

# NEWSLETTER



## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS VALLIS LONGUS

Número 12 - fevereiro 2021

### EDITORIAL

Caros leitores,

Nesta edição do mês de fevereiro, destacamos as boas práticas no E@D e alguns dias comemorativos como o Dia de S. Valentim, uma vez que fevereiro é celebrado como o mês dos afetos, ainda que à distância, em tempos de pandemia.

Apelamos, desta vez, ao cumprimento de todas as regras inerentes ao E@D para que os professores e alunos possam alcançar plenamente os objetivos do ensino-aprendizagem!

### Boas leituras!

As Coordenadoras,

Paula Vieira, Lúcia Vasconcelos e Isabel Timóteo

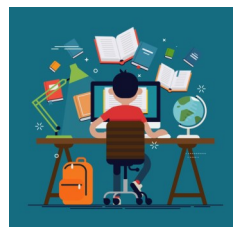
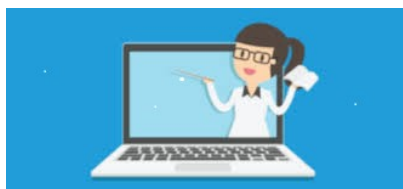


### DESTAQUES:

|                                          |             |
|------------------------------------------|-------------|
| <b>E@D - Boas práticas</b>               | <b>2</b>    |
| <b>Luta contra o cancro</b>              | <b>3</b>    |
| <b>Dia de Darwin</b>                     | <b>4</b>    |
| <b>Dia de S. Valentim</b>                | <b>5, 6</b> |
| <b>Dia da Justiça Social</b>             | <b>7</b>    |
| <b>Dia do Urso polar</b>                 | <b>8</b>    |
| <b>Miúdos a votos</b>                    | <b>9</b>    |
| <b>Digital Bookmark Exchange Project</b> | <b>10</b>   |



# Boas práticas nas aulas por videoconferência



À semelhança do que temos vindo a fazer para o ensino presencial, apelando ao cumprimento de regras para a proteção e segurança de todos, pretendemos, agora, sensibilizar a comunidade para as boas práticas no E@D, nomeadamente nas aulas por videoconferência.

Destacamos algumas medidas que consideramos cruciais para levar a cabo a missão de ensinar e de aprender:

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Conetividade</b></p> <p>Durante as aulas a câmara tem que estar sempre ligada. O microfone deve estar desligado, exceto em situação de discussão em grupo ou quando o professor solicitar. Não graves som ou imagens sem autorização do professor. Não divulgues o endereço do link para as aulas a quem não pertença à turma.</p> | <p><b>Concentração</b></p> <p>Desliga o telemóvel, desativa as notificações, encerra a sessão no Facebook, Twitter, Instagram, Tick Tok e outras redes sociais, de forma a minimizar as distrações. Se tens irmãos mais novos evita que estejam junto a ti.</p> |
| <p><b>Comportamento</b></p> <p>Participa na aula de forma organizada, aguarda pela tua vez para falar, usa linguagem adequada, respeitando o professor e colegas.</p>                                                                                                                                                                    | <p><b>Questões e dúvidas</b></p> <p>Deves aproveitar as aulas síncronas para colocar questões e esclarecer dúvidas.</p>                                                                                                                                         |

|                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Vestuário</b></p> <p>Não entres na aula virtual de roupa no, de pijama ou com roupa que não convém na escola. Estás numa aula, veste de acordo com a ocasião.</p> | <p><b>Pontualidade</b></p> <p>Tal como na escola deves entrar na sala de aula virtual atempadamente para garantir o acesso (5 minutos antes).</p> |
| <p><b>Material</b></p> <p>Antes da aula começar deves ter sempre o material necessário junto a ti (material de escrita, caderno, manual, etc...)</p>                    | <p><b>Alimentação</b></p> <p>Durante as aulas não podes comer (tal como na escola).</p>                                                           |

**Todos em casa por um bem maior: a Saúde de todos nós.**

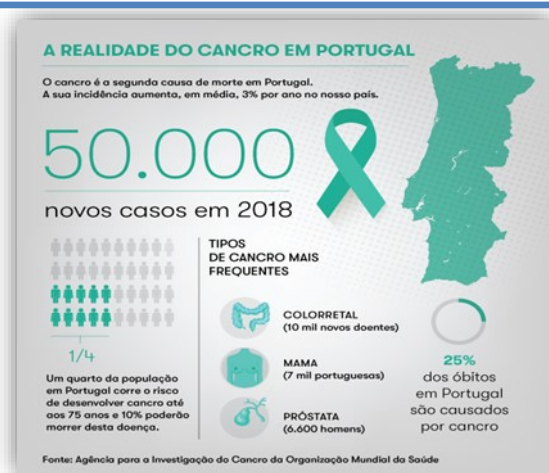
**Proteja-se a si e aos outros e cumpra as regras!!!**

# DIA INTERNACIONAL DE LUTA CONTRA O CANCRO

4 de fevereiro

De acordo com os dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) **1 em cada 5 homens e 1 em cada 6 mulheres** desenvolve cancro durante a vida.

Em 2018 foram **diagnosticados no mundo 18,1 milhões de novos casos**, 23,4% dos quais registados na Europa.



Neste ano, morreram 10 milhões de pessoas no planeta, vítimas desta patologia (comparativamente, o ano de 2020 termina com mais de 1,8 milhões de mortes por covid-19).

**Em Portugal**, é a segunda causa de morte e a sua incidência aumenta, **em média, cerca de 3% por ano**. O cancro do pulmão, da mama, do cólon e da próstata são os mais frequentes, representando no total 40,5% dos casos.

O número de casos de cancro em todo o mundo poderá aumentar 60% nos próximos 20 anos se se mantiver o ritmo de expansão da doença.

É importante a **prevenção**, que deve começar pela mudança de hábitos alimentares e do estilo de vida da população, assim como o **diagnóstico precoce**.



O Presidente do Núcleo Regional do Norte da Liga Portuguesa contra o Cancro, Vítor Veloso, prevê uma “subida exponencial da mortalidade” associada ao cancro, devido ao **adiamento de diagnósticos e de rastreios**, por causa do combate à Covid-19.

Por isso, este ano, a Sociedade Portuguesa de Oncologia (SPO) quer inverter a situação e, para isso, lançou a campanha **“O Cancro não Espera em Casa”**, que tem como objetivo incentivar a população a realizar os exames de rotina e os rastreios.

Rui Correia 6º C



# Dia de S. Valentim 14 de fevereiro



O **Dia de São Valentim** ou **Dia dos Namorados** celebra-se a **14 de fevereiro**.

É celebrado no dia da morte de um bispo chamado Valentim, no século III d.C., que foi morto a mando do imperador romano Cláudio II que tinha proibido casamentos, pois o mesmo alegava que os homens solteiros tinham melhor desempenho nas batalhas. Valentim, no entanto, desobedeceu às ordens imperiais e celebrava casamentos às escondidas. Foi preso, torturado, condenado à morte e executado no dia 14 de Fevereiro do ano de 269.

Antes de morrer, porém, Valentim conseguiu enviar e receber algumas cartas ainda na cela, o que originou a troca de cartões, os chamados "valentines".

Segunda a lenda, enquanto estava preso, Valentim ter-se-ia apaixonado pela filha do carcereiro, que era cega e que, por milagre, ficou curada.

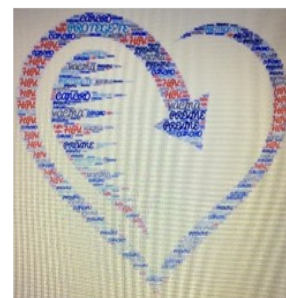
Diversos países do mundo comemoram o Dia dos namorados no Dia de São Valentim. Nesse dia, além da troca de presentes, os namorados costumam sair para jantar e preparar surpresas um ao outro.

Rafael Mendes 8º F

Para assinalar o Dia dos Namorados, a Equipa do Projeto Educar para a Saúde dinamizou um conjunto de atividades, desenvolvidas à distância, entre as quais se destacam a realização de:

- uma sessão sobre a temática da Violência no Namoro, com o **8º G**;
- um NetPaper “À procura do HPV”, em parceria com a Liga Portuguesa Contra o Cancro, aplicado ao **9º G**.

Aqui ficam alguns dos registos produzidos:



# Dia de S. Valentim

## 14 de fevereiro



Encontre as seguintes palavras sobre o Amor,  
nesta sopa de letras:

**Respeito**  
**Sentimento**  
**Saudades**  
**Invisível**  
**Carinho**

**Afeto**  
**Compreensão**  
**Paixão**  
**Aceitação**  
**Preocupação**  
**Fidelidade**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| F | D | I | N | V | I | S | I | V | E | L | A | N | A |
| I | C | P | A | V | E | C | A | R | I | N | H | O | I |
| D | R | A | R | M | A | R | O | I | O | D | U | N | A |
| E | J | A | F | E | L | I | C | I | D | A | D | E | O |
| L | M | A | R | A | O | A | M | R | A | E | I | U | M |
| I | I | R | L | A | A | C | E | I | T | A | C | A | O |
| D | P | A | T | R | I | C | U | O | E | E | V | A | O |
| A | F | E | T | O | E | R | A | P | C | A | S | O | S |
| D | O | M | A | E | R | R | A | M | A | T | O | P | P |
| E | S | A | U | D | A | D | E | S | C | C | S | O | A |
| I | P | R | E | S | P | E | I | T | O | I | A | H | I |
| E | R | A | O | L | E | C | N | O | L | O | I | O | X |
| T | C | O | M | P | R | E | E | N | S | A | O | S | A |
| S | E | N | T | I | M | E | N | T | O | A | O | R | O |

DAC - "De sonhar ninguém se cansa"

Português – Dia de S. Valentim

Sopa de Letras-7ºE





# Dia Mundial da Justiça Social

## 20 de fevereiro



Em **20 de fevereiro** é celebrado o **Dia Mundial da Justiça Social**.

Essa data foi instituída pela Organização das Nações Unidas – ONU, no dia 26 de Novembro de 2007, e tem como objetivo a reflexão sobre a necessidade de existir Justiça Social em todos os países do mundo.

As principais metas para a realização da Justiça Social são: a eliminação da pobreza, o acesso a emprego digno, a eliminação de todo o tipo de discriminações e também melhorar o bem-estar da população.

### **Democracia e Justiça Social**

A falta de Justiça Social afeta muitos países no mundo e, de forma mais grave, aqueles que enfrentam regimes de governo não democráticos. Nestes países, os esforços têm sido intensificados para melhorar as condições de vida da população.

### **Educação base para Justiça Social**

A ONU afirma que, para que as políticas sociais sejam seguidas de forma plena, um dos pilares fundamentais é o trabalho em conjunto da justiça social e educação, pois somente a partir do acesso à educação, é possível que o ser humano se desenvolva como cidadão, trazendo condições para o acesso a um emprego, eliminando todos os preconceitos e discriminações e promovendo oportunidades de vida para as pessoas.

### **Direitos Humanos e Justiça Social**

Outro fator fundamental para a realização da Justiça Social é a promoção dos direitos humanos, pois esses, quando respeitados, garantem que a população tenha uma vida digna e com acesso a direitos e liberdades que permitam a sua inclusão na sociedade.

Do ponto de vista da Ética e Justiça Social, o respeito dos direitos humanos deve ser uma das bases de qualquer sociedade.

### **Ações para a Justiça Social**

Um dos pontos fundamentais para que haja Justiça Social é a existência de uma economia forte, aliada à possibilidade de um emprego digno.

Assim, as metas da ONU para os próximos anos são difundir e incentivar políticas de inclusão social e proteção dos mais pobres e desafortunados, garantindo assim que os que têm menos acesso sejam incluídos no ciclo do desenvolvimento.

Este ano, as Nações Unidas pedem mais justiça na Economia Digital .

Rafael Mendes 8º F

**"A Paz engloba a Justiça Social"**

Francisco Sá Carneiro



## Dia do Urso Polar 27 de fevereiro

No dia 27 de fevereiro, comemora-se o Dia Internacional do Urso Polar.

Assinalar este dia tem como objetivo alertar para o perigo de extinção a que este animal está sujeito, desde 2001.

Os cientistas estimam que existem cerca de 25 mil ursos polares no Mundo.

### Sabias que...



O **urso-polar** ou **urso-branco** é uma espécie de mamífero carnívoro, cujo habitat é o Círculo Polar Ártico.

Possui características morfológicas adaptadas às baixas temperaturas para se mover sobre neve, gelo e água e para caçar focas. O urso-polar é um animal solitário, exceto na época reprodutiva e em certas épocas do ano quando os machos adultos são altamente sociáveis.

Entre as ameaças que atingem o urso polar estão a exploração de petróleo e gás natural, a contaminação por poluentes, a caça predatória e efeitos da mudança climática no seu habitat.

Matilde Silva 5º A

Apesar de ser um dos melhores caçadores entre os animais selvagens, assim como o maior animal carnívoro em terra, o urso polar é considerado como uma espécie animal vulnerável, já que enfrenta a ameaça da perda do seu habitat natural, fruto do aquecimento global e da descongelação

### Será o pelo do urso polar mesmo branco?

Não! Ao contrário do que muitos pensam, o pelo do urso polar é livre de pigmento e a aparência branca resulta do reflexo da luz. Sendo assim, o pelo do urso-polar “mistura-se” no ambiente em que ele vive.

Por baixo de todo aquele pelo, a pele deste animal é muito espessa e preta para absorver melhor o calor, isolando-se tão bem do frio.

Por isso não te esqueças, cada vez mais precisamos de nos preocupar com o meio ambiente e o aquecimento global.

Martim Sousa 5º D



Curiosidade: A palavra “pelo” perdeu o acento circunflexo desde o acordo ortográfico.



Charles Darwin nasceu no dia 12 de fevereiro de 1809, em Inglaterra.

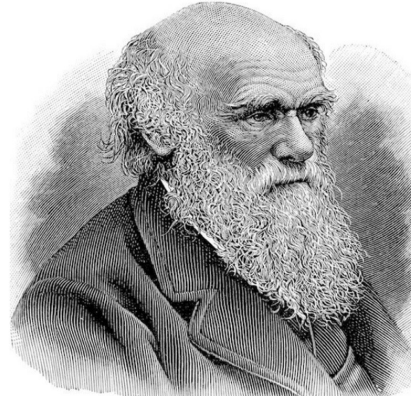
Em 1839, publicou o livro chamado “A Viagem do Beagle”, um relato sobre a sua expedição a bordo de um navio.

Darwin casou-se com a prima Emma, que era muito religiosa, e deixou para segundo plano a teoria da evolução, já que não a queria desapontar.

Em 1842, escreveu um ensaio esboçando a teoria da evolução.

Trabalhou noutros estudos como “A Variação de Animais e Plantas Domesticadas” e “A Descendência do Homem”, mas o tema principal do seu estudo foi sempre a evolução. Observou que as espécies evoluem lentamente e continuamente através dos tempos pela seleção natural, onde os mais aptos sobrevivem.

## Dia de Darwin 12 de fevereiro



Em 1859, Darwin publicou o livro “A Origem das Espécies”, em que explica como as espécies surgem, se modificam e são extintas, mudando o modo como a Biologia era vista. No entanto, a sua teoria não foi bem aceite, já que ia contra o pensamento religioso da época.

Darwin morreu em 1872, deixando uma obra extensa e foi sepultado na Abadia de Westminster, ao lado de Isaac Newton.

## Teoria da Evolução das Espécies

- Os indivíduos de uma mesma espécie não são todos idênticos, apresentam variações.
- Muitas diferenças anatómicas ou fisiológicas observadas entre os indivíduos de uma população são transmitidas de uma geração a outra.
- Os indivíduos que têm características que contribuem para sua sobrevivência viverão até à idade de reprodução.
- Eventualmente, um indivíduo sofre uma modificação aleatória no processo de formação do organismo.
- Quando se reproduzirem, esses indivíduos têm grande oportunidade de transmitir à sua descendência as variações que favorecem a sobrevivência.

Avanços científicos vieram comprovar a teoria de Darwin e até a Igreja Católica acabou por aceitar, décadas mais tarde, com as devidas ressalvas, que a evolução era compatível com a fé.

Rafael Mendes 8º F

- Se essa alteração accidental favorecer a sobrevivência do indivíduo, ele chega à idade de reprodução com grande hipótese de a transmitir.
- A repetição do mecanismo de herança e adaptação ao ambiente, no decorrer de várias gerações, leva a mudanças graduais num grupo de indivíduos da espécie, até que esse grupo fica tão diferente do original que surge uma nova espécie.

Lisandro Teles 5ºD



# Miúdos a Votos • 5.ª edição

Apesar de as escolas estarem fechadas, o projeto **Miúdos a Votos** mantém-se!

A **campanha eleitoral** da 5.ª edição do **Miúdos a Votos** está a decorrer entre **22 de fevereiro e 9 de abril**.

Podes participar nesta campanha, enviando trabalhos promocionais do teu livro preferido (dos que integram as listas, claro) para o email da biblioteca (avvl@bibliotecasescolares.pt).

Apresentam-se as listas dos **livros mais nomeados** que constituirão os boletins de voto:

## LIVROS NOMEADOS

### 2º CICLO

| Livro                                                    | Autor                                  |     |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----|
| Ali Babá e os Quarenta Ladrões                           | Adapt. de Luz Lefort e António Pescada | B1  |
| Avozinha Gângster                                        | David Walliams                         | B2  |
| Bicicleta à Chuva                                        | Margarida Fonseca Santos               | B3  |
| O Diário de um Banana – Livro 1: Um Romance com Cartoons | Jeff Kinney                            | B4  |
| O Diário de um Banana – Livro 2: O Rodrick é Terrível    | Jeff Kinney                            | B5  |
| O Diário de um Banana – Livro 4: Um Dia de Cão           | Jeff Kinney                            | B6  |
| O Diário de um Banana – Livro 14: DE-MO-LI-ÇÃO           | Jeff Kinney                            | B7  |
| Diário de uma Totó 1                                     | Rachel Renée Russell                   | B8  |
| O Diário Perdido de Gravity Falls                        | Alex Hirsch                            | B9  |
| A Fada Oriana                                            | Sophia de Mello Breyner Andresen       | B10 |
| O Fidalgo de Pernas Curtas                               | Isa Lusa                               | B11 |
| Harry Potter e o Cálice de Fogo                          | J.K. Rowling                           | B12 |
| Harry Potter e a Câmara dos Segredos                     | J.K. Rowling                           | B13 |
| Harry Potter e a Pedra Filosofal                         | J.K. Rowling                           | B14 |
| Harry Potter e o Prisioneiro de Azkaban                  | J.K. Rowling                           | B15 |
| A Menina do Mar                                          | Sophia de Mello Breyner Andresen       | B16 |
| O Príncipe Nabo                                          | Isa Lusa                               | B17 |
| O Principezinho                                          | Antoine Saint-Exupéry                  | B18 |
| Ulisses                                                  | Maria Alberta Meneses                  | B19 |
| A Viúva e o Papagaio                                     | Virginia Woolf                         | B20 |

## LIVROS NOMEADOS

### 3º CICLO

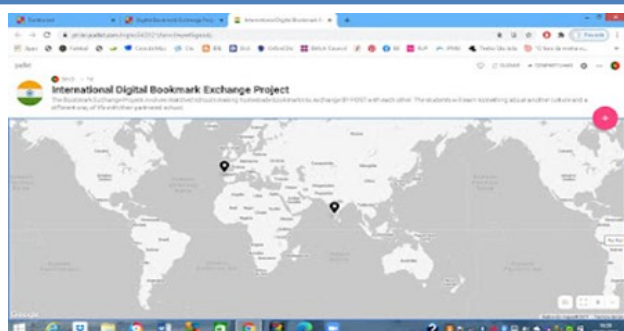
| Livro                                                  | Autor                            |     |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------|-----|
| After - Depois de o Conhecer                           | Anna Todd                        | C1  |
| Avozinha Gângster                                      | David Walliams                   | C2  |
| O Cavaleiro da Dinamarca                               | Sophia de Mello Breyner Andresen | C3  |
| Cherub - O Recruta                                     | Robert Muchamore                 | C4  |
| A Culpa é das Estrelas                                 | John Green                       | C5  |
| O Diário de Anne Frank                                 | Anne Frank                       | C6  |
| O Diário de um Banana 1 - Um Romance com Cartoons      | Jeff Kinney                      | C7  |
| A Fada Oriana                                          | Sophia de Mello Breyner Andresen | C8  |
| Harry Potter e o Cálice de Fogo                        | J. K. Rowling                    | C9  |
| Harry Potter e a Câmara dos Segredos                   | J. K. Rowling                    | C10 |
| Harry Potter e a Ordem da Fénix                        | J. K. Rowling                    | C11 |
| Harry Potter e a Pedra Filosofal                       | J. K. Rowling                    | C12 |
| Harry Potter e o Prisioneiro de Azkaban                | J. K. Rowling                    | C13 |
| História de uma Galvota e do Gato que a Ensinou a Voar | Luis Sepúlveda                   | C14 |
| A Lua de Joana                                         | Maria Teresa Maia González       | C15 |
| O Meu Pé de Laranja Lima                               | José Mauro de Vasconcelos        | C16 |
| O Principezinho                                        | Antoine Saint-Exupéry            | C17 |
| O Rapaz Milionário                                     | David Walliams                   | C18 |
| O Rapaz do Pijama às Riscas                            | John Boyne                       | C19 |
| Ulisses                                                | Maria Alberta Meneses            | C20 |



# Digital Bookmark Exchange Project

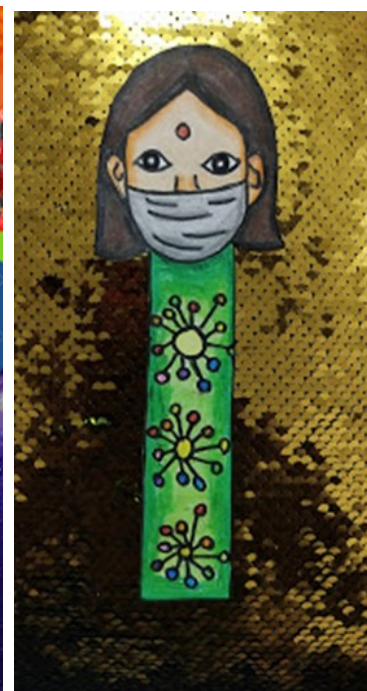
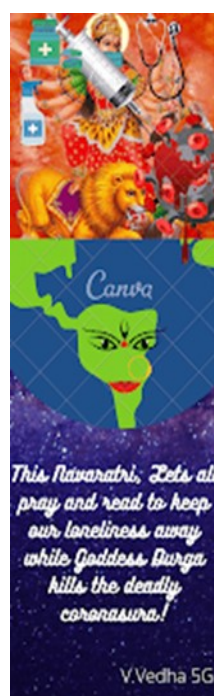
## DAC-5º D

O 5º D e os professores de Português, Inglês, TIC, EMRC e professoras bibliotecárias dinamizaram uma troca de marcadores de livros, em intercâmbio com a escola [PSBB Millennium School](#), Somayampalayam, Tamil Nadu, Índia, promovida pela IASL (International Association of School Librarianship).



Os nossos marcadores foram para lá enviados e recebemos, igualmente, os marcadores da escola indiana.

Ficam, aqui, alguns exemplos dos marcadores recebidos.





O destaque da Newsletter de fevereiro é atribuído ao aluno

**Rafael Mendes do 8º F**

pelos trabalhos “Dia de Darwin”, “Dia de S. Valentim” e “Dia Mundial da Justiça Social”.

Na Newsletter de **março**, gostaríamos de abordar alguns temas:

|    |                                               |
|----|-----------------------------------------------|
| 8  | Dia Internacional da Mulher                   |
| 14 | Dia do Pi                                     |
| 15 | Dia Mundial dos Direitos do Consumidor        |
| 16 | Dia da Liberdade de Informação                |
| 19 | Dia do Pai                                    |
| 21 | Dia Mundial da Árvore e Dia Mundial da Poesia |
| 22 | Dia Mundial da Água                           |
| 27 | Dia Mundial do Teatro                         |

Contamos com o vosso entusiasmo, sentido crítico e capacidade de investigação!

**Continuem ativos e interventivos. A vossa opinião conta!**



## Ficha técnica:

Equipa de coordenação, redação e edição gráfica: Paula Vieira, Isabel Timóteo e Lúcia Vasconcelos

Origem das imagens: Internet (sites públicos)