



Aeos Newsletter

Agrupamento de Escolas Ordem de Sant'Fago



Alcos Newsletter

Agrupamento de Escolas
Ordem de Sant' Jago

EB1/JI Nº5 DE SETÚBAL DIA ESCOLAR DA NÃO VIOLÊNCIA E DA PAZ

No dia 30 de janeiro, a EB1/JI nº5 de Setúbal comemorou o Dia Escolar da Não Violência e da Paz. Muitas atividades foram desenvolvidas! Contamos com a presença da Sr.ª Maria do Rosário, pertencente à Associação Projeto Ruído, que dinamizou atividades bastante relevantes com quatro turmas da escola.







EB1/JI DE SETÚBAL

Um Encontro de Corações e Cores 🎨 ✨

No passado dia **7 de fevereiro de 2025**, a **Turma 41** embarcou numa experiência única de partilha e inclusão, unindo-se aos alunos da **Sala de Recursos Especializados (SRE)** da **EB1/JI de Setúbal** para uma atividade artística que transcendeu palavras e gestos.

A criatividade não teve limites! Os alunos foram desafiados a explorar diferentes formas de pintura: com a mão dominante e a menos dominante, com os olhos tapados, com a boca e até com os pés! Entre risos e descobertas, cada pincelada tornou-se uma expressão genuína de superação e cooperação.



Entre pinceladas de cor e sorrisos brilhantes, descobrimos que a verdadeira arte nasce da empatia, do respeito e da magia de estarmos juntos. As mãos entrelaçaram-se num bailado de criatividade, desenhando não só formas e texturas, mas também laços invisíveis que nos unem para lá das diferenças.





Entre sorrisos espontâneos e mãos cheias de cor, os alunos deram vida a obras repletas de significado, onde cada detalhe espelhava a beleza da diversidade. Houve tempo para a criatividade florescer, para gestos de carinho se multiplicarem e para todos aprenderem que a verdadeira arte está na forma como nos ligamos uns aos outros.



O resultado? **Uma obra coletiva onde cada traço conta uma história e cada cor reflete a beleza da inclusão.** Mais do que um simples momento, foi um encontro de almas, onde aprendemos que, no grande quadro da vida, todos temos um lugar especial, sobretudo, a certeza de que juntos somos sempre mais fortes!

Obrigado a todos os que participaram e tornaram este dia inesquecível! 💙☀️





CURSOS PROFISSIONAIS

LUGARES, TRAJETOS E AFETOS DE PESSOA

No dia 31 de janeiro, as três turmas do 3º ano dos Cursos Profissionais embarcaram numa viagem cultural a Lisboa, acompanhadas pelas professoras Ana Sousa, Cristina Gaspar e Zulmira Passeira.

A jornada iniciou-se de comboio, seguida de viagens de metro e barco, proporcionando aos alunos uma experiência completa da mobilidade na capital. O foco da visita foi um percurso Pessoaano, levando os participantes a explorar locais emblemáticos ligados a Fernando Pessoa, um dos maiores nomes da literatura portuguesa.

Entre ruas e cafés históricos, os alunos tiveram a oportunidade de mergulhar no universo do poeta, revivendo os seus passos e a sua obra. A atividade revelou-se muito positiva, enriquecendo o conhecimento literário e cultural dos estudantes de forma dinâmica e envolvente.

Uma experiência memorável que, sem dúvida, ficará na memória de todos!

Ana Margarida Sousa | Cristina Gaspar | Zulmira Passeira

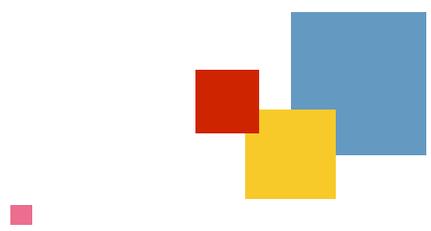


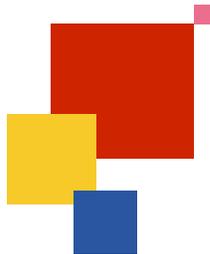
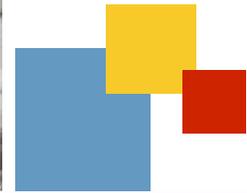


SALA DE RECURSOS ESPECIALIZADOS 3 VENDAS DO DIA DOS AFETOS

Na passada terça-feira, dia 11 de fevereiro, a Sala de Recursos Especializados 3 viveu um momento especial com as Vendas do Dia dos Afetos. Esta iniciativa, preparada com muito carinho, celebrou a importância do amor e da partilha, envolvendo alunos, professores e comunidade escolar.

Os artigos colocados à venda foram desenvolvidos pelos alunos, no âmbito do desenvolvimento dos seus currículos funcionais. O sucesso da iniciativa foi notório, e todo o valor angariado reverterá para as oficinas de culinária e atividades de caráter sensorial, que desempenham um papel fundamental no desenvolvimento dos nossos alunos.





Queremos deixar um agradecimento especial a todos os que contribuíram - desde os alunos, aos professores e funcionários que apoiaram esta causa, e, claro, a todos os que adquiriram os produtos e ajudaram a tornar este dia ainda mais significativo.

Gestos como estes reforçam os laços da nossa comunidade e mostram que, juntos, conseguimos criar um ambiente mais inclusivo, solidário e cheio de afeto. Obrigado por fazerem parte desta iniciativa!

Equipa SRE3



FEVEREIRO
DESFILE
Carnaval
2025

DIA 28

LOCAL: BAR
Das 10H ÀS 12H

PARTICIPA!
PRÉMIO PARA O MELHOR GRUPO TURMA!

ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES PATRICK





Psicologia na AEOSNewsletter

Ecrãs e Tecnologias Digitais

O espaço **Psicologia na AEOSNewsletter** conclui hoje a apresentação de recomendações divulgadas pela Ordem dos Psicólogos Portugueses, com vista à construção de uma comunidade escolar (ciber)segura e (ciber)saudável:

Minimizar, reportar e remover conteúdos de risco.

Os alunos podem procurar repetir comportamentos ilegais/mal adaptativos que visualizam online, representando um risco para a sua saúde e segurança. Construir uma comunidade escolar segura implica que a mesma **conheça os conteúdos que circulam nos espaços digitais, que saiba como reportá-los e desconstruí-los junto das crianças/jovens.**

Combater a discriminação online e o *ciberbullying*.

Quando decorrem em espaços digitais, as situações de *bullying* e de discriminação podem ser mais invisíveis aos adultos. As medidas de combate à violência online, nas quais se inclui a promoção da literacia, devem recorrer a evidências da ciência psicológica. Por exemplo, certos emojis podem ser utilizados por alunos (que não estão diretamente envolvidos) para sinalizar comentários discriminatórios/violentos.

Devem, ainda, existir meios seguros de denúncia nas escolas.

Debater temas do mundo digital que impactam a vida das crianças e jovens.

A utilização de redes sociais propicia o estabelecimento de comparações com os conteúdos visualizados, como por exemplo, com a aparência física ou com os estilos de vida. Uma comparação excessiva parece associar-se a uma autoimagem mais negativa, a sintomas depressivos e/ou a problemas de sono e do comportamento



alimentar. **As escolas podem ser locais de debate e reflexão sobre temas do mundo digital que impactam a vida das crianças e jovens.**

Promover a literacia sobre o uso problemático das redes sociais.

O uso problemático das redes sociais pode interferir com o bem-estar e com o sucesso escolar dos jovens. Eis alguns sinais de alerta:

Tendência para continuar a utilizar as redes sociais mesmo quando se quer parar;

Forte desejo de utilizar as redes sociais, desinvestindo em aulas e/ou outras atividades;

Mentir ou enganar de forma a ter acesso às redes sociais;

Perder relações importantes ou oportunidades educativas por uso excessivo de redes sociais.

Toda a comunidade escolar deve estar informada quanto ao que representa um uso problemático, podendo considerar-se a implementação de campanhas de literacia para pais, educadores, professores, assistentes operacionais e alunos.



Maria Cristina Andrade

(Psicóloga do Serviço de Psicologia e Orientação)

Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses (texto adaptado)



Sabia que ...

... a espécie de flamingo mais comum observada em Portugal é o Flamingo-rosado?

Quem não ama ver o céu pintado de rosa quando estas magníficas aves levantam voo? Os fotógrafos da natureza chegam a esperar horas para captar esse momento mágico. Mas, afinal, porque são cor de rosa os flamingos? Pois saiba que o segredo está na sua alimentação.

Este tipo de ave consome pequenos organismos aquáticos como insetos, crustáceos (caranguejos e camarões), moluscos, vermes, algas e protozoários, sendo que alguns itens do seu cardápio são ricos em carotenos, ou seja, pigmentos orgânicos que, devido ao efeito químico dentro dos seus corpos, ajudam a gerar a cor que avistamos de longe. A mágica acontece no seu fígado. O caroteno sofre alteração por meio de enzimas transformando-se em cantaxantina, uma substância responsável pela pigmentação rosada que tingem as suas penas de dentro para fora.



Uma curiosidade: os flamingos nascem com uma cor branca e quando jovens têm uma cor cinzenta acastanhada, atingindo a maturidade da plumagem e o tom rosado, por volta dos três anos. No jardim zoológico, se não tiverem a nutrição adequada a cor fica mais esbranquiçada. São animais grandes. Podem medir entre 120 cm e 145 cm da ponta do bico à ponta da cauda, mas durante o voo – sempre esticados e elegantes a cruzar os céus, podem chegar aos 170 cm. Já a sua velocidade no ar pode atingir os 69 quilômetros por hora. Voam quase sempre em V. Têm uma vida longa e em cativeiro, chegam a festejar 40 anos. Quanto à gestão dura entre 27 e 31 dias, tempo suficiente para a incubação do ovo.



Estas aves selvagens visitam Portugal todos os anos. Antes de 1980 era raro avistá-los, mas atualmente são presença assídua. Hélder Cardoso, naturalista, diz que Portugal oferece condições ideais para esta espécie principalmente devido à abundância de zonas húmidas ricas em alimentos, como pequenos invertebrados e algas que compõem a sua dieta. Após a reprodução nas colónias localizadas na bacia do mediterrâneo, muitas aves dispersam pelas zonas húmidas adjacentes, caso das localizadas na costa portuguesa, onde vão procurar alimento e locais de repouso.

A espécie de flamingo mais comum observada em Portugal é o Flamingo-rosado (*Phoenicopterus roseus*). Existem também registos de Flamingo-pequeno (*Phoeniconaias minor*), contudo não se sabe exatamente a origem destas aves, podendo haver a hipótese de serem aves fugidas de cativeiro, ao invés de serem originárias das populações selvagens, que se distribuem naturalmente em África a sul do deserto do Sara e na Índia.



Reserva Natural do Estuário o Sado

O naturalista revela que podem ser avistados flamingos em várias zonas húmidas de Portugal, com destaque para o Estuário do Tejo, a Ria de Aveiro, a Ria Formosa, o **Estuário do Sado**, Castro Marim e a Lagoa de Óbidos. Estas áreas oferecem as condições ideais para alimentação e descanso destas aves.

Adaptação da publicação:

https://sustentix.sapo.pt/porque-sao-os-flamingos-cor-de-rosa/?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



Projeto cofinanciado:



EDUCAÇÃO

