



**BOLETIM INFORMATIVO - ESCOLA PORTUGUESA DE SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE-CELP**

**Ano III | 11ª Edição | Janeiro / Julho | Ano Letivo 2019-2020**

#### **FICHA TÉCNICA:**

##### Proprietário:

- Escola Portuguesa de São Tomé e Príncipe - CELP

##### Equipa Responsável:

- Professores: Rosa Maria Alves (Coordenadora); Alexandra Santos; Flora Moura; Suzete Pereira; Dina Mendes, Simão David

##### Revisão:

- Rosa Maria Alves; Alexandra Santos; Flora Moura

##### Colaboradores:

- Alunos e professores que assinam os artigos das edições

##### Impressão:

- EPSTP - CELP

#### **Direção escolar**

##### Presidente:

Manuela Costeira

##### Vice-presidentes :

Margarida Branco, Sara Infante

## **EDITORIAL**

No dia 20 de Março, o governo santomense encerrou as escolas do país, em defesa do princípio de respeito à conservação da saúde e da higiene humana, devido à pandemia da Covid-19.

Esta situação afastou o sistema educativo tradicional dando lugar a um novo modelo de ensino, o E@D, e a uma reestruturação do horário e calendário escolar.

Desde 20 de abril até 26 de junho, a lecionação ficou centrada na aplicação e consolidação de conhecimentos já adquiridos e na aprendizagem de um e ou outro conteúdo temático teórico.

O Pano Anual de Atividades viu-se inconcluso pelas atividades ali registadas mas impossibilitadas de executar. Felizmente, o grosso dos registos ali efetuados já havia sido concretizado. Desde visitas de solidariedade a workshops, desde o envolvimento nas pesquisas e conversações sobre temas de ciência, tecnologia e ambiente a reconhecimento de atividades marítimas de proteção territorial, desde programas de cidadania à envolvimento em atividades na biblioteca escolar, a escola orgulhou-se da criatividade, do empenho e da avaliação final de um trabalho de equipa coesa.

Nesta publicação, numa data invulgar, fica o registo de diversas vivências que um dia serão lembradas com mais valor afetivo do que o que agora sentimos.



## “Guardiões do Obô”

Sabias que a nossa floresta esconde algumas das aves mais bonitas do Mundo?... O parque Obô, o nosso maior tesouro, é a casa das aves e de todos os animais do nosso país. Alguns dos animais que habitam a floresta só existem no Obô e em mais nenhum outro lugar no Mundo... São espécies únicas e raras... mas, infelizmente, algumas delas correm sério risco de desaparecer para sempre ... Por isso, em cada um de nós nasceu um guardião do Obô... A partir deste dia adotamos um animal da nossa floresta com a missão de o proteger... A nossa imaginação e criatividade voltaram a ganhar asas ... e desta vez, com a ajuda dos nossos professores, ilustramos um livrinho, no qual apresentamos os animais do Obô e escrevemos a várias mãos a sua história... Elaboramos um logótipo dos guardiões e frases de sensibilização em inglês e contamos, ainda, com a preciosa ajuda dos nossos pais para a pesquisa de algumas curiosidades... Pretendemos dar a conhecer aos nossos colegas da escola, pais, professores e funcionários os perigos e as ameaças que os animais enfrentam na floresta e alertar para a sua preservação. Ao informar e sensibilizar os outros estamos a ajudar a dar um final feliz a esta história!...

Queres saber um pouco mais dos animais que vivem na nossa floresta?!... Consulta as curiosidades no nosso livrinho e torna-te também tu num verdadeiro guardião do Obô.

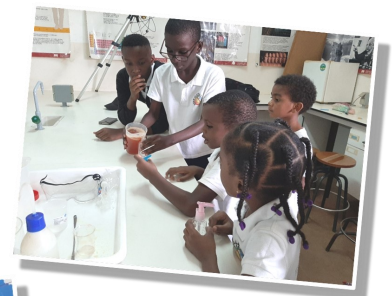
Os Guardiões do Obô (2º ano)



## CIÊNCIA FORA DA CAIXA: Workshop “Eco sabão”

No âmbito do tema “CIÊNCIA FORA DA CAIXA” do Clube Ciência Viva EPSTP-CELP e inserido no tema de Projeto de Autonomia e Flexibilidade Curricular “Baías de São Tomé”, os alunos do 8ºano de escolaridade dinamizaram o *workshop* “Eco sabão” dirigido aos alunos do 2º ano de escolaridade. Enquadrado nos temas “Reações Químicas” e “Sustentabilidade na Terra” das disciplinas de Físico-Química e Ciências Naturais, respetivamente, os alunos, desta vez no papel de monitores, deram a conhecer aos mais pequenos porque devemos reciclar o óleo alimentar usado mobilizando aprendizagens das duas áreas disciplinares. Assim, os alunos do 2º ano visitaram o laboratório e, na pele de pequenos cientistas ecologistas, descobriram uma forma divertida e inteligente de reciclar o óleo alimentar, produzindo um eco sabão no âmbito da Oferta Complementar Ambiente e Sustentabilidade e tema de Projeto de Autonomia e Flexibilidade Curricular “Guardiões do Obô”. A partir de apenas 100 mL de óleo alimentar usado, conseguiram obter um sabão líquido 100% biodegradável e salvar 200.000 L de água. Porém, uma última surpresa estava reservada para os mais pequenos. Nada melhor como finalizar a atividade produzindo bolinhas de sabão com o sabão líquido obtido no laboratório da escola.

Professores, CCV







## RESÍDUOS...

**...é só escorrer, a seguir espalmar, depois separar ... e no ecoponto colocar!**

A floresta do lobo mau está a ficar cheia de resíduos e ele nem parece mais o mesmo...

Sabem por quê? O lobo deixou o cargo de lobo mau... e agora anda a ensinar às pessoas que as embalagens também se reciclam e que as devemos colocar no ecoponto!... Parece inacreditável, não é? Pois é! Se não reciclarmos, as lixeiras inundam o nosso ambiente e também a floresta...

No desenrolar desta história ficamos a saber como separar os resíduos... os que devemos colocar no Ecoponto azul ou papelão, no Ecoponto amarelo ou embalão, no ecoponto verde ou vidrão e ainda no Ecoponto vermelho ou pilhão...

Faz como o lobo mau e muda o rumo da tua história.... Amanhã pode ser tarde demais! Só depende de ti... É só escorrer, a seguir espalmar, depois separar... e no ecoponto colocar! É simples, não é?

Por último, queremos deixar um agradecimento especial à Engenheira do Ambiente Marisa Lima, da RESINORTE, que possibilitou a realização desta sessão e gentilmente nos disponibilizou os Ecobags que se encontram na nossa sala de aula.

Os Guardiões do Obô (2º ano)







## DIA DOS AFETOS - Visita ao Lar Dona Simôa Godinho

Todos o viveram, mas o 1.º ciclo comemorou o dia dos afetos. O tema foi debatido com os alunos das várias turmas e construídos postais para oferecer aos amigos/colegas. Elaboraram-se também, outros postais ilustrados pelos alunos com frases alusivas ao amor e à amizade. Posteriormente, os alunos leram as suas frases e ofereceram os postais aos idosos do Lar Dona Simôa Godinho.

Ainda sobre este dia... foi realizada uma recolha de bens alimentares entre os alunos do 1.º ciclo para doar ao Lar. Os alunos da turma do 2.º A, foram visitar o Lar e os Idosos. Foi um bonito momento de convívio e partilha. Os alunos cantaram e ouviram cantares. No fim, foram trocados afetos e criados laços de carinho entre os mais novos e os queridos idosos. Este foi um bom momento de interação, respeito e aprendizagem para estes alunos do 2.º ano.

Adorámos a visita!

Deixamos um beijinho a todos, em especial aos anciãos do Lar Dona Simôa Godinho.

Suzete Pereira,  
Coordenadora do 1º ciclo



## Workshop: “Faz o teu dentífrico natural ...”

Sabias que podes produzir a tua própria pasta de dentes?! Este foi o desafio proposto aos alunos do 5ºano de escolaridade no Clube Ciência Viva da nossa escola. A partir de plantas, óleos essenciais e argilas... os pequenos cientistas descobriram uma forma científica e divertida de produzir uma pasta de dentes natural com propriedades medicinais. Exploraram conceitos científicos relacionados com a higiene oral e testaram os conhecimentos adquiridos num quizz interativo. Por fim, nada melhor como acabar o dia, já em casa, a experimentar a pasta de dentes produzida no laboratório da escola.

Professores, CCV





## Workshop: “Das cascas de banana ao bioplástico...”

Será possível obter um bioplástico a partir de cascas de banana?! Este foi mais um dos desafios propostos aos alunos no Clube de Ciência Viva da nossa escola.

O plástico fabricado a partir do petróleo é um dos materiais mais utilizados no mundo. É leve e foi feito para durar. Mas, se o plástico parecia ser um super material, escondia, afinal, grandes consequências para o planeta em geral ... oceanos e vida marinha em particular. O consumo excessivo leva à acumulação de plásticos criando um problema mundial. Também, em muitas cidades, grande parte da poluição é provocada pela queima de plásticos feitos à base de petróleo. Infelizmente, também São Tomé não escapa a esta realidade ...

Assim, no Clube de Ciência Viva da nossa escola, os alunos voltaram a vestir a pele de cientistas ecologistas e desta vez descobriram uma forma divertida de produzir um plástico natural a partir de cascas de banana.

É barato, fácil de reciclar, podes fazer na tua cozinha... E as cascas de banana lá de casa vão ganhar vida no teu bioplástico! ...

Professores, CCV





## CLUBE DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE

### CIENTISTAS DE PALMO E MEIO

No âmbito do Projeto Cientistas de Palmo e Meio, inserido no Clube da Ciência, Tecnologia e Ambiente, no 4º ano de escolaridade em articulação com a professora Ana Rodrigues, foi realizada uma atividade relacionada com a temática dos sismos que é um conteúdo deste ano de escolaridade e, posteriormente, retomado no 7º. Foram mostrados vídeos, de modo a que os alunos compreendessem como ocorre um sismo, compreendido que o nível de destruição no terreno não ocorre de igual modo em todos os locais e foram transmitidas as regras de segurança antissísmicas (prevenção e comportamentos a ter durante e depois de um sismo).

Relativamente à prevenção, abordou-se a importância de um plano de evacuação, em que consiste e qual a sua importância, nomeadamente em estabelecimentos onde há muita acumulação de pessoas como escolas, hospitais, estádios de futebol, centros comerciais, ... Temos de estar preparados para saber como reagir numa situação de emergência e saber que medidas tomar.



São Tomé e Príncipe é um país em que se pode verificar vários tipos de situações de emergência, por exemplo, catástrofes naturais ou antrópicas. Não havendo lembrança da ocorrência de fenómenos desta natureza, não significa que estes não possam ocorrer!

**A segurança da Escola Portuguesa de São Tomé e Príncipe é da responsabilidade de todos.**

Os simulacros refletem um cenário real de emergência de diferentes situações, nomeadamente, incêndios, acidentes, sismos, inundações, entre outros. Acima de tudo, estes exercícios de evacuação preparam a comunidade para que numa situação de risco consiga lidar o melhor possível com sentimentos de pânico, evitando que os danos provocados no estabelecimento sejam agravados com danos ou perdas humanas.

É importante que a comunidade escolar tenha uma cultura de segurança, sabendo quais os comportamentos que deve adotar numa situação de risco.

Para o efeito, foi elaborado um guião de procedimentos no qual constam considerações gerais sobre um exercício de evacuação, tais como, os objetivos de um simulacro, qual o sinal do início do exercício, o local de concentração e controlo, as funções dos responsáveis de cada grupo/turma regras a cumprir. Respeitando estes princípios, a transmissão destas informações e procedimentos foi efetuada com uma semana de antecedência, nas turmas do 2º, 3º e 4º ano, do 1º ciclo.

Os alunos estiveram atentos durante a transmissão dos procedimentos a seguir, quais as funções dos responsáveis pelo grupo e mostraram bastante interesse pela realização da atividade.

No final do exercício de evacuação foi feita a devida avaliação da capacidade de resposta, em situação de emergência, e analisados os aspetos que se revelaram menos positivos.

Marisa Oliveira, professora de Ciências Naturais

Ana Rodrigues, professora 4º A



## CLUBE DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE

### CAÇA A ASTEROIDES

Nos meses de novembro e dezembro um grupo de alunos da Escola Portuguesa de São Tomé e Príncipe – CELP, envolveu-se ativamente na Campanha de “Caça a Asteroides”. Esta atividade do “All Asteroid Search Campaign organizada pela International Astronomical Search Collaboration (IASC) e representada em Portugal pelo Núcleo Interativo de Astronomia (NUCLIO) está integrada no programa “Near – Earth Object” (NEO) do Jet Propulsion Laboratory da NASA.

Este projeto pretende promover a investigação científica em Astronomia, nas escolas, através da análise de imagens do céu noturno.

Após 6 semanas de observação de imagens espaciais, os alunos, conseguiram identificar alguns objetos móveis não-identificados. As monitoras, Ayla Santana, do 9º ano, Marta Sobgui e Nayara Pontífice, do 11º ano, foram incansáveis e sempre atentas para que nenhum “candidato a asteroide” escapasse.

Ficamos a aguardar o resultado da questão que se colocava nos diversos encontros ocorridos: “Será que este é um asteroide ainda não identificado?” A Universidade de Harvard, que junto da Nasa analisará a trajetória dos objetos assinalados, por todos os participantes na campanha, como possíveis asteroides, irá confirmar se algum dos objetos identificados corresponde aos requisitos. Se a resposta for positiva, ao grupo que fez a descoberta será dada a honra de o batizar. Ficamos a aguardar se a sorte esteve do nosso lado, se não haverá outras campanhas em que podemos entusiasticamente participar, não só para tentar a sorte, mas com a consciência que estamos a fazer ciência e a contribuir para conhecer um pouco mais deste universo tão vasto e tão misterioso.

Bruno Dias,  
professor de Física e Química





## UMA AULA A BOMBORDO

O mês de janeiro para nós, alunos do décimo ano, iniciou com uma “viagem a bordo” no navio NRP Zaire.

Quando chegamos ao cais, estávamos todos maravilhados e empolgados, devido à beleza do mar e, também, porque esta “viagem” seria uma aventura fantástica. Embora houvesse um clima de tensão e de medo, porque teríamos de usar um meio de transporte pequeno, aparentemente frágil, um bote, tanto para ida para ao navio, como de regresso ao cais, estávamos todos eufóricos e contentes com o que vimos e aprendemos. Durante a nossa estadia no navio, havia muito, muito medo causado pelo balanço da corrente do mar. Uma vez a bordo, aprendemos muitas curiosidades interessantes sobre a vida no e do navio, tanto a nível de história como de funções. Ficámos a saber que o objetivo da missão é promover a defesa e segurança marítimas no Golfo da Guiné, missão esta inovadora e determinante para a formação da guarda costeira de São Tomé de forma a que o país consiga capacidades para controlar e administrar as suas águas e para o desenvolvimento mais profícuo da cooperação entre Portugal e São Tomé na área da defesa. Assim sendo, o navio tem a importante função de evitar atividades ilícitas no mar, como a pirataria, o roubo à mão armada, os tráficos de droga, de armas e de pessoas por via marítima, bem como evitar descargas poluentes de outros navios. Com o aumento da segurança no Golfo da Guiné estima-se que as receitas de São Tomé em matéria de pescas possam aumentar significativamente, pois também fazem ações de fiscalização conjunta em apoio à Guarda Costeira de modo a assegurar a soberania do Estado de São Tomé no mar, nomeadamente combatendo ações de pesca ilegal e proteção de ecossistemas marinhos.

Nesta visita, vimos a maneira como diversas disciplinas se interrelacionam e a importância da sustentabilidade marítima relacionada com desenvolvimento sustentável.

Por fim, o maior tesouro que encontrámos nesta visita foi a moral da tripulação. O conselho de que tudo o que aprendemos no presente será necessário para o nosso futuro (mesmo quando achamos que é desnecessário). O ato de saber aproveitar as ocasiões, fazer reflexivas opções, ser responsável e enxergar o momento presente como uma oportunidade, ajudar-nos-á a construir um futuro lindo.

Kelen Barreto, aluna 10º CT,  
Conceição Nogueira, coord. do PAFC, 10º ano



## PROGRAMA DE RÁDIO “ESCOLA PORTUGUESA EM AÇÃO”

### BAÍAS DE S. TOMÉ: ...à conversa com o pintor e escultor Edilson Chung



No dia 15 de fevereiro o programa de rádio “Escola Portuguesa em ação” esteve novamente no ar e desta vez com os alunos da turma A do 9º ano de escolaridade. A representar a turma e na pele de repórteres ativistas os alunos Alonzo Neto, Ana Castro, Edyane Cravid, Larice Medeiros, Simão Silva, Taíssa Pereira e William Caballero deram a conhecer aos ouvintes o tema do seu Projeto de Autonomia e Flexibilidade Curricular, as Baías de São Tomé, e alertaram para a necessidade da sua preservação. Informaram que deixaram os bancos da sala de aula, para se deslocarem à baía Ana Chaves levando na mochila o desafio de recolher resíduos e à baía Lagarto, onde assistiram a uma palestra sobre “Lixo Marinho e o seu impacto nos oceanos” dinamizada pela bióloga marinha Carla Lourenço. Os resíduos recolhidos terão desta forma um outro fim e ganharão vida na escultura de arte que estão a construir no Atelier de Artes da escola. Com a escultura, os alunos pretendem sensibilizar a comunidade para a problemática dos resíduos que se acumulam nas baías da cidade. Transmitiram a ideia que os objetivos globais podem parecer enormes... mas se nos focarmos em resolver os problemas do local onde vivemos podemos fazer uma grande diferença! Há três formas de ajudar. Podemos criar... inovar ... e alertar!

Por esta razão o programa contou com a presença de um convidado especial, o pintor e escultor Edilson Chung. Os alunos, agora na pele de entrevistadores, estiveram à conversa com o escultor ... Como surgiu a ideia de fazer esculturas de arte a partir do vidro? Teve influência de algum artista? De onde provém o vidro que usa nas esculturas? E em que se inspira para criar as suas esculturas?... foram algumas das questões colocadas. Na Rubrica EcoEspaço os repórteres Taíssa Pereira e William Caballero fizeram a reportagem do workshop “Faz o teu sabão líquido ecológico”, realizado no Clube Ciência Viva da escola, e deram a conhecer aos ouvintes uma forma divertida e inteligente de reciclar o óleo alimentar usado. Na rubrica “Escrever bem para falar melhor” a aluna Larice Medeiros abordou a utilização correta de algumas expressões e palavras usadas em português como, por exemplo, “Bem-vindo/bem-vindo” ou “com quanto/conquanto” e a sua aplicação adequada através de exemplos práticos.

Por fim, os alunos deixaram um agradecimento especial ao escultor Edilson Chung pela sua disponibilidade e simpatia e finalizaram o programa transmitindo a ideia que cada um de nós também pode ser inovador ... criativo... e pensar como podemos melhorar a forma como vivemos. Às vezes o mundo mais saudável está apenas à distância de uma grande ideia. Só é preciso de estar atento, ser criativo e colaborar!



## RUBRICA "ECOESPAÇO"

No programa "Escola Portuguesa em Ação" da rádio jubilar, a rubrica EcoEspaço, estimula nos alunos o interesse pelas Ciências, Tecnologia e Ambiente; ocupa o tempo livre dos alunos através da concretização de atividades apelativas, com carácter formativo; estimula o prazer de aprender e de comunicar, elevando a autoestima e os alunos adquirirem algumas competências e práticas de seleção, interpretação, organização e apresentação de informação.

No 2º período letivo, deu-se continuidade à exposição e desenvolvimento de questões relacionadas com o ambiente. Os alunos abordaram diversas problemáticas ambientais atuais e apresentaram atividades interessantes que realizaram sobre a mesma temática, através de pesquisas e a colaboração dos docentes. Os temas escolhidos em cada programa visam alertar, para a preservação e sustentabilidade do nosso planeta, em particular, a sociedade de São Tomé e Príncipe. Assim, foram abordados os seguintes temas na rubrica EcoEspaço:

- Importância dos oceanos no Planeta;
- Problemática do lixo no planeta e a realidade em São Tomé;
- Reciclagem de resíduos – uma alternativa sustentável;
- Uma floresta no quintal;
- Reportagem do Workshop "Faz o teu sabão líquido ecológico" -à conversa sobre reciclagem de óleo alimentar usado-;
- O "garimpo" das areias em STP e uma reflexão no desenvolvimento sustentável;
- Aquecimento global - *fact cheking*;
- Reportagem do Workshop "Das cascas de banana ao bioplástico...";
- Menos plástico, mais ambiente.

A dinamização da rubrica contou com a orientação de vários professores e o empenho de alunos dos 6º, 7º e 8º anos de escolaridade.

Marisa Oliveira,  
Professora de Ciências Naturais





## CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO / TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO

Nas disciplinas semestrais de Cidadania e Desenvolvimento e Tecnologias de Educação e Formação a turma A do 8º ano de escolaridade abordou o domínio **Saúde**, analisando os subtemas distúrbios alimentares (anorexia e bulimia nervosa) e dependências – diferentes tipos de drogas. Os alunos visualizaram diferentes vídeos alusivos aos diferentes subtemas e foram realizados debates interessantes e feitos registos em grelhas de causas, consequências e modos de prevenção destes problemas que afetam muito a nossa sociedade. Foram identificados comportamentos associados a pessoas que sofrem destas problemáticas e realçada a importância da realização de exercício físico para alcançar o bem-estar físico e mental.

Outro domínio abordado e bastante interessante foi a **Interculturalidade**. O local em que cada indivíduo vive é, cada vez mais, um centro de diversidade cultural ao nível de diferentes aspetos: etnia, língua, religião, gastronomia, vestuário, tradições, ... Deste modo, os alunos visualizaram alguns vídeos sobre uma grande diversidade cultural numa região, havendo de seguida discussão sobre os conceitos de multiculturalismo e interculturalidade. Os alunos expressaram a sua opinião e compreenderam diferentes conceitos associados à interculturalidade. Nas aulas houve partilha de diferentes culturas entre todos, constatando assim a importância de interagir uns com os outros.

Por fim, foi solicitado aos alunos a elaboração de textos em prosa ou poemas alusivos a uma convivência harmoniosa perante a diversidade de culturas.

### Unidos na diversidade

Ao som da música ouvimos  
Um povo cheio de cultura  
A dança no corpo sentimos  
Um país com a alma pura

Pessoas diferentes  
Com a sua gastronomia  
Um povo sorridente  
Tão cheio de alegria

Diz não a xenofobia  
Diz não ao racismo  
Olhemos a simetria  
Não escolha o egoísmo

Cada um com a sua religião,  
mas somos todos uma nação

Larice Medeiros / Taíssa Pereira

### Diferentes mas unidos

Nós somos todos diferentes  
Mas cada um com as suas qualidades  
Não nos devemos sentir deprimidos  
E fazer novas amizades.

Todos vivemos no mesmo planeta  
Então partilhamos o mesmo lar  
Devemos respeitar as nossas diferenças  
E deixar de discriminar.

Somos todos capazes  
Raparigas e rapazes  
Podemos ser diferentes  
Mas devemos fazer as pazes.

Conquistando corações,  
com as nossas emoções.

Alonzo Neto / Alvinho Neves

### União na interculturalidade

Todos somos iguais  
Todos somos diferentes  
Todos têm problemas  
E passam por momentos de felicidade.

Com diferentes culturas podemos  
aprender  
Podemos ensinar, podemos criar  
Podemos nos transformar e nos mudar.

A diferença é o que nos une  
A diferença é o que nos faz crescer  
Não podemos ter medo de ser diferentes  
Pois com as diferenças muito podemos  
aprender.

Eliene Barros / Gisela Sousa /  
Laura Moniz

Márcia Neto / Matheus Santos

## CARNAVAL ABENÇOADO



Na sexta-feira, dia 21 de fevereiro, alunos, desde o 1º ciclo ao 12º ano, professores e direção, concentraram-se na Praça da Independência dispostos a festejar mais uma vez o Carnaval.

Este ano, a festa de Carnaval teve por base o tema do PAFC da nossa escola - “A viagem de circum-navegação de Fernão Magalhães”.

Foram vários os momentos de explosão de cor, alegria, movimento e convívio entre todos. Alguns alunos exibiam orgulhosos os seus novos penteados, a pintura com que abrilhantaram o seu disfarce carnavalesco e a sua indumentária – a “cereja no topo do bolo”- representativos da época magalhânica. Como seria de esperar, os telemóveis entraram em ação para as filmagens ou fotografias, registando os melhores momentos. A reportagem fotográfica foi variada.

E os comentários que se iam ouvindo aqui e acolá? Alguns foram dignos de registo e arrancaram sorrisos!!!

Era a professora que insistia com os seus alunos, pequenos, para manterem a postura e ordem no grupo; eram estes alunos que elogiavam a roupa da colega, aqueles escondiam-se tímidos e não queriam a foto; outros, mais extrovertidos, procuravam ficar no enquadramento da câmara fotográfica.



Houve de tudo para todos os gostos, como se costuma dizer, tal era grande a diversidade.

Todos estavam a postos para iniciar a caminhada, mas faltava o elemento importante – a música que nunca mais chegava. Após uma espera prolongada, lá começou o desfile sem a música a acompanhar, mas os alunos seguiram cantando e batendo palmas. Nada abalou a alegria dos participantes!

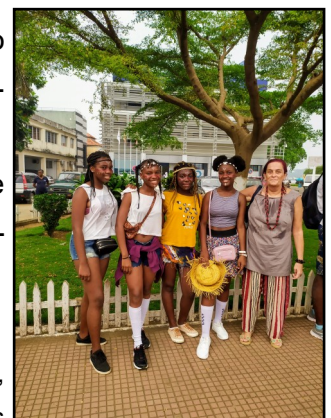
De repente... O vento fez-se sentir muito forte e as nuvens cinzentas anunciavam uma forte chuva que não tardou a surgir. Alunos e professores não se deixaram intimidar com as grossas gotas de água que caíam sem cessar e continuaram o seu caminho.



O desfile prosseguiu até ao Estádio Nacional 12 de Julho, mas primeiro os alunos do 1º ciclo ficaram na escola internacional ao abrigo da chuva forte.

Por fim, fica uma palavra de agradecimento a todos os participantes e acompanhantes que, estoicamente, aguentaram a chuva, chegando ao destino totalmente encharcados, mas tranquilos e felizes.

Para o ano há mais!



Paula Viana,  
professora de Português-Francês

## BIBLIOTECA ESCOLAR, UM LOCAL DISTINTO PARA PARTILHA DE CONHECIMENTO

Para quem não o conhece, Carlos Fiolhais é professor catedrático, doutorado em Física Teórica pela Universidade de Frankfurt/Main. Publicações nacionais e internacionais de artigos científicos e pedagógicos fazem deste estudioso um conceituado divulgador da ciência. Atualmente é diretor do Rómulo – Centro Ciência Viva da Universidade de Coimbra.

Em meados do primeiro mês do ano 2020, Carlos Fiolhais primou-nos com a sua presença realizando palestras subordinadas aos temas “*À Descoberta do Universo*” e “*Tabela Periódica*” dirigidas aos discentes do 2º e 3º ciclos bem como aos alunos das turmas de Ciências e Tecnologias do secundário.

“*Evolução da Ciência em Portugal*” foi o tema da formação, promovida pelo CFAE, realizada com todos os docentes da escola e comunidade educativa interessada em sensibilizar os sentidos de que a interdisciplinaridade não é uma relação recente.

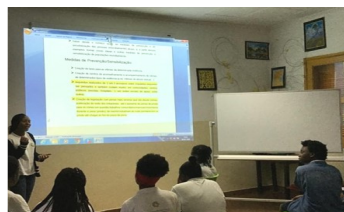


### *Parlamento dos Jovens – Recomendações do 3º ciclo e secundário*

Dando continuidade ao trabalho iniciado em novembro de 2019, nos dias 9 e 16 de janeiro realizaram-se sessões de apresentação das recomendações dos jovens deputados do 3º ciclo do ensino básico e do ensino secundário, respetivamente.

Esta apresentação foi seguida de um debate, onde as várias partes pediram esclarecimentos sobre as mesmas. Destas sessões saíram as recomendações finais que serão enviadas para Portugal.

Lembramos que o tema em discussão era apresentar 3 medidas para a prevenção da violência doméstica e da violência no namoro.





## *Palestra 11º e 12º ano: Stress, Burnout e Racismo*

No dia 20 de Fevereiro, os alunos do 11º e 12º ano participaram numa palestra subordinada ao tema: *Stress, Burnout e Racismo*. Este é um assunto bastante pertinente para estas faixas etárias, dado que estes alunos irão ser submetidos a exames nacionais e alguns deles irão no final do ano letivo frequentar universidades fora de São Tomé.

Assim sendo, o stress, o burnout e mesmo o racismo poderão estar presentes em algumas fases do seu percurso escolar. A conferencista portuguesa, enfermeira Helena Vieira, especialista em Saúde Mental, disponibilizou-se, aquando da sua visita à ilha, para falar um pouco com os nossos alunos sobre esta temática.

A sessão foi bastante interativa, contando com momentos de informação, partilha de experiências e vivências e várias estratégias e exercícios práticos que poderão ajudar a lidar e a minimizar situações de stress, burnout e racismo. Os alunos participaram ativamente, mostrando-se bastante interessados e a palestra revelou-se um momento bastante enriquecedor.

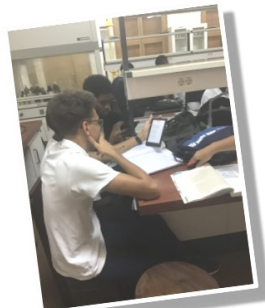
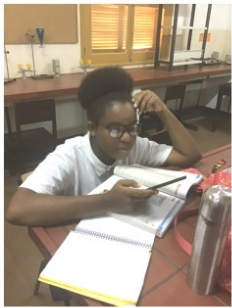
Conceição Nogueira,  
Professora de Matemática



## *E-readers na sala de aula*

Os e-readers já começaram a ser utilizados com sucesso em algumas atividades de sala de aula!

Foram inseridas várias obras de carácter literário e recreativo, pela equipa bibliotecária, nos cinco e-readers existentes. Se os alunos quiserem saber a lista de obras disponíveis, deverão perguntar aos professores de língua portuguesa e/ ou estrangeira ou à equipa da biblioteca. Estes dispositivos de leitura digital estão disponíveis para requisição domiciliária e em sala de aula. O regulamento deverá ser consultado no site da escola.



## *Ensino Profissional: uma nova oportunidade de formação*

A biblioteca escolar recebeu nos dias 3 e 5 de março uma equipa de técnicos e de professores que realizaram sessões de esclarecimento sobre o ensino profissional. Esta iniciativa resulta de uma parceria entre a Fundação Novo Futuro de São Tomé e Príncipe e uma rede de dezanove escolas de ensino profissional em Portugal, apresentando uma oferta de 21 áreas de formação. Os cursos de ensino profissional permitem uma dupla certificação, a do ensino secundário e o certificado profissional. Os cursos profissionais permitem também o acesso ao mercado de trabalho e ao ensino superior. Após a tomada de conhecimento destas informações e partilha de experiências, cabe a cada um dos informados decidir sobre o percurso académico a seguir, sabendo que nem todo o caminho a percorrer é de liso asfalto, seja qual for a decisão tomada.



## Apanhados a ler - Dia Internacional da mulher

“Queriam que ela fosse o lar, mas ela era do ler, com essa liberdade, ela era de onde quisesse ser”

(Allê Barbosa)

No dia 8 de março é comemorado o dia internacional da mulher. Neste dia, o empoderamento feminino é celebrado com o intuito de honrar as mulheres que lutaram pelos seus direitos, resgatando a sua história, buscando inspiração e invocando a força que cada mulher tem dentro si.

A biblioteca da EPSTP-CELP quis também prestar a sua homenagem dentro do projeto “Apanhados a ler”.

Mariju Tavares, 12º LH  
Luege D’Alva, 12º CSE  
Monitoras da BE



## Semana da Leitura 2020

Dinamizada pelo Departamento de Línguas, a Escola Portuguesa de S. Tomé e Príncipe celebrou a *Semana da Leitura*, proposta pelo Plano Nacional de Leitura, na semana de 16 a 19 de março, inicialmente prevista até dia 20, como forma de promover atividades para festejar a leitura como ato comunicativo, diálogo entre as artes, as humanidades e as ciências, espaço de encontro, criativo e colaborativo. As atividades, que tiveram como palco a Biblioteca Escolar, constaram de:



- **Ler+ - leituras feitas por Educandos e Encarregados de Educação;**



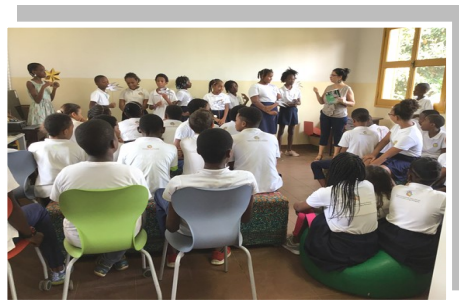
- **Dramatização de dois excertos da obra “Fada Oriana”;**



- **Dramatização de um excerto da obra “Ulisses”;**



- **Leitura expressiva;**



- **Biblioleitura (concurso de leitura) – dos 4º aos 11º anos em Português, Inglês e Francês;**



- **Ortografiadas – 5ºs, 6ºs, 7ºs e 8ºs anos.**

Estava ainda programada uma vídeo conferência com a escritora Isabel Mateus, um *flashmob* de poesia e a dramatização de um excerto da obra “O Rapaz de bronze” para o dia 20 de março. Por razões relacionadas com o fecho da escola, devido à situação pandémica que se vive no momento, estas atividades não se realizaram e outras contaram com um número reduzido de alunos e Encarregados de Educação.

A participação dos alunos e dos Encarregados de Educação foi motivadora e revigorante, os primeiros no carinho que puseram na preparação das leituras e das dramatizações, e os segundos no interesse que demonstraram em participar com os seus educandos em atividades promovidas pela escola.

A colaboração de todos numa escola que se pretende dinâmica, flexível e integradora foi fundamental.

Margarida Pinto,  
Coordenadora do Departamento de Línguas



## O LIVRO DA MINHA VIDA

Foi-me pedido que escrevesse um texto de opinião sobre “o livro da minha vida”, ou seja, um livro que me tenha marcado.

Depois de alguns minutos a pensar, analisar, apercebi-me que todos os livros deixaram algo em mim. Eles foram como um professor. Deixaram palavras novas, formas diferentes de ver o mundo, fascínio, satisfação, curiosidade, ...

Apesar de todos os livros que li terem deixado algo muito especial, decidi-me escolher um. O seu título é “O recruta” e conta a história de James, uma criança de apenas doze anos que perdeu a mãe e foi parar a um orfanato, onde logo se destacou pela sua inteligência, perspicácia, audácia, espírito de sobrevivência e coragem. Fora encontrado por uma organização secreta chamada CHERUB, que treinava crianças e adolescentes para serem agentes especiais.

Após acompanhar cada sofrimento, dor, vitória e compartilhar com James todo o seu doloroso e árduo percurso, não conseguia parar de ler ou ao menos esconder o meu encantamento e animação. Em cada parágrafo, a curiosidade dominava-me e a ansiedade não me largava... O livro era simplesmente magnífico e perfeito! Depois de ler o livro não conseguia parar de pensar nele, desejando que tudo fosse real e que um dia pudesse fazer parte de tão estimada e exímia organização.

Escolhi este livro como “o livro da minha vida”, porque nunca o esquecerei. Ele despertou em mim a curiosidade de querer saber sempre mais, o desejo de ser uma pessoa melhor e ensinou-me a aproveitar as coisas boas e valiosas da vida, porque elas não duram para sempre, ensinou-me a respeitar tudo ao meu redor e a valorizar o que tenho.

Além de ser um professor este livro foi um amigo. (Carla Barreto, nº 4, 10º CT)

“O livro da minha vida é ...” Eu tenho quase a certeza que muitos, senão todos, começaram o texto com esta expressão.

Bom, para ser sincero, eu mesmo pensei em começar o meu texto assim e em seguida falar sobre um livro aleatório que eu tenha lido. Mas eu decidi que não. Eu não tenho um livro na minha vida! E não é por não ter gostado de nenhum livro que eu li, é exatamente pelo contrário, é porque eu adorei todos.

Eu poderia falar sobre “Parsifal e o Mistério do Graal” e sobre todas as peripécias e aventuras pelas quais Parsifal passou e a sua dedicação em encontrar o Santo Graal, pois esse livro, certamente, marcou-me graças à sua história mítica e fascinante.

Poderia também falar sobre “O Refugio Secreto”, sobre toda aquela história acerca da 2ª Guerra Mundial na Holanda e os efeitos que teve nos judeus. Poderia falar sobre os livros “Uma aventura...” e todo o seu mistério. Poderia falar sobre “As Crónicas de Nárnia”, sobre “Gerónimo Stilton” ou até mesmo sobre a Bíblia Sagrada pois todos estes livros foram e são-me marcantes.

Para mim, o livro da minha vida, é a Vida em si, pois esse é o verdadeiro mistério que não dá para deduzir o final. Esse é o livro que nós temos que ler página a página, capítulo a capítulo até um dia chegar o final. (Tiago Almeida, nº 25, 10º CT)



## SER FINALISTA



Quem é que nunca quis ter 18 anos? Quem é que nunca sonhou em ir para a Universidade e finalmente ser independente?

Estranhamente, agora que estes sonhos estão prestes a ser realizados, alguns hesitam. Isto acontece porque tomamos consciência do que é ser finalista.

Ser finalista implica dedicarmo-nos como nunca à matemática, pensar em fazer voluntariado, perguntarmo-nos onde vamos prosseguir a nossa vida académica, preencher formulários e ter o dobro das responsabilidades que temos em casa e na escola.



Ser finalista é relembrar com mais apreciação e abraçar todos os momentos que tivemos e ainda temos com colegas amigos. Lembrar as confusões que tínhamos nos campos de futebol, as chamadas da diretora ao gabinete por conta do cabelo que já se fazia grande ou a ausência a aulas só para conversar sobre o jogo de antes de ontem, as festas convívio vividas com tal animação e intensidade como se não houvesse possibilidade de reencontro.



Ser finalista significa sonhar com realismo mas não estar perfeitamente preparado para todos os “não” que aí vêm.

Às vezes, ser finalista assusta, assusta perceber que a sensação de familiaridade que temos todos os anos ao entrar na nossa escola acabará, perceber que amizades podem dissipar-se e avistar que amanhã já não somos adolescentes. Por isso, é tempo de vencermos o mundo e a nós mesmos que estamos preparados.



Ser finalista assusta tanto como incita a uma nova e diferente tomada de consciência sobre o futuro . É uma fase que nos obriga a olhar para o espelho, que nos obriga a crescer, embora queiramos viver só mais uma vez tudo o que um dia foi tão fácil e desvalorizado.



Lueje Branco d'Alva,  
12°CSE



**Super CKdo**

**tec**  
**Global**

  
INTERMAR

  
MOTAENGL  
ÁFRICA  
SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE



**CAMPO DE MILHO - SÃO TOMÉ**

**CAIXA POSTAL 636**

**SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE**

**CONT. (+239) 222 11 94 /**

**999 58 19**

**Email: epstpsec@gmail.com**

 **cst** companhia santomense  
de telecomunicações

  
**BANCO INTERNACIONAL  
DE S. TOMÉ E PRÍNCIPE**