

# ecos



da **via-sacra**

COLÉGIO DA VIA-SACRA

Ano CVII N.º 1 MARÇO 2015

Preço: 1 Mocho





A justiça é escrita pelos nossos atos.

*Maria Martins dos Santos, 8.º A*

Ser justo é equilibrar o mundo na palma da mão.

*Rita Oliveira, 8.º B*

Sou justo quando faço da verdade o arco-íris que rasga o céu.

*Ana Rita Domingues, 9.º A*

## AGENDA DE ATIVIDADES

### 17 de março

Abertura da exposição

“Quem salva uma vida salva o mundo inteiro”

### 20 de março

08h30 – Provas de Cultura Geral (2.º e 3.º Ciclos)

09h00 – Atividades na sala de aula (1.º Ciclo)

10h45 – Eucaristia

14h15 – “Jogos Sem Fronteiras”



## CRECHE E JARDIM DE INFÂNCIA

Inscrições em curso

“Cada um viva e construa um mundo justo”



3	EDITORIAL
4	NOTÍCIAS
10	REPÓRTER MOCHO
12	UM OLHAR SOBRE...
13	MERGULHAR NOS LIVROS
14	FAMOSOS & TALENTOSOS
16	ENTREVISTA COM...
18	ESPAÇO PARA A ESCRITA
27	TELAS E PAUTAS
28	HORA DO RECREIO
29	AGORA FALAM OS PAIS
30	ECHOS DO PASSADO
31	CIÊNCIA DIVERTIDA

Ano CVII - N.º 1 / março 2015

Periodicidade: Trimestral

Capa: Alunos do Colégio

Diretor: Cónego António Jorge dos Santos Almeida

Coordenação: Prof.ª Patrícia Bárbara

Diretor de Redação: Prof. Rui Abel Pereira

Direção Gráfica: Prof.ª Carla Pinto

Responsável do Clube de Jornalismo:

Prof.ª Margarida Costa

Clube de Jornalismo:

Ana Paiva, Sofia Rodrigues, 5.º A;

Margarida Antunes, 5.º C;

João Vidal, 6.º A;

Ana Nunes, Beatriz Rodrigues, Inês Figueiredo,

Lara Videira, Sofia Duarte, 6.º C;

Tomás Almeida, 7.º A;

Beatriz Caloba, Leonor Ferreira, 8.º A;

Maria Coronha, 8.º C.

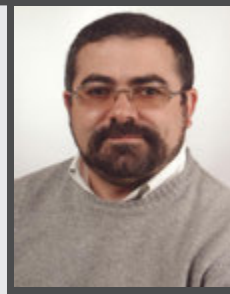
Impressão:

Novelgráfica

Rua Capitão Salomão, 121-122

3510-106 Viseu

Tiragem: 800 exemplares



## O caminho... nunca o faremos sós!

A “Festa dos Tabernáculos” ou “das Tendas” é o que inspira o tema e o cenário da nossa festa de Páscoa e das celebrações penitenciais que a antecedem. Era, inicialmente, uma festa agrícola que marcava o fim das colheitas. Pretendia agradecer os frutos das colheitas. O Povo de Deus armava tendas e ali permanecia. Essas tendas passaram a significar as habitações dos israelitas na passagem pelo deserto. Enquanto abrigo temporário, lembravam a fragilidade do povo peregrino por esse deserto. Jesus, a Palavra de Deus, habitou no meio de nós (Jo 1, 14), afirmando-Se como o Tabernáculo seguro para os homens que anseiam por uma vida nova, que é Ele mesmo. Reconhecer em Cristo ressuscitado a presença de Deus é uma bênção que nos permite ultrapassar o deserto para chegarmos à “Terra da Promessa”, que é a felicidade a que todos aspiramos.

O Papa Francisco tem-nos convidado a um novo nomadismo eclesial, referindo-se à Igreja como uma comunidade “em saída”, sugerindo a imagem especial de Igreja como “hospital de campanha no meio de uma batalha”. Sim! Vamos precisar de “tendas” e de “mochilas” que nos ajudem a diminuir cada vez mais o que temos ao estritamente necessário, para podermos (pre)ocupar-nos com o objetivo para o qual estamos a ser formados: cuidar dos outros na sociedade onde todos habitamos.

D. Ilídio Leandro, com a proximidade da conclusão do Sínodo da Diocese de Viseu, está a preparar a “gramática” que determinará o nosso viver de cristãos nesta Igreja que está em Viseu nos próximos dez anos. Está a germinar um projeto de Igreja diocesana que vai necessitar do envolvimento de todos, dos mais novinhos (que iremos, brevemente, acolher no nosso projeto educativo) aos mais responsáveis (que cuidam da nossa educação), e do nosso desenvolvimento humano, espiritual e intelectual. A saída (eclesial, vocacional, profissional...) dependerá de cada um de nós, estando, claro, acompanhados pelo Espírito de Jesus Cristo ressuscitado. Alegres e “a postos”?

Cón. António Jorge Almeida

## Um dia dedicado à Astronomia

No dia 12 de dezembro, os alunos dos 3.º e 7.º Anos visitaram um planetário portátil.

Aí foi projetado o céu noturno e diurno e os alunos puderam saber mais sobre o Universo e a sua constituição. Como resultado, ficou o encantamento e o desejo de saber.

Eis algumas das reações dos alunos:

“Quando fui ao planetário, gostei de conhecer as constelações que existem e de saber que a Estrela Polar é uma estrela muito importante. Agora de noite procuro-a sempre.”

*Tiago Botelho, 3.º A*

“Foi uma maneira muito divertida de aprendermos e, ao mesmo tempo, aproxima-nos mais da realidade.”

*Maria Oliveira, 3.º B*

“A sala Luther King foi o passaporte para outra dimensão. Afinal, o céu que todos nós contemplamos é muito mais complexo do que aquilo que todos nós pensávamos.”

*Margarida Esteves, 7.º A*



“Foi estranho, era um mundo diferente, era como se estivesse a observar o Universo numa noite estrelada.”

*Rita Lopes, 7.º B*

“Pude constatar que estudar Astronomia é sentirmo-nos infinitamente pequenos perante um Universo infinitamente grande.”

*Joana Caetano, 7.º C*



## Concurso de presépios

Os alunos dos 2.º e 3.º Ciclos foram convidados pelo grupo de EVT a participar num concurso de presépios. O número de participantes foi surpreendente bem como a qualidade dos trabalhos apresentados, numa grande variedade de materiais utilizados.

Os vencedores do concurso foram, no 2.º Ciclo, as alunas Carlota Nogueira e Rita Caetano, do 5.º B, e, no 3.º ciclo, a aluna Joana Caetano, do 7.º C.

# NOTÍCIAS

## Festa de Natal 2014

No dia 16 de dezembro, decorreu a Festa de Natal do nosso Colégio. As atividades tiveram início na sala de aula, onde as turmas refletiram sobre o verdadeiro significado do Natal. Na segunda parte da manhã, celebrou-se a Eucaristia.

Após uma refeição natalícia, realizou-se a Festa de Natal, que contou com a participação de muitas turmas. As atuações foram muito variadas e animaram esta tarde, que assinalava também o final do 1.º período.

O Clube de Jornalismo foi falar com alguns alunos, que deram a sua opinião sobre este dia.

“É uma época muito bonita e podemos partilhar o nosso talento na festa.”

*Vanessa Soares, 6.º D*

“É um dia diferente dos outros e eu gosto do Natal.”

*Matilde Ramalho, 9.º C*



## Alunos do 9.º Ano visitam Teatro Viriato

No âmbito da disciplina de Português, as turmas do 9.º Ano tiveram a oportunidade de visitar um dos mais conceituados teatros do país, o Teatro Viriato. Foi uma visita educativa, na qual os alunos puderam enriquecer os seus conhecimentos acerca do local e das pessoas que aí desenvolvem a sua atividade.

*Ana Carolina Marques, Beatriz Dias e Luana Melo, 9.º C*

## Turmas do 8.º Ano visitam Museu Grão Vasco



No final do 1.º período e início do 2.º, as turmas do 8.º Ano visitaram o Museu Grão Vasco, um dos históricos lugares que caracterizam a cidade de Viseu. Esta visita realizou-se no âmbito de conteúdos lecionados na disciplina de História, mais concretamente sobre o Renascimento, aproveitando o facto de, em Viseu, ter existido um importante pintor renascentista, Grão Vasco, cujo nome foi atribuído ao museu da nossa querida cidade.

Dentro do museu, fomos acompanhados por uma guia muito simpática, que nos explicou a história do edifício, a vida de Vasco Fernandes (conhecido como Grão Vasco) e os segredos das suas obras, nomeadamente, do “Retábulo da Sé” e de “São Pedro”.

Foi uma visita muito enriquecedora, que nos permitiu apreciar estas obras e compreender melhor as características do Renascimento.

*António Alves e Beatriz Marques, 8.º A*

## Palestra “Bem comer para bem crescer”

A alimentação é um dos vários fatores que influenciam o crescimento e a saúde das crianças. O comportamento dos pais, através da seleção e preparação dos alimentos, contribui para a aquisição de hábitos alimentares por parte dos filhos. Não esquecendo que o adulto é o modelo, cabe à família a responsabilidade de ajudar a criança a adquirir hábitos alimentares saudáveis.

De forma a consciencializar e envolver as famílias neste processo, decorreu no passado dia 28 de janeiro, na Biblioteca do Colégio, a palestra “Bem comer para bem crescer”, organizada pelo Projeto de Educação para a Saúde. Estiveram connosco, da equipa da consulta de pediatria do Centro Hospitalar Tondela-Viseu, dois médicos (Dr.ª Elisabete Santos e Dr. Francisco Ruas) e uma nutricionista (Dr.ª Alexandra Pereira).

Os oradores, com muita clareza e dinamismo, refletiram com os presentes sobre o que, quando, quanto e como comer.



*Equipa do Projeto de Educação para a Saúde*

## “La Chandeleur”

Tradicionalmente, em França, a 2 de fevereiro, comemora-se a “Chandeleur”, também conhecida por “Fête des Chandelles” (Festa das Candeias), a qual, como o nome indica, está ligada à luz. Neste dia, é costume convidarem-se amigos e familiares para comerem crepes recheados com açúcar ou canela ou, para os mais gulosos, chocolate ou compotas.

No nosso Colégio, assinalámos esta festividade no dia 12 de fevereiro. No intervalo da manhã, os alunos correram até ao Pavilhão, onde puderam adquirir os tão ansiados crepes, deliciando-se com o recheio de chocolate ou doce de morango.



*Grupo de Francês*

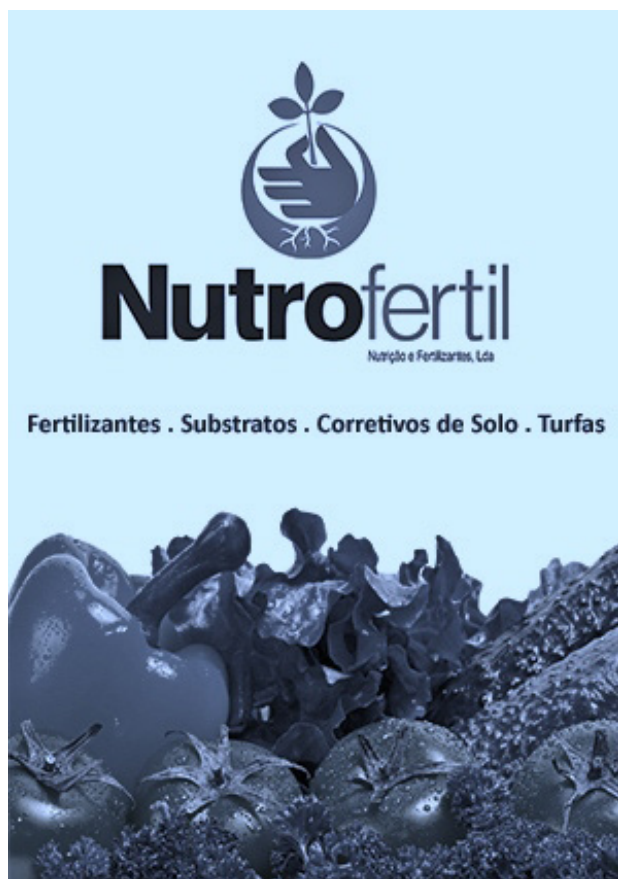
## Alunos refletem sobre o “Bullying”

No âmbito da disciplina de Formação Cívica, os alunos do 7.º C realizaram uma dramatização sobre a temática “Bullying”. Nela, retratava-se a vida de um jovem, o Lucas, cujo desempenho escolar descia cada vez mais devido ao sofrimento que sentia por ser vítima de “bullying”.

Elias, um aluno mais velho, que frequentava a mesma escola que Lucas, era a fonte de todo o seu sofrimento. Ele e Xavier faziam a “vida negra” aos alunos mais novos, com violência e insultos. Até que um dia Lucas quis pôr fim ao seu sofrimento e à vida de quem o provocava...

A história de Lucas ensina-nos algo muito importante: tão grave é agir contra os outros, desrespeitando-os, como “pagar com a mesma moeda”.

*Beatriz Caseiro, 7.º C*



## Olimpíadas Portuguesas de Matemática

Realizada a primeira eliminatória das XXXIII Olimpíadas Portuguesas de Matemática, foram divulgados os nomes dos alunos que mais se distinguiram nos vários escalões. Na categoria Pré-Olimpíadas, os resultados finais foram os seguintes: 1.º lugar - José Santos (5.º C); 2.º lugar - Theodosios Marques (5.º B); 3.º lugar - Sofia Dias (5.º A).

Em função dos resultados obtidos nesta prova, os alunos João Esteves (6.º C), Rita Oliveira (8.º B) e Paulo Costa (9.º A) estiveram presentes, no passado dia 14 de janeiro, na segunda eliminatória, que teve lugar na Escola Secundária Alves Martins, aguardando-se a divulgação dos resultados.



*Grupo de Matemática*



## Carnaval 2015

Na tarde do dia 13 de fevereiro, fizemos a nossa festa de Carnaval. Houve atividades para todos os gostos: um concurso de máscaras, jogos de palavras, aulas de samba e de zumba. Todos se divertiram à sua maneira!

Seguiu-se o tradicional desfile de Carnaval para todos os que se quiseram mascarar a rigor. Este ano até tivemos o rei e a rainha do Carnaval do Colégio da Via-Sacra!

Por último, não podia faltar o aguerrido confronto de futsal entre professores e alunos.

“Adorei! Foi o melhor Carnaval de sempre!”, disse Ismael Santos, aluno do 7.º A.

*Clube de Jornalismo*



# NOTÍCIAS NOTÍCIAS



## Turmas do 5.º Ano visitam a Biblioteca Municipal D. Miguel da Silva

Na última semana de fevereiro, as turmas do 5.º Ano do Colégio fizeram uma visita à Biblioteca Municipal D. Miguel da Silva, em Viseu, com o objetivo de ficar a saber como funciona.

Ficámos a conhecer diferentes tipos de livros (alguns enormes, outros minúsculos) e também outros meios de informação e formação. Pudemos até tocar e folhear no Foral de Viseu, concedido por D. Manuel à cidade.

Esta visita foi importante porque, quando voltarmos a visitar esta biblioteca, já saberemos como procurar e requisitar o que desejamos.

5.º C

## X Assembleia Municipal Infantil de Viseu

No dia 25 de fevereiro, os “deputados” das turmas do 4.º Ano foram ao Solar dos Peixotos representar as respetivas turmas e apresentar um trabalho sobre o Património Histórico Ambiental e Cultural. As nossas turmas escolheram o Património Cultural Imaterial, nomeadamente as músicas e danças de Viseu.

Quando chegámos, observámos os fantásticos cartazes que as turmas do 4.º Ano de outras escolas fizeram. Infelizmente, nós não ganhámos.

Todas as escolas apresentaram o seu projeto, as suas críticas e os seus elogios. Também demos sugestões para melhorar Viseu. Sentimo-nos uns verdadeiros deputados! Acreditamos ter feito um bom trabalho.

Chegou depois o Dr. Almeida Henriques, que ouviu as propostas dos “deputados” para melhorar as escolas e os bens públicos.

À saída, deram-nos uma mochila com o símbolo do Município de Viseu e um bloco com a imagem do cartaz vencedor ou do que ficou em segundo lugar.

Foi um dia maravilhoso como deputados!

*Francisca Marques, João Figueiredo e Mafalda Cunha, 4.º B*



## Exposição de homenagem a Aristides de Sousa Mendes

“Os homens são do tamanho dos valores que defendem”. Aristides de Sousa Mendes foi, talvez por isso, um dos poucos heróis nacionais do século XX e o maior símbolo português saído da II Guerra Mundial. Em 1940, quando era cônsul em Bordéus, protagonizou o que podemos considerar uma “desobediência justa”: não acatou a proibição de Salazar de se passarem vistos a refugiados. Transgrediu e passou trinta mil, sobretudo a judeus. Foi considerado um herói por ter salvado estas vidas.

O seu gesto, para além de afetar os seus filhos, que se viram obrigados a emigrar, valeu-lhe a instauração de um processo disciplinar, que, na prática, teve como resultado final a expulsão da carreira diplomática.

Assim, tendo em conta as comemorações do 70.º aniversário da libertação do campo de concentração de Auschwitz, o grupo de História e Geografia vai realizar, no final deste período, uma exposição que pretende homenagear um dos heróis nacionais do século XX. Terá por título “Quem salva uma vida salva o mundo inteiro”.



## BILHETE DE IDENTIDADE

NOME: Maria José Lemos Andrade Fernandes

PROFISSÃO: Auxiliar da ação educativa

Desta vez, o Repórter Mocho procurou saber mais sobre o outro lado da simpática D. Maria José, que todos os dias acarinha os alunos do 1.º Ciclo. Aqui fica a nossa conversa...

**Repórter Mocho** - Há quanto tempo trabalha no Colégio?

**D. Maria José** - Trabalho neste Colégio desde que abriu o 1.º Ciclo, ou seja, há quatro anos.

**Repórter Mocho** - Antes de ser funcionária aqui, teve alguma outra profissão ou ocupação?

**D. Maria José** - Sim. O meu primeiro trabalho foi como secretária num escritório de advogados em Lisboa. Depois vim para Viseu, onde trabalhei com estudantes do 10.º Ano até à Universidade, no Lar do Sagrado Coração de Maria.

**Repórter Mocho** - Como é receber os novos alunos no início de cada ano?

**D. Maria José** - Cria-se uma grande expectativa em conhecê-los, integrá-los no seu novo ambiente, uma vez que é connosco que vão passar a maior parte do tempo.

**Repórter Mocho** - E o que sente quando vê os antigos alunos?

**D. Maria José** - Orgulho, por ver que as bases e valores que o Colégio lhes está a incutir os tornam pessoas melhores.

**Repórter Mocho** - Houve algum episódio que a tenha marcado aqui no Colégio?

**D. Maria José** - Sim, vários. Mas destaco o de uma criança que chegou a este Colégio com notórias dificuldades a vários níveis e que, com o apoio de todos os professores, auxiliares e colegas, conseguiu ultrapassar bastantes obstáculos.



Repórter Mocho - Tem alguma atividade de que goste, mas que não tem tempo para realizar?  
D. Maria José - Se tivesse mais tempo, gostaria de me dedicar à pintura.

Repórter Mocho - O que costuma fazer nos seus tempos livres?  
D. Maria José - Ler e fazer croché.

Repórter Mocho - Gosta de cozinhar? Quais são os seus pratos favoritos?  
D. Maria José - Sim. Gosto de vários, mas destaco o bacalhau espiritual e o bife de café.

Repórter Mocho - Tem filhos?  
D. Maria José - Tenho um. Está em Lisboa a trabalhar, tem a vida dele. Por isso, hoje em dia, não passamos muito tempo juntos.

Repórter Mocho - Gostaria de deixar alguma mensagem aos alunos?  
D. Maria José - Saibam viver a vida e sejam felizes!

Livro: *A Fórmula de Deus*, de José Rodrigues dos Santos  
Filme: *África Minha*, de Sydney Pollack  
Grupo musical: Madredeus  
Animal: Cavalo

Flor: Jarro  
Número: 12  
Bebida: Água



## Ser Delegado de Turma: um olhar sobre... a responsabilidade

Para ser delegado de turma, tem de se ter várias características fundamentais. A mais importante, na minha opinião, é a responsabilidade. Sem ela, eu não participaria em importantes reuniões, não me lembraria dos meus deveres enquanto delegado e seria muito difícil representar a turma.

Há um aspeto que me tem marcado, que é simplesmente “servir” e representar a turma sempre o melhor possível, pois eu não a devo liderar, mas sim representá-la. Não basta ser eleito, tenho que permanentemente dar provas de que sou responsável.

Antes de ser delegado de turma, o que importava era a televisão e o *tablet*, mas, quando fui eleito, mudei, pois passei a ter de dar o exemplo, a ter de dedicar tempo ao facto de ser delegado.

Na minha opinião, toda a gente devia sentir a responsabilidade de ser delegado de turma.

*Rui Silva, 5.º C*

Ser delegado de turma é uma tarefa difícil; porém, é também uma honra. O encorajamento, a confiança e a esperança são alguns dos aspetos necessários para a turma ganhar força e união. Esta é uma das nossas grandes responsabilidades.

Uma turma não é apenas um conjunto de colegas, é uma segunda família com quem passamos momentos bons, mas também fases más da vida.

Assim, como delegada de turma, um dos objetivos é manter esta família unida e ajudá-la a ir mais longe.

*Maria Manuel Campos, 7.º A*

Ser delegado de turma muda a nossa vida. De um momento para o outro, temos de participar em reuniões e de representar os restantes colegas. O mais difícil, por vezes, é apresentar ideias com as quais não concordamos.

Temos que zelar pelo interesse da turma e não pelo nosso. Não podemos ser subjetivos, temos que ser como um juiz, imparciais.

Embora ser responsável seja uma obrigação de todos os alunos, nesta função temos uma responsabilidade acrescida: temos de dar o exemplo e mostrar pelas nossas ações que merecemos a confiança da turma e que esta não cometeu um erro ao eleger-nos.

Ser delegado de turma ajuda-nos ainda a saber lidar com o nervosismo, a organizar, defender e apresentar opiniões, a ser menos egoístas, a colocar os outros em primeiro lugar porque, afinal, somos o representante de muitos alunos, que depositaram a sua confiança em nós.

*Beatriz Marques, 8.º A*

Ser delegado de turma é simultaneamente uma grande responsabilidade e uma grande satisfação. É-nos depositada a confiança de que seremos um exemplo a seguir, um líder de turma. Contudo, com o cargo de delegado, temos de ter grande disponibilidade e vontade para a realização das tarefas às quais nos propomos, uma vez que representamos os nossos colegas.

É com muito orgulho e determinação que todos os delegados de turma devem representar a sua função. Pelo menos, é nisto que acredito.

*Clarisse Campos, 9.º B*

Um delegado de turma sente a responsabilidade da confiança que uma turma em si coloca. Esse elemento tem o dever e a obrigação de representar os restantes colegas no âmbito escolar, assim como em algumas tarefas para as quais é solicitado, como as reuniões de Conselho de Delegados de Turma ou de Conselho de Turma. O delegado de turma deve esforçar-se por ser um bom exemplo.

*Mariana Coelho, 9.º C*

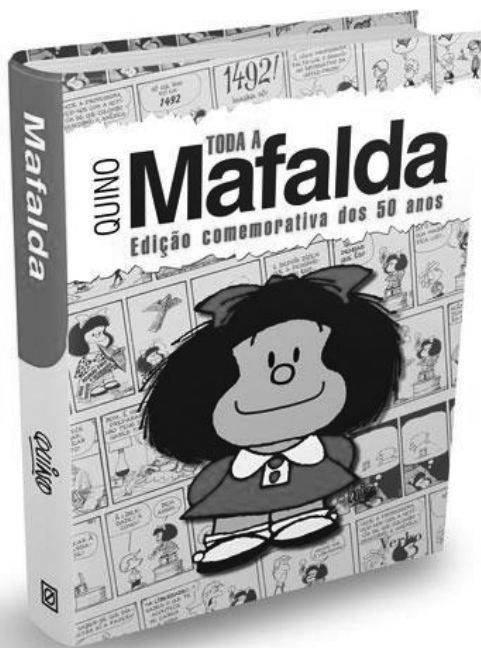
# MERGULHAR NOS LIVROS

## *Meu Pé de Laranja Lima,* de José Mauro de Vasconcelos

*Meu Pé de Laranja Lima* retrata a triste e comovente história de um menino chamado Zezé, pobre, inteligente, travesso e bastante sensível, que sonha ser um “sábio poeta”. Para compensar a falta de afeto e carinho, que não encontra na família, refugia-se num mundo imaginário com o seu confidente, um pé de laranja lima, com quem partilha as suas mágoas, tristezas e também algumas alegrias. Porém, a mais bela, pura e verdadeira amizade, Zezé descobre-a num adulto solitário, Manuel Valadares, a quem ele chama carinhosamente de Portuga. Este dá a Zezé a ternura, o carinho e a compreensão que ele tanto procurava. No entanto, a história de Zezé é recheada de ironia... Quando, finalmente, tudo parece correr bem, o seu mundo “desmorona-se” ao descobrir o significado da dor da perda e da saudade.

Para quem aprecia histórias simples, com palavras simples, mas repletas de significado, este é, sem dúvida, um livro a descobrir.

*Prof.ª Natália Cabral*



## *Toda a Mafalda,* de Quino

Esta edição assinala os 50 anos da criação de uma das mais divertidas personagens de banda desenhada. Neste livro podemos encontrar, tira após tira, muita comédia e uma grande animação.

A Mafalda é uma criança que não gosta de sopa, odeia guerra, armas e o James Bond.

Aconselho todos a lerem este livro porque, embora seja uma criança, a Mafalda vê o mundo de uma forma adulta, provocando, assim muita diversão.

*Maria Leonor Gama, 5.º C*

# FAMOSOS & TALENTOSOS



## Guilherme Marques

**G**uilherme Afonso Santos Coimbra Marques frequenta a turma B do 9.º Ano e joga basquetebol desde os treze anos.

*“Fui eu próprio que decidi começar a treinar esta modalidade, pois, inicialmente, queria praticar um desporto de que gostasse e estava indeciso entre o voleibol e o basquetebol. Como surgiu a oportunidade neste último, aproveitei e adorei!*

*Atualmente, jogo no Gumirães e, em conjunto com a minha equipa, já ganhei pequenos prémios em torneios distritais e regionais. Dedico-me totalmente a este desporto para vir a ser o melhor possível.*

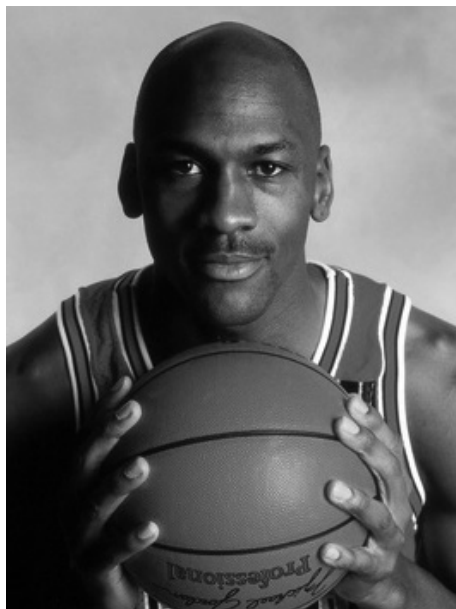
*A minha equipa favorita é a dos Chicago Bulls e os meus jogadores de eleição são o Kobe Bryant e o Michael Jordan.”*

## Michael Jordan

**M**ichael Jeffrey Jordan nasceu a 17 de fevereiro de 1963, em Brooklyn, Nova Iorque, nos Estados Unidos da América. Este antigo basquetebolista é considerado pela maioria dos especialistas como o melhor jogador de basquetebol de todos os tempos.

Estudou na Universidade da Carolina do Norte, tornando-se, mais tarde, jogador dos *Chicago Bulls* e estrela da NBA. Ficou conhecido pela sua extraordinária capacidade de pontuar, ganhando os apelidos de *Air Jordan* e *His Airness*. Os seus fãs veem em Jordan uma combinação única de velocidade, raça, força, talento, habilidade e um forte instinto competitivo. Venceu o seu primeiro título da NBA em 1991, seguido de mais dois em 1992 e 1993.

Atualmente, Michael Jordan continua ligado ao basquetebol, sendo dono dos *Charlotte Bobcats*, uma equipa da NBA.



## Mariana Coelho

Mariana de Sousa Jesus Lopes Coelho é aluna do 9.º C e pratica ténis desde os doze anos de idade.

*“Por vezes, via os meus pais a jogarem ténis. Um dia, decidi experimentar e gostei tanto que continuei. Fui eu que tomei a iniciativa de pedir aos meus pais, visto que eles já me tinham influenciado um pouco. Atualmente, jogo no Complexo Desportivo Príncipe Perfeito (Cabanões), onde treino duas vezes por semana. Sinto que estou a fazer algo de que gosto. Cada treino é como uma lição para a vida, onde aprendo sempre mais. Aliás, penso que os jogos são como testes: se treinei e se estiver concentrada, sei que vou conseguir um bom resultado. Ainda não tive a oportunidade de ganhar um prémio, mas continuo a trabalhar para alcançar esse objetivo.*

*Quando crescer, quero continuar a treinar e gostaria de exercer uma profissão relacionada com a saúde.”*



## Serena Williams

Serena Jameka Ross Evelyn Williams nasceu em 1981 no Michigan, nos Estados Unidos da América. Tal como uma das suas irmãs, Venus Williams, começou a praticar ténis com quatro anos de idade. Atualmente, reside com a sua irmã Venus em Palm Beach Gardens, na Florida.

Ao longo da sua carreira, Serena Williams ganhou quatro títulos Grand Slam seguidos: Roland-Garros (2002), Wimbledon (2002), Open dos Estados Unidos (2002) e Open da Austrália (2003). Mas os feitos da tenista não pararam por aí, pois venceu mais dezasseis torneios do Grand Slam, para além de ter conquistado medalhas de ouro, em duplas, nos Jogos Olímpicos de Sydney (2000), de Pequim (2008), de Londres (2012) e a medalha de ouro em Londres (2012), em singulares.

Serena Williams é atualmente a número um do ranking da WTA (Associação Feminina de Ténis), tendo recentemente vencido o Open da Austrália (janeiro de 2015).



Nascido em Setúbal, em 1957, Eugénio José da Cruz Fonseca é o atual presidente da Cáritas Portuguesa. Professor, licenciado em Ciências Religiosas pela Faculdade de Teologia da Universidade Católica Portuguesa, foi nomeado, em 2014, vogal do Conselho das Ordens Nacionais e do Conselho das Ordens de Mérito Civil.

#### **Ecos da Via-Sacra - O que é a Cáritas?**

**Eugénio Fonseca** - A Cáritas Portuguesa é a união das vinte Cáritas Diocesanas de Portugal e um serviço oficial da Conferência Episcopal Portuguesa, supervisionado pela Comissão Episcopal da Pastoral Social e Mobilidade Humana (CEPSMH). A rede Cáritas é constituída, em Portugal, além das Cáritas Diocesanas, por inúmeros grupos locais que atuam em proximidade, nas paróquias e nas comunidades. Este trabalho de proximidade é uma característica desta instituição e dá-lhe a capacidade de ter olhos e ouvidos em todo o território nacional.

Com a colaboração de profissionais, que são a âncora de um conjunto alargado de voluntários, a Cáritas pode articular a sua resposta às mais variadas necessidades dos muitos que a procuram. Apesar disto, cada Cáritas Diocesana tem a sua autonomia jurídica e canónica, o que quer dizer que, além da estrutura nacional, cada organização tem a sua identidade a nível local, podendo estabelecer as suas prioridades e agir em função delas.

É membro da Caritas Internationalis, da Cáritas Europa, da Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade, da Confederação Portuguesa do Voluntariado e da Plataforma Portuguesa das ONGD. A Cáritas Portuguesa tem como missão o desenvolvimento humano e a defesa do bem comum, através da animação da Pastoral Social, intervindo em ordem à transformação social, fomentando a partilha de bens e a assistência em situações de calamidade e emergência.

#### **Ecos da Via-Sacra - Como chegou a este projeto?**

**Eugénio Fonseca** - Estive sempre envolvido, na minha diocese, em Setúbal, na vida da paróquia e da diocese, de tal forma que dediquei a minha vida académica e profissional ao ensino da Educação Moral e Religiosa Católica. Em 1986, o então Bispo de Setúbal, D. Manuel Martins, nomeou-me diretor do Secretariado Diocesano do Ensino da Igreja nas Escolas, e, depois disso, em 1987, fui nomeado presidente da Cáritas Diocesana de Setúbal, cargo que ainda exerço, sendo também presidente da Cáritas Portuguesa, por nomeação da Conferência Episcopal Portuguesa.

#### **Ecos da Via-Sacra - Que país temos nós, neste momento? Há muita pobreza?**

**Eugénio Fonseca** - Temos hoje um país que tem marcas muito profundas deixadas pela crise que marcou os últimos anos. Esta não é uma situação que tenha já sido ultrapassada. Todos os dias vivemos na Cáritas situações que são o reflexo disso mesmo. O desemprego é a principal causa das dificuldades das famílias que nos procuram. Esta situação representa uma duplicação de uma variedade de outros problemas, que vão desde as dificuldades no pagamento da habitação à necessidade de fazer frente a situações relacionadas com a saúde e a escolaridade dos filhos.



**Ecos da Via-Sacra** - Quais são os grandes desafios que hoje se colocam à Cáritas?

**Eugénio Fonseca** - Na Cáritas Portuguesa, estamos cientes, por um lado, de que a realidade social e as causas de pobreza e exclusão, em Portugal, se agravaram nos últimos anos e de que, por via disso, é fundamental dar resposta às novas situações; por outro lado, sentiu-se a necessidade de a própria organização se reestruturar de forma a facilitar o seu trabalho e o trabalho em comum com as Cáritas Diocesanas.

**Ecos da Via-Sacra** - Qual a importância de organizações como esta na promoção da justiça social? E que papel poderá a escola desempenhar nesse âmbito?

**Eugénio Fonseca** - Nas primeiras palavras da sua mensagem para a Quaresma, o Papa Francisco recorda que este é o tempo favorável à “renovação para a Igreja, para as comunidades e para cada um dos fiéis”. Ao falar aos fiéis e às comunidades paroquiais, o Papa Francisco está também a falar para as escolas como pilares de educação. A escola deve ser um lugar de despertar de consciências. Deve ser um espaço privilegiado para a prática ativa da cidadania. Uma escola não pode viver isolada, centrada em si mesma e nos seus resultados académicos. Deve ser espaço de partilha, de portas abertas aos outros, colocando o seu saber e os seus recursos ao serviço dos outros. Mais do que promover iniciativas isoladas de solidariedade, que são também importantes, seria muito bom que as nossas escolas (e de forma particular as escolas católicas) tivessem no seu plano de formação preocupações e linhas de ação para a promoção do Bem Comum.

**Ecos da Via-Sacra** - Que mensagem gostaria de deixar aos alunos do Colégio da Via-Sacra?

**Eugénio Fonseca** - É esta, naturalmente, a mensagem que deixo ao Colégio da Via-Sacra: abram o vosso coração, partilhem, com alegria, a fé em Jesus Cristo, deixando-se tocar pelos problemas do meio onde vivem e envolvendo-se na procura de soluções com toda a criatividade, alegria e inovação próprias dos jovens e dos meios académicos.

*“A escola deve ser um lugar de despertar de consciências. Deve ser um espaço privilegiado para a prática ativa da cidadania. [...] Deve ser espaço de partilha, de portas abertas aos outros [...]”*

## Um boneco de neve

Era janeiro de um inverno rigoroso. Caiu mais um grande nevão. As crianças, animadas debaixo dos casacos, dos gorros e dos cachecóis, saíram de casa e foram para o jardim. Dois irmãos destacaram-se porque tinham feito um grande boneco de neve. Para completar o boneco, Alice foi buscar uma cenoura e um cachecol e o Jaime uma cartola e uma vassoura. Cuidadosamente, os irmãos puseram o nariz, a cartola e o agasalho e, de repente, a mãe chamou para jantar. E lá foram...

O boneco aproveitou a solidão e começou a saltitar, cheio de frio.

- Brr! Brrrrr.

De repente, um esquilo apareceu e perguntou:

- Olá, caro amigo, onde vais?

O boneco, espantado, perguntou-lhe:

- Quem és tu?

- Sou o esquilo Matias, e tu?

- Não sei bem... Acabei de nascer... Nem tenho nome...

- Hum... Vou chamar-te Friorento!

- Obrigado, amigo, já me sinto mais completo. Mas agora tenho de continuar a procurar uma paisagem mais quente!

O Friorento continuou a sua viagem até que avistou uma floresta e viu um veado, que lhe disse para continuar a subir. Ele continuou. O cachecol e o nariz foram abandonados no caminho... e o Friorento deixou de o ser!

Margarida Cruz, 4.º B

## Saudade

A saudade...

A tristeza de perder,  
A tristeza de acabar,  
A tristeza de esquecer.

A saudade...

A ausência do sentimento,  
A ausência da presença,  
A dor que não passa,  
O frio do vento.

Mas o vento

Não traz só dor,  
Traz a esperança,  
Traz o calor.

Se a distância te levou,

A força da saudade te fará regressar  
E, sentados nas escadas da memória,  
Recordaremos tantos e belos momentos  
Que passámos juntos.

Beatriz Caseiro e Diogo Teixeira, 7.º C

Ilustração: Beatriz Caseiro, 7.º C

## O Cavalo de Troia

Sou glorioso gigante,  
Feito de maciço pau.  
Um pouco elegante,  
Belo e nada mau.

Como presente servi,  
Dentro de mim abriguei.  
Muita gente vi,  
Num herói me tornei.

Os Troianos me adoraram,  
Festejaram sua vitória.  
Quatro dias chegaram  
Para ficar na memória.

*Mariana Seixas, 6.º A*

## Helena

Rainha grega,  
A tua beleza infinita  
Tanto Páris encantou  
Que, por ti,  
Trágica guerra começou.

Por um cavalo de pau  
Foste salva  
E às mãos de Ulisses  
Regressaste  
À tua pátria  
Tão amada.

*João Silva, 6.º D*

## Ciclope

Gigante, feio,  
Mau até mais não,  
De nome Polifemo,  
Caiu redondo  
No chão,  
Adormecido  
Pelo vinho que bebeu  
E o único olho que tinha,  
Até esse perdeu.

*Miguel Ribeiro, 6.º D*

## Argus

Sou velho, mas feliz.  
Quando estava com o meu dono,  
Brincava ou caçava perdiz.  
Assim que ele voltou,  
Só eu o reconheci  
E de alegria morri.

*Ana Filipa Figueiredo, 6.º A*

## Poesia... em jeito de adivinha

Nada deixa passar.  
Porém, quando se trata de olhar,  
Não se consegue evitar.

*(δ.ηηβυαα)*

*João Pedro Balula, 7.º A*

Simboliza a sabedoria...  
Tem o poder de nos fazer viajar  
Sem sairmos do mesmo lugar.

*(ο.η.η.η)*

*Gonçalo Monteiro, 7.º A*

Passam dias, passam horas,  
Mas o tempo nunca para.  
Sente tudo, tudo sente,  
E todos ele encara.

*(ο.η.δ.η.η)*

*Tiago Monteiro, 7.º A*

De voar é a possibilidade.  
É objeto de liberdade.

*(β.η.α.δ)*

*Manuel Oliveira, 7.º A*

# ESPAÇO PARA A ESCRITA

## Colégio...

**C**olégio feliz...  
Tem gente que muito nos diz.

Colégio contente...  
Ando sempre sorridente.

Colégio amoroso...  
Torna tudo saboroso.

Colégio de “bons”...  
Composto por mil tons.

Colégio colorido...  
Por todos és querido.

*Carolina Silva, 3.º A*

## Dia de Reis

**D**iversão  
Iluminação  
Alegria

Delícias  
Emoção

Riqueza  
Estrela  
Ilusão  
Surpresas

*4.º A*

## IDom Quixote de La Mancha

**N**o Rocinante, a cavalgar,  
Lá vai ele  
Contra os moinhos,  
(Desculpem!)  
Contra os inimigos lutar.

Dulcineia, a lavradeira,  
Era o amor do seu coração  
E nunca ninguém vira  
Tamanha paixão.

*Beatriz Henriques, 6.º A*

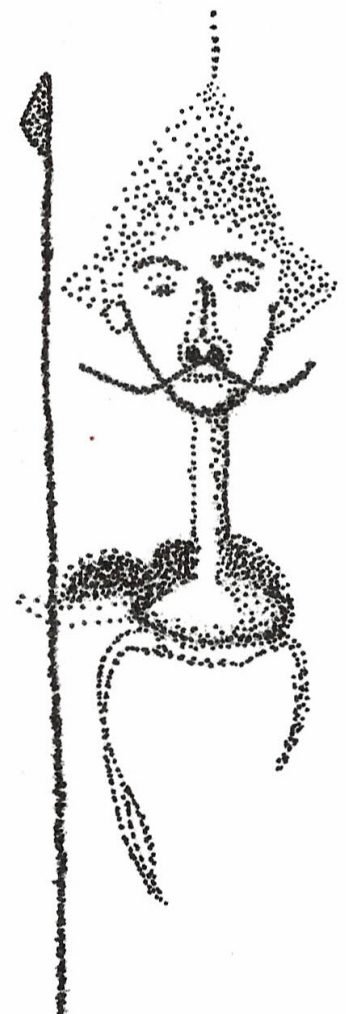
**D**om Quixote era fidalgo,  
Homem magro,  
Pernas fracas e compridas,  
E dentro de si trazia algo:  
Uma coragem inata o acompanhava  
E era o seu absurdo sonho  
Que ingênuo o tornava.

Procurava alcançar o inatingível  
E enfrentar o impossível.

Já tinha armas e dama a quem servir  
E, com o seu cavalo Rocinante,  
Mais aventureiro ficou  
E um famoso cavaleiro se tornou!

*Beatriz Batista, 6.º D*

*Ilustração: Vanessa Soares, 6.º D*



## Carnaval

**O** Carnaval é divertido!  
Mascaramo-nos a rigor,  
A fatiota é festiva,  
Seja bombeiro ou pintor.

Seja bombeiro ou pintor,  
Veterinário ou escritor,  
Todos vão deslumbrar  
E na passeadeira brilhar!

*Francisco Santos, 4.º A*

**O** Carnaval na escola  
É sempre divertido.  
Com todos mascarados,  
Assim já faz sentido!

Joaninhas, princesas,  
Palhaços até mais não!  
Dançamos todo o dia  
Com grande satisfação!

Cantamos todos em coro  
E festejamos com alegria  
Brincamos com os colegas  
Até ao romper do dia.

*Filipa Rainho, 4.º A*

## A Primavera

**P**ouco falta para a primavera!  
Já vou ter mais alegria!  
Alegria não me falta  
Com esta grande folia!  
Grande folia neste Colégio,  
Colégio de fantasia.  
Amigos e sabedoria:  
Aqui há em grande quantia.

*Ana Pinheiro, 3.º A*

**A** primavera é linda  
Como as flores.  
Há pássaros no ar  
E flores a esvoaçar.

Ninhos de pássaros,  
Abelhas a voar.  
Colmeias de abelhas  
E laços de amor.

*Vitória Libório, 2.º A*

**Ah!** Como a primavera é bonita...  
Tem muitas cores  
E flores coloridas  
Do arco-íris com as sete cores.

Tem o canto dos passarinhos  
A dizer “olá” à primavera.  
Tem os dias quentes de sol radiante  
E as árvores carregam-se de flores.

*Mário Silva, 2.º A*

**N**a primavera há passarinhos  
Que constroem os seus ninhos.  
Os perfumes que andam no ar  
Todos gostam de cheirar.

*André Gomes e António Escada, 3.º B*

**A** primavera é maravilhosa,  
É tão linda como as cores!  
Mas o que ela traz sempre  
São as perfumadas flores.

*Leonor Correia, 3.º B*

**O**s meninos a brincar,  
As flores a florir,  
O arco-íris a brilhar...  
É motivo para sorrir.

*Maria Teresa Vieira, 3.º B*

## Homenagem ao Papagaio Verde

**E**ra verde como a Amazónia.  
De lá ele tinha vindo  
Para agradar ao menino  
Que estava sozinho.

Verde esperança  
De natureza e frescura,  
Uma linda criatura!

Papagaio verde,  
Meu grande amigo,  
Foram bons os tempos  
Passados contigo.

*Miguel Alves, 8.º A*

**V**erde,  
O meu primeiro amigo,  
O meu único irmão.  
Verde de liberdade,  
A natureza em primeira mão.

Brasileiro de origem,  
Imaginação grande, sem vertigens,  
Asas grandes como os anjos,  
Humor de gente,  
Coração selvagem.

Desfalecido no jardim,  
Enfeitado com flores surripiadas,  
Sempre me lembro  
Das nossas alegres madrugadas.

*João Santos, 8.º A*



**E**ra verde e vaidoso,  
De cor viva e garrida,  
Belo e pomposo,  
Um amigo para a vida.

O que vai na lembrança  
É a harmonia e a esperança  
Dos tempos de criança.

Ajudou-me a crescer,  
E nos momentos difíceis  
Ajudou-me a vencer.

Quando chegou o seu fim,  
A tristeza caiu sobre mim!

*Marta Esteves, 8.º A*

**O** teu verde sempre me alegrou,  
Encantou...  
Associava-o à Natureza.

Belo e esplendoroso,  
Quando partiste,  
A minha alma se desmoronou.

Sentia-me só, triste,  
Mas em cada noite solitária  
Pensava em ti  
E feliz sonhava.  
O teu verde  
Na minha memória ficou  
Como a cor da minha felicidade.

*Alina Cunha, 8.º A*

*ilustração: Beatriz Caloba, 8.º A*

## Se eu fosse um elefante cor-de-rosa

**S**e eu fosse um elefante cor-de-rosa, viveria num mundo encantado.  
Veria todas as manhãs um belo nascer do sol. Todos os dias falaria com os pássaros, com as flores e até com as árvores.

- Olá, pássaros! Olá, flores! Olá, árvores! Estão bem?

- Sim, estamos bem!

Quando quisesse ir à Terra, pediria ajuda ao cometa.

Aterraria sempre no zoo e as crianças subiriam para cima de mim!

*Dinis Duarte, 2.º C*

## Continuação da história «O Príncipe Feliz»

Uma noite, voou por cima da cidade uma Andorinha. Era feliz com o seu Junco. Movimentavam-se os dois até ao ombro da estátua, onde pousaram.

A Andorinha colocou o ouvido no peito do Príncipe, ouviu o silêncio e ficou assustada.

- Ele não está vivo! Mas está tão feliz!

A Andorinha não percebia como era possível. O Junco explicou-lhe que se tratava de uma estátua.

- Uma estátua é uma imagem que representa algo importante, mas sem vida - disse o Junco.

A Andorinha ficou a pensar nisso... Ora, o Príncipe Feliz era uma estátua e ser uma estátua era uma coisa boa. No mundo, há muitas coisas que não têm vida, mas que são tão bonitas, como as rochas, as montanhas... e os objetos que são criados pelos seres vivos, que servem para dar alegria. Dar alegria é dar vida!

- Ah! Agora já percebo - disse a Andorinha.

A Andorinha percebeu que o Príncipe foi e era muito importante para a cidade.

*Rodrigo Rodrigues, 4.º B*

*Ilustração: Marta Almeida, 4.º B*



## Alfabeto

**A** de Afonso e de Ana, que comem uma banana.

**L** de Lucas e de Leonor, bonitos como uma flor.

**F** de Francisco e de Ferreira, que são amigos do Pereira.

**A** de Almeida, que é amigo do Carreira.

**B** de Bernardo e de Beatriz, que brincam com o giz.

**E** de Eva, que fica feliz quando neva.

**T** de Tiago, que toma banho no lago.

**O** de Oliveira, que compra umas botas na feira.

1.º A

**A** de Alexandra, que brinca com a Sandra.

**L** de Leonor, que parece uma flor.

**F** de Filipa, que leva uma pipa.

**A** de Ana, que come uma banana.

**B** de Beatriz, que vai a Paris.

**E** de Eduardo, que brinca com o leopardo.

**T** de Tó, que não usa paletó.

**O** de Odete, que ainda come com o babete.

1.º B

**A** de Ana, que escorregou numa banana.

**L** de Lima, que gosta de uma menina.

**F** de Francisco, que adora um bom petisco.

**A** de Almeida, que come pão com manteiga.

**B** de Beatriz, que espirra pelo nariz.

**E** de Eduardo, que tem medo do leopardo.

**T** de Teixeira, que gosta da brincadeira.

**O** de Oliveira, que foi comer gelado à feira.

1.º C

# ESPAÇO PARA A ESCRITA

## O Amor é...

O amor é o que eu sinto todos os dias, cada vez mais, pelos meus pais. De vez em quando a minha mãe manda-me recados no meu lanchinho a dizer que me ama muito. É o amor verdadeiro!

*Carolina Freitas, 2.º B*

O amor é a única flor que brota e cresce sem a ajuda das estações.

*Luís Rodrigues, 2.º B*

O amor é um beijo ao pôr do sol.

*Paulo Cavaleiro, 2.º B*

O amor é um sentimento que une as pessoas em harmonia, é um sentimento de ternura entre as pessoas.

*Margarida Figueiredo, 2.º B*

O amor é sabermos que a pessoa não é perfeita e mesmo assim gostarmos dela.

*Maria Luísa Marques, 2.º B*

O amor é um coração colorido de amizade e esperança harmoniosa.

*Diogo Couto, 2.º B*

## Continuação da história “Os ovos misteriosos”

O crocodilo estava muito nervoso.

- Mãe galinha, eu não quero ir para a escola...
- Porquê? - perguntou a mãe.
- Porque a professora pode ser má - respondeu o crocodilo.
- Não é, vais ver! - garantiu a mãe.
- Eu confio em ti - disse ele, ainda nervoso.

Mas, quando chegou à escola, não viu lá ninguém. Foi então que o pinto disse:

- Estão ali, estão ali! - disse ele aos pulos e alegre.

Depois do recreio, começaram a fazer o teste de Português. O crocodilo teve 100%. Quando chegaram a casa, a mãe perguntou ao crocodilo:

- Quanto tiveste a Português?
- Tive 100% - respondeu ele.

- Então, tens de ajudar os teus irmãos a terem melhor nota a Português - disse a mãe. A partir daí, o crocodilo começou a ajudar os irmãos.

*Mariana Marques, 2.º C*

## Dia do Pai

Não sei porquê,  
Eu e o meu pai não discutimos.  
Temos muito em comum  
E muito nos divertimos.

O meu pai gosta de mim,  
Assim como eu gosto dele.  
Diz-me sempre que a vida é assim...  
Vem aí o seu dia! Que bom para ele!

*Rita Coelho, 3.º A*





## Vermelho

Será ódio ou será amor?  
Será sangue? Terror?  
Vermelho é amor.  
Vermelho... é forte.  
Ou será símbolo de morte?  
O vermelho pulsa nas veias,  
Faz das vidas vidas cheias.  
É veloz, apaixonado.  
É vermelho enamorado.

*Maria da Luz Agostinho, 8.º B*



## As cores

O vermelho do amor e da amizade  
Com a simpatia das pessoas...  
Passa tudo a ser verdade.

O verde da natureza  
E também da esperança  
Em ondas de bonança.

O amarelo do sol  
E também da necessidade.  
Se todos nos ajudarmos,  
Temos o mundo cheio de lealdade.

O preto da tristeza,  
Do desentendimento  
E da pobreza.

*Margarida Esteves, 7.º A*



## Cores

Na paleta, o arco-íris.  
A mão do artista flutua,  
Mente aberta para qualquer ideia.  
Tem asas no coração  
Que se prolongam pela sua mão.

*Ana Carolina Marques, 9.º C*

Amarelo, cor brilhante,  
Azul relaxante,  
Laranja, cor berrante,  
Verde calmante.

Mil telas,  
Mil pincéis,  
Já se pinta  
Desde os tempos dos reis...

Já os namorados  
Querem ver enviados  
Coloridos postais:  
Vermelho, cor-de-rosa e muito mais...

Na tela que é a vida,  
No pincel que é o amor,  
No fim de contas,  
O poema é todo sobre a cor.

*Diogo Teixeira, 7.º C*  
*Ilustração: Beatriz Batista, 6.º D*

## Borboleta

Tem todos os tons da floresta  
E mais reflexos que o mar.  
Traz o arco-íris nas asas,  
Mas com mais cores  
Do que se possa imaginar.  
À noite, brilha como o sol.  
De dia, deixa um rasto de luar.  
É uma borboleta.  
Vejo-a... quando fecho os olhos.  
Sinto-a... mais leve do que o ar.

*Maria Leonor Beirão, 9.º A*

# ESPAÇO PARA A ESCRITA

## Azul

Inigualável beleza,  
Infinita e presente,  
No vasto manto que nos cobre.  
Flutua nas agitadas ondas do oceano,  
Que envolve o vivo e altivo  
Neptuno.

Não há uma linha  
Entre o céu e o mar.  
Só há azul no meu olhar.

*Beatriz Dias, 9.º C*

## O descanso das cores

Quando a Lua aparece  
E o Sol adormece,  
Tudo mais escuro vai ficar...

As cores? São as mesmas,  
Mas a cor negra chamam  
Para poderem descansar.

*Beatriz Sousa, 9.º A*

## As cores da minha vida

O meu mundo,  
Cheio de cores,  
Desde o azul do céu  
Ao rosa das flores  
Que, eternas,  
Brilham no campo como lanternas.

O sol amarelo aquece  
O vermelho do meu sangue,  
Que calmo permanece,  
Enquanto a pomba branca passa.

Estas são as cores,  
As cores da minha vida!  
As cores com que sempre vi  
A minha alma ser preenchida!

*Rita Marques, 9.º C*

## Neve

O branco da neve  
Mata de encanto  
Quando, breve,  
Cai sobre o verde pranto  
Do campo já cultivado  
E de esperança lavrado.

*Pedro Reis, 9.º C*

## Arco-íris reluzente

O branco é a luz.  
Com um abraço de chuva fria,  
Faz nascer a primavera.  
Asas de borboleta?  
Não: arco-íris reluzente!

*Sara Lemos, 8.º B*

**ASSISTEPRINT BEIRACÓPIA**  
Assistência e Equipamentos de escritório, Lda.

**DEVELOP** **TODO TIPO MATERIAL PARA ESCRITÓRIO**

QUER REDUZIR OS SEUS CUSTOS IMPRESSÃO?  
CONSULTE-NOS TEMOS A SOLUÇÃO

Rua: João mendes, 124 - VISEU Tel.: 232 479 754 - Fax 232 422 069  
E-mail: assistepprint@gmail.com [www.assistepprint.com](http://www.assistepprint.com)

# TELAS E PAUTAS



## *Jogos da Fome*, de Gary Ross

O filme *Jogos da Fome* tem como personagem principal Katniss Everdeen. Esta jovem de 16 anos vive com a mãe e com a irmã, de 12 anos, em Panem, no Distrito 12. Após a morte do pai, ela tornou-se no único sustento da família.

Todos os anos são escolhidos um rapaz e uma rapariga, entre os 12 e os 18 anos de idade, um de cada distrito, para participarem nos Jogos da Fome, uma competição de vida e morte, da qual apenas um poderá sair vencedor.

Quando Primrose, a sua irmã, é selecionada para os jogos, Katniss voluntaria-se para a substituir. Sabendo como a sua vida é crucial para a sobrevivência da família, ela está disposta a lutar com todas as suas forças e a tornar-se na única sobrevivente daqueles bárbaros divertimentos.

## “Atlas” - Coldplay

Some saw the sun  
Some saw the smoke  
Some heard the gun  
Some bent the bow  
Sometimes the wire  
Must tense for the note  
Caught in the fire, say oh  
We're about to explode

Carry your world  
I'll carry your world (*bis*)

Some far away  
Some search for gold  
Some dragon to slay  
Heaven we hope is just up the road  
Show me the way Lord  
'Cause I, I'm about to explode

Carry your world  
I'll carry your world  
Carry your world  
I'll carry your world  
Carry your world and all your hurt  
Carry the world

Alguns viram o sol  
Alguns viram o fumo  
Alguns ouviram o tiro  
Alguns preparam o arco  
Às vezes, a corda  
Precisa de esticar para sair a nota  
Presos no incêndio, diz 'oh'  
Estamos prestes a explodir

Leva o teu mundo  
Eu levarei o teu mundo (*bis*)

Alguns estão longe  
Alguns procuram ouro  
Alguns dragões para matar  
Esperamos que o paraíso esteja no fim da estrada  
Mostra-me o caminho, Senhor,  
Porque eu, eu estou prestes a explodir

Leva o teu mundo  
Eu levarei o teu mundo  
Leva o teu mundo  
Eu levarei o teu mundo  
Leva o teu mundo e todo o teu sofrimento  
Leva o teu mundo

Banda sonora do filme *Jogos da fome*

# HORA DO RECREIO

## Gentílicos

Como se chama um habitante de...?

- |                             |                          |
|-----------------------------|--------------------------|
| 1. Abrantes                 | A. Albicastrense         |
| 2. Castelo Branco           | B. Abrantino             |
| 3. Alcácer do Sal           | C. Micaelense            |
| 4. Bragança                 | D. Vimaranesense         |
| 5. Vila Viçosa              | E. Flaviense             |
| 6. Santarém                 | F. Escalabitano          |
| 7. Chaves                   | G. Penaguiota            |
| 8. Santa Marta de Penaguião | H. Brigantino/Bragantino |
| 9. Vila Real                | I. Salaciano/Alcacereno  |
| 10. Guimarães               | J. Calipolense           |
| 11. S. Miguel               | K. Vila-realense         |
| 12. Idanha-a-Velha          | L. Egitanense            |

Em dezembro, a família Silva reuniu-se para festejar o aniversário do avô João.

Segue as pistas para identificar as pessoas e a idade de cada membro desta família.



A - A avó Luísa é oito anos mais velha que o avô João.

B - O Ronaldo tem a quarta parte da idade da sua mãe, mais a idade do seu filho Luís.

C - A Patrícia tem a terça parte da idade da sua mãe.

D - O Manuel tem a sétima parte da idade do Júlio.

E - A Laurinda é três anos mais nova que o seu marido.

F - O Luís tem a sexta parte da idade do seu avô.

G - O avô João nasceu em 1931.

H - O Júlio tem metade da idade do Luís.

## Recette pour un bom élève

Voici une recette pour être un bom élève!

- 250 gr de sagesse
- 500 gr de travail
- 8 oeufs de repôs par nuit
- 2 litres de devoirs par jour
- 300 gr d'attention en cours
- 1 zeste de patience

Versez dans une casserole la \_\_\_\_\_ et le \_\_\_\_\_ et mélangez avec le \_\_\_\_\_.

Ajoutez les 2 litres de \_\_\_\_\_ par jour et n'oubliez pas les 300 gr d'\_\_\_\_\_. À la fin, versez un zeste de \_\_\_\_\_. Mélangez le tout avec beaucoup de bonne et servez bien frais.

**ASCENDUM**  
Veículos

# AGORA FALAM OS PAIS



Em 2012, Malala, na altura com 14 anos de idade, foi atingida com um tiro na cabeça por ser antitalibã. Foi atingida quando fazia o percurso de autocarro da escola para sua casa, na cidade de Mingora. Poucos acreditaram que ela sobrevivesse, mas milagrosamente recuperou.

Para os talibãs, Malala representava uma ameaça, pois defendia o direito das crianças, em particular das jovens raparigas, aos estudos, direito esse que é proibido pelos extremistas islâmicos, que, como ato de retaliação, fecham e destroem escolas onde estudem raparigas.

Os Talibãs são homens que usam os livros religiosos (o Corão e o Suna) para dizer o que é proibido e permitido.

“A 9 de outubro os talibãs dispararam contra mim. Pensaram que com balas me calariam para sempre, mas falharam”, disse Malala.

Em algumas coisas, Malala é igual a qualquer jovem adolescente. Quando ainda vivia no Paquistão, gostava de ver a série *Betty Feia*, gosta muito do cantor Justin Bieber e o seu livro favorito é *O Alquimista*. Quando era mais nova, chegou a rezar para crescer uns centímetros rapidamente.

Malala tem dado voz ao direito que todas as crianças têm à educação e à liberdade de expressão,



pois ela própria representa essa liberdade. Malala não queria “ficar sentada entre quatro paredes, a cozinhar e a ter filhos”.

A sua coragem e determinação na luta em defesa dos direitos da criança foi a razão principal da atribuição do Prémio Nobel da Paz, em 2014, bem como o Prémio Internacional da Paz da Criança, em 2013.

Ela aceitou o prémio “em nome de todas as crianças de todo o mundo que tentam ir para a escola”.

“Hoje não é o dia da Malala, é o dia de todas as mulheres, de todos os rapazes e de todas as raparigas que levantaram a voz para defender os seus direitos. Eu não estou aqui para falar de vingança pessoal contra os talibãs [...], estou aqui para defender o direito à educação para todas as crianças”, disse ela perante centenas de estudantes, aquando do seu 16.º aniversário.

O reconhecimento que é feito a Malala só reforça todo o combate que é necessário fazer contra os abusos que ainda existem sobre as crianças.

Estas palavras, proferidas pela boca de uma jovem de 16 anos, alertam-nos para a nossa responsabilidade individual e coletiva, para que possamos fazer mais e melhor em função do futuro das nossas crianças.

APAVISA

“Cada um viva e construa um mundo justo.”

# ECHOS DO PASSADO

## AS FERIAS

Depois de nós, os estudantes, termos o espirito cansado com o estudo, sentimos grande alegria ao aproximarem-se as ferias. As nossas familias não sentem menos prazer, pois que um dia que passemos longe delas parece-lhes um seculo.

Em casa os dias passam como horas. Porque lá envolve-nos o bem-estar, o conforto e, sobretudo, o carinho de nossas mães.

As despedidas, quando as ferias acabam, são tristes, feitas no meio de lagrimas. As mães choram e nós choramos tambem.

Porém, ao partir, uma esperança nos anima : um futuro feliz em que poderemos ser uteis ás nossas familias e á sociedade.

Os primeiros dias que passamos fóra das nossas familias passamo-los ainda satisfeitos, porque gostamos de ver novas terras. A saudade vem depois.

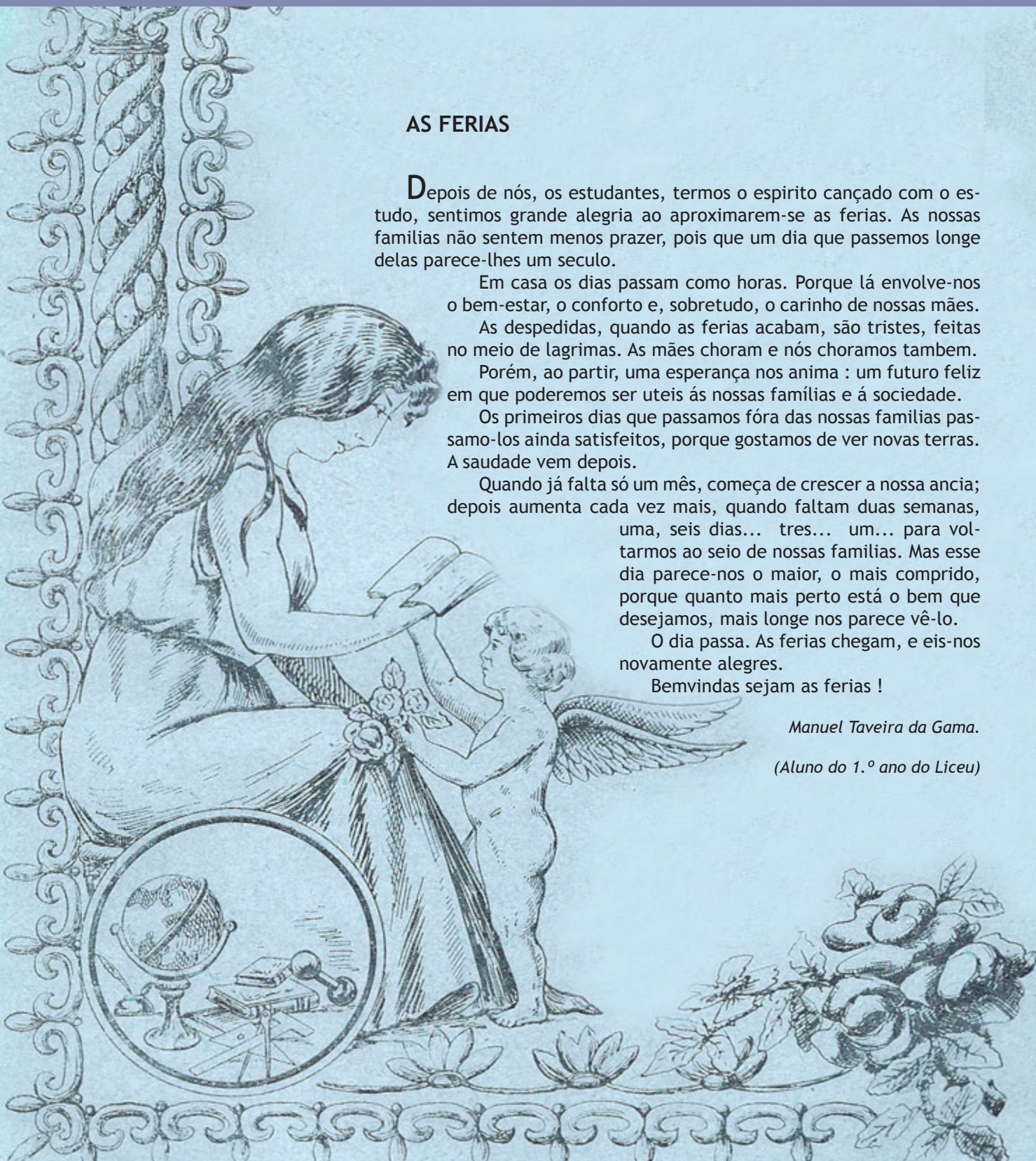
Quando já falta só um mês, começa de crescer a nossa ancia; depois aumenta cada vez mais, quando faltam duas semanas, uma, seis dias... tres... um... para voltarmos ao seio de nossas familias. Mas esse dia parece-nos o maior, o mais comprido, porque quanto mais perto está o bem que desejamos, mais longe nos parece vê-lo.

O dia passa. As ferias chegam, e eis-nos novamente alegres.

Bemvindas sejam as ferias !

*Manuel Taveira da Gama.*

*(Aluno do 1.º ano do Liceu)*



## A “lipoaspiração” das batatas fritas

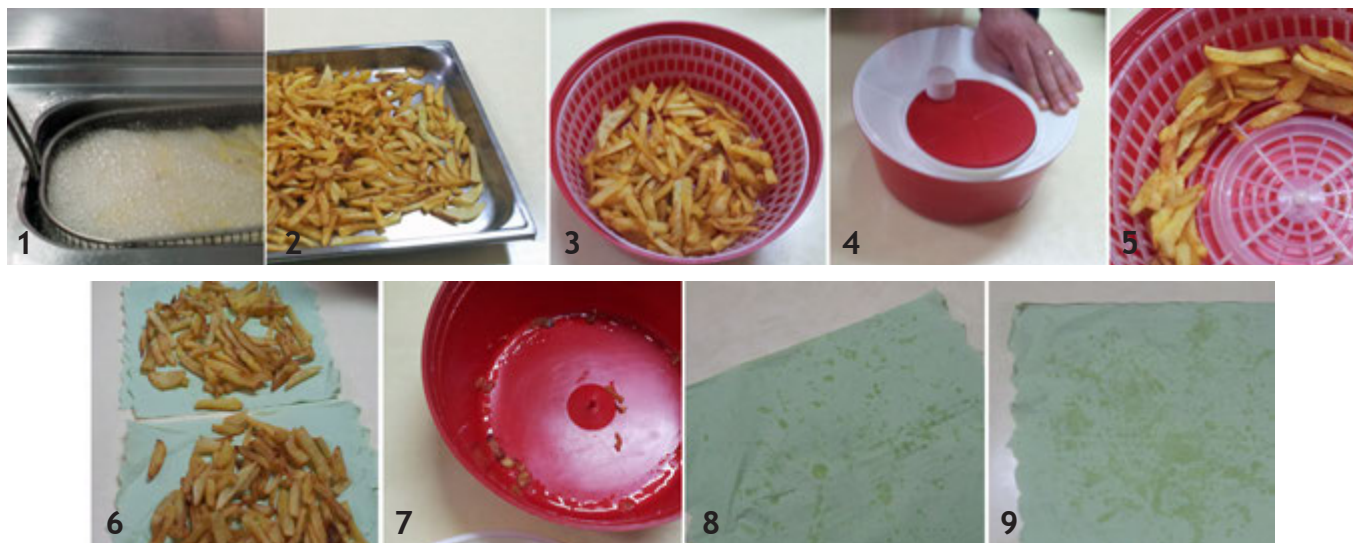
### Material

- Batatas para fritar
- Óleo
- Centrifugadora de salada
- Fritadeira
- Guardanapos
- Tabuleiro



### Como fazer?

1. Pré-aquecer o óleo da fritadeira.
2. Fritar as batatas. (Foto 1)
3. Retirar as batatas da fritadeira e colocá-las no tabuleiro. (Foto 2)
4. Colocar algumas batatas fritas na centrifugadora e girar cerca de 1 minuto. (Fotos 3 e 4)
5. Retirar as batatas fritas da centrifugadora e colocar num guardanapo. (Fotos 5 e 6)
6. Colocar algumas batatas fritas não centrifugadas num guardanapo. (Foto 6)
7. Observar o interior da centrifugadora. (Foto 7)
8. Retirar as batatas fritas de ambos os guardanapos e comparar a quantidade de óleo que ficou nos guardanapos. (Fotos 8 e 9)



### O que acontece?

Quando retiramos as batatas da centrifugadora de salada, observa-se uma quantidade considerável de óleo nas paredes internas e no fundo da mesma.

O movimento centrípeto que as batatas fritas têm na centrifugadora faz com que uma parte considerável do óleo presente nas batatas seja expulsa/arrastada das mesmas para as paredes internas da centrifugadora. Assim, as batatas centrifugadas apresentam uma quantidade muito menor de óleo comparativamente com as batatas que não são centrifugadas.

Esta última observação torna-se evidente nas manchas de óleo presentes nos dois guardanapos. As batatas que não são centrifugadas deixam mais manchas de óleo no guardanapo do que as centrifugadas.

Não esquecer o lema: se batatas fritas saudáveis (com menos óleo) queres comer, há que centrifugar.

# ecos da via-sacra

A cor daqueles que não a veem

Como será a cor que se vê através  
De uns olhos sem vida?  
Será o vermelho visto como dor?  
Será o amarelo visto como calor?  
E o verde frescura?  
Será o cor-de-rosa  
A brisa e o cheiro a flores que paira no ar,  
Numa manhã primaveril  
Onde a única coisa que se ouve  
São os pássaros a cantar?  
Será o azul o frio daquela água gélida da praia  
Num dia chuvoso?  
Será o cinzento o som tumultuoso  
De uma trovoada invernososa?  
E o preto?  
O que será?  
Ah, o preto...  
O preto é tudo aquilo que aqueles olhos,  
Tristes e sem vida,  
Veem e conhecem.

*Texto: Constança Santos, 8.º C  
Ilustração: Telmo Santos, 6.º B*