Selo pretende reconhecer as turmas com níveis residuais de Bullying e premiar os seus alunos. Assim, para além do reconhecimento da turma junto da comunidade escolar, esta informação acompanhará o aluno ao longo do seu percurso escolar.



As turmas têm até ao final do mês de novembro para se inscreverem e lutarem pelo Selo Turma Sem Bullying 2020. Este processo envolve o Gabinete de Apoio ao Aluno e à Família, os Professores Titulares de Turma, os Diretores de Turma e a disciplina de Cidadania.

O comportamento da turma será monitorizado ao longo do ano letivo e, no final do ano, serão distinguidas as turmas vencedoras.

Aceita o desafio! Prova que a tua turma é uma "**Turma sem Bullying. Turma sem Violência**".

