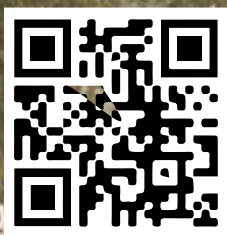


# afiamente

Leitores da  
Bibliorodo  
em Lugares  
(im)prováveis!



WWW.EPREGUA.PT

*“...trabalho, empenho, dedicação e entrega total de todos os nossos profissionais...”  
de ensino...”*

Os dois últimos anos, foram anos preocupantes e, ao mesmo tempo, desafiantes para o ensino em Portugal. Estes anos de pandemia obrigaram as escolas a (re)inventarem-se, adaptando-se e criando novas estratégias e abordagens de ensino. Surge o ensino à distância e com ele a Era Tecnológica. Professores, alunos e respetivas famílias estiveram ao mesmo tempo próximos e distantes.

Cada escola procurou, assim, encontrar a melhor resposta para as suas dificuldades, tendo em conta os diversos contextos: educativos, culturais, sociais e comunicacionais.

Aqui, na Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo (EPDRR), o trabalho, empenho, dedicação e entrega total de todos os nossos profissionais de ensino, permitiu-nos manter o foco na formação integral e qualificação profissional e garantir aos nossos alunos, famílias, comunidade educativa e parceiros o nível de exigência, qualidade e profissionalismo que sempre nos caracterizou.

Neste lento regresso à normalidade, iremos como escola continuar a desafiar-nos, dia após dia, mantendo sempre como prioridade e bem-estar o sucesso educativo dos nossos alunos, através de um apoio sistemático e com recurso a estratégias diferenciadoras, apostando numa formação integral do aluno/cidadão para que se torne cada vez mais consciente e preparado para uma sociedade cada vez mais competitiva e em constante volubilidade social e económica.

Os diferentes artigos apresentados nesta edição da Revista Afiamente traduzem o comprometimento efetivo de todos os profissionais da EPDRR no desenvolvimento junto dos alunos de conhecimentos e valores assentes no respeito pela diversidade, no reforço da solidariedade e na valorização do trabalho.

Cada ano é, para todos nós, uma nova oportunidade de contribuímos para a construção de uma sociedade centrada na dignidade da pessoa e no respeito pela natureza.



Por **Susana Massa**  
Diretora

#### Ficha Técnica

##### Propriedade

Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo - Quinta do Rodo  
5050-092 – Godim, Peso da Régua  
T. (+351) 254 320 900

##### Diretora

Susana Massa

##### Coordenação

Jaqueline Guedes

##### Direção de redação

Palmira Lima  
Jaqueline Guedes  
José Luis Teixeira

##### Colaboradores

Equipa da Biblioteca  
Alunos, professores/formadores,  
assistentes operacionais,  
funcionários administrativos

##### Design

Conceito gráfico: Alexandre Araújo  
Paginação: Adarme - Advertising Agency

> bibliorodo

# Bem-vindo(a) ao mundo da imaginação da Bibliorodo



A brincar e a criar  
Com prazer,  
Tua criatividade  
Nas Oficinas de Escrita  
Vais enaltecer e desenvolver.

Em mundos mágicos  
E aventuras fantásticas,  
Ao longo da leitura  
Vais envolver-te  
E tua imaginação deixares correr

Jogos, clubes, concursos,  
E em muitas outras atividades  
Poderás escolher participar  
A teu belo prazer  
E nelas deixares um pouco do teu  
saber

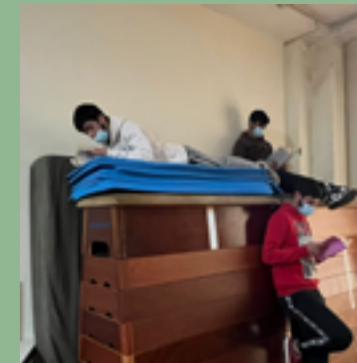
Todo o conhecimento que provares  
Será fonte de inspiração,  
É enriquecimento da mente,  
É a construção do teu ser  
Tudo ... sem te aperceberes

[ vais  
envolver-te ]



[ fonte de inspiração ]

[ em mundos mágicos  
E aventuras fantásticas,  
Ao longo da leitura ]

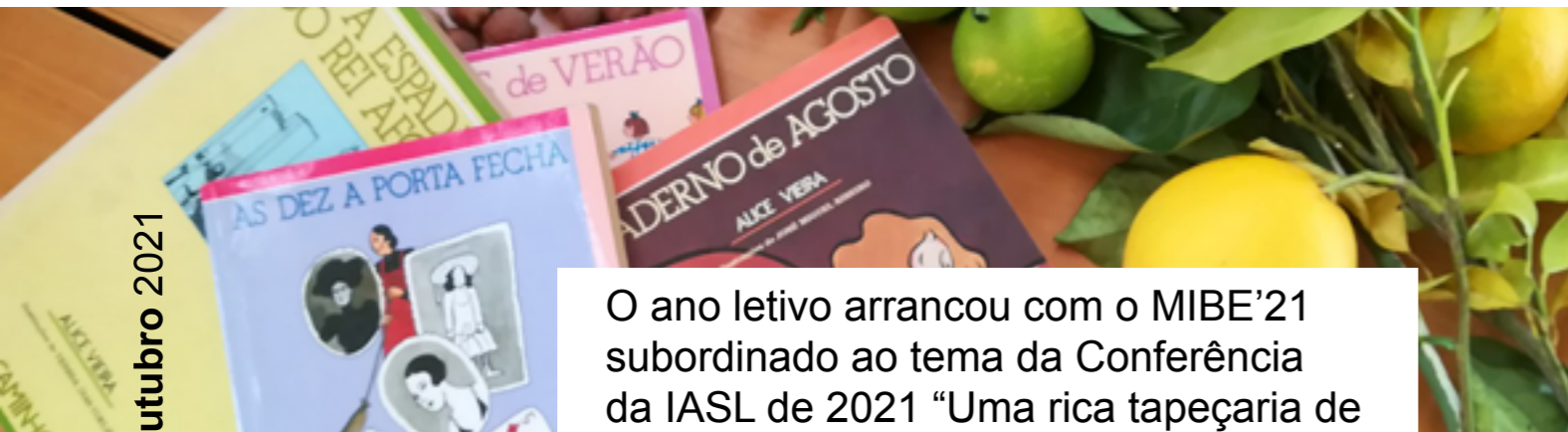


[ a teu belo  
prazer ]

> notícias

## MIBE'21

> notícias outubro 2021



O ano letivo arrancou com o MIBE'21 subordinado ao tema da Conferência da IASL de 2021 “Uma rica tapeçaria de prática e pesquisa ao redor do mundo.” A expressão “Era uma vez...” transporta-nos imediatamente para o mundo mágico dos livros, através do qual partilhamos a vida de fadas, duendes e muito mais.

Existem histórias que foram transmitidas há muito tempo, de geração em geração, e que nos ensinam os valores humanos e a cultura. Vamos ligar-nos e aprender mais sobre diferentes países de todo o mundo, através das histórias.

A Bibliorodo teve várias atividades ao longo do mês, que tiveram como principal finalidade dar a conhecer à comunidade escolar a Biblioteca, as suas atividades e importância.

Este ano, o dia Internacional das Bibliotecas Escolares foi no dia 25 de outubro e, para o efeito, convidou-se a comunidade educativa a pensar e celebrar a ligação entre livros, leitura, bibliotecas escolares, contos de fadas e contos tradicionais.

Esperamos que o MIBE 2021 tenha sido uma celebração mundial criativa e imaginativa da biblioteca escolar. O tema foi interpretado de várias maneiras, mas seja qual for a forma que escolhemos, ele enfatizou a importância das bibliotecas escolares.

Aqui vai uma história inventada pela turma do 1º B com a colaboração da Bibliorodo:

Era uma vez uma turma de primeiro ano que foi à Biblioteca pela primeira vez. A Rainha do Reinado da Biblioteca abriu-lhes a porta e, neste preciso momento, a sala iluminou-se. Surgiu uma fada que estava a dormir entre livros e enciclopédias.

- Finalmente chegaram! exclamou a Fada. Vamos escrever um conto.

Os alunos responderam: - Vamos lá então... Entre lápis de cor e papel colorido, construíram-se histórias bizarras e extraordinárias.

A Bibliorodo é um lugar mágico que aguarda sempre a chegada dos seus alunos para iluminar o seu reinado.

## OFICINA DE TRABALHO EU SOU Paisagem



No dia 25 de outubro, no âmbito das comemorações do Dia Mundial das Bibliotecas Escolares, a Bibliorodo, em parceria com o serviço educativo do Museu do Douro, realizou uma Oficina de Trabalho intitulada “Eu sou paisagem 2021 – JANELA SOBRE A PALAVRA – Histórias incompletas”. Esta atividade teve como ponto de partida a leitura de um excerto da obra “Mulheres” de Eduardo Galeano. De seguida, os alunos construíram um livro com cinco cores, imagens recortadas e apresentadas num conjunto diversificado de temas. Após a escolha das imagens, procederam à associação das mesmas com as palavras: memória, teto, esquerda, furiosas, magia, neutras, entre outras indicações pessoais.

## OFICINA DE ESCRITA CRIATIVA

Ao longo do mês de outubro, no âmbito do MIBE'21, realizaram-se várias Oficinas de Escrita Criativa para todas as turmas da Escola Profissional da Régua. Estas tinham como objetivo principal: estimular a criatividade através da escrita e a descoberta do prazer da reinvenção.

A partir dos títulos disponíveis e das palavras que guardam as lombadas dos livros, os alunos revelaram a sua criatividade elaborando pequenos textos narrativos. A reinvenção conseguida surpreendeu pela capacidade de conjugação entre a diversidade de títulos e a coerência do discurso.

Fica o exemplo da turma do 1º S:

Na Sala de Turma, a Lua de Joana brilhava.

- Fazes-me Falta - disse o Manuel à Maria.



Usou O Perfume e foi ter com A Criada Malcriada n'A Muralha do Gelo e disse-lhe:

- Vou te contar Histórias do Cerco de Lisboa.

O Manuel pegou n'A minha Gata Jessi e ao Amanhecer, tínhamos os Corações Gelados.

> notícias

> notícias outubro 2021

# CELEBRAÇÃO DIA MUNDIAL DA ALI- MENTA- ÇÃO [16 OUT]



“O que as crianças comem em todo o mundo”



Para comemorar o Dia Mundial da Alimentação (16 de outubro), a Bibliorodo apresenta o projeto fotográfico “Daily Bread” que mostra como é a alimentação das crianças pelo mundo. Além disso, na Bibliorodo, os alunos poderão escrever a sua opinião sobre a importância de uma alimentação saudável.

Com Daily Bread, o fotógrafo norte-americano Gregg Segal explicita como a cultura dos países influencia o cardápio dos pequenos.

Pratos típicos, embalagens industrializadas, frutas, vegetais e uma criança: tudo isso se junta às composições do fotógrafo Gregg Segal para o projeto Daily Bread. A ideia consiste em registrar como a cultura de cada país aparece no prato das crianças à volta do mundo. Segundo ele, a motivação é mostrar a diferença entre comunidades que prezam a alimentação livre de alimentos ultraprocessados e junk food — os grandes vilões associados à obesidade, hipertensão e diabetes.

Em lugares como os Estados Unidos, onde o fast food é mais barato que as comidas saudáveis, é comum as pessoas mais pobres terem uma alimentação pior, ou seja, embaladas e cheias de conservantes. A inspiração para o projeto partiu de um estudo de 2015 da Universidade de Cambridge, no Reino Unido, que revelou que entre os 10 países com dietas mais saudáveis, nove são em África. Nesses locais, as classes menos favorecidas têm mais acesso aos produtos frescos.

Gregg foi a continentes como África, Ásia, Europa e América do Sul para produzir os registos, que resultarão num livro no próximo ano. O artista passou com o projeto pelo Brasil em agosto, quando fez retratos das crianças Ademilson, Davi e Watakanih. Os três, inclusive, foram feitos em Brasília. Pelo Instagram, o fotógrafo compartilhou um pouco da história de cada personagem.

GREGG SEGAL/DAILY BREAD/DIVULGAÇÃO

Na Bibliorodo, os alunos registaram as suas opiniões sobre a importância de uma alimentação saudável.



## HALLOWEEN NA BIBLIORODO DE MÁSCARAS



No dia 31 de outubro, festejou-se o Halloween na Bibliorodo com decorações alusivas ao dia. Estas foram elaboradas pelos alunos.



## HALLOWEEN CONTEST

Decorreu ao longo da última semana de outubro o Halloween Contest, uma iniciativa da Bibliorodo em colaboração com o Departamento de Línguas. Esta atividade foi muito bem aceite pelos alunos que se divertiram muito, dando asas à imaginação na decoração das suas máscaras arrepiantes e engraçadas.

Os alunos vencedores foram:

- A aluna do 3ºM – Ana Lúcia Bernardo Queirós;
  - O aluno do 1º S – João Nuno Diaquino Araújo;
  - O aluno do 3º B – Carlos Manuel Santos Gouveia.
- Agradecemos a participação de todos os alunos que nos presentearam com máscaras espetaculares.

CONCURSO  
DE MÁSCARAS



# A Comemorar também se Aprende #OUTUBRO ROSA

> notícias outubro 2021



**No mês de outubro, comemora-se o Outubro Rosa, que é um movimento internacional que ocorre durante todo o mês de outubro, tendo como objetivos consciencializar para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama, nomeadamente através do Rastreio, e divulgar informação e formas de apoio à mulher e família.**

A prevenção e cuidados a ter como uma boa alimentação saudável, entre outros, são essenciais.

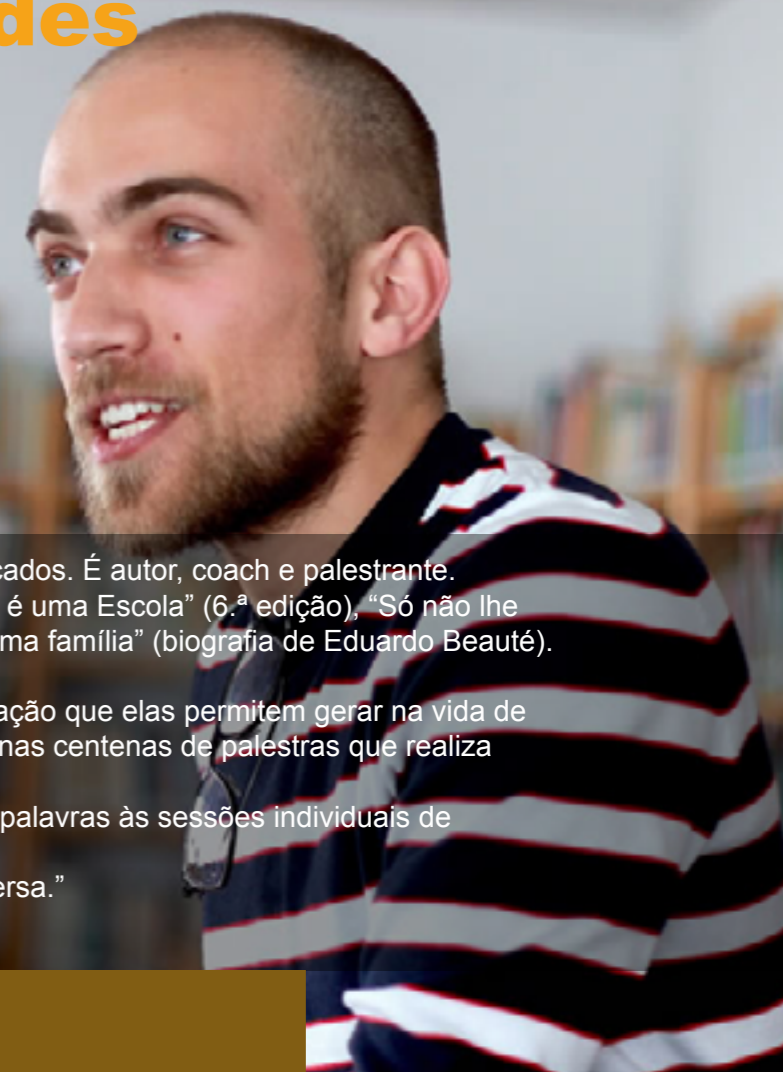
A Bibliorodo em parceria com a turma do 1º S (Técnico/a Auxiliar de Saúde), no âmbito da disciplina de Higiene, Segurança e Cuidados Gerais organizou uma Oficina de Trabalho - Vamos criar um laço cor-de-rosa! Numa primeira parte, as professoras fizeram uma pequena abordagem sobre a importância da prevenção do cancro da

mama. De seguida, os alunos formaram grupos e desenharam laços cor-de-rosa com mensagens alusivas ao Outubro Rosa.

Esta iniciativa correu muito bem. Os alunos ficaram satisfeitos com o resultado dos seus trabalhos e estiveram de parabéns. Os seus trabalhos encontraram-se expostos na escola para toda a comunidade.

## AO ENCONTRO COM... André Fernandes

No dia 19 de novembro, pelas 11 horas, a Bibliorodo teve o prazer de receber o escritor André Fernandes que fez uma palestra para os alunos no auditório da nossa escola.



André Fernandes tem 29 anos e 4 livros publicados. É autor, coach e palestrante. Publicou "Tia Guida" (12.ª edição), "25+ A vida é uma Escola" (6.ª edição), "Só não lhe chames AMOR" (2.ª edição) e "À Procura de uma família" (biografia de Eduardo Beuté).

É apaixonado pelas palavras e pela transformação que elas permitem gerar na vida de todos e de cada um. É das suas que faz vida, nas centenas de palestras que realiza pelas escolas e pelas empresas do país. Recentemente, estendeu a utilidade das suas palavras às sessões individuais de coaching que criou. Aos seus serviços chamou "Arrisca-te à Conversa." E tu, arriskas-te à conversa?

## Bibliorodo vai em Viagem!

Visita ao Reino Maravilhoso de Miguel Torga



– Museu Miguel Torga, situado na vila de São Martinho de Anta, com a qual manteve durante toda a vida, uma forte paixão. Trás-os-Montes "fica no cimo de Portugal, como os ninhos ficam no cimo das árvores para que a distância os torne mais impossíveis e apetecidos".

No dia 25 de novembro, a Bibliorodo em articulação com o grupo de Português foi em viagem. Esta visita teve como objetivo levar os alunos dos 3º anos até ao Maravilhoso Reino de Miguel Torga. Pretendeu-se dar a conhecer os locais mais simbólicos da vida do escritor como a casa da sua infância, o cemitério, São Leonardo de Galafura entre outros sítios. Realizou-se também a visita guiada ao Espaço

"Vou falar-lhes dum Reino Maravilhoso. Embora muitas pessoas digam que não, sempre houve e haverá reinos maravilhosos neste mundo. O que é preciso, para os ver, é que os olhos não percam a virgindade original diante da realidade, e o coração, depois, não hesite." contava Miguel Torga em "O Reino Maravilhoso".

> notícias nov>dez

## Concurso

### “Faça Lá um Poema’ 22”

Das ondas do mar aberto  
Eu me consolo e me acalmo  
E será sempre aí que me liberto  
Com voz forte este meu salmo:

“Salvé, Salvé mãe dos navegadores que  
firme prudência dás a estes mares sois vós  
que dais à luz estes apreciadores que têm  
a tua coragem e força de exemplares”.

De estranha luz eu te fiz renascer  
E crescendo com ela eu te vi sonhar  
E sendo isso não posso esquecer  
Que sem ti não encontraria o poder de  
acarinar.

Carlos Ramos, 3º N



> notícias novembro 2021

> notícias dezembro 2021

## Dia Internacional dos Direitos Humanos



“Um livro, uma caneta, uma  
criança e um professor  
podem mudar o mundo”.  
(Malala Yousafzai)

O Dia Internacional dos  
Direitos Humanos é  
comemorado anualmente  
a 10 de dezembro, data  
instituída pela Organização  
das Nações Unidas  
para celebrar a defesa  
dos direitos do Homem,  
decorrendo, para o efeito,  
várias iniciativas a nível  
mundial.

Também a Bibliorodo  
quis assinalar tão nobre  
efeméride com a atividade  
integrada no Plano Anual  
de Atividades da Biblioteca

“A Comemorar também se  
Aprende”.

No âmbito da atividade  
da Biblioteca Escolar “A  
Comemorar também se  
Aprende – Dia Internacional  
dos Direitos Humanos”,  
a turma do 3º do Curso  
Apoio Psicossocial elaborou  
uma Árvore dos Direitos  
Humanos nas disciplinas de  
Português, Psicologia e Área  
de Integração, aplicando o  
Referencial das Bibliotecas  
Escolares que visa a  
articulação das disciplinas  
com a Biblioteca Escolar.

Salienta-se a importância  
desta iniciativa por forma a  
relembrar o longo caminho

percorrido e a percorrer  
na verdadeira efetivação  
dos direitos do Homem e  
consciencializar os nossos  
alunos de que é necessário  
e urgente garantir uma vida  
digna para todos.

Liberdade, educação,  
saúde, cultura, informação,  
alimentação, respeito, não-  
discriminação são valores  
que devem nortear a ação  
dos Homens e que levam a  
um mundo mais justo e mais  
feliz.

## Concurso Portas de Natal’21 – Inspira-te e veste a tua porta a rigor!



O Natal estava quase a chegar e a Bibliorodo. Em colaboração com o Departamento de Línguas, comemorou-se esta data festiva com o Concurso de Portas de Natal 2021, o qual decorreu entre os dias 22 de novembro e 17 de dezembro. O concurso consistiu na colocação de decoração alusiva ao Natal nas portas do espaço escolar, sendo a decoração da porta da responsabilidade dos participantes. O resultado foi apresentado no segundo período.



> notícias janeiro 2021

## Concurso Nacional de Leitura – Fase Escolar

Rumo à Fase Municipal!

Decorreu, no dia 15 de janeiro, a Fase Escolar do Concurso Nacional de Leitura, na Bibliorodo. As alunas do 2.ºF, Joana Ferreira Assembleia e Raquel Costa, do Curso Técnico de Termalismo e do 3º M, do Curso Técnico de Restaurante/Bar, Ana Lúcia Queirós e Carolina Teixeira (suplente) ficaram apuradas para a próxima Fase Municipal do Concurso Nacional da Leitura.



A obra selecionada para leitura na fase seguinte é “O Caderno dos Sonhos”, de Julien Sandrel.

Obrigada a todos as alunas que participaram na Prova da Fase Escolar.

**Ler sempre, ler em qualquer lugar!**

“A Comemorar Também se Aprende”!



# Em Janeiro, divulgamos o Vencedor da Porta de Natal '21 – 3º B



Melhor do que todos os presentes de Natal foram, sem dúvida, os momentos felizes e vividos em harmonia entre as turmas na nossa escola.

A Bibliorodo quis juntar-se, também, a este espírito natalício, promovendo o Concurso de Portas de Natal 2021, o qual decorreu entre os dias 22 de novembro e 17 de dezembro.

Os vencedores foram:

1.º lugar - 3.º B (Porta da Biblioteca Escolar);

2.º lugar – 3.º N (Porta do Bar);

3.º lugar – 3.º F (Sala B 004).

Os vencedores – 3º B

## ÁGUA AMIGA

A água é nossa amiga  
Não deve ser poluída,  
Nem destruída!  
É ela que nos dá a vida.  
É a fonte do beber,  
Do fortalecer,  
Do Hidratar,  
Do saciar!  
É vida sem a qual  
Não poderíamos existir,  
Nem viver.  
Para o tempo que se segue  
A ÁGUA vamos proteger.

1º S

Querida água fresca  
Que desces da serra  
Encosta abaixo até à Terra,  
Matas-nos a sede  
Regas os campos  
A natureza torna verdejante!  
Sem ti não poderíamos viver  
Sem ti, não haveria vida  
Nem nada existiria!  
Através desta prece  
Nossa geração te agradece.

2º B

A máscara respiratória  
Não deves deitar  
Para as águas do Mar chegar  
Esta atitude poderá te matar!  
Depois de poluída  
Não há saída  
A água deixa de ter vida  
E com ela...  
A nossa despedida!

1º S

Esta água que é vida  
Que todos os males cura  
Que a todos ajuda  
Doando vida e Formosura  
Não deve ser poluída!  
Não pode ser destruída!  
Nem sabotada,  
Nem ignorada!  
Deve ser protegida!

2º N

# Oficina de Escrit@ Criativ@ Ajudaris'22 – Água

Sejam muito bem-vindos à rede de afetos do projeto "Histórias da Ajudaris"!

Por vezes, sentimos que o que fazemos é apenas uma gota no imenso oceano. Tal como a Madre Teresa de Calcutá, todos nós, em especial os professores, contribuem para este oceano da alegria do ser, estar, do conhecer, do aprender... a janela da oportunidade!

Pelo sétimo ano consecutivo, a Biblioteca da nossa escola participa no projeto "Histórias da Ajudaris".

É necessário apenas uma narrativa, um poema, uma canção ou umas breves linhas sobre o tema "ÁGUA", escrita pelos nossos maravilhosos alunos.

A Bibliorodo conta com a colaboração de todos, para que, o projeto continue a fazer crescer o gosto pela leitura, escrita, arte e fundamentalmente na ajuda aos que mais necessitam.

Só com a criatividade dos nossos alunos e o espírito de solidariedade de cada professor envolvido, é possível continuar!



Nestas Oficinas de Escrita Criativa, os alunos participantes, com a orientação de professores, tornaram-se verdadeiros autores de histórias de encantar sobre temas como a solidariedade, os afetos, a cidadania, o ambiente, os valores, os animais e outros.

Todo este processo culmina com a edição anual de uma coletânea de livros temáticos. Este projeto promove a inclusão social através da leitura, da escrita e da arte e, por outro lado, através da venda solidária dos exemplares para a ajuda a famílias e crianças carenciadas.

Aguardamos com expectativa as histórias, mágicas e solidárias que vão inspirar todos aqueles que vão ter a oportunidade de as saborear.

**Pequenos gestos, Grandes corações!**

> notícias fev

## A Bibliorodo foi cozinhar...



Numa atividade de articulação entre a BiblioRodo e as disciplinas de Inglês e de Cozinha e Pastelaria, subordinada ao tema “Leitura e exploração de receitas”, os alunos do 3º ano do Curso Técnico de Cozinha/Pastelaria prepararam cookies,

brownies e eclairs. Foi, sem dúvida, uma tarde muito doce.

Parabéns aos alunos e professores envolvidos na atividade.

## Comemorar também se Aprende – Dia do Amor, Dia dos Afetos



Nesta Oficina de Trabalho “Cartas de Amor e de Amizade – Comemoração do Dia dos Namorados”, festejamos o Dia de S. Valentim. Os alunos mostraram a sua veia romântica ou afetiva com a atividade “Cartas de Amor e de Amizade – Comemoração do Dia dos Namorados”, que visou, sobretudo, fomentar o gosto pela escrita criativa entre alunos, envolvendo também os professores.

Os interessados em participar escreveram as suas missivas apaixonadas ou amigas e colocaram-nas dentro de um envelope, identificando o respetivo destinatário, depositando-as, posteriormente, na “Caixa de Correio” que se encontrava na biblioteca da escola.

Cada participante recebeu um “miminho doce”. Foi uma semana muito gratificante, divertida e dulcíssima.

Festejamos o Dia do Amor e dos Afetos com chocolate e muito miminho: Pop cakes de Amor confeccionados pelas três turmas do Curso Técnico de Cozinha e Pastelaria. Uma verdadeira delícia...



Um Mês,  
um Autor Fev’22



*“O amor é a primeira condição da felicidade do homem.”*

*“O amor só vive pelo sofrimento e cessa com a felicidade; porque o amor feliz é a perfeição dos mais belos sonhos, e tudo que é perfeito, ou aperfeiçoado, toca o seu fim.”*

As novelas passionais de Camilo Castelo Branco fizeram dele o representante típico do Ultrarromantismo em Portugal. Sua vida atribulada lhe deu inspiração para os temas de suas novelas. Sua produção literária é extensa, com mais de uma centena de obras. Produziu poesia, teatro, historiografia, contos, romances e novelas históricas, de aventuras e passionais. Com as novelas passionais tornou-se uma destacada figura literária, chegando ao auge de sua carreira de escritor.

Camilo Castelo Branco foi um dos primeiros escritores portugueses a viver exclusivamente do que escrevia. Em 1885 recebeu o título de Visconde concedido pelo rei de Portugal, D. Luís I. Em 1889, quando se tornou uma celebridade nacional como escritor, recebeu uma homenagem da Academia de Lisboa.

Amor de Perdição (Novela Passional)

Em 1863, Camilo publica “Amor de Perdição”, onde se encontram todos os ingredientes da novela passional, caracterizada pelo desequilíbrio

sentimental de seus personagens. Vendo-se diante de um amor proibido, os personagens buscam a solução para o seu sofrimento. Em “Amor de Perdição”, o autor revela o escândalo de sua situação de adultério pelo amor de Ana Plácido.

Em Amor de Perdição, sua obra-prima, os sentimentos se submetem aos preconceitos e se põem em luta com as convenções sociais. Os heróis em conflito enfrentam a fatalidade do destino, conduzindo sua existência ao drama e à Tragédia.

Camilo  
Castelo Branco

> notícias mar

## Concurso Nacional de Leitura Fase Intermunicipal

Parabéns às alunas do 2.ºF, Joana Ferreira Assembleia e Raquel Costa, do Curso Técnico de Termalismo e do 3.º M, Ana Lúcia Queirós, do Curso Técnico de Restaurante/Bar. A fase municipal do Concurso Nacional de Leitura realizou-se, no dia 4 de março, no Auditório Municipal do Peso da Régua. Ao longo das provas, as alunas tiveram uma postura exemplar e provaram que ler contribui para a felicidade. Foi uma tarde bastante animada e emocionante.

A Joana Assembleia foi apurada e ficamos muito orgulhosos por estar presentes na Fase Intermunicipal da CIM DOURO que decorreu a 22 de abril, com o objetivo de apurar dois alunos por ciclo de ensino para a fase final do concurso, agendada para 4 de junho. Obrigada a todas as alunas que participaram na Prova da Fase Municipal. Ler sempre, ler em qualquer lugar!

Semana da Leitura '22 - Palavras à Janela. As palavras fluíram nas janelas da nossa escola, com a ajuda dos nossos alunos. Esta atividade visa sobretudo espalhar a poesia como forma de expressão artística nas janelas da nossa escola. Vamos libertar o poeta que existe dentro de cada aluno! Em 1977, a ONU reconheceu esta data como o Dia Internacional da Mulher.

Homenagem para o Dia da Mulher

No Dia Internacional da Mulher é comum serem enviadas às mulheres mensagens de apreço e de homenagem, e fazerem-se pequenas surpresas, como o envio de flores e bombons.

## A Comemorar Também se Aprende - Dia Internacional da Mulher

Em 1910, a criação de um dia das mulheres foi proposta por Clara Zetkin, uma feminista alemã, durante a II Conferência Internacional de Mulheres Socialistas. Em 1975, as Nações Unidas promoveram o Ano Internacional da Mulher e em 1977 proclamaram o dia 8 de março como o Dia Internacional da Mulher.

### Origem e história do Dia Internacional da Mulher

Há várias explicações para a origem do Dia Internacional da Mulher ser dia 8 de março. Uma delas é a própria luta das mulheres operárias por mais direitos e melhores condições de vida nas fábricas. Junte-se a isso, ao movimento sufragista que reivindicava o direito ao voto. Há quem afirme que a data foi proposta por causa de um incêndio em 1857, numa fábrica em Nova York. No entanto, este acidente nunca existiu e o mais provável é que se fizesse referência a um sinistro

ocorrido na mesma cidade em 1911. Na verdade, o 8 de março foi escolhido porque neste dia, em 1917, as mulheres russas protestaram exigindo melhores condições de vida. A manifestação reuniu mais de 90 mil operárias e ficou conhecida como "Pão e Paz". Em 1977, a ONU reconheceu esta data como o Dia Internacional da Mulher.

### Homenagem para o Dia da Mulher

No Dia Internacional da Mulher é comum serem enviadas às mulheres mensagens de apreço e de homenagem, e fazerem-se pequenas surpresas, como o envio de flores e bombons.

## Oficina de Escrita – Vamos ajudar a Ajudaris?

Vamos Ajudar a Ajudaris! – Oficina de Escrita Criativa'22

**No âmbito da Semana da Leitura'22 e da Cidadania e Desenvolvimento, a Biblioroda contou com a colaboração de todos, para que o projeto continuasse a fazer crescer o gosto pela leitura, escrita, arte e, fundamentalmente, continuasse a poder ajudar os que mais necessitam.**

Só com a criatividade dos nossos alunos e o espírito de solidariedade de cada um de nós é possível continuar! Os alunos participantes, com a orientação de professores, tornaram-se verdadeiros autores de histórias de encantar sobre temas como a importância da ÁGUA. Foi uma semana intensa e divertida... Obrigada a todos por fazer parte desta grande Rede de Afetos. "Pequenos gestos, grandes corações".



> notícias abr

## Histórias de Ajudaris'21 – Se eu fosse...



Finalmente, chegou à nossa escola o tão desejado livro “Histórias da Ajudaris’21”. Várias foram as turmas que participaram na Oficina de Escrita Criativa Online “Se eu fosse...” que decorreu no ano anterior durante a pandemia.

Para o ano 2021, a turma do 2º F (atual turma do 3ºF) viu o seu poema escolhido e publicado.

A entrega dos certificados foi uma festa. Afinal, ajudar custa pouco e sabe tão bem!



## Clube de Leitura da Bibliorodo

Ao longo do ano, decorreram várias sessões do nosso Clube de Leitura. Foi bom partilhar leituras!

## A Comemorar também se Aprende – Dia da Terra



O Dia da Terra é comemorado anualmente a 22 de abril. É geralmente designado de Dia do Planeta Terra ou Dia da Mãe Terra. Reconhece a importância do planeta e alerta todos os habitantes para a importância e a necessidade de preservar os recursos naturais do mundo e é hoje celebrado em mais de 190 países, com a participação de cerca de mil milhões de pessoas que manifestam o seu compromisso com a proteção e a necessidade de preservar os recursos naturais, o ambiente e a sustentabilidade da Terra.

A data comemorativa com o tema - Investir no planeta - alerta para o momento de mudar — o clima empresarial, o clima político e a forma como tomamos medidas no que respeita ao clima. Agora é o momento de preservar e proteger a nossa saúde, as nossas famílias, os nossos meios de subsistência, procurando investir na defesa do planeta. Porque um futuro verde é um futuro próspero.

O dia é, assim, dedicado a alertar para a necessidade de promover um desenvolvimento sustentável enquanto fator fundamental para a qualidade de vida das futuras gerações.

As comemorações do Dia da Terra tiveram lugar pela primeira vez nos Estados Unidos, no dia 22 de abril de 1970, promovidas pelo senador americano Gaylord Nelson (1916-2005), que organizou um fórum ambiental que envolveu cerca de 20 milhões de participantes

## Oficina de Escrita Criativa – Uma Imagem vale Mil Palavras – 3ª Edição



Escrever sobre o mundo, liberta a tua mente...



Para comemorar o Dia Mundial da Criança, a Bibliorodo apresenta a oficina de Escrita Criativa Junho’22, a partir da exposição de fotos do fotógrafo Ricardo Silva, rosto da Tales of Light e dono de um olhar extraordinário para captar a essência e a liberdade das crianças.

<https://www.talesoflight.pt/home>  
Nesta Oficina, realizada em contexto de sala de aula ou Biblioteca, numa das tuas disciplinas em articulação com a Bibliorodo, constroem-se novos textos a partir das imagens disponíveis quer na Bibliorodo, quer nesta página web da Biblioteca.

Estimula a tua criatividade através da escrita e descobre o prazer da reinvenção. Marca a tua hora com um dos teus professores e com a Professora Bibliotecária. Vem divertir-te escrevendo e partilhando histórias e aventuras...

Cá te esperamos...  
Aqui vai a biografia do Ricardo Silva - Fotógrafo

Nasceu em Vila Nova de Gaia onde vive desde sempre. Licenciou-se em Psicologia, mas o bichinho pela fotografia foi mais forte. Quando nasceu a sua primeira filha, a fotografia deixou de ser um passatempo, tornando-se cada vez mais sério até que acabou por se dedicar à área mais específica da família e infantil.

A partir deste momento, progressivamente, começou a crescer profissionalmente. Envolveu-se em algumas formações na área da fotografia e em alguns workshops... ganhando prémios nacionais e internacionais, fruto do seu trabalho. Com o crescimento, o Ricardo virou-se também para a vertente comercial na moda infantil, chamando a atenção de várias marcas de roupa nacionais que solicitaram o seu trabalho.

O Ricardo é o rosto da Tales of Light – A tua História começa aqui!

# Trabalhos dos Alunos

> notícias maio/junho 2022

Amizade

Juntos passamos bons momentos  
Vivemos a diversão  
Quando estamos juntos  
Sinto a nossa união

De pé junto a ti  
A observar o mar  
De forma tao ingénua  
Ele ensina-nos a amar

Através do nosso olhar  
Percebemos a nossa cumplicidade  
E sei que é para sempre  
A nossa amizade

Nádia Lamelas  
1ºS

Trabalho dos alunos (2)

Um menino no meio das cinzas profundas de um incêndio, agachado a olhar para um brinquedo, sem ter noção, na sua inocência, do que se passou à sua volta. No meio de tanta escuridão o menino está triste, mas tenta esconder a sua tristeza, olhando fixamente para o carro que encontrou no meio do desastre.

O menino, olhando e brincando com o carro, imagina o trabalho e a coragem que os bombeiros tiveram para apagar o incêndio que devastou aquela floresta e, certamente, sonha que, quando for grande, será bombeiro, para poder apagar incêndios e socorrer, tal como eles, pessoas em perigo, pois conseguimos perceber a admiração que nutre pelos mesmos.

Trabalho dos alunos (3)

Avistava-se ao longe uma fila enorme de refugiados. Ibrahim, um jovem refugiado, caminhava com passada rápida. Tinha perdido os pais na guerra da Síria. Para tentar sobreviver, fugiu, inicialmente, por mar. Encontrou um barco insuflável, meteu-se nele e vagueou nele durante seis dias. Sobreviveu, bebendo água filtrada que encontrou no barco e um peixe que miraculosamente conseguiu pescar.

Apesar de uma travessia desumana, conseguiu chegar ao sul da Grécia. Foi acolhido num campo de refugiados. Nesse campo foi muito bem tratado pelas entidades de Proteção Civil.

A partir desse momento, a sua vida mudou para melhor. Uma família abastada da região acolheu-o, tratou-o como um filho, matriculou-o numa escola, enfim, deu-lhe tudo o que qualquer ser humano merece, não interessando a raça ou a religião.

Igor Santos, 1.º J

Trabalho dos alunos (4)

Em pleno verão, duas crianças brincavam na praia e olhavam para o mar azul e sereno. Falavam do quanto era bom estar na praia e o quanto se sentiam bem.

Confessavam uma à outra que quando fossem para casa seria tão diferente, só haveria discussão e confusão provocada pelos pais. A vontade de fugir era tanta.

Dias mais tarde, voltaram a encontrar-se no mesmo lugar, na praia. Falaram que um dia que fossem crescidos queriam viver junto à praia e que não fariam o que os pais deles faziam. Queriam ser diferentes.

Mal sabiam eles do seu futuro, ainda eram só crianças e tudo o que diziam não passava de um sonho.

Será que era só um sonho? Sonhar é viver e os sonhos, por vezes, também se realizam.

Letícia Pinto, 1.º J

Trabalho dos alunos (5)

No dia 25 de agosto de 2017, Pedro acordou com a casa em chamas. Todos os sonhos dele morreram ali.

Pedro pertencia a uma família muito humilde, moravam numa casa pequenina, mas cheia de vida e história. Era filho único e tudo o que lhe fazia companhia “morreu” naquela casa.

Sara e Francisco, pais do menino, estavam desesperados ao verem a casa transformar-se em cinzas. Mais tarde, ao caminhar nos escombros, Pedro viu o seu camião dos bombeiros intacto, a única coisa que tinha resistido ao incêndio. Começou a brincar, alheio ao que o rodeava.

Aos poucos, os vizinhos iam-se aproximando e lamentavam a situação. Viram o pequeno Pedro a brincar com o camião dos bombeiros. Enternecidos, decidiram ajudar aquela família a reconstruir a sua casa.

Em poucos meses a casa estava reconstruída. Era visível a felicidade estampada no rosto daquela família.

Anos mais tarde, o jovem bombeiro Pedro criou uma associação para ajudar pessoas que passavam pela mesma situação. O emblema da associação era um pequeno camião de bombeiros.

Ana Mendes, 2.º N

Trabalho dos alunos (6)

Coração voador

Numa certa altura da sua vida, uma menina deixou voar o seu coração que aterrou nos braços de alguém que não o merecia. Viveu um amor perigoso e tóxico.

O seu coração transformou-se em “pedra”. Tornou-se fria e insensível, deixando-se levar pela ansiedade e depressão. Os amigos tentaram ajudá-la, mas nada fazia efeito.

Um certo dia, na escola, deparou-se com um cartaz de um programa de autoajuda. Foi sozinha. Aos poucos deu-se a conhecer e começou a conhecer os outros. Ouviu histórias daqui e dali. De repente, ouviu uma história muito parecida com a dela. Um rapaz contava a sua história de forma emocionada.

No final da sessão aproximou-se do rapaz, começaram a falar, combinaram encontros. Aos poucos foram-se aproximando e entretajudando-se. Conseguiram resolver os seus problemas.

Apaixonaram-se, de amigos passaram a namorados.

Hoje são livres, felizes e, acima de tudo, os corações já não são de “pedra”. Os seus verdadeiros corações regressaram. São macios e aveludados, ainda têm asas, mas agora só voam no sentido um do outro.

Vitor Lopes 2.º B

## Leitora + do Rodo



A Bibliorodo continua a estimular a leitura dos alunos, promovendo a atividade Leitor+ do Rodo. Assim sendo, distinguiu a aluna Joana Assembleia do Curso Técnico de Termalismo (2.ºF) com o título Leitor+ do Rodo 2021/2022. A Biblioteca deseja à Joana continuação de boas leituras...

## “Recordar a Bibliorodo, é Viver”

No âmbito das atividades da “Bibliorodo”, e por forma a recordar momentos especiais e felizes vividos, realizou-se uma exposição de fotografias alusivas a vários momentos pedagógicos e recreativos, implementados pela Equipa da Biblioteca e concretizados pelos alunos das várias turmas da escola. As tarefas propostas ofertaram-lhes a possibilidade de desenvolverem a sua criatividade, sensibilidade e o seu poder de escrita, propondo-lhes a realização

de atividades variadas, imaginativas e divertidas, nas oficinas de escrita, e inúmeras atividades de leitura, quer no interior, quer no exterior da escola, nomeadamente junto das pessoas do mercado, na Régua e comércio local e a participação pela aluna Joana Assembleia na fase Municipal, no âmbito do Projeto Nacional de Leitura, entre outras inúmeras atividades

## RodoMat – Oficina de matemática

No dia 6 de junho realizou-se na Biblioteca, a atividade do Grupo de Matemática “RodoMat”. Nesta atividade, os alunos das várias turmas da escola foram desafiados a experimentar alguns jogos matemáticos, entre os quais se destacam Ouri, Avanço, Gatos e Cães, Hex, Tangram e Torre de Hanói bem como vários “quebra-cabeças” e desafios. Da atividade constava ainda a exposição de curiosidades sobre a matemática e um atelier de Origami.

Alguns dos jogos usados foram construídos pelos alunos do 3.º N e dinamizados por eles, no âmbito do módulo “Jogos e Matemática”.

Esta atividade teve como objetivo, contribuir para o desenvolvimento de capacidades matemáticas e para o desenvolvimento pessoal e social dos alunos, proporcionando atividades lúdicas e desafiadoras, estimulando o gosto pela matemática através de jogos educativos.



# Entrevista à Professora Celeste Ribeiro

Os entrevistadores:  
Carla Martins – 1º S  
Eduardo Almeida – 1º B

1 - Bom dia Senhora Professora Celeste. Sabemos que gosta muito de ler, qual é a importância da leitura para si? A leitura é fundamental. Alarga o nosso espírito, desenvolve as nossas capacidades cognitivas, as nossas habilidades, a todos os níveis; permite-nos evadir-nos, relaxar, questionar, conhecer outros tempos e realidades e viver, ainda, todo o tipo de situações e emoções, revestindo o papel dos heróis das obras.

2- Que género de livros gosta de ler?

Todo o tipo de livros, consoante as necessidades do momento.

3- Tem autores favoritos?

Já tive. Adoro as obras de muitos dos nossos grandes escritores e poetas portugueses, mas também leio muitas obras de autores estrangeiros, sem favoritismo. Presentemente, oriento-me mais pelo assunto do livro do que pelo autor.

4- O que gosta de fazer nos seus tempos livres?

Gosto imenso de ler, ouvir música, passar tempo com a minha família, dançar, ver um bom filme, escrever e desenhar.

5- Gosta de viajar? Qual é a viagem que mais gostou mais de fazer e qual é a viagem que ainda gostaria de fazer?

Adoro viajar. Conhecer outras realidades, outras gentes, outras culturas, permite-nos alargar os nossos horizontes, a nossa percepção do mundo. Ajuda-nos a sermos mais tolerantes, mais recetivos à diversidade, à diferença. Adorei ir ao México visitar as pirâmides, no meio de uma imensa floresta, e contactar com uma realidade muito diferente da nossa.

Prevejo, um dia, ir ao Egito e ao Tibete.

Vamos fazer uma entrevista à Professora Celeste Ribeiro, na qualidade de docente e Presidente do Conselho Geral. Professora há trinta e sete anos, a docente Celeste Ribeiro trabalha na nossa escola há quatro anos. Leciona a disciplina de Português e é formadora no Centro Qualifica.



6- Como leitora constante, que conselhos daria aos alunos que não gostam de ler?

O hábito da leitura, como qualquer outro hábito, adquire-se. Na minha opinião, devem começar por livros pequenos e aumentar, gradualmente, a extensão dos mesmos.

A banda desenhada de qualidade, para quem não tem hábitos de leitura, pode ser, igualmente, uma boa opção. O facto de tratar-se de uma leitura divertida, contendo pouco texto, pode, numa fase inicial, ajudar e motivar quem quer adquirir o hábito de ler.

Revistas, jornais, artigos diversos, livros, em suporte digital ou não, ... O importante é ler.

7- Das três palavras que lhe vamos apresentar, escolha uma e fala sobre ela: Amor, Paz e Autoestima.

Escolher apenas uma destas palavras, ausentar-nos-ia de apreender plenamente o sentido de qualquer uma das outras.

Estas três palavras, quanto a mim, culminam numa só: o Amor. Sem ele, as outras não existiriam: não existe Paz, nem Autoestima sem Amor. O caminho é sempre o Amor. O Amor- próprio acarreta a necessidade de tranquilidade, compreensão, perdão, aceitação, compaixão por nós mesmos que, por sua vez, desenvolvem a autoestima que nos leva a tratar-nos com respeito, gentileza, a mimar-nos, a tratar-nos com paciência e carinho, a defender-nos ... a gostar de nós. Estas atitudes que refletimos, a partir do nosso interior, nos outros e em tudo ao nosso redor trazem a Paz ao mundo externo que nos rodeia.

Muito obrigada pela atenção dispensada.

## A Viajar também se aprende

### > Viagem ao Porto



Os alunos do segundo e terceiro ano do curso técnico de apoio psicossocial deslocaram-se ao porto para uma visita de estudo. A visita foi iniciada no Teatro de Marionetas do Porto, onde os alunos realizaram um workshop de criação de uma marioneta e de experimentação de técnicas de manipulação. Durante a tarde fomos ao Centro Lúdico de Imagem Animada, onde visualizamos filmes de animação e pudemos

experimentar os diversos objetos que originaram o cinema de animação e ainda realizamos a oficina “Criação de um traumatópio”. Após o jantar deslocamo-nos junto de sem-abrigo para entrega de refeições e para perceber melhor a história de vida destas pessoas. Foram momentos muito emocionantes. No dia seguinte iniciamos a manhã na “Associação Edukairos” que promove um ensino individualizado e que fomenta a inclusão através da pedagogia Montessoriana e MEM (Modelo de Escola Moderna). Fizemos uma visita guiada ao espaço e apresentamos as peças de teatro que os alunos haviam preparado. Regressamos a Vila Real, onde almoçamos e deslocamo-nos ao Teatro de Bolso para visitarmos as instalações e a peça de teatro “Fora do Lugar”, título de um poema de Rui Pires Cabral, uma experiência performativa que cruza poesia com teatro, música e dança. E assim terminaram os dois dias de visita, onde os alunos puderam experienciar áreas tão distintas, mas tão ricas para o seu futuro profissional. Pudemos verificar nos rostos cansados, mas com um sorriso de satisfação que os objetivos foram amplamente atingidos.

### Visita de Estudo a Lisboa (29, 30 e 31 de março)



Realizou-se uma visita de estudo a Lisboa, entre os dias 29 e 31 de março, com as turmas do 2º e 3º anos do Curso de Técnico de Termalismo e a turma do 1º ano do Curso de Técnico Auxiliar de Saúde.

Os alunos visitaram o serviço de Medicina Legal do Hospital São Teotónio, situado em Viseu (fig.1) e tiveram oportunidade de conhecer e usufruir de um circuito de talassoterapia, no centro de Talassoterapia da Nazaré (fig.2).

O segundo dia de visita, destinou-se ao conhecimento do Museu da Saúde (fig.8) e ao Museu das doenças Dermatológicas. Da

parte da tarde visitou-se o recinto Futurália (fig.9), onde os alunos tiveram a possibilidade de contactar com diversas ofertas formativas e profissionais.

No último dia da visita os alunos rumaram até São Pedro do Sul, onde conheceram as Termas, nomeadamente: Balneário D. Afonso Henriques (fig.4); Termas romanas (fig.5) e Balneário D. Amélia (fig.6).

De uma forma global a atividade revelou-se bastante profícua, tendo sido uma mais valia para todos os intervenientes, e os objetivos alcançados com êxito.

## > Visita da Escola das Alagoas à Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo

Nos dias nove e dez do mês de maio de dois e vinte e dois a Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo recebeu nas suas instalações cinco turmas (duas turmas no dia nove e três no dia dez) do primeiro ano do primeiro ciclo da Escola das Alagoas, com a finalidade de fazerem uma visita de campo na quinta. Visitaram os espaços verdes envolventes, de modo particular as vinhas, a mina, o lagar. Foi um dia de grande envolvimento de alunos, professores e funcionários com o meio.



## > Visita com os alunos das turmas de 9º ano de Santa Marta de Penaguião

No dia 26 de abril de 2022 a escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo – Peso da Régua recebeu, para uma visita guiada aos “espaços e às gentes”, 33 alunos das turmas de 9º ano do Agrupamento de Escolas de Santa Marta de Penaguião.

Os alunos Ana Raquel Costa, do 2ºF; Gonçalo Pereira, do 2ºE; Joana Assembleia, 2ºF e Vítor Lopes, do 2ºB acompanharam os alunos das turmas convidadas pelos vários espaços e aulas práticas da escola, onde tiveram oportunidade de experimentar algumas atividades que se desenvolvem nos cursos.

Tratou-se de uma excelente oportunidade tanto para os alunos convidados, como para os alunos da nossa escola, que mostraram uma elevadíssima responsabilidade e orgulho pela sua escola e pelo seu curso, procurando sempre mostrar as mais valias que se conquistam através do ensino profissional e nomeadamente ao ingressar na Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo – Peso da Régua.



## > “Dia Do Pensamento Crítico” – 4 de maio

No dia 4 de maio, as alunas e alunos do 3ºano dos Cursos Técnicos de Termalismo e Apoio Psicossocial da nossa escola, participaram no “Dia Do Pensamento Crítico”, realizado na UTAD.

As duas turmas referidas integraram um número significativo de participantes que representaram várias escolas secundárias da região e inclusive a própria Universidade. De realçar o facto que as (os) nossas(os) alunas(os) foram os únicos representantes do ensino profissional no evento, o que à partida levaria a que se evidenciasse a lacuna da inexistência da disciplina de filosofia no mesmo tipo de ensino, disciplina esta, responsável pelo afloramento e protagonização duma perspetiva crítica da realidade nos adolescentes.

Neste sentido, o professor António Duarte, com o apoio da professora Jaqueline Guedes, realizou umas breves sessões com os alunos em causa, com o objetivo prioritário de os despertar para algumas questões pertinentes que marcam a contemporaneidade

e que constituirão importantes desafios para a humanidade num futuro breve.

Aquando da chegada à Universidade, pelas 9:30h, os nossos alunos acompanhados pelos professores António Duarte e Anabela Mendonça (substituída na parte da tarde pela professora Mariana Alves), foram desde logo integrados em grupos de trabalho, distribuídos por várias salas nas instalações do Departamento de Física.

A cada sala foi atribuído um tema a ser trabalhado pelos alunos. Os temas que se constituíram enquanto pontos de partida para debate e formulações de propostas, sugeridas pelos grupos de trabalho, com vista a um futuro que assegure um bem-estar e comprometa as novas gerações foram os seguintes: a água; a desinformação; a igualdade de género e a participação democrática.

No final da tarde, cada grupo apresentou o resultado do trabalho desenvolvido ao longo de todo o dia na sua respetiva sala perante os restantes alunos e professores aí presentes.

Os nossos alunos integraram

grupos de trabalho em três salas. Tendo-me mantido atento ao desenrolar de todas as etapas que constituíram o evento, foi facilmente constatável para mim o facto de que, embora os alunos da Escola Profissional do Rodo “partissem em desvantagem” em relação aos restantes alunos participantes pelo motivo atrás referenciado, ainda assim, demonstraram estar mais do que a altura do desafio.

Em cada sala foi eleito um grupo para participar no próximo dia 21, numa segunda fase, esta já de âmbito nacional. Das três salas em que alunos nossos integraram grupos de trabalho, venceram em duas delas.

Os nossos alunos representaram com um nível de excelência a nossa escola e desta forma contribuíram para a projeção de uma boa imagem da instituição na região, a imagem condizente com o que esta instituição de ensino é, na realidade.



## > Visita de estudo ao Centro Náutico de Tábua

Os alunos do curso técnico de desporto deslocaram-se ao Centro Náutico de Tábua com o objetivo de vivenciar a experiência da modalidade de Remo / Paddle. Após uma formação inicial, puderam usufruir da parte prática, rodeados de uma paisagem fantástica. Foi um dia repleto de conhecimento, adrenalina e principalmente boa disposição. Parabéns aos alunos pelo empenho, comportamento e companheirismo.



## > Visita de Estudo ao Porto

As turmas do 1º ano, do Curso Profissional de Técnico Auxiliar de Saúde, e do 3º ano, do Curso Profissional de Técnico de Termalismo, encontraram-se em visita de estudo ao Porto, no âmbito das disciplinas técnicas. No primeiro dia visitaram o Departamento de Tratamento e esterilização de equipamentos hospitalares do Centro Hospitalar do Tâmega e Sousa, Penafiel, o Museu do Centro Hospitalar do Porto- História de Medicina e Farmácia, o Hospital de Sto. António, Porto, o Pavilhão Super Bock Arena, Pavilhão Rosa Mota, Porto.

## > Visita de estudo a Lisboa e Mafra



## > Visita de Estudo à cidade de Aveiro

No dia 8 de abril, os alunos do 1.º e 2.º ano do Curso Profissional Técnico de Cozinha e Pastelaria deslocaram-se à cidade de Aveiro para visitar, entre outros lugares, as Salinas e a Fábrica de Ovos Moles. Esta visita constitui-se como uma excelente experiência de consolidação de aprendizagens e de enriquecimento cultural. O interesse e participação dos alunos foi evidente e muito gratificante.



## > Visitas de estudo do curso Técnico/a Vitivinícola

Os alunos do Curso Profissional de Técnico Vitivinícola realizaram várias visitas de estudo, no âmbito dos módulos das disciplinas técnicas, com o objetivo de aprofundarem os seus conhecimentos práticos, quer a nível da viticultura, quer da enologia, quer da mecanização agrícola. Foram visitadas algumas quintas na Região Demarcada do Douro, nas quais foi possível visualizar diferentes sistemas de sistematização do terreno, compassos de plantação, e formas de exploração, incluindo parcelas em Modo de Produção Biológico. Contactaram ainda com adegas com tecnologias avançadas de vinificação. Sendo as vasilhas de madeira uma mais-valia para a qualidade final dos vinhos, aportando a estes diferentes aromas, visitaram uma tanoaria, na qual acompanharam todo o processo de fabrico e queima das referidas vasilhas. Visitaram o World Of Wine, em Gaia, as exposições “Planet Cork” e “The Wine Experience”. E, como a Feira Agrícola de Santarém é um dos eventos a nível da agricultura, mais conceituado, os alunos tiveram igualmente a oportunidade de a visitar, bem como todo o processo de propagação de plantas na visita a um viveiro - Vitioeste, na freguesia do Pó, concelho de Bombarral

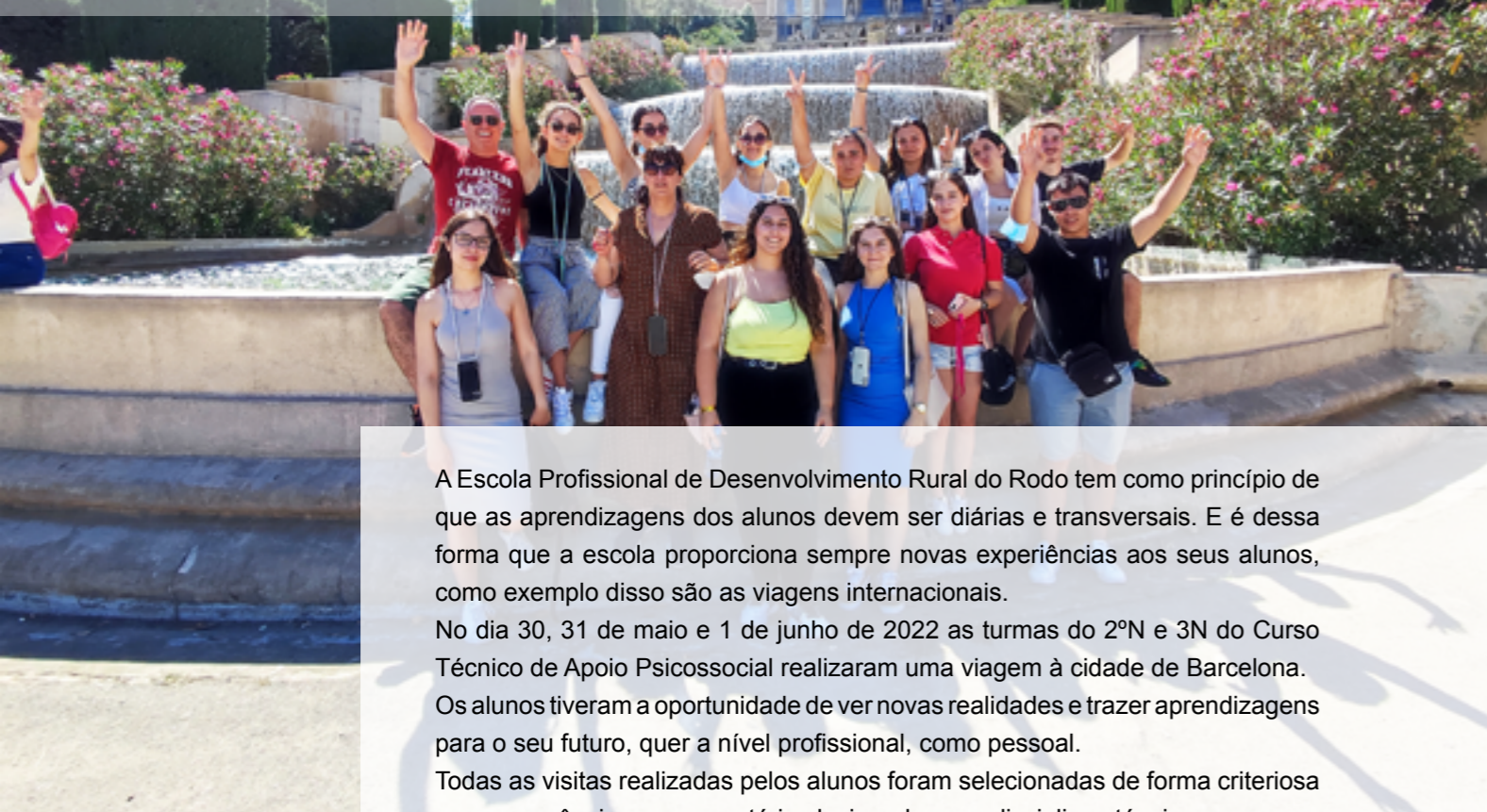


Nos dias 23 e 24 de março, todos os alunos do terceiro ano realizaram uma visita de estudo a Lisboa, no primeiro dia da viagem, e a Mafra, no dia seguinte. Pelas 9h00 horas, os alunos deram, alegremente, entrada no autocarro, com destino à Lisboa. Após uma breve paragem, junto de Viseu, parou-se na estação de serviço de Leiria para almoçar, onde professores e alunos puderam confraternizar, à volta de um lanche fornecido pela escola. Pelas 14h30, o grupo chegou, finalmente, ao destino programado para o primeiro dia desta visita, Lisboa.

Passando pela Praça do Comércio, o grupo dirigiu-se ao Museu da Marinha, onde os alunos tiveram a oportunidade de deambular entre inúmeros modelos construídos manualmente, a partir de embarcações de todo o tipo que serviram a Marinha e os argonautas, em geral, ao longo da nossa história; visualizaram réplicas de cenários bélicos, quadros representativos de situações marítimas e, ainda, peças únicas adquiridas ou doadas ao museu por amigos da Marinha. A visita completada, o grupo pôde, seguidamente, admirar, por fora, o Mosteiro dos Jerónimos, o Padrão dos Descobrimentos e o seu miradouro e, por fim, a Torre de Belém, monumentos representativos da época da expansão marítima portuguesa, época essa que, envolta em sofrimento e coragem, trouxe glória e grande mérito ao povo português, ficando para sempre na memória coletiva. Após o jantar, na Cantina do Polo Universitário da Ajuda, o grupo dirigiu-se à pousada de Almada, para pernoitar.

No dia seguinte, e após ter desfrutado do pequeno-almoço, o grupo saiu de Almada, com vista a Mafra ou, mais precisamente, ao Palácio/Convento de Mafra, onde os discentes participaram numa visita guiada ao monumento cuja construção é o tema central da obra de José Saramago “Memorial do Convento”, ficando deslumbrados com a grandeza e beleza do maior monumento nacional português e com uma das maiores bibliotecas da Europa que o mesmo alberga. Para almoçar, o grupo dirigiu-se à cantina da Escola Secundária José Saramago e, pelas 15h00, assistiu à peça de teatro representativa da obra supracitada e cuja abordagem foi realizada nas aulas de português. Deixando Mafra, pelas 17h00, o autocarro dirigiu-se a Coimbra onde o grupo desfrutou de um jantar, no Fórum. Pelas 23h00, professores e alunos chegaram cansados, mas satisfeitos à escola do Rodo.

## > Visita de estudo a Barcelona



A Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo tem como princípio de que as aprendizagens dos alunos devem ser diárias e transversais. E é dessa forma que a escola proporciona sempre novas experiências aos seus alunos, como exemplo disso são as viagens internacionais.

No dia 30, 31 de maio e 1 de junho de 2022 as turmas do 2ºN e 3ºN do Curso Técnico de Apoio Psicossocial realizaram uma viagem à cidade de Barcelona.

Os alunos tiveram a oportunidade de ver novas realidades e trazer aprendizagens para o seu futuro, quer a nível profissional, como pessoal.

Todas as visitas realizadas pelos alunos foram selecionadas de forma criteriosa em consonância com as matérias lecionadas nas disciplinas técnicas.

As visitas realizadas foram à Casa Milà-La Pedrera onde usufruíram de uma visita guiada, seguidamente deslocaram-se à Sagrada de Família que representa o máximo expoente da arquitetura de Gaudi. Realizaram visita ao Palácio Nacional de Catalunha, Barcelona e respetivo museu. Os alunos tiveram a oportunidade de experienciar um almoço no mercado “La Boqueria” e de seguida foram conhecer o Bairro Gótico onde se depararam com uma arquitetura bastante diferenciada que lhes despertou bastante interesse. A Catedral de Barcelona foi outro dos pontos altos da visita.

Tiveram ainda a oportunidade de visitar de forma guiada e explorar o museu Picasso e conhecer as diferentes obras deste pintor tão particular e de um interesse inesgotável pelas interpretações que daí podem advir na área das psicopatologias.

Visitaram de igual forma locais da cidade onde existem inúmeros projetos no âmbito de intervenção social para pessoas em situações vulneráveis e desfavorecidas.

Realizaram visita a uma das praias de Barcelona” Platja Del Somorrostro” e viram mais detalhadamente todas as artes e animação de rua expostas nas famosas ramblas, desde as pinturas, espetáculos, às chamadas “estatuas vivas”.



### Comentários de alguns alunos.

“Esta visita foi bastante enriquecedora para o nosso desenvolvimento pessoal e para o nosso conhecimento, visto que tivemos a oportunidade de ver uma realidade do mundo que não nos é tão frequente ver.” - Ana Beatriz Gomes 3ºN

“Adquirimos competências de responsabilidade, gestão, organização e solidariedade.” - Margarida Coutinho 3ºN

“Posso dizer que foi uma visita frenética e sem tempo para descansar, mas sem dúvida uma das melhores experiências já vividas.”

- Hugo Lopes 2ºN

“A visita a Barcelona, foi única...vivemos momentos inesquecíveis e aprendemos coisas que em sala de aula seriam impossíveis de aprender com tanta facilidade e interesse!!” - Ana Mendes 2ºN

## > Visita de Estudo a Madrid

Entre os dias 28 e 30 de maio, os alunos do 3.ºano dos Cursos Técnico de Restaurante/Bar e Cozinha/ Pastelaria encontram-se em visita de estudo, na cidade de Madrid.

No primeiro dia, os alunos visitaram a Escola Superior de Hotelaria e Turismo, o Mercado de São Miguel, Palácio Real, entre outros lugares de referência.

Esta visita de estudo permitiu a aquisição, por parte dos nossos alunos, de experiências e aprendizagens únicas e enriquecedoras, que levarão para o futuro.

As experiências e aprendizagens continuaram por terras de Espanha.

No segundo dia, os nossos alunos visitaram o Mercado Gastronómico de San Anton, degustaram pratos típicos de Espanha em restaurantes da cidade e visitaram ainda Puerta del Sol, ao Km Zero, Gran Vía e os Estádios do Real e Atlético de Madrid.

Um dia repleto de novas vivências.



## > A Ler Também se Aprende. Para refletir...



A leitura de um livro permite-nos aceder a um mundo particular e o número de mundos por nós conhecidos é, em parte, equivalente ao número de livros que lemos.

É certo que leitura sem vivências intensas, torna-nos incompletos na apreensão da vida e do mundo, no entanto o inverso também é verdade.

Não consigo imaginar a minha vida sem o contacto permanente com os livros. Sei que é em parte, uma luta inglória, inculir na atualidade hábitos de leitura nas novas gerações. As novas tecnologias de informação e comunicação absorvem, na maior parte das vezes, todo o seu tempo disponível. Os hábitos, comportamentos e atitudes que caracterizam o seu contexto vivencial na atualidade, são inteiramente condicionadas pelas mesmas.

Sinto o dever, enquanto professor e pessoa que deseja o melhor futuro possível aos meus alunos, de lhes dizer que uma vida sustentada existencialmente apenas nas redes sociais, é uma vida irremediavelmente mais pobre. Obviamente, não defendo um alheamento por parte das novas gerações em relação ao mundo de possibilidades que as novas tecnologias proporcionam, sou da opinião apenas que esta realidade incontornável deve ser complementada com outros hábitos enriquecedores do nosso mundo interior, nomeadamente o culto do hábito da leitura.

O desafio é muito simples, ou se conformam em ter uma vida anónima, sem identidade, igual às outras, ou apostam no vosso enriquecimento individual e passam a afirmar-se através da diferença, e aí sim, as probabilidades de deixarem a vossa marca no mundo passam a ser imensamente maiores.

Professor António Duarte

### “Prometo Perder” de Pedro Chagas de Freitas

Reticente, por segundos, aceitei o desafio lançado pelo Dr. Hélder em participar nesta atividade” o Livro da Minha Vida “.

Um bom livro absorve-nos, chega a viciar, mantém-nos fora do mundo que nos rodeia, fazendo esquecer o tempo e mergulhar sem saber porquê num banho de palavras que nos levam a viajar, nos acariciam todos os sentidos e nos fazem sentir reféns do fascínio impresso no pensamento e a descrição das várias situações transmitidas pelo autor.

Sem grande dificuldade surgiu logo na minha mente o livro sobre o qual devia escrever. Este livro surge na minha vida num tempo de reflexão sobre a mesma. Transporta-nos para um aprofundamento dos sentidos e das suas variações, ao lê-lo senti um borbulhar de emoções que se encontravam fechadas no fundo do meu

ser. Fez-me despertar e correr atrás de uma nova forma de vida dando mais valor às emoções, ao olhar, à brisa do mar (o mesmo que me acompanhou nessa leitura), ao brilho do sol, ao reflexo do luar no constante vai e vem das ondas.

Um livro fenomenal repleto de frases lindas, o autor prendeu-me da primeira à última página.

“Prometo Perder “de Pedro Chagas de Freitas

#### **Prometo perder.**

Prometo por vezes fraquejar, por vezes cair, por vezes ser incapaz de ganhar. Nem sempre conseguirei superar, nem sempre conseguirei ultrapassar. Nem sempre poderei ser capaz de ir tão longe como tu me pedes, de te dar exatamente o que merecias que te desse. O que desesperadamente te quero dar. Nem sempre conseguirei sorrir, também.

#### **Prometo perder.**

Prometo ainda manter-me vivo depois de cada derrota, resistir ao peso insustentável de cada impossibilidade. Não de haver momentos em que sem querer te magoarei, momentos em que sem querer tocarei no lado errado da ferida. Mas o que nunca vai acontecer é desistir só porque perdi, parar só porque é mais fácil, ceder só porque dói construir.

#### **Prometo perder.**

Porque só quem ama corre o risco de perder; os outros correm apenas o risco de continuar perdidos.

#### **Prometo perder.**

Porque só quem nunca amou nunca perdeu.

“Prometo perder”, como se jogam as palavras e se traduzem em sentimentos e momentos únicos!

Um livro escrito de uma forma aleatória, com momentos de um humor requintado, levando-me por vezes sem dar por ela a lacrimejar também devido à intensidade e simplicidade da sua escrita, das várias mensagens transcritas, moldei-as da melhor forma, guardando-as para mim como chaves que iriam abrir novas formas de sentir e estar na vida.

Os adultos levam o amor demasiado a sério. Pensam nas razões que os levam a amar, pensam se devem ou não abraçar, se devem ou não beijar, se devem ou não dar as mãos e correr e saltar e colocar a língua de fora. O amor ou é não pensar em nada ou se calhar dão é amor nenhum.

Eu amo a minha família toda e os meus amigos todos. Quando estou com eles penso muito pouco, mas não digam a ninguém.

-Já vi que amas, tia

-Porquê?

-O teu sorriso não passa.

Os adultos levam a tristeza demasiado a sério. A palavra sorriso faz-me sorrir. A palavra sorrir faz sorrir toda a gente, na verdade. Experimentem lá dizer sorriso e vejam se não estão já a sorrir. Quando estou menos feliz faço sempre isso: ponho-me em frente do espelho a dizer a palavra sorriso e num instante já estou mesmo a sorrir. Mas não pensem que a tristeza não existe. A tristeza existe. Às vezes acontecem coisas que nos fazem ficar adultos por momentos, coisas que nos fazem pensar e pensar e pensar. Mas não há no mundo nada mais poderoso do que a brincadeira.

-Porque estás a chorar, mama?

-Tenho saudades do teu pai.

- Eu também. é por isso que estou a sorrir.



Os adultos levam o corpo demasiado a sério. Dizem que é isso que de fine se uma pessoa existe ou não, já viram que baboseira: As pessoas existem quando existem em nós, qualquer criança sabe isso. O meu papá é a melhor pessoa do mundo. Basta me fechar os olhos e estou com ele, há lá proximidade maior do que esta?

-O que te assusta mis, filho?

-Pensei que era a morte.

-Foi o que eu disse.

Os adultos levam a realidade demasiado a sério. Os sonhos são a melhor parte da realidade, só um adulto não vê isto. Quando deixo de sonhar, deixo viver. Ontem acordei e demorei dois segundos a procurar um sono. Foram os dois piores segundos da minha vida inteira.

- Parabéns, mamã

-Porquê?

-Por teres acordado.

A simplicidade da sua escrita e conseqüente descrição de certas realidades, por vezes de forma irónica, outras de forma dramática capta a nossa atenção pela sua forma de escrever.

Após esta saborosa leitura emergiu em mim um novo formato de encarar as situações e desafios que a vida me impôs, aplico ainda muitas das lições retiradas desta obra absolutamente fenomenal.

Adelaide Maria Presa Sampaio Xavier Cardoso, formanda do Centro Qualifica

## Diário de Anne Frank

O Livro da minha vida – O Diário de Anne Frank

Li pela primeira vez o Diário de Anne Frank quando tinha 17 anos e andava no 12.º ano de escolaridade. Na altura, no programa de História, abordávamos a II Guerra Mundial, e o nosso professor, incentivou-nos a lê-lo. Eu assim fiz.

O Diário de Anne Frank foi transformado em livro e é originalmente o diário de uma menina judia alemã, cuja família se viu forçada a mudar-se para Amesterdão e, mais tarde, a esconder-se durante 2 anos para fugir à perseguição nazi. Ela começa a escrever no seu diário - Kitty - ainda antes de a família se esconder no edifício comercial, que partilhavam com mais quatro pessoas.

Anne era muito desenvolvida para a sua idade, e para além de focar os problemas habituais na adolescência, fala-nos também dos momentos que viveu no abrigo. O Holocausto é uma das épocas “negras” da nossa história, e é interessante ver como este diário tem descrições mais ligadas à época (racionamento de comida, o medo de serem descobertos, os cuidados que tinham para não serem notados), mas também

por reflexões e pensamentos que são transversais a qualquer miúda de 13-15 anos, independentemente da situação em que vive. É por isso que considero este livro tão intemporal e tão necessário de ser lido - não foi escrito com autocomiseração, foi escrito com verdade.

Técnica Olívia Bernardino

de S. E. Hinton – Juventude inquieta

## A relação entre a literatura e o cinema tem já uma história longa.

Um dos factos que marcam a dita relação é por norma, o livro já existir previamente à sua interpretação cinematográfica, daí na maior parte das vezes, as pessoas conhecerem em primeiro lugar a obra e só à posteriori terem contacto com o filme a ela associado.

No meu caso aconteceu o inverso. Em 1984 tive pela primeira vez contacto com o filme da minha vida, “Rumble Fish” de Francis Ford Coppola, também o meu realizador preferido.

Não é o melhor filme que vi na minha vida, é no entanto o mais belo sob ponto de vista estético.

Coppola, através da narrativa de um universo da adolescência irreverente, anti sistema social vigente, utilizando pinceladas a preto e branco, caracterizadas por uma fotografia deslumbrante, toca irremediavelmente o espetador. A busca inquietante de si mesmo por parte da personagem Rusty James (interpretado por Matt Dillon), um adolescente irreverente que ainda acredita poder ser capaz de assumir a liderança de um gang e desta forma encontrar sentido para a vida, anseio e expectativas desmistificadas pelo motard filósofo, seu irmão mais velho denominado apenas ao longo de todo filme como “Motorcycle Boy”, o rapaz da moto (personagem magistralmente interpretada por Mickey Rourke), é utilizado enquanto imagem metafórica da busca incessante da felicidade, comum a todos nós, que ora nos dá alento, ora nos angustia.

O visionamento deste filme marcou-me para sempre, inclusive com a tendência para a produção, ao longo de toda a minha vida, de analogias entre o filme e o contexto vivencial pessoal da minha adolescência e juventude nos anos 80.

Só anos mais tarde tive contacto com o livro de S. E. Hinton que serve de pano de fundo à realização do filme de Coppola, que respeita integralmente a narrativa do mesmo.

Trata-se de um simples livro de bolso, que se lê em muito pouco tempo (no máximo uma hora), o que não deixa de ser no mínimo curioso, a partir do pressuposto que, ao longo da minha vida li obras de muitos escritores apaixonantes e outros mesmo consagrados (alguns inclusive, galardoados com o prémio nobel da literatura).

No entanto este é o livro da minha vida, neste caso o livro e o filme que melhor conseguem retratar a forma como eu sinto pessoalmente a realidade, que é partilhada por todos nós, mas que é também inevitavelmente, sempre, a minha realidade.

O Professor: António Duarte



## > Ciência Viva

**O Projeto Ciência Viva'21** O Projeto Ciência Viva'21 teve início no presente ano letivo de 2021-2022, como uma atividade da Biblioteca da Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo.

Todos os meses, de outubro a junho, foram abordados diferentes temas e feitas exposições na Biblioteca foram também afixados no Placard os artigos produzidos foram também publicados. De entre os vários temas são de destacar os temas de novembro "Como a Fé e as Crenças Influenciam a Nossa Vida/Mente e Quotidiano", dezembro "Solstícios e Equinócios", fevereiro "Máscara Social e a Necessidade de, por vezes, Querermos Estar na Pele do Outro" e o tema de junho "Água Fonte de Vida" último a ser apresentado e exposto. Sempre que possível, foi feita também uma exposição alusiva ao tema, das quais existem vários registos fotográficos. As exposições foram muito visitadas e do agrado de todos os que tiveram oportunidade de participar.

**"Como a fé e as crenças influenciam a nossa vida/mente e quotidiano"**

A exposição crenças e fé a decorrer no mês de novembro na Biblioteca da Escola teve como finalidade "Acordar o Nosso Eu", melhorar o autoconhecimento e como tal encarar de forma mais consciente e informada tudo o que se passa à nossa volta e dentro de nós mesmos. As nossas crenças sustentam-nos como pessoas, são filtros pelos quais interpretamos o mundo que comandam as nossas ações. São o que nos leva a tomar decisões com base no que chamamos de valores pessoais, são motivação ou desmotivação para encarar um desafio. Temos crenças possibilitadoras que são aquelas que nos empurram para frente e que nos estimulam perante os desafios da vida e temos também aquelas limitadoras que nos desmotivam e que não permitem que encaremos ou que tornam os desafios mais penosos. Com as crenças possibilitadoras está tudo bem, elas dão-nos a força que precisamos para encarar e vencer o desafio, mas as limitadoras? Temos forma de as superar e encarmos os desafios? Eu, particularmente, acredito que para tudo na vida existe uma solução! Procure em si o questionar-se e conhecer-se, pois assim a sua forma de olhar o mundo amplia-se e naturalmente passa a superar desafios com um novo olhar e motivação. Pense nisto!



Pois aqui está uma boa pergunta!

Em especial quando somos crianças levantamos questões que parecem de difícil explicação, quando na realidade a sua explicação é tão simples...

Como todos os corpos do Universo, a Terra também não está parada. Ela realiza inúmeros movimentos. Os dois movimentos principais do nosso planeta são o de rotação e o de translação, cujos efeitos sentimos no quotidiano.

As estações do ano e a diferente duração dos dias e das noites são resultado da inclinação do eixo da Terra, do movimento que o planeta faz em volta do Sol e em torno de si próprio.

Por causa da inclinação em relação ao plano orbital, a incidência solar não é igual para os dois hemisférios.

Essa maior ou menor incidência dos raios solares em cada hemisfério é responsável pela existência das estações do ano, que não ocorrem simultaneamente em cada um deles.

Enquanto no Hemisfério Norte é inverno; no Hemisfério Sul, é verão. Da mesma forma que, enquanto no Hemisfério Norte é primavera; no Hemisfério Sul, é outono, e vice-versa. Movimento de Translação da Terra em torno do Sol.

No seu movimento de translação, a Terra percorre um caminho - ou órbita - que tem a forma de uma elipse. A velocidade média da Terra ao descrever essa órbita é de 107.000 km por hora, e o tempo necessário para completar uma volta é de 365 dias, 5 horas e cerca de 48 minutos. Esse tempo que a Terra leva para dar uma volta completa em torno do Sol é chamado "ano".

Ano civil, adotado por convenção, tem 365 dias. Como o ano sideral, ou o tempo real do movimento de translação, é de 365 dias e 6 horas, a cada quatro anos temos um ano de 366 dias, que é chamado ano bissexto.

Já a sucessão dos dias e das noites se explica pelo movimento de rotação da Terra em torno do seu eixo.

O movimento de rotação da Terra é o movimento que o planeta executa em redor de si mesmo, ou seja, à volta do seu próprio eixo. Esse movimento faz-se no sentido anti-horário, de oeste para leste, e tem duração aproximada de 24 horas.

Para entender de forma rápida?

Aqui fica...

**Porque surgem as estações do ano e porque os dias têm diferente duração?**



## Máscaras sociais e a necessidade de vestir a pele do outro...

Podemos entender as máscaras sociais como os papéis ou as personagens que desempenhamos em diferentes esferas da nossa vida e que são fundamentais para garantir a nossa adaptação social.

As exigências e as pressões do exterior obrigam-nos a encarnar diferentes personagens, tais como os de profissional, colega, pai, filho, irmão ou amigo e isso traduz-se na tonalidade de voz, no tipo de discurso, na imagem e na expressão corporal que adotamos em diferentes contextos.

As nossas personagens servem a situação na qual nos encontramos e saber escolhê-las e usá-las, com consciência e responsabilidade, sabendo quem é o nosso verdadeiro “Eu” e que ele está sempre presente, é um indicador de flexibilidade e saúde mental.

Por exemplo, se temos de ir a uma festa num dia em que nos sentimos tristes, vamos escolher e usar um personagem que, por um lado, vai proteger a nossa intimidade do exterior e por outro, irá promover a nossa inserção naquele meio. Não nos deixamos de sentir tristes naquele contexto, mas não é dessa forma que nos queremos apresentar, sendo, portanto, útil o recurso a uma personagem cortês e bem-educada que responda às exigências daquela situação e ao que é esperado pelo coletivo.

As maiores dificuldades no uso de personagens surgem quando não existe um verdadeiro autoconhecimento e o “Eu” fica identificado à personagem, fazendo com que a pessoa passe a agir sempre em personagem sem ter consciência disso. Exemplo disso é o caso de uma pessoa que passa a falar e a agir identificado à personagem de workaholic e de autoridade que ocupa no seu trabalho, abordando as outras áreas da sua vida, isto é, família, amigos e lazer da mesma maneira, como tarefas a cumprir e a encaixar na agenda. Nestes casos, a perda de certos cargos profissionais pode ser sentida como uma perda de uma parte da própria identidade, podendo levar a quadros depressivos graves.

O uso adequado de máscaras sociais possibilita experimentarmos o mundo de uma forma saudável, sem ficarmos reféns da desejabilidade social e perdermos a nossa identidade entre todos os outros que vão aparecendo na nossa vida.

Para além disso podemos considerar que também existem máscaras que nos ajudam a reforçar a nossa autoestima e a desenvolver as nossas potencialidades, quando, por exemplo temos de fazer de conta que estamos seguros, confiantes e à vontade num determinado papel e mais tarde essas características passam efetivamente a fazer parte da nossa identidade.

## Água Fonte de Vida e Saúde

Apesar de todos concordarem com a importância da água, muitos resistem em não a beber na quantidade adequada.

Não dá sequer para ter dúvidas que é o líquido mais recomendado, visto que não possui calorias nem contra-indicações, sem falar que faz um bem enorme. E porque apesar de tudo isto muitos ainda resistem em não a beber com frequência.

Água fonte de importância para o nosso organismo, o objetivo deste artigo é fazer refletir sobre a importância deste líquido para o organismo e chegar à conclusão que não é possível ter saúde sem o seu consumo diário.

A ciência já provou que a água constitui algo por volta de 70% do nosso peso corporal e está presente na saliva, no suor, nas lágrimas, nas secreções e fluidos corporais – como o suco pancreático, a bílis, a urina, as fezes e em todas as estruturas do nosso organismo.

Somos totalmente dependentes da água, já que desde as funções mais simples, como a transpiração, até as mais complexas, como o raciocínio, precisam de água, já que, sem ela, o cérebro é incapaz de funcionar ou mesmo manter-se vivo.

A água, deve ser consumida ao longo do dia, e particularmente, logo ao acordar, antes de dormir, durante e depois das atividades físicas.

Por outro lado, consumir água ou qualquer outro líquido no decorrer de refeições como almoço ou jantar prejudica a digestão e a absorção dos nutrientes, pois provoca a diluição de suco gástrico. Já a ingestão de líquido 30 minutos antes das grandes refeições reduz a quantidade de energia ingerida, por diminuir o apetite. Alguns trabalhos relatam possíveis benefícios do consumo de água para a manutenção do peso, como o aumento da taxa metabólica basal, o que deixa o metabolismo mais acelerado.

Portanto, fica a recomendação básica: beba sempre água!

Água?

Fonte de vida!



## Dia das Línguas

No dia 9 de março, foi comemorado, na Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo, de forma dinâmica, o "Dia das Línguas", pelos docentes que integram o Departamento de Línguas, em parceria com o grupo de Educação Física, tendo contado, igualmente, com a participação e colaboração de demais professores de outros grupos e de alguns assistentes operacionais. As atividades decorreram da forma que passamos a enunciar, de forma lírica.

Se na hora do começo, queria pingar  
A chuvinha, depressa, para longe foi brotar  
Para o Peddy paper, poder começar.  
Alunos, em equipa, de posto em posto, assim se apresentaram:  
Às perguntas responderam, por vezes, com vacilar  
As provas físicas, com firmeza, realizaram  
Lamentando, apenas, com queixume,  
A lama suas sapatilhas sujar!  
HAPPY, JOYEUX, FELIZES, o percurso acabaram.  
Na cantina, uns manjares desfrutaram.  
À volta da bandeira da Ucrânia  
Um minuto de silêncio pela Paz,  
A sua solidariedade demonstraram.  
Filmes encantadores em português, francês e inglês  
De seguida, visionaram.  
Finado este dia,  
Os alunos de partida,  
Professores e funcionários  
Um lanche maravilhoso partilharam  
Para o convívio e a alegria fomentarem  
E este dia festejarem.



## EDP com energia

No âmbito do projeto da EDP - "Partilha com Energia", os alunos do segundo ano do Curso Técnico de Vitivinícola, em conjunto com os alunos do segundo ano do Curso Técnico de Apoio Psicossocial, participaram no projeto da EDP – Partilha com Energia, conjuntamente com os seus professores, no qual organizaram um intercâmbio, com receção de alunos e professores da Escola Bernardino Machado, da Figueira da Foz. Foram dias de grande divertimento, em que os alunos da Figueira da Foz puderam vivenciar parte da história da região do Douro. Foram recebidos pela "Ferreirinha", do grupo de Teatro da Universidade Sénior do Peso da Régua, e fizeram uma pequena viagem de Barco Rabelo, o barco que transportava as pipas de vinho até ao cais de Gaia, para daí ser exportado. Fizeram também uma atividade solidária, oferecendo metade de uma pipa ao infantário da Santa Casa da Misericórdia do Peso da Régua para que as crianças pudessem criar o seu próprio jardim, bem como alguns livros e brinquedos às crianças institucionalizadas. A diversão e animação foi grande, tendo-se criado laços de amizade entre os alunos e professores das duas escolas.

## "Projeto EcoEscovinha" na nossa escola

No âmbito dos projetos Educação para a Saúde e Eco Escolas foi desenvolvida uma atividade, que tem como objetivos: sensibilizar para adoção de hábitos regulares e corretos de escovagem; promover a troca regular da escova de dentes; valorizar a escova de dentes como um resíduo reciclável; reconhecer a necessidade de recolher seletivamente as escovas de dentes para a sua posterior reciclagem; dar uma nova vida à escova de dentes enquanto não existem outras soluções.

Para a concretização desta atividade estiveram envolvidas as turmas do 1.ºC, Técnico de Instalações Elétricas, na construção do Eco escovão através de material reciclado e a turma do 1.ºS, Técnico Auxiliar de Saúde, esteve envolvida na divulgação da atividade, incentivando a nossa comunidade escolar para a importância da separação seletiva de escovas de dentes.

A escova de dentes, enquanto resíduo, é considerado um plástico misto, ou seja, é constituída por uma mistura de diferentes tipos de plásticos, com características e texturas diversas, por esta razão têm dificuldade em ser encaminhadas para reciclagem noutras infraestruturas.

A escova de dentes, que deve ser trocada após três meses de utilização, pode ser reciclada e transformada em mobiliário urbano. Esta recolha seletiva de escovas de dentes será feita, no âmbito deste programa, em recipiente designado por ECOESCOVÃO.



## Mostra de Ofertas Educativas e Profissionais - EPDRR

No dia 26 de abril de 2022 realizou-se na Escola Profissional de Desenvolvimento Rural do Rodo – Peso da Régua a Mostra de Ofertas Educativas e Profissionais.

Para a demonstração das ofertas/saídas para o próximo ano letivo estiveram presentes:

- Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro; Universidade da Maia; Instituto Politécnico de Bragança; Instituto Politécnico de Viseu; Instituto Politécnico da Guarda; Instituto Politécnico da Maia; Exército Português; Guarda Nacional Republicana.

Todos os alunos presentes na escola tiveram oportunidade para explorar/construir os próximos passos no seu percurso educativo e/ou profissional, através do esclarecimento de dúvidas junto das instituições convidadas e que muito nos honraram com a sua presença.

Após o almoço, confeccionado e servido pelos nossos alunos do 2.º ano de Cozinha/Pastelaria e Restaurante/Bar, para os elementos das instituições convidadas, foram realizadas três palestras destinadas aos alunos do 2.º e 3.º anos: Rede PEPER; Instituto Politécnico de Bragança e Exército Português.

## > Cursos

### Geração Depositário na nossa escola



Os alunos do 2.º N, do Curso Técnico de Apoio Psicossocial, sob orientação da professora Ana Pimentel e em articulação com o Eco-Escolas, elaboraram uma mascote “O Traga Pilhas”, com a finalidade de divulgar uma campanha de recolha de pilhas, promovida pela ERP Portugal (Entidade Gestora de Resíduos).

O Programa Eco-Escolas (ABAE) articulou outra atividade, fruto da parceria entre a ERP Portugal, o projeto Geração Depositário e a turma do 1.º C, Técnico de Instalações Elétricas, que teve como finalidade informar e sensibilizar os alunos da nossa escola e da população em geral, acerca da importância do adequado encaminhamento de Resíduos de Equipamentos Elétricos e Eletrónicos (REEE) e Resíduos de Pilhas e Acumuladores (RP&A). A campanha ainda está a decorrer e destina-se à recolha de Resíduos de Equipamentos Elétricos e Eletrónicos (REEE) e Resíduos de Pilhas e Acumuladores (RP&A), tais como pequenos eletrodomésticos, equipamentos de informática, televisores/monitores, lâmpadas economizadoras e fluorescentes, pilhas e baterias portáteis em fim de vida.

#### Workshop em Teatro do Oprimido

No dia 4 de abril os alunos do Curso Técnico de Apoio Psicossocial realizaram um Workshop em teatro do oprimido, dinamizado pelo ator Jorge Neto. Foram realizados diversos exercícios e dinâmicas de grupo. Foi um dia muito produtivo e divertido, carregado de novas experiências e conhecimentos.

### A Comemorar também se Aprende - Dia Mundial da Energia

Para comemorar o Dia Mundial da Energia, que é celebrado anualmente a 29 de maio, os alunos, da turma 1.º C do Curso de Técnico de Instalações Elétricas em articulação com o Eco-Escola, elaboraram cartazes em formato digital para sensibilizar a comunidade escolar para a importância da poupança de energia e para a promoção das energias renováveis.

O Dia Mundial da Energia comemora-se no dia 29 de maio e tem como principal objetivo sensibilizar e motivar as pessoas para a necessidade de desenvolverem estratégias de eficiência e poupança energética, além de alertar sobre os impactos ambientais e sobre a importância de preservar os recursos naturais. É também uma oportunidade para promover as fontes de energia renovável (eólica, hídrica, solar, biomassa, entre outras).

Aqui vão algumas Dicas Verdes sobre poupança de Energia:

- Substituir uma lâmpada incandescente de 100 W de potência por uma lâmpada fluorescente compacta equivalente (de alta eficiência);
- Desligar os aparelhos no botão, em vez de desligar no comando pode levar a uma grande poupança;
- Retirar os alimentos do congelador atempadamente, de forma a estes terem tempo de descongelar, e não necessitar de recorrer ao micro-ondas;
- Baixar o lume dos cozinhados, após estes iniciarem a sua fervura, consome menos e mantém a temperatura de cozedura. Desligue o lume um pouco antes de terminar o cozinhado, pois o calor presente no tacho é suficiente para acabar de cozer os alimentos;
- Evitar abrir a porta do forno durante o cozinhado, pois este vai precisar de bastante energia para



- recuperar a temperatura a que estava anteriormente;
- Sempre que possível, evitar a centrifugação da máquina de lavar e secar a roupa ao sol e/ou vento. Esta energia é gratuita;
- Ligar as máquinas de lavar roupa e louça só quando estiverem cheias e utilize os programas de baixa temperatura;
- Para economizar energia sob a forma de aquecimento, isole melhor a habitação, por exemplo, os telhados, janelas, portas e paredes. Colocar vidros duplos;
- Evitar a utilização de aquecedores com a resistência elétrica à vista: o seu consumo é muito elevado e secam demasiado ao ar.

### Nacionais Ténis de Mesa 2022



Confesso que no início nem acreditei que iria às Nacionais, pois há poucos meses, via-me a jogar ténis de mesa por diversão e entretenimento.

O caminho até às Nacionais não é fácil, mas como podem ver, também não é impossível.

Agradeço a todos, mas principalmente ao Professor António Sá, pois sem o apoio e experiência dele, nada disto teria sido realizado.

Dia 18, por volta das 15:00h, parti da Régua com destino a Viana de Castelo, cidade à qual cheguei por volta das 18:00h.

O ponto de encontro foi na praia. Aí fomos divididos por modalidades e regiões, ficando eu na modalidade de ténis de mesa da região Norte.

No ponto de encontro, também nos foi atribuída uma Guia, que nos orientaria nos dias das provas.

Após organizarmos tudo, fomos jantar numa escola onde houve oportunidade de conviver com outras pessoas.

Mais tarde, fomos dormir a um convento, no qual só ficamos apenas uma noite.

No dia seguinte, houve competições e o dia foi cansativo, mas mesmo assim, dirigimo-nos à Quinta da Malafaia, que é uma das maiores organizações de festas em Portugal. Divertimo-nos imenso. Seguidamente, fomos para a escola na qual estávamos alojados e iríamos dormir.

No dia seguinte iria haver as competições finais, então deveríamos ter uma boa noite de sono, mas não foi bem assim. Como somos adolescentes, dormir cedo não é nosso forte, então divertimo-nos sem incomodar ninguém.

O dia de competição passou e fomos novamente para uma festa, mas desta vez num pavilhão.

Mais uma noite incrível, com pessoas igualmente incríveis! A noite passou rápido e no dia seguinte regressaríamos à Régua. Fiquei colocada em 10.º, mas não me afetou emocionalmente, pois conheci pessoas incríveis e guardo memórias de tudo. A despedida não foi fácil e espero que a vida nos una novamente a todos.

Margarida, 2º E



## Curso técnico/a Vitivinícola

Os alunos dos três anos do Curso Técnico de Vitivinícola, imbuídos do espírito de preservação e sustentabilidade ambiental, garantiram ao longo do ano letivo, a recolha dos resíduos orgânicos produzidos na cantina e bar da escola. Estes eram coletados no compostor da escola, garantindo dessa forma a produção de um fertilizante orgânico natural, que é depois usado para fertilizar a horta e estufa, nas quais são produzidas hortícolas que são usadas pelos Cursos de Cozinha e Pastelaria, nas suas aulas práticas.

Os alunos do 3.º ano do curso, ainda dentro do espírito da sustentabilidade ambiental, participaram no concurso promovido pela Biblioteca Escolar, Portas de Natal, realizando uma árvore de Natal, cujos materiais eram completamente inerentes ao curso.

Os alunos do 3.º ano do curso, ainda dentro do espírito da sustentabilidade ambiental, participaram no concurso promovido pela Biblioteca Escolar, "Portas de Natal", realizando uma árvore de Natal, cujos materiais eram completamente inerentes ao curso, tendo obtido o primeiro lugar.

Os três anos do curso fizeram mais duas árvores, uma para colocar na porta da Direção da escola e uma outra que entregaram na Câmara Municipal do Peso da Régua, na pessoa da Dr.ª Mónica Valente.

### Aulas práticas do Curso Profissional de Técnico Vitivinícola

Nas aulas práticas das disciplinas técnicas – viticultura, enologia e mecanização agrícola, os alunos dos três anos do Curso Profissional de Técnico Vitivinícola desenvolveram atividades enquadradas nos diferentes módulos do curso. Tiveram a possibilidade de participar em quase todas as operações culturais realizadas na vinha: replantação de porta-enxertos e enxertos prontos, a poda na vinha, fertilização, trituração das vides, monda mecânica e realização de tratamentos fitossanitários, no âmbito das disciplinas de viticultura e mecanização agrícola; e participaram em todos os trabalhos de adega e armazém, como trasfegas, realização de lotes, higienização, entre outros. Desenvolveram dois trabalhos, no âmbito da Prova de Aptidão Profissional (PAP), um sobre mecanização da vinha em MPB, tendo participado nas diferentes tarefas; outro sobre as doenças do lenho da videira, em que identificaram as plantas doentes, fizeram colheita de amostras e enviaram para laboratório, realizaram práticas de carácter preventivo e ficaram mais sensibilizados para este problema que afeta a viticultura da região e a nível global. Desta forma, os alunos reforçam as suas aprendizagens teóricas com uma forte componente prática.



A Comemoração de Dias Temáticos, através de atividades na escola, são muito importantes, pois fazem com que os alunos conheçam a essência e a história de uma data ou comemoração. São uma forma de contribuir para o desenvolvimento social, cultural e emocional da comunidade educativa, representando, algumas destas datas, um marco de conquistas, assinalando factos e pessoas que contribuíram para a sua representatividade. A turma do Curso Técnico/a de Auxiliar de Saúde comemorou as seguintes datas:

- . Dia Mundial da Alimentação;
- . Dia Mundial da Diabetes;
- . Dia Mundial do Não Fumador;
- . Dia Mundial de Luta contra a SIDA;
- . Dia Mundial da Saúde;
- . Dia Nacional de Luta contra a Obesidade;
- . Dia Mundial Sem Tabaco.

Os alunos realizaram cartazes informativos, ações de sensibilização e de divulgação de desdobráveis e outros materiais, por todas as salas de aula, com o objetivo geral de alertar para a importância das medidas de prevenção. Estes alunos articularam com o projeto de Educação para a Saúde e com a Biblioteca escolar.

### Visita de Estudo a Lisboa (29, 30 e 31 de março)

Realizou-se uma visita de estudo a Lisboa, entre os dias 29 e 31 de março, com as turmas do 2.º e 3.º anos do Curso de Técnico de Termalismo e a turma do 1.º ano do Curso de Técnico Auxiliar de Saúde.

Os alunos visitaram o serviço de Medicina Legal do Hospital São Teotónio, situado em Viseu (fig.1) e tiveram oportunidade de conhecer e usufruir de um circuito de talassoterapia, no centro de Talassoterapia da Nazaré (fig.2).

O segundo dia de visita, destinou-se ao conhecimento do Museu da Saúde (fig.8) e ao Museu das doenças Dermatológicas. Da parte da tarde visitou-se o recinto Futurália (fig.9), onde os alunos tiveram a possibilidade de contactar com diversas ofertas formativas e profissionais.

No último dia da visita os alunos rumaram até São Pedro do Sul, onde conheceram as Termas, nomeadamente: Balneário D. Afonso Henriques (fig.4); Termas romanas (fig.5) e Balneário D. Amélia (fig.6).

De uma forma global a atividade revelou-se bastante profícua, tendo sido uma mais valia para todos os intervenientes, e os objetivos alcançados com êxito.

## Curso técnico/a Auxiliar de Saúde



## Curso técnico/a de Termalismo



## Curso técnico/a de Termalismo



### Projeto de Flexibilidade Curricular “Rodo Termal: Não és uma parte és um todo”

A dia 7 de abril de 2022, decorreu o Projeto de Flexibilidade Curricular intitulado “Rodo Termal: Não és uma parte és um todo” das alunas do 3º ano do Curso de Técnico de Termalismo. O convite dirigiu-se à comunidade escolar, que teve a oportunidade de experienciar massagem às mãos, massagem às costas, massagem ao rosto e duche Vichy.

Foram dinamizados ainda alguns exercícios de relaxamento e uma ação de sensibilização de primeiros socorros. As alunas demonstraram muito empenho e motivação na concretização do projeto.



### Projeto de Flexibilidade Curricular “Ao serviço da comunidade”

Decorreu no dia 5 de abril de 2022 o Projeto de Flexibilidade Curricular do 2º ano do Curso Técnico de Termalismo intitulado “Ao Serviço da Comunidade”. Ao longo do dia, foram proporcionados momentos de relaxamento, de massagem às mãos, às costas e rosto, acompanhados de chá e bolachas confeccionadas pela turma do 2ºJ. As alunas apresentaram-se empenhadas, e motivadas na realização do projeto.



### Workshop- Abordagens Holísticas na Melhoria da qualidade de vida no sénior

O workshop “Abordagens Holísticas na Melhoria da qualidade de vida no sénior” realizou-se no dia 16 de dezembro de 2021 na Escola Profissional da Régua, com as turmas do 2º e 3º anos do Curso Técnico de Termalismo. Esta atividade foi dinamizada pela formadora Carla Moreira no âmbito da disciplina de Hidroterapia e Técnicas de Apoio à Atividade Termal.

No decorrer deste workshop, foram abordadas as temáticas: aromaterapia, fitoterapia, reflexologia, cristaloterapia e cromoterapia, permitindo a consolidação de conhecimentos adquiridos, troca de conhecimentos e experiências e fomentar o espírito de grupo e relacionamento interpessoal.



### Workshop- Terapias Complementares no Termalismo

O workshop “Terapias Complementares no Termalismo” realizou-se no dia 17 de março de 2022, na Escola Profissional da Régua com as turmas do segundo e terceiro ano do Curso Técnico de Termalismo. Esta atividade foi dinamizada pelo formador Alípio Gouveia no âmbito da disciplina Técnicas de Hidroterapia, Técnicas e Terapia de Apoio à Atividade Termal e Saúde e Termalismo. Esta revelou-se bastante enriquecedora, no sentido que as alunas puderam conhecer áreas complementares ao Termalismo, na área

de osteopatia, auriculoterapia, shiatsu, acupuntura e aplicação de kinesiotape que poderão complementar e incrementar às suas práticas, assim como ser uma mais-valia para futuras Formações em Contexto de Trabalho ou Prova de Aptidão Profissional.

## Caminhada Solidária

No âmbito do Projeto de Flexibilidade Curricular do Curso de Termalismo (2º F) e Desporto (2º E), em articulação com o Projeto de Cidadania e Desenvolvimento, no dia 30 de junho de 2022 realizou-se uma Caminhada Solidária, no período da manhã, para toda a Comunidade Educativa, com o objetivo de trabalhar a atividade Física e inculir hábitos saudáveis.



A cada participante foi solicitado um bem alimentar, a ser doado a famílias carenciadas, dos alunos da nossa Escola, a ser entregue no GAA.

A Caminhada teve início às 9.30, junto do portão principal. Pelas 10:00 horas deu-se a chegada à Alameda, onde se desenvolveram atividades no âmbito do Desporto, dinamizadas pelas Turmas do Curso Técnico de Desporto (2º E) e Curso Técnico de Termalismo (2º F).

Por volta das 12:00 horas, regressou-se à Escola e almoçou-se. Às 13:30, no auditório exterior da Escola, ocorreu uma sentida homenagem ao aluno Igor Santos, que recentemente foi dormir o sono eterno. Entre as 14:00 e as 17:00, realizou-se um torneio de futsal entre os alunos e entre professoras e funcionárias, após o qual se deu por terminado este dia para trabalhar a atividade física e inculir bons hábitos.

## Homenagem

# Igor

### Até sempre Igor...

O Igor não foi meu aluno, no entanto como outros alunos que frequentam e frequentavam a escola, aos quais nunca dei aulas, conseguiu entrar no meu mundo.

Cumprimentava-me sempre que por mim passava. Do seu olhar, transparecia consideração, amabilidade e vontade de partilhar o que de melhor o seu mundo continha.

Pelo que pude constatar à posteriori, tinha por hábito distribuir sorrisos e brincar com toda a gente, sentia-se bem ao contribuir para que o dia dos outros fosse melhor, e, todos nós sabemos que muitas vezes, basta um simples sorriso de alguém para transformar a névoa dos nossos dias, numa resplandecente luz iluminadora.

(...)

Enfeitiçou com o verde dos seus olhos e o dourado do seu cabelo a Juliana. (...)

O Igor gostava do curso que frequentava, estava habituado a fazer quase de tudo em casa, o que ajudava. Tinha também um jeito inato, conferido por Deus, para a área do termalismo e quando o tempo da aula o permitia, presenteava os colegas com massagens, revelava uma sensibilidade nas mãos acima do normal, sabia tocar com mãos de anjo os privilegiados que dessa terapia mágica usufruíam.

O Igor trabalhava sem cessar os índices de boa autoestima nos outros, esquecendo-se muitas vezes de si.

Encontrava-se a si próprio no diálogo que mantinha diariamente

com o rio. Todos os dias, após despedir-se da namorada na estação, caminhava para casa ao lado do rio, quem sabe, esperando deste, respostas para questões que o inquietavam, acabando por construir com esta imensidão de água em constante movimento, uma relação de mútua dependência existencial.

Surpreendeu os amigos no dia em que, a chover, já em pleno outubro, os convenceu a acompanhá-lo até ao rio, deixando ainda todos estupefactos quando mergulhou nas suas águas.

O Igor e o rio, com o tempo, tornaram-se um só. O rio adotou de tal forma o Igor que começou a pensar em pertencer-lhe apenas a si. O Igor era para o rio demasiado valioso para permitir que o mundo lhe fizesse mal, por pouco que fosse.

O rio de forma egoísta e sem pensar nos que o amavam, concretizou o seu desejo, ficou com o Igor só para si.

Quando penso nisto, vejo o Igor em cada gota do rio e vêm-me à memória a letra da canção “125 Azul” dos Trovante, à qual eu recorro quando alguém que me é querido nos abandona.

“Só Deus leva os que ama,  
Só Deus tem os que mais ama”

Professor António Duarte

## Baile de Finalistas

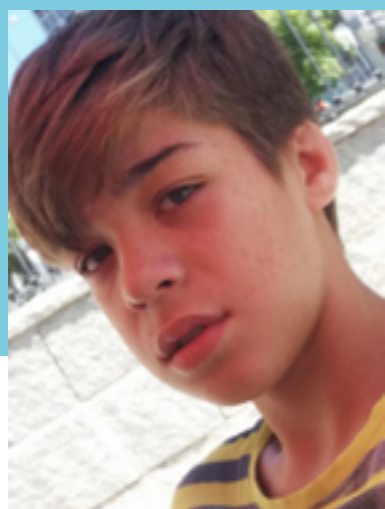
No dia 2 de julho, na Quinta do Castelinho, os alunos finalistas da Escola Profissional do Rodo, juntamente com os seus professores e Direção, celebraram o término do seu percurso académico naquela instituição escolar. Num ambiente animado e cheio de boa disposição, os alunos tiraram várias fotografias, com colegas e professores, criando um álbum de recordações que lhes ficará para a posteridade e lhes permitirá matar saudades em momentos de nostalgia, que surgirão, com certeza, daqui a alguns anos.

Seguiu-se um jantar convívio, no qual se vivenciaram momentos de descontração e

alegria, bem evidente nos rostos de alunos e professores. Por fim chegou o momento, mais esperado pelos nossos alunos... O BAILE. Foi hora de retirada dos professores e de completo divertimento por parte dos alunos.

Aos nossos alunos desejamos as maiores felicidades do mundo e a concretização de todas as suas ambições e sonhos. Aos que querem prosseguir os seus estudos, continuem a ser dedicados nas suas aprendizagens. Aos que pretendem ingressar no mundo do trabalho, desejamos que o consigam, o mais breve possível, na área que escolheram.

Um bem-haja a todos e MUITAS FELICIDADES.



“O Igor e o rio, com o tempo, tornaram-se um só.”





TÉCNICO DE  
TERMALISMO



TÉCNICO  
VITIVINÍCOLA



TÉCNICO DE  
COZINHA / PASTELARIA



TÉCNICO DE TURISMO  
AMBIENTAL E RURAL



TÉCNICO DE  
RESTAURANTE / BAR



WWW.EPREGUA.PT

O futuro  
está mesmo  
aqui ao  
teu lado!

**e/p**  
**Régua**

Escola Profissional  
de Desenvolvimento  
Rural do Rodó

SEGUE-NOS EM



**INSCREVE-TE JÁ!**  
PRÉ-INSCRIÇÃO ONLINE  
[www.epregua.pt](http://www.epregua.pt)



Co-financiado por:



**O futuro  
está mesmo  
aqui ao  
teu lado!**



Escola Profissional  
de Desenvolvimento  
Rural do Rodo