

50 Anos

Alfabeto

JORNAL DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DA BATALHA



Pré-escolar
1.º ciclo
2.º ciclo
3.º ciclo
Secundário
Abril 2021

 **CA**
Crédito Agrícola
Batalha

A PALAVRA DO DIRETOR

AEB funcionou como escola de acolhimento



Luís Novais
Diretor do AEB

O ano letivo de 2020/2021 está, sem dúvida, a ser um grande desafio para toda a nossa comunidade educativa, a qual tem mostrado que, apesar de todas as imperfeições, sabe pegar nas ferramentas ao dispor e procurar soluções, que o foco tem de estar na solução e não no problema, que quando há situações complexas como esta é capaz de mobilizar as capacidades e competências de cada um para, em con-

junto, encontrar o melhor caminho.

Com a suspensão das atividades letivas e não letivas, no dia 22 de janeiro, e o regresso do regime não presencial, a partir de 8 de fevereiro, a escola-sede do AEB passou a funcionar como a escola de acolhimento do nosso concelho, recebendo os filhos ou outros dependentes, com menos de 12 anos, a cargo dos trabalhadores dos serviços essenciais, nos termos definidos

na legislação em vigor.

Com o objetivo de “não deixar ninguém para trás”, acolhemos 25 alunos, que foram acompanhados no espaço da biblioteca escolar por uma equipa multidisciplinar de pessoal docente e não docente, e 17 alunos com necessidades educativas, acompanhados por docentes da Educação Especial. Estes alunos dispuseram dos nossos serviços no horário semanal de funcionamento, de 2.ª a 6.ª feira,

entre as 07h30 e as 19h00, em função da realidade de cada família.

Para além de ajudar os alunos nas suas aprendizagens, o bem-estar de cada um foi uma preocupação constante e, por isso, quero agradecer o esforço e o empenho de toda a comunidade educativa para que tudo corresse pelo melhor nesta missão de escola de acolhimento.

AEB ao teu lado sempre a aprender!

“Uns continuam a ser mais iguais do que outros”



Laura Bento

Recentemente, celebrou-se o Dia Internacional da Mulher. Neste mundo, ainda há muitas mulheres silenciadas, sem voz para falar sobre a condição feminina, que julgo ser algo tão frá-

gil, mas, ao mesmo tempo, tão inquebrável. Ainda há mulheres que não têm uma vida digna, ainda há meninas que não vão à escola, ainda há raparigas a casarem-se jovens, todas contra a sua vontade. Em Portugal, em 2015, as mulheres recebiam cerca de 17% a menos do que os homens a fazer o mesmo trabalho e a desempenhar as mesmas funções. Em Portugal, em 2015, 67% do número de deputados eram homens. Em 2016, apenas 14% das pessoas que integravam conselhos de ad-

ministração das empresas eram mulheres.

A igualdade não nasce apenas da manifestação por ela, nasce dentro de cada um de nós. Na verdade, mesmo que a desigualdade extrema entre géneros não tenha a mesma repercussão em toda a gente, uns continuam a ser mais iguais do que outros. Existem uns que não têm medo de ir para casa à noite, mas existem outros que sentem medo constantemente. Existem uns que, em certas partes do mundo, podem ter várias espo-

sas, mas existem outros que nem sequer podem ter opinião sobre o casamento. Espero ansiosamente pelo dia em que não vou ter de mudar de passeio, numa rua vazia, quando um homem passa por mim, porque tenho medo. E espero ainda mais ansiosamente para que a minha filha, se alguma vez tiver uma, não tenha de sentir a necessidade de fazer o mesmo. Existem lugares para todos no mundo, às vezes, só temos de nos chegar para conseguirmos caber.

Noite

Gosto da noite
A noite é em quem
Posso confiar

Posso confiar-lhe
Todos os meus segredos
Todas as minhas inseguranças
Todos os meus medos

Pois ela não me vai julgar
Não vai mudar com o que
lhe digo
Não vai mudar
Não se vai importar

Eu apenas sei que ela está
presente
E que me vai escutar

Martim Santos, 12.º A

Poesia

Poesia é desenhar numa tela
Todos os desejos e ambições.
E para esta ser bela
Basta despertar emoções.

Existem muitos escritores
E muitos deles amadores,
Mas são os que tocam o coração
Que as pessoas lembrarão.

Ler poesia é ouvir uma melodia,
É abrir uma página de um diário
E sentir tanto amor como melancolia.

Cotovia

Poluição atmosférica, o confortável caminho para a destruição



Sara Perestrelo, 10.º B

A poluição atmosférica é, desde há muito, um problema sério, apesar de só ter tido visibilidade nos anos mais recentes. Muitos governos tiveram a iniciativa de educar as populações sobre esta questão, mas ainda há quem não tenha grande

consideração por ela, mesmo que as consequências negativas já sejam visíveis no nosso planeta e na nossa saúde.

A poluição do ar remonta ao desenvolvimento industrial, em meados do século XVIII. O livro “A Revolução Industrial”, de W.O. Andersen, herança do meu avô materno, que li quando tinha os meus imaturos 11 anos, fez-me perceber a inocente origem do nosso conforto diário. O fabrico da máquina e a sua utilização generalizada deu-se há relativamente pouco tempo, mas veio para ficar, trazendo

ao ser humano muita comodidade. Agora, é difícil abdicar de um estilo de vida como o nosso, cheio de produtos sofisticados que facilitam a nossa rotina. Foi este conforto que o desenvolvimento tecnológico nos trouxe, mal sabendo nós que haveria consequências devastadoras para o seu criador.

A atmosfera terrestre é constituída, principalmente, por gases como o azoto, o oxigénio ou o árgon, no entanto, devido à poluição atmosférica, têm surgido novos gases prejudiciais, como o metano, o enxofre ou o dióxido de carbono.

Embora em quantidades reduzidas, ao lado do oxigénio, pequenas porções destas substâncias são suficientes para desequilibrar totalmente os ecossistemas. Quando libertadas para a atmosfera, absorvem radiação infravermelha, o que vai impedir a libertação de calor terrestre para lá do limite atmosférico. Este fenómeno, designado por efeito de estufa, contribui para o aquecimento global, provocando o aumento da temperatura nos oceanos e no ar e, conseqüentemente, o degelo das calotas polares. Aumenta, por isso, o nível

médio do mar e gera-se o desaparecimento de zonas costeiras, como em Portugal. Apesar de haver países mais poluidores do que outros, todos sofrem, pois as partículas permanecem na atmosfera e são transportadas. A saúde humana é prejudicada, aumentando o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares e respiratórias.

O que devemos fazer, então, para reduzir as emissões destes poluentes? Na minha opinião, educar os cidadãos é prioritário. Já Simón Bolívar, herói venezuelano que viveu há du-

zentos anos, alertava: “Um povo ignorante é o instrumento cego da sua própria destruição”. Além da educação, penso que se deve incentivar a criação de espaços verdes, reduzir o abatimento de tantos hectares de floresta, fazer a reciclagem dos materiais possíveis, captivar as pessoas para o uso de veículos elétricos ou híbridos e dar o apoio necessário aos jovens cientistas e investigadores para que se dediquem à criação de alternativas à produção industrial. Todos nós temos o dever de cuidar da Terra e de evitar a sua destruição.

Os jovens e a política

Portugal entrou no ano de 2021 com eleições presidenciais e o Alfabeto decidiu abordar alguns jovens da nossa escola sobre a sua perceção e interesse pela política, sobretudo os que estão na idade de exercer o direito de voto.

Como descreves o interesse dos jovens pela vida política do país, na atualidade?

Laura Bento (12.º C) A maioria dos jovens sente-se desinteressada pela política, por várias razões. Em primeiro lugar, é-lhes difícil desenvolver esse gosto, seja em casa seja na escola, acabando por se sentir excluídos do tema. Além disso, os políticos têm um discurso muito pouco apelativo para os mais jovens. Estes preferem políticos de causas e não governantes que se ficam pelos discursos e pelo “papel”. Mesmo que muitos jovens adiram a movimentos e causas sociais, como a luta contra o racismo, contra o preconceito, pela ecologia, entre outros, acabam por sentir indiferença perante os políticos, sentem falta de governantes que tomem atitudes e sejam menos burocratas.

Alex Konkov (12.º A) O “pessoal” só fala daquilo que é “fixe” ou da opinião pública. A lacuna terá que ver com o facto de ninguém nos falar deste assunto. Os jovens devem conhecer, querer saber mais e explorar todo esse mundo para criticar as ideologias ou as medidas propostas por políticos, uns mais populistas do que outros.

Tens conhecimento de algum projeto da escola ou do município sobre este tema?

Laura Bento Os alunos têm participado no “Orçamento Participativo”, este ano, com grande adesão, e na “Assembleia Municipal de Jovens”, um projeto que conta com o apoio do município e que tem permitido aos alunos exporem as suas ideias e apresentarem propostas de melhoria para o concelho. Um e outro têm dado a oportunidade aos jovens de desenvolverem o espírito crítico, de se sentirem mais próximos da política e de serem interventivos, no

sentido de criarem mudança positiva, fazendo ouvir a sua voz.

O que achas que pode ser feito para que os jovens sejam mais ativos na vida política?

Ana Amado (10.º C) A criação e a divulgação de atividades ou exposições alusivas ao tema, que captem a atenção dos jovens, que expliquem o impacto da política na nossa vida e como funciona em Portugal e na UE, tanto a nível de instituições como da diversidade de regimes dentro da democracia. Estas atividades podem e devem ser realizadas na escola, principalmente direcionadas para os alunos do ensino secundário, pois são estes que, daqui a dois ou três anos, podem decidir o futuro político do país, através do seu voto.

Alex Konkov Haver um incentivo tanto no círculo familiar como na escola. Não digo haver uma disciplina nova, mas a dinamização de palestras, *workshops* ou algo do género em que se da-

ria a conhecer a política aos jovens, despertando-lhes o gosto por esta área que se pode tornar muito interessante, mas que, porque nem fazem ideia do que se trata, não sabem se gostam ou não. Por outro lado, acho que quem percebe minimamente do assunto se sente retraído, por causa dos que falam por falar, só para parecerem “cultos”.

Pensas que estás preparado para exercer o voto nas eleições autárquicas, em outubro?

Alex Konkov Sendo franco, não, porém acho que, com umas pesquisas aprofundadas e alguns conselhos de quem está por dentro do assunto, talvez me prepare. Se tivesse alguém, uma espécie de mentor, seria mais fácil.

Alice Santo, 10.º B
Ana Carolina e Carolina Pacheco, 10.º C
Inês Sequeira, 10.º D
Adriana Pereira, 12.º C



Biblioteca, espaço de apoio educativo e social

Durante o confinamento, a biblioteca do AEB desempenhou uma função essencial, ao nível social e pedagógico, no acompanhamento de alunos de vários anos de escolaridade. A coordenadora das bibliotecas escolares, professora Paula Ferreira, viveu todo o processo e explicou como foi prestado o apoio a estes alunos que continuaram a ir à escola.

Tendo em conta que a nossa foi uma escola de acolhimento, a que nível de ensino foi prestado o apoio?

Na sequência da suspensão das atividades letivas presenciais, motivada pela pandemia COVID-19, a biblioteca da nossa escola acolheu e prestou apoio educativo a 25 alunos, cujos pais trabalham em serviços considerados essenciais.



Houve diferenças no tipo de apoio? Quais as mais relevantes?

A diferenciação no tipo de apoio prestado teve em

conta a especificidade de cada ciclo de ensino, ano de escolaridade e autonomia do aluno. A todos foi prestado apoio no acesso às pla-

taformas de ensino@distância e às sessões síncronas, na gestão do horário, supervisão e apoio educativo na realização das tarefas assíncronas. Promoveram-se também momentos lúdicos e acompanhamento na hora das refeições.

Em média, qual o número de alunos apoiados diariamente? Como foi feita a gestão do tempo, considerando os diferentes horários e tarefas?

O acolhimento iniciou-se com 18 alunos, mas o número aumentou progressivamente, ao longo do confinamento, atingindo a média diária de 25 alunos. Este apoio educativo e social aos alunos e famílias foi assegurado por uma equipa multidisciplinar, composta por docen-

tes de vários ciclos de ensino e áreas disciplinares, assistentes operacionais e animadoras, entre as 7h30 e as 19h00. As tarefas assíncronas foram realizadas no final das sessões síncronas e as atividades livres ou lúdicas decorreram no intervalo da manhã, após o almoço e à tarde, depois de terminadas as tarefas diárias.

Quais foram os maiores desafios que tiveram que enfrentar?

A heterogeneidade do grupo de alunos, no que respeita aos anos de escolaridade e às múltiplas sessões síncronas com as turmas de origem, a falta de autonomia, a desmotivação face às situações atípicas e, por vezes, problemas no acesso à internet consti-

tuíram desafios diários que todos juntos procurámos ultrapassar, sempre com o apoio da direção.

Como se sentiram ao poder dar apoio a estes alunos?

Em equipa, tentámos garantir o apoio imediato aos alunos que dele necessitavam, procurando minimizar os constrangimentos provocados pela suspensão do ensino presencial. Sentimos que, desta forma, contribuímos para a equidade de oportunidades no acesso à educação.

Ana Carolina e Carolina Pacheco, 10.º C
Patrícia Rodrigues, 12.º C

AEB é uma escola de acolhimento



As escolas de acolhimento recebem os filhos de profissionais que trabalham na área da saúde, lares ou supermercados e também crianças cujas famílias não têm capacidade para lhes dar apoio.

Gabriela, uma criança que frequenta a educação pré-escolar, e Leonor, aluna do 1.º ciclo, são duas irmãs que partilham conosco a sua experiência. Ambas gostaram de estar na escola por diversas razões: “Estamos com meninas crescidas, os professores são muito simpáticos, fomos muito bem recebidas pelas funcionárias, brincámos e conhecemos novos amigos”. A Leonor adianta que “as professoras esclareceram todas as dúvidas, quando estava a fazer os trabalhos”, e que, para o ano, virá para esta escola. Confessa, também, que teve algum receio em se enganar nos circuitos da escola que, ao contrário daquela que frequenta, a da Quinta do Sobrado, é muito grande. Pensa que conseguiu aprender bem, mas,

às vezes, quando estava a assistir às aulas, o computador desligava-se. A Gabriela afirma ter gostado das duas formas de aprender, aulas à distância e aulas na escola. A Leonor, apesar de ter gostado de estar na escola de acolhimento, não esconde as muitas saudades que sentiu da sua professora Ana Cristina e das suas amigas.

Cármem Moreira, assistente social e mãe das duas meninas, declara que “as escolas de acolhimento são fundamentais, na conjuntura atual, pois existem profissionais que não reúnem condições para ficarem em casa com crianças até aos 12 anos” e relata o seu caso pessoal: “Tanto eu como o meu marido temos profissões consideradas essenciais, eu na área da saúde e ele na área de bens de primeira necessidade, e não temos condições para deixar as crianças ao cuidado dos avós, tal como acontece em muitos casos”. Para esta encarregada de educação, “é inques-

tionável o apoio que a escola conseguiu dar, nesta altura tão difícil”, apesar de ter sentido “alguns receios, principalmente com a adaptação da Gabriela que tem apenas 5 anos”. Terá facilitado este processo a preparação efetuada com alguma antecedência e o facto de as duas irmãs poderem estar juntas. “No primeiro dia, fui buscá-las mais cedo, para estar mais presente, mas, rapidamente, as minhas filhas disseram que, no dia seguinte, não era preciso. Percebi que, quando as ia deixar ou ia buscar, estavam contentes, pois, para além das aulas, também realizavam atividades lúdico-pedagógicas. A tranquilidade deste processo só foi possível com o empenho e envolvimento de todos os profissionais afetos à escola, aos quais muito agradeço”, conclui.

Alexandra Carola e Beatriz São Pedro, 12.º C

Longe, mas perto



Com o avançar da pandemia, os idosos de todos os lares do país foram privados de receber visitas dos seus familiares e amigos, alterando as suas rotinas. Ouvimos a bisavó da Cristiana, utente do lar de Reguengo do Fetal, e a equipa técnica deste equipamento social, que nos descreveram as principais alterações.

A idosa falou-nos da sua tristeza e das saudades da família, de quem se lembra todos os dias, ao rever fotografias ou quando recebe telefonemas e videochamadas. Para se distrair, gosta de fazer contas, de jogar ao bingo ou à memória, de ir à fisioterapia, de dar passeios no espaço exterior do lar e de participar em várias atividades tradicionais. Para a equipa técnica, os momentos de maior desânimo têm sido os aniversários ou a comemora-

ção de dias especiais. Por sua vez, a Cristiana e a Daniela, duas bisnetas da dona Arménia, afirmam ser muito complicado estar longe da sua família e que o único contacto que têm tido é através de videochamadas e de visitas, mas com um vidro a separá-las. Para elas, o momento mais difícil foi o Natal, quando a bisavó teve de ficar isolada num quarto. Contudo, “o amor consegue superar todas as barreiras” e, ape-

sar da distância, lembraram os momentos que passaram juntas e que tencionam repetir num futuro breve. Referem ainda que os mais velhos são importantes na vida dos mais novos e que têm um papel fundamental na construção do ser. “Devemos estimá-los e mimá-los, retribuindo o carinho que sempre nos deram”, enfatizam com gratidão.

Erica Guedes e Cristiana Carreira, 12.º C

Os efeitos da pandemia no comércio local

A pandemia que enfrentamos colocou enormes desafios à dinâmica do comércio regional. Desenharam-se novos padrões de consumo, com a população a privilegiar, mais do que nunca, a compra de bens de primeira necessidade e a prática de comprar *online*, incentivada pela necessidade de isolamento social. Neste confinamento, muitos estabelecimentos físicos viram-se obrigados a fechar ao público e sofreram uma quebra acentuada nas suas vendas. De acordo com alguns comerciantes, o maior desafio foi a súbita necessidade de criação de estratégias inovadoras que lhes permitissem chamar a atenção do público e continuar a vender os seus pro-

ductos, *online* ou em regime de *take away*. Nas empresas que se mantêm abertas, por terem sido consideradas fundamentais para a sociedade, os cuidados foram maximizados e as medidas de segurança reforçadas. Continua a aplicar-se, sempre que possível, o teletrabalho e o desfasamento de horários e as recomendações dadas pela DGS e pela Câmara Municipal da Batalha são aplicadas.

À conversa com o dono de uma loja de mobiliário, localizada no nosso concelho, este confirmou que os seus funcionários se sentem seguros no local de trabalho, graças às medidas de segurança adotadas, e que não se têm registado muitas preocupações por parte dos clientes,

ao contrário das muitas incertezas manifestadas no início da pandemia. “Através do *e-mail*, enviamos os projetos que anteriormente eram analisados em loja, fornecemos orçamentos e apresentamos os produtos que possam ir ao encontro dos gostos pessoais de cada cliente”, refere como estratégias adotadas para evitar o contágio.

Verificou-se, inesperadamente, que a pandemia incentivou o comércio de proximidade, pois houve um aumento no número de visitantes locais, que contrasta com a redução do número de clientes nacionais e internacionais.

**Ana Carolina, 10.º C
Bruna Vala, 12.º C**

Abril, mês de Prevenção dos Maus-Tratos

Todos os anos, durante o mês de abril, as Comissões de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) dinamizam a “Campanha Laço Azul”, através de atividades destinadas a reforçar o alerta para situações de abusos e maus-tratos, ainda reiteradamente infligidos sobre muitas crianças e jovens, ignorando-se por completo os seus direitos e o respeito que lhes é devido.

Em consequência dos tempos de pandemia que vivemos, esta campanha será dinamizada na página do Facebook da CPCJ da Batalha, com vários convites e desafios às famílias, nomeadamente a elaboração de bonitos e criativos laços azuis a colocar nas portas, muros, janelas ou varandas. A marcar a efeméride, esta Comissão, com a colabora-

ção da Câmara Municipal, realizará, nos próximos dois meses, *webinars* afetos a temáticas que preocupam pais e educadores, nomeadamente sobre os perigos do (ab) uso das novas tecnologias por parte dos seus filhos e como os prevenir ou ainda no âmbito da saúde mental infantojuvenil.

Estão, desde já, todos convidados!

Contexto de pandemia agudiza depressão juvenil e ansiedade

A adolescência é uma etapa do crescimento humano que decorre entre a infância e a idade adulta, na qual ocorrem transformações de carácter físico, social, cognitivo e emocional. O adolescente questiona-se sobre a sua identidade e existência, colocando em causa o mundo dos adultos.

De acordo com os psicólogos do AEB, Aida Rosa e Luís Simões, “o jovem procura sentir-se bem com o seu corpo e com as suas emoções e ser reconhecido pelas pessoas que são

significativas na sua vida. Além disso, ambiciona uma maior autonomia, o que requer um maior esforço de adaptação a tudo o que o rodeia”.

As problemáticas mais comuns entre os alunos do agrupamento são o insucesso académico, relacionado com a baixa autoestima e a autoeficácia, bem como as dificuldades no controlo do comportamento e na regulação emocional. Como contributo para esta instabilidade somam-se as preocupações com o futuro pessoal e profissio-

nal, o que, de acordo com os alunos entrevistados, causa uma enorme ansiedade, medo de não alcançar os seus objetivos e de desiludir os que lhe são próximos.

O contexto de pandemia veio agudizar a depressão juvenil e a ansiedade. A COVID-19 veio colocar em causa “a nossa saúde física e provocar um grande sofrimento psicológico, que se evidencia no luto pela perda de pessoas que amamos, no isolamento físico de familiares e amigos, na exigência de dinâmicas familiares alteradas, na constante preocupação, no medo emergente e na incerteza relativa ao futuro”, referem os psicólogos. Também as mudanças nos nossos hábitos diários “configuram riscos para a saúde psicológica e para o bem-estar, entre as quais, a diminuição da qualidade do sono e da atividade física ou a exposição mais prolongada aos ecrãs e à internet, o que deixa os jovens mais vulneráveis ao *cyberbullying* e à dependência cada vez maior dos jogos *online*”, prosseguem. Os alunos viram-se afastados dos amigos e da família, ficaram privados de atividades escolares e extraescolares, como as visitas de estudo e a Associação de Estudantes, e confessam sentir-se frustrados pela baixa produtividade e atenção nas aulas à distância.

Para que os adolescentes possam recuperar dos impactos físicos, psicológicos e socioeconómicos da pandemia, os psicólogos afirmam que se torna “premente investir, individual e socialmente, na saúde psicológica e no bem-estar, através da aposta em atividades de lazer e autocuidado”.

Adriana Pereira e Cristiana Carreira, 12.º C

A máscara da vida



Prof.ª Rosário Cunha



Prof. João Carvalho



Atriz Rita Blanco

O nome “máscara” nunca foi tão comum como agora e, por vezes, julgamos que serve apenas para nos proteger da propagação de um vírus, no entanto, este objeto é percecionado de formas diferentes por profissionais da área do teatro, da educação, da psicologia ou da medicina. Quais são, então, os vários tipos de máscara na vida? Segundo a professora de Português, Rosário Cunha, “o mundo é um palco e todos nós, homens e mulheres, somos meros atores representando, ao longo da vida, vários papéis. Na Grécia antiga, os atores usavam máscaras; no tempo de Shakespeare, os papéis femininos eram representados por rapazes e as mulheres, na plateia, é que usavam máscaras”. Para si, “a máscara está ligada ao faz de conta, à criação”, podendo ser boa ou má e prossegue com exemplos: “A má utilização da máscara advém dos preconceitos sociais que sofremos quando nos queremos integrar num grupo e acabamos por achar mais seguro colocarmos uma máscara. Colocamo-la para ocultar o medo de nos revelarmos, o medo de nós próprios e do que somos, o medo da não aceitação do outro...”

Quantas vezes colocamos a máscara da alegria quando o que sentimos é tristeza? Quantas vezes aceitamos ser e fazer aquilo que não queremos? Provavelmente, a maioria das pessoas coloca a máscara do socialmente correto. Quantas vezes colocamos a máscara da indiferença, da hipocrisia, da mentira, sempre que olhamos o nosso semelhante com arrogância e superioridade? Possamos, no nosso papel de atores da vida, ir escolhendo as boas máscaras, pois são estas que nos ajudam a construir um mundo melhor e mais justo.”

João Carvalho, professor de Filosofia, partilha também desta opinião: “Todos nós somos atores e a escola da vida encarrega-se de, manhosamente, nos formar. O Homem é muito complexo e apresenta muitas faces e, a cada face, acomoda sua máscara potencial. Mas se a nossa forma de agir for efetivamente humana, surgirão as qualidades mais elevadas que nos integrarão, dignificarão e universalizarão perante os outros, em comunidade. Trata-se da expressão da excelência ética na ação humana.” Este professor afirma, ainda, que a máscara pode ser ou não “uma bar-

reira para as emoções. Se as pessoas se regem pela aparência e pela oportunidade, ou ainda pela dependência ou obediência (qual máscara da COVID), certamente que ela inibe a manifestação efetiva do seu ser, mas, quando cada um de nós assume a realidade, o seu ser brota naturalmente e sem qualquer filtro ou barreira”.

A atriz Rita Blanco ajuda-nos a compreender o sentido da máscara na área da representação. Começa por esclarecer que todas as personagens que faz têm tudo dela, é ela, no fundo, que as conduz e o que muda são somente as circunstâncias: “Quando construo uma personagem, vou à sua história, ao seu passado, depois, ponho-me nessa situação. Como seria eu se tivesse nascido em tal sítio, nas circunstâncias daquela pessoa?” Quando a personagem ajuda a atriz a ser melhor ser humano, esta tende a levar um pouco dela consigo, mas, quando tal não acontece, “fica na caixinha das personagens” e a atriz volta “para casa mais des cansada”.

**Alice Santo, 10.º B
Ana Carolina Laranjeiro, 10.º C
Erica Guedes, 12.º C**



Psicóloga Aida Rosa



Psicólogo Luís Simões

Projeto Academia de Líderes Ubuntu

Iniciado no presente ano letivo, mediante um protocolo de cooperação estabelecido entre o IPAV (Instituto Padre António Vieira), o Município da Batalha e o AEB, este projeto marca um novo ciclo na nossa escola. Baseado na filosofia Ubuntu, que assenta em pilares como o autoconhecimento, a autoconfiança, a resiliência, a empatia e o serviço, tem como objetivo desenvolver a esperança na construção de um mundo mais justo, onde impere uma visão humanista e onde os jovens assumam um papel ativo na luta contra a intolerância, o racismo e a discriminação.

Ubuntu significa “Eu sou porque tu és”, logo, a palavra remete para a ideia de cuidar do outro e também do planeta. Esta linha orientadora da ação foi trabalhada por professores que, respondendo ao desafio do nosso diretor, receberam formação por parte da equipa do IPAV.

A professora Guida Roque, uma das participantes, destaca o entusiasmo de todos “embarcando na aventura e levando como bagagem os receios e expectativas próprios de quem navega pela primeira vez”. E prossegue: “A primeira viagem foi até Tomar, onde aportámos e fomos muitíssimo bem recebidos pela escola e pela equipa. A segunda conduziu-nos à nossa própria casa para recebermos os colegas de Ourém, de Tomar e do IPAV, representado nas pessoas do Dr. Rui Marques, Sara Martins e Ana Ramos”.

Após dias de trabalho e grandes emoções, os professores envergaram as *t-shirts* da organização e ganharam o estatuto de líderes Ubuntu,



prontos a viver uma experiência completamente diferente daquelas a que estavam habituados em contexto escolar, estreitando laços e impulsionando a criação de pontes.

A mesma professora acrescenta: “Consideramos que a formação dos nossos alunos, embora já muito diferente da de outros tempos, necessita que se lhe ajuste, continuamente, uma nova paleta de cores. É preciso investir na sua formação, fazer crescer bons e responsáveis cidadãos, muni-los de competências e princípios que lhes proporcionem compreender o mundo, que os ajudem na busca de soluções e os coloquem, se possível, no caminho de um progresso sustentável, pessoal e socialmente. Pensamos que se abriram caminhos para novas formas de estar e trabalhar emoções, ajudando a lapidar personalidades e a fomentar o respeito por si próprios e pelos outros”.

A semana Ubuntu, que le-

vou os alunos até à Biblioteca Municipal e ao Mosteiro da Batalha, deixou no 11.º A e na turma E dos cursos profissionais de TGPSI e de Técnico de Turismo a vontade de partilhar as suas vivências.

Matilde Valente (11.ºA) confidencia: “Quando ouvi a palavra Ubuntu, achei-a engraçada, embora um pouco estranha de soletrar, mas, após uma semana de aprendizagens e interação, estava rendida. Não se tratou de um conjunto de palestras aborrecidas, mas sim de uma abordagem interativa muito bem pensada e orientada. A filosofia Ubuntu foca-se essencialmente no crescimento pessoal, nunca deixando de parte as pessoas que nos rodeiam, pois nada acontece isoladamente e todas as nossas ações têm consequências noutras pessoas. Nunca pensei que esta temática fosse abordada na escola nem nestes moldes. Todos sabemos que, para alguns, e principalmente no ensino secundário, o que interessa são sobretudo

do as médias. A entrega e a partilha desvendaram aspetos, características, posturas e histórias que, provavelmente, não seriam reveladas no nosso quotidiano escolar”.

Por sua vez, Leonardo Santos, da mesma turma, confessa que, se no início, pensou ser mais uma tentativa da escola para ajudar os alunos a focarem-se nos estudos, no final, a formação que recebeu fê-lo mudar de opi-

nião, verificando que a filosofia Ubuntu o ensinou a “ser mais positivo” e a não se “deixar cair pelas adversidades da vida”, aprendendo a “ter mais confiança” em si próprio e nas suas qualidades. “A vida académica não é a única coisa que importa, claro que é importante, mas a nossa vida não é só isso”, declara. Para este aluno, a experiência também beneficiou o relacionamento entre colegas e o projeto mostrou-lhe que “não devemos julgar uma pessoa pela sua postura, porque não sabemos o que a fez ser daquela maneira”.

As colegas Margarida Gil e Matilde Brito destacaram as pesquisas que, inicialmente, fizeram na Internet para perceberem melhor a filosofia que despertava o seu entusiasmo e declararam: “Este projeto parecia algo ‘fora da caixa’ e só quando o incorporámos compreendemos a sua importância. Enfrentámos dificuldades e vivemos experiências que nos torna-

ram mais fortes emocionalmente. Foram-nos propostas várias dinâmicas que nos fizeram olhar para o mundo com outros olhos e descobrir que podíamos cooperar com a sociedade. Como turma, sem dúvida que as atividades nos uniram e nos fizeram pensar mais no próximo, fortificando as relações que tínhamos com os nossos colegas e com os nossos professores”.

No mesmo sentido vão as palavras de Leonor Antunes e Joana Nogueira, alunas do curso profissional: “As atividades desenvolvidas levaram-nos a conhecer melhor nós próprias e os outros. Vimos colegas que, em contexto de sala de aula, dificilmente partilhariam as vivências que partilharam ali com todos”.

Todos os alunos referiram a superação de expectativas e o orgulho de pertencerem a esta família que já deixou marcas muito positivas nas suas vidas.

Prof.ª Guida Roque



Eu vou conseguir!

Sou a Matilde, tenho 16 anos e estou no 10.º ano do curso de Turismo. É o meu primeiro ano no AEB e estou a gostar muito, pois fui muito bem acolhida.

Uma característica minha? Sou sorridente... porque sou FELIZ!

Olhar para a Natureza, respirar ar puro, sentir o cheiro das flores e do mar... de-

ixa-me feliz!

Viajar, passear com a minha família, ir jantar fora, comer arroz de feijão, cozinhar com a ajuda da minha família e depois sentarmo-nos à mesa... deixa-me feliz!

Estar na escola, trabalhar com as professoras e as auxiliares, ter amigos... deixa-me feliz!

A arte deixa-me feliz!

Mas ainda há mais coisas que eu quero fazer e que me vão deixar ainda mais feliz: aprender a andar de bicicleta para ter a sensação de liberdade e aprender a ler melhor... E sabem uma coisa? Eu vou conseguir!

Matilde Marques, 10.º F

Projeto Ético “Penso Logo Cuido” Recolha Solidária de Tampinhas de Plástico

De 25 a 28 de maio, será efetuada a recolha de tampinhas de plástico para fins solidários. Continua a guardá-las e, na data definida, entrega-as na escola-sede do nosso agrupamento. Estás a ajudar alguém que precisa. Já entregámos, a instituições ou a pessoas carenciadas, 11 cadeiras de rodas e mui-

tos conjuntos de canadianas.

Louvamos e agradecemos a persistência de todos os que, cada vez mais, participam e nos ajudam a ajudar. Aguardamos a tua entrega!

Prof. João Carvalho,
coordenador do grupo de Filosofia e coordenador do projeto



Matilde Marques

10.º F

Alô, Alô, é da Faculdade...

Francisco Bento é aluno de mestrado de Matemática, na Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa. Ana Beatriz está a finalizar o mestrado em Engenharia Eletrotécnica e de Computadores, no Instituto Superior Técnico (IST). Ambos frequentaram o AEB e dele guardam boas recordações.

Como tem sido a tua experiência universitária? O que representa para ti?

Francisco Inicialmente, foi um pouco complicado adaptar-me à vida universitária. A faculdade exige muito mais estudo. Por outro lado, também conheci pessoas completamente diferentes, com vivências distintas das minhas, e isso fez-me crescer a nível pessoal. O mestrado, em particular, permitiu-me ver a matemática e a ciência de forma muito diferente, visão global vedada às pessoas de fora, incluindo os

alunos de licenciatura. Existe uma grande disparidade entre mestrado e licenciatura. O mestrado é muito mais exigente, é como uma “rampa de lançamento” para a investigação, e permite assistir a encontros de matemáticos, cujo objetivo é apresentar e discutir novos resultados.

Ana Beatriz Comecei por entrar em Engenharia Eletrotécnica e de Computadores, na Universidade de Coimbra. Depois, pedi transferência para o Instituto Politécnico de Leiria (IPL), onde completei a minha licenciatura no mesmo curso. Por fim, decidi realizar o meu sonho e entrei no Instituto Superior Técnico. Na cidade dos estudantes, apenas desfrutei da experiência académica de um ano, no IPL, entrei para o órgão representante dos estudantes do curso, responsável pela organização de todas as atividades, desde as jornadas

de Engenharia Eletrotécnica ao Dia do Eletrão, incluindo atividades sociais. Esta foi uma experiência que me permitiu desenvolver capacidades e competências muito importantes para a vida universitária, mas principalmente para a vida profissional. Já no IST, inscrevi-me no Técnico Solar Boat, um projeto universitário responsável pela construção de barcos movidos exclusivamente a energias renováveis. Trata-se de um projeto inovador, “superdesafiante”, que, em equipa, nos possibilita pôr em prática o que aprendemos nas unidades curriculares.

O que pretendes fazer no futuro? Como é que a tua profissão pode ser importante na sociedade?

Francisco Ainda estou indeciso entre uma carreira profissional, ligada à aplicação e desenvolvimento de modelos matemáticos e inteligência artificial, e uma carreira académica. Na primeira opção, o meu trabalho poderá ser aplicado em empresas de tecnologia, seguradoras ou bancos, de forma a melhorar os seus produtos.

Ana Beatriz Tento não pensar muito nisso e focar-me no que ainda falta fazer para chegar lá. Mas confesso que, em cima da mesa, estão várias possibilidades: seguir a investigação, relacionada com a área da saúde, trabalhar na área de automação e robótica ou ser professora universitária. Qualquer uma

destas profissões tem dado um grande contributo para a sociedade, pois a engenharia eletrotécnica está na base da maioria das coisas que utilizamos no dia a dia, como por exemplo, no diagnóstico de cancro ou de AVC, no controlo de robôs, tapetes rolantes nas fábricas... A carreira docente, formar e ajudar os futuros engenheiros do nosso país, é, sem dúvida, uma tarefa desafiante e muito recompensadora.

Para ti, quais foram os momentos mais marcantes no AEB?

Francisco Todos os momentos acabaram por ser importantes porque me ajudaram a ser quem sou. No entanto, ressalto as amizades que fiz e os bons professores que encontrei, especialmente o professor de matemática, Nuno Bernardino, que me acompanhou desde o 7.º ano e que foi muito importante para o desenvolvimento do meu gosto por esta área. Ser o primeiro cronista do jornal Alfabeto foi também, claramente, algo muito marcante.

Ana Beatriz Houve vários momentos marcantes, mas o primeiro que me vem à cabeça é a participação no DN Escolas. Todas as etapas do concurso foram fantásticas, porém, a vinda do atual Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, à nossa escola foi um dia memorável. Passámos horas a preparar perguntas, discursos de boas-vindas,

discursos de despedida... As partes mais incríveis de dias como este acontecem nos bastidores. Matámo-nos a trabalhar! Não penssem que as cadeiras, os sofás, a carpete e as mesas apareceram lá sozinhos. Recordo várias vezes aquele dia com a minha grande amiga Ana Carolina Silva e como tínhamos razão acerca do Professor se tornar, um dia, Presidente da República. Aproveito para deixar um grande agradecimento a todos os que tornaram aquele dia possível, em especial, à professora Fátima Gaspar que tanto se dedicou ao evento.

Que conselho darias a quem está no ensino secundário e pretende frequentar o ensino superior?

Francisco É importante perceberem aquilo de que gostam e tentar conciliar esse gosto às futuras saídas

profissionais. Quando escolherem um curso, certifiquem-se de que é uma área geral, de forma a não encurtarem o número de saídas profissionais que podem vir a ter.

Ana Beatriz Deem sempre o vosso melhor, seja no secundário, no superior ou na vossa vida pessoal. Mesmo que não alcancem de imediato o que pretendem, acreditem, um dia conseguirão. Eu sei que se vivem três anos a lutar por uma média “decente”, mas também há outras coisas importantes. Aproveitem para participar em atividades extracurriculares, concursos... tudo o que gostem e vos interesse. Estão, simultaneamente, a desenvolver todas as vossas capacidades e é isso que vos tornará distintos.

Bruna Vala e Laura Bento, 12.º C



Francisco Bento



Ana Beatriz

Nunca desistam dos vossos sonhos



O meu nome é Simão Silva, tenho 22 anos, sou natural de Leiria e frequentei o AEB desde o início até ao fim da minha escolaridade. Nunca fui muito adepto dos estudos até ao momento em que me foi dada a possibilidade de frequentar o curso vocacional de vitrinismo (criador de montras). Na altura, pensei ser a melhor opção para conseguir completar o 12.º ano.

O curso tinha a duração de dois anos e possibilitava-

-nos a frequência semestral de estágios em empresas da região, contudo, como não me via a “fazer montras”, expliquei a situação aos meus professores que, de imediato, me apoiaram e ajudaram a procurar soluções. Foi desta forma que consegui fazer os estágios em áreas diferentes das do curso, tendo encontrado a minha vocação, a mecânica, paixão que, ainda hoje, se mantém.

Concluí o curso e comecei

a trabalhar numa empresa em Porto de Mós (Construções Pragosa) como aprendiz de mecânico de camiões e de máquinas de construção. Muito recentemente fiquei como responsável de oficina. As responsabilidades agora são outras, começaram as “noites sem dormir”, mas penso estar à altura do desafio.

A vós, estudantes da minha escola, dou como conselho nunca desistirem dos

vossos sonhos. Se ficarem indecisos, falem com os vossos professores, pois, de certo, irão encontrar ajudas preciosas. Acreditem que até os “ralhetes” da professora Guida Roque e do professor Sérgio Barroso foram muito úteis, assim como o facto de nunca terem desistido de mim. Obrigado, ainda, a todos os outros professores que me apoiaram e me proporcionaram diferentes oportunidades.

AMI nas escolas: promoção da integração e inclusão social das crianças e jovens

A delegação do centro da AMI (Assistência Médica Internacional) manifestou disponibilidade para colaborar com as escolas. Nesse sentido, procurámos conhecer melhor a organização, pensando no agendamento de um encontro que permitisse aprofundar os conhecimentos sobre vários temas, nomeadamente o voluntariado.

Judite Batista referiu que os objetivos desta ONG (Organização Não Governamental), que representa, “estão direcionados para as crianças e jovens e visam a tomada de consciência e a promoção da sua integração e inclusão, prevenindo situações de exclusão social e marginalização”. Entre os vários projetos, merecem destaque o Prémio Linka-te aos Outros, destinado a jovens do 7.º ao 12.º ano, os espaços #iAMIn (acesso a computador e internet), os espaços EPES (Espaço de Prevenção da Exclusão Social) e o Fundo de Apoio a Estudantes Universitários. Também ficámos a saber que, para ser voluntário AMI, basta ter vontade de ajudar e preencher a ficha de voluntário *online*: <https://ami.org.pt/como-ajudar/voluntariado>. A mesma representante sublinhou que “os voluntários são uma mais-valia, pois, ao assumirem um compromisso, transfor-



marão boas intenções em boas ações”.

No tocante ao impacto da pandemia nos projetos e em quem os desenvolve, referiu que, “a nível internacional, houve uma realocação de apoios financeiros e do apoio dado aos parceiros locais para permitir que a ajuda continue a chegar às populações mais vulneráveis; a nível nacional, verificou-se um aumento dos pedidos de apoio nos Centros Porta AMIga”. Por fim, salientou que “o contacto da AMI com os jovens é muito im-

portante e tem consequências na mudança positiva de comportamentos, pois, através de sessões realizadas nas escolas, os jovens são informados e sensibilizados para as questões da pobreza, da desigualdade entre países e da importância do alcance dos ODS (Objetivos do Desenvolvimento Sustentável)”. Esperamos a oportunidade de termos a AMI na nossa escola.

Ana Carolina Laranjeiro, Ana Leonor Amado e Helena Gregório, 10.º C

Tertúlia Literária Online

O Centro Qualifica do AEB desde janeiro de 2020 que faz parte da Rede Nacional de Centros «Ler+ Qualifica», lançados pelo Plano Nacional de Leitura (PNL). Esse título foi-nos atribuído na sequência de uma candidatura com o projeto “Ler PRA Vida”, na qual assumimos o compromisso de promover a leitura, a escrita e a literacia junto da população adulta.

Neste âmbito, foi realizada uma Tertúlia Literária *Online*, que juntou alguns dos nossos adultos em processo de RVCC, formandos do Curso de Português Língua de Acolhimento (PLA)

e jovens estudantes do 10.º ano da nossa escola. Tivemos ainda uma escritora e uma cantora, que muitos nos honraram e emocionaram.

Além da Tertúlia, foi também construído um Mural, na ferramenta Padlet, onde alguns dos participantes e alunos dos 10.º e 11.º anos deixaram o registo ou a gravação das citações dos autores por si selecionados, fazendo tributo à respetiva língua materna, que poderá ser visitado em: https://padlet.com/pad2309/Tertulia_Literaria.

A aluna Ana Leonor do 10.º B participou no evento que considerou muito inte-

ressante: “Ao ouvir textos e manifestações culturais de outros países, foi como se estivessem a partilhar connosco uma parte da sua origem e, apesar de ter sido realizado *online*, senti que todas as nacionalidades presentes se uniram e que os cidadãos estrangeiros sentiram também que tinham conseguido passar-nos a mensagem através do ritmo da língua e da sua expressão, mesmo sem ser traduzido.” Referiu, ainda, que foi uma oportunidade para conhecer autores portugueses e textos muito interessantes.

Ana Leonor, 10.º C

“A memória não prescreve e a gratidão não prescreve”



Este foi o mote que me lançaram para inaugurar o novo espaço do Jornal Alfabeta, no qual se pretende recordar momentos marcantes da vida do AEB ao longo dos seus mais de 30 anos. A escola é a memória em crescimento, é o tempo e o espaço que abrem o futuro.

Começo com a palavra gratidão. Gratidão é a memória que não prescreve. As memórias que tenho do AEB revelam não só o reconhecimento pelo trabalho de todos os professores e de todos os funcionários como também a força das relações que estabeleci com eles e com os meus colegas. Acredito que os nossos professores serão Os Professores para toda a vida.

Entre todas as memórias, uma das mais marcantes foi o projeto DN Escolas, que culminou com a visita do atual Presidente da República, Professor Marcelo Rebelo de Sousa, no dia 9 de março de 2012. Curiosamente, esta seria a data em que o Professor tomaria posse, quatro anos depois, para o seu primeiro mandato e, nove anos depois, para o segundo. Recordo o nervosismo, mas também a força de von-

tade! Uma eliminatória tinha sido ultrapassada e confiávamos no tema que defendíamos: “Comprar português”. Sabíamos que haveria uma razão para o Professor vir à nossa escola, só podia ter visto potencial no trabalho que tínhamos feito e, mais importante ainda, no que poderíamos fazer daí em diante. O desafio exigia compromisso e responsabilidade e era disso que estava à espera o nosso futuro.

Quem era esta equipa? Um punhado de amigos, entre eles a Ana Beatriz, o Bernardo, a Carolina, o Gil e eu, orientados pela professora Fátima Gaspar que, ao longo do projeto, testou a nossa autonomia, criatividade e capacidade de entusiasmar as pessoas à nossa volta. Em equipa, planeámos as tarefas de todos e definimos uma forma de trabalho em que cada um pudesse desenvolver novas capacidades através da colaboração com os restantes nas suas áreas de maior interesse ou facilidade.

De repente, quando todos já estávamos em polvorosa no polivalente da escola, chegou o Professor, não havendo mais tempo para indefinições. Já não éramos

apenas uma equipa unida, éramos toda a escola. O agora era o tudo que iria fazer parte da memória futura.

Lembro a síntese final do Professor: “Foi sensacional! Mais de 300 jovens e professores, mais de três horas, a debaterem tudo sobre a marca Portugal, a crise, as saídas, a escola, o desemprego e as perspetivas de futuro, as médias e o seu papel. Tudo muito bem organizado, mas com uma dose de improviso e de inesperado que enriqueceu uma tarde inesquecível na Batalha. Parabéns ao DN e à escola nossa anfitriã!”

Se esta memória está tão presente, terá sido graças à forma como toda a escola vibrou com aquele momento e se entregou de braços abertos ao nosso convidado. Ainda hoje acredito no entusiasmo como força motriz e na importância de movimentos conjuntos. E como compreendo as palavras de Valter Hugo Mãe: “A beleza da lagoa é sempre alguém. Porque a beleza da lagoa só acontece porque a posso partilhar”.

Ana Carolina Rebelo Silva, consultora financeira, na KPMG

A casa dos seus sonhos tem o nosso crédito.

CA Soluções de Crédito Habitação

CRÉDITO HABITAÇÃO

ESCOLHA ACERTADA

Publicado em 06.06.2019
para aprovação por banca

Licença n.º BY.201906EA.006

Faça a escolha mais acertada de Crédito Habitação e surpreenda-se com as condições que temos para si.

“ESCOLHA ACERTADA” DECO PROTESTE
Este selo é de exclusiva responsabilidade da entidade que o atribuiu.

f i t i n creditoagricola.pt • 808 20 60 60