Propriedade: Escola Secundária Martins Sarmento
Alameda Prof. Abel Salazar - 4810-247 Guimarães
Tel.: 253 513 240
Código da Escola: 402187
Diretora: Ana Maria Silva
Coordenação Geral: Fátima Caldas
Grafismo e paginação: José Faria
Email: o.pregao@esmsarmento.pt

o pregão

nº 29 Jornal da **Escola Secundária Martins Sarmento**, Guimarães **Setembro 2023**

Editorial

"Se só lermos os livros que toda a gente está a ler, só podemos pensar o que toda a gente está a pensar"

Haruki Murakami

E mais umas férias passaram! O verão trouxe uma paragem nos ritmos da vida escolar. Houve aprendizagens diferentes que nos fizeram crescer como pessoas.

Tivemos tempo para estar com os amigos e tivemos tempo para "Não cumprir um dever, |Ter um livro para ler | E não o fazer [...](Fernando Pessoa).

Mas agora estamos de volta à escola! Para muitos que estão a ler estas páginas, a Escola Secundária Martins Sarmento será uma surpresa e o início de uma nova etapa. Mas, se me estiverem a ler é porque têm curiosidade em saber o que fazemos nesta escola centenária, que tão bem tem sabido acolher e ajudar a crescer milhares de jovens ao longo da sua existência. E o nosso trabalho resulta na formação de pessoas responsáveis, solidárias e honestas, porque ensinamos os nossos alunos "a partir do coração".

Esta edição do Pregão procura, mais uma vez, dar a conhecer o trabalho de excelência que realizamos na formação dos nossos alunos dando voz a todos os membros da comunidade educativa.

Aqui é possível escolher o que ler e formar opiniões sobre o que se lê. A leitura dos textos do Pregão pode ajudar a descobrir novas realidades e a viver experiências inesquecíveis. Ler também pode ajudar a sonhar sem medos.

E o Pregão pode ser a porta de entrada para o mundo inspirador da leitura e da escrita, para o mundo da informação, para a possibilidade de pensar de forma diferente. Aqui ganhamos "O Direito de Ler não Importa o Quê", "O Direito de Ler não Importa Onde", "O Direito de Saltar Páginas" (In, Direitos Inalienáveis do Leitor de Daniel Pennac, 1993). O que importa é ler!

Folheiem este número e partam à descoberta do trabalho que a ESMS desenvolve com os seus alunos e a forma como eles são encorajados a voar. Tudo fazemos para que o seu desenvolvimento seja integral e duradouro, nas suas componentes intelectual, emocional e relacional.

E um novo número do Pregão vai ficar à espera dos contributos dos alunos que acabam de entrar na ESMS! Bom ano de trabalho.

Prof.ª Ana Maria Silva

Foto: Curso Profissional Multimédia

VI MOSTRA DE PROJETOS

CURSOS PROFISSIONAIS EXIBEM CRIATIVIDADE E EMPREENDEDORISMO

02

Foto: Prof. José Faria

CLUBE EUROPEU

DEBATE SOBRE O FUTURO DA EUROPA COM O EURODEPUTADO PAULO RANGEL

26

Atividade ESMS: O Pregão no 2º Encontro Nacional de Jovens Jornalistas 10

Homenagem ESMS: Professora Doutora Maria Augusta Neves 08

Projeto "A Empresa": 2º Técnico Auxiliar de Saúde na final nacional 04

Atividades ESMS: PGSI no Congresso de Inteligência Artificial, da UM 16

Palestra: Domingos Abrantes partilha a sua luta antifascista, André Marinho 17

C&D: A Ética no Mundo do Trabalho 32

Atividades ESMS: Torneio de Retórica 2023 09

Erasmus+: Mobilidade à Polónia e à Catalunha 27

Artes Visuais: Diário Gráfico, 11º AV1 50

DESTAQUE

Reportagem fotográfica: Curso Profissional de Técnico de Multimédia

VI Mostra de Projetos

Cursos profissionais exibem criatividade e empreendedorismo

A VI edição da Mostra de Projetos ESMS dos cursos profissionais da ESMS decorreu no dia 06 de junho. Esta iniciativa tem como principal objetivo dar a conhecer à comunidade o trabalho realizado pelos alunos dos três anos dos cursos profissionais em funcionamento na nossa escola, bem como as diferentes dinâmicas que caracterizam os cursos.

Os visitantes conheceram os vários projetos desenvolvidos pelos alunos. Os do 1º ano, "Os Originais", numa lógica de lecionação interdisciplinar e articulada do currículo, pretenderam ser projetos que possibilitam o desenvolvimento de competências de empreendedorismo social. Os projetos do 2º ano pretenderam desenvolver competências de empreendedorismo económico através da criação de Mini Empresas. Os do 3º ano são os projetos desenvolvidos pelos alunos no âmbito da sua Prova de Aptidão Profissional em que os alunos aplicam os conhecimentos adquiridos ao longo do seu percurso de formação e que os capacita para o exercício de uma atividade profissional.

A ESMS reconheceu ainda a excelência do projeto da aluna Darlene Faria, do 3º ano de Multimédia, que ganhou o concurso "O Melhor Projeto Pap".

1º PCPS na "VI Mostra de Projetos"

No dia 6 de junho, a turma do 1º PCPS participou na "VI Mostra de Projetos", cujo objetivo consistia na apresentação do projeto de Cidadania e Desenvolvimento.

A turma foi dividida em técnicos de PS e de PC, com apresentações diferentes dos projetos desenvolvidos em sala de aula.

No dia anterior, realizou-se um ensaio prévio, no palco do polivalente, começando pelo primeiro grupo da turma PS, representado pela Lara, Soraia e a Carolina Alves, a delegada de turma. A apresentação começou com um vídeo com testemunhos da turma de Saúde sobre os motivos da escolha do Curso Profissional Técnico Auxiliar de Saúde seguindo de uma apresentação sobre o "Desenvolvimento Sustentável e Educação Ambiental". No final, cada elemento falou de uma atividade desenvolvida pela turma. As colegas de PC procederam da mesma forma.

Paralelamente a esta atividade, todas as turmas envolvidas na mostra de projetos montaram bancadas com atividades relacionadas com o tema apresentado.

Ao início da tarde, decorreram algumas apresentações das PAP para o concurso do Melhor Projeto PAP, na presença de um júri. A vencedora foi uma aluna do terceiro ano do Curso Profissional de Multimédia.

Na nossa opinião, a turma deu o seu melhor e apreciou o evento!

Lara Sousa e Beatriz Fernandes, 1º PCPS

notícias da esms em:

www.esmsarmento.pt

Projeto "A Empresa": Empreendorismo e Cidadania, literacia Financeira, Empregabilidade

Por iniciativa da JAP (Junior Achievement Portugal - programa bandeira da Junior Achievement, considerado uma best practice pela Comissão Europeia) realizou-se mais uma Competição Nacional do Programa A Empresa! Esta foi a décima sexta edição e a quarta competição, fase final nacional, para a qual alunos da Escola Secundária Martins Sarmento e os seus projetos foram selecionados.

Em traços gerais, o projeto constitui um repto lançado aos jovens de todas as escolas do ensino secundário, desafiando-os a criar e a gerir uma miniempresa, ao longo de um ano letivo e em contexto sala de aula. Uma vez constituída a equipa, os alunos contam com o apoio do conselho de turma e da escola, da coordenação de um ou mais professores para que, num trabalho em equipa, consigam atingir as metas e cumprir os prazos do programa.

Para a JAP a sua missão consiste em "inspirar e preparar jovens para o futuro." Tendo como meta a promoção do "empreendedorismo consciente e inclusivo através de programas desenhados para a aquisição de competências", esta organização visa desenvolver "uma atitude e mentalidade empreendedoras" e contribuir "para uma mudança positiva e sustentável." Para estes organizadores, as competências trabalhadas "têm como base três pilares fundamentais: empreendedorismo e cidadania, literacia financeira e competências para a empregabilidade."

Participaram, este ano letivo, 6.000 alunos do ensino secundário dos 18 distritos do país. Até chegarem à Competição Nacional, as miniempresas passam por um primeiro momento de candidatura às Junior Market, a fase intermédia de competição deste programa. Das 650 candidaturas recebidas a nível nacional, 179 ficaram apuradas para as Junior Market que decorreram em todo o país. A ESMS esteve representada, na Junior Market Porto, por três equipas de diferentes turmas: uma equipa do 2º Ano do Curso Profissional de Saúde, uma equipa do 2º Ano do Curso Profissional de Multimédia e uma equipa do 11º Ano de Economia.

Este ano, a XVI Competição Nacional do Programa A Empresa decorreu no Porto, no dia 31 de maio.

A equipa do Curso Profissional de Saúde, constituída por António José Cardoso, Luana Magalhães, Maria de Fátima Machado, Marta Duarte e Odete Sofia Cardoso, foi selecionada para a fase final nacional com o projeto Innovate the Wait.

De entre as 25 miniempresas apuradas nas Junior Market que se juntaram no Super Bock Arena – Pavilhão Rosa Mota para disputar o 1.º prémio - a passagem ao Gen-E 2023 em Istambul, o maior evento de empreendedorismo da Europa - esteve a equipa da turma do 2.º Ano do Curso Profissional de Saúde que foi selecionada para a fase final nacional.

A equipa, constituída por António José Cardoso, Luana Magalhães, Maria de Fátima Machado, Marta Duarte e Odete Sofia Cardoso, lançou mãos à obra e criou a empresa Innovate the Wait.

Esta equipa contou com o apoio da escola e de todo o conselho de turma do 2.º Ano do Curso Profissional de Saúde, em particular de duas professoras, a professora da disciplina de Inglês, Cristina Soares Carvalho, e a professora da disciplina de Área de Integração e Diretora de Turma, Glória Ceia, que se envolveram de corpo e alma.

A participação destes jovens foi exemplar e demonstrou que a aprendizagem em equipa compensa e que é verdade que "querer é poder!". O trabalho desenvolvido por estes cinco alunos foi excecional e impactante. Na Competição Nacional tiveram a oportunidade de apresentar, em pitch, a miniempresa e explicar a ideia de negócio a uma exigente plateia. Foram avaliados em três elementos distintos: um relatório da miniempresa, um pitch em palco (com 4 minutos de duração) e uma entrevista com um grupo de jurados-empresários (de 10 minutos e em Inglês).

Aqui se transcrevem os testemunhos dos 5 alunos que fizeram esse caminho, abraçando o desafio de dar asas à criatividade e voar no mundo empresarial.

António José Cardoso Oliveira

"Participar no Projeto A Empresa foi trabalhoso e enriquecedor, foi simultaneamente muito gratificante e muito desafiador. Este projeto ajudou-nos a aprender a saber ouvir e a aprender a aceitar as diferentes opiniões, o que confesso, nem sempre foi fácil. Graças a uma boa equipa e à nossa determinação para alcançar a meta – chegar à competição nacional e mostrar o nosso valor, tudo se tornou mais fácil. Este projeto da JAP foi de grande importância para nós, pois pudemos experimentar e desenvolver competências em diversas áreas, desde a literacia financeira, passando pela comunicação e criatividade. Deram-nos a oportunidade de colocarmos a nossa imaginação fértil a trabalhar e de conseguirmos ultrapassar o medo de falar em público."

Maria De Fátima Machado

"O projeto A Empresa foi um projeto

Partilhamos o vídeo que resume esse dia memorável: XVI Competição Nacional A Empresa - https://www.youtube.com/watch?v=ul97ofiwWDk

muito difícil e stressante, mas foi também um desafio espetacular e inesquecível.

Ligado à economia e às TIC, foi um projeto que exigiu muito trabalho colaborativo pois, para dizer a verdade, nós não fazíamos a mínima ideia do que envolve a criação e funcionamento de uma empresa, como a gestão do setor financeiro, do stock, das vendas, do marketing, etc.

Foi bastante gratificante saber que a equipa de que fiz parte, a Innovate the Wait, conseguiu chegar à Competição Nacional, com muito esforço e dedicação. Registo aqui um agradecimento aos professores que nos ajudaram a tornar isto possível e também ao Dr. Henrique Capelas - Presidente do Conselho de Administração do Hospital Senhora da Oliveira de Guimarães e à Drª Clara Paz Dias - Adjunta da Direção Clínica por nos terem apoiado no projeto."

Marta Beatriz Duarte

"Ao refletir sobre este projeto, sinto uma imensa satisfação e gratidão pela experiência vivida. O trabalho em grupo foi extremamente enriquecedor, onde a cooperação e a partilha de experiências foram fundamentais para o sucesso. A diversidade de conhecimentos, as capacidades e as perspetivas de cada membro trouxeram soluções criativas e abrangentes.

A utilidade deste tipo de projetos é inegável. Além de aplicarmos o conhecimento teórico adquirido na escola, desenvolvemos competências práticas como a resolução de problemas em tempo real, tomada de decisões e gestão de recursos. O projeto proporcionou-nos uma experiência próxima da realidade profissional, preparando-nos melhor para os desafios futuros.

A entrevista realizada ao Presidente do Conselho de Administração do Hospital Senhora da Oliveira de Guimarães contribuiu de forma valiosa para este projeto, proporcionando-nos a oportunidade de receber novas sugestões e ideias para melhorar o nosso produto e a nossa miniempresa. No âmbito do desenvolvimento pessoal, este projeto teve um papel fundamental. Enfrentei desafios que me permitiram crescer e amadurecer. Desenvolvi resiliência, adaptabilidade e capacidade de gestão do tempo. A interação com colegas e professores aprimorou a minha competência comunicativa e a capacidade de lidar com diferentes personalidades.

Sou grata por esta oportunidade transformadora e espero que outros estudantes da ESMS possam vivenciar esta experiência no futuro. O projeto A Empresa marcou o meu percurso e influenciará positivamente nas minhas escolhas e atitudes profissionais."

Odete Sofia Abreu

"Nunca antes realizada por nós, esta experiência de aprender em equipa e desenvolver um projeto, para além de ser algo diferente daquilo a que estamos habituados a fazer, foi incrível e inovadora. Enquanto elementos de uma equipa tivemos de aprender a ouvir a opinião dos outros, pois somos todos muito diferentes e, como consequência, pudemos "olhar" as questões de diferentes ângulos, abrimos horizontes e alargamos perspetivas.

Para mim, em particular, senti que me fez crescer como pessoa. Este projeto deu-nos a conhecer o modo como se cria uma empresa e o trabalho que isso dá."

Luana Catarina Magalhães

O projeto A Empresa foi uma oportunidade única que de início não ganhou a nossa atenção, mas que ao longo do ano foi-nos despertando cada vez mais interesse. Foram meses de trabalho árduo e colaboração para chegar à Competição Nacional! Em relação à minha equipa, aos meus colegas, sinto que mesmo com personalidades e opiniões muito diferentes, conseguimos trabalhar muito bem juntos, ultrapassando as dificuldades e superando os obstáculos que foram surgindo.

Sinto muito orgulho pelo trabalho que fizemos nas diferentes etapas do projeto e por termos conseguimos um destaque bastante positivo no nosso meio envolvente. Aprendemos e crescemos muito, tanto a nível pessoal como a nível académico e profissional. Trabalhamos e aprendemos imenso, fizemos reuniões com pessoas envolvidos na área da saúde, relacionada com o produto que criamos, como o Dr. Henrique Capelas que elogiou desde o início o nosso projeto. Foi um prazer participar e vivenciar esta experiência. Um especial muito obrigado à JAP, a todos os professores e à minha equipa.

Fontes: http://www.japortugal.org/sobrenos.html

Profªs Anabela Silva e Cristina Soares Carvalho

Homenagem ao Dr. Fernando Conceição

No dia 26 de abril de 2023, a Escola Secundária Martins Sarmento (ESMS) homenageou o Dr. Fernando Conceição pelos seus 100 anos de vida, celebrados no dia 18 de abril. Foi o momento que escolhemos para agradecer uma vida de dedicação incondicional ao serviço do bem comum.

A ESMS é o resultado do esforço e do trabalho desenvolvido por todos quantos, ao longo dos tempos, a dirigiram. Foi sempre convicção de todos garantir que a ESMS seria sempre mais no futuro do que aquilo que era no momento em que cada um iniciava funções, pelo que a nossa comunidade escolar foi construída com o trabalho e o empenho de quantos aqui trabalharam e trabalham. A dedicação e o compromisso que colocamos em tudo o que fazemos, fez, e continua a fazer, a diferença na vida dos alunos que anualmente a frequentam.

É com orgulho que afirmo que a nossa escola tem contribuído, ao longo da sua história de 132 anos, para o elevar da nossa comunidade, da nossa região e do nosso país, através da formação de excelência que presta aos alunos que a frequentam.

Vida vivida em prol do bem comum

O Dr. Fernando Conceição foi o Reitor desta instituição centenária de 1965 a 1974 e Presidente do Conselho Diretivo de novembro de 1980 a setembro de 1984 (13 anos) e, por conseguinte, faz parte da nossa história tendo sempre trabalhado para o fortalecimento da nossa comunidade escolar. Tudo fez para que nesta instituição se trabalhasse para fazer cumprir a nobre missão de educar e formar pessoas competentes e comprometidas com o bem comum.

No dia 26 de abril, foram muitos os que connosco quiseram prestar esta homenagem ao homem, ao colega e ao professor e, desta forma, dizer o quão importante ele foi para as suas vidas. Todos os presentes tinham dele um conhecimento profundo, independentemente do contexto em que se cruzaram no seu longo percurso de vida. O carinho, admiração e respeito com que falam do Dr. Conceição são o testemunho do privilégio que cada um teve de, em algum

Entrevista Liceu Tv em: (https://www.youtube.com/watch?v=3IwriWKvAkA)

O Dr. Fernando Conceição foi o Reitor desta instituição centenária de 1965 a 1974 e Presidente do Conselho Diretivo de novembro de 1980 a setembro de 1984 (13 anos) e, por conseguinte, faz parte da nossa história tendo sempre trabalhado para o fortalecimento da nossa comunidade escolar.

momento das suas vidas, o ter tido como inspiração.

Uma vez professor, para sempre professor

E, apesar dos seus 100 anos de vida, surpreendeu todos os presentes com uma intervenção sobre o que, na sua perspetiva, significa ser professor. Referiu que é importante despertar nos jovens o interesse pelos problemas, para que não sejam espetadores de varanda. Tudo fez para que os seus alunos lessem textos com pontos de vista diferentes, discutissem os assuntos, e depois construíssem a sua própria opinião sobre esses mesmos assuntos. Segundo ele, tudo o que aprendemos tem de estar ao serviço do pensamento e da ação. Temos de ser pessoas de ação, fazer coisas. E o Dr. Conceição continua a ser um homem de ação através da escrita. Continua a pesquisar, a refletir e depois escrever sobre a história de Guimarães e sobre a história do mundo.

Ao longo da sua existência, desempenhou muitos papéis: foi professor, político, presidente de várias associações, promotor da Universidade Sénior em Guimarães. Nas suas palavras "era um dinamizador coletivo" tendo sido o primeiro político a falar sobre o ambiente na Assembleia Nacional. Também levou à Assembleia as suas preocupações sobre os problemas que afligiam os alunos de então, no nosso concelho.

Como homem de diálogo teve um papel importante na elaboração da Lei de Bases do Sistema Educativo. Com a sua capacidade de harmonização, foi-lhe possível integrar os pareceres oriundos de diferentes quadrantes políticos num documento que fez a diferença no nosso sistema educativo.

Na entrevista "À conversa com....", o Dr. Conceição deixou uma mensagem para a ESMS: "que se realizem. Que façam aquilo que entendem que devem. Não é aquilo que podem fazer, é aquilo que devem fazer. Portanto, devem tomar a iniciativa. Não se deixarem ficar no 'e se fosse hoje', 'e se fosse daquela maneira'. Não é o se fosse. É o que tem que ser. É preciso veemência, desejo de fazer coisas e não ser passivo."

De si próprio diz que se vê como um homem ainda ativo, sempre desejoso de continuar a estudar coisas, e até fazer coisas, quando é possível.

(in "À conversa com.... Dr. Fernando Conceição, https://www.youtube.com/watch?v=3IwriWKvAkA).

Ana Maria Silva, In Correio do Minho, 11 de maio de 2023

Reportagem Liceu Tv em: https://youtu.be/1CnT76RHLjY

ESMS homenageia a Professora Doutora Maria Augusta Ferreira Neves

No dia 27 de junho de 2023, às 16h, a Escola Secundária Martins Sarmento promoveu uma sessão solene de homenagem à Ex.ma Senhora Professora Doutora Maria Augusta Ferreira Neves.

A Professora Doutora Maria Augusta Ferreira Neves foi aluna da Secundária Martins Sarmento entre 1965 e 1967, formadora voluntária do grupo disciplinar de Matemática da escola há várias décadas e mecenas desta instituição.

Augusta Ferreira Neves é licenciada em Matemática pela Faculdade de Ciências da Universidade do Porto, mestre em Educação da Matemática pela Universidade de Lisboa e doutorada pela Universidade Portucalense e King's College London.

Casada, mãe do empresário José Neves, do grupo Farfetch, avó de seis netos, natural de Felgueiras, foi professora do Ensino Básico, Secundário e Universitário na Universidade do Minho e Universidade Portucalense, onde orientou estágios pedagógicos e teses de mestrado e integrou júris de provas de mestrado e doutoramento. É uma reconhecida formadora de professores nas áreas científica e pedagógica, tendo-se notabilizado como autora de manuais escolares na área disciplinar de matemática, desde o 2º ciclo do Ensino Básico até ao ensino secundário, há cerca de cinco décadas, para a Porto Editora. Várias gerações de alunos usaram e usam os seus manuais escolares, os quais atingiram cerca de dois milhões de exemplares.

Após a cerimónia, foi inaugurada a exposição, Matemática, Um Desafio, A Evolução dos Manuais de Matemática ao longo de cerca de cinco décadas, no átrio do polivalente da Escola Secundária Martins Sarmento. Os manuais escolares desta autora revelam a cultura escolar e a evolução do ensino da Matemática em Portugal. A exposição apresenta manuais escolares de Matemática do 5º ao12º anos, incluindo Matemática, Matemática A, B, MACS e Ensino Profissional, pertencentes ao portfólio da Porto Editora, num período iniciado em 1979 até aos dias de hoje.

O evento contou com a presença de várias individualidades e convidados institucionais, entre as quais Sua Excelência o Senhor Secretário de Estado da Educação, Dr. António Leite.

Os manuais escolares desta autora revelam a cultura escolar e a evolução do ensino da Matemática em Portugal. A exposição apresentou manuais escolares de Matemática do 5º ao 12º ano, incluindo Matemática, Matemática A, B, MACS e Ensino Profissional pertencentes ao portfolio da Porto Editora, num período iniciado a 1979 até aos dias de hoje. Para além dos manuais, a exposição exibiu provas de revisão, apontamentos da autora e vídeos da Porto-Editora com recursos multimédia de apoio ao ensino da Matemática, um friso cronológico da obra da autora e um vídeo sobre a produção de um manual escolar.

Torneio de Retórica 2023

"Encontramos a verdadeira essência do poder da argumentação!"

Ao longo do nosso 11º ano, tivemos a oportunidade de participar no Torneio de Retórica, uma iniciativa de debate, promovida pela ASMAV, em parceria com a Câmara Municipal e com as quatro escolas secundárias do concelho.

Esta ação, na qual participamos com extremo orgulho, foi das experiências mais marcantes do nosso percurso escolar e, consequentemente, do nosso percurso de vida. Durante o torneio debatemos em cinco ocasiões, incluindo a final na qual saímos vitoriosos.

Os temas e as posições foram sempre sorteados, lembrando que muitas vezes não concordávamos com o que defendíamos. No nosso caso, tivemos que, por exemplo, defender o sim à produção de energia nuclear para fins pacíficos e o não à proibição de venda e consumo de alimentos altamente calóricos nas escolas. Na final, tivemos que defender o não à despenalização da eutanásia, apenas algum tempo após a sua aprovação. Porém foi, desta forma, que encontramos a verdadeira essência do poder da argumentação!

Olhando para estes debates num todo, foram definitivamente momentos de grande nervosismo e inquietação, todavia foram exatamente estes momentos que nos proporcionaram a capacidade de desenvolver competências como a refutação prática, a necessidade de pesquisar incessantemente e aprender a lidar com todas as críticas e diferenças de opiniões que, de uma maneira ou de outra, são uma constante neste meio.

Para além disso, é importante frisar que os debates foram sempre com turmas diferentes, o que, consequentemente, os tornou mais desafiantes, pois tínhamos que estar preparados para enfrentar pessoas com as personalidades e estilos de argumentação mais dissemelhantes. Desta maneira, o desconhecido era também um dos nossos principais receios, no entanto, a nossa boa preparação garantiu sempre o nosso sucesso na superação destes medos.

Inicialmente, não tínhamos intenção de participar neste torneio, no entanto, estamos muito felizes por nos terem tirado da nossa zona de conforto, e, com isso, terem contribuido para que nos apercebessemos das nossas capacidades no trabalho em equipa.

O debate final do Torneio de Retórica da ESMS voltou a ter lugar no Teatro Jordão onde as equipas representantes das turmas 11º CT1 e 11º LH defenderam as suas posições sobre o tema previamente sorteado "Sim o Não à legalização da Eutanásia".

De reuniões de turma, a apoios com professores, a longas conversas depois das aulas e a interseções nos corredores, podemos afirmar que apoio dos que nos rodeavam nunca faltou. Assim, gostávamos de deixar um especial agradecimento à nossa turma, aos nossos diretores de turma e a todos os professores que se mostrara sempre disponíveis para ajudar, aumentando o nosso conhecimento sobre os mais variados temas.

Gostávamos ainda de agradecer à Câmara Municipal, ao Teatro Jordão e à ASMAV, por, mais uma vez, terem tornado esta inciativa possível.

Esperamos que, nos próximos anos letivos, esta atividade continue a ser realizada e apoiada, dando assim a oportunidade a outros alunos de participarem, aprenderem e melhorarem como pessoas na nossa comunidade, lembrando que está na altura de, nós jovens, pensarmos e agirmos.

E, tal como Domingos Bragança, presidente da Câmara Municipal, afirmou "não se alheiem do vosso futuro, envolvam-se na vida política, sejam jovens ativos. O vosso exemplo é um bom exemplo".

Teresa Ribeiro, Joana Rodrigues, 11º LH2

O Pregão no 2º Encontro Nacional de Jovens Jornalistas

Durante os dias 3 e 4 de maio, passaram pela Escola Secundária José Saramago, em Mafra, 162 participantes (124 alunos e 38 professores), vindos de 35 escolas de norte a sul, do continente e das ilhas. E, entre quase 100 jornais escolares e clubes de jornalismo, coube aos vencedores do Concurso Nacional de Jornais Escolares 2021/22 partilhar os seus projetos. O Pregão foi representado no Encontro por quatro alunos e um professor.

Organizado pela Direção Geral da Educação e o jornal Público, pretendeu-se debater e refletir sobre os jornais escolares e aprofundar técnicas de jornalismo. Do programa do evento, o destaque vai para os workshops promovidos pelos profissionais do Público, entre os quais o do diretor deste jornal, Manuel Carvalho. À noite, houve lugar para momentos de diversão e convívio com o peddy paper Mafra by Night, sobre o qual a equipa da Martins Sarmento escreveu um texto de opinião que teve honras de destaque no jornal online, produzido em direto no dia seguinte sobre o

Encontro. O Auditório da ESJS transformou-se numa redação gigante, onde os jovens jornalistas escreveram as suas notícias e reportagens a partir do que ali viveram. Todos os conteúdos viriam a ser submetidos neste jornal digital que reuniu a multiplicidade de experiências e olhares a partir do mesmo encontro.

Da troca de experiências, resultou um intercâmbio da nossa escola com a Rádio Ativa do Agrupamento de Escolas Padre Vítor Melícias, de Torres Vedras, através da partilha de boas práticas e conteúdos multimédia.

Para Matilde Francisco e Marcos Moreira, ambos alunos de Multimédia

da ESMS, a experiência foi "muito inovadora e interessante". "A coordenadora gráfica [Sónia Matos] explicava muito bem e mostrou que paginar um jornal exige muita criatividade. Mas também gostei do convívio noturno, que foi muito importante para conhecer a cidade e os outros participantes, em especial os colegas da escola padre Vítor Melícias, com quem fizemos amizade", acrescentou a Matilde. Já o Marcos elogiou a organização e as condições proporcionadas pela escola anfitriã e expressou o desejo de "regressar para o próximo encontro".

Prof. José Faria

Texto produzido pela equipa do O Pregão na atividade: Mãos à Obra na Plataforma TRUE – PÚBLICO na Escola

Criar laços de amizade em Mafra by night

Durante o 2º Encontro Nacional de Jovens Jornalistas, no dia 3 de maio, à noite, fomos convidados a participar numa atividade que nos permitiu conhecer um pouco mais sobre Mafra e criar laços com outros jovens.

A atividade supracitada era um "peddy-paper", no qual cada equipa tinha o objetivo de seguir determinadas instruções, dadas pela organização. Cada equipa continha elementos de duas escolas diferentes, o que foi muito importante para podermos conhecer novas pessoas.

A atividade teve início na Secundária José Saramago, escola anfitriã do evento. O primeiro desafio proposto foi a realização de palavras cruzadas, com temas relacionados com a vila de Mafra, que José Saramago imortalizou na sua obra "Memorial do Convento", entre outros temas.

Através da atividade anterior, decifrámos uma palavra oculta: APERCIM. Seguidamente, através de um desafio fornecido pela organização, em alfabeto invertido, descobrimos que deveríamos prosseguir até à Igreja de Santo André.

Esta igreja é um importante monumento que evoca as origens medievais de Mafra. Aqui soubemos que a igreja

é um dos mais prestigiados exemplos da arquitetura gótica portuguesa. Para chegar ao local seguinte, tivemos que decifrar um código, através do qual obtivemos as palavras "Quintinha São Silvestre". Aí, encontramos, no portão, um pequeno texto, no qual se podia ler um pouco sobre os azulejos portugueses e a origem etimológica da palavra. Fomos, então, convidados a reproduzir a representação gráfica do típico azulejo português.

Por fim, fizemos uma sopa de letras, na qual encontramos as palavras "conservatório", "gato", "pia" e "escuteiros". Em seguida, fomos à Casa da Música Francisco Alves Gato e perguntamos a uma funcionária qual era a iniciativa musical que lá estava a decorrer, tendo obtido a resposta: "Quartas perfeitas".

Para avançarmos, tivemos de decifrar um enigma: "Sob a pedra, há uma promessa feita por um rei, há séculos atrás. Se um herdeiro provir, da pedra um convento nascerá." Este enigma é uma clara referência à obra "Memorial do Convento", de José Saramago, pelo que fomos levados ao Convento de Mafra. Lá tivemos de imitar uma das estátuas que existem na fachada do mesmo. O momento foi registado pela nossa equipa de imagens, constituída pelos alunos do curso de multimédia.

A partir de um outro código, chegámos à estátua do rei D. João V, que foi o responsável pela construção do Convento de Mafra e uma das personagens principais da obra "Memorial do Convento".

Decifrámos o último código, chegando ao auditório Beatriz Costa. Aí, terminamos a nossa aventura realizando uma encenação de um excerto do "Memorial do Convento", o momento do voo da passarola.

Texto: Beatriz Melo e Leonor Silva.
Reportagem fotográfica: Marcos Moreira e Matilde Francisco.
Apoio: Prof. José Faria

Noite com o Cometa Verde e outros astros

Os alunos do 10ºCT3 e a professora de BG organizaram e participaram com as suas famílias numa noite com a Counting Stars para observar o Cometa Verde que esteve visível nos céus entre janeiro e fevereiro deste ano.

Na noite de 3 de fevereiro, depois de uma semana de trabalho, os alunos e os seus familiares com a professora de BG, saíram pelas 21.30 para a Serra de Fafe, Quinta do Pontido, onde o Miguel Ventura, da Counting Stars, nos esperava. Reunidos, de olhos no céu e nos telescópios, conseguimos observar o "Cometa verde", a lua cheia em todo o seu esplendor e um pouco do Universo: algumas estrelas mais próximas, galáxias, nebulosas, numa breve viagem ao passado da Geologia, da Terra e da Humanidade. A nossa equipa também organizou uma deliciosa ceia, onde não faltaram as bebidas quentinhas para aguentarmos o frio que se fazia sentir com um sorriso constante.

10ºCT3 e FS

online: issuu.com/opregao
impresso: biblioteca e sala de estudo
Pede uma cópia impressa na reprografia.
Se pretendes ver publicado o teu artigo ou trabalho no jornal da escola, envia-o para o **email:** o.pregao@esmsarmento.pt

o pregão

Jornal da Escola Secundária Martins Sarmento, Guimarães — Setembro 2020

EDITORIAL

E mais umas férias passaram!
Como gostaríamos de ter tido mais tempo de descanso!
Foram muitas as mudanças na nossa vida coletiva, mas a escola permanece o local onde se socializa, onde se criam amizades, onde se constrói conhecimento. Eis-nos, aqui, para mais um ano letivo.
Ao longo da sua longa existência de quase 130 anos, o Liceu acompanhou as mudanças políticas, sofreu com as crises sociais, experienciou crises sanitárias, mas sempre soube encontrar respostas para, no momento certo, continuar a trabalhar com os seus alunos. Não será este COVID-19 que nos irá impedir de prosseguir com o nosso trabalho de qualidade, continuando, assim, a ser dignos da confiança dos alunos que anualmente nos procuram.
Muitos alunos estão a chegar ao Liceu pela primeira vez. Muitos professores também!
Uns e outros trazem consigo muitos conhecimentos; muitas incertezas também... Mas todos sabem que no Liceu vão estar em segurança. Queremos acreditar que todos seremos capazes de ter atitudes de cidadania responsável, de serenidade, para podermos responder com sabedoria às adversidades do tempo que, de forma quase invisível, nos põem à prova.
E o Pregão está cá à vossa espera!
À espera de ouvir as vossas histórias,

COVID-19: A ESCOLA SECUNDÁRIA MARTINS SARMENTO ESTÁ PREPARADA PARA UM ANO LETIVO SEGURO

MOSTRA DE PROJETOS 2020: PROJETO DE REALIDADE AUMENTADA DE ALUNA DE MULTIMÉDIA VENCE O CONCURSO 'O MELHOR PROJETO PAP'

A economia do Mar

Os alunos de 10º ano do curso de Ciências Socioeconómicas, da ESMS, no passado dia 5 de maio, participaram numa visita de estudo a Aveiro, organizada pelos docentes da disciplina de Geografia em articulação com os da de Economia, com o objetivo de visitar as Salinas de Aveiro, o Museu do Marítimo de Ílhavo e o Museu da Vista Alegre.

Ao chegarem à cidade de Aveiro, os alunos começaram por visitar as salinas que são locais com condições especiais, onde se procede à extração de sal através do sistema de evaporação da água do mar. Esta atividade popular é considerada a mais antiga e a mais característica desta cidade, ocupando os "Marnotos" durante quase todo o ano. O Marnoto é o operário responsável pela extração do sal artesanal com a utilização de alfaias de madeira. Nas salinas, os alunos tiveram oportunidade de experimentar a salicórnia, uma planta com um sabor bastante salgado que tem como função substituir o sal.

Após o almoço no Fórum de Aveiro, os alunos visitaram o Museu Marítimo de Ílhavo. Este museu foi inaugurado em 1937 e mostra a importância da preservação, arquivamento e construção de memórias da pesca do bacalhau feita por homens e navios portugueses no Atlântico Norte. Os alunos começaram por visitar o aquário dos bacalhaus, onde aprenderam várias curiosidades sobre esta espécie. Visitaram também a Sala da Faina Maior, onde tiveram oportunidade de conhecer uma réplica do navio Santo André e de ver como era cortado, preparado e conservado o bacalhau antigamente e de observar os compartimentos existentes no barco, desde o quarto do capitão à cozinha, onde eram confecionadas as refeições.

Por último, as turmas visitaram o museu da Vista Alegre. Fundada em 1824, a Fábrica de Porcelana da Vista Alegre é reconhecida internacionalmente pela qualidade e excelência da sua produção. Situada em Ílhavo, engloba um conjunto patrimonial e industrial único, onde se pode visitar, para além do Museu, a Oficina de Pintura Manual da Fábrica, a Capela, as Lojas e o Bairro Operário.

Através de uma visita guiada ao museu, os alunos tiveram oportunidade de conhecer diversas curiosidades sobre esta fábrica, como por exemplo, a sua história e o seu criador e de visitar os fornos, onde fabricavam a porcelana, e o atelier, onde os pintores decoram verdadeiras peças de arte, ficando a perceber o quão perfeito e minucioso é o seu trabalho. Tiveram ainda a oportunidade de ver inúmeras peças de porcelana, de diferentes formas, com diversas cores e histórias fascinantes.

No final desta visita, os alunos visitaram a capela da Nossa Senhora de França, um monumento nacional desde 1910 que possui atrativos azulejos e pinturas. Antes de voltarem à cidade berço, tiveram oportunidade de comprar lembranças na loja da fábrica para mais tarde recordar.

Eduardo, Gonçalo, Francisco T. e Francisco M.

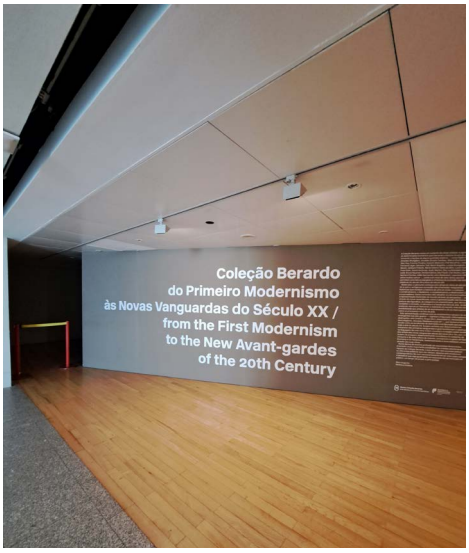
A tua escola no **Instagram**:
www.instagram.com/esmsarmento/pt

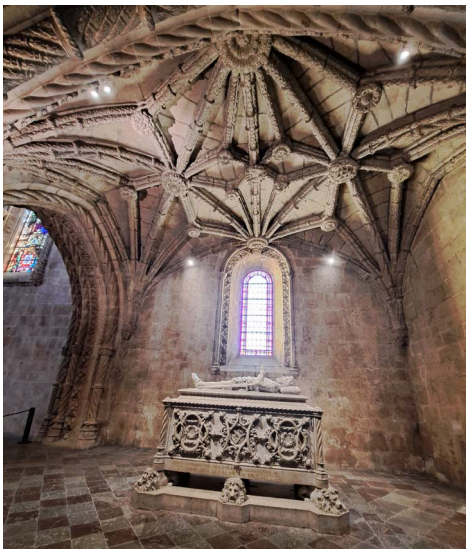
Lisboa e Mafra, "Caminhos do Pensar e do Sentir"

Foi no dia dois de maio que nós, alunos das turmas 12CT3, CT4 e SE1, acordámos e corremos para a escola ainda mais entusiasmados que o habitual. Partíamos bem cedo, antes que os colegas chegassem ao portão da escola, numa aventura de dois dias, rumo à nossa ilustre capital, para a conhecer agora pelos olhos dos poetas portugueses, como também para visitar o grandioso Convento de Mafra que, neste ano letivo, se nos tornou tão familiar.

A animada viagem, "Caminhos do Pensar e do Sentir", proporcionou-nos uma verdadeira profusão de conhecimento e de experiências. Iniciou-se, em verdadeiro contexto pedagógico, com a visita ao Museu Berardo, no Centro Cultural de Belém, onde pudemos visitar a exposição "Corpo, Identidade e Género". Foi muito interessante a comparação feita entre a representação da mulher por parte dos mais variados artistas e, consequentemente, das épocas e estilos em que se inseriam. De seguida, nas ruas centrais de Lisboa, tal como Cesário Verde, deambulámos percorrendo os "boqueirões" da cidade, sentindo "o bulício, o Tejo, a maresia", observando os "carros de aluguer" (mas não "as varinas", os "mestres carpinteiros" ou "os calafates"!) e observando os tipos sociais, não do séc. XIX, mas de hoje. Passámos pelo teatro de Almeida Garrett (agora D. Maria II), pela Praça do Rossio, tantas vezes percorrida n' "Os Maias" e no "Memorial do Convento", como local principal dos Autos de Fé. Ao cimo do Chiado (onde imaginámos Carlos da Maia a suspirar pela sua deusa Maria Eduarda) encontrámos o tão literário café "A Brasileira" e, logo de seguida, o Largo de Camões, idolatrado por Cesário Verde e símbolo do passado glorioso de Portugal.

No dia seguinte, partimos para a vila de Mafra e, no imponente e majestoso Palácio, assistimos a uma encenação do "Memorial do Convento", que nos transportou para um cenário palaciano do reinado de D. João V. Imaginámos, com grande realismo, uma corte a viver na exuberância de gastos ostensivos e imemoráveis; um clero corrupto e manipulador; um padre heterodoxo, cientista e sonhador e, por isso mesmo, considerado herege e perseguido pela Inquisição





e ainda o par amoroso, oriundo do povo, com uma história de cumplicidade e paixão invejável, Baltasar Sete-Sóis e Blimunda, a Sete-Luas, como os batizou o padre Bartolomeu. Foi mágica esta aproximação do universo romanesco de Saramago. Esta encenação foi completada com uma visita guiada ao Convento, pelas professoras Glória Machado e Susana Ribeiro, onde pudemos conhecer os curiosos espaços reais dos bizarros acontecimentos narrados no romance.

Já de regresso a casa, fizemos uma breve paragem na Figueira da Foz. Estava um dia chuvoso, mas assim que lá chegámos, o sol iluminou todo o extenso areal, permitindo-nos disfrutar de uma agradável passeata pela marginal e, a alguns de nós sentir mesmo o sal do mar nos pés descalços.

Todos regressámos felizes: os alunos, professores (também foram connosco as professoras Graça Pacheco e Helena Teixeira). A viagem de regresso foi animada por alguns colegas que nos agraciaram com as suas vozes surpreendentes.

Ainda que não estejamos nesta escola no próximo ano, esperamos que esta seja uma iniciativa a repetir, pois, para além de nos permitir uma melhor consolidação das matérias estudadas, também e, essencialmente, proporcionou uma grande ligação entre os alunos e os próprios professores. Agora, sim, compreendemos o título que as nossas professoras atribuíram a esta visita.

Estamos gratos.

Beatriz Garcia, 12º CT4

Atividades no CAA

No âmbito do Projeto Eco Escolas, e em articulação com o grupo de Educação Especial, realizou-se, no passado dia 15 de março, uma sessão dinamizada por uma técnica da Resinorte sobre reciclagem de resíduos, na qual participaram as alunas Ana Letícia Carvalho e João Pedro Freitas do 10.º AV1 e Sabrina Yamagishi do 10.º AV2. A iniciativa consistiu num jogo em que os alunos tinham que identificar o ecoponto correto para inserir os diferentes resíduos disponibilizados.

No dia 19 de abril, realizou-se uma sessão dinamizada pelo Laboratório da Paisagem sobre o Ciclo de Vida dos Insetos, na qual participaram as alunas Ana Letícia Carvalho do 10.º AV1, Sabrina Yamagishi do 10.º AV2 e o aluno Diogo Cardoso do 2.º PS. O objetivo foi dar a conhecer aos alunos as metamorfoses que se operam no ciclo de vida do bicho-da-seda. Com recurso a uma lupa, os alunos puderem observar os ovos, as lagartas, as crisálidas e, por fim, a borboleta.

Como atividade final, os alunos ilustraram uma ficha que representava o ciclo de vida dos insetos.

No dia 17 de maio, realizou-se uma sessão, dinamizada pelo Laboratório da Paisagem, subordinado ao tema "vamos conhecer as sementes", na qual participaram as alunas Ana Letícia Carvalho do 10.º AV1, Sabrina Yamagishi do 10.º AV2 e o aluno Diogo Cardoso do 2.º PS.

Com esta atividade, pretendeu-se que os alunos identificassem e tomassem conhecimento do conceito de semente, da sua diversidade e suas aplicações no uso diário, assim como distinguir e classificar as sementes em função de algumas das suas características. Os alunos utilizaram diferentes sementes para elaborarem uma ficha de exploração do reconhecimento das sementes através de imagens dos frutos/plantas de origem.

Grupo de Educação Especial

Os alunos e a técnica

Ciclo de vida dos insetos

Identificação das sementes

Ficha de trabalho

SOLUÇÕES DAS PALAVRAS CRUZADAS N.º 29

ARISTO; AMORAL; R; CIRURGICO; I; AR; MA; AO; IM; DOC; SABER; ORA; AMEN; M; S; UPAR; APUPA; POSAR; C; OCAR; ERAS; C; AO; ARE; CAI; CA; TIA; ALUIR; IAM; ATLA; A; A; ASSA; ROUBAR; LASCAR; A; ARMA; IRIA; A; TU; IAM; SIA; AD; ASA; RO; TA; PIA; SOLO; S; A; RIOS.

O Curso de Informática da ESMS participou com projetos no Congresso de Inteligência Artificial, na Universidade do Minho

Em representação da Escola, do Curso de Informática (PGSI) e do Clube de Programação e Robótica, os alunos do 1º ano participaram no Congresso Inteligência Artificial & Sustentabilidade (IAS), promovido pela Universidade do Minho, tendo sido merecedores de uma Menção Honrosa. Muitos parabéns!

O Congresso IAS decorreu no passado dia 26 de maio, no campus de Gualtar, e pretendeu dinamizar atividades entre a universidade e as escolas, câmaras municipais e empresas do Norte de Portugal, gerando um ambiente de partilha de ideias, de experiências e de práticas, além de estimular o público pré-universitário para a investigação científica e a oferta formativa desta academia.

A sessão de abertura contou com o Reitor da UMinho, a Pró-reitora para os Projetos Científicos e Gestão da Investigação, a Pró-reitora para a Comunicação e o Coordenador dos Embaixadores. Seguiram-se as comunicações dos alunos, uma exposição de posters e produções artísticas aludindo a esta temática, uma mesa redonda com intervenções de diversas individualidades e a divulgação de trabalhos de investigadores da UMinho.

A obtenção de várias competências por parte dos alunos, a evolução efetiva das diversas capacidades e, fundamentalmente, a projeção para o futuro, são as mais valias de participar neste tipo de atividades.

Prof.ª Luísa Vieira

Domingos Abrantes partilha a sua luta antifascista em palestra inspiradora

No passado dia 31 de maio, a escola teve o privilégio de encerrar as Jornadas Culturais, com a presença de Domingos Abrantes, militante do Partido Comunista Português, político e resistente antifascista do Estado Novo. O convidado cativou a plateia com uma palestra inspiradora, realizada no auditório da nossa escola. Com o seu carisma e vasto conhecimento, Domingos Abrantes conquistou a atenção do público presente, composto por alunos e professores de diferentes turmas.

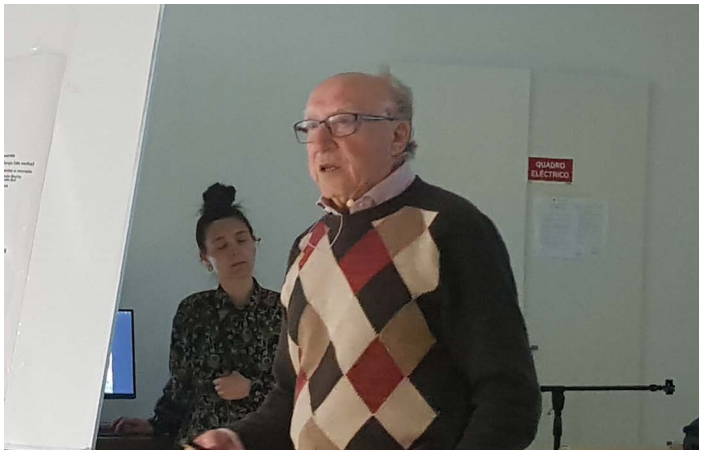
Com as celebrações do 25 de abril de 1974 prestes a chegar, a palestra de Domingos Abrantes focou-se na ação do político durante o período salazarista e a sua luta contra a ditadura. Partilhou as suas próprias experiências e desafios ao longo desse período, contando histórias envolventes e dando exemplos reais e inspiradores para demonstrar as dificuldades por que passou e como as ultrapassou para chegar aos seus objetivos.

Durante a palestra, Domingos Abrantes destacou, em especial, o seu tempo passado tanto na prisão de Peniche como na prisão de Caxias. Relatou com detalhe o episódio, em que o próprio tomou parte, da fuga da prisão de Caxias, história repleta de peripécias e desafios, contado com humor, apesar da evidência das dificuldades passadas.

Domingos Abrantes é reconhecido nacionalmente por ser um revolucionário e antifascista opositor ao regime do Estado Novo. É militante e funcionário do Partido Comunista Português (PCP). E foi, entre 2016 e 2022, membro do Conselho de Estado, eleito pela Assembleia da República, em representação do PCP. Foi deputado à Assembleia da República por este partido, ininterruptamente, desde 1976 até 1995.

A palestra de Domingos Abrantes certamente fez com que os seus participantes refletissem sobre um outro tempo, que muitos não viveram e muitos nem se lembram, mas que foi determinante para a História do nosso país. A sua mensagem inspiradora serviu para relembrar que nem sempre devemos tomar a liberdade como uma garantia, e que nunca devemos abdicar dela.

André Marinho, 11LH1



Acede ao nosso canal Youtube, **subscreve-o** e poderás assistir aos vídeos e conteúdos relacionados com a nossa escola!

LICEUTV

Peddy paper matemático

No dia 31 de março de 2023, realizou-se mais uma vez o Peddy Paper Matemático, percorrendo os espaços interiores e exteriores da nossa escola. A organização desta atividade, do Grupo de Matemática, que integrou o programa das Jornadas Culturais e o plano anual de atividades da escola, ficou a cargo da turma 10CT4, sob a orientação da professora Lúcia Pinto. E foi com muito entusiasmo que a turma agarrou o desafio da organização desta atividade, empenhando-se, de forma excelente, em toda a sua logística, desde a divulgação à elaboração dos desafios que constituíam a prova e a sua execução.

O Peddy Paper é uma atividade de caráter lúdico, que envolve todos os alunos que voluntariamente desejem participar, sendo, também, um importante veículo de motivação para a aprendizagem da matemática.

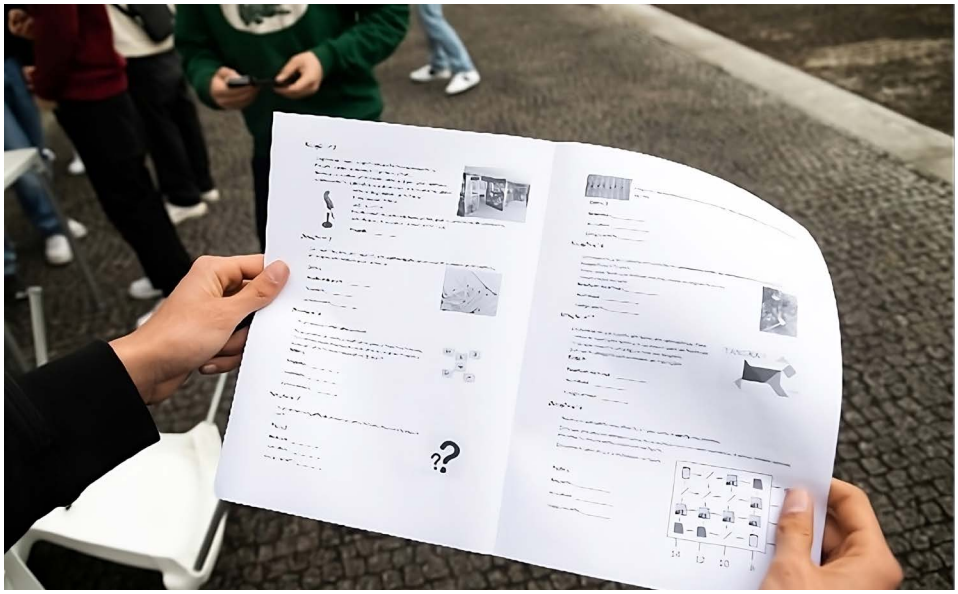
A prova consistiu na resolução de alguns desafios propostos, percorrendo espaços da escola, onde existiam postos de controlo colocados estrategicamente, de forma a garantir que os concorrentes executassem o percurso definido e realizassem as atividades indicadas nesses postos.

O Peddy Paper é uma prova de regularidade e, como tal, não é quem chega em primeiro lugar que ganha, mas sim, quem no menor tempo, respeitando o tempo limite, conseguir responder corretamente ao maior número de desafios.

Nesta atividade, participaram 17 equipas formadas por quatro elementos cada, pertencentes à mesma turma. Nas equipas participantes, estiveram representados alunos dos 10º e 11º anos de escolaridade dos cursos científico humanísticos, e alunos do 3º ano dos cursos profissionais.

O representante de cada equipa recebeu a prova em papel, onde foi registado de imediato a hora de partida, tendo um limite máximo de noventa minutos para a sua realização. A prova era constituída por problemas, desafios e questões de matemática, relacionados com o quotidiano, num total de onze. A prova terminou quando foi entregue ao grupo responsável, onde também foi colocada a hora de chegada.

Prof.ª Lúcia Pinto e 10º CT4



Equipa	Nº	Nome	Nome da equipa	
Nº13 11º CT4	4	Beatriz Oliveira	**As +∞**	
	11	Inês Magalhães		
	12	Inês Bessa	1º Lugar	
	20	Mariana Mena	10 pontos em 11	1h e 06 minutos
Nº17 10º CT3	7	Beatriz Marques	**Não identificados**	
	14	Beatriz Talina		
	19	Joana Cardoso	2º Lugar	
	22	Marta Silva	10 pontos em 11	1h e 09 minutos
Nº10 11º CT3	7	Beatriz Vaz	**πtágoras**	
	14	Diana Santos		
	19	Francisca Mendes	3º Lugar	
	22	Helena Vaz	10 pontos em 11	1h e 12 minutos

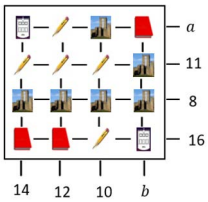
Cada um destes alunos recebeu um prémio simbólico oferecido pela Direção da Escola.

Eis alguns exemplos de desafios que integravam a prova.

Desafio nº 2
Dirige-te ao museu, onde continua a história da nossa escola. Prepara-te para resolveres este primeiro desafio.
No museu encontras várias vitrines onde está guardado património valioso da escola. Sabendo que as dimensões de cada uma das vitrines onde estão guardadas as rochas são:
Comprimento: 0,80 m
Largura: 0,40 m
Quantas estátuas, como a da figura ao lado podes colocar numa das prateleiras, sabendo que o raio da base da estátua é de 5 cm?
Resposta:
_____

Desafio nº 6
Continua a tua caminhada em direção ao bebedouro junto às escadas para o campo de basquetebol e futebol. Nesse local terás que realizar um jogo cujas regras te serão comunicadas no local.
Resultado da prova
: _____

Desafio nº 8
Desloca-te, passando pelo átrio do 1º piso junto à estufa das plantas. Cada um dos objetos representados no quadrado tem um valor numérico. A soma desses valores em linha ou coluna está indicada na figura. Descobre o valor de a e b indicados na figura.
Resposta :
_____



Desafio nº 10
Continua a tua caminhada, passando pela esplanada (mesas na parte de fora da cantina), senta-te e resolve o seguinte problema.
São produzidos 243 quilogramas de lixo por semana na nossa escola, sendo que 47,2% é reciclado. Determina, em quilogramas arredondados às décimas, a quantidade de lixo não reciclado.
Resposta :
_____

Um Pouco da História da Matemática

Leonard Euler e a teoria dos grafos

Leonhard Euler nasceu na Basileia, Suíça, no dia 15 de abril de 1707. Filho de Paul Euler, ministro protestante, e Margaret Brucker, e faleceu, em São Petersburgo, Rússia, no dia 18 de setembro de 1783.

Com um ano de idade, mudou-se com a família para a cidade de Riehen, onde passou grande parte de sua infância. Euler foi educado pelo seu pai que lhe ensinou os primeiros conceitos da matemática. Em 1720, com 13 anos de idade, Euler voltou para a Basileia para estudar e se preparar para o curso de Teologia na Universidade local.

Em 1723, com 16 anos, recebeu o grau de Mestre em Artes, com uma dissertação que comparava os sistemas da Filosofia Natural de Newton e Descartes.

Atendendo ao desejo da família, Euler matriculou-se na Faculdade de Teologia. Embora muito religioso, ele não se mostrou entusiasmado com o estudo de Teologia e, nas horas vagas, dedicava-se ao estudo da matemática.

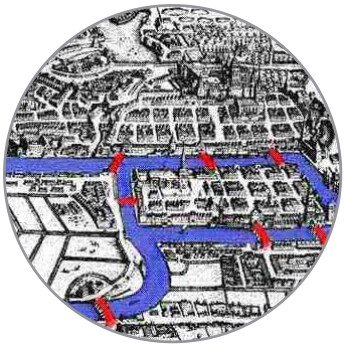
Com o incentivo do matemático Johann Bernoulli, que descobriu o seu talento para a matemática, Euler ingressou no curso de matemática concluindo-o em 1726 e foi convidado pela então imperatriz Catarina I para fazer parte da Academia de Ciências de São Petersburgo. Três anos mais tarde, passou a ser professor de Física da Academia e, depois, professor de Matemática. Euler também deu aulas na Academia de Berlim por mais de duas décadas e, em 1744, foi o diretor da secção de Matemática desta Academia. Muito reconhecido entre os

seus contemporâneos, lecionou para Anhalt-Dessau, a sobrinha do rei.

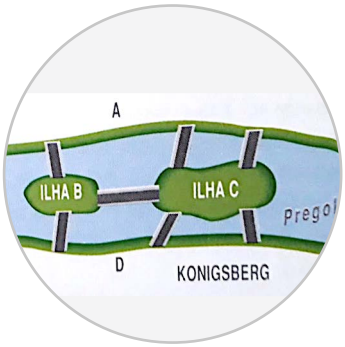
Euler foi um importante matemático e cientista suíço, sendo considerado um dos maiores estudiosos da matemática na sua época.

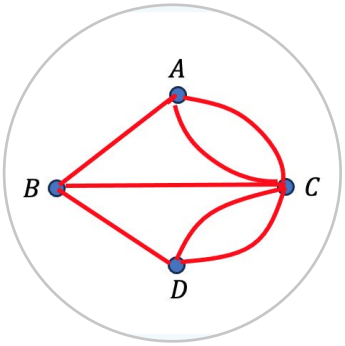
Euler é, provavelmente, o matemático mais genial da História! Escreveu quase 900 livros e, mesmo depois de ficar cego, por volta dos 50 anos, continuou a desenvolver teorias e solucionar problemas matemáticos. Uma das suas contribuições mais significativas foi a Teoria dos Grafos, que estuda a relação dos objetos de um conjunto através das suas estruturas.

A teoria nasceu quando Euler, em 1736, conseguiu resolver o problema das sete pontes de Königsberg, antiga capital da Prússia Oriental, que hoje se chama Kaliningrado e faz parte da Rússia. A cidade é atravessada pelo rio Prególia e, no século XVIII, existiam sete pontes ligando as margens e as duas ilhas que faziam parte da cidade.



Mapa de Königsberg no tempo de Euler mostrando o layout real das sete pontes, destacando o rio Prególia e as pontes.

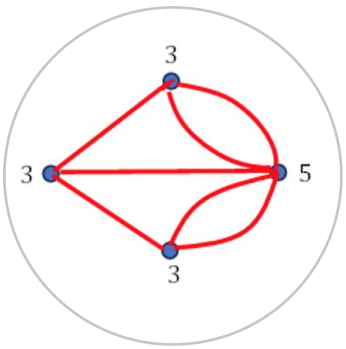




Durante muitos anos, os habitantes de Königsberg discutiam se seria possível dar um passeio de modo a atravessar todas as pontes uma única vez. Ninguém conseguiu descobrir como fazê-lo, mas também não havia a certeza de que isso fosse possível.

O famoso matemático Euler ouviu falar nesta questão e resolveu investigá-la. Fez um esquema da cidade, representando as margens e as ilhas por pontos A, B, C e D e as pontes por linhas.

Depois, raciocinou da seguinte forma, há quatro zonas distintas (duas margens e duas ilhas) e, de cada vez que, durante o passeio, se passa por uma zona utilizam-se duas pontes (uma para chegar e outra para partir). Portanto, cada zona deverá ter um número par de pontes (com exceção dos locais onde se inicia e finaliza o passeio, que caso não coincidam deverão ter um número ímpar de pontes).



Ora, todas as zonas têm um número ímpar de pontes: a ilha C tem 5 pontes e as outras têm 3 pontes.

Verificamos, assim, que não é possível fazer o tal passeio pelas pontes de Königsberg.

A descoberta de Euler ajudou a criar o chamado quadrado latino, uma matriz responsável pelo jogo que hoje se conhece como Sudoku.

A Teoria dos grafos tem inúmeras aplicações, como por exemplo, nas Redes Elétricas de Transportes Rodoviários; tem uma grande importância para a computação, por oferecer a base de estruturas de representação; para diversos problemas como listas, árvores, pilhas, filas e outras; para a Biologia, por exemplo, na estrutura química do ADN

Prof.ªs Maria Lúcia Pinto e Helena Teixeira

Desafios Matemáticos

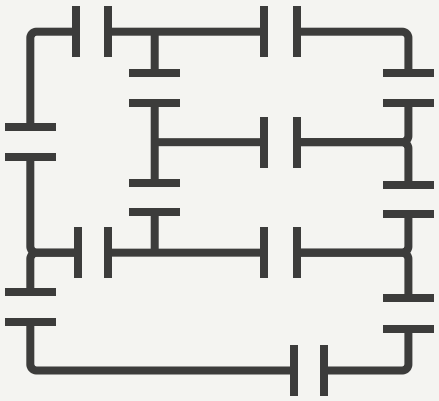
Soluções na página 23

Piadas Matemáticas

Dois técnicos têm de fiscalizar o funcionamento do sistema de segurança das portas de um edifício. Um deles acha que é possível arranjar um percurso de modo a atravessar cada porta apenas uma vez, mas o outro afirma que isso é impossível. Qual deles tem razão?

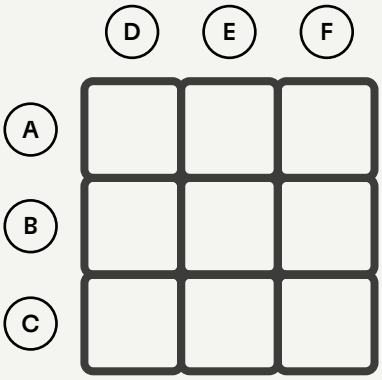
Uma questão de portas

Dois técnicos têm de fiscalizar o funcionamento do sistema de segurança das portas de um edifício. Um deles acha que é possível arranjar um percurso de modo a atravessar cada porta apenas uma vez, mas o outro afirma que isso é impossível. Qual deles tem razão?



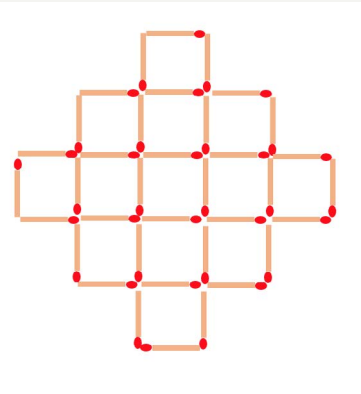
Números cruzados

Horizontais:
A – É um quadrado perfeito e um cubo perfeito.
B – Todos os algarismos deste número são pares.
C – É um quadrado perfeito
Verticais:
D – Tem algarismos diferentes e por ordem crescente.
E – É um múltiplo de 19
F – É um número primo



Fósforos e quadrados

Na figura, os fósforos formam quadrados de diferentes tamanhos. Quantos quadrados consegues ver?
Qual é o número mínimo de fósforos que se devem retirar para que o número de quadrados passe a metade?



Sudoku

Nível médio

		7						
	5	2	1				8	
	9		6	4		5		
							9	
1			3		7			
	3	5	4					
							2	7
	2				9	3		
		6			8			

↪ Plogging - Limpeza com Pegada e Pedalada

Limpinho, limpinho! Exercício físico para "correr" com o lixo

Limpinho, limpinho! Este poderia ser o título de um dos muitos textos exploratórios da famosa expressão de um ilustre treinador português, conhecido por J.J., para justificar e legitimar o resultado de um jogo muito contestado, mas que aqui aproveito para "passar uma esponja" e introduzir o tema do Plogging. Estrangeirismo que traduz um movimento cívico com propósito pouco provável de juntar duas atividades que muito aprecio: Exercício físico e Limpeza. Esta ideia genuína de recolher algum lixo que se encontra no percurso de uma qualquer corrida, caminhada ou pedalada apenas poderia ocorrer nas terras gélidas (hoje menos frias!) do norte da europa, onde outras preocupações ambientais também são tidas em conta no estilo de vida adotado por aquelas bandas.

Esta inquietação ocorreu-me nas férias de verão, na sequência das minhas pedaladas e corridas matinais pelo húmido pinhal de Ofir/Esposende, onde topo com frequência cenários imaculados no que à higiene urbana e natural diz respeito. Sim, porque a correr ou a pedalar a panorâmica é substancialmente diferente daquela que um qualquer assento confortável de um qualquer veículo motorizado nos permite. Em cima do meu selim sigo atento e, ao mesmo tempo, aprecio, usando todos os meus sentidos, a beleza que me circunda e questiono-me sobre os motivos de tal asseio citadino.

- Será que os Esposendenses foram contagiados pelos turistas nórdicos?

"Plogging: Estrangeirismo que traduz um movimento cívico com propósito pouco provável de juntar duas atividades que muito aprecio: Exercício físico e Limpeza (...)"

Mais uma vez, é através da minha "ferramenta de investigação social" preferida que descubro um dos prováveis motivos de tal sadia ocorrência anormal neste canteiro minhoto à beira-mar plantado. É com a ajuda da minha bicicleta que, ao som monocórdico da ronca que acompanha o habitual nevoeiro matinal desta marinha localidade, avisto muitos peregrinos a caminho de Santiago de Compostela e ocasionalmente alguns exploradores locais com sacos negros às costas. São estes voluntários (D. Ana e Sr. Carlos - fotos) da limpeza que percorrem disfarçadamente a extensa manta dunar do Parque Litoral Norte e catam o lixo que a nortada espalha ou que os turistas de fora (cá dentro!) se encarregam de "cultivar", permitindo destacar a urze que floresce e o seu perfume característico. Também é notório e notável o esforço da equipa de limpeza urbana do município que diariamente mantém tão cândida a marginal desta foz do rio Cávado e os passadiços de madeira da ecovia tão apreciados pelos

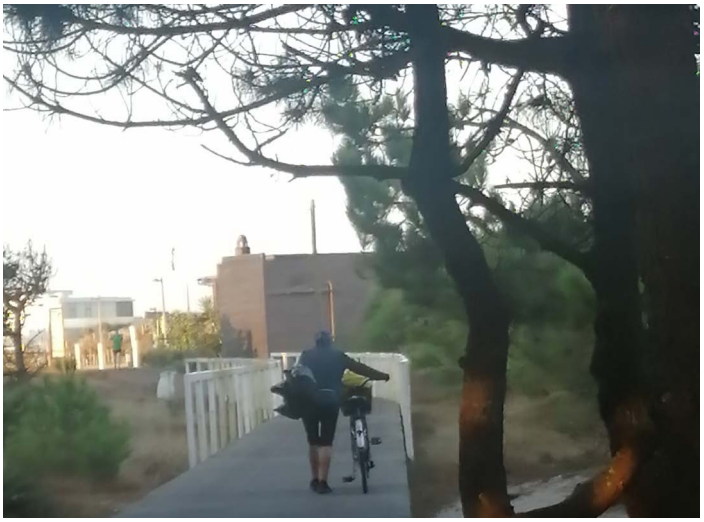
[1] Livro da Quetzal Editores 2010

caminheiros, cicloturistas e desportistas náuticos.

Coincidentemente, a minha leitura de verão recaiu num livro requisitado na nossa biblioteca e que recomendo vivamente para entender um pouco algumas das opções urbanistas de um passado recente que influenciam e determinam hoje os nossos modos de vida em geral e os nossos hábitos de mobilidade em particular. Tal como David Byrne, também me sinto mais próximo da vida nas ruas quando pedalo. Comungo do seu convencimento, expresso no seu "Diário da Bicicleta" [1], quanto à importância do ciclismo urbano no conhecimento mais profundo da pulsação e do ritmo das populações e topografias. Para além do livro, recomendo a sua música, imortalizada na banda rock Talking Head e, principalmente, a faixa icónica "Psycho Killer" (https://youtu.be/CKti7QixnJI?si=tWZmFidjwR9JylpV).

Identifico-me com o princípio e confesso que me agrada a possibilidade de experimentar esta "prática desportiva asseada" e ajustá-la à realidade da nossa escola através do clube Escola com Pedalada. Para além da apropriação territorial que a bicicleta provoca, aproveitamos para recolher alguma sujeira que mancha os nossos agradáveis passeios de bicicleta das tardes de quarta-feira. Para o efeito (impactante) basta-nos, para além das habituais "duas rodas" bem afinadas na nossa oficina, a companhia de alguns sacos, luvas e mochilas para colocar o lixo no seu devido lugar. Fica o desafio aos ciclistas da Martins Sarmento que se pode estender às turmas do 10º ano cuja componente curricular da Cidadania se enquadra nesta problemática ambiental. Não me parece descabido replicar esta boa prática sustentável neste contexto educativo, até porque aqui no nosso burgo já existem muitas brigadas verdes que colaboram com as Eco freguesias na limpeza dos nossos rios. O tema ambiental é acariciado pela comunidade vimaranense, sendo um desígnio coletivo materializado na candidatura a Capital Verde Europeia 2025.

Todos, escola incluída, podemos fazer um pouco mais na defesa do nosso território e por consequência da qualidade de vida a que todos ambicionámos. Junta-te ao nosso pelotão das "pedaladas limpas" para o ano letivo 2023-24 através de informações junto do teu professor de Educação Física ou do seguinte contacto: ricardo.lopes@esmsarmento.pt

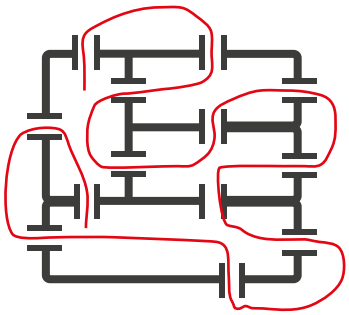


Prof. Ricardo Lopes

Soluções Desafios Matemáticos

Uma questão de portas

Há oito portas para o exterior, duas salas com 4 portas e duas com 5. Assim um técnico terá de partir de uma das salas de 5 portas e irá terminar a inspeção na outra sala de 5 portas. Fica aqui um dos trajetos possíveis.



Números cruzados

	D	E	F
A	7	2	9
B	8	6	4
C	9	6	1

Piadas Matemáticas

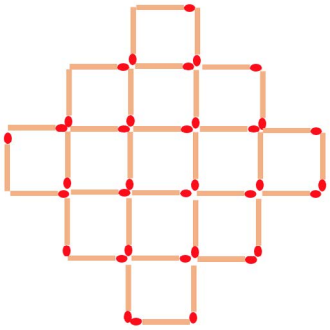
Respostas

1. Para de inventar histórias, porque eu já estou cheio de problemas!
2. Qualquer uma desde que tenha raiz quadrada!

Fósforos e quadrados

No total há 18 quadrados.

Para que passe para 9 quadrados, o número mínimo de fósforos a retirar é 2, como se pode ver na figura



Sudoku

4	1	7	9	8	5	2	3	6
6	5	2	1	7	3	4	8	9
3	9	8	6	4	2	5	7	1
2	7	4	8	5	6	1	9	3
1	6	9	3	2	7	8	5	4
8	3	5	4	9	1	7	6	2
9	8	3	5	1	4	6	2	7
5	2	1	7	6	9	3	4	8
7	4	6	2	3	8	9	1	5

Palestra sobre "células solares e energia fotovoltaica"

No dia 24 de março, realizou-se na Escola Secundária Marins Sarmento, uma palestra sobre "Células solares e energia fotovoltaica", que teve como objetivos: descrever o panorama energético mundial; alertar para o problema das emissões de gases de efeito de estufa; conhecer 50 anos de evolução do fotovoltaico; discutir "Prós e contras da energia fotovoltaica "e perceber o que são e como funcionam células e painéis fotovoltaicos.

A palestra, integrada no "Programa de Visitas à Escola de Ciências da UMinho", foi dinamizada pelo Prof. Pedro Alpoim e dirigida às turmas 10CT4 e 10CT5. Atendendo aos assuntos abordados, esta atividade permitiu uma articulação entre o Projeto de Cidadania das duas turmas, o Clube Ciência Viva da ESMS, integrado no Plano de Recuperação de Aprendizagens 21/23 Escola +, e as aprendizagens da disciplina de Física e Química A.

Agradecemos à Universidade do Minho e ao Prof. Pedro Alpoim pela forma motivante e esclarecedora com que abordou esta temática. Ao optarmos por painéis solares, geramos a nossa própria eletricidade, sem estarmos dependentes de fontes de energia poluentes. Consequentemente, estamos a contribuir para a redução da nossa pegada carbónica e para a sustentabilidade do planeta.

Prof.ª Ana Faria

A palestra integrou o "Programa de Visitas à Escola de Ciências da UMinho", foi dinamizada pelo Prof. Pedro Alpoim e dirigida às turmas 10CT4 e 10CT5.

Nova vida aos resíduos têxteis

A recolha seletiva de resíduos é já uma tradição na nossa escola, mas, no passado dia 3 de maio, demos início a mais uma etapa na otimização deste processo, que exige a nossa atenção diária.

Passando a contar com um contentor para recolha de têxteis em fim de uso, a escola integra agora um projeto piloto lançado no âmbito da Estratégia de Economia Circular de Guimarães - RRRCICLO, que pretende envolver-te na separação dos resíduos têxteis, a fim de os retirar do lixo indiferenciado.

Os têxteis recolhidos serão, depois, em parceria com a Universidade do Minho, convertidos em artigos como sacos e mantas, posteriormente distribuídos em esplanadas do centro histórico, escolas e outras instituições da cidade.

Assim, quando tiveres roupa que, por algum motivo, já não queiras mais usar, podes colocá-la nesse contentor, com a certeza de que lhe será dada um correto encaminhamento.

Projeto Eco Escola

Comemoração do dia/semana da Europa

A Semana da Europa é um evento anual que visa celebrar a diversidade das culturas dentro da Europa. O tema deste ano é "juntos por uma Europa Melhor" e, na nossa escola, não passou despercebido, isto porque, mais uma vez, o Clube Europeu promoveu várias atividades, abertas a toda a comunidade educativa, que tiveram início no dia 8 e se prolongaram até ao dia 25 de maio. Durante este período, os alunos tiveram a oportunidade de visitar um Infopoint na entrada principal e uma exposição sobre a União Europeia, na biblioteca escolar, com materiais de divulgação dos países da União Europeia, gentilmente cedidos pelas várias embaixadas e de trabalhos realizados pelos alunos.

No dia 9 de maio, os membros do clube, alunos e professores, tiveram a honra de hastear a bandeira da União Europeia, no átrio da escola. No dia 10 de maio, realizou-se a palestra "A realidade migratória e os refugiados na Europa", dinamizada pela JRS, uma ONG católica que presta apoio aos refugiados, no dia 19 de maio, o debate com o eurodeputado Paulo Rangel sobre o futuro da Europa e, no dia 25 de maio, a palestra "O papel da juventude e o futuro da Europa", na qual estiveram presentes a Dr.ª Isabel Baltazar, coordenadora do Projeto Escola embaixadora do Parlamento Europeu, o Dr. Nélson Felgueiras, Vereador do Desporto e da Juventude da Câmara Municipal de Guimarães, a Dr.ª Alzira Costa, coordenadora do Centro Europ Direct do Minho e o Dr. André Teixeira, um alumni do Summer CEmp.

Estas sessões, centradas na União Europeia e nos problemas vivenciados na atualidade, tiveram como principal objetivo sensibilizar a comunidade educativa para a importância da participação ativa nos processos democráticos e na discussão das grandes questões europeias.

Em suma, esta semana foi significativa para mostrar a importância da União Europeia e da cooperação e solidariedade entre os países europeus em relação à crise migratória e aos refugiados, e para promover a construção de um futuro europeu mais justo e inclusivo.

Bárbara Lopes, Carolina Costa, Joana Cardoso, Matilde Leite, Penélope Vieira, 10º LH4

Visita de estudo à Biblioteca Raúl Brandão

No passado dia 17 de maio de 2023, a turma 12ºLH3, da Escola Secundária Martins Sarmento, dirigiu-se à Biblioteca Municipal Raúl Brandão, a fim de participar na sessão "Conhecer a União Europeia!".

Ao chegarem lá, os alunos tiveram a oportunidade de visitar um espaço chamado "Antena de Informação Europeia", onde se pode obter informação diversificada e fiável acerca da União Europeia. Seguidamente, encaminharam-se para o auditório, onde foi realizada a sessão dinamizada pelo Dr. Ricardo Sousa do Centro Europe Direct Minho. Foram abordados vários temas como a criação de União Europeia, as suas fronteiras e o alargamento dos Estados-Membros, os seus valores, símbolos, objetivos e competências, as suas principais instituições, o procedimento legislativo ordinário e a diversidade linguística. Por fim, foi referida a importância do voto e reforçada a ideia de que os jovens são o futuro da Europa, daí a importância do seu contributo. Foi ainda realizado um debate com os alunos, no qual se discutiram assuntos como as diferenças entre o passado e o presente da Europa.

Foi uma sessão bastante enriquecedora, tendo os alunos saído mais informados acerca da União Europeia e motivados para contribuir para o seu bom funcionamento no futuro.

Carlos Nobre, João Lopes, Paula Rocha, Ricardo Silva e Rute Fernandes, 12º LH3

A realidade migratória e os refugiados na Europa

No passado dia 10 de maio os alunos das turmas 10LH1, 10LH4 e 12LH3 da Escola Secundária Martins Sarmento tiveram a oportunidade de participar na palestra "A Realidade migratória e os refugiados na Europa".

Esta atividade foi organizada pelo Clube Europeu Martins Sarmento, no âmbito da comemoração da Semana da Europa, e contou com a colaboração do Serviço Jesuíta ao Refugiado (JRS), uma organização internacional da Igreja Católica que presta apoio a refugiados e de Mukhae, uma refugiada do Quirguistão que veio dar o seu testemunho em primeira pessoa.

Repartida por 56 países, e com cerca de 100 pessoas a trabalhar ativamente em Portugal, a JRS tem o objetivo de "Acompanhar, Servir e Defender", e, durante os seus 43 anos de existência, já ajudou cerca de 800 famílias, com 98 nacionalidades diferentes, a integrar-se como migrantes e refugiados. A oradora, Paula Ferreira, deu-nos a conhecer o apoio prestado aos refugidos pela JRS e abordou aspetos muito importantes, como as causas das deslocações forçadas, os desafios enfrentados pelos refugiados na sua jornada e a sua integração nos países de acolhimento. Por sua vez, Mukhae contou-nos a sua história inspiradora de superação e resiliência, ressaltando a importância da empatia e da solidariedade na construção de sociedades mais inclusivas, concluindo a sua intervenção com uma mensagem na sua língua natal, dizendo que gostava do nosso país e não queria que passássemos pelo que ela passou.

Esta palestra e o testemunho de Mukhae mostraram-nos uma realidade completamente diferente da nossa, à qual não podemos ficar indiferentes.

Diogo Mendes, Filipe Alves, Francisco Cardoso e José Gonçalves, 12º LH3

Integração de Migrantes em Guimarães

A sessão foi iniciada com uma breve abordagem daquilo que é o trabalho realizado pela oradora Graça Carvalho, coordenadora do departamento de intervenção Social e Educação da Câmara Municipal de Guimarães e com um enquadramento sobre a situação da população migrante residente no concelho de Guimarães. De seguida, foram-nos apresentados os programas de apoio aos refugiados, orientados pela Câmara Municipal de Guimarães. Posteriormente, para nos elucidar sobre o tema, foram-nos dados a conhecer vários conceitos fundamentais associados ao tópico e casos reais já experienciados pela oradora. A palestra foi também bastante esclarecedora em relação às condições a que os refugiados e migrantes são submetidos e aos seus direitos assim que chegam a Portugal.

Já numa fase final do seminário, foi realizado um jogo interativo com o objetivo de esclarecer os alunos sobre alguns mitos espalhados pela sociedade, abrindo-se, assim, a sessão de debate, onde foram divulgados casos reais do conhecimento dos alunos.

Esta palestra foi bastante esclarecedora no que diz respeito à população migrante no nosso concelho, alertando-nos para os mitos espalhados pela sociedade, que fazem a população ter uma perceção errada daquilo que é a realidade dos migrantes e refugiados no nosso país.

Ana Almeida, Bruno Silva, Filipa Freitas, Gabriela Lopes, Joana Silva, 12º LH3

"O Papel da Juventude e o Futuro da Europa"

No dia 25 de maio, tivemos a honra de receber na nossa escola a Dr.ª Isabel Baltazar, coordenadora do Programa Escola Embaixadora do Parlamento Europeu, o Dr. Nelson Felgueiras, Vereador do desporto e da Juventude, da Câmara Municipal de Guimarães; a Dr.ª Alzira Costa, coordenadora do Centro de Informação Europ Direct do Minho e o Dr. André Teixeira, um alumni Summer CEmp, e antigo aluno da escola. Para lhes dar as boas vindas, demos-lhes a conhecer o nosso Infopoint e a nossa exposição sobre a União Europeia, realizada no âmbito das comemorações da Semana da Europa, que fizemos questão em manter na biblioteca até à sua visita. De seguida, dirigimo-nos para o pequeno auditório, onde decorreu a sessão "O papel da juventude e o futuro da Europa".

Nesta sessão, a Dr.ª Isabel Baltazar falou da importância do Programa Escola Embaixadora do Parlamento Europeu para as escolas e para os nossos embaixadores juniores. O Dr. Nelson Felgueiras deu a conhecer os programas/projetos que a Câmara Municipal de Guimarães desenvolve no sentido de integrar os jovens nas grandes questões europeias/nacionais. A Dr.ª Alzira Costa abordou o papel do Centro Europ Direct Minho na divulgação das questões europeias junto dos nossos jovens, e o nosso antigo aluno, André Teixeira, focou a questão das prioridades e políticas europeias para o novo quadro comunitário e teceu uma breve consideração sobre o futuro do projeto europeu.

O grande objetivo desta sessão foi sensibilizar os nossos alunos para a importância da sua participação ativa nos processos democráticos, que é crucial para o presente e futuro da Europa. Sem dúvida que esta atividade foi muito enriquecedora para os nossos alunos e embaixadores juniores.

Clube Europeu

O grande objetivo desta sessão foi sensibilizar os nossos alunos para a importância da sua participação ativa nos processos democráticos, que é crucial para o presente e futuro da Europa.

Debate com o Eurodeputado Paulo Rangel sobre o futuro da Europa

No passado dia 19 de maio, teve lugar, na Escola Secundária Martins Sarmento, um debate com Paulo Rangel, eurodeputado e professor de Ciência Política na Universidade Católica Portuguesa, em que se visava discutir o futuro da Europa. Este debate foi organizado pelo Clube Europeu Martins Sarmento e inseriu-se nas atividades da Semana da Europa.

Ao longo da sua intervenção, o eurodeputado começou por recorrer à memória histórica para explicar o surgimento e a importância da União Europeia. Em relação aos Media, advertiu para a necessidade de os jovens não serem apenas "seguidores" nas redes sociais, devendo, pelo contrário, ser cidadãos com uma opinião própria, o que implica, no seu entender, ler e contactar, não apenas com aquilo que corrobora o seu ponto de vista, mas também com outras maneiras de ver o mundo. Explicou que ouvir opiniões contrárias à nossa e expor a nossa própria opinião pode, por um lado, fazer-nos evoluir, no sentido de compreendermos que estamos errados, ou, pelo contrário, fundamentar ainda mais as nossas ideias.

O eurodeputado apelou ao interesse dos jovens pelas questões do mundo atual, apontando que estes representam o futuro e são os detentores do poder da mudança, exemplificando com o Brexit (o abandono da União Europeia por parte do Reino Unido), que, na sua opinião, se deveu em grande parte à abstenção juvenil. Para além disto, incentivou os jovens a ler e a intervir na sociedade, insistindo para que "estudem, tomem posições, leiam, interessem-se pelas questões da vossa cidade, da vossa freguesia, do vosso clube, do vosso grupo." Outros tópicos abordados incluíram a questão da imigração e os problemas da sociedade digital.

Este debate foi profundamente enriquecedor para todos os alunos presentes, e foi uma honra para a Escola Secundária Martins Sarmento e para os seus alunos terem tido o privilégio de receber uma figura de renome como o Doutor Paulo Rangel.

Beatriz Gomes, Beatriz Carvalho, Margarida Gomes, Pedro Testas

A inspiradora visita de Paulo Rangel à nossa escola:
Uma perspetiva sobre a União Europeia

A nossa escola foi agraciada com a presença do ilustre político e eurodeputado, Paulo Rangel. O motivo da sua visita era partilhar connosco a sua experiência e conhecimentos sobre a União Europeia: uma organização que desempenha um papel fundamental na realidade em que vivemos.

Paulo Rangel cativou-nos, logo no início da sua exposição, com seu carisma e paixão, ao falar sobre a origem da Europa. E prendeu a nossa atenção com a contextualização da formação da UE, destacando a sua origem pós-Segunda Guerra Mundial, como um projeto de paz e cooperação. Seguidamente, realçou como a união de países, outrora inimigos, se transformou numa força poderosa, promovendo a estabilidade, a prosperidade e a democracia, em toda a Europa. Continuou a sua exposição com a abordagem, também, dos principais objetivos da UE, desde a promoção da paz e da segurança até à defesa dos direitos humanos, a cooperação económica e a proteção ambiental. O orador enfatizou, também, a importância dos valores europeus, como a diversidade cultural, o Estado de Direito e a igualdade de oportunidades.

Ao abordar os desafios atuais, enfrentados pela União Europeia, Paulo Rangel não se esquivou das questões mais complexas. Assim, discutiu o impacto da globalização, as crises económicas e a necessidade de uma maior integração política para enfrentar os desafios globais. O eurodeputado destacou, também, a importância da participação cidadã e da conscientização política, incentivando-nos a envolvermo-nos ativamente no debate sobre o futuro da UE, e não sermos meros "followers", seguidores.

No final da palestra, ficou evidente que o eurodeputado, Paulo Rangel, não só possuía um profundo conhecimento sobre a União Europeia, como também acreditava, fervorosamente, no seu potencial transformador. A sua visita à nossa escola deixou-nos inspirados e motivados a explorar mais a fundo o funcionamento e as perspetivas da UE.

Ao sair do auditório, senti uma enorme gratidão por ter tido a oportunidade de ouvir e aprender com um líder tão respeitado. A visita de Paulo Rangel à nossa escola, não apenas aprofundou os meus conhecimentos sobre a União Europeia, como também despertou em mim um desejo de participar mais ativamente na construção de um futuro europeu melhor.

Vasco Fernandes, 11º LH1

Vídeo resumo: https://www.facebook.com/ESMSarmento/videos/984176766117277

Mobilidade Erasmus+ à Polónia, Kaszów

Recordações e amizades que vão ficar para a vida

Houve uma semana, no mês de Março/Abril, que eu nunca vou esquecer! Juntamente com cinco colegas e dois professores do Liceu, voei até à Polónia, país que, já há muito, queria visitar e não o podia ter feito em melhor companhia!

Logo no dia em que aterramos no aeroporto de Cracóvia, e após conhecermos o local onde nos iríamos alojar, decidimos ir todas (as alunas) conhecer o sítio onde estávamos e fomos, então, caminhar, o que foi algo recorrente nesta viajem, não havia um dia em que não houvesse uma caminhada. Enquanto estávamos lá, choveu, nevou, fez sol ..., houve um bocado de tudo, o que foi incrível, porque pudemos experienciar tempos meteorológicos diferentes em apenas uma semana! Iniciamos os dias com um bom pequeno almoço disponibilizado pela nossa pousada, bem diversificado para atender a todos os gostos, era simplesmente delicioso!

Na maioria dos dias que estivemos na Polónia, estivemos a conviver com os alunos dos projetos Erasmus dos outros países e a fazer atividades com eles, quase todas relacionadas com a água, que é o tema do nosso projeto. Em alguns dias também tivemos a oportunidade de nos deslocar a Cracóvia e visitamos o Museu Underground nesta cidade, as Minas de Sal e o Castelo Wawel, para além de podermos visitar a cidade por nós próprios quando tínhamos tempo livre. No último dia, a equipa portuguesa teve, também, a oportunidade de visitar Auschwitz e Birkenau, que apesar de ser uma visita pesada emocionalmente, acho que foi necessária e nos abriu muito os olhos para aquilo que aconteceu na época nazi e tornou tudo muito mais real, pelo menos na minha cabeça, pois estar naquele local, dentro daquelas paredes, andar naquelas ruas, fez com que fosse mais fácil, para mim, visualizar todos os horrores que se passaram ali, e não só ali, no passado.

No dia seguinte, como sempre, fomos tomar o nosso último pequeno almoço "polaco" e, depois, deslocamo-nos até ao aeroporto para regressarmos a Portugal. Acho que foi uma viagem

inesquecível, cheia de memórias incríveis e recordações e amizades que vão ficar para a vida!

Sofia Guimarães

Segunda-feira

No nosso primeiro dia desta mobilidade à Polónia, fomos incrivelmente bem recebidos na Escola Primária No. 1 em Kaszów, com uma sessão de boas vindas onde tivemos a oportunidade de ver apresentações feitas pelos alunos da escola e também ficar a conhecer as danças tradicionais polacas.

De tarde, após o almoço, dirigimo-nos para Cracóvia onde, após um passeio pelas ruas desta linda cidade, tivemos uma visita guiada no museu subterrâneo de Cracóvia (Rynek Underground), uma visita que se revelou uma grande e interessante surpresa devido à existência de ruínas mesmo por baixo da praça principal.

Terminamos o nosso dia num restaurante tradicional polaco, a experimentar alguns dos pratos mais típicos aqui da Polónia, os pierogi e umas sopas que nos aqueceram depois de um longo dia nas ruas gélidas de Cracóvia.

Ana Laura Mota

Terça-feira

No segundo dia da viagem, começamos bem pela manhã com uma luta de bolas de neve!

Já quando chegamos à escola realizamos algumas atividades, entre as quais a construção de rios, com auxílio de materiais que nos foram fornecidos, na tentativa de conseguir recriar rios saudáveis e rios poluídos. Posteriormente, esse trabalho foi acompanhado por uma palestra, onde nos foi dado a conhecer, por exemplo, quais seriam na realidade as características de cada um dos rios.

Para além disso, analisamos também percentagens de constituintes da água e o seu ph, como também observamos e conhecemos espécies de animais presentes no rio, e trabalhamos em grupo para sugerir formas de travar a poluição da água, entre outros. Ainda pela manhã, apresentamos e assistimos à apresentação dos trabalhos dos outros alunos, no âmbito do projeto, e, na parte da tarde, fizemos parte de um workshop de música e um outro de dança que nos vão ficar na memória pelos momentos cómicos que presenciamos.

Matilde Afonso

Quarta-feira

Começamos por ouvir uma palestra sobre como podemos ter um impacto ambientalmente positivo no mundo que nos incentivou a fazer mudanças no nosso comportamento, tais como utilizar a regra dos 5 R's (reduce, reuse, recycle, refuse, repair), não comprar marcas que exploram o conceito de "fast fashion", comprar produtos locais, comer menos carne, entre outros.

Depois da palestra, realizamos um workshop sobre como organizar campanhas que façam uma mudança no mundo ambientalmente, e, em grupos, "criámos" a nossa própria empresa e apresentamos um plano sobre esta.

Após o almoço, visitámos uma mina de sal, "Wielicka Salt Mine", em Wielicka, onde conhecemos lindas grutas e capelas subterrâneas a cento e trinta metros abaixo do solo. A nossa guia foi-nos explicando, de uma maneira cómica, mas educativa, a importância do sal e como as minas funcionavam no passado.

Foi um dia muito interessante com atividades bastante construtivas e divertidas!

Rita Sampaio

Quinta-feira

O quarto dia da mobilidade à Polónia foi iniciado com a visita a uma Estação de Tratamento de Águas Residuais, onde aprendemos, com mais pormenor, o processo de tratamento das águas residuais de origem doméstica. Aqui, as águas passam por vários processos de tratamento com o objetivo de separar ou diminuir a quantidade de matéria poluente. Posteriormente, foi-nos proposto um workshop sobre esta temática, onde os vários grupos tinham de criar uma moldura, tendo em mente o tema principal, a água.

Após isto, o grupo português visitou Kraków, onde pode apreciar a cidade e os seus costumes com mais detalhe.

O dia terminou com uma cerimónia de entrega de certificados, acompanhada por um grupo musical tradicional e pelas danças Polonesas, a dança popular tradicional polaca.

Matilda Branco

Sexta-feira

Nesta sexta-feira, já quase no fim da nossa visita à Polónia, acordamos cedinho e fomos visitar a cidade de Cracóvia, perto de onde estávamos alojados, juntamente com as restantes equipas dos outros países envolvidos neste projeto Erasmus+.

Quando lá chegámos, tivemos algum tempo livre para passear, visitar e conhecer os cantinhos da cidade e, nesse mesmo tempo, aproveitamos para passear pelo mercadinho, onde compramos lembranças para nos recordarmos desta viagem memorável.

Após esta curta visita pela cidade, voltamos ao local de encontro, onde nos reunimos com as restantes equipas do projeto e seguimos para visitar o Castelo Wawel. Mais tarde, a professora polaca levou-nos a conhecer um bairro judaico e almoçamos todos juntos lá. Experimentamos comidas novas que, na minha opinião, estavam deliciosas! Passeamos lentamente pela cidade, até ao regresso com as restantes equipas a Cholerzyn, local do nosso alojamento. O fim do dia voltou a ser de convívio, entre nós, nos nossos quartos.

Sofia Guimarães

Sábado

No sábado, fizemos uma visita aos campos de Auschwitz. Começamos por conhecer Auschwitz 1, onde constamos, através das fotografias reais, a ida das pessoas para o campo, vimos canecas, malas com o nome das pessoas e ainda roupas, sapatos e produtos de higiene, pertences estes que nos fizeram chegar à conclusão de que estas pessoas não sabiam para onde iam. Também observamos onde e como os prisioneiros dormiam e trabalhavam. De seguida, dirigimo-nos ao campo Auschwitz-Birkenau, onde podemos presenciar os lugares, onde os prisioneiros eram executados, ou deixados em dormitórios sobrelotados, em condições miseráveis, onde acabariam mais tarde por falecer.

Ana Íris Torres

Vídeo resumo: https://youtu.be/Xum_byI8fJw

↪ Erasmus+ Healthy School

Mobilidade a Barcelona

No âmbito do projeto Erasmus+, e seguindo os ideais do tema healthy school, vinte alunos e quatro docentes, da Escola Secundária Martins Sarmento, em Guimarães, viajaram até território catalão, onde foram recebidos pela comunidade escolar do Institut Gerbert d' Aurillac.

Neste encontro, que cruza línguas e nacionalidades, os jovens vimaranenses tiveram a oportunidade de visitar várias localidades e passar a conhecer a sua História e tradições. Entre elas estão Sitges, onde visitaram o conhecido Palau de Maricel e puderam passear pelas ruas, tirando até tempo para dar um mergulho. Já no segundo dia, foram recebidos na câmara municipal de Sant Fruitós de Bages, de onde partiram para as instalações da escola parceira, onde foram recebidos com várias apresentações musicais e onde, também, puderam brilhar com uma atuação de improviso. Os restantes dias foram passados em Manresa, local de alojamento. Nesta localidade, participaram num workshop de culinária e completaram um desafiante trilho por entre a beleza natural da região da Costa Brava. Em destaque temos os dois últimos dias passados no coração da grande cidade de Barcelona, onde os alunos puderam visitar alguns dos seus locais mais emblemáticos, com paragem obrigatória na Sagrada Família.

Em poucas palavras, pode dizer-se que foi, sem sombra de dúvida, uma viagem inesquecível, que proporcionou a criação de fortes laços humanos e a partilha de experiências irreplicáveis.

João Afonso Silva

Vinte alunos e quatro docentes, da Escola Secundária Martins Sarmento, em Guimarães, viajaram até território catalão, onde foram recebidos pela comunidade escolar do Institut Gerbert d' Aurillac.

Testemunhos da equipa Erasmus+ Healthy School

Dia 25/04

O primeiro dia da nossa viajem começou às cinco da manhã, no aeroporto Francisco Sá Carneiro, no Porto, rumo a Barcelona. Apesar do cansaço, eram visíveis o entusiasmo e a boa disposição nos rostos de cada um.

Depois de cerca de uma hora e quarenta e cinco minutos, chegamos ao nosso destino, e, já com os nossos colegas espanhóis, seguimos de autocarro rumo a Sitges. Logo à chegada, fomos recebidos com o cheiro a maresia e vistas de tirar o fôlego. Após algum tempo parados a apreciar e a assimilar toda a beleza que nos rodeava, fomos divididos em dois grupos para possibilitar a visita dos dois museus mais prestigiados e conhecidos da zona.

Em primeiro lugar, visitamos o museu "Can Ferrat", a casa e estúdio do ilustre artista e escritor Santiago Rusiñol, uma das figuras mais importantes do Modernismo catalão. Lá, podemos ver algumas das peças colecionadas pelo artista, juntamente com alguns dos seus trabalhos.

Seguidamente, visitamos o Palácio Maricel ou Maricel Museum, um dos edifícios mais emblemáticos de Stiges, onde não só ficamos espantados com toda a beleza que nos rodeava, como também tivemos a oportunidade de conhecer melhor um pouco da história do município.

Na hora de almoço, disfrutamos

livremente da costa, demos alguns mergulhos e aproveitamos o lindo dia de sol. Por volta das dezassete horas, apanhamos o autocarro para Manresa, onde ficamos hospedados em apartamentos, lugar que chamaríamos de casa nos próximos dias.

Visto que uma viagem não é tão memorável se não existirem incidentes, algumas de nós ficamos presas no elevador durante algum tempo e, apesar do desespero, mantivemo-nos calmas e risonhas, porque na vida há sempre imprevistos e saber lidar com eles é das nossas melhores qualidades.

Na hora do jantar, experimentamos um restaurante chinês da zona e as gargalhadas e a boa disposição prevaleceram sempre. No fim da noite, dirigimo-nos aos apartamentos para um descanso bem merecido, após um dia tão exaustivo.

Assim foi o nosso primeiro dia desta aventura, cheio de gargalhadas, conversas e novas amizades, prontos para aproveitar ao máximo esta oportunidade.

Teresa Ribeiro, Joana Coelho, Leonor Fernandes

Dia 26/04

Neste segundo dia desta experiência memorável, começamos por ser recebidos pela presidente da câmara da humilde cidade de Saint Frutós. Este encontro com a autarca foi prova do bom receber das pessoas desta localidade e ainda ficamos a conhecer um pouco melhor das tradições de Saint Fruitós. Após a receção na câmara, dirigimo-nos à escola Institut Gerbert d'Aurillac. Esta visita, com muita música e simpatia por parte da comunidade educativa, deixou-nos bastante sensibilizados. Participamos, depois, em vários jogos que fomentaram a relação de amizade entre os alunos portugueses e espanhóis. Após o almoço, em grupos, fomos a uma scape room e esta foi, sem dúvida, uma experiência eletrizante! Literalmente.

Para finalizar o dia, visitamos a catedral de Manresa.

Afonso Tadeu, Matilde Oliveira, Maria Machado

Dia 27/04

Quinta-feira, dia 27 de abril, começamos por apanhar um autocarro rumo a Navarcles, onde, na Fundação Alicia em Sant Benet de Bages, participamos num workshop sobre gastronomia. A Fundação Alicia (Food and Science) é um centro de investigação dedicado à inovação tecnológica na cozinha, à melhoria dos hábitos alimentares e à valorização do património agroalimentar e gastronómico. Antes do Workshop ser iniciado, dividimo-nos em grupos para participarmos em alguns desafios e, no final, quem tivesse acertado em mais respostas poderia escolher o prato que desejaria cozinhar. No final, todos tivemos a oportunidade de provar os pratos que tínhamos feito. Acabamos por almoçar em Navarcles antes de apanhar um autocarro para a estação de comboios, onde apanhamos um comboio para Montserrat. Nesta localidade, apanhamos um teleférico para nos levar até ao cimo do monte e a viagem não poderia ter corrido melhor, cerca de cinco minutos de puro divertimento e vistas incríveis, a paisagem era linda! Quando chegamos ao topo, conseguimos ver a cidade toda, era encantador! Finalizamos a nossa tarde a passear por Montserrat, uma vez que tínhamos tempo livre aproveitamos para descansar um pouco e confraternizar com os amigos espanhóis. Ao fim do dia, voltamos de comboio para Manresa e jantamos num restaurante chinês que já conhecia, o que não faltava à mesa eram risadas e boa disposição. No final do jantar, dirigimos nos para o nosso alojamento para descansarmos depois de mais um dia estafante, mas proveitoso.

Beatriz Talina, Vitoria Bota, Alice Loureiro

Dia 28/04

Na sexta-feira, dia 28 de abril, foi um dia de muito esforço e de teste às nossas capacidades físicas, juntamente com um encerrar em águas espanholas.

Começamos o dia com uma longa viagem de autocarro, onde houve momentos de confraternização entre portugueses e espanhóis com música e muita alegria. De seguida, fizemos uma paragem para comprar alimentos, pois iríamos fazer um Piquenique a meio da uma longa caminhada.

Assim, já abastecidos com almoço e lanche, começamos uma caminhada pelo litoral da Costa Brava. O que não sabíamos é que seriam umas longas três horas a andar por entre rochas e

caminhos acidentados, todavia o que nos motivava era o pensamento de que iríamos dar um mergulho nas águas cristalinas.

Com vistas de perder o fôlego, continuamos por dez quilómetros, almoçando junto ao mar com o ponto final nos jardins Cap Roig.

Foi um percurso exaustivo, no entanto, a perseverança e a interajuda entre os elementos do nosso grupo foi constante e a recompensa foi um mergulho na água fria de Calella.

Para terminar o nosso dia, jantamos numa pizzaria em Manresa com os nossos colegas espanhóis, convivemos e

despedimo-nos de alguns deles. Ficamos de coração triste por estes momentos estarem a acabar, mas felizes com todas as memórias criadas que certamente estarão connosco para sempre.

Inês, Lara e Sara

Dia 29/04

No quinto e penúltimo dia desta viagem inesquecível, começamos cedo rumo a Barcelona de comboio, iniciando desde aí a confraternização entre todos os elementos deste intercâmbio.

De entre os diversos locais emblemáticos vistos, o Parc Montjuïc foi o primeiro a ser visitado, subindo até às escadas do Museu da Arte da Catalunha, o que nos proporcionou uma vista que abrangia toda esta zona.

A subida continuou até ao recinto da chamada "cidade olímpica", outro marco importante.

Seguimos, posteriormente, até à Casa Batllo, para apreciar a arquitetura e a arte que aqui está presente, bem como "La Pedrera". Parados na célebre Praça da Catalunha, tivemos a oportunidade de explorar as imediações e almoçar nessa zona.

Da parte da tarde, a exploração decorreu de uma forma mais autónoma, desde Las Ramblas, onde muitos foram ao Mercado La Boqueria, até ao Bairro Gótico, sempre acompanhados de boa disposição e diversão.

Não poderíamos ter terminado melhor este dia com um jantar típico, já em Manresa, com direito a tapas espanholas e convívio entre todos. Nem os percalços de chuva torrencial desanimaram o grupo, culminando, assim, em mais um momento memorável, como o resto da viagem.

Por fim, podemos afirmar que este dia fortaleceu extremamente as ligações tanto entre o grupo português, como entre os elementos espanhóis, completando, deste modo, na perfeição, o objetivo deste projeto, promover a interculturalidade. Muitos dos encontros fervorosos e relações próximas vão deixar saudades, pelo que aprendemos muito com os nossos colegas espanhóis.

Dia 30/04

O último dia desta viagem foi caótico. Um dia de muita correria, agitação e acontecimentos inesperados que resultaram em diversos momentos hilariantes e, sem dúvida, memoráveis.

Começamos, então, por viajar de comboio diretamente para Barcelona, onde, chegando à estação, fomos guardar as malas. Tendo as malas guardadas, voltamos a entrar num comboio e saímos no Arco de Triunfo, onde tiramos algumas fotos. De seguida, fizemos uma caminhada de vinte e cinco minutos em direção à célebre Sagrada Família, onde alguns entraram para assistir a uma eucaristia e outros, devido ao facto de se avizinhar a hora de almoço, já estavam com fome e decidiram ir almoçar.

Decidiu-se que se ia almoçar nas zonas da Praça da Catalunha e das Las Ramblas, e foi proporcionado aos alunos algum tempo livre, tanto para almoçar como para explorar a parte velha da cidade, repleta de história, edifícios bonitos e lojas de lembranças questionáveis. Ficou marcado o ponto de encontro às 17:00 no porto, que ficava no final das Ramblas. Quando todo o grupo chegou ao porto e começou a organizar a ida para o aeroporto e mais algumas logísticas, deparamo-nos com um céu cinzento e escuro, sobre o qual o professor Ricardo comentou "Vai chover, é melhor irmos andando". Todavia, como já não chovia naquela zona há aproximadamente cinco meses, desvalorizamos, mas em prol de evitar complicações fomos caminhando vagarosamente em direção à estação. Passados alguns minutos a andar, já pertíssimo do nosso destino, começamos a sentir algumas gotas de água nas costas e, de repente, instalou-se uma tempestade na capital da Catalunha, caos total! Com alguma sorte, conseguimo-nos abrigar nas portas de algumas lojas e hotéis e, então, deparamo-nos com um dilema, esperar que a chuva passasse, ou enfrentar a tempestade? Decidimos pela opção mais corajosa e atravessamos a Praça da Catalunha num momento de imensa valentia! Chegamos à estação, fomos buscar as nossas malas e embarcamos noutro comboio em direção ao aeroporto.

Chegamos ao aeroporto, passamos todos os procedimentos habituais e a seguir fomos jantar. Alguns jantaram no Burger King, outros no McDonald's, e outros, ainda, optaram pela comida trazida na mochila. O importante é que ninguém passou fome. Entretanto, já era a hora do nosso voo, que correu bem e passou muito rápido, já que a maioria veio a dormir para Portugal. Chegando a Portugal, fomos recebidos por uma calorosa equipa de pais desejosos de ver os seus filhos, e ansiosos de os levar para as suas casas.

E foi assim que terminou esta incrível viagem, preenchida de aprendizagens e momentos bons que soube a pouco. E acredito que falo por todos quando digo que voltava a percorrer esta jornada outra vez.

André Filipe Marinho

Interculturalidade, a aceitação do outro, respeitar a diferença

O passado e os problemas atuais

Os problemas atuais, no que diz respeito à aceitação do outro e ao respeito mútuo, advêm de um conjunto de fatores que provêm do passado.

Primeiramente, teremos de fazer uma breve contextualização histórica para entendermos este fenómeno social, que provém principalmente do pós final da Segunda Guerra Mundial e do início da Guerra Fria, em que assistimos a duas fações divergentes, quer a nível ideológico, quer político e económico. Os ideais capitalistas, que tinham como base o capitalismo, a liberdade económica e a expansão do capital, foram aplicados por uma das duas superpotências mundiais, os EUA. Para estes ideais, era fundamental apostar na mundialização, na globalização, abrir fronteiras e conquistar o maior número de apoiantes possível.

De facto, a globalização é um processo de aproximação entre as diversas sociedades e nações existentes pelo mundo todo, seja no âmbito económico, social, cultural ou político. No entanto, este processo trouxe problemas a nível social, como a dificuldade em aceitar outro tipo de pessoas ou raças, como por exemplo, o Apartheid, que eram leis que defendiam que onde estivessem pessoas de raça branca não podiam estar pessoas de raça preta, o que fez com que houvesse instabilidade social e, consequentemente, protestos. Podemos dizer que este conceito contribuiu para o agravamento das desigualdades e desrespeito pela diferença, situação que se intensificou devido à Multiculturalidade, por exemplo. O Multiculturalismo descreve a existência de muitos culturas numa região ou cidade do país. Este fenómeno social provoca, infelizmente, muitos conflitos devido à discriminação e não aceitação de pessoas emigrantes vindas de outros países com outras culturas, mesmo a nível da aceitação de relacionamentos afetivos e integração de pessoas de outras culturas nas famílias. Estes emigrantes acabam por ser uma minoria étnica que tem dificuldades em integrar-se socialmente nesses países, pois sofrem de muita discriminação social. Esta injustiça, muito corrente nos dias de hoje, desencadeia, felizmente, protestos e manifestações para tentar mudar a mentalidade das pessoas e tornar o mundo num lugar mais agradável para se viver.

Concluindo, a aceitação do outro e o respeito pela diferença deve ser uma preocupação constante, para que a vontade das pessoas em mudar o mundo prevaleça, e que estas não fiquem só na expectativa de que as coisas aconteçam por si mesmas.

Carlos Nobre, Filipa Freitas, Gabriela Lopes, João Lopes, 12º LH3

Martins Sarmento a reciclar rolhas de cortiça

O projeto de Cidadania e Desenvolvimento e os Originais do primeiro ano da turma de multimédia promoveram uma campanha de reciclagem de rolhas de cortiça na escola. Percebemos que a Secundária Martins Sarmento já permitia reciclar vários tipos de matérias-primas, mas a cortiça não era possível ser recolhida. Foi este o mote do projeto: arranjar forma de reciclar cortiça na nossa escola.

A cortiça é um material 100% reciclável, natural e reutilizável, e muito importante para a economia do nosso país. Reciclar as rolhas é dar oportunidade para que este material seja novamente utilizado. Com isto em mente, começamos o projeto concebendo um contentor de rolhas que, executado e oferecido pela empresa Raiz Carisma, nos permitiu iniciar a reciclagem permanente de cortiça na escola. Trata-se de uma estrutura em acrílico, devidamente decorada e identificada, que foi colocada junto ao bar da escola.

Na fase seguinte, decidimos elaborar uma campanha informativa de cartazes onde explicamos as características da cortiça, a sua importância para o ambiente e para a economia portuguesa. Ao pesquisar para este projeto, ficamos a saber que o negócio de exportação de cortiça faz de Portugal líder mundial. Impressionante! Percebemos que cortiça é um material extremamente versátil, que pode ser usada em vacinas ou que é considerada uma matéria prima perfeita que nenhum processo laboratorial ou compósito conseguiu replicar. Esta campanha informativa foi exibida no corredor de acesso às salas de informática e de multimédia, aquando das jornadas culturais. Importante referir que os registos fotográficos que figuram nos cartazes são da nossa autoria, primeiro ano do Curso Profissional de Multimédia.

No terceiro período, voltamos à carga com mais um apelo à reciclagem de rolhas de cortiça através da produção de vinte podcasts de áudio, onde enunciamos as razões pelas quais devemos reciclar a cortiça. Este material também será exibido na rádio da nossa escola.

Ainda tivemos a oportunidade de visitar o museu da cortiça Planet Cork, em Vila Nova de Gaia, onde percebemos a versatilidade da cortiça e a forma como é extraída. Trata-se de um museu muito interativo, cheio de atividades que demonstram a importância deste material e como, nos dias de hoje, é usada para além do fabrico de rolhas. Por exemplo, ficamos a saber que pode ser usada na arquitetura, indústria espacial, cinema e moda!

O último desafio foi apresentar o projeto na V Mostra de Projetos dos Cursos Profissionais da ESMS, onde exibimos um vídeo resumo de todas as atividades.

No final do ano, entregamos as rolhas à associação Quercus que, por cada cinquenta rolhas recolhidas, irá plantar uma árvore no nosso concelho através do seu projeto Green Cork – Floresta Comum. A resposta da comunidade Martins Sarmento foi muito positiva, uma vez que conseguimos recolher mais de quatrocentas rolhas. Parabéns, escola Secundária Martins Sarmento! E muito obrigado por tornar a nossa campanha bem-sucedida!

Este foi o nosso contributo para a construção de um mundo melhor para todos, promovendo o desenvolvimento sustentável e a preservação do ambiente.

E tu? Já reciclaste as rolhas de cortiça lá de casa?

1º PM

A Ética no Mundo do Trabalho

A ética no mundo do trabalho pode abranger diversas facetas, desde as condições de trabalho do adulto - que abarca questões como a diferença de tratamento por conta do género, raça, origem, os limites no teletrabalho ou no trabalho presencial, o assédio moral, sexual -, bem como a existência do trabalho infantil e a tentativa da sua dissimulação.

A exploração dos adultos no mundo do trabalho pode assumir várias formas e ocorrer tanto em países desenvolvidos como em países em desenvolvimento. Algumas dessas formas de exploração incluem: salários baixos, longas horas de trabalho, falta de segurança no emprego, discriminação, trabalho forçado. Inúmeros trabalhadores auferem salários baixos que, na maioria das vezes, não refletem o verdadeiro valor do trabalho que realizam. As longas horas de trabalho, grande parte das vezes, sem compensação financeira, levam ao esgotamento físico e mental, o chamado "burnout", afetando a saúde e bem-estar dos trabalhadores. Os contratos temporários, que deixam as pessoas numa situação de vida precária, conduzem a um aumento dos níveis de stress. A insegurança no local de trabalho conduz, por vezes, a acidentes, causa lesões e pode resultar em doenças, limitando a capacidade de trabalho no futuro. O trabalho forçado também existe, o trabalhador labora contra a sua vontade, em condições de escravidão ou servidão, por vezes na base de uma suposta "dívida" para com o empregador – acontece , frequentemente, com os refugiados e os imigrantes.

A discriminação que muitos trabalhadores enfrentam, com base no seu género, raça, origem, etnia, religião, condição de saúde, pode limitar as oportunidades de progressão na carreira, resultar em salários inferiores ou más condições laborais, e até mesmo na falta de oportunidades de emprego.

Há um grande problema na diferença do tratamento de género no local de trabalho que afeta muitas mulheres. As mulheres, muitas vezes, auferem um valor menor de salário do que os homens e têm menos oportunidades para subir na carreira. Isto acontece em todo o tipo de postos de trabalho, desde a área da tecnologia à área da saúde. Uma das razões para isto acontecer é porque as pessoas têm ideias preconcebidas sobre o que os homens e as mulheres devem ser e isso faz com que as entidades empregadoras tratem as mulheres de forma diferente. Por exemplo, podem pensar que as mulheres não são tão boas no seu trabalho ou não se importam tanto, o que significa que não recebem tanto dinheiro ou não são promovidas. Outra circunstância que torna a situação difícil para as mulheres é quando elas têm de conciliar o trabalho e a vida familiar. As mulheres, geralmente, são quem cuida dos filhos e familiares idosos, por isso podem ter de trabalhar a tempo parcial ou num horário flexível. No entanto, isso pode significar que elas não conseguem ir tão longe nas suas carreiras. Além disso, também há o problema do assédio e da discriminação. As mulheres são muito mais assediadas sexualmente do que os homens e podem ser tratadas injustamente apenas por causa do seu género, raça ou etnia. Para resolver tudo isto, os empregadores precisam de encontrar soluções como, por exemplo, oferecer horários de trabalho flexíveis e garantir que todos recebam formação sobre como ser justo e respeitoso para com todos os seus colegas. Também cabe a todos nós garantir que criamos um ambiente acolhedor onde todos possamos ter sucesso, independentemente da nossa personalidade ou origem.

Outro fator que induz à exploração dos adultos no mundo do trabalho é o teletrabalho não regulamentado. A pandemia evidenciou problemas sérios no que respeita aos limites entre a vida laboral e a vida privada, dado que boa parte das pessoas passaram a trabalhar a partir de casa. Com este pântano indefinido, surgiram situações de abuso laboral no que respeita a horários, gastos com energia, internet e equipamento tecnológico. Em Portugal, o teletrabalho foi regulamentado em 2019, onde se define o teletrabalho como a prestação laboral realizada com subordinação jurídica habitualmente fora do emprego e com recurso a tecnologia de informação e comunicação. O teletrabalho deve ser acordado entre empregador e empregado e deve constar no contrato escrito. O acordo deve estabelecer as condições de trabalho, como os horários, formas de contrato de prestação de trabalho, equipamentos, entre outros.

É importante reconhecer e enfrentar a exploração de adultos no mundo do

trabalho, pois pode ter consequências graves para os indivíduos e para a sociedade. Isso pode ser feito por meio de políticas de regulamentação que promovam práticas trabalhistas justas, proteção dos trabalhadores e redes de segurança social, por esforços na educação e consciencialização e promoção de práticas empresariais responsáveis.

A exploração infantil no mundo do trabalho é uma questão grave, complexa e global, dado que afeta milhões de crianças em todo o planeta. Infelizmente, existem imensas crianças que são forçadas a trabalhar em condições precárias e perigosas, em tarefas que são , muitas vezes, inadequadas à sua idade e desenvolvimento.

Por norma, o trabalho infantil priva as crianças da sua infância, educação, segurança e desenvolvimento saudável. A exploração infantil pode assumir formas diferentes, desde o trabalho em minas e fábricas, agricultura, exploração sexual, trabalho doméstico, comércio informal, entre outros. As crianças exploradas são muitas vezes expostas a condições insalubres e perigosas, como, por exemplo, produtos tóxicos, e são mais propensas a sofrer lesões e doenças relacionadas com o trabalho. A exploração infantil pode ter um impacto profundo na saúde física e mental das crianças, prejudicar o seu desenvolvimento cognitivo e emocional e limitar as suas oportunidades de crescimento pessoal e profissional, inclusive limitar a capacidade de integração na sociedade. As crianças trabalhadoras , frequentemente, são privadas da sua educação , cuidados de saúde adequados, nutrição adequada e outras necessidades básicas, como, por exemplo, tempo para brincar. E assumem responsabilidades de adulto que interferem com o seu desenvolvimento.

Existem muitas razões pelas quais as crianças são forçadas a trabalhar: pobreza, ausência de oportunidades educacionais, lacunas graves nas leis e regulamentos que protejam os direitos das crianças ou total ausência dos mesmos, até os quadros macroeconómicos de certos países que se fundamentam na exploração laboral. A exploração infantil no trabalho é uma grave violação dos direitos das crianças e é proibida pela Convenção das Nações Unidas. É importante que comunidades, governos e organizações internacionais trabalhem para combater a exploração infantil e proteger os direitos das crianças, que implementem leis e políticas realmente eficazes. As empresas também têm um papel a desempenhar, adotando práticas de responsabilidade social. A sociedade em geral tem de se mobilizar, denunciando práticas abusivas, apoiando programas de proteção infantil, criando oportunidades justas de emprego para os adultos e pagando-lhes salários condignos para que não haja a tentação das famílias recorrerem ao trabalho infantil.

2º PGSI

"Orgulho é ser quem tu és num mundo que te diz o contrário"

O tema LGBT é um assunto que tem ganhado muito destaque na sociedade nos últimos anos. Infelizmente, ainda há muita discriminação e preconceito enfrentado por pessoas que se identificam com essa comunidade. "Orgulho é ser quem tu és num mundo que te diz o contrário" é uma frase que se aplica perfeitamente à luta pelos direitos LGBT. A aceitação da diversidade sexual e de género é fundamental para construir uma sociedade mais inclusiva e respeitadora.

A internet é uma ferramenta poderosa, que pode ser usada tanto para disseminar informações corretas, como para espalhar notícias falsas e perpetuar estereótipos. É importante que as pessoas sejam críticas e verifiquem a fonte das informações antes de compartilhá-las. "Orgulho é ser quem tu és num mundo que te diz o contrário" também se aplica ao universo virtual, onde, muitas vezes, as pessoas são julgadas e ridicularizadas pelas suas escolhas e identidades.

A propagação de notícias falsas na internet é um problema que urge ser combatido. Elas podem prejudicar a reputação das pessoas, causar confusão, provocar violência e causar danos irreversíveis. Deste modo, é importante ser-se crítico e verificar a veracidade das informações antes de compartilhá-las. Para além disso, é necessário ter coragem de se posicionar contra aquilo que se sabe ser falso e defender a verdade, mesmo que isso signifique ir contra a opinião da maioria. É preciso ter consciência de que a desinformação pode ter graves consequências na sociedade e, por isso, é fundamental lutar contra ela. Concomitantemente, é importante reiterar que a

internet também pode ser uma ferramenta poderosa para espalhar informações corretas e construir uma sociedade mais informada e crítica.

Como afirmou Sócrates: “A sabedoria começa na reflexão”.

10CT2

CApt2 - a circularidade da água

No âmbito do Projeto de Cidadania e Desenvolvimento, a turma do 10SE4 foi desafiada a integrar um projeto subordinado ao tema da Água, em colaboração com o Laboratório da Paisagem. Este projeto, denominado "CApt2", teve como foco munir as escolas, quer de ferramentas, quer de apoio técnico para a criação de estratégias sobre a Circularidade da Água nos seus espaços. O projeto contou com sessões com as escolas, três antes do início do projeto e as duas últimas já depois de este ter iniciado.

A primeira sessão foi dedicada à exploração do conceito de Circularidade da Água e a sua importância face ao contexto global do planeta. No final da sessão foram apresentados instrumentos de monitorização das perdas e consumos de água e estratégias para um eficiente uso da água. Na segunda sessão, com recurso a uma check-list, os alunos fizeram um diagnóstico da gestão da água no espaço escolar e, numa terceira sessão, identificaram ideias a implementar a curto prazo. Para este efeito, cada aluno contribuiu com frases de alerta para o gasto/consumo de água e que foram colocadas nos WC da escola, de modo a sensibilizar alunos, docentes e não docentes para o assunto. Foram também colocados na Biblioteca, suportes com frases alusivas a esta temática.

No dia vinte e dois de março, Dia Mundial da Água, decorreu no Laboratório da Paisagem uma conferência intitulada "O uso sustentável da Água" e na qual estiveram presentes os alunos Gonçalo Bacelar e Mateus Medeiro em representação da turma e da escola, acompanhados pela professora de Geografia A, Ana Isabel Dias.

Ainda no âmbito deste projeto e, tendo em conta o Plano 21|23 Escola +, a turma selecionou textos relacionados com a água, a serem lidos em contexto de sala de aula. No dia vinte e sete de março, ainda assistiram a uma palestra sobre Energias Renováveis na aula de Inglês, em articulação/colaboração com a mãe do aluno Duarte Balão, em representação da empresa SB Consultores, Lda.

Sem dúvida que, no final deste projeto, o balanço foi positivo, tendo tido grande envolvimento por parte da turma. Através destas iniciativas, alertou-se a comunidade educativa para a importância do uso sustentável e consciente da água e todos puderam conhecer que medidas estão ao nosso alcance e o que nós, enquanto comunidade, podemos fazer no dia-a-dia para contribuir para a preservação deste bem essencial à vida do planeta.

Leonor Carvalho, Joana Gomes, 10º SE4

Testemunhos

Eu achei o projeto de cidadania muito interessante, teve um impacto positivo na nossa perceção em relação à água, ajudou-nos a ter mais cuidados com ela e usá-la moderadamente.

Ana Castro

Durante a realização deste projeto, tivemos a oportunidade de trabalhar com o Laboratório da Paisagem e foi uma experiência diferente, que nos permitiu a aquisição de mais conhecimento pertinente.

Gostei deste trabalho de cidadania, pois achei que foi bastante dinamizador e espero que, para o ano, também tenhamos, enquanto alunos, a oportunidade de realizar um projeto em que possamos tomar consciência e termos um papel ativo na sociedade.

Maria Martins

Devido ao desenvolvimento do projeto CApt2, eu e a turma adquirimos técnicas e sistemas de poupança e utilização da água mais elaborados e avançados. A meu ver, este projeto foi importante, na medida em que a água é um recurso renovável que se pode vir a tornar não renovável, e esta é fundamental à vida dos seres vivos. Sinto que este projeto poderá fazer a diferença se todos colaborarem com empenho e rigor!

Duarte Balão

Penso que o projeto de cidadania, este ano letivo, proporcionou-nos a nós, alunos, várias perspetivas e preocupações a ter em conta, no que diz respeito ao gasto da água.

A meu ver, este projeto teve muito significado, e sinto que, tanto nós participantes no projeto, como os restantes alunos da escola, que tiveram acesso às campanhas, ficaram bastante consciencializados e sensibilizados.

Tiago Coelho

O projeto CApt2 resultou na expressão dos nossos conhecimentos ao nível da distribuição e poupança da água. Foi uma atitude produtiva, comprovada no interesse e dedicação que a turma demonstrou.

Gonçalo Bacelar

Dia do consumidor

No dia 15 de março, dia do consumidor, os alunos dos 10.º anos, da área de Economia, tiveram o prazer de assistir a uma palestra "Marketing – uma questão de Sustentabilidade e Cidadania", dinamizada pelo Dr. Pedro Aguiar, no âmbito do Projeto de Cidadania e Desenvolvimento.

Esta atividade foi apresentada aos alunos com o objetivo de incutir um novo pensamento sobre o marketing, assim como, sensibilizar para os desafios atuais e futuros perante a sustentabilidade/alteração climática versus novo paradigma económico; tecnologia disruptiva versus democracia liberal (emoções), de forma a prepará-los para uma Economia mais interdependente e globalizante.

Marketing e Publicidade

Foi apresentada como exemplo a marca Apple, demonstrando o famoso lema da marca "think different", que instantaneamente nos faz chegar todos os produtos.

O nosso feedback sobre esta temática foi bastante positivo e chegamos à conclusão de que projetos como estes são benéficos para a nossa formação.

Catarina Alves, Margarida Ribeiro, Sebastião Antunes, 10º SE1

Pedofilia

A pedofilia é um transtorno sexual em que uma pessoa sente atração sexual por crianças pré-púberes, ou seja, antes da idade em que elas começam a desenvolver características sexuais secundárias. Esse tipo de comportamento é ilegal e muito prejudicial para a vítima.

É importante lembrar que ninguém, absolutamente ninguém, tem o direito de tocar em alguém de forma inadequada ou fazer propostas sexuais inapropriadas. Se isso acontecer contigo, é importante que fales imediatamente com alguém de confiança, como um professor, um familiar ou um amigo mais velho.

Outra forma de proteção contra a pedofilia é evitar situações desconfortáveis, como por exemplo, evitar estar sozinho com alguém que nos deixe desconfortável. É importante que se pense bem na decisão correta de agir, e, se não se pretende acompanhar essa pessoa, é recomendado recusar e procurar a companhia de alguém de confiança. Ninguém se deve sentir constrangido em dizer que NÃO a alguém que nos faça sentir desconfortável.

Além disso, é importante ter cuidado com quem se comunica online. Muitas vezes, os pedófilos usam a internet para se aproximarem de crianças e jovens. É importante não compartilhar informações pessoais com pessoas desconhecidas, não adicionar estranhos nas redes sociais e evitar conversas sexuais ou íntimas com pessoas desconhecidas.

Por fim, é importante lembrar que a culpa nunca é da vítima. Se já foste vítima de abuso sexual, não hesites em denunciar o agressor e procurar a ajuda de um profissional especializado. Tu não estás sozinho e existem pessoas que te podem ajudar.

Em suma, a pedofilia é um comportamento abusivo e ilegal que precisa ser combatido de forma definitiva. Os jovens devem estar cientes do que é a pedofilia, como se podem proteger e onde podem procurar ajuda, caso sejam vítimas desse tipo de abuso.

Joaquim Cunha, Pedro Ferreira, Sérgio Fernandes, Simão Alves, 12º CT2

Racismo

Nas últimas décadas, questões sociais como o racismo ou o preconceito têm vindo a ganhar cada vez mais relevância nos meios de comunicação social e, consequentemente, na discussão pública.

Estas ideias preconcebidas que dão espaço para que o racismo aconteça podem ser vistas como uma espécie de autodefesa, porém, alguns ideais extremistas podem levar as pessoas a ser intensamente agressivas com elementos de grupos sociais minoritários, tais como os africanos, os mexicanos, os chineses, entre outros.

Enquanto seres humanos comuns, muitas vezes, temos uma tendência para julgar as outras pessoas com base na aparência. Todavia, principalmente desde o início dos anos 60, muitos foram os ativistas que se celebrizaram e se fizeram ouvir na sua luta pela igualdade e contra o racismo. São alguns exemplos destes ativistas Nelson Mandela, Rosa Parks, Malcolm X, Martin Luther King, entre outros. Estes ativistas dedicaram a sua vida a lutar por aqueles que não podiam lutar por si próprios e alguns morreram por eles também.

Quando temáticas como o racismo são abordadas, as consequências psicológicas para as vítimas são um dos principais aspetos que devem ser tidos em conta.

As vítimas de repetidos atos de discriminação têm tendência a ser pessoas mais inseguras, com menor autoestima, e a manifestar algum receio de partilhar espaços com outras pessoas, devido a um sentimento de julgamento permanente. Nesse sentido, algumas vítimas podem chegar a desenvolver transtornos como a ansiedade social, que se caracteriza precisamente pelo medo de situações de socialização com outras pessoas.

Outros transtornos psicológicos e psiquiátricos que podem ser desenvolvidos por estas vítimas são a ansiedade e a depressão, que podem, em casos mais extremos, levar a tentativas de suicídio e à perda destas vidas humanas.

Para aprender mais sobre este tema, recomendamos, por exemplo, a visualização dos filmes “Crash”, “Black K Klansman” ou “American History X”, ou a leitura do livro “Americanah”, de Chimamanda Ngozi Adichie.

Em jeito de conclusão, perante esta situação, acreditamos que a geração atual deveria tentar alterar os comportamentos que causaram um enorme sofrimento ou, até mesmo, a morte de muitas pessoas no passado. Nas últimas décadas, foram feitos progressos inequívocos, mas a situação ideal está ainda longe de ser alcançada.

Ana Maria Padrão, Leonardo Kutekila, Maria Beatriz Melo, Maria Sousa, 12º CT2

Xenofobia

A xenofobia é o medo/aversão do que é diferente ou estrangeiro, com algumas parecenças com o racismo, que se pode manifestar de várias maneiras como a agressão, exclusão social, insultos, entre outros.

No nosso país existem vários casos de xenofobia, principalmente contra pessoas vindas do Brasil e de países da África (que são os estrangeiros em maior número). Segundo o CICDR (Comissão para Igualdade e Contra a Discriminação Racial), denúncias de casos de xenofobia contra brasileiros aumentaram em 433% desde 2017. Um dos muitos casos foi o de um professor de Economia na Universidade do Porto que disse que "as mulheres brasileiras são uma mercadoria". Outros casos podem envolver a agressão física.

"Volta para a tua terra."; "Há internet no teu país?"; "Vieste roubar os maridos daqui?"; "Trouxe o coronavírus."; "Terrorista!". Estas são frases diferentes, todavia, têm um objetivo em comum, o de ofender estrangeiros com base em estereótipos criados por pessoas que se baseiam no conhecimento de casos extremamente isolados, ou baseados apenas na origem de onde provêm. Isto é um preconceito, mais conhecido como xenofobia.

Citamos apenas alguns exemplos deste preconceito. No entanto, existem muitos outros que acontecem no quotidiano em que as vítimas sofrem em silêncio, pois têm medo de serem perseguidas ou mal interpretadas, até porque este preconceito afeta, e muito, psicologicamente.

Não se deve ter medo de denunciar, e, para tal, pode se fazer uma denúncia num boletim de ocorrências na esquadra mais próxima ou ligar para o 112.

"Ninguém nasce a odiar o outro pela cor da sua pele, origem ou religião. As pessoas aprendem a odiar. E se elas aprendem a odiar, podem ser ensinadas a amar, pois o amor chega mais naturalmente ao coração das pessoas do que o seu oposto." - Nelson Mandela.

Em suma, a xenofobia é um grande problema que afeta a nossa sociedade e que não pode ser banalizado, uma vez que muita gente sofre no seu o dia-a-dia e, frequentemente, decide fazê-lo em silêncio.

Augusto Couto, David Gonçalves, Gonçalo Brás, Rodrigo Marques, 12º CT2

Assédio Sexual

Neste artigo, abordaremos a relação entre educação sexual e assédio sexual, destacando a importância de fornecer informações precisas e relevantes aos jovens para garantir o seu desenvolvimento saudável e seguro.

Atualmente, ainda existem casos de assédio sexual presentes na nossa sociedade, sendo este um assunto muito abordado e falado em todo o mundo. Um dos mitos mais frequentes é que "o assédio só acontece a mulheres e só é perpetrado por homens", no entanto, verificamos que qualquer pessoa, independentemente do seu género ou orientação sexual, pode ser vítima de assédio sexual ou agressor/a.

O assédio é um comportamento abusivo que pode ocorrer em diferentes contextos, como no trabalho, na escola, na internet, na rua, entre muitos outros. Ele pode ser definido como uma conduta persistente, que causa desconforto, constrangimento, medo ou humilhação à vítima. Este é uma forma de violência que pode ter consequências graves para a saúde física e mental da vítima. Por isso, é importante que seja denunciado e combatido em todas as suas formas. As situações de assédio sexual podem afetar as vítimas de diferentes formas, evidentes no stress, ansiedade, humilhação e desespero. Além disso, pode causar ainda uma diminuição da autoestima e confiança e, em casos extremos, origina uma depressão. Acresce ainda que há impactos a nível organizacional, nomeadamente uma diminuição da produtividade, redução da motivação para o trabalho e decréscimo do desempenho profissional.

Com isto, apesar de sabermos, infelizmente, que uma denúncia pode nem sempre resultar e nem sempre a justiça estar a favor da vítima, há que entender que a prática de assédio é um crime e deve-se sempre fazer algo para combatê-la. Para isso, há as linhas de apoio abaixo referidas, que poderão ajudar quem está a sofrer atrozmente com esta situação.

Linha de aconselhamento psicológico do SNS24: 800 24 24 24
Linha de apoio à vítima APAV: 116 006
CIG, Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género: 800 202 148

Alexandre Almeida, Irina Ribeiro, Filipa Barroso, Luís Pereira, 12º CT2

Seminário sobre interculturalidade

Os alunos da turma 12LH3, da Escola Secundária Martins Sarmento, tiveram a oportunidade de assistir a uma palestra com uma das psicólogas da escola, a Dra. Rita Ferreira, na qual foi abordado o tema interculturalidade.

Este seminário está relacionado com a temática, "A aceitação do outro – respeitar a diferença", que tem vindo a ser abordada no âmbito da componente de Cidadania & Desenvolvimento. Esta atividade teve como objetivos promover o respeito pela diferença, refletir acerca das relações e mutações ao longo dos tempos, conviver com exemplos práticos e atuais e contactar com registos de situações desencadeadas por regimes de opressão ou privação da liberdade.

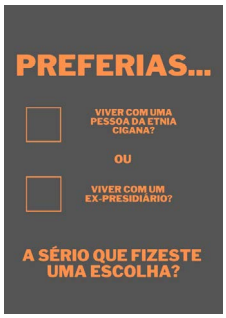
No decorrer da palestra, foram abordados temas como a discriminação racial e de género, xenofobia, violência na criação e educação das crianças e culturas de outros países. Para encerrar o seminário, foram debatidos alguns desses temas entre os alunos da turma e respondidas algumas perguntas sobre as diferentes culturas.

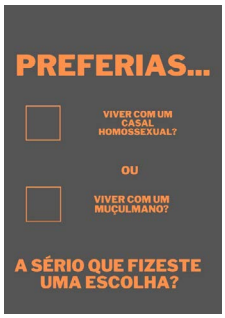
A xenofobia foi o assunto mais abordado no decorrer da palestra, devido à quantidade de casos em Portugal. Estudos afirmam que 75,4% das pessoas imigrantes já foram alvo de algum tipo de discurso de ódio baseado em preconceitos e estereótipos sobre a imigração, em Portugal. Casos de xenofobia para com imigrantes brasileiros têm-se registado em grande escala nas redes sociais e nos serviços públicos.

As acusações de xenofobia contra brasileiros que vivem em Portugal aumentaram 13,5%, em 2021, em relação ao ano anterior. Os dados são do relatório anual de 2021 do CICDR (Comissão para a Igualdade e contra a Discriminação Racial). "No universo das 408 queixas recebidas pela CICDR, em 2021, a expressão que mais se destaca enquanto fundamento na origem da discriminação é a 'nacionalidade brasileira', referida em 109 queixas (26,7%), com uma ligeira preponderância face aos anos anteriores", diz o relatório.

De forma a combater estes comportamentos xenófobos e preconceituosos, o grupo decidiu espalhar pela escola e divulgar, neste jornal, cartazes que proporcionam momentos de reflexão.

Diogo Mendes, Francisco Félix, Rodrigo Dias, Paula Rocha, Rute Fernandes, 12º LH3





Sensibilização para a leitura

"Se isto é um Homem", Primo Levi

Durante a Segunda Guerra Mundial, decorreu o maior genocídio do século XX, em que cerca de seis milhões de judeus foram perseguidos e assassinados através de um programa sistemático de extermínio étnico patrocinado pelo estado nazi. Dos nove milhões de Judeus que residiam na Europa antes do Holocausto, cerca de dois terços foram mortos (mais de um milhão de crianças, dois milhões de mulheres e três milhões de homens judeus).

Primo Levi, um sobrevivente deste período, apresenta-nos uma das mais lúcidas e impressionantes visões dos campos de extermínio nazis. Foi precisamente com base nessa experiência pessoal que escreveu uma obra intitulada "Se isto é um Homem", um best seller da literatura mundial. Neste livro, o autor fala-nos da sua vida no campo, que considera ser "uma gigantesca experiência biológica e social", onde é possível estabelecer o que é adquirido no comportamento do animal-homem perante a luta da vida. Ao ler esta obra, parece-nos evidente, desde logo, que o nosso olhar asséptico, de quem vive em condições confortáveis, sofra um choque ao aperceber-se do modo de vida precário a que milhões de pessoas foram sujeitas.

Apesar de serem conhecidas as imagens do horror, o autor não deixa de nos impressionar brutalmente quando somos confrontados com o seu relato. Podemos evidenciar episódios de humilhação, privação e violência que se convencionou inumana. Página a página é possível assistir à desumanização progressiva e desgaste físico e mental vividos por Primo Levi e os restantes prisioneiros, a bestialidade que conquista, dia após dia, o espaço que se julgava inviolável e pertença do homem. "Destruir o Homem é difícil, quase tanto quanto criá-lo; não foi fácil, não foi rápido, mas os alemães conseguiram-no." O livro é um testemunho escrito, com crueza implacável, sobre a condição humana. Nele, questionam-se os limites que a definem, a natureza que a constitui, os inesgotáveis recursos de que os homens dispõem e que não valorizam em circunstâncias normais.

Primo Levi é dos poucos a resistir às condições de vida do campo de concentração. O tempo máximo rondava os três meses, após o qual os homens sucumbiam à fadiga, à fome e ao frio.

O livro de Primo Levi retrata-nos perfeitamente a violação dos direitos humanos por tudo o que os judeus viveram nos campos de concentração, desde as condições de vida, até à forma como eram tratados, e o quanto é importante respeitarmos estes direitos para a História não se repetir. Esta é uma prova cabal do não respeito pela diferença e da não aceitação do outro que não podemos deixar que se repita em tempo algum.

Ana Almeida, Beatriz Silva, Daniel Ramos, Joana Silva e Ricardo Silva, 12º LH3

"O livro de Primo Levi retrata-nos perfeitamente a violação dos direitos humanos por tudo o que os judeus viveram nos campos de concentração, desde as condições de vida, até à forma como eram tratados, e o quanto é importante respeitarmos estes direitos para a História não se repetir."

10ºCT3: Separação e Reciclagem de Resíduos e da Poupança da Água

Olá!

Somos os alunos do 10ºCT3.

No âmbito do projeto de cidadania, abordamos o tema da Separação e Reciclagem de Resíduos e da Poupança da Água. Para a realização do nosso projeto, começamos por conversar, debater e acabamos por definir o nosso objetivo: sensibilizar os alunos do 1.º ciclo, de algumas escolas da nossa cidade, para a importância destes cuidados com o nosso planeta.

Para concretizarmos o nosso projeto, organizamo-nos em grupos de modo a cada grupo ir a uma escola diferente acompanhado por um dos nossos professores, pensamos e elaboramos algumas atividades sobre a separação de resíduos nos seus devidos ecopontos e uma série de jogos interativos sobre a poupança da água, contactamos os responsáveis das escolas apresentando os nossos projetos e agendamos as nossas intervenções que foram realizadas no dia 20 de abril.

O grupo que foi à Escola EB1, Oliveira do Castelo, concretizou um jogo de tabuleiro que continha perguntas e desafios sobre a poupança da água, para além disso realizou também algumas perguntas de conhecimento geral sobre o tema.

O grupo que foi à Escola EB1, do Alto da Bandeira, realizou jogos didáticos sob a forma de Quizzes que, de uma forma divertida e animada, permitiram trabalhar e transmitir a ideia da importância da poupança da água e da separação de resíduos.

O grupo que se deslocou à Escola EB1, de São Roque, elaborou e dinamizou um jogo competitivo entre grupos, apresentando também um vídeo no qual mostraram, através das potenciais ameaças da poluição da água, porque é que esta é tão importante no equilíbrio e conservação dos ecossistemas terrestres.

Por último, no Infantário Nuno Simões, um grupo preparou e apresentou uma palestra, incluindo perguntas interativas presentes num PowerPoint elucidativo.

Apesar das diferentes atividades relacionadas com a poupança da água, todos os grupos elaboraram a mesma atividade em relação à reciclagem.

A realização do nosso projeto permitiu-nos desenvolver competências de desenvolvimento pessoal e autonomia, informação e comunicação, raciocínio e resolução de problemas, linguagens e textos, sensibilidade estética e artística, bem-estar, saúde e ambiente e relacionamento interpessoal, quer entre nós, quer na comunicação com as crianças com quem tivemos o prazer de trabalhar. E, ao longo de todo o processo, trabalhamos os valores da cidadania e participação na vida da comunidade, o que nos fez crescer enquanto jovens ativos. Nós estivemos no centro do nosso projeto!

A importância desta atividade deve ser sublinhada pois é um tema sensível, muito importante para a sobrevivência da humanidade e cada vez mais preocupante.

Ao divulgar o projeto junto dos mais novos, pretendemos que estes transmitam o conhecimento aos seus familiares e amigos, na esperança de que consigam sensibilizá-los também e melhorar o mundo, o mundo de todos nós

10ºCT3

OPINIÃO

Imagens: Eng. Rui Correira

Coberturas verdes - o futuro na construção em Guimarães?

10º CT1

Nos dias de hoje, cada vez mais se ouve falar de coberturas verdes nos edifícios, mas porquê?

Estas prometem muitos benefícios a nível estético, ambiental e térmico, já que consistem num isolamento vegetal que pode ser colocado no topo de edifícios. Além disso, em zonas de elevada pegada de carbono, reduzem as emissões para a atmosfera, permitindo combater as alterações climáticas. No entanto, a aplicação deste tipo de coberturas podem trazer certos problemas em edifícios, se se não tiver em mente o acréscimo de carga que elas pressupõem.

Guimarães é uma cidade histórica, com edifícios que, tendo sido construídos há muitos anos, não conseguem adotar este tipo de coberturas, devido, como foi referido, ao seu peso considerável. Será fundamental priorizar o estatuto histórico e fazer a instalação destas coberturas em edifícios novos e em edifícios já construídos que tenham a capacidade estrutural para aguentar este tipo de carga.

Existem dois tipos de coberturas - intensivas e extensivas. As primeiras são, por norma, mais espessas, ou seja, a camada de terra é mais alta. Pode sustentar árvores e arbustos e a sua manutenção é idêntica à de um jardim convencional, como se pode ver, por exemplo, no depósito de arquivos da Câmara Municipal da cidade.

As coberturas extensivas, por outro lado, são para plantas de menor porte, como por exemplo, suculentas e rasteiras, como se pode encontrar no Parque de Camões, na Rua da Caldeiroa.

Numa zona urbana densa, a acumulação de estruturas como edifícios e estradas de asfalto, aliada ao calor e poluição causados pelo trânsito e pela indústria, levam à absorção e retenção do calor, o que resulta num aumento da temperatura. Uma vez que Guimarães tem muitas áreas verdes, não se nota tanto o fenómeno da "ilha de calor", contudo, as coberturas verdes, pela transpiração das plantas e da evaporação da água do solo, auxiliam no seu combate e melhoram a qualidade do ar.

Os materiais necessários para a construção de um edifício sustentável têm que ser resistentes para poderem aguentar o peso da terra, da água, das plantas e dos vasos. Para começar, são necessários vasos leves, com terra fertilizada, onde se possam plantar sementes. Os vasos devem ser bons isoladores térmicos para que a raiz não aqueça demais. O método de rega será também um fator a ponderar para a manutenção das plantas a médio ou longo prazo. Será a água da chuva suficiente para a sobrevivência da cobertura verde ou será necessário outro tipo de manutenção? Para permitir que a planta esteja sempre regada, o ideal seria instalar um sistema de rega automático para que a planta se mantenha húmida, sem encharcar.

Para assegurar a longevidade do jardim, deve optar-se apenas por algumas espécies de plantas, evitando misturar espécies com necessidades - água e exposição - diferentes, de modo a não prejudicar a biodiversidade e desenvolvimento saudável do habitat. Esta escolha deve depender ainda da área disponível para o jardim, o tempo disponível para cuidar delas e dos resíduos criados pela queda da folha, além do seu custo global.

As várias vantagens de uma cobertura verde têm efeitos imediatos e a longo prazo. Como exemplo do primeiro, as plantas retêm parcialmente a água da chuva, podendo minimizar o risco de inundações. Nota-se ainda uma maior eficiência energética, no sentido em que a cobertura estabiliza a temperatura da casa: no verão reduz a temperatura e no inverno aumenta-a. Relativamente a efeitos a médio e longo prazo, para além do valor estético acrescentado à habitação, pode-se referir a melhoria da qualidade do ar e a criação de novos habitats para aves e insetos.

Em termos de retorno do investimento, este não é significativo. Aliás, o seu preço elevado dificulta o acesso a este tipo de cobertura por grande parte da população. E mantém-se elevado na manutenção da cobertura - água para regar a terra, da contratação do pessoal necessário para as tarefas de manutenção -, o que pode afetar as finanças dos proprietários e determinar a construção da cobertura. No entanto, trata-se, sobretudo, de uma mudança de paradigma social, com a população a contribuir para a sustentabilidade natural da cidade. Como os exemplos mostrados nas imagens o demonstram, é possível conciliar o conceito histórico com o ecológico, mantendo o valor estético da cidade e adicionando-lhe valor ambiental.

Em suma, face à sua candidatura a Capital Verde Europeia, seria desejável que, em todos os edifícios camarários de Guimarães, cuja estrutura o permita, fosse instalada uma cobertura verde. Além disso, deveriam ser proporcionados apoios financeiros aos proprietários privados, a fim de incentivar a colocação de áreas verdes nos telhados dos seus edifícios.

A Representação Social da Mulher em diferentes culturas

12º LH2

A representação social da mulher em diferentes culturas tem sido um tema de enorme controvérsia, considerando o extenso percurso e respetiva evolução que esta problemática tem vindo a sofrer ao longo de décadas.

Nos últimos séculos, a evolução do papel social das mulheres tem sido significativa. O início do movimento feminista remonta ao século XIX, onde as mulheres começaram a lutar pelos direitos jurídicos iguais aos do Homem, mas só apenas no século XX, durante a 1ª guerra mundial, é que as mulheres finalmente se conseguiram emancipar, aproveitando a ausência dos homens que estavam a combater. Este movimento alterou totalmente o papel social das mulheres na sociedade europeia, contudo, embora esta evolução tenha sido sentida no continente europeu, na maior parte dos outros continentes o mesmo não pode ser dito. Quando, então, comparamos o continente europeu com outros, percebemos um défice no que toca ao papel da mulher na sociedade e à forma como ela é representada.

No continente Sul Americano, a título de exemplo, a Argentina tem vindo a registar cerca de meio milhão de abortos clandestinos, contribuindo para os altos níveis de Mortalidade Materna. Esta situação encontra algum paralelo em outros países da américa latina, designadamente o Brasil e o México, embora o quadro legal destes países tenha vindo a sofrer alterações ao nível da descriminalização do aborto, trazendo consigo uma redução das taxas de mortalidade.

Já no Continente Asiático, mais precisamente na Arábia Saudita, tem sido uma realidade persistente e desafiadora. Por décadas, as mulheres foram submetidas a uma série de restrições legais e sociais que limitavam suas liberdades e oportunidades. Questões como o sistema de tutela masculina, que exigia a permissão de um guardião masculino para realizar atividades básicas, como viajar ou obter um emprego, perpetuam ainda hoje a desigualdade de género. Além disso, restrições em relação à vestimenta, educação e participação política também colocaram as mulheres numa posição desfavorecida na sociedade saudita. No entanto, é importante destacar que, nos últimos anos, houve alguns avanços significativos em relação aos direitos das mulheres, com reformas legislativas e esforços para promover a igualdade de género. Embora ainda haja um longo caminho a percorrer, estes pequenos passos indicam um movimento na direção certa, onde as mulheres sauditas estão cada vez mais empoderadas e determinadas a conquistar o seu espaço e direitos dentro da sociedade.

Exemplo também desta diferença são os países como o Mali, Senegal e Níger, que se localizam no continente Africano, onde a capacidade de tomar decisões sobre o seu corpo é reconhecido a menos de 10% das mulheres africanas, assim como o acesso aos cuidados médicos e aos contracetivos, onde a decisão é apenas e só do seu companheiro. Apesar dos avanços significativos em direção à igualdade de género em muitos países africanos, ainda persistem algumas ideologias que afetam negativamente as mulheres em diversos aspetos das suas vidas. Uma das áreas mais afetadas é a participação política, onde as mulheres continuam sub-representadas nos parlamentos e em posições de liderança. Além disso, as mulheres enfrentam desigualdades no acesso à educação e às oportunidades económicas, resultando em altas taxas de analfabetismo e em menor participação no mercado de trabalho formal em toda a África. A violência de género também é uma preocupação grave, com altos índices de violência doméstica, casamentos precoces e mutilação genital feminina.

Para concluir, é fundamental reconhecer que todas as mulheres merecem igualdade de direitos, oportunidades e respeito, independentemente da sua cultura ou origem. É necessário um diálogo aberto e inclusivo que envolva a participação ativa das mulheres, líderes comunitários, governos e organizações internacionais para desenvolver estratégias eficazes que respeitem e preservem a diversidade cultural, mas também trabalhem para eliminar as barreiras que limitam o potencial e a liberdade das mulheres. Somente através do esforço conjunto de todas as partes interessadas será possível alcançar uma sociedade mais justa, equitativa e inclusiva, onde as mulheres possam desfrutar da igualdade de oportunidades e viver as suas vidas com dignidade e plenitude, independentemente da cultura em que estão inseridas.

(...) É necessário um diálogo aberto e inclusivo que envolva a participação ativa das mulheres, líderes comunitários, governos e organizações internacionais para desenvolver estratégias eficazes que respeitem e preservem a diversidade cultural, mas também trabalhem para eliminar as barreiras que limitam o potencial e a liberdade das mulheres.

OPINIÃO

A solidão dos tempos modernos

Laura Mendes do Vale, 12º LH4

Hoje, mais do que nunca, vivemos sozinhos. Nunca um mundo, onde vivem mais de sete mil milhões de pessoas, pareceu tão solitário.

Nos tempos de outrora, talvez na altura dos nossos avós ou bisavós, a sociedade experienciava um tipo de isolamento diferente. Antes da chegada da televisão, ou até do rádio, as pessoas viviam à parte dos acontecimentos do mundo, completamente isolados num ponto de vista global, mas não estavam sozinhas. Não sabiam o que se passava no país vizinho, o acesso à educação era bem mais escasso e as pessoas eram, por isso, menos instruídas. Contudo, conheciam muito bem a sua realidade, sabendo que era (talvez) tudo o que podiam ter, e isso bastava-lhes. A sua vida era suficiente. As suas conexões com as pessoas à sua volta eram mais intensas, mais reais, tal como as suas experiências, e, por isso, não estavam sozinhas. Atualmente, toda a informação de que precisamos, até ao mais ínfimo detalhe, está à nossa disposição. Dizem que somos a geração mais bem informada, como se isso fosse fundamental para a sociedade, mas, às vezes, parece-me que estaríamos melhor sendo ignorantes. Ter plena consciência da grandiosidade do mundo e do que se passa nele torna-nos obcecados pelo conhecimento. A avalanche atual de informação nova a cada minuto atormenta-nos e isola-nos. Já não somos capazes de criar e manter conexões tão fortes com outras pessoas, pois estas têm acesso à mesma informação que nós, então do que vamos falar? Já não há necessidade de sair da nossa zona de conforto para ir conhecer o mundo se o conseguimos alcançar, sozinhos, através dos nossos ecrãs pessoais. Conhecemos tudo, mas, na verdade, não sabemos nada, porque nunca vivemos. Estamos sozinhos e, assim, ninguém vive.

"(...) O “scroll” diário que cada um de nós faz como forma de entretenimento, só nos deteriora por dentro. A inevitável comparação com a vida das outras pessoas cria em nós expetativas inalcançáveis e a sensação de que nada é suficiente. As experiências dos outros, muitas vezes falsamente vividas e publicadas, formam em nós a necessidade de experienciar tudo, sem exceção, da forma mais intensa possível. Fechamo-nos nessa obsessão, acabando por perder as coisas reais que estão mesmo à nossa frente, vivendo assim com a sensação de insuficiência e solidão, pois nada parece intenso o suficiente para nos satisfazer. "

As redes sociais são o mais recente meio de comunicação e, talvez, o mais isolador. O “scroll” diário que cada um de nós faz como forma de entretenimento, só nos deteriora por dentro. A inevitável comparação com a vida das outras pessoas cria em nós expetativas inalcançáveis e a sensação de que nada é suficiente. As experiências dos outros, muitas vezes falsamente vividas e publicadas, formam em nós a necessidade de experienciar tudo, sem exceção, da forma mais intensa possível. Fechamo-nos nessa obsessão, acabando por perder as coisas reais que estão mesmo à nossa frente, vivendo assim com a sensação de insuficiência e solidão, pois nada parece intenso o suficiente para nos satisfazer. A ganância de querer viver como nas fotos isola-nos. A realidade passa-nos ao lado e a vida corre sempre para, no final, nos apercebermos que estivemos sempre sozinhos.

Concluindo, podemos dizer com toda a certeza que nunca estivemos tão conectados, mas tão distantes uns dos outros. Afinal, a única coisa que nos faz companhia é na nossa solidão, pois todos a sentimos.

OPINIÃO

Obrigada a toda a comunidade educativa

Ana Maria Silva, Diretora da ESMS

"(...) o professor desempenha um papel fulcral na construção de um mundo melhor e dos futuros profissionais que vão fazer parte desse mundo. Mas que trabalho desenvolvemos na ESMS para garantir que trabalhamos para deixar ao mundo as pessoas que ele precisa? pessoas competentes, conscientes, compassivas, comprometidas e criativas, capazes de serem cidadãos do mundo, com um impacto positivo na sociedade?

Com mais um ano letivo chegado ao fim, olhamos para a Escola Secundária Martins Sarmento (ESMS) e refletimos sobre o caminho percorrido. Foi um ano em que diariamente procuramos dar corpo ao pensamento do educador Ivan Welton Fitzwater, Clarence High School, Bangalore, India, "O futuro do mundo está hoje na minha sala de aula, um futuro com potencial para o bem ou para o mal... Vários futuros presidentes estão a aprender comigo hoje; o mesmo acontece com os grandes escritores das próximas décadas e com todas as pessoas ditas comuns que tomarão as decisões numa democracia. Nunca me posso esquecer que esses mesmos jovens podem ser os ladrões e assassinos do futuro. Apenas um professor? Graças a Deus que tenho vocação para a maior profissão de todas! Tenho de estar atento todos os dias, para não perder uma frágil oportunidade de melhorar o amanhã."

De facto, o professor desempenha um papel fulcral na construção de um mundo melhor e dos futuros profissionais que vão fazer parte desse mundo. Mas que trabalho desenvolvemos na ESMS para garantir que trabalhamos para deixar ao mundo as pessoas que ele precisa? pessoas competentes, conscientes, compassivas, comprometidas e criativas, capazes de serem cidadãos do mundo, com um impacto positivo na sociedade?

Ao longo do ano, todos os profissionais da ESMS cultivaram nos seus alunos o gosto pela criação, pela curiosidade e favoreceram a construção de um ambiente favorável à criatividade, permitindo que os alunos aprendessem a definir problemas, a testar hipóteses, a explorar, a questionar, a experimentar, a manipular, a ouvir, a olhar, a sentir... Os projetos que desenvolveram ao longo do ano são o reflexo desse trabalho em que o professor se constitui como orientador e facilitador das aprendizagens que, queremos acreditar, serão para a vida. A Componente Curricular de Cidadania e Desenvolvimento foi o motor para muitas dessas aprendizagens.

E assim preparamos pessoas para melhorar o amanhã

Com o ano letivo a terminar, estivemos já a preparar o próximo, com a exposição "Anne Frank - uma história para hoje". O projeto "Aprender Direitos Humanos: passado e presente", é uma parceria entre a Associação Comunidades que Florescem e a representação portuguesa da Anne Frank House. O projeto tem como objetivo envolver crianças e jovens na cidadania ativa, utilizando a história inspiradora de Anne Frank e o seu Diário como ponto de partida. Acreditamos que esta exposição irá oferecer uma oportunidade única para desafiar o preconceito, ensinar a inclusão e promover a igualdade.

O 3º período, apesar de curto em tempo cronológico, foi rico para os alunos dos Cursos Profissionais. Desde 2017, que todas as turmas do 2º ano dos Cursos Profissionais, e este ano, pela primeira vez, uma turma dos cursos Científico-humanísticos de Ciências Socioeconómicas, participam no programa A EMPRESA da Junior Achievement Portugal, considerado uma best practice pela Comissão Europeia. Ao longo de um ano letivo, e em contexto sala de aula, os alunos são desafiados a criar e a gerir uma miniempresa. O compromisso, o apoio e a motivação dos professores são essenciais para o trabalho que os alunos desenvolvem.

Temos a certeza de que este programa tem um impacto muito positivo não só nas aprendizagens, como no desenvolvimento de competências sociais e comportamentais tão necessárias para o futuro dos nossos jovens. Foi com orgulho que vimos os alunos do 2º ano do Curso Profissional de Técnico Auxiliar de Saúde serem uma das oito miniempresas selecionadas à fase seguinte - a XVI Competição Nacional Empresa -, que decorreu, no dia 31 de maio, no Super Bock Arena, com o patrocínio do Município do Porto. No dia 6 de junho, na VI Mostra de Projetos, foi tempo para os alunos apresentarem na escola todos os trabalhos realizados.

E, mais uma vez, a ESMS tentou fazer com que o futuro do mundo estivesse em toda a escola. A todos, pessoal docente e não docente, alunos e pais, muito obrigada pelo vosso empenho de juntos, levarmos a ESMS mais longe!

In Correio do Minho, 6 de julho de 2023

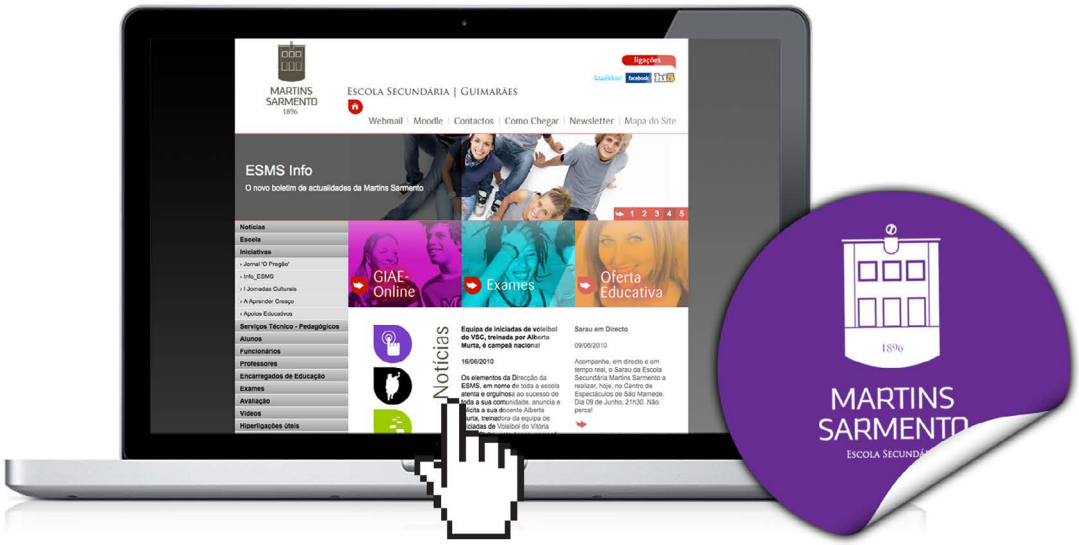
Participa no próximo O Pregão!

Manda o teu artigo para o email:

o.pregao@esmsarmento.pt

Versão digital em:
www.esmsarmento.pt
Versão impressa:
Reprografia da Escola

Oferta formativa, ligações úteis, novidades, notícias, vídeos, fotos, e-mail...



Todas as novidades da tua escola em

www.esmsarmento.pt

Poems inspired by the beat generation poets

Is this the world I want to live in?
Where you are expected to be popular
By wearing a pleasant mask
Slowly dying every time.

It's so funny how people are lonely
Surrounded by massive crowds.
Everything is fine, absolutely fine!

Muscles moving numbly to form a smile
Smile, always smile!
Where did our inner child go?
Well, it's lying next to all the raw
emotions we bury alive everyday.

Some used to say we are far from the shallow.
However, we are all chained to this dysfunctional rhythm,
A rhapsody of emotions that appear to be in me.
Aren't we all filled in emptiness?

Our society is full of anti-heroes,
Who rather disappear
Instead of being saved.
After all, how can you heal when you're still breaking?

Is this the world I want to live in?
Don't worry!
Everything is fine, absolutely fine!

Ana Sofia Meireles, 12CT4
Joana Silva, 12Ct4

A few years ago
I started to feel the pressure
Of living in a society
That does not allow you to be just you

Day by day
The fear becomes dominant
And every night I lie in bed and cry
Knowing that the day that I die
I'll realise that my life was nothing, but an enormous lie

Society made me believe
That failing is bad
But why?
In a perfect world
It would be a sign of a new beginning
But it is not mine

Society put the standards too high
And they don't even realise
That all of those expectations
Are just killing the next generations

Beatriz Garcia, 12CT4
Filipa Massa, 12CT4

Outside it won't stop raining
The tears of the mothers and sons
Inside a puddle lie on the floor
And with it a sea of eyes

When will the sun shine again
When will the ground finally dry
When will we look outside the window
And see what we keep ignoring

Because it is not only one
Or two or three
The homes that are destroyed around the world
Because not only Ukraine is at war

Don't forget the forgotten
Don't avert your eyes from the rain outside
What's near affects more
What's far is still suffering

Because the refugees still look for a home
Because in Africa they still all starve
We must not only look at what's inside
But also care for what's outside

Sara Pinto, 12 CT4

Epopeia da Pedra

Inspirado na obra Memorial do
Convento, de José Saramago

Houve notícia, pedra precisa, e
em Pêro Pinheiro estava.
O rei necessita varanda bonita e
o povo faz-se à estrada.

Um carro foi construído para carregar o calhau,
Dizia quem via que era parecido, uma espécie de nau.

No primeiro dia, passos nem quinhentos,
Era pesado o conjunto de sedimentos.
No segundo dia, a pedra não teve sentimentos,
Francisco Marques atropelado por uns rolamentos.

Entre Pêro Pinheiro e Mafra, oito dias se gastaram,
Sujos e esfarrapados, parecia
que da guerra chegaram.

O povo é o herói coletivo, sacrificado e malnutrido,
Alcança uma dimensão trágica,
um destino não escolhido.

É um povo miserável, simples e trabalhador,
A quem quer tirar do anonimato,
o nosso narrador-autor!

Não pela beleza do corpo, mas pelo esforço
dispendioso, no meio do desconforto!

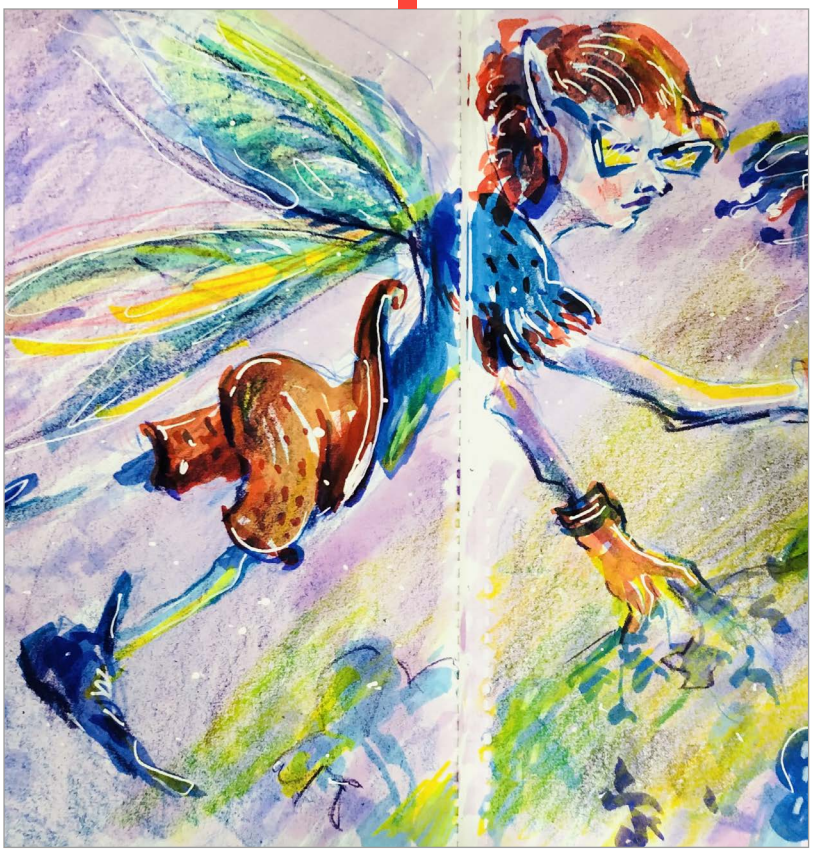
Uma letra a cada um, todos representados,
Alfabeto da amostra, pra todos serem lembrados!

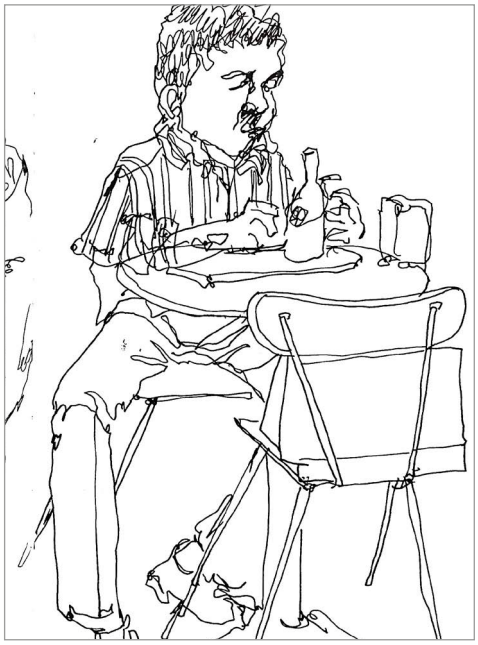
José Rodrigo Gonçalves, 12º LH3

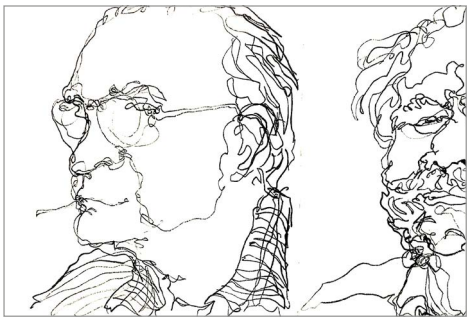
Os Cartoons da Maria

A Maria já vai para o terceiro ano da licenciatura. Está em Lisboa na Faculdade de Belas Artes, escolheu Pintura e não deixou de desenhar. E de colaborar com O Pregão. Para o ano vai entrar no programa Erasmus e pretende continuar os estudos artísticos em Veneza. Enviou-nos alguns desenhos porque "acha que é sempre necessário reforçar a ideia de motivar jovens criativos a valorizarem o seu diário gráfico e aproveitarem-se das suas potencialidades".

Prof.ª Raquel Silva



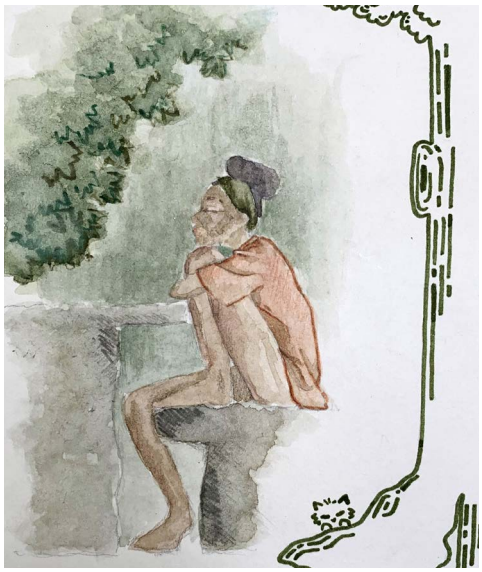


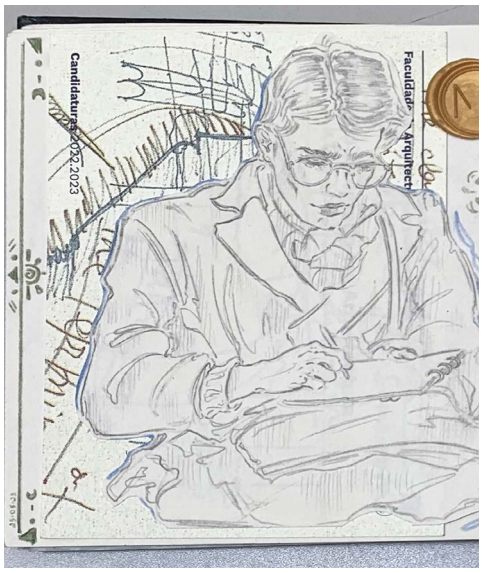


O Diário Gráfico, 11º AV1

Prof.ª Raquel Silva

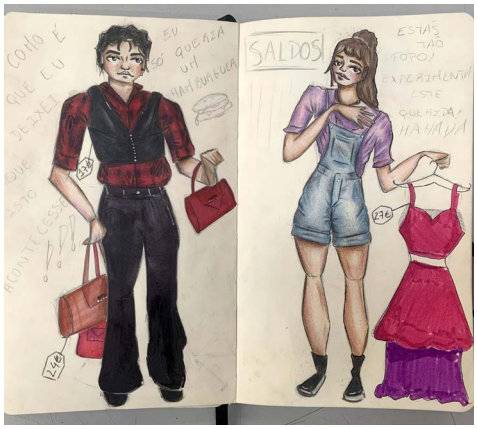
Ana Faria
Catarina Silva
Cláudia Machado





Ana Faria
Ana Faria
Catarina Silva
Catarina Silva

Ana Faria
Ana Faria
Catarina Silva
Catarina Silva



Catarina Silva
Cláudia Machado
Cláudia Machado

Cláudia Machado
Joana Dias
Cláudia Machado

Joana Dias
Joana Dias
Cláudia Machado

Jornal 'O Pregão'
Número: 29
online: issuu.com/opregao
impresso: biblioteca e sala de estudo
Pede uma cópia impressa na reprografia.
Se pretendes ver publicado o teu artigo ou trabalho no jornal da escola, envia-o para o
email: o.pregao@esmsarmento.pt

Equipa de 'O Pregão'
Prof.ª Ana Maria Silva
Prof.ª Fátima Caldas
Prof.ª Joana Silva
Prof. Jorge Faria
Prof. José L. Faria

29

o pregão

Calendário **Escolar**

1.º Período
Início das aulas: 12 a 15 setembro de 2023
Fim das aulas: 15 dezembro de 2023

2.º Período
Início das aulas: 3 de janeiro de 2024
Fim das aulas: 22 de março de 2024

3.º Período
Início das aulas: 8 de abril de 2024

Fim das aulas: 4 junho 2024 (9.º, 11.º e 12.º anos)

Pausas letivas
Natal (duas semanas), Páscoa (duas semanas), Carnaval (três dias) e verão (três meses).

Datas das férias para o ano letivo 2023-2024:

Natal: 18 de dezembro de 2023 a 2 de janeiro de 2024

Carnaval: 12 a 14 de fevereiro de 2024

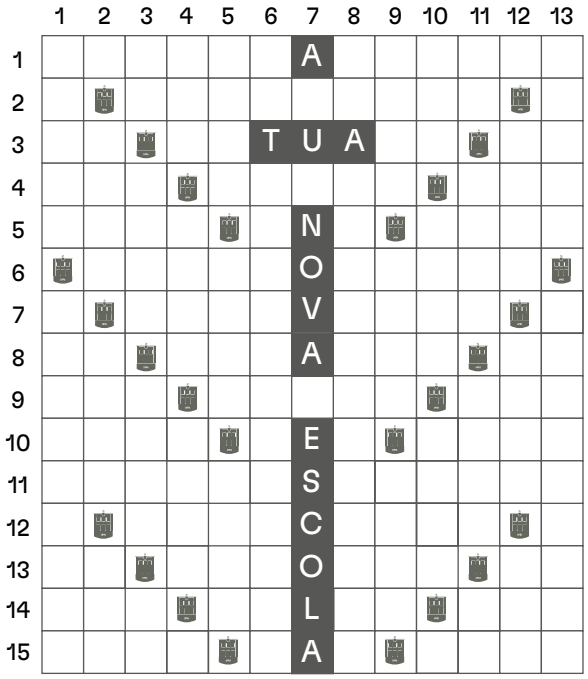
Páscoa: 25 de março de 2024 a 5 de abril de 2024

Verão: 5 de junho de 2024 (9.º, 11.º e 12.º anos)

MARTINS SARMENTO
Escola Secundária

Palavras Cruzadas 29 Prof. António Costa

Soluções na página: **15**



H

1 Instrumento de desenho rigoroso usado em Geometria Descritiva; que supõe a ausência de toda a obrigação moral.
2 Que é dirigido a área bem definida e circunscrita.
3 Aparência; madrasta; contração de preposição a e artigo definido o; "Interesses Minoritários".
4 "Denominação de Origem Controlada"; guardar na memória; suplica.
5 Assentimento; saltar, uma cavalgadura, arqueando o dorso.
6 Grita contra; assumir uma postura imóvel para servir de modelo a pintor, escultor, etc.
7 Esvaziar; épocas históricas.
8 Contração de preposição a e artigo definido o; unidade de medida de superfície, de símbolo a, equivalente a cem metros quadrados; tomba; neste lugar.
9 Irmã do pai ou da mãe; desmoronar-se; passeavam.
10 "Associação Transfronteiriça de Municípios Lago Alqueva"; cozinha no forno.
11 Conseguir de forma rápida e furtiva; folgar um cabo para que deslize suavemente (Náutica).
12 Argumento; seguiria.
13 Pronome pessoal que designa a segunda pessoa do singular; caminhavam; fecha parcialmente as asas, a ave, para descer mais depressa; antiga coligação política.
14 Parte lateral do avião; letra grega, usada em Matemática e em Geometria Descritiva; tântalo (s.q.); carlinga do navio.
15 Parte superficial da terra que se pode cultivar ou onde podem crescer plantas; cursos de água natural.

V

1 Terra lavrada; queda de água de um rio ou lago que se precipita de grande altura (pl.).
2 Capital italiana; raiz quadrada de sessenta e quatro; emprego.
3 "Instituto do Consumidor"; pedaço de tronco cortado transversalmente; lição alumínio (s.q.).
4 Consentimento; parte posterior e superior do pescoço, sobre a vértebra chamada atlas; inaugurei.
5 Após; estaciona; gostar muito.
6 Alternativa; toráramos amarelo.
8 Prata (s.q.); que ou quem se especializou em determinada área do saber ou sabe muito sobre determinada coisa.
9 Gemer; discursar; peça musical para uma só voz, dotada de unidade própria apesar de pertencer a uma composição maior.
10 Vazio; utilizai; nome de um continente.
11 Letra grega; balandraus; fatia fina de fígado, temperada e frita, servida com molho de cebola; letra grega.
12 Enfurecer; habitação; precetor de príncipe.
13 Aperfeiçoar; companheiros de escola.

A tua escola no **Instagram**:
www.instagram.com/esmsarmento/pt