

Março

14 de Março de 2005
Ano VI n.º 15
Edição gratuita

Laboratórios Abertos
A ciência ao alcance da experiência

14 e 15 de Março no EJAF



www.ex-irene-lisboa.rcts.pt

Menção Honrosa
Concurso Nacional
de Jornais Escolares 2001/2002

Desportos Radicais

André Antunes, skater



P9

Iniciativas

**EJAF ganha
concurso SMS**

O EJAF ganhou a edição de 16 de Dezembro do concurso Ser Mais Sabedor (SMS), promovido pela RTP. Tobias Lohse do 9ºA, Inês Lopes, 9ºF e João Ribeiro 9ºE, foram os representantes do EJAF. **P4**

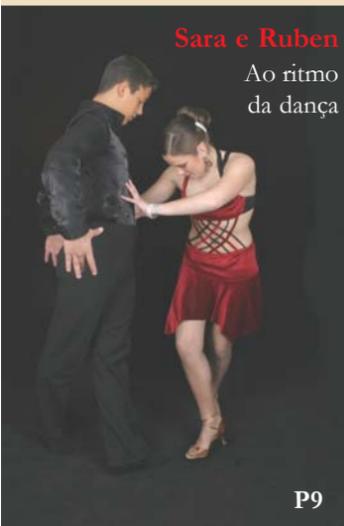
Viagens

Barcelona e Taizé

Chegámos a Barcelona cerca das 10 horas. Após o almoço, fizemos a primeira incursão pelas movimentadas ruas da cidade. Taizé é um mundo diferente. Prevalece o companheirismo e o convívio em comunidade. **P3**

Sara e Ruben

Ao ritmo da dança



P9

Desporto

**Moto 4
Badminton
Andebol**

Reportagem sobre a Team Freestyle Quad, equipa Moto 4 constituída por alunos EJAF. Leia ainda informação sobre Desporto Escolar. **P11**



Jornal Irene Lisboa

Fundador: João Alberto Faria Director: Henrique Passos e Sousa Director adjunto: Orlando Ferreira e-mail: comunicacaoejaf@iol.pt

DA AMÉRICA, COM SUCESSO

Pedro Manuel Domingos foi aluno do Externato Irene Lisboa. Hoje, trabalha no pós-doutoramento na Universidade Rockefeller em Nova Iorque, Estados Unidos. A sua pesquisa centra-se nos mecanismos moleculares que regulam a apoptose, o suicídio celular programado. Reportagem a ler na página 7.



O Lobo Ibérico

Reportagem no Centro de
Recuperação do Lobo Ibérico
Picão, Mafra.

Pág. 2

Aurora, 10 anos.

Tsunami

Os donativos recolhidos no EJAF totalizaram 785 euros e foram depositados na conta bancária da AMI, na Caixa Geral de Depósitos, em Arruda dos Vinhos. **P6**

Perfis

Profissões e colegas para conhecer. A enfermeira Olga Porto fala sobre a sua profissão e Cristalina Delgado dá a conhecer um pouco da vida em Cabo Verde. **P8**

Entrevista

**Presidente da
Junta de Freguesia
de Arranhó**

Joaquim Manuel Luís, 47 anos, Presidente da Junta de Freguesia de Arranhó. Uma entrevista onde fala sobre o desenvolvimento desejado para a freguesia que dirige. Ainda não decidiu se concorre a um segundo mandato. “As próximas autárquicas são em Outubro. Ainda tenho de ponderar se de facto sou o melhor ou não para a freguesia.” **P5**

Letras & Imagens

Carta a Peter Pan

Arruda

Fotografias de
Susana Jorge

P8

Internet

Orientar para uma
Vocação Profissional

Os meus livros
e os meus filmes

P10

Calendário 2005

Um projecto conjunto entre a turma do 11ºA, na disciplina de Físico-Química e o 12ºD, nas disciplinas de Oficina de Artes e Tecnologias, de onde resultaram vários calendários que conjugam informação científica com humor em caricatura. **P12**

Inauguração

**Centro de
Recursos
Maria Lucília
Lacerda**

P6

Centro de Recuperação do Lobo Ibérico

O último uivo pela sobrevivência

por Vanessa Pardal e Sara Colaço

No dia 12 de Janeiro, a redacção do JIL foi visitar o Centro de Recuperação do Lobo Ibérico, situado na pequena aldeia de Picão, junto à Tapada de Mafra.

A redacção do JIL chegou ao centro acompanhada pela professora Dora Videira, professora de Ciências da Natureza no EJAF e voluntária no Centro há um ano.

O Centro foi fundado em 1987 e é ajudado desde 1993 pelos donativos de uma Fundação suíça, entre outras fontes de rendimento.

O Centro de Recuperação do Lobo Ibérico não é um zoológico. É um local que acolhe lobos para recuperação, proporcionando-lhes uma forma de vida semelhante ao seu *habitat* natural em amplos e frondosos cercados.

Cada lobo tem um nome. Grunha, Morena, Fosco, entre outros.

No momento, o Centro acolhe vinte e um lobos, distribuídos por seis alcateias.

Estes lobos não têm de caçar, pois são alimentados pelos voluntários do Centro.

No Verão, são alimentados logo pela manhã, assim que a carne chega para a comerem ainda fresca.

No Inverno podem ser alimentados a qualquer hora do dia.

O Centro já assistiu ao nascimento de várias ninhadas.

Na primeira, em Maio de 1993, nasceram a Bruma, a Neblina, a Zéfira e o Nimbo, filhos do Sândalo e da Morena.

Na segunda, o Manchas e a Clarinha foram pais da Aurora, do Dourado, da Risca e do Nemrod, nascidos em Maio de 1995.

Na terceira, também em Maio de 1995, nasceram a Alva, o Alvão, o Onor e o Douro, mas desta vez filhos da Neblina e do Sândalo.

Em Maio de 1996, na quarta ninhada, o Manchas e a Clarinha foram pais da Aura, da Murta, do Feno, do Prado, do Teixo e do Zimbri.

Entretanto, nasceram mais duas ninhadas em 1999 e 2000.

O Centro está aberto para visitas guiadas aos sábados, domingos, feriados e férias de Verão.

No Verão, funciona de Maio



Zimbri, 9 anos.



Clarinha e Fosco, 14 anos.

a Junho, das 16.00 às 20.00 horas. De Inverno, está aberto de Outubro a Abril das 14:30 às 18.00 horas.

O Centro tem um programa de adopção de lobos, mediante a contribuição anual de trinta e cinco euros.

Se porventura desejar contribuir com trezentos e cinquenta euros, o leitor torna-se "Pai Adoptivo Vitalício" de um lobo. (Veja os contactos nesta página).

Recordemos que o Centro ganhou o 1º lugar (*ex-aequo*) na Edição 2001 dos Prémios Ford Motor Company para a Conservação da Natureza, nas categorias de "Grande Prémio Nacional" e "Meio Ambiente Natural."

O lobo ibérico

O lobo da Península Ibérica é uma subespécie do lobo cinzento (*Canis Lupus*), sendo designado por *Canis Lupus signatus*. Mais pequeno que as restantes subespécies do lobo cinzento, *signatus*, mede em média 70 cm ao garrote e pesa entre 25 e 40 quilos. Os olhos são oblíquos e cor de topázio.

Observar os lobos no seu habitat natural é raro. O número destes canídeos actualmente existente em liberdade no nosso país é calculado em cerca de 300, sendo dois mil o número total de lobos existentes na

Península Ibérica.

Embora protegido por lei, o lobo é capturado e morto ilegalmente, verificando-se, inclusivamente, o abate de lobitos nas tocas.

No início do século XX, os lobos ocupavam quase a totalidade do território nacional, havendo uma redução acentuada da população na década de 1970. Actualmente, encontram-se apenas nas regiões do Centro-Norte e Norte do País.

Fonte: folhetos do Grupo Lobo e do Centro de Recuperação do Lobo Ibérico. Fotos cedidas pela profª Dora Videira.



O Grupo Lobo, associação independente e sem fins lucrativos, foi fundado em 1985 com o objectivo de trabalhar a favor da conservação do lobo e do seu habitat em Portugal.

A existência do GL resulta da necessidade de divulgar novos factos sobre o lobo, predador que nos habituaram a ver como demoníaco e que existe apenas para castigo do homem.

Hoje em dia, estes conceitos estão completamente desactualizados mas, infelizmente, os novos conhecimentos sobre este animal estão pouco divulgados junto da opinião pública.

O trabalho do GL não se esgota nas acções desenvolvidas até ao momento, assenta antes num processo dinâmico e contínuo de investigação e, fundamentalmente, de divulgação ambiental.

O GL é uma associação que conta com sócios portugueses e estrangeiros e relaciona-se com outras organizações nacionais e estrangeiras.

Assim, cada novo sócio é mais um elo da cadeia que pode contribuir para a conservação do lobo no nosso país e, por conseguinte, na Península Ibérica. Fonte: folheto do Grupo Lobo.

Grupo Lobo

Dept. de Biologia Animal.

Fac. de Ciências de Lisboa.

Edifício C2 3º piso

1749-016 Lisboa.

Tel217500073 Fax 217500028

e-mail globo@fc.ul.pt

site <http://lobo.fc.ul.pt>



Centro de Recuperação do Lobo Ibérico

Apartado 61 2669-909 Malveira

Telefax 261785037

Telemóvel 917532312

e-mail globo@fc.ul.pt

site <http://lobo.fc.ul.pt>

Barcelona

O maravilhoso mundo da arte

Crónica por Fábio Lavareda

Quarta-feira, 9 de Fevereiro, oito horas e meia da manhã: o momento da descolagem.

Chegámos a Barcelona por volta das dez horas e após o almoço, fizemos a primeira incursão pelas movimentadas ruas da cidade, em direcção à Sagrada Família.

Apesar de inacabada, a catedral impressiona exteriormente: na Fachada da Paixão, as esculturas de Josep Subirachs centram as atenções, tal como as quatro torres com os seus pináculos.

A conclusão dos trabalhos está prevista para 2026, quando existirão doze torres, uma delas com 170 metros de altura.

A segunda paragem foi no Parque Guëll, declarado Património da Humanidade. Inicialmente idealizado jardim-cidade, não prosperou, sendo desde 1923 um parque público.

De volta ao centro da cidade, visitámos a Casa Batlló, onde a imaginação e a capacidade técnica de Gaudí são notórias, sobretudo na escolha de materiais e na concepção das paredes ondulantes.



No dia dez visitámos Montjuïc, do qual pudemos vislumbrar a cidade, limitada pelas montanhas e pelo mar.

Visitámos o Estádio Olímpico, observámos a Torre de Comunicações desenhada por Santiago Calatrava e ainda o

«Palau Sant Jordi», da autoria de Arata Isozaki e Aiko Miyawaki. A noite foi dedicada a um passeio pela cidade.

O dia onze iniciou-se com uma viagem de autocarro até Girona, onde visitámos a Catedral e o Bairro Judeu, caracterizado pelas escadarias altas e ruas estreitas.

Já em Figueres, visitámos a Fundação Gala-Salvador Dalí, onde vimos obras de um dos maiores Surrealistas. À noite, calcorreámos, uma vez mais, a cidade...

No dia doze, Sábado, vimos o Colégio das Teresianas, obra singularmente austera de Gaudí e visitámos a Fundação Joan Miró, onde foi possível observar obras do Movimento Abstraccionista e Surrealista.

O último museu visitado foi o de Pablo Picasso, um dos impulsionadores do movimento Cubista.

A tarde de Sábado destinou-se ao passeio e ao convívio, o mesmo se passando à noite, com o passeio pela Rambla.

No Domingo, último dia, a manhã foi destinada às compras finais e tarde ocupada com os preparativos para o regresso.

Tão interessante foi o que se conheceu de Barcelona, cidade muito rica culturalmente, que as recordações são imensas e o espaço curto para descrever tudo o que se viu e sentiu.

Editorial

pelo Director Pedagógico
Dr. Henrique Passos e Sousa

A recente campanha de recolha de fundos para as vítimas da tragédia na Ásia, levada a cabo não só no Externato, mas por toda a parte, demonstra que a solidariedade existe e que em momentos especialmente delicados, somos capazes de nos esquecermos de nós próprios e de ir em auxílio de quem mais precisa.

É bom sentir que em alturas de grande crise, todos nos revelamos mais solidários e disponíveis para ajudar e partilhar, mas melhor seria que esta capacidade de ser solidário se mantivesse activa, mesmo quando não há grandes catástrofes.

Gostaria de chamar a vossa particular atenção para a reportagem publicada nas centrais por esta ser protagonizada por um ex-aluno do Externato que graças à sua enorme determinação e empenho, se tem vindo a distinguir numa área infelizmente pouco desenvolvida e acarinhada em Portugal, mas de capital importância para a afirmação dos países em termos científicos e tecnológicos.

Refiro-me à investigação científica, especialmente quando esse reconhecimento se verifica num país onde os padrões de exigência são elevadíssimos, como é o caso dos Estados Unidos da América.

Está o país e estamos nós como escola de parabéns pela contribuição para o sucesso alcançado pelo Pedro Domingos.

Quero ainda salientar o enorme esforço que tem vindo a ser desenvolvido pelos professores desta escola, para a realização das provas globalizantes, que vão envolver todos os alunos da escola, à excepção dos 9º e 12º anos.

Contamos com esta iniciativa contribuir para uma melhoria da aprendizagem e reforçar a filosofia de rigor e exigência que pretendemos seja cada vez mais a imagem do Externato.

Por último, mas em primeiro lugar na nossa memória, quero deixar aqui uma palavra de homenagem à professora Maria Lucília Lacerda, ao lado de quem tive o privilégio de trabalhar durante 25 anos e que pelas suas imensas qualidades humanas e profissionais foi justamente perpetuada através da atribuição do seu nome ao nosso Centro de Recursos. Até sempre, Maria Lucília.

Taizé

A descoberta de uma experiência diferente

Crónica por
Patrícia Patacas

Os alunos dos 10º e 11º anos, inscritos em EMRC, viajaram para Taizé entre 2 a 8 de Fevereiro na companhia de vários professores, representantes da Associação de Pais e do padre Rui Pedro.

Eram cerca das 9.30 da manhã quando nos despedimos da família e dos amigos.

Durante a viagem as brincadeiras foram muitas. Constituíram-se os grupos, distribuíram-se as tarefas e realizou-se o festival da canção no qual o grupo das “Mochas” foi o vencedor.

Essa música tornou-se o hino da viagem. Cantámos, dançámos e alegrámos o ambiente durante as 28 horas de viagem.

Chegámos ao nosso destino às 13.15 do dia 3. Apesar do cansaço, o entusiasmo era muito em poder descobrir aquele mundo novo para nós.



Um momento de companheirismo.

É de facto um mundo diferente, onde prevalece o companheirismo, o espírito de ajuda e o convívio em comunidade.

Para alguns de nós foi difícil a integração, para outros nem tanto. As tarefas eram divididas por todos: enquanto uns lavavam a loiça, outros limpavam o refeitório.

Nos intervalos das refeições tínhamos os trabalhos de grupo onde tivemos oportunidade de conhecer pessoas de outras nacionalidades.

As orações realizavam-se três vezes por dia: uma antes do pequeno-almoço, outra antes do almoço e a última depois do jantar.

Era neste período que podí-

amos estar um pouco connosco próprios e pensar em coisas que não pensamos no dia-a-dia.

A seguir à oração da noite íamos todos ao “oyak”, o pequeno e único café onde podíamos conviver uns com os outros.

No domingo, dia 6, a seguir ao almoço, tínhamos tudo pronto para voltar para casa.

O dia 7 foi passado em Espanha. Parámos em Ávila e visitámos a Catedral.

Todos molhados das brincadeiras com a neve voltámos para o autocarro rumo a Salamanca.

Fizemos algumas compras e trouxemos recordações para amigos e familiares.

Chegámos a Arruda no dia 8, cerca das 3 da madrugada, onde os nossos familiares esperavam por nós com muitas saudades.

Foi com tristeza que nos despedimos dos nossos amigos e terminou uma viagem cheia de emoções onde todos se divertiram e travaram amizades.

EJAF ganha edição do concurso televisivo SMS

No dia 16 de Dezembro de 2004, o EJAF participou no concurso SMS, exibido na RTP 1.

O dia começou cedo. Partimos cerca das 7.30 da manhã. Seguiram connosco os alunos das turmas A, E e F do 9º ano.

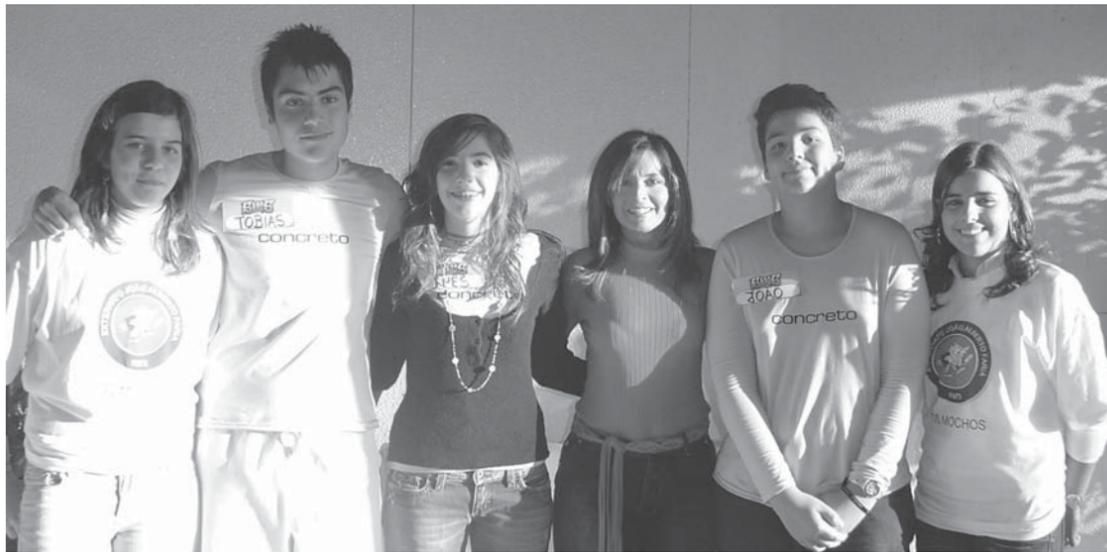
A viagem até aos estúdios da RTP em Abrunheira-Sintra decorreu em euforia e nem o sono deixou de alegrar o caminho até à vitória.

Chegámos cerca das 8.40. Visitámos as instalações e pouco depois chegaram os nossos rivais - "Os Salésios" - da Escola Salesiana de Poiães.

Atribuíram-nos um "camarim" e os representantes do EJAF foram para a maquiagem.

Após um momento de descanso, entrámos para o estúdio. Ensaámos o som, as luzes, as câmaras e os nossos cânticos de incentivo. Estava tudo a postos para a gravação, quando o computador com as perguntas tinha avariado! Este contratempo deu origem a seis longas horas de espera!

Durante este tempo, Serenella Andrade contou-nos que o seu dia vai das 9 às 19 horas, ocupada com a preparação dos programas seguintes.



(Da esq.) Tobias Lohse 9ºA, Inês Lopes 9ºF e João Ribeiro 9ºE, acompanhados por Serenella Andrade e pelas redactoras do JII.

Apresenta este programa desde Janeiro de 2004 e adora fazê-lo, pois conhece alunos de todo o país.

Segundo a apresentadora, o programa faz com que as escolas distantes se conheçam e ela própria apercebe-se que os jovens são empenhados e resistentes.

Diz também aperceber-se das diferenças que existem entre os jovens do centro e do interior.

Estes últimos saem com mais facilidade e segurança, embora os do centro tenham mais liberdade.

Está ligada à RTP há 17 anos e curiosamente o seu sonho nunca foi a apresentação, mas sim a realização.

Iniciou-se com a apresentação de um programa infantil "Uma história ao fim do dia", e hoje apresenta variados programas. Considera a TV o "mundo em que nunca se pára".

Eram 15h15m quando entrámos para o estúdio. Primeiro ouvimos os "The Gift" que apresentaram três músicas do seu novo álbum. Após muitos aplausos, chegou a hora da verdade!

O jogo consistiu em quatro provas: a de memória, onde os concorrentes viam um vídeo e respondiam a três perguntas; as perguntas de cultura geral; a prova de discurso e a prova surpresa.

Na primeira prova ganhámos

todos os pontos. Na segunda errámos três respostas e na prova de discurso, em que a nossa concorrente Inês se colocou no papel de deputada, obtivemos os três pontos do júri.

Na prova surpresa, o jogo do arco, ganhámos um ponto. Assim, "Os Mochos" venceram "Os Salésios" por 15-12!

Quando revelaram as pontuações a nossa claqué saltou das bancadas e fizemos a festa junto dos concorrentes.

Chegámos ao EJAF cerca das 17.00 horas e a festa foi de arromba! Percorremos a escola a cantar e anunciámos a todos a nossa vitória!

Parabéns aos concorrentes que representaram o EJAF.



Quadro de Honra

1º período

5º ano, turma A: Cláudio Alves, João Gama. **Turma B:** Afonso Pacheco, Catarina Nobre, Rafael Ferreira. **Turma C:** Ana Cabeça, Rafaela Durães. **Turma D:** Marta Dias. **Turma E:** Ana Ferrão, Carolina Gonçalves, Catarina Flausino, João Garrinhas, Gonçalo Silva. **Turma F:** Susana Esteves, Tomás Silva. **Turma G:** Catarina Coelho, Dóris Mendes, Duarte Godinho, Lisa Silva. **Turma H:** Inês Paulo, João Vale, Rui Lisboa. **Turma I:** Ana Santos, Ana Bonito, Bárbara Casteleiro, Joana Oliveira, João Perdiz. **6º ano, turma A:** Afonso Sousa, Cátia Periquito, Mafalda Silva, Rita Machado. **Turma B:** Catarina Silva. **Turma C:** Carlota Sales, Carolina Pintor. **Turma D:** Ana Narciso, Ana Palma, Bianca Lobato, Carlota Soares, Carolina Ferreira, Joana Santos, João Silva, Teresa Cardoso. **Turma E:** Afonso Lourenço, Beatriz Teixeira, Catarina Costa. **Turma F:** Mariana Carvalho. **Turma G:** Ana Cunha, Catarina Canto, Raquel Frade. **7º ano, Turma A:** Diogo Silva, Gilberto Silva. **Turma B:** Érico Reis. **Turma C:** Filipa Ferreira. **Turma G:** Inês Coelho. **8º ano, Turma C:** Filipe Teixeira. **Turma D:** Eduarda Veríssimo, Ricardo Correia, Tiago Esteves. **Turma F:** Carolina Rodrigues, Tatiana Tiago. **Turma H:** André Narciso, Bruno Lourenço, Inês Batalha, Inês da Eira. **9º ano, Turma A:** Joana Carvalho, Tobias Lohse. **Turma B:** Filipe Tente. **Turma D:** Filipa Pedro. **Turma E:** João Ribeiro. **Turma F:** Inês Lopes, Raquel Soares. **Secundário, 10º ano, Turma B:** Marli Anágua. **Turma C:** Joana Ricardo, Joana Pereira, Luísa Santos. **Turma E:** Flávio Oliveira, Ricardo Matias. **11º ano, Turma A:** Ana Francisco, Daniel Lohse, Diogo Ferreira, Liliana Borges, Susana Gaspar. **12º ano, Turma A:** Joana Simão. **Ensino Recorrente, 3º Ciclo:** Graça Carvalho, Mariana Godinho. **Secretariado:** Luisete Soares, Silvina Dinis, Ana Bagueicho, José Fagulha, Lina Cipriano.



Ejaf Infantil

No Carnaval, participámos no desfile pelas ruas de Arruda dos Vinhos. Havia muitos meninos mascarados. Aqui estamos nós...

À tarde, na nossa escola, festejámos com papelinhos, serpentinas e muita música.

Presidente da Junta de Freguesia de Arranhó

“Prevejo que Arranhó se vai desenvolver muito.”

JOAQUIM MANUEL LUÍS, 47 ANOS, PRESIDENTE DA JUNTA DE FREGUESIA DE ARRANHÓ. UMA ENTREVISTA ONDE FALA SOBRE O DESENVOLVIMENTO DESEJADO PARA A FREGUESIA QUE DIRIGE. AINDA NÃO DECIDIU SE CONCORRE A UM SEGUNDO MANDATO. “AS PRÓXIMAS AUTÁRQUICAS SÃO EM OUTUBRO. AINDA TENHO DE PONDERAR SE DE FACTO SOU O MELHOR OU NÃO PARA A FREGUESIA.”

por Ana Rita Lourenço e Patrícia Patacas

Que desenvolvimento urbano prevê para os próximos dez anos?

Prevejo que Arranhó se vai desenvolver muito. Vai desenvolver-se em termos de habitação porque era o que nos fazia falta, mas não em todas as terras da freguesia.

Há vontade de investir na habitação. Neste momento, tenho conhecimento de dois ou três projectos que vão melhorar muito as freguesias de Arranhó, Ajuda e Camondes. Temos necessidade de ter mais habitantes.

Um crescimento controlado, não com altura, mas com qualidade. E de facto está a aparecer neste momento.

Os projectos que conheço são de muita qualidade. Espero que continue assim.



Joaquim Luís, com Patrícia Patacas, redactora do JIL.

Quais as vantagens desse crescimento?

As vantagens são muitas: as pessoas estarem juntas e talvez trazer algo de criativo à nossa freguesia.

Sendo um crescimento de qualidade, vai trazer algumas vantagens no amanhã, inclusivamente crescer aí uma nova escola.

Temos novas criações na educação que penso irão trazer vantagens.

E as competências da Junta nesta área?

Temos algumas responsabilidades na manutenção, passeios, arruamentos e iluminação pública.

Damos o nosso parecer, tentamos que seja o melhor para a freguesia. Mas a última palavra é sempre da Câmara Municipal.

Até hoje temo-nos entendido muito bem. Temos resolvido os problemas, não tão bem como desejávamos, mas temos tentado fazer o melhor.

Como está o orçamento da Junta de Freguesia?

A autonomia financeira da

Junta de Freguesia depende de transferência feita pelo Estado. Recebemos uma verba por eleitor. Estamos a receber à volta de quinze mil euros de três em três meses.

Temos um protocolo com a Câmara que define competências e onde são distribuídas as respectivas verbas. Se formos dizer que são muitas, não são.

De facto, para aquilo que nós desejamos fazer é sempre pouco. Mas vai-se investindo e penso que se têm visto os resultados desse investimento.

Neste momento o orçamento é cerca de 130 mil euros ano. Gastámos o dinheiro onde tinha de ser gasto. Penso que não foi mal gasto, desenvolvemos a freguesia.

Quais os projectos de investimento para 2005?

Há alguns projectos urbanísticos e o museu Irene Lisboa que é um investimento relevante e vai avançar.

Vamos fazer passeios na Rua 25 de Abril em Arranhó/ Nossa Senhora da Ajuda e na rua principal da Louriceira de Cima.

Em Alcobela, Á-do-Baço

e Camondes é continuar a tentar fazer muralhas e arranjar caminhos.

Há orçamento para isso?

Há. Temos de continuar a adquirir algum equipamento. O equipamento é caro. Ao longo destes anos adquirimos carrinhas para transporte das crianças para as escolas. Temos de melhorar algumas condições de trabalho.

Temos tractores e máquinas, mas neste momento estamos a comprar um tractor para que as coisas se tornem mais fáceis, porque o que tínhamos ficou sem condições para trabalhar.

Escolas

Ainda considera válida a proposta do PSD de construção de uma EB123, em Arranhó?

É uma promessa eleitoral do PSD, principalmente da Câmara Municipal. De facto, não havia há três anos atrás uma Carta Escolar, não havia o sentido da realidade da quantidade de alunos na nossa freguesia.

Depois do investimento feito em Arruda e das condições

do Externato João Alberto Faria, acho que nos próximos seis a dez anos a promessa do PSD não tem talvez razão se ser.

Precisamos levar o jardim-de-infância até ao 4º ano. Neste momento, a sermos realistas, não sinto e não vejo a necessidade (independentemente de algumas críticas que já tenho ouvido contra essa minha versão) de termos uma escola que passe além do 1º ciclo. Acho que Arranhó precisa de jardins-de-infância e de escolas primárias.

A carta escolar veio dar-nos a lucidez de pensar que a necessidade das escolas é de facto no primeiro ciclo e não a EB 123.

A outra (a primária) gostava que arrancasse este ano. Tenho as promessas e penso que vou arrancar com ela.

Já temos terreno e penso que é de fazer, porque temos escolas na nossa freguesia que estão em más condições. É de facto aí que vejo que é necessário o investimento.

Fale-nos do apoio às escolas primárias.

Há uma parte que é da nossa competência, nos termos do protocolo que estabelecemos com a Câmara Municipal: mantê-las e arranjà-las, com grandes dificuldades porque são edifícios antigos e todos os anos é gasto muito dinheiro.

Temos a responsabilidade de transportar os alunos às escolas e dar-lhes condições para que gostem de lá estar e continuarem a ter bons resultados.

A cobertura de almoços nas escolas primárias da nossa freguesia é total. Isso é de facto uma coisa da competência da Câmara Municipal, mas que acompanhamos.

Penso que em Camondes não há almoços porque não havia meninos suficientes para almoçarem na escola, mas o resto é total.

Quais as principais carências em infra-estruturas?

O pior da freguesia de Arranhó é o saneamento básico. Penso que dentro de 2 a 3 anos resolveremos todos os problemas. Estamos a tentar que todas as terras da nossa freguesia tenham saneamento básico.

Inauguração do Centro de Recursos Maria Lucília Lacerda

pelo Dr. Pedro Faria
Administrador do EJAF

17 de Dezembro de 2004

*A inauguração do
Centro de Recursos
Maria Lucília Lacerda
é um marco fundamental
para a nossa escola.*



Maria Lucília Lacerda (à esq.), na biblioteca do antigo Irene Lisboa, numa cerimónia de entrega de prémios de Concurso Literário.

É fundamental pela grande importância que a professora Lucília teve na nossa História.

A ideia de dar o nome Maria Lucília Lacerda ao nosso Centro de Recursos surgiu pouco tempo após o seu falecimento.

O seu mentor foi o fundador do Externato. Recordo o dia em que a professora faleceu, quando o meu pai partilhou connosco que tinha sentido que desde aquele momento havia perdido um grande apoio.

Dizia que a Professora Lucília, pelo seu exemplo de fidelidade, serenidade e sabedoria, juntamente com o sentido de responsabilidade e ponderação,

tinha sido um pilar fundamental para esta Escola.

Dizia também, que tinha sido uma pessoa que marcara muita gente, deixando a semente de todas as suas qualidades em muitos daqueles que ainda hoje trabalham neste Externato.

Serviu muitas vezes de contraponto à emotividade e assim contribuiu para que as grandes decisões fossem as mais correctas.

Tivemos a infelicidade de perder em dois anos as duas figuras mais importantes da nossa Escola, mas também tivemos a

felicidade de nos terem deixado um grande legado pedagógico e de experiência de vida.

Pedagógico, pela forma como sentiam o ensino, pela marca que deixavam nos alunos e pela referência que são para os outros professores. De

experiência de vida, porque passaram os seus momentos mais difíceis de uma forma exemplar e sempre fiéis aos valores de transparência, verticalidade, honra e dignidade.

Em Outubro de 2000, numa conversa sobre as obras da Escola Nova, a professora Lucília comentou que não iria ter a felicidade de estar aqui presente. Mas não é verdade, porque sentimos a sua presença.

A sua figura exemplar irá ter como símbolo este Centro de Recursos manifestada na fonte de inspiração para todos aqueles que contribuem para que este Externato seja cada vez melhor.

Por tudo o que fez em prol do ensino e por tudo aquilo que nos deixou, não podíamos deixar de associar o nome da Professora Maria Lucília Lacerda ao Externato João Alberto Faria.

Ao Tomás e à Marta gostaria de dizer, em nome de todo o Externato, que foi para nós de muita honra e orgulho partilhar a grande mãe que tiveram.

Obrigado.

Campanha de Solidariedade EJAF para com as vítimas do tsunami

O Externato João Alberto Faria não poderia ficar indiferente aos trágicos acontecimentos resultantes do tsunami que varreu o Sudoeste Asiático e parte da costa oriental africana, em Dezembro passado.

Considerando a dimensão da tragédia humana em número de mortos, desalojados e desaparecidos, o EJAF lançou durante o mês de Janeiro uma campanha de solidariedade junto da comunidade escolar.

Os donativos recolhidos, no valor de setecentos e oitenta e cinco euros, foram depositados na conta bancária da AMI, na Caixa Geral de Depósitos, em Arruda dos Vinhos.

Para que o leitor conheça melhor esta organização não governamental publicamos o seu perfil e a Carta de Princípios retiradas do site da organização.

A AMI

A AMI é uma Organização Não Governamental com estatuto jurídico de Fundação, privada, apolítica e sem fins lucrativos.

Desde a sua fundação pelo Dr. Fernando Nobre, em 5 de Dezembro de 1984, a AMI tem como objectivo lutar contra a pobreza, a exclusão social, o subdesenvolvimento, a fome e as sequelas da guerra, em qualquer parte do Mundo.

Carta de Princípios

Esta instituição reúne médicos, profissionais de saúde, e outros voluntários que aceitem no acto da adesão e sob compromisso de honra respeitar os seguintes princípios:

1. Socorrer todas as vítimas de catástrofes naturais, acidentes colectivos e situações de guerra, sem discriminação de raça, política, religião, filosofia ou posição social.

2. Trabalhar na mais estrita neutralidade e em completa independência, coibindo-se de se imiscuir nas questões internas dos Estados, Governos e Partidos em cujo território sejam chamados a intervir. A AMI - Fundação de Assistência Médica

Internacional - reivindica, para a sua actividade, em nome da sua vocação universal, a liberdade plena e integral do exercício da função médica.

3. Não aceitar, nem tolerar enfeudamento ou influência de qualquer poder ou força política, ideológica, religiosa ou outra.

4. Respeitar o sigilo profissional e abster-se de emitir qualquer juízo ou de exprimir publicamente uma opinião, favorável ou hostil, a respeito dos acontecimentos, forças ou dirigentes que aceitaram o seu concurso.

5. Anónimos ou beneméritos, não esperar do exercício da sua actividade qualquer benefício pessoal ou colectivo. Avaliando os riscos e perigos das missões que cumpram, não reclamar para si, nem para terceiros que os representem, qualquer compensação para além da que a instituição esteja em condições de lhes oferecer.

Um testemunho de partilha

pela prof^ª. Margarida Gonçalves

É simples falar sobre uma pessoa como a Maria Lucília, porque a simplicidade e a descrição foram as suas principais características humanas que nos acompanharam durante o tempo que privou connosco.

Ao longo dos anos, a Professora Lucília habituou-nos a que o profissionalismo e a dedicação de uma pessoa se podem impor pela delicadeza e bom trato de todos os que nos rodeiam.

Talvez a maior homenagem que lhe possamos fazer neste dia, seja recordá-la na sua candura de trato, deslocando-se quase silenciosamente pelos corredores das antigas instalações, dando instruções e zelando para que tudo estivesse perfeito.

Os anos foram passando, mas a sua dedicação e empenho à nossa escola foram-se mantendo e reforçando, mesmo nos momentos mais difíceis que atravessou.

Para nós, mais novos, os seus últimos anos foram de uma demonstração de grandeza e força interior, contrastando, por

vezes, com os nossos pequenos cansaços e desalentos.

Ficará para sempre como exemplo, para quem lidou com ela, de que as instituições são maiores que as pessoas e que uma vida pode valer a pena pela dedicação a uma causa.

Não posso concluir sem referir a experiência que passei com esta grande senhora como minha professora.

Recordo o gosto com que ela nos ensinava – uma pessoa que fazia aquilo que realmente gostava – e a sua capacidade pedagógica de motivar e incentivar os alunos para melhorarem e progredirem.

Ao terminar este meu testemunho, agradeço ter privado com ela, e onde quer que esteja, se sinta orgulhosa do trabalho que deixou.

E espero que veja em nós a força de continuar a levar esta escola, como o nosso fundador nos ensinou - “ Com os olhos postos no futuro” - e nesta ocasião solene, com o pensamento e o coração no passado. Bem haja, Professora Maria Lucília, obrigado por tudo.



Pedro Domingos Cientista

Reportagem via e-mail
a partir de Nova Iorque

CURRÍCULO

Pedro Domingos nasce em Lisboa, em 1972. Frequenta o Externato Irene Lisboa, em Ar-ruda dos Vinhos, do 5º ao 8º ano.

Licencia-se em Bioquímica, na Faculdade de Ciências de Lisboa, entre 1990 e 1995. Faz o doutoramento em Inglaterra entre 1997 a 2001, no Medical Research Council - National Institute for Medical Research, em Londres.

Desde 2001 que trabalha no pós-doutoramento na Universidade Rockefeller, em Nova Iorque.

O PERCURSO ESCOLAR

Pedro Domingos chega ao Externato Irene Lisboa devido à reputação da escola.

Acabado o ensino primário, “e já passaram mais de vinte anos!”, exclama, a Escola Secundária de Alverca tinha “um pouco de má fama.”

Os pais decidiram, então, inscrevê-lo no Irene Lisboa, “pois tinha muito melhor reputação.”

No 9º ano, porém, muda-se para Alverca, pois aquela escola oferecia mais áreas opcionais.

Desde muito jovem que se sente atraído pelas áreas científicas. Daí a escolha da Bio-

química como área de estudos superiores.

Depois, como tudo na vida, “foi um pouco de sorte e aproveitar as oportunidades que tive.”

A PESQUISA

A pesquisa que Pedro desenvolve na Universidade Rockefeller, centra-se nos mecanismos moleculares que regulam a apoptose, isto é, o suicídio celular programado.

Em organismos multicelulares, por vezes, durante o desenvolvimento normal ou resultante de uma situação de stress, determinadas células decidem cometer suicídio (para benefício do organismo). Este fenómeno é relevante quando se forma um tumor.

“Nos Estados Unidos os recursos financeiros são maiores e existem mais oportunidades para quem quer fazer ciência.”

Normalmente, nas células do tumor existe uma inibição da apoptose, o que faz que estas não morram e o tumor cresça.

Por outro lado, quando existe demasiada apoptose, também pode causar doenças degenerativas, pelo que, num organismo saudável, a apoptose tem de ser muito bem regulada.

A MOSCA DO VINAGRE

Nos experiências que desenvolve, Pedro utiliza a “mosca do vinagre” (*Drosophila melanogaster*), que é um organismo muito bom para fazer estudos genéticos e

para compreender quais são os genes importantes para a regulação da apoptose e como funcionam as proteínas que estes genes codificam.

A ROTINA E AS VITÓRIAS

Pedro refere que o trabalho de laboratório tem muitas pequenas dificuldades diárias como as experiências que não funcionam.

Porém, quando estas dificuldades são ultrapassadas, tornam-se em “pequenas vitórias.”

No entanto, “a publicação de um artigo científico ou o acabar da tese de doutoramento são vitórias maiores e mais saborosas.”

A Ciência em Portugal

Pedro Domingos pensa que a ciência em Portugal está neste momento muito melhor do que quando saiu do país, em 1997.

No entanto, considera que “os EUA são um país muito atractivo para quem quer fazer ciência”, pois “os recursos financeiros são maiores e existem mais oportunidades.”

Diz que viver em Nova Iorque é muito agradável, já que é uma cidade muito grande, com grande oferta cultural de museus, teatro, etc, e onde é “difícil ficar aborrecido.”



No topo da página, Central Park, Nova Iorque. Depois, Pedro no laboratório. Por fim, com a esposa, Ana e o filho Ray, num passeio pelo Central Park. Fotos gentilmente cedidas por Pedro Domingos.

Pedro Domingos, PhD
Steller Laboratory
Box 252, The Rockefeller University
1230 York Avenue, New York, NY 10021, USA
Email: domingp@mail.rockefeller.edu

Susana Jorge

Fotografias de Arruda

Susana Jorge é aluna do 12º ano, turma D. Cultiva a paixão da fotografia, particularmente a reportagem fotográfica. Eis alguns exemplos do seu trabalho e do seu olhar.



Paisagem #1.



O mercado.



Momentos.

Enfermeira Olga Porto

A experiência de uma partilha diária

MARIA OLGA SOARES CAMPOS VIDINHA PORTO, 40 ANOS. ENFERMEIRA ESPECIALISTA EM SAÚDE MATERNA E OBSTÉTRICA. FREQUENTOU O ENSINO PRIMÁRIO NO EXTERNATO RAINHA ST.ª ISABEL, NA AMADORA E O ENSINO SECUNDÁRIO NO EXTERNATO IRENE LISBOA, EM ARRUDA DO VINHOS.

por **Marta Porto**



Fez o 12º ano na Cidade Universitária em Lisboa, por não existir na altura em Arruda. Tem o Curso de Enfermagem Geral (Bacharelato) da Escola Superior de Enfermagem Calouste Gulbenkian, de Lisboa concluído em 1985.

Fez o Curso de Estudos Superiores especializados em Enfermagem de Saúde Materna e Obstetrícia (Licenciatura) em 1999, na Escola Superior de Enfermagem Calouste Gulbenkian, em Lisboa.

Iniciou a sua carreira profissional em 1986, no Hospital de Sta. Maria em Lisboa, tendo passado por diversos serviços,

nomeadamente a Unidade de Cuidados Intensivos de Neurocirurgia, o serviço de Pneumologia e a Unidade de Cuidados Intensivos Respiratórios.

No ano de 1993, por motivos de ordem pessoal e familiar concorre à administração Regional de Saúde de Lisboa, tendo ficado colocada no Centro de Saúde de Arruda dos Vinhos, local onde se mantém presentemente.

Exerce paralelamente, em regime de tarefa, funções como Enfermeira Especialista do bloco de partos do Hospital Fernando Fonseca, em Amadora-Sintra, desde o ano 2000.

Para Olga Porto, ser enfermeira “é poder estar disponível para o outro, cuidar, partilhar, escutar. Apoiar é essencialmente promover a saúde e o bem-estar de cada um, integrado num determinado contexto sócio-económico e cultural.

Gosta da área da saúde da mulher e da criança, bem como da área juvenil e do planeamento familiar, por lhe serem particularmente queridas e da sua especialização.

Casos graves que lhe têm passado pelas mãos não têm conta. Existiu, no entanto, uma situação no início de carreira que a marcou profundamente.

Falamos de um jovem de 15 anos que faleceu após ter sido tentado tudo. “Numa ida à casa de banho, experimentou «por curiosidade» retirar o tubo de traqueostomia que lhe permitia respirar.

Tal facto, provocou um edema imediato do orifício da traqueostomia e consequentemente a uma paragem cardio-respiratória irreversível.”

Foi “uma sensação de incapacidade perante o uso de todos os recursos possíveis e uma frustração enorme por não se conseguir com uma vasta equipa e os recursos existentes salvar a vida daquele jovem.”

Cristalina Delgado

de Cabo Verde

Cristalina Delgado, 16 anos, aluna do 10ºano, turma F. É natural de Cabo Verde, onde vivia com os seus avós e frequentava o 9ºano de escolaridade.

Cristalina chegou a Portugal em 22 de Dezembro de 2003, com a sua irmã de 18 anos.

Veio para o nosso país viver com a mãe, que já se encontrava em Portugal há 9 anos.

Inicialmente foi morar para Alverca e durante um ano não frequentou a escola.

Um ano após a sua vinda, Cristalina veio para o nosso Externato pois tinha boas referências.

Em Cabo Verde, era uma adolescente normal, boa aluna e tinha amigos com quem passeava nas praias, praças e jardins.

A princípio quis vir pela aventura, mas agora tem saudades. Na sua terra natal, a escola era mais fácil, mas menos desenvolvida.

Diz que o clima é bastante diferente e que as roupas em Portugal são mais giras e mais baratas.

Actualmente, mora na Calhandriz com a mãe, os tios e a irmã.

André Antunes

Skater

texto e foto Susana Jorge

André Antunes, 18 anos, 12º ano, turma B, curso Científico-Natural. Este é, no entanto, um frio resumo para perfil da pessoa em questão. Há muito mais a assinalar.

De roupa larga, confortável e postura descontraída – é assim que é habitual encontrá-lo pela escola e de outra forma não po-dia ser.

O seu aspecto exterior está em perfeita consonância com a pessoa que é: liberdade, acima de tudo, na mentalidade. E, inevitavelmente, a liberdade no falar, nas atitudes. Este tipo de

liberdade exprime-se sendo ele próprio a usar a sua cabeça e não a dos outros por ele.

Porém, esta palavra ganha um sentido mais especial e mesmo mais verdadeiro quando aplicada a outra faceta sua: o skate.

É quando anda de skate que é verdadeiramente livre: “É a minha anarquia.”, diz.

Para os skaters, quando se fala neste desporto, não se está apenas a falar duma tábua comprida e estreita com quatro rodas que permite andar de um lado para o outro e fazer umas acrobacias giras. A palavra tem um significado muito próprio e mais profundo do que é permi-



tido ver. Skate é sinónimo de completa liberdade, adrenalina, desafio e risco. Quando se anda de skate, o mundo não existe. Não há mais nada senão a tábua e o skater.

Ser skater, não é apenas praticar um desporto, é uma forma de estar na vida. “*Sk8 or die*” é a frase perfeita para sintetizar o que é ser skater. Andar de skate, nos dias de inspiração, é um autêntico estado de espírito, é algo que envolve e se entranha.

É o andar pelo sentimento que se usufrui, é o ouvir o deslizar das rodas apressadas, em fúria, ofegantes pelo chão e a tentativa de execução da manobra. Toc Pah! O som seco da tábua ao cair no chão e novamente a deslizar...É dos sons mais extasiantes que se podem ouvir. É andar pelo puro prazer de andar.

O objectivo não é ser o melhor e fazer o maior número de manobras, mas evoluir. E isto engloba muito mais que a capacidade física. Faz parte da pessoa.

Sara Farinha e Ruben André

O ritmo da dança

por Sara Farinha

Danças de Salão foi a modalidade que decidi começar a praticar aos 11 anos.

Inscrevi-me no Rancho Folclórico de Arruda dos Vinhos lugar onde leccionavam aulas de danças de salão.

Da primeira aula até hoje, o tempo correu bastante depressa. Afinal não dizem que quando fazemos o que gostamos o tempo voa?

No começo, tenho de confessar, os passos não eram assim tão giros, pois começa-se sempre pelos mais básicos.

No entanto, cerca de um ano depois, já estava a fazer exposições e a entrar em campeonatos. Ainda me lembro da primeira exposição. Os nervos eram tantos que acho que comi todas as unhas que tinha.

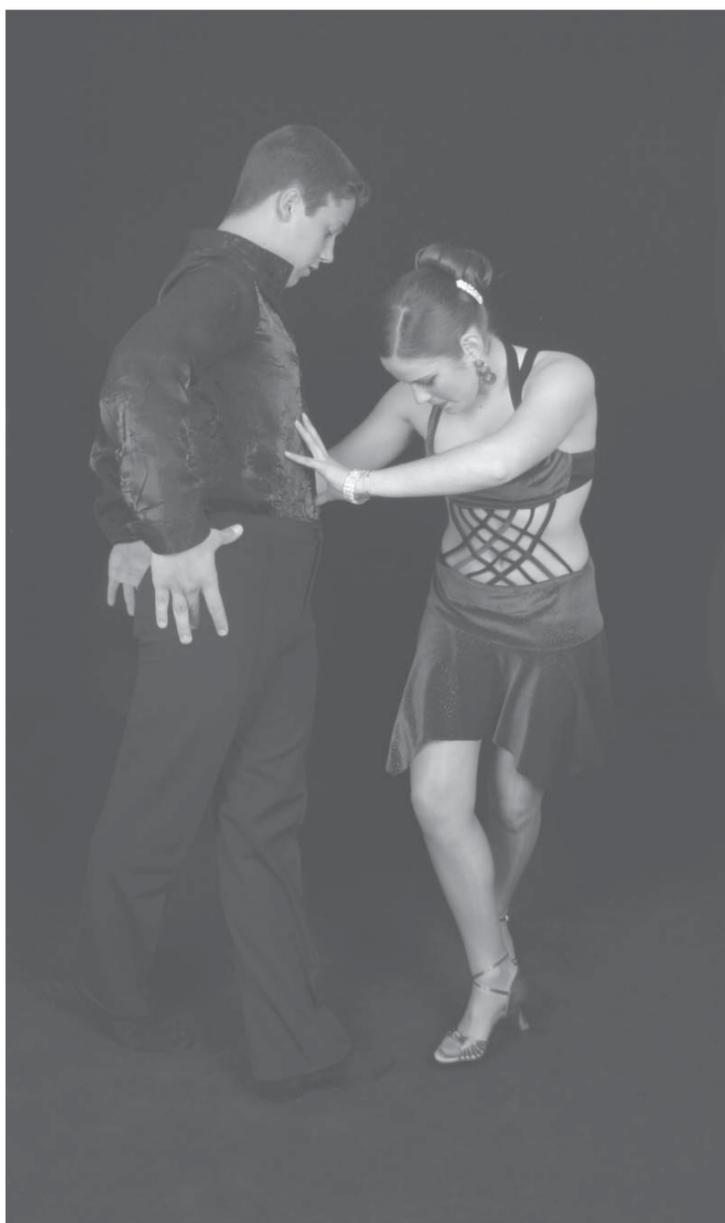
O meu primeiro escalão foi júniores iniciados. Depois, júniores II Intermédios, até que cheguei a Juniores II Open o escalão pelo qual estava ansiosa.

Neste escalão os passos deixam de ser tão simples e passam a exigir muito mais dos dançarinos.

Os fatos são bastante mais bonitos. Podemos utilizar maquilhagem, brilhantes, enfim o que nós raparigas gostamos!

Mas o meu mar de rosas cedo acabou, pois o meu par decidiu desistir.

Pois é! Mas como gostava e gosto bastante de dançar não desisti e procurei um novo par, o Ruben.



Passo Doble.

Se queres inscrever-te na modalidade Danças de Salão contacta o Rancho Folclórico Podas e Vindimas de Arruda dos Vinhos

Comecei de novo nos passos mais básicos e com muita luta, em menos de dois anos cheguei onde tinha levado cerca de três anos e meio a chegar.

Hoje, de novo em Juniores II Open e de volta às exposições, danço com enorme prazer e orgulho.

Falando um pouco de danças de salão, existem as clássicas, nas quais podemos destacar a Valsa, Quickstep, Tango, Valsa Inglesa, entre outras.

Existem também as Latinas que são as que pratico: Samba, Cha Cha Cha, Rumba, Passo Doble e Jive. De todas estas Rumba e Passo Doble são, sem dúvida, as minhas favoritas.

As danças de salão exigem imenso trabalho e tempo. Practico cerca de seis horas por semana, mas não em vão.

Pratico ainda Dança Jazz, na qual entrei para obter mais flexibilidade, pois no novo escalão são inúmeras as vezes que preciso de fazer espargatas, quedas e saltos.

Mas há algo que me faz ficar bastante triste, que é o facto de haver cada vez menos pessoas a frequentar as danças de Salão, sobretudo pela falta de rapazes.

Sim, porque estes têm imensa vergonha desta modalidade desportiva.

Portanto, eu digo-vos: deixem os preconceitos para trás, peguem numa menina e inscrevam-se. Vão ver que vão gostar.

Carta a Peter Pan

por **Carolina Pereira, 6º C**

Sobral de Monte Agraço,
22 de Janeiro 2005

Meu herói Peter Pan,

Ainda me lembro dos dias em que a minha mãe passava horas e horas a contar-me histórias sobre ti e eu não me cansava de as ouvir, pois ficava encantada com cada passo que ela descrevia.

Não parava de lhe fazer perguntas insignificantes pois queria saber todos os detalhes! Gostava de poder voar como tu sobre os vales e mares, gostava de ter poderes como a Sininho, uma espada como o Capitão Gancho e a força de vontade dos Meninos Perdidos.

Sabes, valente Peter-Pan, falei com a Wendy e ela anda à tua procura. Quer voltar a viver as fantásticas aventuras da Terra do Nunca. Fala-lhe assim que puderes, está bem?

Mudando de assunto: Tenho um plano para apanhar o Capitão Gancho, queres saber? É assim: ao jantar, adormeces o Barriga e trocas as roupas com ele.

Seguidamente, troca a comida da primeira taça com o crocodilo e a da segunda com o polvo. Depois serve as duas taças e espera um pouco para observares a cara do Capitão Gancho quando abrir as taças. Deve ficar espectacular!

Tira uma foto para eu ver, não quero mesmo perder esta oportunidade! O que achas da minha ideia?

Eu adoro as tuas aventuras porque cada espaço é fascinante: as árvores com o seu verde encantador, as violetas violeta e as rosas rosa que encantam qualquer lugar por mais assustador que seja.

Depois é o canto das belas Sereias, os Meninos Perdidos a correrem de um lado para o outro, a Sininho a pôr o pozinho, o Capitão Gancho a gritar com o Barriga.

Claro que gostaria de viver aí, mas, a minha casa, a minha família, os meus amigos e as minhas brincadeiras estão aqui no Planeta Terra.

Por vezes, quando brinco, cada canto da casa é uma aventura e cada brincadeira é a comemoração de termos vencido. Sim, vencido, porque o objectivo aqui na Terra é que cada canto seja o mais alegre e divertido da minha casa e o que eu me divirto quando brinco assim!

Aí, o teu passaporte para voar é o pozinho da Sininho mas aqui é uma coisa gigantesca a que chamam de avião. O teu obstáculo é o Capitão Gancho mas, para algumas crianças aqui no planeta Terra, são os testes da escola.

Eu gostava de ter toda a Natureza à minha volta para brincar com os meus amigos, mas aqui no Planeta Terra

temos uma pequena caixa a que chamamos computador e não sonhamos, por vezes, com a força necessária para podermos ser realmente livres e felizes como tu.

Na Terra do Nunca, chamas aos teus companheiros Meninos Perdidos, nós chamamos-lhes simplesmente amigos. Os nossos mundos são muito diferentes: nas mais simples brincadeiras, nos gostos, nos ambientes, nas casas, em tudo.

Somos iguais apenas numa coisa: o sonharmos com a força com que sonham quase todas as crianças.

Gostava que, por instantes trocássemos de Mundos: eu iria para a Terra do Nunca e tu virias para o meu planeta. Que tal pensares sobre o assunto?

Eu estarei sempre pronta! Só teria pena de deixar a minha família. Mas irias gostar deles, tenho a certeza.

Ah! Como anseio por uma boa aventura! Acho que é o sonho de qualquer criança. Sim, porque mesmo os adultos têm sonhos, bem lá no fundo, que ainda gostariam de realizar.

Acredito que todos nós temos sempre uma parte de criança e um desejo de aventura.

Peter Pan, é óptimo poder estar a falar contigo e saber que, de algum modo, vais ler esta minha carta e até realizar este meu sonho. Sabes porquê? Porque eu acredito e sonho, porque sou uma criança. Beijinhos mágicos desta tua admiradora.

Internet

por **alunos do 10º E**

Ao longo destes anos a Internet tem vindo a cativar a atenção dos portugueses, sendo cada vez mais utilizada por estes, dado que nos permite entrar em contacto com o resto do Mundo.

Espera-se que no ramo da educação se verifiquem alterações, tanto a nível da formação profissional como a nível da escolaridade obrigatória e, como o nosso futuro depende deles, a decisão foi apostar principalmente nas crianças e nos jovens.

É de salientar que Portugal, em termos tecnológicos, é um país pouco desenvolvido, pois um dos seus principais obstáculos não é a aquisição de computadores com ligação à Internet nas escolas, mas sim a sua correcta utilização e aproveitamento.

Apesar disto, há tentativas de desenvolvimento com a introdução deste tipo de ensino em escolas - piloto, como é o caso da Escola EB. 2,3 Pedro

Jacques de Magalhães, de Alverca do Ribatejo, experiência esta que teve um enorme sucesso.

As necessidades dos alunos vão mudando à medida que evoluem as tecnologias. A introdução de computadores com acesso à Internet no ensino aumentará, quanto mais não seja pelo facto dos alunos pretenderem ter aulas mais interactivas e dinâmicas aumentando assim o seu interesse pelas aulas.

Dado que a Internet tem um enorme potencial e nos proporciona uma grande eficiência e velocidade no relacionamento e na comunicação pretende-se que seja implantada não só na educação, mas também na indústria, na medicina, entre outros.

Podemos concluir então que Portugal, apesar de ser pouco desenvolvido tecnologicamente, tem feito esforços para implantar novos computadores nas escolas, de maneira a que as nossas crianças do presente se tornem pessoas mais desenvolvidas tecnologicamente e que estejam preparadas para o futuro.

Os meus livros & os meus filmes

Sorte Nula

Um filme de Fernando Fragata, com produção executiva de Sandra Menino.

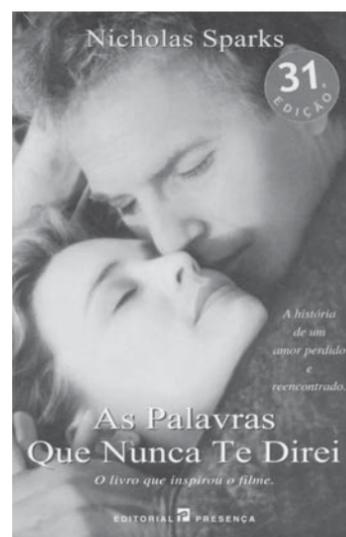
Como é que alguém com tanto azar consegue apaixonar-se e viver para contar?

Alberto tem um plano, fugir com o amor da sua vida. Já fez as malas, tem os bilhetes na mão e nada parece poder falhar. Mas o destino pregamos partidas e mesmo os planos mais perfeitos acabam destruídos quando se instala a sorte nula e o impensável acontece.

Alberto e a sua misteriosa paixão são empurrados para uma teia de terríveis aventuras que os vão por à prova e testar o amor que sentem um pelo outro.

Um filme cheio de adrenalina, pois Alberto tem tanto azar que até o transmite a quem o tenta ajudar!

Uma história onde sorte nula, automóveis e seus porta-bagagens combinam num puzzle de suspense e humor negro. Afinal, nunca se vive uma grande paixão sem grandes problemas pelo meio. Pior ainda quando a sorte está contra nós.



As Palavras Que Nunca Te Direi

Esta apaixonante história reúne um homem e uma mulher cujas vidas tinham aparentemente perdido o sentido. Garrett, viúvo, lançava ao mar cartas repletas de amor e saudade, dirigidas à sua esposa, que Theresa, divorciada e mãe de um adolescente, ocasionalmente, encontrou. É assim que este empolgante romance tem início, com um desenrolar fascinante e um final inesperado. Um livro perfeito para aqueles que acham que a vida já não faz sentido.

mação escolar e profissional garantindo a participação activa dos alunos.

f) Desenvolver acções de informação e sensibilização aos pais/encarregados de educação e à comunidade em geral no que diz respeito à problemática que as opções escolares e profissionais envolvem.

Recordamos ainda, que para os pais e encarregados de educação haverá, ao longo do ano, informações que lhes permitirão ajudar e colaborar nesta decisão dos filhos que se pretende que seja consciente e responsável.

Para mais esclarecimentos contacte o Gabinete de Apoio e Orientação Escolar.

Orientar para uma Vocação Profissional também é Formar Cidadãos

Serviço de Psicologia e Formação Cívica do 9º ano

Orientar para uma Vocação Profissional também é Formar Cidadãos.

Esta é a ideia que levou o Externato João Alberto Faria a direccionar, à semelhança dos anos anteriores, o Programa da área curricular não disciplinar de Formação Cívica para a Orientação Vocacional.

Este é um projecto conjunto do Serviço de Psicologia e da Direcção de Ano do 9º ano.

Durante todo o ano lectivo os alunos vão realizar, semanalmente, actividades de Orientação Escolar e Profissional.

Estas actividades são coordenadas pelos professores e pela psicóloga escolar, pretendendo-se atingir os seguintes objectivos:

a) Contribuir para o desenvolvimento integral dos alunos e para a construção da sua identidade pessoal.

b) Contribuir para a formação de cidadãos responsáveis e conscientes.

c) Apoiar os alunos no processo de desenvolvimento da sua identidade pessoal e do seu projecto de vida.

d) Planear e executar actividades de Orientação Escolar e Profissional.

e) Realizar acções de infor-

Adrenalina sobre 4 rodas

por Vanessa Pardal

Paulo Ferreira (9°C), Bruno Salarnier (10° F), David Além (11°D) e João Narciso (12°B), formaram a "Team Freestyle Quad", equipa de Moto4.

Para praticar este desporto é necessário capacete, luvas, fato e botas especiais, como no motocross. As regras de corrida são iguais às do motocross.

É necessário ter bastante coragem, um espírito aventureiro, uma boa condição física e de resistência, pois uma corrida pode durar mais de duas horas.

Para estes rapazes as melhores sensações são a adrenalina a subir na alta velocidade e nas acrobacias fantásticas.

Cada vez se pratica mais este desporto. O único problema é que as motas nunca vêm preparadas para as corridas.

Vêm de origem muito simples e é normal o piloto pôr a moto ao seu estilo, na estética e no motor.

É um desporto onde não se pode dizer que se tem horas ou dias marcados para treinar. Existem os encontros entre os praticantes e estes fazem pequenas corridas entre si.

Nestes grupo existe um acordo quanto à liberdade que se sente sobre a moto.

Quando andam sozinhos podem sentir a solidão, o que também é bom porque podem sen-



David Além, 11° D.

tir tudo o que lhes vai na alma.

Em grupo fazem manobras de diversão e muito barulho. Desafiam-se uns aos outros, mas sempre dentro dos níveis de segurança.

Os picanços são corridas feitas em linha recta o entre duas moto 4. São vulgares quando são postos novos equipamentos nas motas, para os testar e ver se estão aptos para as corridas.

Os picanços são feitos normalmente em locais onde não existe circulação automóvel para não pôr em perigo a con-

dução e a vida dos condutores.

O grupo formou-se há mais de dois anos, mas já praticavam este desporto anteriormente.

O Bruno pratica desde os doze anos, mas só teve a sua moto aos dezassete. O Paulo e o David também tiveram as suas primeiras motas aos doze, mas o João só começou a praticar aos catorze.

Como moram perto uns dos outros, costumam juntar-se sempre que podem, normalmente duas vezes por semana.

Vão treinar para uma pista que eles próprios fizeram ou

juntam-se para conversar sobre motos.

O Bruno ganhou o 1° lugar, com a Raptor 660, em Santiago dos Velhos, no Verão passado.

O Paulo obteve o 2° lugar com a LTZ 400 na perícia em Arranhó, no mesmo ano.

Na perícia de Nossa Senhora da Ajuda, o vencedor foi o David com a YFZ 450 e o 3° lugar foi para o João.

O sonho comum é participar numa Baja, uma corrida de longo percurso que exige muito dos pilotos e das motos e para a qual é necessária preparação.

Ténis de Mesa. Profª Sónia Libânio. Torneio de Abertura, 30 de Novembro, Caldas da Rainha. 1° lugar, Tiago Penedos, 11° B. 2° lugar, André Agostinho, 10° D. **9 de Dezembro,** Caldas da Rainha. Escalão Infantis A: 1° lugar, Duarte Godinho 5°G, 4° lugar, João Gama 5°A. 11° lugar, Miguel Pinheiro 5°A. 13° lugar, Diogo Santos 5°G. Escalão Infantis B, 2° Lugar, Afonso Pinheiro 6°E. Infantis A e Infantis B: 3° lugar por equipas: Duarte Godinho, João Gama, Miguel Pinheiro, Diogo Santos, Afonso Pinheiro e Ivo Carvalho. **Futsal.** Profs. Onofre Pintor e Nuno Mourão. O EJAF tem uma equipa de Futsal Infantil (10 a 12 anos). Este escalão tem a particularidade de ter como objectivo o incentivo, o conhecimento e a prática da modalidade, visando o desenvolvimento físico e motor e, acima de tudo, o respeito pelas regras e o *fair play*. Considerando estes objectivos, a competição resume-se a jornadas de convívio entre escolas, sem objectivos de apuramento para as fases seguintes. A nossa escola já participou em dois convívios, um no EJAF, outro na Mercena. O terceiro terá lugar em Alenquer. **O Futsal feminino** iniciou a sua participação com um empate e uma derrota no Torneio de Abertura, contra a Secundária de Peniche. Alinharam pelo EJAF: Liliana Borges, Ana Machado (cap.), Lina Carvalho, Cláudia Anágua, Diana Lavareda, Liliana Bento e Marta Leitão.

Desporto Escolar

Badminton

prof. Hugo Rodrigues



Alunos que integram o núcleo de Badminton EJAF 04-05.

Realizou-se no dia 25 de Janeiro de 2005, na EB 2,3 de Freiria o 3° Encontro de Badminton, todos os escalões, na variante de singulares masculinos e femininos.

O EJAF contou com a participação de 24 alunos (13 raparigas e 11 rapazes), tendo alguns deles alcançado o primeiro lugar da prova no seu respectivo escalão etário.

Este foi o último Encontro de apuramento em singulares, de iniciados e juvenis para a fase CAE.

Assim, foram apurados para a próxima fase de **iniciados femininos:** Cátia Amorim, 7°H e Rita Rosa, 9°A. **Iniciados masculinos:** Pedro Silva, 9°A e Filipe Teixeira, 9°E. **Juvenis Femininos:** Joana Diniz, 11°F, Ermelinda Cardoso, 9°A, Catarina Ramos, 10°E e Patrícia Passos, 11°F. **Juvenis Masculinos:** Fábio Martins, 9°A e André Machado, 10°A.

Realizou-se ainda a 17 de Fevereiro, um Torneio de Badminton na variante de pares masculinos, femininos e mistos, para o escalão de iniciados.

O EJAF contou com a participação de dezasseis alunos, oito rapazes e oito raparigas. Saliente-se que o Externato ganhou as três provas disputadas. Parabéns aos atletas que representaram o EJAF.



Em baixo, da esq. para dir.: Maria, Lisa, Catarina, Margarida, Cláudia, Ana Coelho, Sofia, Patrícia, Margarida. Em cima, da esq. para a dir.: Beatriz, Catarina, Susana, Catarina, Filipa, Vanessa, Jéssica, Drielly.

Infantis Femininos

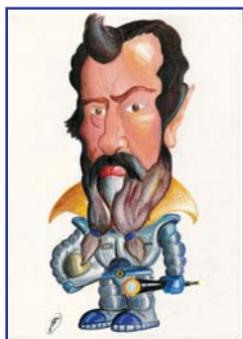
Andebol

prof. Mário Joel

O Andebol promove os escalões infantis masculinos e femininos, iniciados masculinos e juvenis masculinos e femininos, num total de 48 alunos.

Treina no pavilhão dos Bombeiros de Arruda às 2ª e 6ª feiras. Os iniciados e infantis têm participado em convívios e torneios organizados pelo CAE Oeste.

CALENDÁRIO COMEMORATIVO DO ANO MUNDIAL DA FÍSICA - 2005



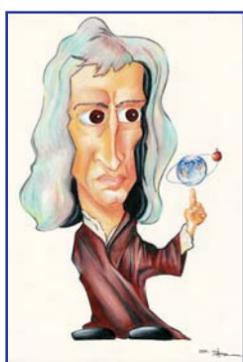
por Emanuel Ferreira

Galileu Galilei (1561-1642). Sábio italiano que descobriu as leis que regem a queda dos corpos, defendendo além disso a tese de Copérnico sobre o movimento de rotação da Terra.



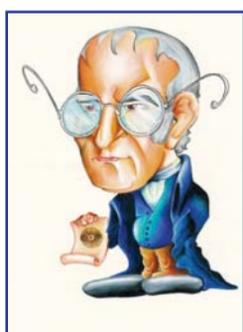
por Fábio Lavareda

Blaise Pascal (1623-1662). Físico, Matemático e filósofo francês. Entre 1642 e 1652 inventou e construiu uma máquina calculadora mecânica. Estudou o vazio e a estática dos fluidos. Assentou as bases do cálculo de probabilidades. Em 1654 estudou as propriedades da ciclóide.



por Rui Pica

Isaac Newton (1642-1727). Físico e astrónomo inglês. Enunciou a lei da gravitação universal, descobriu o cálculo diferencial e afirmou que a luz era constituída por pequeníssimos corpúsculos luminosos, ou grãos de luz, teoria aceite durante muito tempo.

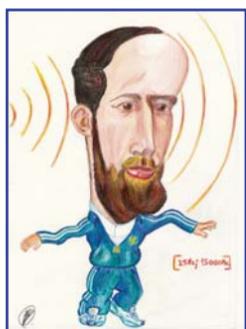


por Rui Pica

John Dalton (1766-1844). Físico e químico inglês que estabeleceu as bases da teoria atómica. Descobriu as leis das proporções múltiplas. Formulou as lei de Dalton e investigou a solubilidade dos gases nos líquidos e descobriu o daltonismo.

O projecto

A investigação foi iniciada pelos alunos do 11ºA, que recolheram na disciplina de Físico-Química informação sobre físicos que se celebrizaram ao longo da história. Na segunda fase organizaram-se cronologicamente as datas de nascimento dessas personalidades e seleccionaram-se os eventos mais significativos ligados ao progresso da ciência. Estes materiais foram então objecto de estudo e tratamento gráfico pelos alunos do 12ºD, nas Disciplinas de Oficina de Artes e Tecnologias, do Curso Tecnológico de Artes e Ofícios. O projecto concretizou-se num conjunto de ilustrações para vários calendários apresentando os principais eventos da história da Física e de doze caricaturas de figuras notáveis nessa área da ciência, as quais publicamos aqui. O calendário divulgado na primeira e última páginas foi um dos mais criativos a concurso, realizado por Rui Pica. O projecto foi orientado pelos professores de Física e Química, Helena Luís, Marta Monteiro e Jorge Ramos e pelo professor de Artes, José Duarte.



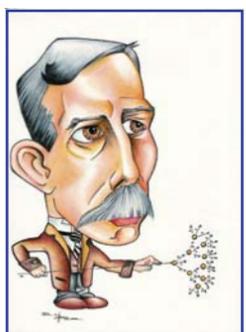
por Emanuel Ferreira

Heinrich Hertz (1857-1894). Físico alemão. Em 1888 deu a conhecer as ondas electromagnéticas, confirmando a identidade destas com as ondas luminosas. As suas experiências foram principalmente sobre a técnica de rádio. Descobriu em 1887 o efeito foto-eléctrico.



por Pedro Pinheiro

Marie Curie (1867-1934). Com o seu marido, Pierre Curie, descobriu os elementos radioactivos polónio e rádio, isolando este elemento puro em 1910. Recebeu em 1903 o Prémio Nobel da Física e em 1911 o da Química.



por Rui Pica

Ernest Rutherford (1871-1937). Sábio inglês galardoado com o Prémio Nobel da Química de 1908. A ele se deve a hipótese sobre o estudo interno do átomo e o ter descoberto a velha aspiração dos alquimistas, isto é, a transmutação de elementos químicos em outros diferentes.



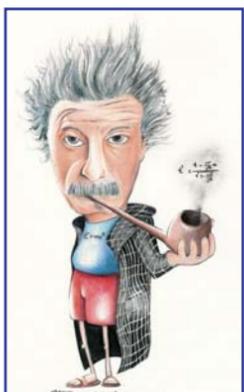
por Fábio Lavareda

Giuglielmo Marconi (1874-1937). Físico italiano, conseguiu realizar em 1859 as primeiras provas de transmissões sem fios, utilizando as ondas descobertas por Heinrich Hertz.



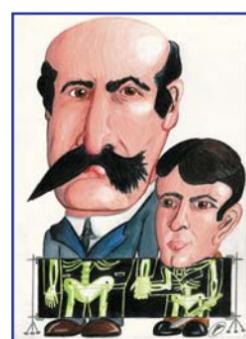
por Pedro Pinheiro

Niels Bohr (1885-1962). Físico dinamarquês. Em 1912 desenvolveu o primeiro modelo atómico. Trabalhou as relações nucleares e os núcleos atómicos. Recebeu o Prémio Nobel da Física em 1922.



por Fábio Lavareda

Albert Einstein (1879-1955). Físico alemão que modificou o panorama das ciências físicas com a revolucionária teoria da relatividade. Prémio Nobel em 1927, fugiu da Alemanha quando Hitler subiu ao poder e residiu nos Estados Unidos até à sua morte.



por Emanuel Ferreira

William Henry Bragg (1862 -1942). Físico britânico, foi professor de Física na Universidade de Adelaide e na Universidade de Londres. Em 1912 desenvolveu o protótipo do difractor de raio X. Em 1915, juntamente com o seu filho, recebeu o Prémio Nobel da Física.



por Pedro Pinheiro

John Bardeen (1908-1991). Físico norte-americano que em 1956, juntamente com W. Shokley e H. Brattain recebeu o Prémio Nobel da Física pelos seus trabalhos sobre transistores. Voltou a ganhar em 1972 juntamente com L.N. Cooper e J.R. Schrieffer com a teoria da supercondutividade.

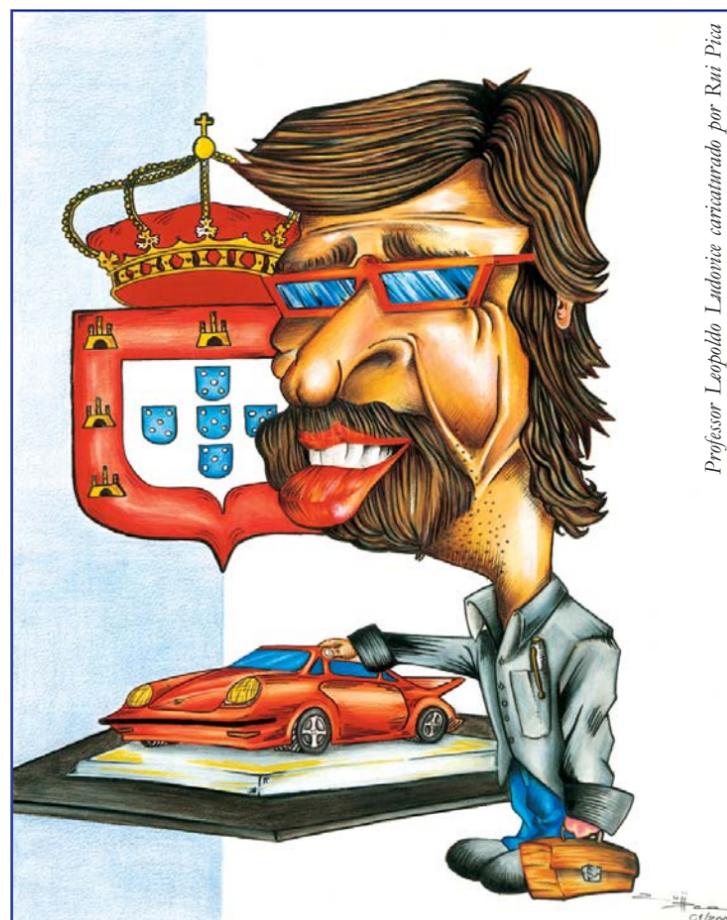
Da arte da caricatura

Texto pelo prof. Leopoldo Ludovice

A caricatura é uma forma de expressão plástica que tem como objectivo representar um indivíduo a partir de um desenho onde o artista plástico faz sobressair de forma exagerada, feições e contornos físicos (gestos, expressões), a forma como se veste, passatempos, ideais, frases, vícios, etc. É através deste conjunto de características que se consegue representar e identificar o indivíduo pela sua caricatura.

A caricatura pode ainda ser de cariz político (sátira), ou dirigida exclusivamente a alguém. No caso da caricatura apresentada, o artista plástico foi basear-se em aspectos fisionómicos, como o vestuário, acessórios de uso individual (óculos, etc.).

Quanto a interesses, surge o design/estética, no automóvel representado, não como um objecto utilitário, mas sim como uma jóia, algo de valor eterno. Em relação às armas reais de Portugal, vamos encontrar ideais que norteiam alguns princípios, como a Monarquia, valor histórico, raízes etc. Todos estes elementos contribuem para o desenho do perfil do indivíduo caricaturado.



Professor Leopoldo Ludovice caricaturado por Rui Pica