



Newsletter nº. 20 | 2025_2026 - 3.º Período

Professor Marcelo Rebelo de Sousa no Agrupamento de Escolas Carlos Amarante



A visita de Marcelo Rebelo de Sousa à Escola Carlos Amarante

O ex-Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, deslocou-se à Escola Secundária Carlos Amarante, em Braga, no dia 22 de maio de 2026, pelas 11 horas, onde foi recebido por professores, diretores de vários agrupamentos, funcionários e muitos alunos, no âmbito do “Ciclo Bibliotecas”, iniciativa subordinada ao lema “Ler está na moda?”.

À sua chegada, depois de sair do carro oficial, cumprimentou a vereadora da Educação da Câmara Municipal de Braga, o diretor do Agrupamento de Escolas Carlos Amarante, os membros desta direção e todos os restantes convidados presentes.

Como é habitual, Marcelo Rebelo de Sousa mostrou-se muito próximo das pessoas, distribuindo abraços e cumprimentos e tirando inúmeras selfies com os alunos, as alunas e outros membros das comunidades educativas das diferentes escolas.

O principal objetivo da visita foi destacar a importância dos livros e da leitura na formação pessoal, cultural e cívica dos jovens.

Durante a sua passagem pela escola Carlos Amarante, o Professor Marcelo Rebelo de Sousa teve ainda a oportunidade

de visitar uma exposição patente na biblioteca desta instituição, dedicada aos democratas do distrito de Braga, antes e depois do Revolução dos Cravos. A exposição permitiu recordar diversas figuras políticas de relevo com quem Marcelo Rebelo de Sousa partilhou momentos importantes da vida política portuguesa e rever o seu pai, numa reportagem jornalística, que participou na inauguração da escola Industrial de Braga, em 1958, atual Escola Secundária Carlos Amarante.

Ao longo da visita, sempre que observava uma fotografia ou um artigo jornalístico exposto, Marcelo aproveitava para recordar acontecimentos marcantes da história recente de Portugal, partilhando memórias e explicando aos presentes o contexto político de cada época.

[\(Continua na página seguinte\)](#)



Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

Newsletter n.º 20 | 2025_2026 - 3.º Período | GCI

Ainda, no âmbito do ciclo de bibliotecas, o Professor Doutor Marcelo Rebelo de Sousa, participou numa sessão dedicada à promoção da leitura, realizada no auditório da Escola Secundária Carlos Amarante. O encontro reuniu jovens de diversas escolas, que tiveram a oportunidade de ouvir a mensagem do chefe de Estado sobre a importância dos livros e do conhecimento.

Sob o lema “Ler está na moda”, Marcelo Rebelo de Sousa procurou sensibilizar os estudantes para os benefícios da leitura, destacando o seu papel fundamental no desenvolvimento pessoal, académico e social. Durante a sua intervenção, incentivou os jovens a criarem hábitos de leitura, afirmando que os livros são uma ferramenta essencial para compreender melhor o mundo, estimular a imaginação e desenvolver o pensamento crítico.

A iniciativa proporcionou um momento de proximidade entre os alunos e o orador, permitindo a troca de ideias e o reforço da mensagem de que a leitura continua a ser um dos pilares fundamentais da educação e da formação dos cidadãos do futuro.

Com este encontro, ficou evidente que promover o gosto pela leitura junto das novas gerações é um investimento importante para a construção de uma sociedade mais informada, crítica e participativa.

A visita constituiu um momento de grande interesse e proximidade entre Marcelo Rebelo de Sousa e a comunidade escolar, reforçando a importância da leitura, da memória histórica e da participação cívica na formação das novas gerações.





1974 – 2026: 52 ANOS DE DEMOCRACIA

No âmbito do 52.º aniversário da Revolução de Abril, o Grupo disciplinar de História, em colaboração com a Biblioteca, realizou uma atividade simbólica de comemoração da data.

Cinco alunos do 11.º ano do CCH de Línguas e Humanidades vestiram a pele dos jovens Capitães que na madrugada de 25 de abril de 1974 derrubaram a ditadura que dominava Portugal há mais de quatro décadas. Neste caso em vez da espingarda G3, levaram consigo um cravo e o poema de Manuel Alegre “Letra para um Hino” que foi lido em todas as salas e distribuído a professores e ao delegado de turma.



Letra para um Hino

É possível falar sem um nó na garganta
é possível amar sem que venham proibir
é possível correr sem que seja fugir.
Se tens vontade de cantar não tenhas medo: canta.

É possível andar sem olhar para o chão
é possível viver sem que seja de rastos.
Os teus olhos nasceram para olhar os astros
se te apetece dizer não grita comigo: não.

É possível viver de outro modo.
É possível transformares em arma a tua mão.
É possível o amor. É possível o pão.
É possível viver de pé.

Não te deixes murchar. Não deixes que te domem.
É possível viver sem fingir que se vive.
É possível ser homem.
É possível ser livre livre livre.

Manuel Alegre

A designação «Revolução dos Cravos» deve o seu nome ao gesto simbólico de colocar cravos vermelhos nos canos das espingardas dos militares e nas suas fardas. A população saiu à rua para apoiar o levantamento militar contra a ditadura e a florista Celeste Caeiro, ao ver os soldados, distribuiu os cravos que trazia para vender, gesto que foi imitado por outros, simbolizando o carácter pacífico da revolta.

Os alunos aproveitaram também para fazer um breve enquadramento dos acontecimentos ocorridos há 52 anos que permitiram a realização das primeiras eleições, verdadeiramente livres, no nosso país. Realçando a elevada participação (91,7% dos portugueses recenseados, votaram) e o civismo com que decorreram as eleições para a Assembleia Constituinte.

A 2 de abril de 1976 foi aprovada a Constituição da República Portuguesa, entrando em vigor a 25 de abril desse mesmo ano, celebrando-se este ano o seu 50º aniversário. A Constituição tem sido a base da nossa democracia, assegurando o primado do Direito e a garantia dos direitos fundamentais dos cidadãos ao longo destas últimas cinco décadas

Professor Francisco Marinho



Antes de Augusto

Agrupamento de Escolas Carlos Amarante na Braga Romana

Na sua 22.ª edição, dedicada ao tema “Antes de Augusto”, este evento voltou a proporcionar uma verdadeira viagem ao passado, celebrando as origens históricas e culturais da cidade, através da recriação de diferentes momentos da época romana. A iniciativa reuniu a comunidade em torno de um património comum, promovendo o conhecimento da História de uma forma dinâmica, participativa e envolvente.

O tradicional cortejo teve início às 21 horas, do dia 22 de maio e percorreu as principais ruas históricas da cidade, enchendo-as de cor, animação e simbolismo. Ao longo do percurso, centenas de participantes deram vida a personagens e costumes da época, proporcionando aos inúmeros espectadores uma experiência única e enriquecedora.

Uma vez mais, o Agrupamento de Escolas Carlos Amarante marcou presença neste importante evento cultural, fazendo-se representar por alunos e alunas, professores e professoras, bem como funcionários e funcionárias. Todos participaram de forma empenhada e entusiasta, envergando trajes e ornamentos cuidadosamente inspirados na época retratada, contribuindo para a autenticidade e o brilho do desfile.

A participação da comunidade educativa evidenciou o compromisso da escola com a valorização do património histórico, o desenvolvimento da cidadania e a promoção de aprendizagens para além da sala de aula. Esta experiência permitiu fortalecer o espírito de cooperação entre todos os intervenientes e aproximar a escola da comunidade local, demonstrando a importância de preservar e divulgar a história e as tradições que constituem a identidade da cidade.

Mais do que um simples desfile, esta iniciativa representou um momento de partilha, aprendizagem e celebração coletiva, deixando uma marca positiva na construção de uma sociedade mais consciente das suas raízes e do seu património.





Visita de Estudo a Trancoso e ao Museu Aristides de Sousa Mendes



No passado dia 26 de março as turmas O, P, R e S, do 11º ano, realizaram uma visita de estudo a Trancoso e ao museu Aristides de Sousa Mendes. A visita realizou-se no âmbito das disciplinas de História A e B e de Cidadania e Desenvolvimento.

Em Trancoso, os alunos tiveram oportunidade de ficar a conhecer, através de uma visita guiada, algumas particularidades desta linda Aldeia Histórica. Rodeada por uma cintura de muralhas medieval, com um vasto património arquitetónico e um castelo milenar, Trancoso é um lugar repleto de História e estórias. Uma das suas míticas figuras é Gonçalo Anes Bandarra, famoso poeta, profeta e sapateiro que nasceu e viveu em Trancoso, no séc. XVI e que foi vítima da Inquisição.

Médico e filósofo judeu, nomeado médico chefe da Corte do rei de Portugal em 1632, Isaac Cardoso foi outra das grandes figuras históricas nascidas em Trancoso e cujo Centro de Interpretação da Cultura Judaica, tivemos oportunidade de visitar

Houve ainda tempo para apreciar as sardinhas doces, a mais famosa iguaria de Trancoso.

O Museu Aristides de Sousa Mendes, alojado na icónica Casa do Passal, em Cabanas de Viriato, Viseu, abriu as suas portas no dia 19 de julho de 2024, data do aniversário de Aristides de Sousa Mendes, inaugurado pelo então Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa. Este museu celebra a memória de um homem que salvou milhares de pessoas do horror do holocausto. Um verdadeiro marco elogiado pelo Papa Francisco e pelo Secretário-Geral das Nações Unidas, António Guterres.

O museu evoca os valores da tolerância e da paz, perpetuando o legado e a memória de Aristides de Sousa Mendes, o prestigiado diplomata que salvou 30.000 vidas do holocausto, emitindo freneticamente vistos individuais ou familiares. Mesmo contra as regras do ditador Salazar, Aristides de Sousa Mendes seguiu os ditames da sua própria consciência moral numa missão sem precedentes a salvar vidas humanas, feita por uma só pessoa.

Ao longo da visita pelo museu, os alunos, mais do que ouvir falar sobre o ato heroico de Aristides de Sousa Mendes, puderam perceber que os valores, que nortearam a sua atitude humanística, eram tão pertinentes em 1940 como são hoje, em 2026.

Professor
Francisco Marinho





Exposição- Lugares da Resistência em Braga

No âmbito das comemorações do 25 de Abril, na disciplina de História B, os alunos da turma S, do 11.º ano, desenvolveram um conjunto de atividades que procurou valorizar a memória histórica local e o papel daqueles que lutaram pela liberdade em Braga.

Assim, no dia 10 de março, começaram por realizar uma visita de estudo aos chamados “lugares da resistência” da cidade, orientada pelo Doutor Henrique Barreto Nunes. Ao longo do percurso, os alunos tiveram a oportunidade de conhecer episódios marcantes da luta contra o regime conservador e autoritário do Estado Novo, sendo destacada a ação de figuras como Vítor de Sá. A explicação clara e envolvente do guia permitiu contextualizar os acontecimentos e compreender a importância da resistência democrática a nível local.

Na sequência desta experiência, os alunos desenvolveram um trabalho de investigação que culminou na elaboração de cartazes sobre os diferentes locais visitados. Estes trabalhos foram posteriormente expostos na biblioteca da escola, permitindo a partilha do conhecimento adquirido com toda a comunidade educativa.

No dia 27 de abril, a exposição contou com a honrosa visita do Doutor Henrique Barreto Nunes, tendo sido, desta vez, os alunos a assumir o papel de guias, apresentando e explicando os conteúdos dos seus trabalhos, demonstrando não só o conhecimento adquirido, mas também o seu envolvimento e sentido crítico face ao passado histórico.

Paralelamente, no âmbito das comemorações dos 50 anos da Constituição da República Portuguesa, os alunos da turma R, do 11.º ano, nas aulas de História A, realizaram um estudo comparativo entre a Constituição de 1822 e a atual Constituição, em vigor desde 25 de abril de 1976. Através da identificação de semelhanças e diferenças entre os dois documentos fundamentais, os alunos refletiram sobre conceitos como soberania, direitos fundamentais e organização do poder político, aprofundando, assim, a sua consciência cívica e histórica.

Como forma de divulgação do trabalho realizado, os resultados desta pesquisa foram apresentados sob a forma de cartazes, os quais também foram ex-postos na biblioteca escolar, convidando toda a comunidade educativa a conhecer e refletir sobre a importância da Constituição enquanto pilar da democracia portuguesa.

Estas iniciativas contribuíram para consolidar aprendizagens, desenvolver o espírito crítico e reforçar a importância da memória histórica e dos valores democráticos junto dos alunos.





Galardão Geração Ciência

Clube ADC 3.º período 2025/26 - Comunicação / Informação

No dia 18 de Abril de 2026, no evento Sarau de Primavera, promovido pelo Centro de Ciência Viva de Braga, o Clube Aprender e Descobrir Ciência - Clube ADC, da Escola Básica de Gualtar, recebeu o “Galardão Geração Ciência”. Este prémio distinguiu os Clubes de Ciência Viva dos agrupamentos que se destacaram pela promoção e disseminação da cultura científica.



Clube ADC
Aprender e Descobrir Ciência



Ciência e Tecnologia em Movimento

Clube ADC dinamiza sessões para alunos do 4.º ano do Agrupamento

Clube ADC 3.º período 2025/26 - Comunicação / Informação

Nos dias 21 e 28 de abril de 2026, o Clube Aprender e Descobrir Ciência - Clube ADC, da Escola Básica de Gualtar, promoveu sessões de divulgação tecnológica dirigidas aos alunos do 4.º ano do AECA. Através de uma mostra interativa com manuseamento de materiais, os alunos do 1.º Ciclo tiveram a oportunidade de explorar o mundo da programação com Micro:bit, da robótica e das modelações em 3D. Estas sessões foram inteiramente dinamizadas pelos alunos que frequentam o Clube ADC, sob supervisão das professoras coordenadoras, fomentando a partilha de conhecimento entre pares e o entusiasmo pelas áreas STEAM (Ciência, Tecnologia, Engenharia, Artes e Matemática).

Mostra - 1.º Ciclo 1



Mostra - 1.º Ciclo 2



Mostra - 1.º Ciclo 3





Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

Newsletter n.º 20 | 2025_2026 - 3.º Período | GCI

Alunos do AE Carlos Amarante distinguem-se a nível nacional na utilização da App MILAGE Aprender +

Os alunos do 3.º ciclo do AE Carlos Amarante distinguem-se, a nível nacional, na utilização da App MILAGE Aprender + (disponível em: <https://webmilage.ualg.pt/login>). Durante este ano letivo, 2025-2026, decidimos usá-la na disciplina de Espanhol com alunos do 3.º ciclo da Escola Básica 2/3 de Gualtar e da Escola Secundária Carlos Amarante.

O resultado desta iniciativa foi EXCELENTE, pois alcançamos o 1º lugar, a nível nacional, em todas as categorias a que concorremos. Há muitos alunos do nosso Agrupamento no TOP 10 Nacional, de que se destacam os que alcançaram o primeiro lugar com a melhor pontuação. Nomeadamente:

- Gustavo Azevedo Oliveira
Primeiro lugar nacional da pontuação Espanhol - 7.º ano.
- Ana Laura Souza
Primeiro lugar nacional da pontuação Espanhol - 8.º ano.
- Lucas Ribeiro Oliveira
Primeiro lugar nacional da pontuação Espanhol - 9.º ano.



Estes alunos receberam esta distinção no dia 8 de julho, em Matosinhos, local escolhido para palco da 8.ª Edição dos Prémios MILAGE Aprender + e da X Conferência Internacional de Aprendizagem Móvel do Projeto, dedicada ao tema “Tecnologia, Inclusão e Equidade Educativa”. O aluno Lucas Ribeiro Oliveira alcançou, ainda, a distinção notável de 1.º Classificado Nacional de Espanhol.

No período da manhã, enquanto os docentes assistiram à conferência, os alunos tiveram a oportunidade de conhecer o Doutor Mauro Figueiredo, Professor da Universidade do Algarve (e criador/ coordenador da plataforma de e-learning e app MILAGE Aprender +) e puderam também participar num workshop de Surf e praticar atividades na praia com monitores.



Na parte da tarde foram apresentados os trabalhos candidatos à categoria “Aluno Autor” e procedeu-se à entrega dos prémios. Todos os prémios na área de Espanhol foram entregues pela Dr.ª Ana Oliveira, da APPELE, Associação Portuguesa de Professores de Espanhol Língua Estrangeira.

No final da entrega dos prémios, os alunos Leonardo Miguel Coutinho Martins e Hugo Henrikki Matos, como embaixadores da MILAGE, estiveram envolvidos na entrevista aos alunos premiados e aos respetivos pais/EE, que partilharam a sua visão sobre a experiência de utilização desta aplicação distinguida com o “Prémio Boas Práticas” e recomendada pela DGE, contando com a utilização de mais de 50 mil alunos e com mais de 15 mil exercícios disponíveis gratuitamente. E, assim, se concretizou o último episódio do Podcast ESCA Talks deste ano letivo.

Muitos parabéns a todos os Professores, Alunos e Encarregados de Educação que se envolveram neste projeto.



Professoras dinamizadoras:

Maria de Lurdes Martins
e Rosário Cacholas

#EducaçãoDeFuturo
#SucessoEscolar #Milage-Learn+



Exposição na Biblioteca da ESCA

Esteve patente na galeria da Biblioteca da Escola Secundária Carlos Amarante a exposição «Seeking New Voices Beyond Borders», organizada pelo Museu Lu Xun de Pequim e pelo Instituto Confúcio da Universidade do Minho, que aborda a vida e obra deste importante escritor considerado o pai da literatura moderna da China.



A inauguração da exposição contou com a presença da Dra. Zhang Yan, diretora do Instituto Confúcio, decorreu no dia 4 de maio, com uma exibição de Wushu, leitura de textos do autor em chinês e em português e atividades culturais tradicionais chinesas.

Jornadas dos Cursos Profissionais na ESCA

Nos dias 9 e 10 de maio decorreram as Jornadas do Ensino Profissional da Escola Secundária Carlos Amarante, dirigidas aos alunos do 9.º ano do Agrupamento.

Esta iniciativa teve como principal objetivo divulgar os cursos profissionais disponíveis na escola, proporcionando aos alunos um melhor conhecimento das diferentes ofertas formativas. Pretendeu, igualmente, apoiar o processo de orientação vocacional desenvolvido pelo Serviço de Psicologia e Orientação (SPO), contribuindo para que os alunos possam tomar decisões mais informadas relativamente ao seu percurso académico e profissional.





Aventura na mágica cidade de Santiago de Compostela à procura do Códice Calixtino



Para culminar o estudo do Espanhol no Ensino Básico, as turmas do 9.º ano do Agrupamento de Escolas Carlos Amarante cruzaram a fronteira para uma imersão em Santiago de Compostela, cidade Património da Humanidade, desde 1985. Através de uma dinâmica de «caça ao tesouro», os alunos transformaram-se em investigadores com o objetivo simbólico de desvendar os mistérios do lendário Códice Calixtino e de contactar in loco com mais uma rota emblemática, no âmbito do projeto internacional eTwinning “Rutas por Europa”, que conta com escolas parceiras em Portugal, Itália e Espanha.

No dia 30 de abril de 2026 a aventura começou bem cedo, com a partida de Braga às 07:00 horas. Após uma breve paragem em Pontevedra, os alunos ouviram a lenda da Batalha de Rande, que se travou na ria de Vigo (em 1702), onde os galeões espanhóis se afundaram, carregados com o maior tesouro que jamais cruzara o Atlântico, mas nunca se soube onde. Júlio Verne, no seu romance “20.000 léguas submarinas”, transformou a personagem Capitão Nemo no primeiro caça-tesouros da ria de Vigo. Desde então, intensificaram-se as imersões nas águas da ria à procura do tesouro e em 2011 localizaram-se seis destroços relacionados com a batalha.

A viagem continuou e os estudantes chegaram à icónica Praça do Obradoiro, por volta das 11:30 horas, prontos para um dos momentos mais aguardados da viagem: um Peddy-Paper dinâmico pela cidade, orientado pela escritora Ainoa Polo, autora da obra «Buen Camino», estudada nas aulas de Espanhol. Esta obra integra contos relativos aos dez caminhos de peregrinação a Santiago de Compostela e conta, ainda, com atividades e recursos multimédia a que os leitores podem aceder com códigos QR. O grande desafio começou em frente ao Parador de Santiago - Hostal Reis Católicos (do séc. XV) com a distribuição dos alunos por equipas, cada uma das quais associada a uma das ordens monásticas militares da Idade Média, nomeadamente a Ordem de Santiago, Calatrava, Alcântara, Hospitalários e Templários. Nesse momento a escritora explicou às equipas que o Códice Calixtino, um manuscrito iluminado de meados do século XII, se encontrava até recentemente conservado no Arquivo da Catedral de Santiago de Compostela, tendo sido comunicado, no dia 5 de julho de 2011, que tinha sido roubado desse local. E assim as diferentes ordens teriam por missão recuperá-lo e superar oito etapas que colocariam à prova os seus conhecimentos.



Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

Newsletter n.º 20 | 2025_2026 - 3.º Período | GCI

Aventura na mágica cidade de Santiago de Compostela à procura do Códice Calixtino



A saber: Etapa 1 “Geografía de las rutas” dedicada à identificação de 10 caminhos de Santiago num mapa.

Etapa 2 “Qué llevan los peregrinos” dedicada à exploração de vocabulário sobre os objetos que um peregrino leva na sua mochila e sobre as suas emoções ao longo do percurso.

Etapa 3 “Rutas Jacobeas” exploradas através de entrevistas a peregrinos de diversas nacionalidades (testemunhos registados para a Rádio Escola, mais concretamente para o podcast AECA Talks).



Etapa 4 “Asignaturas y vida Universitaria” sobre disciplinas e horários dos alunos espanhóis. Esta prova foi realizada dentro do Colégio de Fonseca (fundado em 1526), que é um dos edifícios mais históricos da Universidade de Santiago de Compostela (USC). Neste mesmo local foi também realizada a entrevista à escritora Ainoa Polo (cf. episódio do AECA Talks).



Etapa 5 “Economía, Historia y Matemáticas” dedicada à exploração de elementos do interior da Catedral, nomeadamente ao “Botafumeiro” (incensário de 62 Kg, usado como instrumento de purificação);





Aventura na mágica cidade de Santiago de Compostela à procura do Códice Calixtino

Etapa 6 “Gastronomía y Nutrición” dedicada à exploração de ingredientes e pratos típicos galegos (como a famosa Tarta de Santiago, Pulpo a feira e pimentos padrón). Esta etapa foi realizada no Mercado de Abastos e nas ruas que lhe são contíguas.

Etapa 7 “Códice Calixtino y Música” dedicada à exploração de um fragmento do Códice, contendo o mais antigo cântico de peregrinos, encontrado até hoje. Aqui explorou-se a expressão latina “Ultreia et Suseia” e a sua forte ligação à tradição cristã medieval. Embora a expressão “Bom Caminho”/ “Buen Camino” seja mais comum hoje em dia, ela não foi a primeira a ser usada. Durante o percurso, era recorrente que os caminhantes ouvissem palavras de força e encorajamento tanto dos habitantes dos locais por onde passavam, quanto de outros peregrinos. A palavra “Ultreia”, que pode ser traduzida como “vamos mais além”, era usada para incentivar a jornada, como um reforço positivo, incentivando os peregrinos a seguir em frente com fé e superar os desafios do caminho. Já a palavra “Suseia” seria usada como resposta, podendo ser traduzida como “Em frente com esperança!”. A junção das duas palavras reflete uma mensagem de apoio mútuo. Por isso, esta expressão tornou-se um símbolo da jornada espiritual, refletindo a ideia de que cada passo à frente é um ato de perseverança.

Etapa 8 “Cultura General” dedicada a um mergulho no coração pulsante de Santiago. Nesta última etapa, à medida que as equipas decifravam os mistérios da língua espanhola, os seus sentidos eram inundados: o som persistente das gaitas de foles ecoava no ar, fundindo-se com o ruído frenético e metálico das bicicletas que anunciavam novas vitórias sobre o asfalto. Num ritmo contínuo, os alunos testemunharam o impacto das lágrimas de quem completa a jornada. Era um cenário de contrastes, repleto de abraços apertados entre desconhecidos, de cânticos que vibravam nas gargantas cansadas e o silêncio denso e profundo das orações de quem, finalmente, se reencontra consigo mesmo, após tantos quilómetros de caminho. O alvoroço dos que chegavam contagiava os alunos, provando que aprender uma língua e uma cultura é, afinal, como percorrer o Caminho: uma viagem onde cada passo tem o brilho da descoberta.



Concluído o Peddy-Paper, chegou o momento de visitarem o “Museo de las Peregrinaciones”, acompanhados em pequenos grupos por guias. Em diferentes salas exploraram a peregrinação como fenómeno antropológico universal, presente em todas as civilizações ao longo da história. Nesta visita, os alunos foram convidados a escolher três objetos, que considerassem mais interessantes no museu. Alguns dos escolhidos foram: O Guia do peregrino (fragmento autêntico do Códice Calixtino), o “tesouriño” (conjunto de moedas do século XII) e as figas de azeviche (originado da fossilização de árvores e que se caracteriza pela sua cor preta), que eram usadas como amuletos de proteção.



Aventura na mágica cidade de Santiago de Compostela à procura do Códice Calixtino



No museu tiveram também acesso à exposição “KUMBH MELA - El baño de la inmortalidad”, com fotografias de Manuel Valcárcel, organizadas sobre peregrinações do mundo. Em destaque surgiu a fotografia “Peregrino al lado del Ganges”. No final da visita uma das guias foi entrevistada (cf. episódio do AECA Talks).



O almoço, realizado ao ar livre nas proximidades da majestosa Catedral, foi um momento de partilha e descanso. Entre lanches e conversas, os alunos aproveitaram para explorar as ruas comerciais da Cidade Velha e para adquirir recordações da cultura galega, sempre rodeados pelo cenário arquitetónico único que define o centro histórico.

No início da tarde realizou-se um momento mais intimista, em grupos reduzidos, os alunos entraram na Catedral, atravessaram o Claustro e aproximaram-se do Altar principal de estilo barroco, onde luzidio se evidenciava o famoso “Botafumeiro”, suspenso do teto da nave central. Num ambiente silencioso, contornaram o Altar Superior (pelo lado esquerdo) e aí desceram à zona mais sagrada da basílica. Foi ali, na quietude da Cripta, diante da urna de prata onde repousam os restos mortais do Apóstolo Santiago que os alunos entregarem, de forma simbólica, os seus textos e desejos, em conexão com a tradição de milhões de pessoas que, ao longo dos séculos,



Aventura na mágica cidade de Santiago de Compostela à procura do Códice Calixtino

ali deixaram as suas esperanças. Esta passagem transformou a visita numa vivência pessoal e espiritual, tornando a história de Santiago de Compostela algo muito mais próximo da realidade de cada aluno. De seguida subiram ao camarim atrás do Altar-Mor da Catedral para abraçar a estátua do Apóstolo Santiago (datada do século XII), envolvidos num ambiente de paz e serenidade, que convidava à reflexão.

A tarde foi reservada para uma mudança de cenário. Pelas 16:30, o grupo deslocou-se para a imponente Cidade da Cultura, visitando o Museu Centro Gaiás. Esta paragem permitiu aos estudantes contrastar a herança medieval de Santiago com a vanguarda arquitetónica e artística contemporânea da Galiza.



Considerado como uma referência arquitetónica do século XXI, o Museu Centro Gaiás é um edifício singular que aspira tornar-se o centro expositivo de referência da Galiza. A espetacularidade da sua fachada, os quase 43 metros de altura e os seus mais de 16.000 metros quadrados de superfície permitem ao Museu desenvolver uma vasta oferta de atividades formativas e de divulgação. Destaque-se a exposição “Las estaciones del año en el arte gallego de los siglos XX y XXI”, onde os alunos se detiveram a observar fotografias do autêntico mundo rural galego e a exposição “Mundo expandido. Entre lo físico y lo virtual”, que explora os limites da realidade física e da simulação digital e aprofunda os efeitos da explosão dos mundos virtuais nas nossas vidas. Conta com objetos históricos, instalações imersivas, videojogos, aplicações de realidade aumentada e reflexões sobre o metaverso de diversos artistas. Ao mesmo tempo, convida à reflexão sobre o desejo humano de habitar mundos simulados e sobre a relação atual entre a realidade física e os mundos virtuais, bem como sobre as suas implicações éticas, filosóficas, legais, sociais e económicas. E, assim, chegou ao fim a viagem a Santiago de Compostela, um destino onde tradição e modernidade convergem em perfeita simbiose.

Para mais informações sobre esta imersão linguística e cultural, seguem-se os links de acesso:

- 1) Para explorar a obra “Buen Camino” de Ainoa Polo e descarregar um capítulo de amostra. Mais info em: <https://www.freshlinguas.com/producto/buen-camino/>
- 2) Compilação de materiais sobre a obra “Buen Camino”. Mais info em: <https://padlet.com/mlmapmn2022/buen-camino-de-ainoa-polo-sanchez-gh8snwj0t9vsu65j>
- 3) Visita ao “Museo de Peregrinaciones de Santiago de Compostela”. Mais info em: <https://museoperegrinacions.xunta.gal/es>
- 4) Exposição “Kumbh Mela - El baño de la inmortalidad” com fotografias de Manuel Valcárcel “Piro”. Mais info em: <https://museoperegrinacions.xunta.gal/es/exposiciones/kumbh-mela>
- 5) Visita à Cidade da Cultura/ “Museo Centro Gaiás”. Mais info em:



Aventura na mágica cidade de Santiago de Compostela à procura do Códice Calixtino

<https://www.cidadedacultura.gal/es/content/museo-centro-gaias>

- 6) Exposição “Las estaciones del año en el arte gallego de los siglos XX y XXI”. Mais info em:
<https://www.cidadedacultura.gal/es/evento/las-estaciones-del-ano-en-el-arte-gallego-de-los-siglos-xx-y-xxi>
- 7) Exposição “Mundo expandido. Entre lo físico y lo virtual”. Mais info em:
<https://www.cidadedacultura.gal/es/evento/mundo-expandido-entre-lo-fisico-y-lo-virtual>

Para finalizar, aqui fica um especial agradecimento a todos os alunos que se empenharam nesta aventura, aos professores que os acompanharam e a todos aqueles que tornaram possível a concretização desta visita de estudo, que foi a última do Ensino Básico para os estudantes de Espanhol do 9.º ano. A todos “Buen Camino”.

Professoras dinamizadoras: Maria de Lurdes Martins e Rosário Cacholas

História e Educação Física foram ao MUZEU, em Braga

No dia 2 de junho, a turma 9ºA1, constituída por 28 alunos, realizou uma visita de estudo ao MUZEU, em Braga, no âmbito das disciplinas de História e Educação Física.

Esta atividade teve como principal objetivo proporcionar aos alunos o contacto direto com diferentes manifestações de arte contemporânea, permitindo aprofundar conhecimentos abordados em contexto de sala de aula e promover a reflexão crítica sobre as obras observadas. A visita constituiu uma oportunidade de enriquecimento cultural e de desenvolvimento da sensibilidade artística dos participantes. A atividade foi acompanhada por uma funcionária do MUZEU, que realizou uma visita guiada à exposição. Esta orientação constituiu uma mais-valia para os alunos, permitindo-lhes compreender melhor a lógica da organização das obras pelos diferentes pisos do museu, bem como o significado, o contexto e as intenções subjacentes a algumas das obras expostas. As explicações fornecidas contribuíram para uma leitura mais informada da arte contemporânea e para uma experiência de aprendizagens mais enriquecedoras.

A atividade foi articulada com a disciplina de Educação Física, incentivando a prática da atividade física e a adoção de estilos de vida saudáveis. Integrou o Plano de Turma da Educação para a Cidadania, na Dimensão de Risco e Segurança Rodoviária. Neste contexto, a turma realizou um percurso na cidade e acedeu ao Museu utilizando bicicletas e trotinetes, circulando na via rodoviária e ciclovia, durante o qual os alunos puderam aplicar regras de circulação e de segurança rodoviária em ambiente real. A professora de Inglês, assim como a professora do EMAEI também acompanharam a turma.

A visita decorreu de forma muito positiva, com elevado empenho e interesse por parte dos alunos, contribuindo para a consolidação de aprendizagens, o desenvolvimento de competências transversais e a promoção de comportamentos responsáveis enquanto utilizadores da via pública.





Ainda sobre o Dia do Agrupamento de Escolas Carlos Amarante Sala do Clube Europeu



Um espaço de partilha, de atividades, de conversas, de risos e de saberes. Assim se viveu na sala do Clube Europeu no Dia do Agrupamento Carlos Amarante.

A Europa foi o ponto de partida para um momento de convívio entre alunos, professores e visitantes, onde a diversidade se transformou numa oportunidade de aprender, descobrir e celebrar o que nos une.

Entre jogos, atividades e petiscos de diferentes países, viajou-se entre culturas sem sair do lugar. As bandeiras e imagens icónicas recordaram que a diversidade não separa — enriquece e une.

Porque a Europa também se constrói assim: em pequenos momentos de descoberta, partilha e pertença comum.

Professora Glória Pires

Jornalistas em rede

Na sequência do concurso «Jornalistas em rede», promovido pelo jornal *Público*, os alunos da turma 8.º B1 elaboraram as suas entrevistas, em grupos de dois a três elementos. Esta atividade resultou da articulação entre a disciplina de Português e a Biblioteca Escolar.

Reconhecendo a importância deste trabalho, bem como o empenho e dedicação demonstrados pelos alunos, a presente newsletter reúne algumas dessas entrevistas. Este número inclui ainda um suplemento no qual são publicadas entrevistas na íntegra. No final desta página encontra-se o link de acesso ao referido suplemento.

Estamos a cuidar bem da nossa saúde?

**Uma conversa com o Dr. André Santa Cruz
sobre prevenção, desafios e futuro da medicina na área da Infeciologia.**

Entrevistamos o Dr. André Santa Cruz, médico especialista em medicina interna, formado pela faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa. Atualmente, trabalha no hospital de Braga, onde presta cuidados médicos a diversos pacientes e contribui para a melhoria da saúde da população. O objetivo desta entrevista é conhecer melhor o seu percurso profissional, desde a sua formação até à sua experiência na prática médica. Também, abordamos temas importantes, como a covid-19 e a importância da prevenção, vacinação e cuidados com a saúde pública.

Botão: [Continua em Suplemento](#)



Agrupamento de Escolas Carlos Amarante entre os Vencedores do IV Concurso de Vídeos APPELE, dedicado à Cidadania



O Agrupamento de Escolas Carlos Amarante está entre os vencedores do IV Concurso de Vídeos, promovido pela APPELE (Associação Portuguesa de Professores de Espanhol Língua Estrangeira). Centrada no tema «Ciudadanía», esta edição desafiou os alunos a abordarem nos seus vídeos narrativas realistas ou ficcionadas, tendo como foco a sua participação cívica, usando o espanhol como veículo de expressão.

Na categoria de «Ensino Básico», o Agrupamento distinguiu-se com o vídeo «El bien común es una tarea que nunca se acaba», que funciona como uma compilação de exemplos práticos de como se vive a cidadania no dia a dia, através da empatia, do respeito mútuo e da responsabilidade partilhada. A entrega dos prémios realizou-se no dia 5 de junho de 2026, foi presidida pelo presidente da APPELE, José León Acosta, que foi entrevistado pelas nossas alunas para o podcast AECA TALKS.

Projetos como este reforçam que a cidadania não é um conceito abstrato, mas uma prática viva. Ao envolverem-se nesta iniciativa, os nossos jovens assumem o papel de agentes de mudança, compreendendo que as suas ações têm um impacto direto na comunidade que os rodeia. Vídeo disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=4Biy3IU8xaU&t=18s>

Muitos parabéns a todos os alunos e professores envolvidos, cujo empenho demonstra que a construção de um futuro melhor se faz no presente e que «o bem comum é uma tarefa que nunca acaba».

Professoras: Maria de Lurdes Martins e Rosário Cacholas



Prémio Aristides de Sousa Mendes



Três alunos do 11.º ano do Agrupamento de Escolas Carlos Amarante alcançaram o 2.º lugar, a nível nacional, no prestigiado concurso escolar Prémio Aristides de Sousa Mendes.

Promovida pela Associação Sindical dos Diplomatas Portugueses, em parceria com o Museu Aristides de Sousa Mendes e o Instituto de Educação, Qualidade e Avaliação (EduQA, I.P.) a edição deste ano desafiou os estudantes do Ensino Secundário a realizarem uma reflexão sobre a “Diplomacia e os Direitos Humanos em Contexto de Conflitos Armados e/ou regimes totalitários”. A iniciativa visa sensibilizar as novas gerações para a tolerância e para a justiça social, honrando o legado do corajoso diplomata português que salvou mais de 30 mil pessoas da perseguição Nazi em 1940.

Um olhar rigoroso sobre a história recente

O projeto premiado dos alunos, que frequentam o curso de Línguas e Humanidades, nasceu no âmbito das aulas de História A, Cidadania e Desenvolvimento e incidiu sobre o tema “Vidas que contam: a situação no Iémen e a geometria variável dos Direitos Humanos em períodos de conflito armado”. O trabalho aborda, de forma profunda e rigorosa, um dos conflitos mais devastadores que persiste até hoje, resultando numa das piores crises humanitárias dos nossos dias, cruzando a análise crítica sobre os Direitos Humanos em contexto de guerra com a urgência de proteger a paz global na atualidade.

No seu trabalho, os alunos mergulham a fundo num conflito em que a população do Iémen enfrenta uma crise de desnutrição alarmante, com taxas a atingir 33%, consideradas críticas. A UNICEF

[\(Continua na página seguinte\)](#)



Prémio Aristides de Sousa Mendes



alerta para os milhares de mortes iminentes devido a cortes na ajuda humanitária e distribuição inadequada de alimentos. Atualmente, metade das crianças com menos de cinco anos e 1,4 milhões de mulheres grávidas e a amamentar estão desnutridas.

O secretário-geral das Nações Unidas, António Guterres, expressou recentemente profunda preocupação com os desenvolvimentos no Iémen. Numa nota aos correspondentes datada de 17 de março de 2025, Guterres apelou a todas as partes envolvidas no conflito para que cessem as hostilidades e retomem as negociações de paz, enfatizando a necessidade urgente de aliviar o sofrimento do povo iemenita.

É imperativo que a comunidade internacional redobre os esforços para encontrar uma solução política para o conflito no Iémen e forneça o apoio humanitário necessário para mitigar o sofrimento da sua população.

Para avaliar os projetos de todo o país, o concurso contou com um painel de jurados de prestígio internacional na área das Relações Internacionais e Direitos Humanos, constituído pelo Embaixador António de Almeida Ribeiro, pela Diretora do Escritório em Londres do Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA), Mónica Ferro e pela antiga Representante Especial do Secretário-Geral da Organização das Nações Unidas (ONU), Marta Santos Pais.

O júri fez questão de sublinhar o mérito, a relevância e a qualidade técnica do trabalho desenvolvido pelos alunos da Escola Carlos Amarante.

A cerimónia e o reconhecimento

Como reconhecimento deste feito, os alunos Leonor Fernandes, 11.º O, José Duarte Freitas, 11.º P e Maria Inês Sousa, 11.º R, foram convidados a marcar presença na Cerimónia de Entrega de Prémios, que teve lugar no dia 1 de julho, no Museu Aristides de Sousa Mendes - Casa do Passal. Pela conquista do 2.º lugar nacional, os estudantes irão receber um vale de 600 € para a compra de livros, material escolar ou equipamento informático, um excelente incentivo para o futuro académico que se avizinha. A cerimónia, para além do prestigiado painel de jurados, contou também com a presença do Presidente da Câmara Municipal de Carregal do Sal, Paulo Catalino Ferraz e com a presença do Cônsul de Vigo, João Bezerra. Nas várias intervenções foi dada importância à coragem de «estar no lado certo da história», evocando-se a ação de Aristides Sousa Mendes como «o benfeitor da humanidade».

Mais do que uma distinção escolar, este prémio recebido por este grupo de alunos espelha a missão do Agrupamento de Escolas Carlos Amarante de formar cidadãos conscientes, críticos e ativos na defesa de um futuro mais justo e pacífico.

O professor: Francisco Marinho





Celebração do Dia da Europa e do eTwinning, Orçamento Participativo e Eco-escolas

O dia 8 de maio de 2026 ficará marcado no Agrupamento de Escolas Carlos Amarante como um momento vibrante de celebração e reconhecimento. Numa jornada que uniu o espírito europeu, a consciência ecológica e a voz dos alunos, a escola vestiu-se a rigor para celebrar o Dia da Europa e do eTwinning, proceder à Inauguração de espaços e materiais adquiridos no âmbito do Orçamento Participativo e hastear a bandeira do eTwinning e a Bandeira Verde do Eco-escolas.



As celebrações arrancaram pelas 10h00, com a Sala do Aluno repleta para a inauguração oficial dos novos espaços e materiais. Estes recursos, que incluem novos instrumentos musicais, com especial destaque para os bombos, caixas de rufo, timbalões e cavaquinhos, foram adquiridos através do Orçamento Participativo, demonstrando o impacto direto das escolhas dos alunos na melhoria da sua escola.



Mais do que um investimento em equipamentos, esta iniciativa representa um importante contributo para a promoção da saúde, do bem-estar e do desenvolvimento integral dos alunos, incentivando a participação ativa, a expressão artística, o convívio e o fortalecimento das relações interpessoais.

O momento musical que se seguiu, introduzido pelo aluno Alexandre Dias, foi preparado pelas professoras Ana Paula Matos e Ana Raquel Fernandes. A celebração ganhou uma nova dimensão com a cumplicidade do músico e multi-instrumentista Daniel Pereira Cristo, que partilhou o palco com o seu filho, Diogo Pereira, numa união geracional que deu o mote para a entrevista que foi posteriormente gravada para o podcast AECA Talks.

Nas ondas da Rádio Escola, Daniel deixou uma preciosa reflexão, que ecoou tanto quanto a música, sobre a importância de sabermos quem somos, para sabermos onde queremos ir e chegar.



A atuação musical despertou a sala com a vibração rítmica da percussão, o bater dos bombos e caixas de rufo e o estalido seco das clavas e reco-recos sentiam-se no peito de cada espectador. De seguida, o ar preencheu-se com o som aveludado das gaitas de foles, numa “Chula” interpretada por pai e filho



[\(Continua na página seguinte\)](#)



Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

Newsletter n.º 20 | 2025_2026 - 3.º Período | GCI

Celebração do Dia da Europa e do eTwinning, Orçamento Participativo e Eco-escolas

que trouxe a herança da terra para o presente. A harmonia tornou-se mais vibrante com a entrada do coro e o dedilhar ágil dos cavaquinhos na interpretação grupal de “A Saia da Carolina”. Para o fecho memorável, o som elétrico da guitarra rasgou o silêncio, inundando a sala com uma carga emocional intensa ao som de “O Homem do Leme” e da “Menina

estás à janela”, num final que fez vibrar não apenas o espaço, mas o coração dos presentes.

Pelas 10h45, a celebração continuou na Biblioteca Escolar, onde o Diretor do Agrupamento, Eusébio Fertusinhos, tomou a palavra com um discurso mobilizador, que cativou os presentes ao realçar a importância da identidade europeia e da união da comunidade educativa.

Logo após as suas palavras, o “Hino da Europa” (a icónica “Ode à Alegria” da 9.ª Sinfonia de Beethoven) ecoou de forma solene através do saxofone do aluno Alexandre Dias, dando o mote oficial para as comemorações do Dia da Europa e do eTwinning.

Em seguida, a Vereadora da Educação da CMB, Hortense Santos, foi entrevistada pelo aluno Daniel Ramôa (um dos alunos mentores da candidatura vencedora do Orçamento Participativo) para o podcast AECA Talks da Rádio da Escola.

De seguida, os alunos do 9.º D, Inês Canelas e Leonardo Martins, apresentaram os trabalhos desenvolvidos por oito turmas no projeto eTwinning internacional “Rutas por Europa”, que conta com a participação de sete agrupamentos de escolas, sediadas em Portugal, Itália e Espanha. Tem como objetivo a construção de roteiros de divulgação da cultura,

[\(Continua na página seguinte\)](#)





RUTAS POR EUROPA

Proyecto internacional entre Portugal, Italia y España

- 1) Miembros (7 Institutos)
- 2) Presentación de equipos
- 3) Encuentros en línea entre alumnos (29 y 30 enero / 3 febrero)
- 4) Nuestras Rutas:
En Braga (fuentes y obra de Carlos Amarante, Portugal)
En España (ruta de Santiago de Compostela)



INSTITUTOS PARTICIPANTES

Portugal	AE Carlos Amarante - Braga AE Caldas de Vizela - Vizela AE D. Pedro IV - Vila do Conde EII 2/3 do Carico - Madeira
Espanha	IES Padre Felice - Gijón IES Daniel Manzané - Tortosa
Italia	IS Gaetano De Sanctis - Roma

NUESTRA RUTA SANTIAGO 30/04/2026



Esta actividad se celebra en España, en la ciudad de Santiago de Compostela, el 30 de abril de 2026. El objetivo es que los alumnos de los tres países participen en un viaje virtual por la Ruta de Santiago de Compostela, una de las rutas más importantes de Europa. Los alumnos de cada país presentarán un trabajo sobre esta ruta y la historia de la ciudad de Santiago de Compostela. El trabajo será presentado en un video que se proyectará en la ciudad de Santiago de Compostela el 30 de abril de 2026. El video será presentado en la ciudad de Santiago de Compostela el 30 de abril de 2026. El video será presentado en la ciudad de Santiago de Compostela el 30 de abril de 2026.

NUESTRA RUTA FUENTES DE BOM JESUS



<https://bomjesus.pt>



Celebração do Dia da Europa e do eTwinning, Orçamento Participativo e Eco-escolas

o património e das tradições dos países das escolas parceiras. No nosso AE os alunos exploraram diversas rotas espanholas (associadas aos Caminhos de Santiago) e rotas portuguesas como a “Rota das fontes do Bom Jesus” e a “Rota pelas obras do arquiteto Carlos Amarante”.

Para encerrar o momento com chave de ouro foram entregues os certificados eTwinning aos alunos presentes que participaram, no ano letivo 2024/2025, em projetos eTwinning distinguidos com os Selos de Qualidade Nacional e Europeu, reconhecendo-se o empenho, a colaboração e a qualidade do trabalho desenvolvido no âmbito destas iniciativas internacionais. Foram nomeadamente referidos os projetos: “Connecting Cultures Through Games”, de que foi cofundadora a Prof. Anabela Gonçalves (turmas 5.º C e G) e “AIMS”, de que foi cofundadora a Prof. Maria de Lurdes Martins (turmas de 10.º e 11.º de Espanhol dos cursos profissionais dos cursos TPI, TDIE, PM, PEAC e TD).



O culminar das celebrações teve lugar no átrio exterior, com o momento solene do hastear da Bandeira do eTwinning, símbolo do reconhecimento pelo trabalho de excelência desenvolvido no âmbito da cooperação europeia, e da Bandeira Verde 2024/2025, distinção atribuída pelo programa Eco-Escolas, que evidencia o compromisso do agrupamento com a sustentabilidade e a educação ambiental.

O momento foi acompanhado pelo “Hino da Escola” e contou ainda com a participação do Coro da Escola e do Grupo de Instrumentos, que interpretaram a canção “Salvando o Planeta”, num ambiente de união e espírito de comunidade. A cerimónia encerrou com a canção “Somos Eco-Escolas”, reforçando a mensagem de sensibilização ambiental, cidadania ativa e respeito pelo planeta, reflexo de uma escola viva e empenhada na construção de um futuro mais sustentável.

A Escola agradece a presença e o contributo de todos os que participaram nesta cerimónia, nomeadamente aos alunos, professores, assistentes operacionais, direção, Associação de Pais e Município, cujo apoio, dedicação e envolvimento tornam possível a concretização de projetos e iniciativas que valorizam a educação, a cidadania e a sustentabilidade.

As Coordenadoras da celebração:

Maria de Lurdes Martins

Mentora eTwinning

Maria de Fátima Gaspar e Raquel Malheiro

Coordenadoras do Eco-Escolas

Ana Paula Matos e Ana Raquel Fernandes

Coro e Clube de Música

Margarida Alves

Projeto de Educação para a Saúde e Mentora do Orçamento Participativo





Alunos levam o Bom Jesus e a Obra de Carlos Amarante além-fronteiras com o Projeto eTwinning “Rutas por Europa”

No dia 12 de junho concluiu-se a última etapa do projeto internacional eTwinning “Rutas por Europa”, que envolveu oito turmas da EB 2/3 de Gualtar e que contou com a participação de sete agrupamentos de escolas. Concretamente o projeto implicou a participação de escolas de Portugal (AE Carlos Amarante – Braga, AE Caldas de Vizela – Vizela, AE D. Pedro IV – Vila do Conde e EB 2/3 do Caniço – Madeira), de Espanha (IES Padre Feijoo – Gijón e IE Daniel Mangrané – Tortosa) e de Itália (IIS Gaetano De Sanctis – Roma) e teve como principal objetivo a construção de roteiros de divulgação da cultura, do património e das tradições dos respetivos países.



No nosso AE, os estudantes trabalharam cooperativamente para investigar e desenvolver experiências imersivas inovadoras. As tarefas foram divididas entre a pesquisa, criação de conteúdos, documentação gráfica e modelação 3D, resultando no desenvolvimento de duas rotas principais, exploradas física e virtualmente. A primeira centrou-se no Caminho de Santiago, baseada na obra “Buen Camino” de Ainoa Polo, escritora que os alunos conheceram pessoalmente numa imersão linguística e cultural realizada em Santiago de Compostela, cidade Património da Humanidade, desde 1985. A segunda rota homenageou o patrono do agrupamento, Carlos Amarante, focando-se na exploração do complexo de fontes do Bom Jesus, classificado como Património Mundial da UNESCO, desde 2019.

A atividade do dia 12 de junho transformou o Santuário do Bom Jesus numa aula multidisciplinar a céu aberto. O percurso, um Peddy-Paper de aproximadamente dez quilómetros de ida e volta ao Bom Jesus, uniu a atividade física, o estudo da paisagem e a expressão linguística numa autêntica viagem interpretativa.

O grande objetivo do dia foi a gravação de um vídeo explicativo, integralmente protagonizado pelos alunos, partilhado posteriormente com as escolas parceiras. Através deste registo audiovisual, os alunos deram a conhecer o impressionante património edificado por Carlos Amarante e a singular “rota da água” deste monumento, que ostenta o título de Património Mundial.

A aventura começou na escola com a leitura e análise de um poema sobre a importância da água, preparando os alunos para a temática central da rota. Já no terreno, após passarem pela Avenida dos Lusíadas, onde mediram as suas pulsações e analisaram o curso de água local, os estudantes iniciaram a subida pelos célebres Escadórios do Pórtico. Sob o perfume das tílias em flor, descobriram as fontes astronómicas do Sol e da Lua e aprenderam sobre os impactos históricos do terramoto de 1755, que moldou a paisagem e a arquitetura da região.

À medida que subiam, a mitologia misturou-se com a geografia no Patamar dos Deuses, com paragens obrigatórias nas fontes de Diana, Marte, Mercúrio e Saturno. A seguir, os alunos depararam-se com as colunas em espiral adornadas com grandes serpentes e crocodilos, cujas cabeças apontam simetricamente para os quatro pontos cardeais, um detalhe arquitetónico que despertou grande curiosidade. O percurso continuou pelos célebres Escadórios dos Cinco Sentidos (Visão, Audição, Olfato, Paladar e Tato). Os jovens repórteres do 7.ºB explicaram em pormenor como a água brota de cada estátua e identificaram os animais esculpidos na pedra (como a águia, a aranha, o cão, o macaco e o boi), que simbolizam as capacidades sensoriais humanas, transformando cada degrau numa lição. [\(Continua na página seguinte\)](#)





Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

Newsletter n.º 20 | 2025_2026 - 3.º Período | GCI

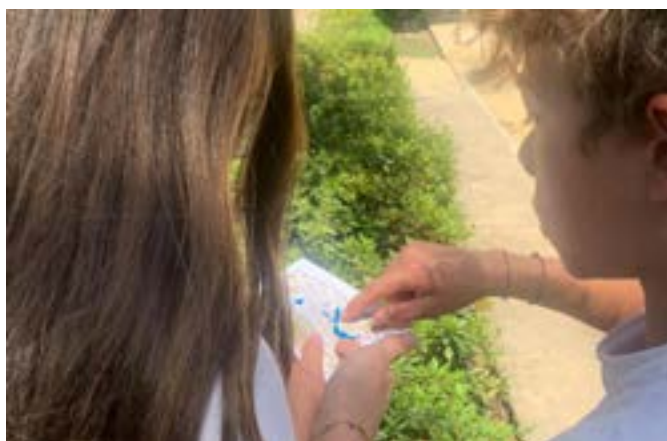
Alunos levam o Bom Jesus e a Obra de Carlos Amarante além-fronteiras com o Projeto eTwinning “Rutas por Europa”



Antes do tramo final, o grupo fez uma paragem no deslumbrante Jardim do Pelicano, onde descodificaram o simbolismo cristão de sacrifício e generosidade associado àquela ave. A subida prosseguiu pelas Fontes das Virtudes, dispostas na sequência ascendente de Fé, Esperança e Caridade, até que a turma alcançou o topo do monte sagrado.

Como não podia deixar de ser, houve tempo para espreitar pela famosa luneta do Bom Jesus e explicar aos parceiros europeus a origem da expressão popular “Ver Braga por um canudo”. A jornada terminou no emblemático Funicular do Bom Jesus, inaugurado em 1882. Ali, os alunos detalharam o engenho científico deste que é o elevador com contrapeso de água mais antigo do mundo em serviço, funcionando de forma totalmente ecológica, sem recurso a eletricidade, um testemunho da engenharia sustentável do século XIX.

Além da componente audiovisual e de orientação, os alunos recolheram amostras de folhas ao longo do percurso para construir um herbário. Esta atividade permitiu-lhes identificar espécies autóctones, exóticas e ornamentais como a tília, o carvalho ou a camélia, enriquecendo os seus conhecimentos em botânica e ecologia.



Junto ao lago, realizaram uma prova de orientação e também exploraram as curiosidades geográficas do terreno, observando o alinhamento do Santuário com o sol nos equinócios, entre outros elementos que revelam a profunda ligação do local com a natureza e a astronomia.

[\(Continua na página seguinte\)](#)



Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

Newsletter n.º 20 | 2025_2026 - 3.º Período | GCI

Alunos levam o Bom Jesus e a Obra de Carlos Amarante além-fronteiras com o Projeto eTwinning “Rutas por Europa”

Para mais informação detalhada sobre o projeto e as suas etapas, explorar a compilação, disponível em: <https://canva.link/i9dji67s5i4283z>

Para finalizar, aqui fica um especial agradecimento à direção do AE Carlos Amarante, na pessoa do Diretor, Eusébio Fertusinhos, no apoio logístico que um projeto desta dimensão implica; aos professores que permitiram a colaboração com múltiplas áreas disciplinares, nomeadamente: Prof. Rosário Cacholas (parceria nas atividades da Espanhol e organização da rota física a Santiago de Compostela); Prof. José Domingues e Henrique Santos (na disponibilidade para a concretização da rota física a Santiago); Prof. Joaquim Mota (atividades de Geografia e preparação da rota física do Bom Jesus); Prof. Natália Pinto (atividades de Educação Física e nas provas de orientação realizadas no Bom Jesus); Prof. António Silva (no registo fotográfico das fontes); Prof. Alice Gradíssimo (na partilha do documentário relativo à biografia de Carlos Amarante); Prof. Ana Paula Matos, Ana Raquel Fernandes, Margarida Alves, Fátima Gaspar e Raquel Malheiro (na preparação detalhada do dia do eTwinning e dia da Europa, em que o projeto foi apresentado publicamente).

Por fim, um agradecimento à escritora espanhola, Ainoa Polo, autora da obra estudada “Buen Camino” pela disponibilidade de organizar uma imersão linguística e cultural em Santiago de Compostela (através de uma dinâmica caça ao tesouro, com o objetivo simbólico de desvendar os mistérios do lendário Códice Calixtino) e, ainda, ao cantautor bracarense, Daniel Pereira ‘Cristo’, pela presença na celebração do Dia do eTwinning e por cantar o mote do nosso projeto “quem bebe a água em todas as fontes”.

Felicitemos todos os docentes e alunos que, de alguma maneira, contribuíram para o sucesso deste fantástico projeto, reconhecendo o seu empenho, dedicação e qualidade do trabalho desenvolvido.



Muito Obrigada
Muchas Gracias
Grazie Mille

Prof. Maria de Lurdes Martins,
Cofundadora e Coordenadora do projeto “Rutas por Europa”



RECO

Encerramento das atividades letivas do Agrupamento de Escolas Carlos Amarante

O RECO é uma atividade de encerramento do ano letivo promovida pelo Agrupamento de Escolas Carlos Amarante. Consiste num jantar aberto a toda a comunidade educativa, proporcionando um momento de convívio, partilha, celebração do trabalho desenvolvido ao longo do ano e integração dos novos docentes que ficaram colocados neste agrupamento no concurso Nacional de Professores de 2026/2027.

O elemento central deste evento é o jantar, cujo prato principal é composto por grelhados de carne de porco, uma tradição que caracteriza o RECO e contribui para o ambiente festivo e de confraternização.

Para além da componente gastronómica, a iniciativa promove o fortalecimento dos laços entre alunos, famílias, docentes, pessoal não docente e restantes membros da comunidade.





Suplemento newsletter Jornalistas em rede

1- Dr. André, o que o levou a escolher a medicina e, de seguida, a área da Medicina Interna?

A Medicina surgiu como uma vontade de juntar a ciência à humanidade. Sempre tive o gosto pela ciência, mais pura e fundamental, gostava muito de Física, de Matemática, por exemplo, e imaginava-me num laboratório a fazer experiências. Mas não queria deixar de trabalhar com pessoas, de poder estar ao Serviço delas, sobretudo nas fases de maior fragilidade, como a doença. Obviamente o objetivo do médico é curar a doença, mas a Medicina vive sempre, mesmo quando não é possível curar. Essa humanidade da relação médico-doente é muito bonita, em qualquer momento, e foi isso que me cativou definitivamente.

A Medicina Interna foi a minha escolha porque eu não gostaria de tratar apenas um grupo de patologias. Gostaria de poder lidar com as mais variadas doenças, de forma a cuidar da pessoa no geral, e não apenas de uma das partes. O envolvimento humano torna-se maior. A Medicina Interna tem uma atividade muito ampla, sendo útil desde os cuidados intensivos até aos cuidados paliativos. Eu queria o ambiente hospitalar, sobretudo o internamento, onde sinto que as pessoas estão realmente doentes ou num estado crítico, e onde é possível fazer realmente a diferença. Não me imaginaria a trabalhar como médico fora de um hospital.

Além disso, a Medicina Interna é uma especialidade sobretudo cognitiva, onde se colocam muitas hipóteses de diagnóstico, se fazem muitas inferências. Costuma-se dizer que a Medicina Interna é chamada pelos colegas outras especialidades quando não sabem o que o doente tem. Esse desafio cognitivo agrada-me e aproxima-se também do meu lado de cientista.

2- Quais são as infeções mais comuns que o Dr. encontra atualmente?

A Infeciologia é apenas uma parte da minha atividade, mas é uma parte importante. Atualmente as infeções mais comuns são, sem dúvida, as pneumonias adquiridas na comunidade. Estas são causadas maioritariamente por bactérias e por vírus, sendo que o vírus influenza tem sido o predominante nesta altura do ano. Trabalhando com o doente em estado grave, acabamos por ver muitas outras infeções que evoluíram de forma negativa para o doente, como infeções urinárias por exemplo, infeções respiratórias já adquiridas no hospital em doentes internados por outro motivo e que se tornaram graves.

3- Na sua opinião, quais são os maiores riscos das infeções quando não são tratadas corretamente?

Quando as infeções não são tratadas corretamente, o seu agente causador poderá continuar a proliferar e a morbimortalidade aumenta. Esta palavra complicada vem de duas outras: morbilidade e mortalidade. Se mortalidade é fácil de perceber e fácil de calcular (é o número de pessoas falecidas no total de pessoas infetadas), a morbilidade não é tão falada na comunidade. A morbilidade diz respeito às complicações que resultam da infeção: por exemplo, uma pessoa que teve uma infeção grave do sistema nervoso central, poderá ficar incapacitada para toda a vida. Não morreu, logo não existe mortalidade, mas a morbilidade foi elevada. Uma pessoa com uma infeção respiratória grave, pode ficar a precisar de oxigénio suplementar para toda a vida, por exemplo, e cansar-se muito com pequenas tarefas. Ou uma jovem com uma doença sexualmente transmissível poderá vir a ter problemas de fertilidade no futuro, por exemplo. Há que somar a estas comorbilidades, também algumas complicações que resultam dos internamentos ou dos procedimentos: por exemplo, uma cirurgia que é realizada para controlar uma infeção, pode ter também complicações cirúrgicas ou anestésicas. Resumindo, tudo depende do tipo de infeção e da gravidade que chegou a atingir. A gravidade máxima é a morte, mas a incapacidade também pode ser assaz relevante.



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

4- Qual foi a situação mais desafiadora ou marcante que o senhor já viveu como médico internista trabalhando com doentes infectados?

A situação mais desafiadora diria que foi durante a pandemia COVID-19, em que simplesmente tínhamos de gerir recursos insuficientes. Não se tratava só de selecionar, tratava-se inclusivamente de priorizar. Houve pessoas que num outro timing da sua infeção teriam tido cuidados diferentes dos que receberam. Infelizmente, por todo o mundo, as pessoas morrem conforme as circunstâncias em que vivem: a fome, a guerra, a falta de higiene, a pobreza cultural, as migrações malsucedidas, o isolamento social... não é só na Medicina que as circunstâncias são importantes e podem ser decisivas.

5- Depois da pandemia, a forma como as pessoas cuidam da saúde e da higiene mudou? Porquê?

Diria que sim e diria que não. Diria que atualmente se vê mais pessoas a usar máscara ou a evitar contactos quando se sentem doentes, para não prejudicar outras pessoas. Diria que pode haver mais alguma atenção à fragilidade associada aos medicamentos que são usados para tratar algumas doenças imunes ou oncológicas, mas que retiram capacidade ao sistema imunitário de combater as infeções. Este ano, foi notícia que algumas escolas fecharam turmas porque havia demasiadas crianças infetadas pelo vírus da gripe em simultâneo. Todos estes comportamentos, não se viam antes da pandemia. No entanto, continuamos a ver muitos maus exemplos, ocultação de sintomas, pouco cuidado com a saúde, etc. E cuidar da saúde passa não só por prevenir doenças, mas também por adquirir hábitos saudáveis.

6- Que conselhos o Dr. daria aos jovens para cuidarem melhor da saúde e evitarem infeções?

Diria que para os jovens, era muito importante praticarem um desporto ao seu gosto de forma regular (pertencer a um clube), fazerem escolhas alimentares saudáveis, terem bons hábitos de sono, menor uso de ecrãs e mais conversa com os pais e irmãos (deixar os telemóveis à porta de casa e ter horários definidos para os utilizar), mais momentos de verdadeira e saudável socialização entre amigos e a par disso, estarem envolvidos na comunidade em grupos que tenham algum propósito. Pode ser um propósito social ou religioso, cultural ou artístico, mas é muito bom que tenham isso. Há muitos ganhos, a vários níveis. Ler, aprender um instrumento, procurar cultura, estar atento ao mundo e ter sentido crítico, tudo coisas muito importantes e que acabam por ter uma ligação, mais ou menos imediata, mais ou menos próxima com a saúde física e/ ou mental. Em jeito de brincadeira, pensem também como podem ficar ricos, porque a pobreza associa-se muito à doença.

Quanto à parte da infeção, diria que os jovens, com toda a saúde que os caracteriza, devem estar conscientes de que, não vindo eles a sofrer muito com uma determinada infeção vírica, por exemplo, poderão tornar-se veículos da infeção para pessoas mais vulneráveis (familiares idosos, etc) e podem colaborar muito nesse sentido, evitando um contágio em larga escala.

Outra coisa a que temos assistido, é ao aumento das infeções sexualmente transmissíveis nos jovens que podem ter consequências graves como há pouco falava. Evitar o contacto sexual fortuito e desprotegido é absolutamente crítico. Os jovens devem procurar relações com real significado.

7- Que mensagem o Dr. gostaria de deixar para as pessoas sobre a importância da prevenção e do cuidado com a saúde?

Entre outros exemplos possíveis, ter saúde permite-nos fazer planos mais livremente, realizar mais coisas e coisas diferentes e permite-nos ajudar e contribuir para o bem de outras pessoas. Ter saúde significa que poderemos ser realmente felizes mais facilmente e também fazer outras pessoas felizes.

Entrevista realizada por
Clara, Machado, n.º 6
Luiza Arruda, n.º 22



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

“Ninguém deve ficar esquecido”

Encontros e partilhas

“Ninguém deve ficar esquecido”. A frase resume uma ideia simples, mas exigente, que tem marcado o percurso do Padre João Miguel Torres Campos. Aos 48 anos, divide o seu tempo entre as paróquias que acompanha na região de Braga, o trabalho com pessoas reclusas e projetos comunitários como o Presépio Vivo de Priscos, uma iniciativa que mobiliza centenas de pessoas e se tornou uma referência nacional.

Nesta entrevista, o Padre João Torres falou-nos sobre o seu percurso, a vocação sacerdotal e o trabalho que desenvolve junto de pessoas privadas de liberdade nas prisões de Braga e Guimarães.

Ao longo da entrevista, fala de encontros que marcaram o seu caminho, da importância de escutar quem vive à margem e da convicção de que cada pessoa é sempre maior do que os seus erros. Entre a fé, o serviço e o compromisso com os mais frágeis, revela uma visão do sacerdócio profundamente ligada à proximidade humana e à esperança de recomeço.

1. O que despertou em si o desejo de ser padre? Houve algum momento ou experiência que tenha sido decisiva para seguir esse caminho?

O desejo de ser padre nasceu de forma simples e serena, quase como uma semente que foi crescendo ao longo do tempo. No coração ressoava, de modo discreto, mas persistente, o convite de Jesus: “Vem e segue-me.”

Tive também a sorte de, ao longo da vida, encontrar sacerdotes e leigos que eram pessoas profundamente inspiradoras. Pela forma como viviam, serviam e cuidavam dos outros, mostraram-me que a fé pode ser algo muito concreto, capaz de dar sentido à vida e de abrir caminhos de esperança.

Não houve apenas um momento decisivo, mas muitos pequenos momentos: encontros, experiências, partilhas, silêncios e oração. Aos poucos fui percebendo que Deus passava pela minha vida e me convidava a caminhar com Ele.

Ser padre nasceu dessa descoberta simples e bela: sentir que Deus chama e confiar que, caminhando com Ele, podemos ajudar a levar um pouco mais de luz, esperança e humanidade ao mundo.

2. Quando olha para o início da sua vocação e para o percurso que fez até hoje, sente que essa vocação se foi transformando? De que forma?

Sim, sinto claramente que a vocação se foi aprofundando e amadurecendo ao longo do caminho. A essência do chamamento permanece a mesma, mas a forma de o compreender e viver vai-se transformando com as experiências e com as pessoas que encontramos.

Tive a graça de passar por muitos ambientes diferentes, que alargaram muito o meu olhar e o meu coração: as missões em Angola e Moçambique, o trabalho com reclusos, o contacto próximo com pessoas da etnia cigana, o acompanhamento de famílias, o diálogo com líderes de diferentes denominações religiosas, e naturalmente a vida quotidiana nas comunidades que me foram confiadas.

Cada uma dessas experiências ajudou-me a perceber melhor que a vocação sacerdotal é, antes de tudo, um caminho de encontro, de escuta e de serviço. Com o tempo fui entendendo que ser padre não é apenas exercer um ministério, mas caminhar com as pessoas, partilhar as suas alegrias e dificuldades e procurar ser sinal de esperança no meio delas.

Por isso, diria que a vocação não mudou na sua raiz, mas tornou-se mais humana, mais próxima e mais consciente da riqueza e da diversidade das pessoas e das realidades que Deus coloca no nosso caminho.

3. Costuma transmitir a ideia de que “ninguém deve ficar esquecido”. Como é que essa convicção foi crescendo?

Essa convicção foi crescendo em mim ao longo da vida, sobretudo através das pessoas que fui encontrando pelo



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

caminho. Acredito profundamente que nós somos também as pessoas que nos habitam: cada encontro verdadeiro deixa uma marca, alarga o coração e muda a forma como olhamos o mundo.

Curiosamente, foram muitas vezes os mais frágeis, os que carregam mais peso, mais silêncio ou mais feridas — aqueles que tiveram a capacidade de olhar mais fundo dentro de mim. São eles que nos recordam o essencial da vida e que deixam em nós marcas que permanecem para sempre.

Com o tempo fui percebendo algo muito simples, mas muito verdadeiro: ajudar é um gesto que pode passar no tempo, mas ter ajudado alguém permanece para sempre. Fica gravado na história daquela pessoa e também na nossa.

Por isso acredito que ninguém deve ficar esquecido. Cada pessoa tem um rosto, uma história, uma dignidade infinita. E a nossa humanidade mede-se muito pela capacidade de ver, escutar e cuidar daqueles que, tantas vezes, o mundo deixa à margem.

4. O seu trabalho com pessoas reclusas nasceu dessa visão? Como começou a sua ligação às prisões de Braga e Guimarães e o que o motivou a dar esse passo?

Sim, nasceu precisamente dessa visão. A Pastoral Penitenciária de Braga procura inspirar-se nos primeiros gestos do Bom Samaritano: ver, deter-se e tocar. Antes de tudo, ver: reconhecer que um recluso não é apenas o crime que cometeu. Um recluso é uma vida inteira, com história, feridas e caminhos. O crime é um acontecimento nessa vida — marca-a, muitas vezes nasce das suas circunstâncias — mas não a apaga.

Num país de tradição cristã como o nosso, fala-se pouco dos reclusos, das suas vítimas e das suas famílias. Por isso, é importante que a Igreja, à semelhança do Bom Samaritano, esteja disponível para parar, aproximar-se e escutar aqueles homens e mulheres que vivem atrás das grades.

A minha ligação às prisões começou há cerca de 30 anos, quando ainda era estudante da Faculdade de Teologia. Nessa altura, foi-me lançado o desafio de ser voluntário no Estabelecimento Prisional de Braga. Aceitei e esse primeiro contacto marcou-me profundamente. Percebi que ali havia muitas histórias humanas que pediam presença, escuta e esperança.

Desde então fui compreendendo cada vez mais que amar, como nos ensina Jesus, não é apenas um sentimento — é algo concreto: implica aproximar-se, tocar a realidade do outro, fazer-se próximo. Foi essa experiência que me motivou a continuar este caminho também nas prisões de Braga e Guimarães, procurando levar presença, fé e esperança a quem muitas vezes se sente esquecido.

5. No contacto direto com os reclusos, o que mais o marcou ou transformou, tanto a nível pessoal como espiritual?

No contacto direto com os reclusos, aquilo que mais me marcou foi perceber, cada vez mais profundamente, que cada pessoa é muito mais do que a sua história, os seus erros ou as suas quedas. Ali aprendi que a vida humana é sempre maior, mais complexa e mais misteriosa do que qualquer rótulo.

Muitas vezes saí desses encontros com a sensação de que não fui apenas eu a ajudar — também fui ajudado. Porque cada história, cada sofrimento, cada tentativa de recomeço obriga-nos a olhar para dentro de nós próprios e a rever o que somos e o que queremos ser.

No fundo, o contacto com os reclusos recorda-me constantemente que todos somos peregrinos na mesma condição humana, frágeis e capazes de recomeçar. E que aquilo que verdadeiramente permanece na vida é o bem que fomos capazes de semear nos outros.

6. De que forma essa experiência influenciou a maneira como vive o seu sacerdócio e como acompanha as comunidades paroquiais?

Essa experiência marcou profundamente a forma como vivo o sacerdócio e como procuro acompanhar as comunidades. O contacto com pessoas feridas pela vida — muitas vezes julgadas ou esquecidas — ensinou-me que o essencial do ministério sacerdotal é olhar cada pessoa para além das aparências, reconhecendo nela uma histó-



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

ria, uma luta e uma dignidade que nunca se perde.

Aprendi que a Igreja deve ser, antes de tudo, um lugar de acolhimento, de escuta e de recomeço. Nas comunidades paroquiais procuro, por isso, cultivar um olhar mais humano, mais paciente e mais misericordioso, porque todos somos, de algum modo, frágeis e necessitados de esperança.

Talvez por isso goste de dizer a minha própria vida desta forma:

Sou dono do que perdoei
Sou mendigo do sol que abriguei
Sou sem-abrigo da terra que pisei
Sou criança do adulto em que me tornei
Sou guardador das belezas que contemplei
Sou gente da gente que amei
Sou lavrador do que em mim lavrei...
E um dia morrerei,
mas aqui... aqui ainda estarei,
por ter sido tão cigano e tão rei.

No fundo, aquilo que procuro viver no sacerdócio é simples: caminhar com as pessoas, partilhar as suas alegrias e feridas e ajudá-las a acreditar que ninguém está definitivamente perdido, porque a misericórdia de Deus é sempre maior do que a nossa fragilidade.

7. O Presépio Vivo de Priscos tornou-se uma referência nacional. Como nasceu essa ideia e que objetivos estavam na sua origem — evangelizar, envolver a comunidade ou promover a inclusão social?

O Presépio Vivo de Priscos nasceu de forma muito simples, mas com uma intenção muito clara: colocar as pessoas no centro. Surgiu da urgência de criar encontros verdadeiros, de dar primazia às pessoas sobre as estruturas, de repensar as relações humanas e de valorizar a partilha dos dons e dos bens que cada um possui.

Com o tempo, este projeto foi-se tornando também um caminho de inclusão social. No âmbito da iniciativa “Mais Natal – Priscos”, já acolhemos cerca de 70 reclusos, oferecendo-lhes a possibilidade de trabalhar, participar e sentir-se parte de algo maior. O objetivo nunca foi apenas que colaborassem num evento, mas que descobrissem novas oportunidades, desenvolvessem competências pessoais e sociais e, sobretudo, acreditassem que é possível recomeçar.

Através do trabalho e da participação ativa, muitos encontram um espaço de dignidade e preparação para a vida fora da prisão, com mais condições para a empregabilidade e integração social. O grande desejo é que cada um possa sair consciente de que não quer regressar ao caminho que o levou à prisão, mas construir uma vida nova.

É verdade que hoje a reinserção é cada vez mais difícil. As empresas e a sociedade muitas vezes desconfiam de quem já esteve preso. Mas precisamente por isso este projeto continua a fazer sentido: porque procura abrir portas onde muitas vezes só existem muros.

No fundo, o Presépio Vivo nasceu para evangelizar, envolver a comunidade e promover inclusão — tudo ao mesmo tempo. Porque o presépio recorda-nos algo essencial: Deus escolheu nascer no meio da fragilidade humana, e é precisamente aí, no encontro entre pessoas diferentes, que continua a nascer esperança.

Entrevista realizada por:
Duarte Rocha, n.º 10
Duarte Pereira, n.º 11
Eduardo Vinagre, n.º 13



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

Quem cuida? Conhecimento e empatia / resiliência e força.

Escolhemos entrevistar Gabriela Reis, pediatra de 36 anos, uma vez que consideramos que todos os que trabalham na área da saúde merecem admiração e respeito. Gostaríamos de realçar o seu trabalho de cuidado pelo outro.

A pediatra trabalha no Hospital Trofa Saúde, Braga, e vai partilhar como é a rotina de um profissional de saúde dentro e fora do trabalho.

1. Sabemos que é pediatra. O que a incentivou a seguir esse caminho?

Ser pediatra foi uma escolha que fui construindo ao longo do tempo. Em primeiro lugar, soube desde cedo que queria ser médica, pelo sentido de compromisso, missão e de fazer a diferença na vida das pessoas, ao torná-las melhores. Depois, quando já estava na Faculdade de Medicina, é que percebi que esta era a área que realmente me assentava como uma luva. A pediatria é uma área muito ampla, que abrange as crianças desde o nascimento até quase a idade adulta, e em que tratamos patologias de todos os órgãos e sistemas. Acompanhamos os bebés desde a sala de partos até ao atestado da carta de condução. Um pediatra pratica uma medicina de proximidade, faz, praticamente, parte da família, está presente em todos os momentos importantes, passando pelos primeiros passos, primeiras palavras, entrada na escola, até aos momentos mais frágeis de doença.



Para além disso, sempre me fascinou a resiliência e força das crianças. Quando uma criança está debilitada, geralmente não pensa no pior, o seu único foco é a cura e recuperação. Não tem aquele receio (racional) característico dos adultos e enfrenta as situações sem medo. Coloca-se nas nossas mãos, com toda a confiança (e generosidade), e acredita em nós como se fôssemos super-heróis.

2. Como foi sua trajetória até se tornar pediatra?

Pode dizer-se que minha trajetória começou antes da faculdade. Tomei a decisão de seguir medicina antes de entrar no secundário, o que foi uma grande ajuda em termos de definição do meu objetivo (sobretudo de nota média). Depois de definida esta meta, informei-me sobre as disciplinas específicas e tentei sempre conseguir os melhores resultados possíveis. Abduquei de algumas coisas de que gostava para manter a minha rotina de estudo, mas não deixei de fazer coisas essenciais que me faziam feliz, como sair com amigos, ir ao cinema, ir a festivais e ler.

Felizmente consegui entrar na primeira tentativa na faculdade de medicina da Universidade de Coimbra, onde fiz os 6 anos de curso. Este curso tem duas fases. Uma primeira mais teórica, que dura entre 2 e 3 anos, e uma segunda, com uma vertente mais prática, passada sobretudo no hospital, junto dos doentes, na qual passamos pelas diversas especialidades. É aqui que muitos de nós decidem a área com que mais se identificam. No final do curso, temos de defender uma tese de Mestrado numa área ao nosso gosto (no meu caso foi, claro está, a pediatria) e somos submetidos a uma prova nacional de seriação. Esta é uma prova muito exigente, que necessita de vários meses de preparação intensiva, que inclui várias áreas da medicina. No final desta prova, somos seriados, como o próprio nome diz, para a escolha da especialidade.

Terminados o curso e a Prova, os médicos fazem um ano de formação geral, em que passam por várias especialidades e depois ingressam na especialidade, que varia de 4 a 6 anos. No caso da pediatria são 5 anos. Após este tempo, há novamente um exame para grau de Especialista. É também muito exigente, com várias provas, que decorrem ao longo de 3 a 5 dias. A partir desta altura, pode considerar-se um médico como especialista. Eu fiz este exame há 4 anos. Apesar das provas terem terminado nessa altura, continuo a ter necessidade de estudar quase diariamente. Portanto, já conto com cerca de 17 anos dedicados à medicina. Um médico nunca para de estudar.



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

3. Como é a rotina de uma pediatra dentro e fora do trabalho?

Excelente pergunta! Quando se trabalha na área da medicina, o trabalho acaba por acompanhar-nos dentro e fora do hospital. O meu dia a dia depende muito do setor do hospital em que estou. Se estiver na consulta, a minha rotina passa por avaliar bebés, crianças e adolescentes, ouvir os seus problemas, esclarecer dúvidas, verificar se as rotinas estão em dia, fazer o exame físico e, no final, dar respetivas recomendações.

Quando estou na urgência, o trabalho é diferente, é mais imprevisível, e tenho de estar pronta para qualquer situação, desde traumas até reações alérgicas, infeções respiratórias...

Fora do trabalho, acabo por estar também muito ligada ao hospital. Um médico tem necessidade constante de estudar para estar atualizado, e fazê-lo através da leitura de publicações científicas, artigos de revisão de temas ou mesmo congressos. Para além disso, frequentemente tenho de atender a pedidos de ajuda e dúvidas dos pais, que me contactam telefonicamente. Fora isto, é importante fazermos também o que gostamos, como passear, viajar, ler. Eu também gosto de manter rotinas saudáveis, como a prática de exercício físico e atividades ao ar livre.

4. Qual a parte mais desafiante do seu trabalho hoje?

A parte mais desafiante pode ser mesmo isso, conciliar a vida profissional com a pessoal, com equilíbrio para haver espaço para tudo. Por outro lado, a gestão emocional de lidar com crianças doentes é mais exigente. E como pediatras temos de gerir expectativas, não só da criança, como do pai, da mãe e por vezes da família inteira.

5. O que aconselha aos estudantes que querem seguir medicina?

Ora bem, os meus principais conselhos seriam, em primeiro lugar, entender que a Medicina é muito mais do que um emprego, é uma verdadeira forma de viver, que nos define dentro e fora do trabalho, portanto, o compromisso é essencial e a escolha deve ser feita por vocação.

É essencial treinar e adquirir competências de organização e disciplina desde cedo, e isto vai desde o método de estudo, à organização do tempo, para que seja possível fazer de tudo um pouco - desde atividades extracurriculares, lazer, até ao tempo de estudo (com qualidade). Também é necessário algum espírito de sacrifício... nem sempre vai ser possível conciliar tudo, às vezes é preciso abdicar de algumas coisas. Mas sem exageros.... Um bom médico deve ser também uma boa pessoa, equilibrada e realizada. Como disse Abel Salazar, “quem só sabe de medicina, nem de medicina sabe”.

6. O que significa, para si, a frase de Abel Salazar?

Esta frase, aparentemente muito simples, significa que ser médico vai muito além do domínio técnico e científico da profissão. Um bom médico não é apenas alguém que conhece diagnósticos, protocolos e tratamentos, mas sobretudo alguém que compreende pessoas. E compreender pessoas exige mais do que conhecimento académico — exige experiência de vida, contacto com diferentes realidades, culturas e abertura ao mundo.

Um médico deve ser multifacetado, ao cultivar outros interesses e manter curiosidade para além da medicina. Deve ser social - a socialização permite-nos conhecer histórias, culturas e contextos distintos; deve ler - a leitura amplia horizontes, estimula a reflexão e fortalece a capacidade de interpretação; deve viajar - viajar expõe-nos a diferentes sistemas de valores, desigualdades e formas de viver. Tudo isto contribui para uma visão mais ampla e humana da sociedade.

Quando um médico constrói uma identidade que não se esgota na profissão, torna-se mais completo. Ter hobbies, interesses culturais, envolvimento social ou artístico não é uma distração — é uma forma de crescimento pessoal. Essa diversidade enriquece a capacidade de comunicação, aumenta a sensibilidade perante o sofrimento do outro e desenvolve empatia.

Na prática clínica, a empatia é tão essencial quanto o conhecimento técnico. Um médico que compreende contextos sociais, económicos e culturais consegue escutar melhor, adaptar a linguagem, respeitar diferenças e oferecer cuidados mais humanizados.

Em suma, a frase reforça que a excelência médica nasce da conjugação entre ciência e humanidade. A formação



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

técnica cura doenças; a formação humana cuida de pessoas.

7. Imagino que tenha criado laços fortes com alguns pacientes ao longo da carreira, ainda mantém contato com eles?

Sim! Felizmente, mantenho contacto com muitos doentes que já passaram por mim. É muito compensador quando nos cruzamos anos depois com casos mais complexos, mas de sucesso, e as pessoas nos abordam, lembram-se de nós e ainda reconhecem essas vitórias. Mas também é ótimo quando recebemos um convite para a primeira comunhão, para um aniversário... enfim, como tinha dito, a Pediatria é, por excelência, uma medicina de proximidade, e é verdadeiramente comovente ver que muitos doentes nos consideram verdadeiros membros da família.

Trabalho realizado por
Carolina Rocha, n.º 4
Lia Arias, n.º 18

Quatro décadas de ensino: um retrato da educação em Portugal.

O objetivo desta entrevista foi apresentar a professora Ana Margarida Marques da Silva. Assim conseguimos conhecer a sua experiência na área da educação, que iniciou em 1980, e entender melhor a importância do estudo na formação das pessoas. Além disso, também se procurou refletir sobre o contributo da escola no desenvolvimento dos alunos, enquanto cidadãos, e as histórias que nos foram contadas por esta professora, com quatro décadas de experiência, que nos ajudaram a construir um retrato claro do sistema educativo português.

1- Começou a lecionar em 1980. Como descreveria a escola nessa altura? Era muito diferente da escola que temos hoje?

De um ponto de vista histórico, a escola de 1980 em Portugal estava num período de transição pós-revolucionária, com recursos materiais muito limitados e métodos de ensino mais tradicionais e hierárquicos. Hoje, a escola é mais tecnológica, inclusiva e centrada no desenvolvimento de competências, embora enfrente novos desafios.

2- Com quatro décadas de experiência, quais foram as maiores mudanças que notou no sistema educativo português?

Nas últimas quatro décadas, as maiores mudanças gerais incluem a democratização do acesso ao ensino, a escolaridade obrigatória até aos 18 anos, a integração das TIC (Tecnologias de Informação e Comunicação) e a transição para modelos de avaliação mais contínuos e formativos.

3- Muitas vezes diz-se que a escola não serve apenas para aprender conteúdos. Como é que a escola nos ajuda a crescer enquanto cidadãos?

A escola ajuda a crescer como cidadãos ao funcionar como uma micro-sociedade. É onde se aprende a gerir conflitos, a respeitar a diversidade, a cumprir regras democráticas e a desenvolver o pensamento crítico necessário para participar na vida pública.

4- Na sua opinião, para além do desempenho académico, qual é a verdadeira importância do estudo na formação de uma criança, de um jovem?

Para além das classificações académicas, o estudo é fundamental para estruturar o pensamento lógico, a disci-



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

plina pessoal e a capacidade de compreensão do mundo. Ele molda o carácter e a autonomia do jovem.

5- Na sua opinião, o que define um (a) bom(boa) professor(a)?

Geralmente, define-se pela combinação de domínio científico, capacidade pedagógica (saber ensinar) e, sobretudo, empatia. Um bom professor é aquele que consegue inspirar confiança e despertar o interesse pelo conhecimento.

6- Ao longo destes anos todos, deve ter muitas histórias marcantes. Poderia partilhar connosco um momento ou uma história que nunca esqueceu?

As histórias que nunca esqueço dizem respeito a reencontros com alunos que me mostram que de uma maneira ou outra, contribuí para fazer a diferença.

7- Que conselho daria aos alunos da nossa idade, que ainda têm um longo caminho de formação pela frente?

Um conselho pedagógico comum seria o de cultivar a curiosidade e a resiliência. O caminho da formação não é apenas sobre acumular informação, mas sobre «aprender a aprender» num mundo em constante mudança.

Muito obrigado por partilhar connosco a sua experiência e por nos ajudar a construir um retrato mais claro sobre o que é ser professor e a importância da escola na nossa sociedade.

Entrevista realizada por
Jaime Castro, n.º 15
Mário Castro, n.º 25

O bem-estar dos nossos alunos

“sozinhos, às vezes, não”

Entrevistamos Dra. Cristina Cunha, psicóloga da nossa escola, formada em Psicologia pela Universidade do Minho (1999), atuando na área da Educação. Ao longo da conversa, exploramos o que a motivou a ser psicóloga, um pouco do seu trabalho e procuramos entender melhor como contribui para o bem-estar dos nossos alunos.

1. O que a motivou a escolher a psicologia e, especificamente, a área escolar?

A psicologia veio em primeiro lugar, gosto imenso de ajudar os outros e achei que ia ser uma mais-valia, ajudando outros com a minha capacidade de reagir calmamente a certas situações.

Na Universidade, no ano em que escolhemos a nossa área de atuação, decidi a área escolar, pois fui excluindo outras hipóteses e achei que esta era a “minha praia”. Na altura estava a ler um livro de Daniel Sampaio, onde o tema era “Voltei à Escola” e encaixei-me exatamente nisso, na escola.

2. Houve alguma experiência pessoal que tenha influenciado esta decisão?

Pessoal, não muito, porque no nosso tempo não havia muitos psicólogos nas escolas, mas no 9.º ano, quando tive de escolher uma área, decidi que queria ser psicóloga.

Na altura foi difícil de decidir, visto que não tínhamos apoio, então pesquisei bastante sobre a área e a profissão e senti que era aquilo que queria fazer.



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

3. Já trabalhou em locais diferentes, antes deste?

Sim, já trabalhei noutras escolas, mas posso dizer que, “sem sombra de dúvidas”, a Escola Carlos Amarante é uma escola excelente e a melhor em que já trabalhei. A primeira vez que cá estive, a minha impressão foi que “parecia que nunca tinha saído daqui”, pois gostei imenso da experiência, até parecia que sempre tinha pertencido aqui.

4. Considera que uma psicóloga escolar tem ferramentas para resolver casos de insucesso escolar?

O insucesso escolar tem a ver com diversas causas, pois todos nós temos competências, mas a grande questão é que “sozinhos, às vezes, não”, já que precisamos de uma equipa multidisciplinar. Muitas vezes, na nossa função, temos uma estreita parceria com diretores de turma, elementos da direção e com todos os docentes e só assim conseguimos resolver.

5. Na sua opinião, por que razão, atualmente, há tantos alunos a recorrer aos seus serviços de psicologia?

Atualmente, a literacia na saúde mental é cada vez mais fundamental, e depois da Pandemia verificaram-se muitas coisas de que vocês já devem ter ouvido falar e, se calhar, sentiram na pele, em que ficou toda a gente fechada em casa e era extremamente complicado trabalhar em quatro paredes. Depois disso, a área da saúde mental é muito importante, porque, se tu não estás bem, não consegues nem trabalhar nem estudar nem realizar outras funções, ou fazes mal. Um aluno, nos dias de hoje, procura o serviço de psicologia não só por uma questão de saúde mental, mas também por uma série de outras razões. E deixamos de ser vistos como “Eu sou tolo” ou “Eu não vou ao psicólogo porque não sou tolo”. E os alunos valorizam quem os ajuda, porque muitas vezes a família quer ajudar, mas não consegue. Há aquele velho ditado que diz “Ninguém é bom juiz em causa própria”, ou seja, muitas vezes, o pai e a mãe, por estarem tão ligados aos filhos, não conseguem ajudar. E pedem a outros, ou o aluno pede a outros, para ajudarem.

6. Na sua perspetiva, é importante que todos os alunos tenham pelo menos um contacto com a psicóloga escolar?

A nível de psicologia, agora, qualquer agrupamento tem contacto com os psicólogos. E nós não desenvolvemos um trabalho direcionado, individualizado para todos os alunos, isso seria impossível. Nós desenvolvemos um trabalho para a grande parte dos alunos. Há programas, e a nível de orientação vocacional, nós vamos em sala de aula trabalhar determinado tipo de contextos, e aí os alunos conhecem-nos. Então, fazemos um trabalho direcionado não apenas a um aluno, mas à turma. E é nesses trabalhos que os alunos conhecem os psicólogos, e os alunos sabem no corredor quem somos.

7. Qual é o conselho que mais dá aos alunos? E porquê?

Que sejam felizes. Em psicologia, há mais sugestões do que conselhos, e a nível de sugestões nós temos várias: métodos e hábitos de estudo, a nível de acesso ao ensino superior, a nível de reorientação vocacional, várias coisas.

8. Se não fosse psicóloga, que outra profissão gostaria de exercer?

Isso é difícil, não me vejo a exercer outra profissão. No entanto, tendo as minhas raízes “de transmontana que sou”, seria agricultora.

Entrevista realizada por
Maria Beatriz Rachas, n.º 23
Maria Luísa Ribeiro, n.º 24



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

Organizar o pensamento para compreender o mundo

Manuel Machado:

“A matemática é como a vida, todos os problemas têm uma solução”.

Um homem de números, mas acima de tudo, um homem de pessoas. Manuel Machado, antigo professor de Matemática, marcou gerações na cidade de Braga, na histórica Escola Carlos Amarante, na década de sessenta, num tempo em que a educação enfrentava desafios muito diferentes dos atuais. Hoje, com uma lucidez invejável e uma paixão intacta pelo ensino, dedica parte do seu tempo a algo muito especial: dar explicações ao seu neto Francisco, aluno do 8.º ano.

Abriu-nos as portas do seu escritório, rodeado de livros antigos de álgebra e geometria, para uma conversa sobre o passado, o presente e o amor à arte de ensinar.

1. Como é que surgiu a sua paixão pela Matemática e pelo ensino?

Acho que a paixão pelos números sempre esteve cá. Nunca houve um dia em que eu pensasse: “Vou ser professor”. Aconteceu de forma natural. Para mim, a Matemática não é apenas fazer contas de cabeça, é uma linguagem que nos ajuda a organizar o pensamento e a compreender o mundo. O ensino surgiu porque eu sentia uma necessidade enorme de partilhar essa organização com os mais novos. Ver um aluno a compreender um problema difícil é uma recompensa que não tem preço.

2. Como era a escola Carlos Amarante na altura em que lá lecionou?

Era um mundo completamente diferente. Estávamos numa época difícil, com o mundo a recuperar de guerras e com poucos recursos. A Escola Carlos Amarante era um pilar de disciplina e de esperança em Braga. Não tínhamos computadores, calculadoras ou internet. Tínhamos o quadro de giz, os livros e muito respeito pela figura do professor. Exigia muita firmeza, mas também muita humanidade, porque muitos alunos vinham de realidades complicadas.

3. Quais principais diferenças que nota entre os alunos do seu tempo e os de hoje?

Atualmente, a informação está toda à distância de um clique. Os jovens, como vocês, são muito mais rápidos a aceder ao conhecimento. No meu tempo, a informação era escassa, tínhamos de a procurar com muito esforço nas bibliotecas. No entanto, sinto que antigamente havia mais paciência para resolver um problema até ao fim. Hoje, se a solução não aparece logo no primeiro minuto, há uma tendência para desistir. A Matemática ensina exatamente o oposto: a persistência.

4. Sabemos que ainda dá explicações de matemática ao seu neto, o Francisco. Como é essa experiência?

É um orgulho imenso e, confesso, o meu momento favorito da semana. Ensinar um neto é muito diferente de ensinar uma turma de trinta alunos. Há uma ligação de sangue, um afeto especial. Às vezes ele fica frustrado com as equações do 1º grau, mas eu tento mostrar-lhe que não é um “bicho de sete cabeças”. E, verdade seja dita, ele também me ensina coisas novas, principalmente sobre como o mundo funciona agora. É uma troca de sabedoria.

5. Que mensagem gostaria de deixar aos jovens de hoje que estão a ler esta entrevista?

Gostaria de lhes dizer que nunca tenham medo de errar. Na Matemática, erramos muitas vezes antes de chegar à resposta certa. Apagamos, voltamos a tentar com outra fórmula e tentamos de novo. Na vida é exatamente igual. Aproveitem as oportunidades que têm hoje, respeitem os vossos professores e usem a educação para construírem



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

um futuro melhor para todos.

Manuel Machado: ... E agora, Francisco, já que a entrevista acabou, vamos lá abrir o livro de exercícios! Aquele «71» no teste não se transforma num «100» por magia.

Francisco: Oh, avô, mas eu pensei que a entrevista contava como tempo de estudo!

Manuel Machado: Boa tentativa! Mas em Matemática a ordem dos fatores não altera o produto... e o produto final tem de ser o teu estudo. Vá, vamos a isto!

Dinis, Daniel e Francisco: Muito obrigado pelo seu tempo, Sr. Professor!

Entrevista realizada por
Daniel Leite, n.º 8
Dinis Silva, n.º 9
Francisco Machado, n.º 14

O papel de uma catequista na comunidade

Entrevistamos Dona Eulália, catequista da nossa paróquia, São José de São Lázaro, que dedica, há muitos anos, o seu tempo à formação religiosa das crianças e jovens da nossa comunidade. Ao longo da conversa, conhecemos melhor o seu trabalho, percebemos como orienta os catequizandos e compreendemos a importância da sua missão para o crescimento espiritual e humano.

Daniel e Carolina: Boa tarde, Dona Eulália!

Daniel: Antes de mais, agradecemos a sua disponibilidade para conceder-nos esta entrevista. Para começar, gostaríamos de saber há quanto tempo exerce a função de catequista e o que a motivou a seguir este caminho.

Dona Eulália: Boa tarde, meus queridos. Sou catequista há mais de 30 anos. Comecei ainda cedo, porque sempre tive fé e vontade de ajudar. Sempre senti que educar as crianças na fé é uma missão de grande valor.

Carolina: E quais são, afinal, as principais tarefas de uma catequista?

Dona Eulália: Olhem, é acompanhar as crianças na fé, explicar-lhes os ensinamentos de Jesus e é estar presente quando precisam. Também tentamos dar o exemplo, porque as crianças aprendem muito com o que veem.

Daniel: Muito interessante! E como é que costuma ensinar os valores cristãos na catequese?

Dona Eulália: Com muita paciência e carinho. Acredito que o exemplo é essencial, por isso, tento viver aquilo que ensino, mostrando-lhes a importância do amor ao próximo, da humildade e do respeito.



Suplemento - newsletter - Jornalistas em rede

Carolina: Fantástico! E como é a sua relação com as crianças e as famílias?

Dona Eulália: É uma relação muito próxima. Vejo muitas destas crianças quase como se fossem meus netinhos. Com as famílias tento sempre manter diálogo e compreensão, porque todos temos o mesmo objetivo.

Daniel: Hum ... OK! E, atualmente quais são as maiores dificuldades na catequese?

Dona Eulália: O mundo está muito diferente, comparado com o meu tempo, quando eu tinha a vossa idade. Às vezes é difícil manter a atenção dos mais pequenos, mas com calma e fé, tudo se consegue.

Carolina: É verdade... e, na sua opinião, porque é que a catequese é importante para as crianças e os jovens?

Dona Eulália: Porque ajuda a formar pessoas com bons valores, que sabem distinguir o bem do mal, que caminham com fé e esperança.

Daniel: E nós fazemos parte dessas pessoas (risos). Como se sente depois de me conhecer há 8 anos e da Carolina há 5 anos, a dar-nos catequese, este tempo todo?

Dona Eulália: Sinto-me muito feliz. Ver-vos crescer aos dois e ao resto dos vossos colegas, aprender e tornarem-se pessoas melhores dá-me uma alegria muito grande. É cansativo às vezes... (risos), mas é um cansaço bom e que vale bem a pena.

Carolina: Uau... que palavras bonitas, Dona Eulália! E para terminar, que mensagem deixaria às crianças e jovens da catequese?

Dona Eulália: Que nunca percam a fé, que façam sempre o bem e que levem Deus no coração. Isso ajuda-nos em todos os momentos.

Carolina e Daniel: Muito obrigado, Dona Eulália! E bom fim de semana!

Dona Eulália: Eu é que agradeço, meus queridos. Foi um gosto falar convosco. Bom fim de semana para vocês também!

Trabalho realizado por
Carolina Sousa Andrade, n.º 4
Daniel Alves Lopes, n.º 7