VOZ do Estudante

Revista trimestral

Ano VI, número 17

Agrupamento de Escolas do Cadaval

Editorial

Foi em 2010 que a Escola Secundária c/ 3º Ciclo de Montejunto e a Escola Básica 2,3 do Cadaval deram origem à Escola Básica e Secundária do Cadaval. Foi na mesma altura que se verificou o alargamento do Agrupamento a todos os níveis de educação/ensino numa única unidade de gestão da rede pública que abarca todo o concelho do Cadaval. Agora que o director termina o seu 1.º mandato de 4 anos, renovado por mais quatro, por decisão do Conselho Geral, impõe-se uma reflexão sobre o que foi feito e o que se pensa fazer no próximo quadriénio.

Em documento por mim apresentado ao Conselho Geral e tendo por base o projeto de intervenção e a Carta de Missão que definiu as linhas norteadoras para o mandato 2012-2016, verifica-se que a esmagadora maioria dos compromissos foram cumpridos. Numa rápida consulta ao documento, na página web do Agrupamento, pode constatar-se que houve intervenções significativas nos espaços escolares, se melhoraram procedimentos, se credibilizaram as estruturas intermédias, se promoveu formação, se estabeleceram parcerias na comunidade, se geriram racionalmente recursos materiais e humanos, colocando-os ao serviço das linhas orientadoras definidas.

Estas tarefas foram uma obra coletiva, envolvendo todos, independentemente do seu enquadramento funcional ou posição nas estruturas de aconselhamento e decisão.

Dentro do vasto grupo de profissionais que porfiaram pela melhoria do ensino no nosso Agrupamento, foram diminutas e quase insignificantes as formigas que "iam no carreiro em sentido contrário".

É hora de lançar um olhar prospetivo para o próximo ciclo de 4 anos, tendo a instituição ESCOLA como centro, para o qual convergem as ações de todos os atores, alunos, pais, professores, pessoal não docente, autarcas e comunidade envolvente.

A Escola, os seus profissionais, que importa valorizar e motivar, têm que se concentrar na sua missão educativa, na formação integral do aluno, na obtenção de melhores resultados, na promoção de uma cultura de escola, de uma escola criativa e organizada, que constitua uma referência na comunidade.

São estas as linhas delimitadoras face às quais pautarei a minha ação, colocando em primeiro lugar o interesse público, o cumprimento estrito da legalidade, e o dever de prestação de contas. Estarei sempre empenhado, ativo e disponível, à imagem do que tenho feito.

Queremos os pais na escola, a intervir ativamente na educação dos seus filhos e na definição das linhas orientadoras da instituição, com associações ativas e dinâmicas, podendo vir a ter assento no Conselho Pedagógico como acontece em outros Agrupamentos.

A definição do rumo para o próximo quadriénio, com nova carta de missão, implicará a revisão dos documentos estruturantes, a reorganização de equipas e o planeamento atempado e escrupuloso de cada ano letivo.

Estamos convictos de que, com o contributo empenhado de todos, a instituição sairá mais reforçada e dignificada, atingindo, desse modo, maiores níveis de qualidade de que serão diretamente beneficiários o nosso público alvo – os nossos alunos.

Luís Mendes

Índice

Editorial	**2**
Ciência na Escola	**3, 4**
Horta Pedagógica e Profissões	**4**
Dia dos Reis e Los Reyes Magos	**4-6,9**
O Judo foi à Escola! e Concurso	**5**
Momentos de Poesia: Inverno	**6**
Visitas de estudo	**7, 8**
Cidadania	**8**
Postais de Natal	**9**
Dia dos Namorados - Love Wall	**9**
Carnaval no Cadaval	**10**
Biblioteca Escolar	**11, 18**
Sugestões de Leitura	**11**
Reviver a História: Atenas	**12**
Reflexões	**13**
Monitores 007 – A Saga Continua	**13**
Rebeldes com causa	**14**
Desporto Escolar	**15, 16**
Voleibol e O que é o triatlo?	**16**
Narcisismo vs Frustração	**17**
Tu e a Escola	**17**
Carta aos Pais	**18**
Uma veterana sem remédio	**18**
Cinema: Crítica do filme *Star Wars*	**19**
Qual é a tua atitude perante a moda?	**19**
Viaja fora cá dentro!	**19**
Patrocínios	**20**

A Voz dos Alunos

Após mais um período de trabalho, apresentamos uma nova edição daquela que é a ***nossa*** revista escolar. Tentámos ir ao encontro dos vossos pedidos e gostos, revelados nos questionários, e incluímos também temas que achámos interessantes.

Sobretudo, gostaríamos de vos relembrar que a nossa passagem pela escola, tal como pela vida, é uma questão de atitude e cabe a cada um escolher aquela que for mais favorável, ainda que possa não ser a mais fácil.

Esperamos que gostem e que durante estas férias reponham energias. Vamos fazer o mesmo

Ana Catarina Carvalho, Inês Isidoro, Luís Oliveira, Sofia Furtado, Vivienne Rosário

Ficha Técnica

Revista Escolar - Edição nº 17
Março 2016 - Periodicidade: trimestral
Propriedade: Agrupamento de Escolas do Cadaval
Direção: Professora Alice Oliveira
Colaboradores: Clube de Jornalismo; Ana Catarina Carvalho, Inês Isidoro, Luís Oliveira, Sofia Furtado, Vivienne Rosário; Anabela Aleluia, Anabela Barroso, Andreia Fialho, Bruno Santos, Cidália Germano, Corina Melo, Cristiano Barardo, Diogo Nobre, Dulce Pinto, Dora Jesus, Elsa Vizoso, Filipa Franklin, Francisco Garcia, Frederico Matias, Gonçalo Melo, Guilherme Peixoto, Helga Serra, Isabel Melo, João Azevedo, João Ferro, Leonardo Sousa, Lucas Stutt, Margarida Piçarra, Maria Celeste Ramalho, Maria Fialho, Maria Isabel Bento, Micaela Carrasqueiro, Miguel Almeida, Miguel Oliveira, Nélia Prazeres, Paulo Henriques, Raquel Garcia, Renata Oliveira, Rosette Ventura, Rute Queimado, Soraia Duarte, Vanessa Rijo, Vera Lopes,Vera Moura; EB1 Cadaval, EB1 Figueiros, EB1 Murteira – turma 18; 5.ºC;
Grupos de: Inglês; História; Dep. de Educação Especial; Grupos de CEI A, B, C. Outros colaboradores: Célia Bento, Mª João Félix - Bibliotecárias; Sónia Costa - Psicóloga; Câmara Municipal do Cadaval: drª Teresa Porfírio.

Coordenação Editorial: Fernando Pereira
Redação: Clube de Jornalismo, Fernando Pereira, Graça Oschemberg, Olga Correia
Revisão: Alice Oliveira e Olga Correia
Grafismo e Paginação: Fernando Pereira

As sugestões e artigos deverão ser encaminhados para o mail: **jornal@agrupcadaval.com**

A Ciência no Jardim de Infância

A propósito de uma história, "Flutuar e Afundar", que serviu de motivação, o Jardim de Infância de Alguber realizou uma pequena experiência que queremos partilhar convosco.

Utilizámos um alguidar com água e diferentes objetos (rolha de cortiça, tampa de plástico, bola de esferovite, tangerina, abóbora, maçã, colher de metal, pedra, tesoura, etc), e fomos colocando um de cada vez dentro da água para observar e descobrir se o objeto flutuava ou afundava. Perante as questões "Será que o objeto vai afundar?" ou "Porque é que o objeto afundou?", as crianças iam dando a sua opinião. Uma das crianças respondeu que os objetos afundavam porque eram pesados, então resolvemos pesar os objetos e tivemos algumas surpresas, afinal o peso não era relevante, mas sim o tipo de matéria de que eram feitos os objetos. Uma das crianças levantou a questão, " e o livro flutua?"; fomos verificar colocando uma folha de papel na água e chegámos à conclusão que flutua inicialmente, mas que, depois de absorver água, acaba por afundar assim como um copo de vidro quando lhe entra água para dentro. No final, as crianças mais velhas fizeram o registo gráfico da atividade.

Foi uma manhã interessante, em que as crianças desenvolveram o espírito crítico, a curiosidade e a observação, levantaram hipóteses e chegaram a algumas conclusões. Revelaram-se pequenos cientistas atentos e empenhados.

Maria Celeste Ramalho

Relógios Matemáticos

Durante o final do mês de janeiro e o mês de fevereiro, estiveram expostos relógios, com mostradores matemáticos, realizados pelos alunos da turma VOCD. A ideia surgiu por parte da professora da disciplina de Matemática, tendo por base o relógio das raízes quadradas divulgado no site do PortalMath, entre outros. O projeto foi lançado, sendo desenvolvido e abraçado pelos alunos da turma VOCD, quer na disciplina de Matemática, com a coadjuvação da professora de Inglês, quer na disciplina de Artes Digitais, trabalhos que iniciaram ainda no primeiro período.

O ensino da matemática precisa ser abraçado, numa altura em que o nível de exigência, em todos os domínios, aumentou significativamente, e em que as crianças e jovens precisam que se lhes mostre que a matemática não é o "bicho-de-sete-cabeças" que muitos consideram ser. Precisam ter consciência de que é um saber que, para além de não ocupar lugar, ajuda a facilitar todo e qualquer tipo de raciocínio, quer sejam utilizados diretamente ou não conhecimentos matemáticos.

Citação de Prof. Mello e Sousa: «***Aprender Matemática é como aprender a nadar. É preciso começar a bater os pés, depois os braços, treinar a respiração e o fôlego, às vezes engolir água, enfim exercitar-se até poder flutuar e nadar com tranquilidade. Aquele que apenas observa e depois se atira na água, tentando imitar, certamente se atrapalha, se afoga ou fica com horror à água.***»

Assim, foi concretizada a ideia, como forma de incentivo para os alunos, quer para os conteúdos que foram lecionados em ambas as disciplinas (através de articulação), quer para terem noção de que, para fazer algo, mesmo parecendo difícil à partida, basta, em primeiro lugar, querer.

Helga Serra

Cabazes de Natal

A tradição mantém-se!

OFERTA FORMATIVA DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO CADAVAL

Curso Profissional Técnico de Comércio

Curso Profissional de Gestão de Equipamentos Informáticos

Curso Vocacional D - Artes Digitais

Notícia da Horta Pedagógica

Nós, os alunos dos grupos CEI B e CEI C, neste segundo período, fizemos a experiência da germinação de sementes. Lavámos os copos de vidro, colocámos o algodão com água, no fundo do copo e seguidamente pusemos as sementes em cima do algodão; por fim, colocámos os copos no parapeito da janela, para que as sementes apanhassem sol e assim crescessem.

Semanalmente, regamos as sementes e registamos, na folha de observação, o aparecimento da raiz, o aparecimento das folhas e a altura do caule.

Quando as plantas germinaram e cresceram, fizemos a transplantação para os copos de plástico com terra para que as plantas se fortalecessem e continuassem a crescer.

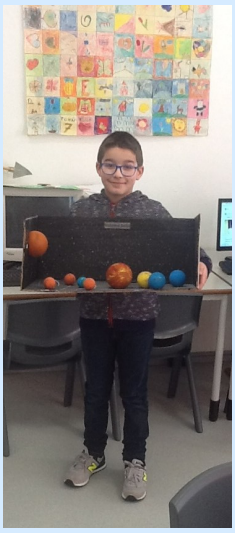
Finalmente, e após três semanas, plantámo-las na horta.

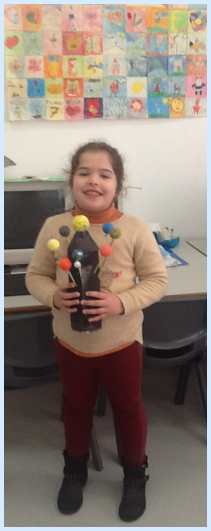
Agora é só esperar que cresçam para as apanharmos……

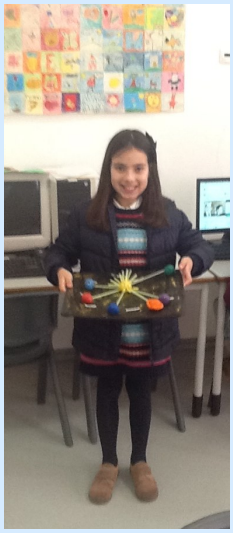
(Noticia elaborada pelos alunos Leonardo Sousa, Miguel Almeida, Vanessa Rijo e Micaela Carrasqueiro, com a colaboração dos professores Miguel Oliveira e João Ferro)

Sistema Solar — EB1 de Figueiros

Os meninos da EB1 de Figueiros estudaram, durante este período, o sistema solar. Assim, após muitas pesquisas, fizeram estes trabalhos espetaculares!







EB1 de Figueiros

Missão: Salvar Vidas — EB1/JI de Chão de Sapo

No âmbito do conteúdo "Profissões", da área de Estudo do Meio e da temática para o desfile de Carnaval, a EB1 /JI de Chão do Sapo teve a visita de dois encarregados de educação que vieram falar das suas profissões: Bombeiro e Enfermeira. Estas profissões são mais do que um trabalho, têm uma grande missão : **Salvar vidas** .

Elsa Vizoso

Dia de Reis

No dia 6 de janeiro, e para cumprir a tradição, a EB1/JI de Chão do Sapo saiu à rua para desejar um bom ano e cantar os Reis à população em geral. Sempre com muita simpatia e habitual generosidade, fomos recebidos pelo Sr Viriato, Presidente da Junta de Freguesia de Lamas-Cercal .

Obrigada pela excelente colaboração e bem-haja!

Elsa Vizoso

O judo foi à escola!

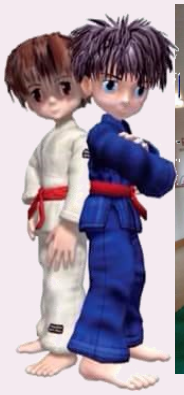
Nos passados dias 11 e 14 de dezembro, o *Sensei* Vicente Gaspar, do Judo CPCC do Cadaval, foi à Escola Básica nº1 do Cadaval, na hora de Expressão Físico-Motora, fazer uma demonstração da modalidade aos alunos do 1.ºCiclo desta escola. Os alunos participaram nesta atividade com bastante interesse, a qual proporcionou uma experiência única e muito enriquecedora a todos os alunos.
O Judo oferece claros benefícios de integração física e social para crianças e jovens, proporcionando um desenvolvimento físico, psíquico e social integrado.
É recomendado pela UNESCO como um dos desportos mais adequados para crianças e jovens:

- Desenvolve habilidades e capacidades específicas dos alunos;
- Prepara os jovens para uma convivência equilibrada no seu ambiente social;
- Estimula o interesse pela competição sadia;
- Desenvolve o educando como um todo.

O Judo é, do ponto de vista físico e psíquico, uma excelente escola para o desenvolvimento da atenção, concentração e reflexão mental. Desenvolve, na criança, uma noção de respeito por si própria e pelos outros. É uma atividade de exceção para crianças tímidas, pela estreita relação que possibilita com os colegas, e para crianças que tenham um comportamento mais agressivo é um ótimo veículo de controlo dessa postura, possibilitando a essas crianças expressarem a sua agressividade através do seu próprio corpo, ajudando no equilíbrio diário da sua personalidade.

Muito Obrigado, *Sensei* Vicente Gaspar!

EB n.º1 do Cadaval



2016wishes4EU

A Escola Básica da Murteira foi convidada a participar numa iniciativa do **Projeto do centro *Europe Direct*, *intitulada* 2016wishes4EU**. A atividade teve por objetivo o envio de postais desenhados por crianças do 1.º Ciclo e J.I para toda a União Europeia. Os alunos fizeram uns lindos desenhos nos postais com mensagens alusivas à paz.

Isabel Melo

DIA DE REIS

No dia de Reis, os alunos da Escola Básica e JI da Murteira visionaram um power point sobre o significado deste dia e a simbologia do bolo-rei. Elaboraram coroas alusivas e os alunos da turma 19 cantaram os Reis. Todos participaram nas atividades com entusiasmo e empenho.

Isabel Melo

Poema do Mês

Janeiro

Vi o Janeiro atrás de um boneco de neve
Com o sol, o boneco derreteu
O Janeiro pôs luvas e cachecol
e assim apareceu !

O Janeiro é amigo do Inverno
Da chuva, do frio e da geada
Gosta de estar à lareira
Na mantinha adorada.

Fevereiro

Fevereiro vem mascarado
e vem em 2.º lugar.
Gosta de brincar ao Carnaval
e serpentinas atirar.

Fevereiro é um mês maroto
ora bissexto ora comum.
De quatro em quatro anos
ao vinte e oito soma mais um.

EB1 da Murteira, Turma 18/2ºano

Festejar os Reis tal como manda a tradição

Para os pais dos alunos da Escola do Vilar, a tradição de cantar os Reis é para se cumprir. Assim, no dia 6 de janeiro, eles vieram à escola explicar aos filhos as origens desta tradição. Cantaram algumas quadras e depois pintaram os Reis, na parede, junto ao nosso portão. Os alunos retribuíram cantando também, e oferecendo bolo rei.

Cidália Germano

Poemas — EB 1 do Cadaval

O Inverno

Mas que frio e ventania
Têm os dias de Inverno
Por vezes até cai chuva
Batida, que é um inferno.

A água gela nos tanques
A neve até cai na serra
Os bichos vão para as suas tocas
Não se vê ninguém na terra.

O lume arde na lareira
As crianças fazem desenhos
Contam-se histórias e loas
Tudo à volta da fogueira.

Gonçalo Melo

O Inverno

Eu gosto do Inverno
do aconchego da casa,
ouvir a chuva a cair
sentir o calor da brasa.

No Inverno quando vou à rua
sinto um frio de rachar
saio bem agasalhado
para na rua poder brincar.

No Inverno do que mais gosto
é ver a neve a cair
escorregar com o trenó
fico feliz e faz-me sorrir !

João Azevedo

O Inverno

O nosso país é pequeno
de Norte a Sul é diferente
e até mesmo no Inverno
há mais frio e há mais quente.

No Algarve e Alentejo
que são a Sul do país
o Inverno é mais ameno
e isso me deixa feliz.

Mais a Norte e na Serra
até chega a nevar
em vez de brincarmos na Terra,
com a neve podemos brincar.

No Inverno no Cadaval
há sempre chuva, frio e vento
não é nada normal
brincar na rua com esse tempo.

Na minha casa quentinha
está acesa uma lareira
tem em cima uma andorinha
e um brinquedo à sua beira.

Quando é hora de brincar
no intervalo da escola
vamos para o polivalente
correr e jogar à bola.

No Inverno há o Natal
que é muito divertido
chega o Pai Natal no trenó
muito apressado e mexido.

Frederico Matias

Visita de estudo às Caldas da Rainha

No dia 1 de março, os alunos com Currículo Específico Individual foram ao Centro de Reabilitação Profissional, no Centro de Educação Especial Rainha Dona Leonor, em Caldas da Rainha. Os alunos puderam visitar todos os espaços do centro – interiores e exteriores – e conhecer os cursos que lá existem: Operador(a) de Jardinagem; Empregado(a) de Andares; Operador(a) Agrícola; Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade; Serralheiro(a) Civil e Auxiliar de Serviços Gerais.
De seguida, foram todos almoçar ao Centro Comercial e ainda houve tempo para passear pelo Parque D. Carlos I.

Dora Jesus

Visita de estudo ao Laboratório de Paleontologia e Paleoecologia da Sociedade de História Natural - uma viagem pelo património paleontológico da zona Oeste

No âmbito das disciplinas de Ciências Naturais, Físico-Química, História e Artes Digitais, realizou-se, no dia 11 de dezembro, uma visita de estudo da turma do Curso Vocacional de Artes Digitais ao Laboratório de Paleontologia e Paleoecologia da Sociedade de História Natural (SHN) em Torres Vedras.
A Sociedade de História Natural é uma organização científica sem fins lucrativos, sediada em Torres Vedras desde 1998, que "desenvolve trabalhos de investigação paleontológica, em particular sobre vertebrados fósseis, tendo igualmente como objetivo a promoção do património paleontológico e geológico".
O laboratório, para além de contar com uma equipa de investigadores nacionais e internacionais, "proporciona aos seus sócios a possibilidade de lidar de perto com o manuseamento, tratamento, preparação e gestão de coleções de fósseis que compõem o seu acervo, nomeadamente animais que viveram durante o período Jurássico, tais como dinossauros, tartarugas, crocodilos, répteis voadores, entre outros".
Nesta visita os alunos foram acompanhados pelo diretor do laboratório, Dr. Bruno Camilo Silva, que os guiou numa visita à zona de armazenamento da coleção da SHN com inúmeros vestígios de diversos vertebrados, sobretudo de dinossauros que terão vivido na nossa zona há muitos milhões de anos. No laboratório, puderam observar e manusear alguns dos equipamentos em uso e tomaram conhecimento das regras de higiene e segurança.
Para complementar esta visita, à tarde, decorreu uma saída de campo na Praia Azul, onde os alunos observaram diversas camadas geológicas com fósseis, bem como a zona de escavação de um grande dinossauro saurópode, realizada pela SHN em 2014.
A visita terminou em Santa Cruz, com belas vistas do Penedo do Guincho e da paisagem circundante.

Corina Melo
Departamento de Educação e Formação da SHN
(Fonte: www.shn.pt)

Visita de estudo no âmbito da Música e das Artes Plásticas

No dia 4 de fevereiro de 2016, realizou-se uma visita de estudo, organizada pelas disciplinas de Educação Musical e Educação Visual, destinada aos alunos das turmas do 5.º ano da escola sede.
No período da manhã, os alunos estiveram no Teatro Tivoli e aí assistiram ao musical "Uma História do Outro Mundo", onde a música, as canções, os cenários e as mil e uma cores a todos deixaram maravilhados.
O almoço partilhado decorreu no Jardim Praça do Império, mesmo em frente ao rio Tejo, e contou com a companhia de inúmeras gaivotas – uns divertiram-se com estas aves aquáticas, sempre muito esfomeadas, mas outros tiveram algum receio...
A seguir ao almoço os alunos foram visitar uma exposição educativa no Museu Calouste Gulbenkian. As explicações dos guias foram fundamentais para a compreensão das várias obras expostas, algumas delas um pouco estranhas…

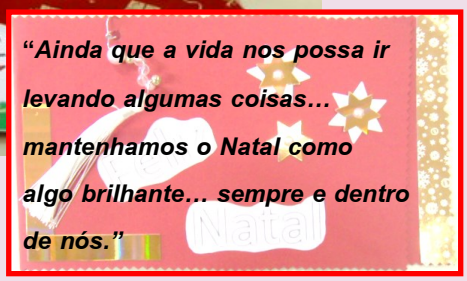
Os professores que acompanharam os alunos consideram que a visita de estudo foi muito estimulante, tendo contribuído, seguramente, para a formação integral dos alunos que nela participaram.

Paulo Henriques

Postais de Natal

Os alunos da Unidade de Multideficiência convidaram toda a comunidade educativa a vivenciar o verdadeiro espírito do NATAL, partilhando mensagens de esperança, de afetos e compreensão, através da elaboração de postais com mensagens/ilustrações de NATAL, a fim de preencher o saco do Pai Natal que se encontrava pendurado na porta da Unidade (Bloco IV). Esta atividade decorreu entre os dias 12 de dezembro de 2015 e 6 de janeiro de 2016.
Na segunda semana de janeiro, organizaram uma exposição no Bloco I com todas as mensagens recebidas. Partilhamos convosco a ilustração e a mensagem mais originais.

Melhor ilustração:
Elisabete Cardoso



Melhor mensagem:
Ana Oliveira

Anabela Aleluia

Cidadania

No âmbito do tema aglutinador deste ano letivo, a turma C do 5º ano está a desenvolver um trabalho que gostaria de partilhar com toda a comunidade educativa. Confrontamo-nos, no nosso dia a dia, com múltiplos atropelos ao pleno exercício da cidadania. As razões dessas ações serão diversas e todas terão a sua validade, desde que fundamentadas. Acreditamos - apesar de todas as vicissitudes - que podemos dar o nosso contributo para uma alteração, ainda que semelhante a uma pequena gota de água no meio de um oceano. É um projeto aberto à participação, colaboração e contributo de todos aqueles que o considerem útil. Deixamos a semente. Se germinará ou não...

Anabela Barroso

Sou a menina cidadania
Que te vem recordar
Aquelas palavrinhas
Que deves sempre usar:
Com licença e obrigado,
Desculpe e por favor
São simples de pronunciar
E não causam qualquer dor!
***
Para haver bom ambiente
E plena satisfação
Deves cumprir sempre
A tua obrigação
***
Ser atento e respeitador
Com toda a comunidade
Cidadania é o motor
Que guia qualquer idade.
***
A atitude de mudança
Está na nossa mão
Deixemos como herança
Uma boa transformação!

El Día de los Enamorados en España

El día de los enamorados en España es un día muy especial. Si el amor, de por sí, hace que todo lo desagradable y lo amargo se convierta en algo hermoso, gracias a San Valentín, este sentimiento se engrandece aún más.

Según se va acercando esta celebración los enamorados se embarcan en la búsqueda del regalo perfecto. Esta es la costumbre que los españoles tienen precisamente cada 14 de febrero.

Pero, ¿qué regalos son los más preciados o con más arraigo entre ellos y ellas? Pues, sin duda, está la costumbre de regalar una rosa como símbolo de fortaleza y de pasión de la pareja.

A pesar de que las rosas son la flor preferida por los amantes en esta celebración, los tiempos pasan y, con ellos, también las costumbres de San Valentín. Es por esto por lo que, cada vez más, se van dejando de lado las rosas y se regalan otro tipo de motivos florales como las margaritas, los gladiolos, claveles u orquídeas. Y es que, al fin y al cabo, quizás no sean tan importantes las flores como los **mensajes** que las acompañan: "te quiero"', "bésame" "Mi corazón es tuyo para siempre" son algunas de las palabras más sonadas y más escritas durante el día del amor, por excelencia. Aquí os dejamos, en foto, algunas que escribieron nuestros alumnos.

Vera Lopes

La visita de sus Majestades los Reyes Magos de Oriente

La magia, un año más, ha llegado a nuestra Escuela con la visita de sus Majestades los Reyes Magos de Oriente. Sus Majestades han tenido la amabilidad de pasarse por acá para compartir un rato con toda la comunidad escolar. Durante su visita sorprendieron a pequeños y mayores, hablando con ellos, haciéndose fotos y repartiendo muchos caramelos. Esta visita ha tenido lugar el día 6 de enero, el día de los Reyes Magos en España.

Tradiciones de los Reyes Magos

Con luces navideñas alegrando las calles, escenas navideñas en distintos lugares, y villancicos ambientando el conjunto, los españoles celebran la llegada de los Reyes con una alegre cabalgata llamada Cabalgata de los Reyes Magos. Los Reyes van a caballo o sobre elaboradas carrozas y lanzan regalitos a los niños alineados en las calles. Esta es también la gran oportunidad de los niños para pedirles juguetes a los Reyes.

Esa tarde, antes de meterse pronto en la cama, los niños dejan sus zapatos en un lugar donde los Reyes Magos los vean con total seguridad. A estos monarcas religiosos, como a Papá Noel, les encantan los dulces, así que los niños españoles normalmente dejan unos caramelos para atraer a los Reyes Magos, así como paja para alimentar a sus camellos. Por la mañana, los niños descubren emocionados que los Reyes se han comido los dulces, los camellos se han comido la paja, y junto a sus zapatos estaban los regalos esperando a ser abiertos. La noche mágica se cierra con otra tradición española de Navidad: el típico desayuno con Roscón de Reyes, un pastel circular decorado con frutas que simbolizan las piedras preciosas que adornaban la elaborada ropa del trio Real.

Vera Lopes

Valentine's Day – Love Wall

Mais uma vez, o Cupido encheu os placares dos blocos I e IV do nosso Agrupamento com corações. Estes corações decorados de forma original continham as mais variadas mensagens em Inglês. Muitos foram os alunos de vários anos que participaram e ajudaram a enfeitar o nosso " LOVE WALL" relembrando rimas deste dia festivo, citações célebres ou curtas mensagens amorosas. De todas as participações, destacamos a colaboração da Unidade de Multideficiência com o seu coração original e colorido que deu muita vida à nossa exposição. Agradecemos a colaboração artística de todos os alunos envolvidos na decoração dos painéis do bloco IV. Lamentamos que nem todos os alunos tenham participado de forma cívica nesta atividade acabando, desta forma, por desrespeitar o empenho dos restantes.

Dedicamos estes versos aos construtores destas "LOVE WALLS":

Roses are red
Violets are blue
English is GREAT
With students like you!

As Professoras de Inglês

CARNAVAL NO CADAVAL

Como é usual, o Agrupamento uniu-se para celebrar o Carnaval. Dos mais pequeninos, do Pré-Primário, aos que já se tornam profissionais neste festejo, os do Secundário, passando por professores e funcionários, tudo saiu às ruas do Cadaval no dia 05 de fevereiro.

Nesta atividade organizada pela escola em parceria com a Câmara Municipal do Cadaval, a animação era imensa! Cada turma escolheu um subtema ao seu gosto dentro do tema aglutinador "Cidadania".

Vivienne Rosário

Biblioteca Escolar

As Bibliotecas Escolares deram as boas vindas ao novo ano civil com um conjunto de propostas de atividades, das quais se destaca o arranque da Biblioteca Itinerante do Agrupamento, com o projeto "Sementes de Leitura". Um projeto muito ambicioso que pretende sobretudo estender o prazer e o gosto da leitura a todos os alunos do Agrupamento, nomeadamente aos alunos de Escolas Primárias e Jardins de Infância do nosso concelho. Este projeto promove igualmente o empréstimo domiciliário e o registo das requisições.

Outro projeto a destacar é o Passaporte da Leitura no JI, 1º e 2º ciclo. Estes passaportes têm características diferentes. Para os alunos mais pequenos, do JI ao 1º ou 2º anos, o objetivo é habituarem-se à presença do livro bem como a promover o interesse pela leitura. Quanto aos outros anos, já pretende criar leitores, propondo o desafio da leitura aos alunos. Os alunos serão premiados consoante os livros e as páginas que lerem. Os alunos do 1º ciclo reagiram muito bem a esta iniciativa, pelo que foi criada uma "Corrida de Leitura" em que os alunos recebem diplomas consoante a média de páginas lidas por dia. Por fim, os alunos que mais lerem, em n.º de páginas ou minutos, serão compensados quer com uma visita especial com conotação de histórias, quer com pequenas lembranças.

Outro projeto iniciado foi o "Pergaminho de histórias". O "Pergaminho" saiu da BE do 1º Ciclo com uma história escrita - "A esperteza da raposa" e já visitou todas as Escolas do 1º Ciclo e Jardins de Infância do concelho. Agora começam a chegar as histórias de cada turma que serão acrescentadas ao "Pergaminho". Este pergaminho chegará à Biblioteca da Escola sede para dar continuidade. No final do ano letivo, chegará à Biblioteca Municipal, que colaborará também com uma história e onde ficará durante a interrupção letiva. Um dos objetivos deste projeto é abraçar todo o Agrupamento do Cadaval, a par do convívio e partilha entre todos.

Para comemorar o 1º aniversário da Biblioteca da Escola Básica Nº 1 do Cadaval, tivemos connosco a escritora e contadora de histórias Cristina Taquelim.

É ainda de destacar o Concurso Nacional de Leitura, para o qual houve provas de seleção ao nível de escola e agora os nossos vencedores irão representar a escola no dia 5 de abril na Biblioteca Municipal da Lourinhã. Vamos todos torcer os dedos aos nossos vencedores:

Ensino Básico

Ariana do Rosário, 8ºD
Karla Gomes, 8º D
Samantha Correia, 9oB

Ensino Secundário

André Azevedo, 11º A
Vivienne Rosário, 11º B
Ana Catarina Carvalho, 12º B.

Durante os meses de janeiro e fevereiro, assistimos ainda aos ciclos de cinema "Animé" e tivemos ao todo já seis turmas, num total de 125 alunos, a ver os filmes "O Castelo Andante" e "A Viagem de Chihiro", escolhidos pelo Professor Fernando Pereira.

A atividade "Traz uma poesia, leva uma doçaria" também foi outra atividade proposta e o nosso painel enche-se de corações rosa, roxos e vermelhos a falar sobre o amor.

Também o nosso bem-haja aos nossos monitores 007, que têm feito um trabalho extraordinário na dinamização da Biblioteca Escolar e destacamos o "Teatro de Marionetas" com famosas lendas de lugares do concelho do Cadaval.

"O Bullying" e "a Internet Segura " foram as temáticas abordadas pelos agentes da Escola Segura, o que permitiu saber um pouco mais da nossa realidade física e virtual e sobre a qual nunca é demais ouvir falar.

Agora preparamo-nos para a Semana da Leitura e da Floresta, que decorrerá de 14 a 18 de Março.

Sinopse — Livro recomendado para o 4º ano de escolaridade, destinado a leitura orientada. À inquietação de um dos filhos em saber por que é que as estrelas não caem do céu, Miguel Sousa Tavares escreveu *O Segredo do Rio*, um conto que é já uma referência obrigatória na literatura infantil em Portugal. Mas que segredos pode esconder um rio? À primeira vista, esta é a história de amizade entre um rapaz que vive sozinho no campo e um peixe (uma carpa) que vive no ribeiro para onde o rapaz ia brincar. No final, percebemos que o grande segredo do rio está consagrado na gratidão que os une. Sem uma vertente moralista, esta é uma obra de aprendizagem da vida e dos seus mistérios, das relações humanas e da descoberta de sentimentos. Escrita há seis anos atrás, é agora reeditada pela Oficina do Livro, tendo Fernanda Fragateiro renovado as ilustrações, aumentando ainda mais a magia deste livro.

Sinopse — **Faixa etária: a partir dos 7 anos.** Uma obra que reúne fantasia, thriller, conto de fadas, poesia, humor e suspense, é a história de uma menina de 11 anos, Lyra, que anda sempre na companhia do seu génio Pantalaimon, com quem ela irá fazer uma perigosíssima viagem até às vastidões longínquas do Norte, para tentar desvendar os seus mistérios, viagem essa que se irá revelar assustadora. Lyra irá conhecer criaturas fantásticas, feiticeiras que cruzam os céus gélidos, espectros fatais e ursos blindados numa luta terrífica entre a vida e a morte, o bem e o mal, a sobrevivência ou a aniquilação do mundo. Obra traduzidas em 39 línguas.

Sinopse — Hazel foi diagnosticada com cancro aos treze anos e agora, aos dezesseis, sobrevive graças a uma droga revolucionária que detém a metástase em seus pulmões. Ela sabe que sua doença é terminal e passa os dias vendo tevê e lendo *Uma aflição imperial*, livro cujo autor deixou muitas perguntas sem resposta. Essa era a sua rotina até ela conhecer Augustus Waters, um jovem de dezassete anos que perdeu uma perna devido a um osteossarcoma, num Grupo de Apoio a Crianças com Cancro. Como Hazel, Gus é inteligente, tem senso de humor e gosta de ironizar os clichês do mundo do cancro — a principal arma dos dois para enfrentar a doença que lentamente drena a vida das pessoas.

Com a ajuda de uma instituição que se dedica a realizar o último desejo de crianças doentes, eles embarcam para Amesterdão para procurar Peter Van Houten, o autor de *Uma aflição imperial*, em busca das respostas que desejam. Inspirador, corajoso, irreverente e brutal, *A culpa é das estrelas* é a obra mais ambiciosa e emocionante de John Green, sobre a alegria e a tragédia que é viver e amar.

Célia Bento

Reviver a História

Desta vez, os alunos do 7.º ano empreenderam uma viagem que os levou a Atenas do século V a. C., onde tiveram oportunidade de viver novas experiências e perceber a importância da participação na vida política da cidade-estado.

Grupo de História

Fazendo História

Um belo dia, estava eu na escola, com os meus belos 17 anos, empolgadíssimo pelo final das aulas, quando a professora de História me perguntou:

- Qual é o órgão político que gostarias de integrar? E porquê?

Respondi: - Gostaria de fazer parte dos Estrategos porque gosto de combater os inimigos e, ao mesmo tempo, gostaria de saber o que é participar na vida política.

A partir desse momento dediquei-me a estudar, a treinar e a fazer simulações com os meus amigos. Mas, para ser Estratego, primeiro, tinha de ser um bom cidadão.

Uns dias depois, na escola, a professora disse-me:

- Eu sinto que há algo de diferente em ti, comparado com os teus colegas tens mais determinação do que eles.

Respondi: - Obrigado. Eu tenho trabalhado muito para o realizar.

Quando completei 18 anos, fui cumprir o serviço militar, requisito obrigatório, para me tornar um verdadeiro cidadão.

Depois de cumprir o serviço militar, já com vinte anos, pude integrar o grupo dos Estrategos. Era o cidadão mais novo, de sempre, a conseguir entrar nos Estrategos.

Passados cinco anos, três estrategos meus amigos foram assassinados. Os restantes elementos, com algum receio, começaram a ficar em casa, fechados e rodeados por guarda-costas, enquanto que eu continuava a sair à rua, sem medo do que poderia vir a acontecer, a falar com os cidadãos, mesmo que qualquer um deles fosse o possível assassino.

Três meses depois, um outro estratego morreu, envenenado, mas eu continuava sem medo de sair à rua.

Alguns meses depois, fui contratado para permanecer nos Estrategos, por tempo indefinido. Entretanto, as sucessivas mortes passaram a verificar-se nos elementos da Eclésia, da Bulé e da Helieia. O pânico instalou-se e todos os que participavam nos ditos órgãos políticos se fechavam em casa. Mas eu continuava a sair à rua, sem medo do que poderia vir a acontecer.

Passados dez anos, fui nomeado para ser o principal membro de todos os órgãos políticos. Continuei a defender a democracia direta, porque acho que é mais justa para todos.

Os meus últimos dias de vida foram a fazer discursos na praça pública, a nossa Ágora, com o objetivo de instruir os jovens cidadãos atenienses a seguir os preceitos de um exemplar cidadão ateniense.

Guilherme Peixoto n.º 7, turma D

Atenas, Século V a.C.

Olá, amigo Diógenes.

Como tens passado? Desde que foste ostracizado que nunca mais te vi.

Diógenes, por aqui, na cidade de Atenas, está tudo na mesma. Isto de ser cidadão é difícil, pois somos nós que governamos a cidade. Apesar de possuirmos terras e de termos algum conforto, desde os meus 18 anos que presto serviço militar à cidade, e começa a tornar-se cansativo.

Como deves saber, levanto-me cedo para orientar o meu comércio, especialmente a minha loja na Ágora. O meu pouco tempo livre é dividido entre a piscina e o ginásio. Hoje à noite, em particular, vou tomar a minha única refeição quente do dia, com os meus convidados.

Novidades? Este ano fui um dos 6000 juízes tirados à sorte e, como tal, estou como membro da Helieia, o órgão que aplica a justiça. O meu filho, já um homem feito, foi um dos 10 eleitos (por um ano) para ser Estratego (Chefe do exército). Nós, os dois, também temos participação na Eclésia, a assembleia de todos os cidadãos.

Como sabes, as mulheres não participam na vida política, então, a Íris, a minha mulher, governa a casa e, neste momento, está a tecer um lindo tapete.

Lembras-te de quando andávamos na escola? Muita coisa se aprendeu. Foi-nos ensinado que para sermos cidadãos era obrigatório ser filho de pai e mãe atenienses e ser do sexo masculino! Que também devíamos participar na vida militar. Ainda me recordo de quando terminámos a nossa preparação para sermos cidadãos. Tínhamos vinte anitos!!!

Diógenes, acreditas que os Metecos querem ocupar cargos públicos? Não aceitam a ideia de não o poderem fazer, e ainda argumentam que são eles que nos sustentam com os impostos que pagam. Mais, pretendem casar com mulheres atenienses, achas possível?

Ainda me lembro daquele dia em que foste ostracizado, por não respeitares as regras da democracia.

Meu amigo, de momento, não tenho mais nada para te contar.

Até breve, pois daqui a 2 anos já aqui estás. Mas, mas como vês, em 10 anos em que estás ausente, nada mudou.

O teu amigo de sempre, Atanásio.

Francisco Garcia, n.º 5; 7.º D

Textos

Hoje, numa atividade escolar, arranquei uma flor da sua casa, da sua família, do único sítio onde conseguiria sobreviver...

Mais tarde, reparei nisso, e pensei:

"Se isso me acontecesse? Se alguém me tirasse da minha casa, da minha família?..."

Quem sabe as aventuras que esta flor teria tido... agora ninguém saberá.

Hoje uma flor morreu da mesma maneira que nasceu... por um humano e os seus benefícios.

Lucas Stutt, 28/01/2016

Opiniões discutem-se?

No outro dia, estava eu muito bem numa aula quando alguém referiu os seus gostos musicais. Ora, em resposta a essa expressão de liberdade, outro alguém respondeu, com um tom gozão e até mesmo provocador: "Isso não é música!". Devo dizer que este comentário me fez ficar perplexa e, consequentemente, fez-me refletir sobre a arte (mais especificamente, sobre a música).

O que é a música? O que é que pode ser considerado música? E, mais importante, como é que alguém pode criticar desta forma (desrespeitosa) os gostos de outro?

Para responder à primeira pergunta, decidi utilizar o maior veículo de informação de hoje em dia: a internet. O resultado que obtive foi: "A música é a combinação de ritmo, harmonia e melodia. No sentido amplo, é a organização temporal de sons e silêncios (pausas)."

Portanto, tudo o que corresponder a estas características pode ser considerado música. Aliás, a música é muito mais do que apenas uma definição teórica, a música é um misto de sentimentos: amor e ódio, felicidade e tristeza, euforia e apatia. Para além disso, convém relembrar, especialmente àquelas almas caridosas que gostam de desrespeitar as opiniões dos outros, que a música é diferente consoante o ouvinte. Ou seja, o que é música para mim, não tem de ser música para ti, ponto final.

A arte é mesmo assim: depende dos olhos do observador (neste caso, depende dos ouvidos do ouvinte) e temos de aceitar isso.

Para concluir esta crónica (que pouco ou nada de crónica tem), peço às almas opinativo-solidárias que passem a opinar e criticar com um pouco mais de respeito (porque, como já disse, as opiniões dependem de cada um). Obrigada!

Inês Isidoro

O que a música significa para mim?

Honestamente, acho que hoje já não conseguiria passar um dia sem ouvir música. Não me lembro bem de como é que este hábito começou, mas a verdade é que se tem vindo a tornar um elemento indispensável da minha rotina do dia a dia. Não digo que seja uma necessidade vital, mas, pelo menos na minha opinião, um dia sem música é um dia mais triste e aborrecido.

Seja a estudar, a fazer desporto ou no autocarro, a música tem sido a minha mais fiel companheira diária à qual associo inúmeras memórias e recordações.

A música toca-nos, move-nos, transforma-nos. Além da sua melodia, a música transmite-nos uma mensagem, constituindo dessa forma a expressão de um sentimento, a tradução de um estado de espírito, o reflexo de uma personalidade, não só de quem cria a música mas também de quem a ouve.

Às vezes fico pasmada com a imensidão de músicas que existem. Considero incrível como uma música se pode adequar tão bem a uma determinada situação, a sua capacidade de espelhar fielmente os nossos sentimentos, mesmo que nós próprios não os consigamos expressar. E quão reconfortante é a sensação de sabermos que não estamos sozinhos nesta por vezes difícil jornada que é a vida; que existem outras pessoas que nos compreendem e que compartilham sentimentos semelhantes aos nossos.

A música une as pessoas, é o fio condutor através do qual comunicam e partilham o que não pode ser exprimido somente com palavras; alimentando poderosas ideias e movimentos transformadores da nossa própria existência...

Sofia Furtado, 10.º C, n.º29
Clube de Jornalismo

Monitores 007: A Saga Continua

Como no dia 13 de janeiro foi o feriado municipal do Cadaval, os monitores 007 (dinossauros) da biblioteca decidiram fazer uma apresentação de algumas lendas do concelho do Cadaval aos alunos dos 5.º e 7.º anos.

As lendas que os monitores apresentaram foram:

A Lenda de Clarinha;
A Lenda do Sino de Ouro;
A Lenda da Moura Encantada;
A Lenda da Serra das Neves.

Houve uma grande animação e toda a gente adorou colaborar na realização do projeto.

Na opinião dos monitores, a lenda que teve mais sucesso foi a *Lenda da Moura Encantada*, pois falava de uma grande história de Amor.

Para uma apresentação mais cativante, os monitores decidiram fazer fantoches, o que lhes deu bastante trabalho, mas também muita alegria e diversão.

Foi uma experiência bem sucedida que se tenciona voltar a fazer.

7ºD:
Andreia Fialho, nº 2
Diogo Nobre, nº 4
Francisco Garcia, nº 5
Margarida Piçarra, nº 13
Maria Fialho, nº 14
Raquel Garcia, nº 16
Renata Oliveira, nº 17

Rebeldes com causa
ou o lado B da agressividade

Certamente já ouviste dizer muitas vezes (sobretudo nos meios de comunicação social e às pessoas à tua volta) que os jovens andam muito agressivos, que respondem com sete pedras na mão e que parece que estão sempre zangados com tudo e com todos.
Poderás dizer-me: "Mas como é que posso não andar revoltado e agressivo?!? O mundo está cheio de injustiças!"...
É verdade.
E podes continuar dizendo: "E quando me ofendem, maltratam, desrespeitam, fico furioso/a e só me apetece ir-lhes à cara!"…
Compreendo.
"Então?!?... O que faço eu com toda esta raiva que sinto se não a puder exprimir?!?..."
Simples (quer dizer, talvez não tão simples, mas eficaz):
Primeiro: Vai aprendendo a conhecer-te a ti mesmo, percebe quando se aproxima uma onda de raiva, respira fundo, conta até dez, põe água na fervura e não reajas a quente… o mais provável seria arrependeres-te depois.
Parece que te estou a ouvir: "Ah, então, o que me está a tentar dizer é que devo reprimir a minha raiva, empurrá-la para debaixo do tapete?"…
Nem pensar. Isso trar-te-ia vários malefícios. É preciso reconhecer e expressar a raiva, mas da forma certa.
Antes de mais, é preciso compreender o que é e de onde vem para depois poder ver para onde pode ir. Isto é, a agressividade não tem de ter apenas o lado mau, que causa transtornos e prejuízo a quem a sente e a quem é alvo dela. Só é má se for mal compreendida e mal gerida.
Raiva é fogo, é chama… e, como todos sabemos, o fogo descontrolado pode destruir… mas também é o fogo que nos aquece (lareira), alimenta (fogão), ilumina…
O fogo pode traduzir-se em agressividade, mas também em garra e energia vital.
Ter fogo a mais (mal gerido) é mau, mas ter fogo a menos também. Uma pessoa de chama excessiva é cansativa, potencialmente agressiva, e às vezes exasperante; mas uma pessoa sem chama é apática, desinteressada e desinteressante. Uma pessoa com chama desregulada é destrutiva e prejudicial, uma pessoa de chama ativa e bem gerida é construtiva e benéfica.
Precisamos da agressividade boa, da chama ativa, da determinação, garra e coragem para reagir a situações intoleráveis, para criar limites, para criar projetos, para defender causas, etc., mas de forma adequada, equilibrada e eficaz. Reagir à toa, ao sabor dos impulsos… faz perder a razão e uma série de outras coisas muito importantes. Mesmo que na essência toda a razão lá estivesse, a forma desadequada de a expressar faz perder grande parte dela, e a recetividade que os outros poderiam ter a ouvi-la.
Dizer mal de tudo, sempre, reclamar constantemente, não estar contente com coisa alguma… é muito comum, e demasiado fácil. É o que se chama o rebelde sem causa. É rebelde só por ser, do contra só porque sim. É negativo, puxa os outros para baixo, só aponta erros e problemas e nunca sugere qualquer solução. Com a sua atitude tóxica cria uma atmosfera poluente que em nada beneficia o próprio ou os que estão à volta.
Mas depois há o outro tipo de rebelde, o bom rebelde, o rebelde com causa, que tem pensamento crítico, que busca a verdade, que fundamenta as suas opiniões, que age de forma justa e respeitadora de todos… que investe em causas que melhoram o mundo, a sua aldeia, a sua escola…
"Não sei se percebi bem… está a dizer que é bom ser rebelde?!?... Está a incentivar-nos a sermos rebeldes?!?"…
Estou a incentivar-vos a pensar, e a fazer escolhas com consciência, e a responsabilizarem-se pelas escolhas que fazem.
Sobretudo, estou a incentivar-vos a serem autónomos e independentes, a conhecerem-se e a saberem gerir as vossas emoções e reações da forma mais positiva. Por isso vos deixo aqui uma espécie de modelo de abordagem à gestão da raiva, para cada um poder aplicar e autorregular-se sem ter de causar estragos (a si ou a outros) e se possível criando resultados positivos para todos.
Quando a agressividade / raiva se começa a manifestar, o que se pode fazer:
1. Reconhecer. Respirar… "A onda está a chegar…" (conheço o meu corpo, as minhas sensações, as minhas emoções… sei para onde se dirigem e onde me podem levar…).
2. Compreender. "Sei o que lhe deu origem, o que a provocou, que gatilho foi acionado em mim…".
3. Analisar. "Que questão concretamente é que me doeu? … Qual é a causa mais profunda? Com o que / com quem é que eu estou realmente zangado/a?... Qual foi a minha necessidade que não foi satisfeita?…".
4. Clarificar / Requalificar. "Isto não é necessariamente mau, pode até ser bom… Não preciso de me recriminar pelo que sinto e posso usar esta oportunidade para me conhecer e transformar, para resolver alguma dor que tenha, etc.".
5. Expressar. "Como posso expressar o que sinto sem magoar ninguém, nem aos outros nem a mim mesmo?... Posso escolher várias coisas: escrever, desenhar, gritar na almofada, correr…".
6. Gerir / Agir. "Como posso canalizar esta energia para uma ação útil e benéfica?... Em que causa posso eu investir esta energia?…".
De que forma podes ser um rebelde com causa e contribuir para o teu bem, o dos outros e o do mundo?
(Nota: Se tiveres alguma dificuldade nos pontos 2 ou 3 (ou noutro qualquer), pede ajuda, isso não revela fraqueza, pelo contrário, é sinal de bravura. Os rebeldes com causa sabem distinguir e investir naquilo que podem fazer sozinhos, e sabem reconhecer e solicitar o apoio de que precisam.)

Olga Maria Amaro Correia

OFERTA FORMATIVA DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO CADAVAL

Curso Profissional Técnico de Comércio
Curso Profissional de Gestão de Equipamentos Informáticos
Curso Vocacional D - Artes Digitais

2º Encontro de Ténis de Mesa para o Desporto Escolar

No passado dia 12 de janeiro, realizou-se no Pavilhão da Mata, em Caldas da Rainha, o Segundo Encontro de Ténis de Mesa, em todos os escalões e géneros, a contar para o Desporto Escolar. O referido evento decorreu de manhã e de tarde, uma vez que o número de jogos era bastante vasto. A competição foi realizada por inúmeras escolas desta área geográfica. A mesma funcionou, numa primeira fase, em sistema de "poule" ("todos contra todos"), onde os dois melhores classificados em cada grupo se apuravam para uma segunda fase, onde, a partir daí, era a eliminar até à final.
A nossa delegação foi constituída por 16 alunos, na sua maioria Infantis B, que representaram a nossa escola com toda a dignidade, pois disputaram cada jogada e cada ponto com uma "entrega total". Eles foram:

Pedro Simplício, 6ºE;
Tomás Camacho, 6ºA;
Rafael Faria, 6ºE;
Tomás Gomes, 5ºC;
Pedro Alves, 6ºA;
Afonso Vieira, 6ºB;
Flávio Gonçalves, 6ºA;
João Correia, 6ºA;
Rafael Soares, 7ºE;
Rodrigo Santos, 6ºA;
Marco Sousa, 5ºA;
Rafael Costa, 5ºD;
Fábio Lourenço, 6ºA;
Miguel Almeida, 12ºA;
Micaela Carrasqueiro, 11ºA;
Guilherme Borda de Água, 6ºA.

Gostaria de destacar os desempenhos do aluno Tomás Camacho, do 6ºA, bem como da aluna Micaela Carrasqueiro, do 11ºA, que se quedaram em 1º e 2º lugar, respetivamente, nas competições onde participaram.
É de salientar ainda que, ao longo de todo o torneio, a correção e o civismo de todos os intervenientes predominaram sempre. E é isso que é desejável em qualquer competição desportiva (competir com toda a combatividade mas de forma leal).

3º Encontro de Ténis de Mesa para o Desporto Escolar

No passado dia 18 de fevereiro, realizou-se no Pavilhão da Escola Dom Pedro I, em Alcobaça, o Terceiro Encontro de

Ténis de Mesa (o primeiro realizado por equipas), em todos os escalões e géneros, a contar para o Desporto Escolar. O referido evento decorreu de manhã e de tarde, uma vez que o número de jogos era bastante vasto. A competição foi realizada por inúmeras escolas desta área geográfica. A mesma funcionou, de uma forma diferente , comparativamente com o sucedido nos anteriores encontros, pois a competição foi realizada por equipas. As equipas eram constituídas por três elementos, onde todos eles tinham que se confrontar (em jogos de singulares) com todos os adversários da equipa que lhes "calhasse em sorte".
A nossa delegação foi constituída por 13 alunos, na sua maioria Infantis B masculinos, que representaram a nossa escola com toda a dignidade, pois disputaram cada jogada e cada ponto com uma "entrega total". Eles foram:

Tomás Camacho, 6ºA;
Guilherme Borda de Água, 6ºA
Rodrigo Santos, 6ºA;
Tomás Gomes, 5ºC;
Pedro Alves, 6ºA;
Flávio Gonçalves, 6ºA;
João Correia, 6ºA;
Rafael Soares, 7ºE;
Rafael Costa, 5ºD;
Fábio Lourenço, 6ºA;
Miguel Almeida, 12ºA;
Micaela Carrasqueiro, 11ºA;
Rui Costa, 8ºC.

Em virtude de dois alunos terem faltado e comprometido as equipas devida e previamente definidas, houve a necessidade de efetuar uma reformulação na constituição das mesmas, que é sempre desagradável, tanto para os colegas em questão, bem como para a organização da prova.
Sendo assim, competimos nos Infantis B masculinos, com duas equipas de três elementos e uma de quatro. Em juvenis, participámos com uma equipa mista, de forma a que a nossa única rapariga, Micaela Carrasqueiro, pudesse participar, que era o mais importante.
Gostaria de destacar os desempenhos da nossa equipa A, constituída pelos alunos Tomás Camacho, Guilherme Borda de Água e Rodrigo Santos, todos eles do 6ºA, que conquistaram

um brilhante 2º lugar, garantindo o respetivo apuramento para a fase seguinte que se realizará no próximo mês de abril.
Também aqui constatámos que, ao longo de todo o torneio, a correção e o civismo de todos os intervenientes se fizeram notar. E é isso que é desejável em qualquer competição desportiva (competir com toda a combatividade mas de forma leal).
Outro aspeto que gostaria de frisar foi o facto de todos os alunos terem sido impecáveis, no respeito pelas normas de segurança ao longo das viagens, nomeadamente, na utilização do cinto de segurança, pois cumpriram na íntegra tudo o que foi pedido por mim. Também por isso, aqui vai o meu especial cumprimento e agradecimento para todos eles, bem como para a funcionária Maria João, que gentil e dedicadamente nos acompanhou nesta deslocação a Alcobaça.

Professor Bruno Santos

Voleibol

Para alguns, o voleibol é só e somente um desporto, doze pessoas a lutarem para ver qual dos lados deixa cair a bola no chão primeiro. São só pontos, vitórias e exercício físico.

Para mim, o volley, como lhe chamo carinhosamente, é uma paixão. Sim, estou a dizer algo tão cliché como isto, estou a dizer algo que muitos outros praticantes de desporto também dizem. É uma paixão comum aos demais.

Tudo começou quando havia falta de elementos na equipa. Ou seja, fui para lá tapar buracos, como se diz na gíria. Entretanto chegou a altura do primeiro torneio. Confesso que, no início, não estava a viver a experiência. Estava no banco a ver as minhas colegas a jogarem, sob umas regras que eu ainda não dominava. A minha jornada a aquecer o banco estava a ser longa até que, inesperadamente, o treinador me mandou entrar. Fui servir. Eram os pontos finais, nunca me esqueço. Estava imensamente nervosa, ia servindo e a pressão ia aumentando. De repente, ouvi o soar do apito. Olhei para a mesa de arbitragem e vi a pontuação. Numa fração de segundo, toda a equipa correu para mim, para festejarmos o set que acabáramos de ganhar.

A partir daí, o meu gosto por este desporto tem vindo a aumentar. Tem servido como a minha terapia. O campo é onde me sinto mais livre, onde posso libertar aquilo que sinto e, sobretudo, fazer o que amo. Divirto-me, esforço-me e tento melhorar, pois é um caminho longo, onde há sempre algo para melhorar.

O voleibol não é só a estadia provisória dos nossos corpos dentro das linhas ou duas equipas divididas por uma rede. O voleibol é a felicidade eterna que fica, os momentos que relembraremos no futuro. Damos o nosso melhor e criamos vivências que nos tornarão mais felizes, independentemente da quantidade de vitórias e derrotas.

Vivienne Rosário

O que é o Triatlo?

O Triatlo é uma prova que consiste na combinação de natação, ciclismo e corrida, por esta mesma ordem.
Pediram-me que escrevesse um texto sobre a minha participação nestas provas. Aqui vai!

Entrei para a equipa Tri-Oeste em 2014, a qual integra professores, alunos e ex-alunos do Cadaval. Desde então, já participei nalgumas provas, nomeadamente em Belém, Peniche, Amora… Infelizmente, devido à carga horária e a motivos pessoais, tive de interromper a atividade, não definitivamente, espero eu! Tem sido uma ótima experiência, cheia de espanto, sensações e algum medo.

Praticar Triatlo implica espanto (pelo menos para mim), tanto connosco (falo de Peniche, em que tive de nadar em águas geladas que quase me impediram de realizar o resto da prova) como em relação aos outros. Refiro-me a um senhor, provavelmente nos seus setenta anos que, sem uma perna, nadou 1500 metros, numa prova de natação que decorreu entre as duas de triatlo, em Belém, se bem me recordo.

O Triatlo também traz consigo um leque de sensações quentes e frias, na maioria boas. Pessoalmente, adoro sair da água salgada e beber um gole de água do bidon da bicicleta. É dos sabores mais doces que já provei.

Esta prova também suscita medo. É, sem dúvida, assustador nadar em águas tão profundas como algumas em que nadamos…

De qualquer das formas, independentemente dos altos e baixos da prática do triatlo, há uma coisa em que penso e com a qual todos os triatletas concordam acerca desta modalidade: é bastante divertida e traz consigo novas e boas amizades.

Aconselho qualquer um a experimentá-la e, se não gostar de nadar, correr ou pedalar, podem sempre optar pelas seguintes variantes: duatlo (corrida e bicicleta), aquatlo (natação e corrida) ou aquabike (natação e bicicleta).

Seja como for, qualquer uma das provas é boa para compreender a experiência de fazer parte deste "pedaço do mundo" do desporto.

Cristiano Barardo, 11ºA

Torneio de Boccia

Nos dias 7 de janeiro e 2 de fevereiro de 2016, os alunos da Unidade de Apoio à Multideficiência e os alunos do grupo CEI participaram nas Concentrações de Boccia que se realizaram no Pavilhão Municipal do Cadaval. Os alunos tiveram oportunidade de interagir com colegas de outros Agrupamentos, algo fundamental para o seu desenvolvimento pessoal e social.

Anabela Aleluia

Narcisismo vs Frustração

A mitologia grega está repleta de lendas históricas e contos sobre deuses e deusas, a que me serviu de inspiração para esta crónica foi a lenda do Narciso.

Narciso era um jovem de extrema beleza, que despertava a cobiça das mais lindas ninfas e donzelas. Um dia, ao inclinar-se para beber água, Narciso viu a sua própria imagem refletida e encantou-se com a sua visão. Fascinado! Apaixonou-se pela imagem, sem saber que era a sua própria, refletida nas águas. Por várias vezes, Narciso tentou alcançar aquela imagem dentro da água, mas inutilmente! Não conseguia reter, com um abraço, aquele Ser tão encantador. Esgotado, Narciso deitou-se na relva e aos poucos o seu corpo foi desaparecendo…

Em Psicologia também utilizamos o termo *Transtorno da Personalidade Narcisista*, que se caracteriza por um padrão invasivo de grandiosidade, necessidade de admiração e simultaneamente falta de empatia para com os outros. Um indivíduo com *Transtorno da Personalidade Narcisista* acredita ser superior, especial, único e espera ser reconhecido pelos pares como tal.

Infelizmente, na nossa sociedade, devido à excessiva competição, acabamos por alimentar este narcisismo nos nossos jovens. Elevamos as suas expectativas, para serem os mais belos, para terem as melhores notas, os melhores ténis, o melhor curso, o melhor emprego, o melhor carro, e assim sucessivamente.

Até que um dia alguém diz a este jovem: "- Calma lá! Tu não és o melhor! Existem outros melhores que tu!".

E aí o mundo desaba, e surge a frustração, considerada por muitos como a inimiga número um desta geração.

Alguns dos nossos jovens não sabem lidar com a frustração, e não os podemos censurar, porque nunca ninguém os ensinou! Para estes jovens, a primeira vez que ela (frustração) surge, é na escola quando um professor o chama à atenção pelo comportamento ou pela nota baixa, ou pelos pares, que dizem que afinal não sabe jogar tão bem à bola como pensava.

E depois temos alguns pais a reclamarem com os professores, porque o filho é tão inteligente, como é possível ter tido aquela nota, ou então reclamam com o treinador que não entende nada de futebol e insiste em pôr o seu filho como suplente.

Aceitar as diferenças, aceitar que nunca poderemos ser bons em tudo e consequentemente preparar esta geração para as futuras frustrações é a chave da construção de um equilíbrio socioemocional. Tentar superarmo-nos, tentar fazer sempre o melhor que sabemos e podemos, sim, é algo salutar! Agora, julgarmo-nos melhores que os outros, só porque, por exemplo, se tem uns ténis de marca X, é reduzir a nossa existência ao mero consumismo.

Sónia Costa
Psicóloga do Desenvolvimento e da Educação

Tu a Escola:

É certo e sabido que, ao longo dos anos, a nossa maneira de ver a escola muda. Uns dias mais felizes, outros mais abatidos, os anos passam e vamos seguindo o nosso caminho pela estrada da aprendizagem. Por vezes perdemos a motivação, algo que é essencial para que a magia na escola se mantenha, porém, mais tarde ou mais cedo, ela acaba por voltar. Mas será que é mesmo assim? A motivação perde-se? Ganha-se? Quais as opiniões dos alunos sobre a escola? E será que estas opiniões mudam consoante os ciclos de escolaridade?

Uma mudança muito grande...

Eu acho que esta escola é grande e com instalações diferentes das que havia na minha antiga escola (cadeiras, mesas, …). Eu gosto dela, mas, se fosse arranjada, com mais espaços e menos escadas, seria melhor.

Uma coisa de que não gosto é o facto de termos de estar sempre a mudar de salas, porque isso é uma grande confusão. Também não gosto de não saber o que vai acontecer de um dia para o outro.

Acho que vou fazer amigos e não vou ser má para eles; vou brincar com eles. Não gosto que haja alunos de outras turmas que se portam muito mal, deviam portar-se bem. Penso que não vou gostar muito deste ano porque há pessoas que são más e que batem umas nas outras.

As disciplinas são mais difíceis, porque houve uma mudança muito grande. O quarto ano era mais fácil. Não sei se o ano vai correr bem, mas espero que sim.

Estou motivada para aprender porque gosto de estudar mas acho que não me vou manter motivada durante o ano inteiro porque às vezes a escola torna-se cansativa e fico sem vontade de estudar.

Soraia Duarte e Filipa Franklin, 5.ºB

A motivação, esse motor...

Após quase 12 anos de escolaridade, e 7 anos nesta escola, existiram alturas em que eu próprio me desmotivava e penso que isso é normal para qualquer aluno, mas enquanto uns se deixam levar por essa desmotivação até ao fim, outros tentam ultrapassá-la e arranjar novas formas, novas ferramentas para manter aquele gosto, aquela vontade, aquela «magia».

Acho que uma das formas de continuar a ter vontade de estar nesta escola é ver um dia de cada vez e não começar a «dramatizar» com o monte de trabalhos e testes, ou seja, traço objetivos para cada dia, de forma a não acumular matéria e nervosismo! Outro aspeto que desperta muitas vezes desmotivação são as aulas. É claro que existe sempre mais empatia com algum professor do que com outro, com alguma matéria da disciplina, mas tento ver sempre o lado positivo, mesmo daquilo de que menos gosto e acho que foi assim que consegui ultrapassar aquelas desmotivações temporárias e recuperar o interesse e a vontade de aqui estar e olhar para estes anos com muito boas recordações das pessoas que conheci.

Luís Oliveira, 12.ºB

Biblioteca Escolar — 1º Ciclo

Sugestão de leitura de 1º ciclo: **Manuel, o Morcego** de **Susanne Laschütza**.

Plano Nacional de Leitura Quando Manuel, o morcego, caça a sua primeira borboleta noturna, chega a uma importante conclusão: os insectos sabem mesmo muito mal! - Se calhar és um morcego-vampiro... - brinca o morcego mais velho, deixando Manuel com a pulga atrás da orelha, e resolvido a descobrir se gosta mais do sabor do sangue ou de insetos. Na noite seguinte, Manuel, o morcego, levanta voo, desta vez como vampiro, determinado a deleitar-se com umas suculentas e inocentes ovelhinhas. Como tudo corre mal e por que é que Paulo, o cão, apanha um valente susto e decide mudar de vida no final é o que nos conta esta história divertida, com deliciosas ilustrações.

Cristina Taquelim veio à Biblioteca

Célia Bento

Carta aos Pais

Querida mãe e querido pai,

É com esta carta aberta que abro o meu coração e vos explico, o melhor que conseguir, o porquê de tantas atitudes minhas que eu sei que vos magoam.

Eu sei que sempre me ensinaram a distinguir, ou pelos menos a tentar, o bem do mal e a optar pelo melhor. Eu sei disso. No entanto, sei também que não o faço sempre. Sou apenas um adolescente e, por vezes, no calor do momento, eu acabo por optar pelo errado. Não é por mal! Deve-se apenas à minha frescura de jovem que ainda tem de cometer muitos erros para aprender.

Eu sei que sempre me ensinaram que mentir é feio. Eu sei disso. Contudo, eu faço-o por vezes. Não é por mal nem por desrespeito. É somente para não vos magoar ou desiludir. Há vezes em que simplesmente eu prefiro não dizer isso para que não fiquem tristes comigo. Eu tenho consciência que isso é errado, mas, por vezes, não vejo outro caminho.

Eu sei que sempre me ensinaram a confiar em vós. Eu sei disso. Mas algumas vezes eu sinto que não me iriam compreender. Tenho medo do que podem eventualmente achar de mim. Para além disso, os tempos são outros e podem não me aceitar.

Eu sei que sempre me ensinaram a pedir ajuda. Eu sei disso. Todavia, eu vejo o vosso esforço para me darem tudo aquilo que podem. Ora, eu quero-me tornar mais independente, quero obter as coisas com o meu esforço.

Eu sei que sempre me ensinaram que a família é a família e que são as pessoas que mais devemos amar e cuidar. Eu sei disso. Apesar disso, eu e a mana estamos sempre em guerras, a mandar vir um com o outro e que, por vezes, isso vos deixa amargurados. Mas somos ambos jovens e desacatos destes são normais, são brigas de irmãos que, daqui a uma hora, já foram esquecidas e deram lugar a brincadeira.

Eu sei que sempre me ensinaram o quão importante era comunicar com o exterior e não nos isolarmos. Eu sei disso. Porém, eu gosto de ter os meus momentos a sós comigo mesmo, gosto de estar um dia inteiro fechado no meu quarto a ouvir música, ler ou até a dormir. Não é por mal, é só a necessidade de ter uns momentos de sossego.

Eu sei de tudo isso. Mas, mesmo por saber disso, é que eu escolho o outro lado, numa tentativa desenfreada de melhorar, de tentar descobrir-me através dos erros.

Mas, pai e mãe, eu amo-vos. Espero que saibam disso...

Clube de Jornalismo

Uma veterana sem remédio

O Clube de Jornalismo é o clube ao qual pertenço há mais tempo e, segundo o que me dizem, sou o membro (estudante) mais antigo.

Lembro-me vagamente do motivo que me levou a inscrever-me pela primeira vez. Andava no quinto ou no sexto ano e vi um cartaz a publicitar este clube. Como tinha tempo livre e a vontade de experimentar coisas novas era muita, falei com uma amiga e aventurámo-nos.

A partir daí, a minha presença neste clube era mais do que fundamental para mim. Este não é apenas um clube onde a revista da escola é criada! É também um espaço onde o ambiente é super descontraído e onde se conhecem facetas totalmente diferentes dos nossos colegas e professores. Ouso afirmar que é principalmente por este ambiente espetacular que me é proporcionado que, ano após ano, eu respondo ao seu chamado.

Estando agora no 11.º ano, o tempo que tenho para fazer algo que não seja estudar ou ir às aulas é escasso. No entanto, assim que soube que os horários do clube coincidiam com as minhas horas de almoço, nem hesitei em abdicar desses cinquenta minutos, pois não perco absolutamente nada, pelo contrário: entre todo o *stress* pelo qual nós, os alunos, passamos, o clube serve como terapia porque, como já disse anteriormente, todo o ambiente por ele proporcionado é fantástico e relaxante.

Espero que, com a leitura deste pequeno artigo, não hesitem e "corram" para se inscreverem neste clube, pois é algo tão fascinante que merece ser partilhado. Venham e façam parte deste grupo, vale totalmente a pena. Estou certa de que não se irão arrepender!

Vivienne Rosário

CRÍTICA DO FILME

Este era sem dúvida o filme mais aguardado de 2015. Não só os grandes fãs da saga, mas também alguns curiosos assistiram ao VII Episódio de *Star Wars*. E, como curioso, também fui assistir.

Ao contrário de muitos filmes a que assisto, neste caso não tinha muitas expectativas, já que nunca tinha assistido a nenhum dos anteriores capítulos da saga. Mas admito também que este não faz muito o género de filmes que gosto mais de ver.

No entanto, a surpresa foi imediata. A história estava muito bem organizada e estruturada e, acima de tudo, muitos dos pormenores do filme faziam a ligação direta aos primeiros seis, o que é crucial para quem se relacione com esta franquia de sucesso. A ação era mais que muita e os cenários arrebatadores tornaram, na minha opinião, este filme *'o rei dos efeitos visuais'*.

O filme fez referência a muitas personagens míticas e indispensáveis neste filme como o célebre Darth Vader, Han Solo, R2D2 e Princesa Leia, por exemplo. No entanto, as personagens que mais me cativaram foram as que não falavam a língua humana.

A introdução no filme do pequeno e perspicaz robô BB8, fez-me ficar espantado pelo facto de as personagens que não 'falam' terem a capacidade de fazer o público rir mais do que propriamente os protagonistas, e como este estabeleceu uma relação com as pessoas que assistiam ao filme à minha volta.

Concluindo, de uma forma global, o filme está bastante bom, e consegue aliar vários géneros de cinema em apenas 2h e 16 minutos de duração. Para quem gosta de comédia, recomenda-se; para quem gosta de ficção científica, vai impressionar-se; e para quem gosta de acção, então não perca tempo, vá ver este grande êxito mundial!

Luís Oliveira, 12ºB

Qual é a tua atitude perante a moda?

Quando pensas em moda, vêm-te à cabeça várias peças de roupa, ou algum jogo ou mesmo um par de ténis. Mas a moda não é apenas isso. Para além de mexer com a tua aparência, muitas vezes mexe com a tua personalidade, e acabas por moldar-te a alguma coisa de que não gostas, só porque está na moda.

Tens a atitude de fazer ou vestir alguma coisa porque está de acordo com a tua verdadeira personalidade? Ou porque não és capaz de dizer que não?

Quando falamos de moda, uma palavra muito abrangente, mas ao mesmo tempo bastante limitadora, isto é, que te pode condicionar em todas as vertentes (o que fazes, o que dizes…), falamos também em algo que deve ser ponderado POR TI, antes de ser adotado.

No meu ponto de vista, devemos ir ao encontro da nossa personalidade e há um caminho a percorrer até chegarmos à nossa casa enquanto estilo e feitio, e não há problema nenhum em testar.

Sei que por estes meios pequenos as coisas se tornam mais condicionantes, porque ficas com vergonha de usar qualquer coisa de que gostes e corres o risco de ser gozado/a, mas vai ser assim em todos os sítios, e se não te demonstrares agora e ficares bem contigo, quando é que isto vai acontecer?

Tudo isto para dizer que o que está na moda no momento não te deve limitar em nada.

Ana Catarina Carvalho

Viaja fora cá dentro!

Enquanto aspirantes a viajantes, pois ainda não o somos de verdade, trazemos uma perspetiva introspetiva acerca de viagens. Não propriamente de países, mas do ser humano em países que não o seu país de origem.

O que acontece várias vezes é que pensamos nas viagens como forma de mudar alguma coisa que sentimos que não está bem e, na tentativa de nos afastarmos, viajamos. Ou simplesmente porque achamos que precisamos de descobrir algo novo. E algo novo em nós. Algo que achamos que não podemos descobrir onde estamos… e então vamos.

Mas, pensando em toda essa aventura, porque é que viajamos? Pelo prazer de observar e conhecer determinada cultura, ou pelo prazer de nos conhecermos um pouco melhor? Bom, diremos que é pelas duas coisas. O ato de viajar, se lá fora, se cá dentro (de si) fica ao encargo de cada um.

No entanto, aqui ficam algumas sugestões de como viajar fora cá dentro pode ser uma experiência enriquecedora da nossa alma.

Quintandona, Penafiel

Estás farto/a de ouvir falar dos melhores destinos para viajar? Pois bem, para quem nunca experimentou turismo rural, este é um dos locais de excelência para visitar. Não só pela envolvente ruralidade que encanta os amantes do campo mas pela beleza destas casas de xisto situadas na aldeia de Quintandona.

Ana Carvalho e Luís Oliveira, 12ºB

CÂMARA MUNICIPAL DO CADAVAL

Reprovei outra vez!
Vou desistir da escola e arranjar um trabalho!

Quantas vezes já ouvimos estas frases? Quantas vezes já pensámos o mesmo?
O insucesso escolar e o consequente abandono da escola não são uma realidade apenas do Cadaval, ela existe e preocupa a comunidade educativa um pouco por todo o país.
Com a certeza de que um futuro melhor, para as nossas crianças e jovens, passa forçosamente por um percurso escolar feito com algum sucesso, os responsáveis pela educação no nosso concelho e também em toda a região Oeste não quiseram ficar indiferentes e decidiram que era preciso mudar alguma coisa.
Mas, para sabermos o que é necessário mudar, é preciso perceber por que é que os nossos alunos reprovam e por que é que acabam por abandonar a escola.
Um dos primeiros passos será a realização de um inquérito, feito pela internet, a cada aluno que já reprovou nos últimos dois anos, para ficar a conhecer melhor cada um, os seus gostos, as suas dificuldades, as suas expectativas em relação à escola, a sua participação na vida comunitária, entre outros.
A resposta a este questionário vai ser muito importante, pois será o primeiro passo para a elaboração de uma estratégia, que todos esperamos irá ajudar a comunidade educativa a proporcionar condições para o sucesso escolar dos seus alunos.
A partir de agora e durante alguns meses, a comunidade escolar do Cadaval vai ouvir falar deste «**Plano integrado e inovador de combate ao insucesso escolar- Aluno ao Centro**», desenvolvido pela comunidade intermunicipal do Oeste, que vai integrar as estratégias de todos os Municípios do Oeste.
Contamos com a colaboração de todos, pois o sucesso dos nossos alunos será o sucesso de todos nós.

Câmara Municipal do Cadaval

PORTUGAL 2020
POCH
UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Formação Agrupamento de Escolas do Cadaval 2015/16:

Curso Profissional Técnico de Comércio

Curso Profissional de Gestão de Equipamentos Informáticos

Curso Vocacional D - Artes Digitais