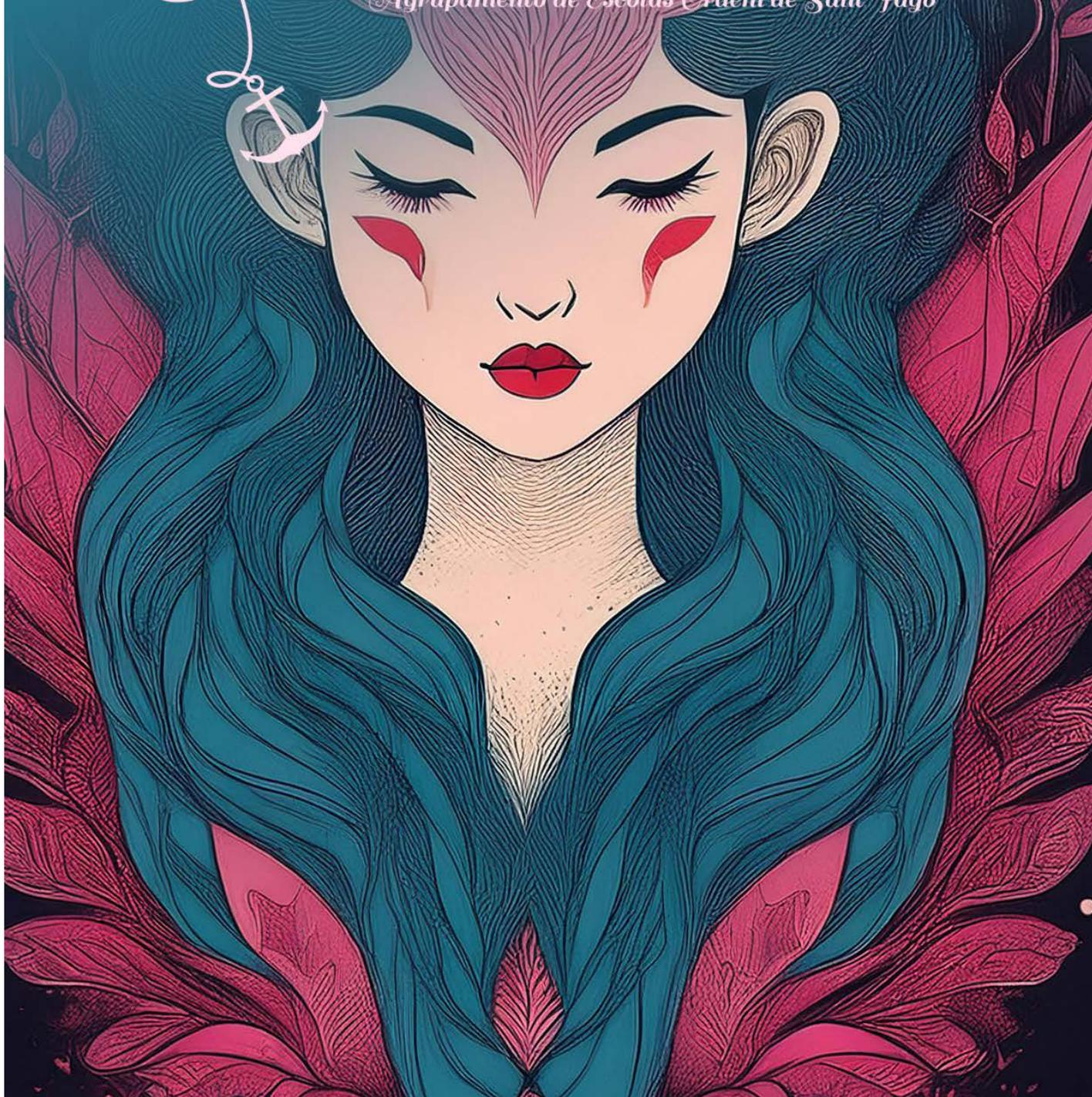




Nº 20

Aeos Newsletter

Agrupamento de Escolas Ordem de Sant' Fago



Aleos Newsletter

Agrupamento de Escolas
Ordem de Sant' Jago

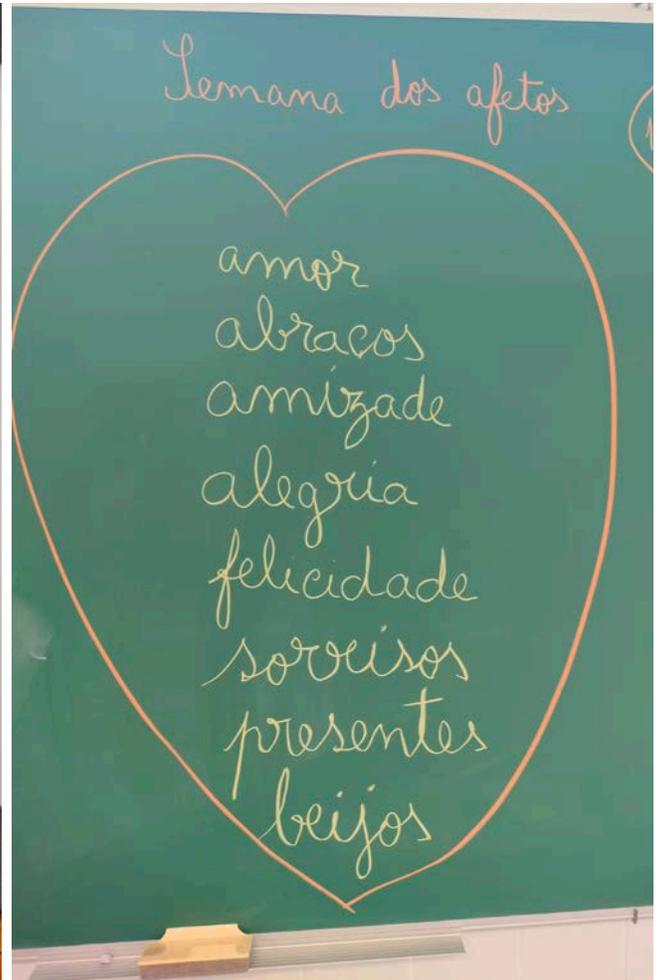
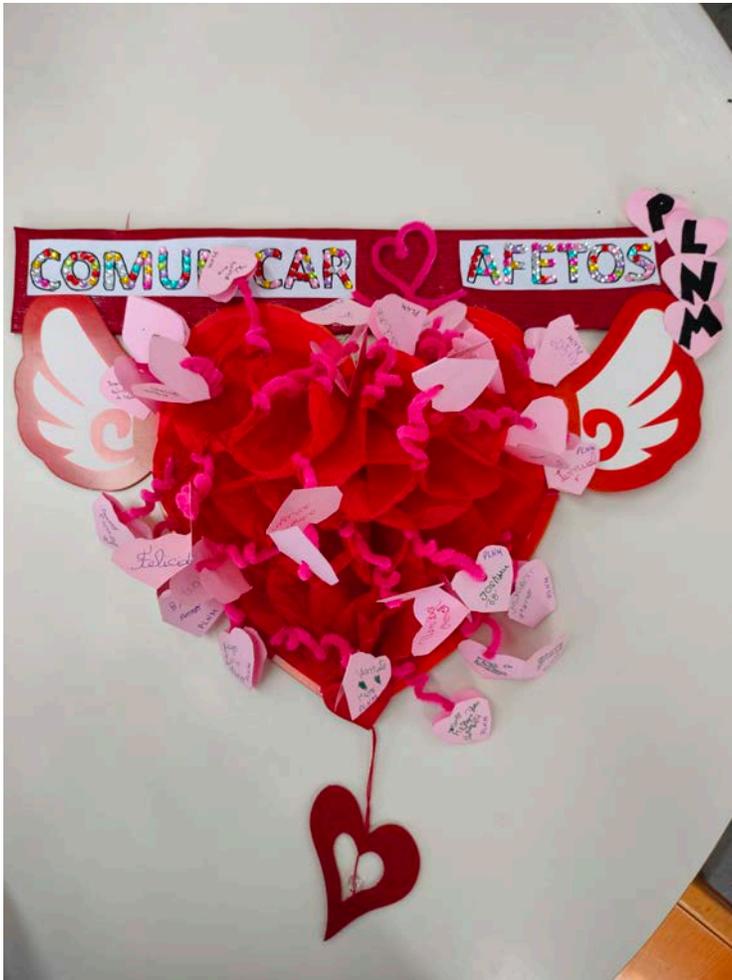
E.B N.º 2 DO FARALHÃO COMUNICAR AFETOS

A Escola Básica n.º 2 do Faralhão expôs o trabalho dos alunos do PLNM “Comunicar Afetos” no âmbito da semana comemorativa ao dia de São Valentim (14 de fevereiro - dia dos namorados), neste mês de fevereiro. As crianças participaram numa atividade de expressão plástica, utilizando cartolina, tesouras e limpadores de cachimbo/ hastes de chenille e criaram corações com mensagens personalizadas.





Cada criança escreveu palavras alusivas ao amor e à amizade, expressando os seus sentimentos para com a família, entes mais queridos, amigos e comunidade escolar. Através desta atividade, não só desenvolveram a sua expressão escrita e oral na língua portuguesa, como também fortaleceram os laços emocionais e a partilha de afetos num ambiente acolhedor e inclusivo.



Além disso, refletiram sobre a importância de tratar o outro como a si próprio, valorizando o respeito, a empatia e a bondade nas relações do dia a dia. Compreenderam que as palavras e as ações têm um impacto significativo e que espalhar carinho e gentileza torna o mundo um lugar melhor para todos.

O resultado final foi um conjunto de corações repletos de carinho e belas mensagens que refletem a riqueza dos sentimentos e a importância da linguagem na comunicação das emoções.



EB1/JI nº 5 de Setúbal

ATIVIDADE DE CULINÁRIA

No dia 20 de fevereiro os alunos da Sala de Recursos Especializados (SRE2), realizaram uma atividade de culinária. Exploraram os ingredientes através dos sentidos: tato, paladar, visão e olfato. Participaram de uma forma muito animada e observaram a transformação dos ingredientes e provaram-nos! O resultado final foram bolachinhas de várias formas.

Estavam deliciosas 😊 😊 😊





EB1 N.º2 FARALHÃO

Visita ao Museu do Trabalho, Michel Giacometti



A turma 14/4.º ano da EB1 Faralhão n.º 2 foi no dia 12 de fevereiro visitar a exposição permanente “A Indústria Conserveira (Da lota à lata)”. Além de terem participado na animação, puderam vivenciar o papel de operários da fábrica, passando por todas as fases do fabrico da conserva de sardinha, que era habitual nos meados do séc. XX.



Foi divertido fazer de descarregador do peixe, conhecer os registos dos operários no sindicato e simular as várias etapas do fabrico.

Conhecer o património relativo às atividades económicas do nosso concelho enriquece a perspetiva que temos passado!





EB1/JI nº 5 de Setúbal

VISITAS À SRE2

Os alunos das turmas visitam diariamente a SRE2. Organizado por turmas e dois a dois, os alunos são desafiados a passar momentos descontraídos, desafiadores e promotores de desenvolvimento de competências pessoais e sociais.



**A SRE2 é a sala de todos
e para todos!**





EB/JI de Setúbal

Dança da imitação e yoga (1.º/2.º anos)

☀ Turma 42: Entre Dança e Yoga, a Alegria Ganha Vida! ☀

Na Escola Bela Vista, há uma turma que encontrou o segredo para dias mais felizes e energéticos! Os alunos da turma 42 fazem da **dança da imitação** um verdadeiro espetáculo de sorrisos e diversão. Com música no ar e corpos em movimento, deixam-se levar pelo ritmo, libertando a energia acumulada e espalhando boa disposição. Entre gestos exagerados e coreografias improvisadas, o riso contagia todos à volta, tornando cada momento único e especial! 🎵 🕺 🧘



Mas, depois de tanta animação, chega o momento de respirar fundo e encontrar o equilíbrio... E é aqui que entra o **yoga!** 🙏 ♀ ✨ Numa viagem ao mundo da tranquilidade, os alunos aprendem a escutar o seu corpo, a acalmar a mente e a respirar com serenidade. Cada postura é um convite à harmonia, à concentração e ao bem-estar, ajudando-os a sentir-se mais leves, relaxados e preparados para enfrentar qualquer desafio.



Esta fusão de **movimento e calma**, de **energia e serenidade**, faz da turma 42 um verdadeiro exemplo de como o corpo e a mente trabalham juntos para criar um ambiente mais feliz e positivo. Afinal, na Escola Bela Vista, **crece-se a sorrir, a dançar e a sonhar!**





EB/JI de Setúbal

🌍🎨 Turma 47 Celebra a Diversidade com o Projeto DiversArte 🌟🎭

No âmbito da Educação para a Cidadania, a **turma 47** abraçou com entusiasmo a atividade proposta pela coordenadora da Ação Projeto DiversArte – Expressões da Diversidade! 🙌 Esta iniciativa inspiradora levou os alunos a mergulharem num universo de culturas, promovendo a inclusão e a valorização das diferenças que enriquecem a nossa comunidade escolar. 🌍🎵🌟



🌟 A sala de aula transformou-se num autêntico palco de partilha e descoberta! Entre cores vibrantes, sons exóticos e histórias fascinantes, os alunos trocaram memórias, tradições e vivências dos seus países de origem. 🗨️🎭 Entre risos e curiosidade, criaram um ambiente de respeito e admiração por realidades distintas, ampliando horizontes e fortalecendo laços de união. 🤝💖



🎭 Mais do que uma simples atividade, este momento revelou-se uma verdadeira lição de vida!

💡 A diversidade, longe de nos separar, mostrou-se um elo que une e enriquece cada um. A turma 47 provou que, apesar das diferenças, é possível construir uma comunidade mais coesa, solidária e harmoniosa, onde todos têm espaço para brilhar!

🌈🌟 Porque na diversidade encontramos a nossa maior força, seguimos juntos, tornando a escola um lugar ainda mais acolhedor e cheio de cor! 🎨🤝



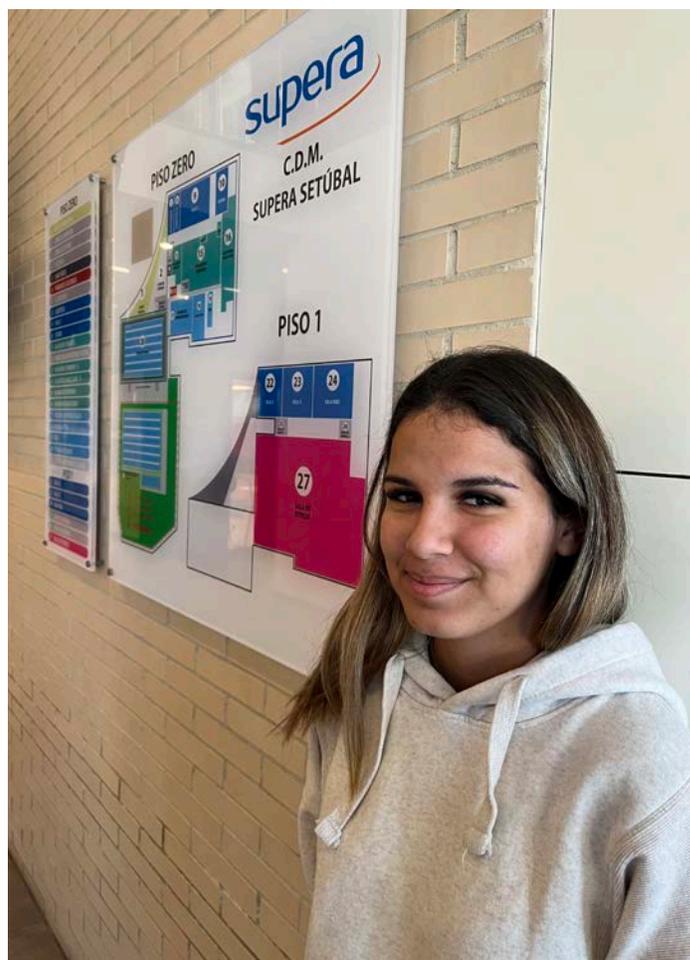
PIEF | 9ºH

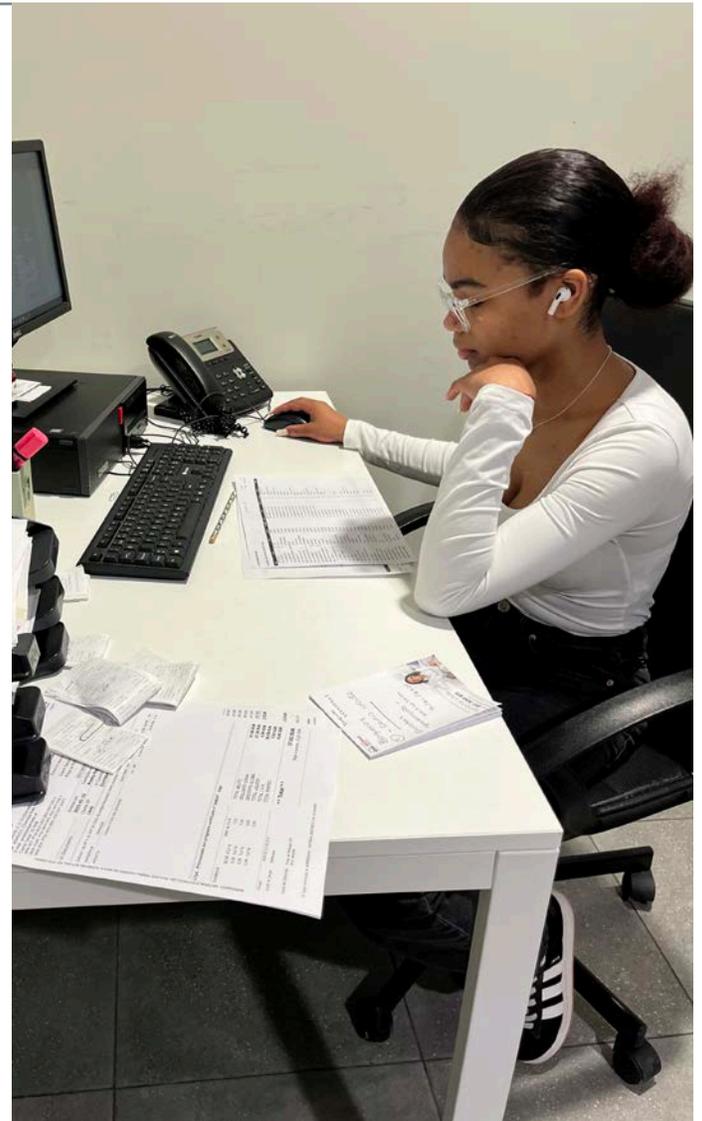
ESTÁGIO DAS ALUNAS ALINE GOMES E IRIS LANDIM

Esta semana damos destaque ao estágio das alunas Aline Gomes e Iris Landim do 9º H (PIEF) no CDM Supera em Setúbal.

Assente no lema de maior liberdade maior responsabilidade, as nossas alunas Aline e Iris foram recebidas e integradas nas respetivas equipas de trabalho de forma muito profissional.

A destacar a abordagem e apoio do Diretor Ricardo Peixe que começou por lhes pedir a planificação individual para os dias de estágio, comunicou o procedimento interno e explicou-lhes o que se espera com os seus estágios. Deixou claro a importância da liberdade individual dentro das regras e desafiou as nossas alunas Aline Gomes e Iris Landim a serem parte ativa na busca de soluções mantendo os elevados padrões de qualidade do CDM Supera.



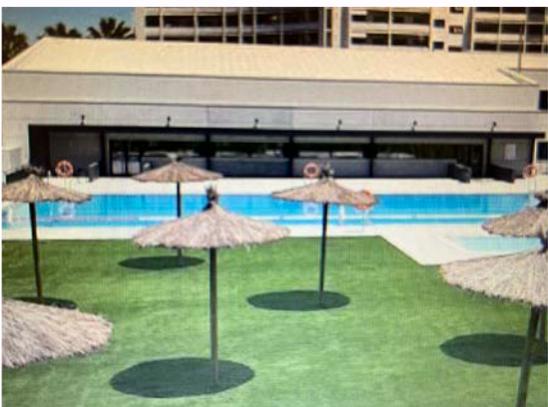


Receberam formação para o desempenho da função que estão ou vão desempenhar e nas visitas efetuadas dizem sentir-se parte da equipa de trabalho.

Na aquisição de competências o saber fazer, autonomia, o sentido crítico e as competências sociais pela interação com os associados, tornaram as alunas mais seguras e confiantes no estágio assim como em contexto de sala de aula.

Num ambiente descontraído, mas exigente o desempenho das alunas Aline e Iris do 9 H (PIEF) é profissional e autónomo onde o atendimento ao público presencial e telefonico é sempre desafiante. O envio de emails e o tratamento de dados também fazem parte do seu dia no estágio.

TIL- André Monteiro





DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO ESPECIAL MÁSCARAS DE CARNAVAL

Os alunos construíram máscaras de Carnaval utilizando caixas de ovos recicladas. Esta atividade teve como objetivo incentivar a reutilização de materiais e promover a criatividade sustentável.

A atividade contou com grande entusiasmo e dedicação por parte dos alunos, que transformaram simples caixas de ovos em máscaras coloridas e originais, explorando diversas técnicas de pintura, colagem e decoração.





O resultado final foi um conjunto de máscaras únicas e vibrantes, demonstrando que a sustentabilidade pode estar presente até nas celebrações festivas.

Foi um verdadeiro sucesso, mostrando que é possível festejar o Carnaval de forma ecológica, criativa e divertida!

André José 9ªE e António Medeiros 10A



Psicologia na AEOSNewsletter

Ciberbullying

O espaço **Psicologia na AEOSNewsletter** recupera o tema do *bullying* (já abordado em 2023), por ser central na vida das escolas. Esta semana falamos de *ciberbullying*.

O termo *ciberbullying* refere-se ao uso de tecnologia para assediar, ameaçar, provocar ou humilhar alguém, de forma repetitiva e intencional. O envio de mensagens cruéis, fazer publicações insultando alguém, criar uma página falsa em nome de alguém, lançar boatos sobre uma pessoa, publicar uma imagem ou um vídeo desrespeitoso nas redes sociais, são exemplos desta forma de *bullying*. O *ciberbullying* pode ser particularmente perturbador ao ser muitas vezes anónimo e difícil de controlar.

Seguidamente, apresentam-se um conjunto de recomendações que contribuem para a nossa segurança quando estamos *online*.

Estarmos informados.

Para prevenir o *ciberbullying*, devemos procurar saber o que é. Podemos pesquisar na internet sobre este fenómeno (e sobre as formas e situações em que pode ocorrer), falar sobre o assunto com os nossos amigos, familiares e/ou colegas, ler os textos publicados no espaço Psicologia na AEOSNewsletter. Antes de publicar seja o que for, devemos pensar bem.

Verificar as definições de privacidade.

Aumentamos a nossa segurança se restringirmos o acesso aos nossos perfis aos nossos amigos, familiares e a pessoas em quem confiamos. As redes sociais permitem criar definições de privacidade distintas, para que possamos escolher com quem partilhamos o quê.



Pesquisar o nosso nome no Google (ou outro motor de busca).

É aconselhável fazer uma pesquisa pelo nosso nome, com regularidade. Se encontrarmos alguma informação pessoal que possa vir a ser utilizada por alguém para nos ferir ou prejudicar, devemos removê-la de forma imediata.

MITO
O bullying acontece quando ninguém está a ver.

MITO
Se alguém te intimida/bate/insulta não há problema em intimidar/bater/insultar, para que a pessoa pare.

MITO
Os bullies nascem assim, com propensão para intimidar/bater/insultar.

FACTO
A maioria dos incidentes de bullying acontece na presença de testemunhas.

FACTO
É normal que o bullying nos faça sentir raiva, mas agredir alguém que nos agride não vai melhorar a situação e pode até piorá-la.

FACTO
O bullying não é uma identidade, mas antes um comportamento aprendido. Muitos factores (personalidade, família, escola) podem contribuir para que alguém se torne um bullie. Por vezes, os bullies agredem por já se terem sentido agredidos.

Cuidado com as fotos.

Sempre que pensarmos em partilhar uma imagem nossa, devemos ter em mente que quem nos quiser ferir ou prejudicar poderá usar essa imagem.

Não praticar *ciberbullying*.

Devemos tratar os outros com respeito, sem ameaçar, sem insultar ou humilhar.

Se o fizermos, passamos a ser parte do problema.



O *bullying* não é um problema apenas dos alunos, dos pais, dos assistentes operacionais ou dos professores. **É um problema da toda a escola.** Qualquer pessoa pode ser vítima de *bullying*, devendo a escola inteira estar envolvida no seu combate

[#põeoSantiagoaOrdem](#)

Maria Cristina Andrade

(Psicóloga do Serviço de Psicologia e Orientação)

Fonte: Ordem dos Psicólogos Portugueses (texto adaptado)



Sabia que ...

... há uma nova espécie de peixe que apenas existe na bacia do Sado?

Cientistas portugueses identificaram uma nova espécie de água doce, o escalo-do-sado. Só foi descoberta agora, mas pode estar já em perigo devido às ameaças ao seu habitat.



O escalo-do-sado foi identificado como uma espécie endémica da bacia do Sado, RÚBEN OLIVEIRA

Chama-se escalo-do-sado e só existe na bacia hidrográfica do Sado - pelo menos, que se saiba. De seu nome científico *Squalius caetobrigus*, este peixe em tons cinzento e dourado é agora apresentado por cientistas portugueses num artigo na revista científica *Limnetica*. Mas não há apenas notícias positivas a serem divulgadas: afinal, o anúncio da identificação desta espécie vem com o alerta de que já estará em risco devido às ameaças que o seu habitat está a enfrentar.

O escalo-do-sado é o mais recente membro da família das espécies de escalos em Portugal. Até agora, só foi encontrado na bacia hidrográfica do Sado e acabou por ser batizado, pelo menos o nome científico, em homenagem à região de Setúbal: chamaram-lhe *Squalius caetobrigus*, porque Caetobriga era a forma como os romanos designavam a atual Setúbal.

Sofia Mendes, principal autora do artigo científico agora publicado, referiu que o escalo-do-sado não tolera a salinidade e raramente atinge mais de 20 centímetros de comprimento, sendo assim um peixe de pequenas e médias dimensões. Na natureza, o mais frequente é que sejam encontrados exemplares desta espécie com cerca de dez centímetros de tonalidade cinzenta e dourada, com reflexos prateados.

A genética e a tomografia computadorizada foram as grandes ferramentas que permitiram identificar a nova espécie. A genética inaugurou o caminho: estudos de diferentes espécies de escalos na Península Ibérica têm permitido perceber que há uma grande diferenciação entre a população deste grupo no Sado. “Os escalos do Sado mostravam sempre ser geneticamente bastante diferentes dos restantes”, indica Sofia Mendes, doutoranda do



Centro de Ecologia, Evolução e Alterações Ambientais (CE3C) da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa. Mas o que veio dar nome a um novo escalo foi mesmo a tomografia computadorizada, que possibilitou uma análise pormenorizada aos ossos do peixe. O seu uso foi essencial, visto que não é possível distinguir muitos dos escalos a olho nu. “Estas comparações revelaram que a nova espécie do Sado tem características únicas que a distinguem das restantes espécies de escalos da Península Ibérica, por exemplo ao nível do número de escamas da linha lateral ou de certas características dos ossos do crânio”, indica Sofia Mendes, citada num comunicado do CE3C. O estudo permitiu perceber que existem escalos-do-sado por toda a bacia hidrográfica do Sado, nomeadamente nas ribeiras de Grândola, Marateca, São Martinho, Odivelas, Corona e Campilhas.



Normalmente, um escalo-de-sado tem cerca de dez centímetros, DR

O escalo-do-sado acabou de ser identificado e ainda não tem um estatuto oficial de ameaça, mas Sofia Mendes refere diferentes fatores de risco: a alteração e degradação dos cursos de água que habita, a introdução de espécies exóticas (ou seja, que foram transportadas do seu habitat natural para outros lugares) que vão competir por habitat e alimento ou podem ser suas predadoras, e as alterações climáticas, associadas a períodos de seca cada vez mais prolongados.

Mas saber que há uma nova espécie é sempre uma boa notícia, como nota Sofia Mendes: “Esta descoberta vem mais uma vez reforçar que Portugal se encontra num *hotspot* [centro muito ativo] de biodiversidade.” A investigadora salienta que a diversidade de espécies de peixes de água doce na Península Ibérica “é imensa” e que, em Portugal, há dez espécies endémicas de peixes de água doce, ou seja, que não existem em mais nenhum lugar do mundo.

Adaptação da publicação:

<https://www.publico.pt/2024/12/09/azul/noticia/descoberta-nova-especie-peixe-apanas-existe-bacia-sado-2115026>



Newsletter do AEOS

O arquivo completo dos números anteriores pode ser consultado em:

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



Projeto cofinanciado:



EDUCAÇÃO

