

NEWSLETTER



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS VALLIS LONGUS

Número 22—fevereiro 2022

EDITORIAL

Caros leitores,



Esta é uma edição especial porque é em fevereiro que se celebra o Dia dos Namorados, já enraizado na nossa língua como *Valentine's Day*.

Esta festividade desperta enorme interesse na comunidade escolar e os jovens usam a sua criatividade para trocar presentes e mensagens de amor. Este ano, a nossa escola chamou-lhe o “Dia dos Afetos” e promoveu várias iniciativas para celebrar o amor/amizade e a união entre as pessoas. Escreveram-se inúmeras mensagens em português, inglês e espanhol!

Destacamos, ainda, os excelentes trabalhos dos nossos jovens colaboradores relativos ao Dia Internacional da Criança com Cancro, Dia da Mão Vermelha, Dia da Internet Segura, entre outros.

Inspirados pela definição de sorriso de José Saramago, os alunos do 5.º ano escreveram textos deliciosos que são, sem dúvida, o manifesto da sensibilidade genuína da adolescência.

E, como sempre, aqui estamos para vos proporcionar momentos agradáveis de leitura!

As Coordenadoras,

Isabel Timóteo e Isabel Beleza

DESTAQUES:

Internet Segura

2, 3

Dia Internacional da Criança
com Cancro

16

Dia da Mão Vermelha

4

Dia Mundial da Rádio /
Bullying

17

Dia de S. Valentim

5, 6, 7,
8, 9, 10,
11, 12, 13

Carnaval

18

Hóquei de Valongo

14

Na Biblioteca acontece

19

Competições Nacionais de Ciências

15

Escritos

20, 21

Ficha Técnica

22

Internet Segura



Os professores da equipa interdisciplinar do Projeto Educar para a Saúde do Agrupamento de Escolas de Vallis Longus, em colaboração com a Escola Segura da PSP de Valongo, dinamizaram junto das turmas de quinto ano, no decorrer do mês de fevereiro, um conjunto de várias ações de sensibilização no âmbito da **Internet Segura- Comunicar em Segurança**, temática que faz parte integrante do currículo do projeto que tem como objetivo promover uma utilização segura e saudável da Internet.

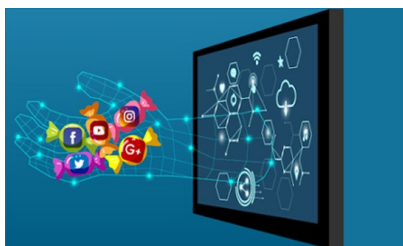
Os alunos puderam dialogar sobre o uso responsável da internet com os agentes da Escola Segura da PSP de Valongo, a quem o agrupamento, uma vez mais, agradece a presença e a generosa disponibilidade.



**Dia da
Internet
Segura
2022**



Internet Segura



Neste ano, o *Dia Internacional da Internet Segura*, também conhecido como *Safer Internet Day*, celebra-se a 8 de fevereiro e é um dia muito importante.

Esta *efeméride* comemora-se todos os anos em fevereiro, com o objetivo de promover uma utilização segura da *Internet* por todas as pessoas.

O *Dia da Internet Segura* tornou-se num evento marcante, sendo hoje comemorado em mais de 100 países e em todos os continentes.

A Internet faz parte do mundo digital, criando uma rede de conexões e o nosso mundo vive conectado em uma boa parte do tempo com pessoas, objetos, instituições e empresas.

A Internet é utilizada por todos nós e, por isso, cada um pode contribuir fazendo um uso cuidadoso e responsável.

Ana Martins 6.ºE

- Utilização de *password* fáceis de memorizar com vários caracteres
- Cuidados na navegação da *Internet* quando pesquisamos.
- Nunca clicar em link de email desconhecidos ou suspeitos.
- Só utilizar endereços nas compras online começadas por: [https](https://)
- Nunca enviar fotografias pessoais especialmente nas redes sociais.
- Proteger o seu dispositivo com um antivírus.

João Carlos 6.ºE

Regras para termos uma internet segura:

A *Internet* foi criada para ser algo bom e uma ajuda para todos nós. Infelizmente, muitos não a usam como algo benéfico e sim para semear o mal.

Muita gente não sabe defender-se deste inimigo silencioso. Aqui vão algumas dicas para um bom uso:

1-Não dês os teus dados a desconhecidos.

O primeiro passo para um *hacker* atacar é usar os teus dados para fazer aquilo que quer.

2-Desconfia!

Sempre que estiveres num *site* estranho, verifica-o.

3-Cria uma *password* forte e diferenciada.

Se a tua *password* for comum é muito mais fácil conhecê-la.

4-Usar antivírus para te protegeres online.

Os *hackers* usam, frequentemente, vírus informáticos e os antivírus protegem-te.

João Padilha 5.ºD



Dia da Mão Vermelha

O *Dia da Mão Vermelha* ou *Dia Internacional Contra o Uso de Crianças Soldados* celebra-se a 12 de fevereiro desde o ano de 2002.

Pretende-se com esta celebração chamar a atenção dos líderes políticos mundiais para não recrutarem menores de idade para a guerra.

Por iniciativa da Organização das Nações Unidas (ONU) instituiu-se este dia para promover a defesa dos direitos de crianças e adolescentes, tendo sido assinado o Protocolo Facultativo à Convenção sobre os Direitos da Criança por mais de 100 países. Apesar destes esforços internacionais, estima-se que entre 300 a 500 mil jovens são recrutados todos os anos para conflitos armados, dos quais um terço são raparigas.

Segundo a ONU, a lista de países com crianças-soldados inclui: Afeganistão, República Centro-Africana, Colômbia, República Democrática do Congo, Índia, Iraque, Israel, Líbano, Líbia, Mali, Myanmar, Nigéria, Paquistão, Somália, Palestina, Sudão, Síria, Tailândia e Iémen.

Estas crianças, após a libertação do serviço militar, precisam de apoio para voltar às suas comunidades, porém, é um processo bastante difícil e demorado.

É muito importante a celebração deste dia, porque é necessário apelar para a defesa da liberdade e da paz a que as crianças têm direito.



Daniel Pereira, 8.ºE



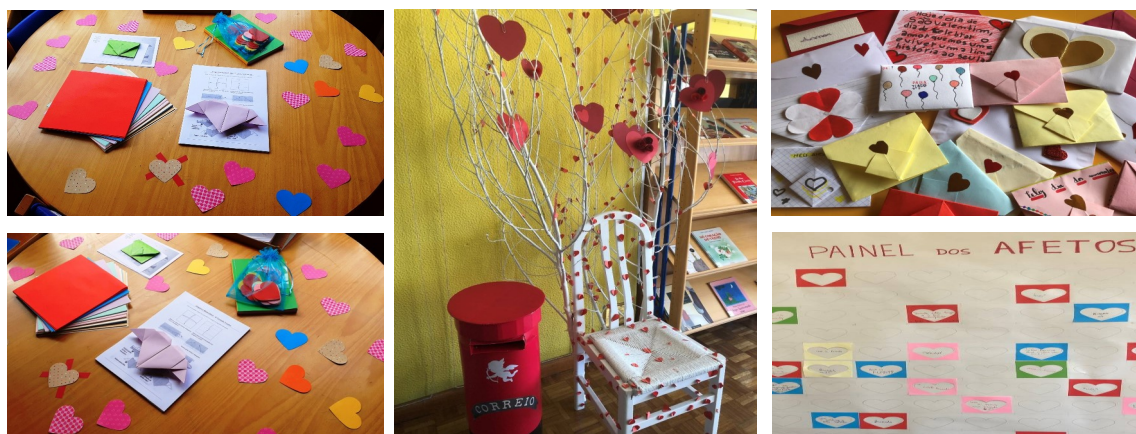
Dia de São Valentim

A equipa da saúde escolar do agrupamento com a colaboração da equipa da Biblioteca, professores de Educação Moral Religiosa e Católica, de Educação Musical, do Departamento de Línguas e Educação Especial, assinalaram de 8 a 14 de fevereiro, o **Dia dos namorados – Tempo de Afetos**.

Foi lançado o desafio aos alunos para se inspirarem e se aventurarem na escrita de mensagens, ou para troca de correspondência, ou para a construção de um painel, na Biblioteca da escola, preenchido com frases em Inglês, Espanhol e Francês. A Educação Especial trabalhou a história “O sapo apaixonado” de Max Velthuijs, disponibilizada pela Biblioteca Escolar.

A professora Daniela Reis da equipa da Saúde Escolar esteve na Biblioteca para ajudar os alunos a construírem os envelopes das suas mensagens em origami.

Também no âmbito das atividades culturais que a escola promove, no sentido de oferecer contextos diversos para a formação global dos alunos, os professores de Educação Moral Religiosa e Católica, a partir do livro de Antoine de Saint-Exupéry – “O príncipezinho” exploraram o diálogo entre a raposa e



o príncipezinho.

"Quem te cativa?" foi a questão que suscitou afetos e que levou os alunos a expressá-los num coração de papel.

Assim, entre nomes e mensagens construiu-se uma parede de exposição, a par do quadro que no exterior dava vida a esta ideia.

O trabalho foi inspirado na obra de Banksy – "Menina com Balão" e executado pela Mariana Alexandrino do 6.ºH. Durante o dia foi possível, ainda, escutar a *playlist* de Educação Musical que animou este espaço.

Dia de São Valentim

A obra original foi vendida em leilão e assim que a venda foi confirmada, ficou parcialmente autodestruída. Aliás, deveria ter sido totalmente cortada em pedaços, mas o sistema instalado na moldura falhou.

Banksy testemunhou no dia seguinte que - "A necessidade de destruir é também uma necessidade criativa". Ele desejava denunciar a "mercantilização" da arte.

Passados três anos, a obra foi rebatizada de "Love is in the Bin" ("Amor está no lixo") e voltou a leilão, sendo descrito como o "acontecimento" artístico mais espetacular do século XXI.



14 de fev

A Equipa do Educar para a Saúde agradece o envolvimento de todos os intervenientes que colaboraram na concretização desta atividade que pretendeu pôr os alunos a pensar e a falar sobre o que é o amor e a amizade.

Um agradecimento muito especial aos alunos das turmas do 8.ºC, 8.ºH e 9.ºD que ajudaram na separação e distribuição da correspondência.

Dia de São Valentim

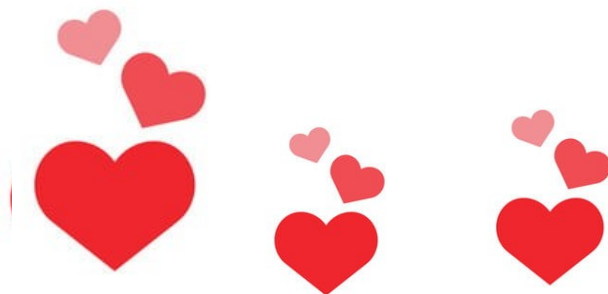
Comemoração do Dia dos Afetos

Na segunda-feira passada, dia 14 de fevereiro, celebrou-se o “Dia dos afetos” (Dia de São Valentim), na escola básica Vallis Longus.

A escola propôs um desafio aos alunos: escreverem cartas uns aos outros. Depois de escritas, as cartas teriam que ser entregues na biblioteca escolar.

Os alunos do 6.ºG, para celebrar esse dia, fizeram envelopes na semana anterior com a sua diretora de turma e também fizeram cartas com outros professores.

Ficámos muito felizes quando recebemos as cartas dos amigos no dia 14 de fevereiro.



Margarida Lebres, 6.ºG

Sobre este dia, a aluna **Micaela Santos do 6.º G** pesquisou na Internet e descobriu que:

*O **Dia dos Namorados**, em alguns países chamado **Dia de São Valentim** é uma data especial e comemorativa na qual se celebra a união amorosa entre casais e namorados; em alguns lugares, é o dia de demonstrar afeição entre amigos, sendo comum a troca de cartões e presentes com símbolo de coração, tais como as tradicionais caixas de bombons.*

Em Portugal e em Angola, assim como em muitos outros países, comemora-se no dia 14 de fevereiro. No Brasil, a data é comemorada no dia 12 de junho, véspera do dia de Santo António de Lisboa, conhecido pela fama de "Santo Casamenteiro". (Wikipédia)



Dia de São Valentim

Ter um amigo é maravilhoso

Ter um amigo
é maravilhoso.

Ser amigo de alguém
ainda é melhor;
é como recordar
e sentir o Sol a brilhar.

Um amigo é alguém
com quem se está bem.

Mas um amigo
é muito mais do que isso!
É alguém que pensa em ti
quando não estás aqui.

Nunca se está realmente só
quando se tem um amigo.

Amigo é uma palavra bonita
É quase
a melhor palavra.

Sophia de Mello Breyner Andresen



Dia de São Valentim

A paixão que sinto pelo meu amor



O dia dos namorados
É um momento que envolve muita paixão
Paixão essa
Que faz bater meu coração

Com seu olhar profundo
E seus cabelos sedosos
Os seus abraços fortes
E seus sorrisos amorosos

Ele é aquele que me faz sorrir
Dia e noite
A pensar nele
Sem conseguir dormir

Um dia no futuro
Me lembrarei do que escrevi
E naquela altura
Verei tudo o que vivi

Se este amor é para a vida toda
Sinceramente não sei
Porque ele também é aquela pessoa
Que só faz o que lhe convém

O amor que sinto
Aqui dentro do meu coração
E este coração me diz
“Isto, sim, é a verdadeira paixão”.

Apesar disso
Ele é meigo e carinhoso
Arrepio-me com seu toque em meu rosto
E nosso amor silencioso

Maria Ventura 6.ºC

Com os seus olhos espantosos
E seu olhar encantador
Os seus carinhos meigos
Que curam toda a minha dor

Se isto não é verdadeiro
Não sei o que será
O nosso amor irá rodar o mundo
E o mundo encantará



Dia de São Valentim

O amor

Para todos
O amor tem um sentido
É um objeto, um animal
Também pode ser um amigo

Se ainda não o encontraste
Irás encontrar
Dois, três anos
O tempo que demorar

Porque o amor é muita coisa
Toda a gente o deve ter
Um abraço, um beijo
É isso que o amor te irá dar a conhecer

Portanto, aproveitar o amor
É uma coisa muito importante
Vais desfrutá-lo ao máximo
Porque o amor é brilhante.

Maria Ventura, 6.ºC



Simpático

Valente
Amoroso
Leal
Eterno
Natural
Terno
Igual
Meigo

Matilde, 6.ºA

Amor é estar com a família.

Amizade é estar com os amigos.

Felicidade é fazer alguém feliz.

Paixão é estar com a pessoa de quem gostamos.

Sentimento é sentir algo por outra pessoa.

Maria Quelhas, 6.ºA.



Seremos como Sol e a Lua, não temos certeza se estaremos juntos para sempre, caso não, Saturno guardará nossas lembranças com ele até voltarmos.

Mesmo que o meu coração pare, eu não vou parar de te amar.

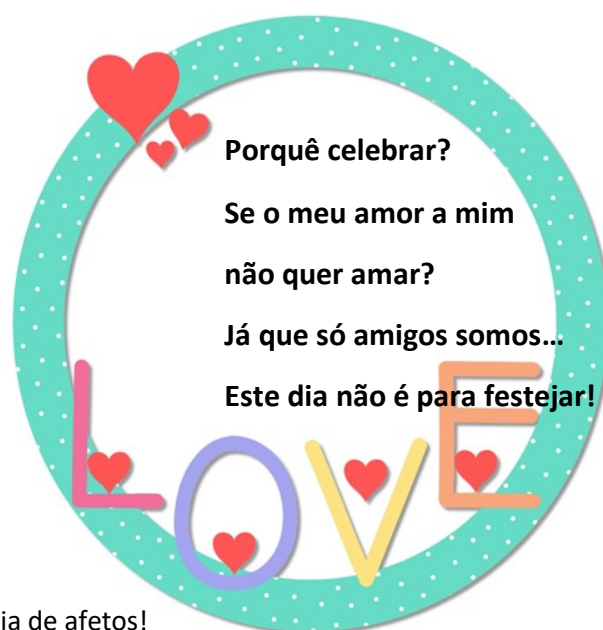
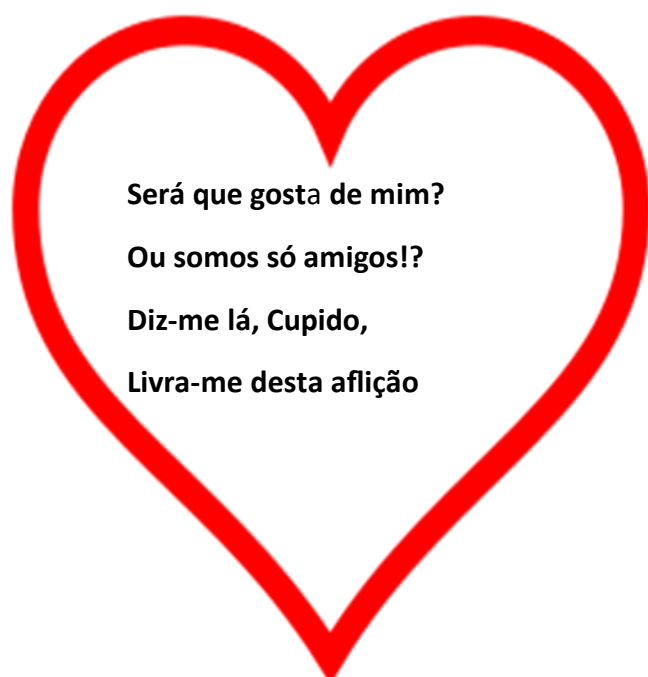
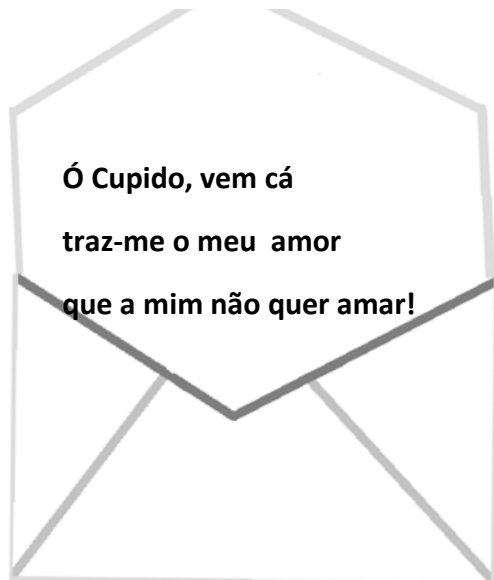
(inspirado num tweet)



Inês 6.ºD

Dia de São Valentim

Ó Cupido, meu amigo!



É dia de afetos!

É dia de amor!

Envia-lhe uma carta

E sela o vosso amor, que pode não ser grande.

Mas é puro!

É a

AMIZADE!

Ana Clara, 6.ºC

Para mim “A AMIZADE É”...

TER
AMIGOS

RESPEITO

BRINCAR

DIZER A
VERDADE

PEDIR
DESCULPA

AJUDAR

DAR

NÃO FAZER
BULLYING

DIALOGAR

AMOR

PERDOAR

Dia dos Afetos

O dia 14 de fevereiro foi lembrado e celebrado na escola da Ilha como “Dia dos Afetos”. Foi mais uma oportunidade para realçar sentimentos e valores de amizade e respeito entre pares. Nas salas foram feitos trabalhos de expressões, árvores dos afetos, poemas, canções... Em casa, os alunos, com a ajuda das famílias elaboraram trabalhos alusivos aos afetos com os quais se embelezou a entrada da escola. Esta atividade extravasou a escola, dado que possibilitou uma reflexão sobre as relações interpessoais e a importância de revelar e cuidar dos seus alunos.



O Hóquei de Valongo



O hóquei em Valongo é uma tradição de há muitos anos.

A Associação Desportiva de Valongo foi fundada em 1955 e é conhecida por ser uma “fábrica de craques” da modalidade, o que quer dizer que temos uma das maiores formações do país e da Europa!

A equipa joga no Pavilhão Municipal de Valongo, também conhecido como “O San Siro”, uma vez que o ambiente é sempre espetacular!

O momento mais marcante da história do clube aconteceu na época de 2013/2014, em que foi Campeão Nacional de hóquei em patins pela primeira vez.

Nesse mesmo ano de 2014, houve mais um título inédito para a equipa: a Supertaça António Livramento.

Este ano, Valongo está a disputar a Liga Europeia!

Para conseguirmos vencer é preciso: “Orgulho, Raça e Tradição”!



Competições Nacionais de Ciências



Na semana de 14 a 18 de fevereiro, os alunos dos 5.º e 6.º anos participaram, pela primeira vez, nas Competições Nacionais de Ciências (CNC) em Rede, nas modalidades maismat5 e maismat6, que se realizaram na Escola Básica Vallis Longus.

Participaram nestas competições vinte equipas: sete do quinto ano e treze do sexto ano.

Os nossos alunos tiveram um bom desempenho, tendo obtido o décimo segundo lugar a nível nacional e destacando-se a nível do concelho de Valongo.

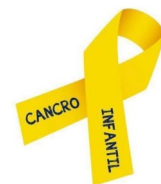
Professores de Matemática do 2.º Ciclo: Elisabete Ferreira; Isabel Barbosa e Lúcia Vasconcelos

Parabéns!





Dia Internacional das crianças com cancro



NÃO FICO INDIFERENTE !

O Dia Internacional da Criança com Cancro é celebrado a **15 de fevereiro**.

Esta data foi instituída para apoiar e tratar as crianças vítimas desta doença e para que elas possam ter acesso a medicamentos e tratamentos inovadores, bem como apoiar as suas famílias.

Sinais a ter em conta na deteção precoce do cancro infantil:

- manchas brancas nos olhos
- estrabismo súbito
- Cegueira
- febre inexplicável prolongada
- perda súbita de peso
- palidez
- fadiga
- sangramento fácil
- ossos doridos
- dores inexplicáveis nas articulações e costas
- fraturas fáceis
- mudança ou deterioração da caminhada, equilíbrio ou no discurso
- inchaço na região da cabeça

A taxa de cura ronda os 75%, mas o cancro continua a ser a principal causa de morte nas crianças após 1 ano de vida (3000 crianças por ano) na Europa. A maior taxa de incidência de cancro pediátrico regista-se na faixa entre os 2 e os 4 anos.

Bernardo Lopes 6.ºB

Webgrafia <https://www.calendarr.com/portugal/dia-da-mao-vermelha/>

Dia Mundial da Rádio

No dia 13 de fevereiro celebra-se O Dia Mundial da Rádio. Esta data foi escolhida, pois foi no dia 13 de fevereiro de 1946 que foi criada a Rádio das Nações Unidas. Mas a data só começou a ser comemorada em 2012, seguindo uma sugestão original proposta pelos nossos vizinhos espanhóis e agora faz parte dos dias internacionais criados pela ONU.

O seu objetivo é fazer com que os ouvintes deem mais importância à rádio e incentivar mais público a ouvi-la, já que é um meio de comunicação de baixo custo e ao alcance de todos!

É dos Dias Internacionais mais conhecidos. Rádios de todo o globo o celebram, emitindo uma emissão especialmente criada para esse dia.

João Padilha, 5.ºD



Bullying



O *bullying* é a forma que algumas pessoas arranjam para fazer mal a outras através de atos violentos. Há três tipos de bullying:

- o *bullying* verbal, que é quando as pessoas fazem pouco da nossa maneira de ser ou chamam-nos nomes;
- o *bullying* físico, que é quando o agressor nos agride com pontapés, murros...
- o *cyberbullying*, é quando as pessoas dizem coisas na Internet sobre nós, que não são verdade e nos humilham.

Se sofrerem de *bullying*, mostrem-se fortes e denunciem aos vossos pais ou aos vossos professores o que se está a passar convosco, para que vos possam ajudar.

Leonor Lourenço, 5.ºD



Carnaval

Este ano, o Domingo Gordo celebra-se a 27 de fevereiro e é o domingo que antecede a terça-feira de Carnaval.

O objetivo desta data é dizer adeus à carne.

Na sexta-feira a seguir, temos de nos privar de comer o que mais gostamos (carne ou peixe...) por ser sexta-feira da quaresma, um período em que os cristãos devem fazer um jejum ou sacrifício.

Assim, o domingo e a terça-feira de Carnaval, que antecedem a quarta-feira de cinzas, são os dias considerados gordos.

No domingo gordo, costuma-se comer de tudo, entre os pratos típicos temos: cozido à portuguesa, feijoada e papas de sarrabulho. Os enchidos também fazem parte da gastronomia típica deste dia, para acompanhar o vinho.

Curiosidades !!!

Leonor Lourenço, 5.ºD



No dia 28 de fevereiro comemorou-se o Carnaval na Escola da Ilha.

Nos dias anteriores, começou a ser preparado. Em casa, os alunos, com as suas famílias, elaboraram máscaras de Carnaval criativas, que depois foram expostas na entrada da escola, dando cor e alegria à mesma. Nas salas de aula também foram elaboradas máscaras, escreveram-se poemas e textos alusivos a este dia festivo que foi preparado com entusiasmo.

É sempre um momento muito esperado pelas crianças e que potencia o desenvolvimento pedagógico de saberes e conhecimentos subjacentes a esta temática e constitui uma oportunidade de, dando asas à criatividade e imaginação, aumentar a interação Escola/Comunidade em que o espaço formativo escolar se funde com a cultura e a tradição comunitárias.

Felizmente, foi possível realizar, novamente, um desfile. Este foi feito nas imediações da escola, mantendo a distância de segurança pedida, e proporcionou às crianças, pessoal docente, não docente e famílias, um momento de grande alegria.



Na Biblioteca acontece...

No dia 22 de fevereiro, teve lugar a fase Municipal do Concurso Nacional de Leitura (prova escrita). Este ano a prova realizou-se num formulário digital e teve lugar na Biblioteca Escolar Vallis Longus.

Passaram à Prova Oral os seguintes alunos:



Apurados do 1.º Ciclo

Leonor Sofia Sousa Bogalho	AE Vallis Longus/ EB Estação
Leonor Afonso Silva Sales	AE Vallis Longus/ EB Nova Valongo
Alice Miguel Moreira de Oliveira	AE Vallis Longus/ EB Valado

Apurados do 2.º Ciclo

Leonor do Vale Leitão	AE Vallis Longus/ EB Vallis Longus
Beatriz Rodrigues Ribeiro	AE Vallis Longus/ EB Vallis Longus
João Rafael Silva Padilha	AE Vallis Longus/ EB Vallis Longus

Apurados do 3.º Ciclo

Leonel Alves	AE Vallis Longus /EB Vallis Longus
---------------------	---

Parabéns a todos os alunos que, dignamente, representam a nossa escola!

Parabéns!



A Patinha Benedita

Nos tempos dos dinossauros, tudo tinha o dobro do tamanho.

Existia uma patinha chamada Benedita, que vivia numa casinha perto da Cidade do Sol e que tinha de encontrar a Flor da Vida.

Um dia, a patinha Benedita decidiu arrancar em missão pelo País dos Morangos, onde a poderia encontrar. Mas a sua missão não foi fácil, pois no seu percurso teve que enfrentar uma coruja assustadora de olhos de fogo e que era enorme naquele tempo.

Como a missão era muito complicada, ela necessitava de ajuda. Ao longo do caminho, encontrou vários animais que se recusaram a auxiliá-la. Entretanto, uma serpente sábia encontrou-a insegura e muito triste. Esta lembrou-se que tinha um amigo que sabia todos os caminhos daquele país. Era um cavalo! Chamou-o e contou-lhe o desespero da patinha. Este concordou em ajudá-la a encontrar a flor da vida.

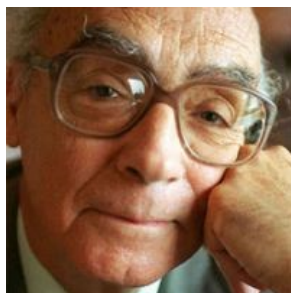
Percorreram várias florestas do País dos Morangos, passaram rios e enormes morangueiros e, finalmente, num cantinho junto ao pequeno lago das serpentes amigas, viram a pequena Flor da Vida, branquinha e muito delicada.

A minha história está contada e a tua inventada!

Ana Sofia Martins Francisco Rocha Gabriel Monteiro Maria Silva 6.º E



Sorriso



Escritos



"Sorriso, diz-me aqui o dicionário, é o acto de sorrir. E sorrir (verbo intransitivo) é rir sem fazer ruído e executando contracção muscular da boca e dos olhos. Como se vê, está tudo errado. Começa logo por chamar intransitivo ao verbo, o que, tal como aprendemos na escola, exprime uma acção que, praticada pelo sujeito, se aplica a ele próprio e não passa para outro objecto ou outrem, e é, portanto, intransmissível. Recuso-me a aceitar que o sorriso seja um acto intransmissível. E quanto a dar por suficiente a contracção muscular, temos conversado."

José Saramago, in 'Deste Mundo e do Outro'

Sorrir, para mim, é uma coisa muito importante e especial, porque mostra que uma pessoa está feliz ou é bem-disposta. Quando tu vês outra pessoa a sorrir para ti, já faz o teu dia correr melhor e logo lhe sorris também. Para sorrir, não é preciso falar alemão, inglês ou francês para perceber que uma pessoa está alegre!

Margarida Lebres, 6.ºG

O sorriso é muito importante, pois sem ele a vida não tem graça.

Quando recebemos um sorriso, ficamos mais felizes e o nosso dia, conseqüentemente, melhora!

Há várias maneiras de sorrir, não só através dos lábios, mas também através dos olhos, das palavras e dos gestos. Atualmente, com as máscaras, praticamente sorrimos apenas com os olhos, mas, mesmo assim, conseguimos perceber quando alguém sorri para nós.

Devemos tentar sorrir, mesmo nos momentos mais difíceis da nossa vida, pois assim, com o poder do sorriso, seremos felizes e faremos felizes todos aqueles que nos rodeiam!

Maria Abrantes, 6.º H

... Agora nesta pandemia não conseguimos ver o sorriso dos outros, mas não se sorri só com a boca, nós também sorrimos com os olhos e como muitos dizem, "os olhos são o espelho da alma!"

Mariana Alexandrino, 6.ºH

O sorriso alimenta a nossa alma.

Martim, 6.ºH



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

1 mar	Dia de Carnaval
2 mar	Quarta—feira de cinzas
3 mar	Dia Internacional da Vida Selvagem
4 mar	Dia Mundial da Oração
8 mar	Dia Internacional da Mulher
11 mar	Dia Europeu das Vítimas do Terrorismo
14 mar	Dia do PI
15 mar	Dia Mundial do Sono

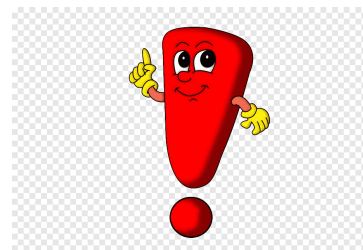


Contamos com o vosso entusiasmo, sentido crítico e capacidade de investigação!

Escrevam um texto sobre um dos temas definidos, ou sobre uma atividade que tenham realizado ou em que tenham participado, em letra *calibri*, tamanho 12, com um máximo de 130 palavras, apresentem-no ao vosso professor e enviem-no para:

clubedejornalismo@aevallislongus.pt

Continuem ativos e interventivos. A vossa opinião conta!



Ficha técnica:

Equipa de coordenação, redação e edição gráfica: Isabel Timóteo e Isabel Beleza

Origem das imagens: Internet (sites públicos)