

SUPLEMENTO

Educação e Formação

EDUCAÇÃO

é a arma mais
poderosa que
podemos usar
PARA MUDAR O MUNDO

-NELSON MANDELA -



Número de alunos diminuiu nos concelhos das Caldas e de Óbidos

O novo ano escolar arrancou em pleno no passado dia 19 de Setembro. As escolas do concelho das Caldas e Óbidos, entre ensino regular e profissional, receberam mais de 9.600 alunos. São cerca de 210 alunos a menos que no ano passado e a distribuição das perdas é idêntica nas várias faixas etárias. De resto, todo o ensino regular apresenta menos alunos e apenas o ensino técnico-profissional apresenta crescimento, contabilizando cerca de 50 alunos a mais que no ano lectivo passado. Boa notícia é o aumento de professores e formadores. As escolas dos dois concelhos, entre públicas, privadas e profissionais, empregam mais 50 professores para um total de 960, com um rácio de cerca de 10 professores por aluno.

Agrupamento E. D. João II			
	Turmas	Alunos	Professores
Pré-escolar	17	305	Professores Do Quadro
1º Ciclo	35	675	155
2º Ciclo	19	495	Contratados
3º Ciclo	21	530	12
Total	92	2005	Vagas
Diferença	3	5	0
			Sem turma
			8

Agrupamento E. R. Bordalo Pinheiro

	Turmas	Alunos	Professores
Pré-escolar	11	164	Professores Do Quadro
1º Ciclo	20	321	200
2º Ciclo	5	94	Contratados
3º Ciclo	15	289	20
Ensino Vocacional	1	24	Vagas
Secundário	19	447	0
Ensino Profissional	18	459	Sem turma
Total	89	1798	0
Diferença	4	67	

Agrupamento E. Raul Proença

	Turmas	Alunos	Professores
Pré-escolar	13	273	Professores Do Quadro
1º Ciclo	32	656	203
2º Ciclo	12	282	Contratados
3º Ciclo	25	687	21
Secundário	28	672	Vagas
Total	110	2570	0
Diferença	3	155	Sem turma

Agrupamento E. Josefa D'Óbidos

	Turmas	Alunos	Professores
Pré-escolar	13	243	Professores Do Quadro
1º Ciclo	22	435	116
2º Ciclo	12	226	Contratados
3º Ciclo	11	312	30
Ensino Vocacional	1	19	Vagas
Secundário	6	126	0
Ensino Profissional	3	63	Sem turma
Total	68	1424	0
Diferença	2	5	

Colégio Rainha D. Leonor

	Turmas	Alunos	Professores
Pré-escolar	2	37	Professores Do Quadro
1º Ciclo	5	100	42
2º Ciclo	6	164	
3º Ciclo	10	267	
Secundário	8	184	
Ensino Profissional	3	84	
Total	34	836	
Diferença	-12	-382	

Colégio O Brinquinho

	Turmas	Alunos	Professores
Pré-escolar	2	50	Professores Do Quadro
1º Ciclo	2	30	9
Total	4	80	
Diferença	0	0	

Infancoop

	Turmas	Alunos	Professores
Pré-escolar	4	92	Professores Do Quadro
1º Ciclo	4	77	8
Total	8	169	
Diferença	0	3	

ETEO

	Turmas	Alunos	Professores
Ensino Profissional	15	354	Professores Do Quadro
Diferença	0	-1	

Escola de Hotelaria e Turismo do Oeste

	Turmas	Alunos	Professores
Ensino Profissional	13	250	Professores Do Quadro
Diferença	0	0	

CENFIM

	Turmas	Alunos	Professores
Ensino Profissional	8	85	Professores Do Quadro
Diferença	0	-50	

CENCAL

	Turmas	Alunos	Professores
Ensino Profissional	3	49	Professores Do Quadro
Diferença	-5	-114	

Joel Ribeiro
jribeiro@gazetacaldas.com

O número de alunos das escolas reflecte a realidade da demografia nacional. Num país onde a população vai envelhecendo gradualmente é natural que o número de alunos nas escolas vá diminuindo. Os números do arranque de aulas para o ano lectivo 2016/17 reflectem isso mesmo. Se há cerca de um ano iniciaram as aulas, segundo os dados obtidos pela *Gazeta das Caldas* junto das instituições de ensino, 9877 alunos, este ano o número reduziu para 9620. Estes dados, tanto de um ano como do outro, não incluem o Colégio Frei Cristóvão, que não quis fornecer os dados.

A instituição que mais sentiu a redução do número de alunos foi o Colégio Rainha D. Leonor, muito por força do fim dos contratos de associação para as turmas de início de ciclo. A escola do grupo GPS, que tem ensino desde o pré-escolar ao secundário, conta com menos 382 alunos e menos 12 turmas que no ano passado. Passou a ter 836 alunos e 34 turmas no total. Foi no 2º e no 3º ciclo (do 5º ao 9º ano de escolaridade) que a quebra foi mais significativa, com uma redução de 701 para 431 alunos. O colégio só não perdeu alunos no ensino profissional, no qual apresenta mais 14 estudantes.

Além das turmas de contrato de associação, o colégio abriu este ano a possibilidade dos alunos frequentarem o estabelecimento em regime de ensino privado, o que terá, mesmo assim, ajudado a minorar as perdas. A redução de alunos teve impacto directo uma diminuição do corpo docente em 30%, proporção idêntica à da redução do número de alunos.

Aquele estabelecimento de ensino passou dos 60 para os 42 professores. O agrupamento que mais terá ganho com a distribuição de alunos do Colégio Rainha D. Leonor foi o Raul Proença, que não só se manteve como o tem mais alunos, como acrescentou 155 alunos aos que teve no ano lectivo anterior. Este agrupamento ultrapassou mesmo a fasquia dos 2500 alunos inscritos e cresceu em todos os ciclos.

O Agrupamento de Escolas D. João II surge como o segundo com mais alunos, com um número idêntico ao do ano passado, este ano ligeiramente acima dos 2000 alunos. O Agrupamento de Escolas Rafael Bordalo Pinheiro aproxima-se dos 1800 alunos e foi o segundo que mais cresceu: tem mais 67 estudantes. Neste agrupamento sentiram-se quebras ligeiras no número de alunos até ao 9º ano, mas compensadas no ensino secundário e no profissional.

Nas escolas de ensino técnico-profissional, o número de alunos é idêntico ao

do ano passado, excepto no Cenfim, que apresenta uma redução de 50 alunos nos cursos de equivalência ao 9º e 12º ano. O mesmo acontece com o Cencal, que no ano passado apresentou 114 alunos para oito cursos e este ano apresenta 49 alunos para três cursos de equivalência ao 9º e 12º ano. Nas escolas do Agrupamento Josefa D'Óbidos os números são também idênticos aos do ano passado.

MAIS PROFESSORES NAS ESCOLAS PÚBLICAS

Se a redução de alunos no Colégio Rainha D. Leonor conduziu à redução do número de professores, nas escolas públicas aconteceu o inverso e mesmo os agrupamentos em que o aumento de alunos foi residual, o corpo docente cresceu. O Agrupamento D. João II foi o que teve menos alterações, com a entrada de mais dois professores em relação ao ano passado. Os dois agrupamentos que mais recrutaram professores foram o Bordalo Pinheiro e Josefa D'Óbidos. Ambos têm mais 16 docentes que no ano lectivo que passou. O agrupamento Raul Proença tem mais sete professores.

Os agrupamentos que mais aumentaram o corpo docente são os que têm menor proporção de alunos por professor: 8,2 alunos por professor na Bordalo Pinheiro e 9,8 nas escolas de Óbidos. Na D. João II a média é de 12 alunos por professor e na Raul Proença 11,5. No Colégio Rainha D. Leonor existe oferta desde o pré-escolar até ao 12º ano, com este a poder ser completado, quer no ensino regular, quer no profissional. As opções para o ensino regular são os cursos de Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas e Línguas e Humanidades. Nos cursos profissionais os alunos podem optar por Artes do Espetáculo – Interpretação, Design Gráfico - Técnico de Design Gráfico, e Desporto - Técnico de Apoio à Gestão Desportiva. A oferta é complementada com as academias de Foto digital, Pintura, Xadrez e Ciências.

No Agrupamento de Escolas D. João II a oferta formativa vai do pré-escolar ao 3º ciclo do ensino regular. Este agrupamento tem como opção o ensino articulado de música em parceria com o Conservatório de Caldas da Rainha para os 2º e 3º ciclos. No Agrupamento de Escolas Rafael Bordalo Pinheiro a oferta vai do pré-escolar ao ensino secundário regular. Neste último ciclo as opções são os cursos de Artes Visuais, Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas e Línguas e Humanidades. No ensino profissional, em que a Escola Rafael Bordalo Pinheiro é uma referência, os cursos disponíveis são os de técnico de Apoio à Gestão Desportiva, de Audiovisuais, de Comércio, de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade, de Design e Moda, de Electrotécnica, de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, de Mecatrónica Automóvel, e de Técnico de Turismo. Passando ao Agrupamento de Escolas D. João II a oferta é complementada com a vida adulta como Português, Matemática, e Inglês numa vertente funcional. Alguns têm desporto adaptado e outros ensaiam na escola tarefas domésticas e de aprendizagem do dia a dia. Por exemplo: como se faz um recado, como se vai às finanças.

Tudo isto é aprendido em ambiente controlado, com o apoio das escolas e com profissionais especializados.

Raul Proença também disponibiliza opções desde o pré-escolar ao secundário. No ensino regular os alunos podem enc



OPINIÃO | RUI LOPEZ | PROFESSOR E INVESTIGADOR DE HISTÓRIA DA EDUCAÇÃO

Ensino doméstico

O ensino doméstico é um tema que de quando em vez se torna atual. Recentemente surgiram notícias de personalidades que fizeram essa opção para os filhos. Existe em atividade, entre outros, a "Associação Movimento Educação Livre" defensora do ensino doméstico. Na realidade a questão do ensino doméstico não é de hoje, é historicamente de todas as épocas.

Por definição o ensino doméstico ou domiciliar é o que se ministra no domicílio do aluno, por um familiar ou pessoa que com ele habite, opondo-se ao ensino efetuado numa instituição como a escola pública, privada ou cooperativa e ao ensino individual, por um professor diplomado fora de uma instituição de ensino.

O ensino doméstico está legalizado em países como a Austrália, a Áustria, a Bélgica, o Canadá, a França, os Estados Unidos, a Noruega, a Rússia, a Itália, a Nova Zelândia e também Portugal. No entanto é proibido e considerado crime por exemplo na Alemanha, no Brasil e na Suécia. A maioria dos países onde é legal exige uma avaliação anual dos alunos que recebem educação do-

miliar, o Homeschooling em Inglês.

Na sua origem todo o ensino é doméstico e baseia-se na relação pessoal entre mestre e aprendiz, como tradicionalmente se fazendo no ensino de muitas profissões. Quanto mais recuamos no tempo mais formas de ensinos que podemos considerar doméstico encontramos, ainda que ligadas a um certo elitismo, recordando-se por exemplo a aprendizagem que os escudeiros faziam junto dos seus cavaleiros até serem eles próprios armados cavaleiros.

No século XIX quando o ensino regular se difundiu e no princípio do século XX o ensino doméstico esteve bastante em voga, sobretudo para os mais abastados e ficou ligado aos primórdios da educação regular feminina. No início dos Liceus em Portugal a preocupação era sobretudo passar nos exames e frequentemente os estudantes recorriam a ensino tipo doméstico indo depois realizar as provas nos liceus. O que estava em causa, também aqui, era o direito individual de aprender e ensinar nas palavras de D. António da Costa, responsável educativo em 1871, também re-

ferido por Bernardino Machado em 1884. Júlio de Matos, por exemplo, em 1881 criticou veementemente a tutela do Estado e a influência do catolicismo. Em 1913 António Alfredo Alves publicou duas obras em francês sobre o ensino doméstico e em 1923 Adelaide Cabete publicou um contributo intitulado "O ensino doméstico em Portugal".

Nos dias de hoje encontramos um outro tipo de ensino doméstico muito instalado ao nível das chamadas explicações, generalizadas em todas as áreas do conhecimento. No fundo recorrer a um explicador é optar por um certo ensino doméstico, literalmente já que no geral as sessões são em sua casa, ainda que como complemento à frequência de ensino regular.

Muitos jovens que pretendem singrar no mundo artístico ou desportivo apostando sobretudo em modalidades específicas, têm o ensino individual, em certa medida um ensino doméstico, a solução para uma gestão flexível dos seus tempos. Aliás o ensino artístico, por exemplo de um certo instrumento e o ensino desportivo, sobretudo de modalidades de competição individual, se-



O ensino doméstico está legalizado em alguns países e é criminalizado noutras

guem frequentemente o modelo do ensino doméstico.

O ensino doméstico é uma modalidade de ensino possível, ligado a um certo elitismo que promove o afastamento do estudante do contacto diário com os outros. Além do mais permite aos pais fazerem as escolhas curriculares e programáticas que bem entenderem, decidindo o que e quando ensinar, no entanto para legitimar essas aprendizagens é forçoso fazer as provas e exames oficiais em conjunto com os outros jovens. Esta relativa liberdade de escolha de programas, métodos e matérias de ensino fica assim

à responsabilidade dos pais e ou mestres escolhidos caso não sejam eles próprios os professores, como acontece frequentemente. Esta opção implica a colocação de duas importantes questões de princípio que se encontram associadas. Até que ponto é legítimo a um pai fazer estas escolhas como se fosse dono do jovem? Até que ponto o Estado tem direito a impor-se na educação dos jovens? Questões de sempre, polémicas, cuja resposta depende muito da perspetiva social, cultural e política de cada um. Pessoalmente julgo que os eventuais benefícios em ter-

PUB.



Horário da loja de segunda a sexta das 9h00 às 20h00,
fins de semana e feriados das 9h00 às 19h00.

Regresso às Aulas



Fomos à Vogal
Encontrei tudo o que preciso.

Faça o seu cartão de cliente Vogal
e beneficie de desconto vitalício

Estounoir, Lda

Av. 1º de Maio, nº8 r/c dto • 2500-081 Caldas da Rainha
Tel. 262 841 392 / 262 841 549 • Fax 262 841 549



LIVRETE INDIVIDUAL DE CONTROLO
TACÓGRAFOS

SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO

DESENVOLVIMENTO PESSOAL

PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS

SD²
GRUPO SD

COMBATE A INCÊNDIOS

MANOBRADOR DE MÁQUINAS

OPERAÇÃO DE EMPILHADORES

RECRUTAMENTO E SELEÇÃO

TCC CAM ADR PRIMEIROS SOCORROS MANIPULADOR DE CARNES

FORMAÇÃO PROFISSIONAL
AJUDAMOS A DESENVOLVER O CAPITAL HUMANO DA SUA ORGANIZAÇÃO

Sentidos Dinâmicos®
Palco Desafio
Yes O People®
SD ENVOLVE

WWW.GRUPOS.D.PT | 262 086 311 | 937 321 022

O jazz como motor de desenvolvimento pessoal

No último ano foi implementado o programa "O jazz vai à escola", que pela mão do músico Jorge Mendonça de Oliveira, permitiu que 35 alunos dos 3º e 4º anos do colégio experenciassem o jazz. O programa durou dois meses, mas a aprendizagem e os benefícios do mesmo foram notórios durante longo tempo.

Durante dois meses os alunos, entre os oito e os dez anos, imitaram e criaram os seus instrumentos, tocaram, cantaram, improvisaram e aprenderam a História do Jazz. Jorge Mendonça de Oliveira contou à *Gazeta das Caldas* que inicialmente havia uma certa retracção que foi desaparecendo. "No final, os alunos mostravam já um grande à vontade em termos musicais", notou. O facto de estarem mais soltos para improvisar enquanto cantam foi outro benefício que viu no programa.

A coordenação é outra das áreas que a música ajuda a trabalhar. "Muitos miúdos têm dificuldades de coordenação e a música ajuda a desenvolver a independência dos membros", afirmou.

Depois foram trabalhadas as capas.



Os alunos do 1º ciclo com instrumentos que contribuíram

cidades de ouvir e respeitar o outro e de perceber que o som de um não é mais importante do que o de outro. Os alunos aprenderam também a gerir os tempos e a percepcionar o som de uma parte e depois o resultado da soma de todas as partes. Gisela Carvalho, professora da E.B. de A-dos-Francos, elogiou a iniciativa, tanto em termos do desenvolvimento das capacidades musicais (capacidades ritmicas e diferenças tímbricas), como também da área social e humana. "Depois da oficina houve uma melhoria na postura, não só naquela aula como nas outras e isso reflectiu-se no ambiente", afirmou.

Salientando a grande motivação

dos alunos para este projecto, explicou que, se já havia alguns alunos na banda, mais passaram a ir. No final do ano um terço da turma pertencia à filarmónica local. Gisela Carvalho elogiou ainda o professor responsável pela oficina e os seus métodos. "Também lhes deu a conhecer a história do Jazz, um mundo que não conheciam", disse.

A terminar afirmou a importância da oficina até para si, enquanto professora, e deixou um recado às turmas que irão receber o projecto este ano: "aproveitem muito esta benesse".

Já a professora Délia Domingos, da E.B. Alvorninha, afirmou que este

projecto "tinha sido bastante positivo" e que os pais dos alunos tinham ficado "muito agrados com a actividade final". Ainda assim, houve um senão: "ser em horário curricular".

Délia Domingos salientou o facto de os professores do Agrupamento Bordalo Pinheiro terem tido uma formação de expressões artísticas no ano anterior.

"O Jazz vai à escola" esteve inserido no Caldas Nice Jazz e contou com o apoio da autarquia (integrando o programa "@prender, mais-CR"). Este ano volta a realizar-se, agora nas escolas do Carvalhal Benfeito e Santa Catarina.|| I.V.

PUB

No Regresso às Aulas é importante ver bem

As aulas estão a começar.

E para as crianças poderem tirar o máximo partido daquilo que a escola lhes proporciona também têm que estar nas melhores condições, quer psicológicas quer físicas.

Na área da Saúde Visual é muito importante a sensibilização para a necessidade de uma avaliação precoce da função visual nas crianças. Sabemos que 1 em cada 5 crianças em idade escolar apresenta uma dificuldade visual. Felizmente hoje, quer Pais, Pediatras, ou até Educadores de Infância e Professores, estão cada vez mais sensíveis a esta matéria.

Mas por vezes ainda se encontram situações de diagnóstico tardio, em que a performance escolar sofreu até essa altura, por razões até então de difícil explicação. Dificuldades de concentração, sonolência na aprendizagem, sonolência, dores de cabeça e até rebeldia são sinais que podem estar associados a uma dificuldade visual.

Se nunca o fez e o seu filho vai iniciar o 1º ano de escolaridade, deve procurar um profissional de Saúde Visual para proceder à avaliação da Função Visual do seu filho. E todos os anos o seu filho deve rever o seu diagnóstico anterior porque, tal como o resto do corpo, os olhos também crescem e por ve-



zes a capacidade visual altera-se. Para as ÓTICAS-OCT a prevenção da Saúde Visual é um ponto de honra e dedicamos uma boa parte do nosso tempo no diagnóstico em consultório, mas também em rastreios onde quer que a comunidade se encontre, com um foco especial nas escolas com as crianças, onde em media encontramos cerca de 12% de crianças com algum tipo de ametropia visual.

Quanto mais cedo for o diagnóstico melhor será a adaptação e até a recuperação.

A escola está a começar e quando começa, tudo volta muito depressa, os afazeres, os compromissos, a falta de tempo. Mas nós, pais, aprendemos rapidamente que o mais importante são os nossos filhos. Dedique-lhes tempo e atenção, faça um Rastreio Visual, porque no Regresso às Aulas é importante ver bem.

Muito sucesso para as todas as crianças!

Luis Góis

Diretor Geral das ÓTICAS-OCT

Veja o regresso às aulas com outros olhos e seja solidário.

Até 31 de outubro traga os seus filhos ao Institutoptico para uma **avaliação visual**.

ÓTICAS-OCT

institutoptico

Torres Vedras | Encarnação | Sobral de Monte Agraço | Caldas da Rainha

geral@oticas-oct.pt

www.facebook.com / oticasoct

www.oticas-oct.pt

Beneficie de condições únicas na compra de armações das marcas

POLAROID THE POLARIZED SUNGLASSES

CARRERA EYEWEAR SINCE 1956

A cada par de óculos vendido, o Institutoptico doa 2€ para a missão da Operação Nariz Vermelho: levar alegria às crianças hospitalizadas.*

* O valor do donativo apenas incide na compra de armações completas de criança. Saiba mais em www.institutoptico.pt ou www.facebook.com/grupoinstitutoptico

operação
NARIZ VERMELHO
receitamos alegria

O meu Erasmus

Madrid: os melhores seis meses da minha vida

Por: Maria Beatriz Raposo

Lembro-me que me inscrevi no programa Erasmus a duas semanas de terminar o prazo e que inicialmente a ideia de estudar no estrangeiro nunca tinha sido opção. Talvez porque sabia que a estadia fora do país ia ter um custo mais elevado do que a minha vida em Lisboa e porque sabia que a bolsa só chegaria já eu estaria de regresso a Portugal. Ou também porque o processo de candidatura dá realmente trabalho: muitos papéis, muitos e-mails, pedidos de equivalência às disciplinas, conversão das notas.

Embora pudesse candidatar-me a várias universidades, a minha candidatura teve apenas um destino: Facultad de Ciencias de la Información - Universidad Complutense de Madrid. Sabia, pelo que tinha lido na internet, que era uma das melhores faculdades na área do jornalismo, em Espanha, e também sabia que não me ia custar nada habituar-me aos hábitos de *nuestros hermanos*. Afinal, a minha avó é espanhola e desde pequena que me lembro de ver a televisão ligada na TVE e TV Galicia.

De carro. Foi assim que arranquei

para Madrid, há dois anos, e foi também o que me valeu porque, de avião, nem imagino o que teria pago de excesso de bagagem. Encontrara casa um mês antes e ia partilhar o quarto com a minha amiga Inês. Nada melhor do que ir morar com a pessoa com quem já vivia em Lisboa! Quem já lá estava era o Josu, um rapaz do País Basco que, ao contrário da maioria dos bascos, gostava de ser espanhol.

Calle Oviedo, nº 4. Esta era a minha nova morada, uma rua da qual nunca vou esquecer o nome. A casa ficava perto de uma grande avenida onde se encontravam muitos estabelecimentos comerciais: 100 Montaditos, Lefties, Mango, Carrefur, Lidl, McDonalds, Burguer King e um restaurante que tinha umas pizzas deliciosas. Confesso que, principalmente na altura dos exames, deu-me jeito ter comida rápida e barata mesmo à porta de casa. Cozinhar nunca foi o meu forte.

O metro de Cuatro Caminos ficava apenas a cinco minutos e em três paragens estava na facultad. O metro foi a minha primeira boa surpresa em Madrid, pois era muito mais rápido e moderno que o de Lisboa. Só não gostava do calor: assim que entrava na estação tinha

que despir o casaco – incluindo no Inverno – e dentro dos elevadores o ar parecia irrespirável.

MADRID É UMA CIDADE COM VIDA

A primeira semana, antes do início das aulas, foi passada a passear. Como típica turista, fui a todos os lugares mais emblemáticos: Puertas del Sol, Mercado de San Miguel, Gran Via, Parque del Retiro, Plaza de Cibeles, Plaza Mayor, Plaza de España, Palacio Real, Catedral de la Almudena, Puerta de Alcalá, Templo de Debod, Jardines de Sabatini, Museu do Prado, Museu Thyssen Bornemisza e Museu Reina Sofia. Mas o maior encanto de Madrid é viver o seu dia-a-dia. A sua rotina. É acompanhar o cair das folhas das árvores do Retiro e vê-las crescer novamente na Primavera. É sentir, todas as manhãs, o cheiro a jamón na rua. É apreciar a beleza dos edifícios, quase todos em tons claros. É ir ver o pôr do sol ao Templo de Debod. É, de noite, ir com os amigos beber uma copa de tinto verano. É que, em Madrid, é normal sair-se a seguir ao jantar. Isto, todos os dias da semana. Talvez porque os programas de televisão não sejam gran-

de espingarda.

Ao nível de discotecas, a oferta é muita, mas os preços são bem mais elevados que em Portugal. Kapital, Zoológico, Gabana e Joy Eslava foram, para mim, as melhores. Também ouvi falar bem da Phabrik, mas nunca cheguei a ir. Lá, uma boa discoteca não tem apenas boa música – ainda bem que os ritmos latinos também pegaram moda em Portugal – mas todo um espetáculo com bailarinas, confettis, luzes.

FACULDADE MAIS EXIGENTE

Numa semana já tirava apontamentos em castelhano e, no skype com a família, acontecia frequentemente trocar-me nas palavras e utilizar expressões em espanhol. Por exemplo, em vez de dizer “tenho a certeza”, afirmava “estou segura que”. Embora a faculdade fosse o edifício mais feio da cidade universitária – fazia lembrar uma prisão – gostei bastante dos métodos de ensino. Em Lisboa, o meu curso era demasiado teórico, mas em Madrid tinha trabalhos quase todas as semanas. Senti que o nível de exigência era maior e, para manter a média, ainda abdicou de algumas saídas.

Por outro lado, o ambiente entre



Um dos encantos de Madrid é acompanhar o cair das folhas das árvores do Retiro e vê-las crescer novamente na Primavera

professores e alunos é menos formal: tratam-se por “tu” e há bastante abertura para se trocarem ideias. O respeito mantém-se. Relativamente ao Erasmus, só me arrependo de uma coisa: ter decidido ficar apenas um semestre. Se fosse hoje, ficava um ano. E deixou um conselho a todos os jovens

que tencionem estudar no estrangeiro. Pessoal, os meses passam a voar, por isso não deixem para amanhã o que podem visitar hoje. Não fiquem em casa. Caso contrário, chega o dia do regresso e metade da cidade ficou por conhecer. Se pudesse definir Madrid numa palavra? Vida. ■

Polónia: estudar a 3000 quilómetros de casa

Por: Isaque Vicente

Fiz o meu Erasmus em Łódź, cidade no centro da Polónia, que fica praticamente a três mil quilómetros de Caldas. Estudava em Portalegre e, depois de um ano e meio no Alentejo, quis ir experimentar o frio do Leste. Parti para a Polónia no segundo semestre do segundo ano e é óbvio que é sempre um passo complicado o sair para ainda mais longe da nossa zona de conforto. Mas para mim era uma aventura que até queria viver.

Dentro do leque de opções que a minha universidade apresentou, e tendo em conta as minhas possibilidades económicas, escolhi o meu destino, a Polónia. Queria algo que fosse diferente da realidade que conhecia. Sabia muito pouco sobre este país, além das equipas e jogadores de futebol e um pouco da História. Conhecia a bandeira e a capital, mas sabia que era diferente de Portugal. Sabia da neve e do frio e o pouco conhecimento histórico que tinha abria-me a curiosidade para saber mais.

Em termos académicos, os seis meses que passei por lá foram bastante bons para desenvolver

as capacidades na língua inglesa e para aprender a ‘arranhar’ polaco. Mas o grande benefício do meu período de Erasmus, foi a diversidade de culturas que me deu a conhecer.

Além da Polónia, fiz amigos de Espanha à Rússia, passando por Holanda, Letónia, Turquia, Eslováquia, Itália, Grécia, Bielorrússia, Brasil e Tunísia. E realco isto porque considero que o Erasmus tem também muito a ver com a experiência social e cultural, com a aprendizagem de outras maneiras de pensar.

Creio que o espírito desta experiência está muito relacionado com um objectivo de tolerância e aceitação que vêm naturalmente com o conhecimento de outras culturas.

Não quero com isto dizer que devem ser umas férias, mas defendo que há que ter alguma liberdade para viver a cidade que nos acolhe. No regresso, senti que fiquei algo prejudicado em relação aos meus colegas de curso que tinham ficado cá, mas isso pode ser compensado pelo esforço de cada um.

Uma das grandes dificuldades, senão a maior, são as saudades de casa. As tecnologias ajudam, mas não é a mesma coisa.

Outra dificuldade foi gerir o di-

nheiro, porque como lá não se usa o euro, mas sim o złoty, ao início perdia-me muitas vezes nas conversões. Além da taxa de conversão, é bom ter em conta as taxas do banco por movimento.

Se pensas ir em Erasmus procura informar-te sobre todos os campos possíveis e imaginários. Há pormenores que podemos saber, que nos serão muito úteis lá. O ideal é falar com alguém que já lá tenha estado.

Tratar atempadamente do alojamento e do seguro de saúde e saber se o cartão e conta bancária podem ser usados lá, são alguns dos detalhes que é preciso acertar, mas, regra geral, as próximas universidades ajudam neste processo.

A tecnologia já ajuda a ‘desenrasnar’ em muitas das situações, mas deves tentar sempre saber se é uma cidade com “conflitos” e de que ordem. Como são recebidos os portugueses ali é uma boa pergunta à qual deves procurar resposta.

Aprender algumas palavras na língua local é um bom princípio e cai bem entre os residentes.

Depois, não é nada mal pensado aprender um pouco sobre o sistema judicial do local que te acolhe para perceber em que difere do

português. Lá, por exemplo, havia regras muito restritas em relação ao consumo de álcool na rua principal – a Piotrkowska – que é uma avenida com quatro quilómetros com lojas e restaurantes (abertos durante o dia) e com cafés, bares e discotecas (à noite).

Palco de amores e desamores, de sorrisos e de lágrimas, é ali que “tudo acontece”. É uma rua de arquitetura antiga combinada com as luzes e cores das mais modernas lojas, cadeias de fast-food e clubs. Pelo meio esconde a Off-Piotrkowska, uma antiga fábrica transformada em galerias de arte e esplanadas.

Outro exemplo de reaproveitamento de edifícios, mas esse longe da tal rua principal, é o Manufaktura, uma antiga grande fábrica de lanifícios que foi transformada em centro comercial, cinema e dois museus (um de lanifícios que conta a História da fábrica e daquela indústria na cidade e outro de arte moderna).

ŁÓDŹ – UMA CIDADE DE DÍCOTOMIAS

A cidade que me acolheu significa barco, mas não está perto do mar, nem nunca lhe descobri um rio. E esta é apenas a



Fiz o meu Erasmus a 3000 quilómetros de casa: em Łódź (Polónia). Durante seis meses pude conviver com várias culturas e maneiras de pensar.

primeira dicotomia que Łódź apresenta. Há muitas outras... Łódź é uma cidade histórica e tradicional, mas ao mesmo tempo moderna na forma como respira e como os seus cidadãos vivem. É uma cidade industrial, mas que tem vários parques verdes. Uma cidade estudantil e com uma forte vertente artística, onde, porém, a mentalidade ainda é algo fechada. Łódź é arquitetura antiga de cortar a respiração e é blocos de apartamentos antigos, todos seguidos, todos iguais e todos numerados. É neve e é sol. É simpática e inospitalidade. É um sítio que por vezes tem pouca cor, mas que tem sempre muita vida. ■

Crianças de Óbidos concebem máquinas para melhorar as suas vidas

Alunos do primeiro ciclo inventam e desenham uma máquina que depois é transformada, por jovens do ensino superior, em algo que pode ser concretizado por estudantes do ensino profissional. É assim o projecto My Machine, que está a ser desenvolvido por alunos do primeiro ciclo dos complexos escolares de Óbidos, pela ESAD e pelo CENFIM.

A autarquia apresentou recentemente uma candidatura à União Europeia, de três milhões de euros, para que este projeto possa ser desenvolvido em rede entre vários países.

Fátima Ferreira
ferreira@gazetacaldas.com

"Todos os dias tínhamos trabalhos de casa e muitas das vezes já chegávamos muito cansados e, a chorar, pedímos aos pais para nos ajudar". Esta situação não agradava a Mariana Santos, de nove anos, que criou uma máquina para resolver o problema. A "Máquina dos TPC" não acaba com eles, mas ajuda a que estes sejam criativos.

Mas afinal que máquina é esta? Trata-se de um capacete com vários temas criativos que é colocado na cabeça da professora e que quando é ligado, uma luz acende aleatoriamente em cada um dos temas, até que se fixa no que será trabalhado nesse fim-de-semana. Os trabalhos criativos podem incidir sobre Matemática, ambiente, reciclagem ou o tempo.

A professora Teresa de Jesus é quem, a cada sexta-feira, coloca o capacete na cabeça e garante que os resultados não podiam ser mais positivos. **"Só há trabalhos para casa ao fim de semana pois foram os alunos que assim o decidiram"**, conta a professora, acrescentando que esta liber-

tização dos TPC foi gradual e que em nada prejudicou o sucesso escolar das crianças. **"O TPC não é um dos factores de melhoria de sucesso educativo"**, referiu a docente à *Gazeta das Caldas*.

A máquina foi pensada no ano lectivo passado por Mariana Santos, na altura aluna do 3º ano do Complexo do Alvito e votada pela turma. Contou também com a colaboração do animador André Silva, que era o coordenador do projeto My Machine no complexo do Alvito, onde também foi criada a Máquina da Tranquilidade.

Para além destes dois projectos, foram criados mais três no Complexo dos Arcos e um no do Furadouro, num total de seis máquinas, que foram apresentadas no passado dia 19 de Setembro no Parque Tecnológico de Óbidos. É possível encontrar um "super-cão aspirador" para limpar a sala de aula e permitir que um colega vença o medo que tem destes animais, capacetes para aumentar a concentração na sala de aula, uma máquina de fazer sumo de uva e ainda uma "máquina da tranquilidade", que projecta imagens que acalmam os alunos mais irrequietos.

Este segundo ano de projecto envolveu cerca de 100 crianças do 3º ano do primeiro ciclo, cinco professores, três animadores, empresas do PTO, alunos e professores da ESAD, num total de 150 pessoas.

CANDIDATURA DE TRÊS MILHÕES PARA REDE EUROPEIA

Este ano lectivo o projeto My Machine irá envolver os alunos do primeiro ano do 1º ciclo de Óbidos e iniciará um piloto com uma turma do jardim de infância do Arelho. O alargamento ao pré-escolar deve-se ao facto de haver estudos que "mostram que as crianças com três anos têm uma capacidade altamente criativa e que ao longo do tempo a vão perdendo", explicou o presidente da Câmara, Humberto Marques. Outra das novidades desta edição é o facto do projecto envolver o CENFIM - Centro de Formação Profissional da Indústria Metalúrgica e Metalomecânica, em diálogo com o ensino básico e o universitário.

A Câmara de Óbidos apresentou recentemente à União Europeia uma candidatura de



Mariana Santos com a sua "Máquina dos TPC"

três milhões de euros que permitirá que alunos do primeiro ciclo inventem máquinas em parceria com a Bélgica, Dinamarca, Noruega, Eslováquia e Eslovénia. O objectivo é criar uma rede com estes países e permitir a troca de experiências, com a mobilidade de animadores, professores e crianças.

A candidatura, que tem uma duração de dois anos, está pen-

sada para colocar os alunos de Óbidos a trabalhar em conjunto, por exemplo através de videoconferências, com colegas de outros países e que em Portugal se possam desenvolver máquinas pensadas por alunos estrangeiros. O projeto My Machine surgiu em Kortrijk (Bélgica), através da Universidade de Howest e pretende promover a criatividade na Educação, permitindo que

as crianças concretizem as suas ideias através da construção das suas máquinas. Estas podem ser soluções para resolver problemas da sociedade, ou das próprias crianças, recorrendo à sua imaginação e juntando-lhe depois o conhecimento e a capacidade tecnológica de instituições de ensino superior, ensino profissional e empresas do Parque Tecnológico.||



Capacetes para aumentar a concentração na sala de aula



As crianças inventaram uma "máquina" de fazer sumo de uva

PUB.



Mudamos
a nossa
imagem,
Mantemos o
profissionalismo
de sempre!



O novo ano lectivo está à porta...
As matrículas já se encontram à sua espera!

Rua Almirante Cândido dos Reis, 21 - I.ESQ (Rua das Montras), Caldas da Rainha 262 843 864 | 917 955 526 | ccls.escoladelinguisas@gmail.com



Jovens universitários caldenses contam como é estudar longe de casa

"Novidade não foram os preços, foi a junção das despesas"



Marina Lopes com a cidade de Bragança ao fundo

Marina Lopes
24 Anos
Mestrado em Educação Social no I.P. De Bragança

A caldense Marina Lopes foi estudar para Bragança em 2011. Começou por fazer um CET, licenciou-se e, actualmente, está a caminho de ser mestre. Começou por viver na residência, onde se adaptou facilmente. Em Mogadouro (vila onde se localiza um dos pólos da universidade) viviam 23 jovens. Marina tinha um quarto só para ela, com casa de banho. Tudo o resto era partilhado.

Na licenciatura foi viver com cinco colegas para Bragança e não hesita em afirmar que "ali éramos uma família".

A cidade que a acolheu "é genuína". Isto porque "o sr. Fernando, do pão, o sr. Pires e o sr. João, dos cafés, bem como as pessoas do supermercado me tratam todas pelo nome e ficam preocupadas se eu não apareço durante muito tempo", contou.

Nas horas vagas os estudantes costumam ir para o Polis, um jardim na margem do rio Fervença, e para o castelo.

Numa comparação entre as Caldas e a cidade que a acolheu diz que são ambas "muito bonitas, cada uma com o seu brilho". É que, "quem vai a Bragança fica apaixonado não só pela beleza natural, mas também pela forma como é tratado", afirmou.

Vem a casa duas vezes por ano, numa viagem de autocarro que demora... oito longas horas (das quais, uma parada em Leiria).

Além da família, "da parte de amêndoas da mãe, da sopa de peixe da avó Regina, das tostas da avó Teresa e dos grelhados do pai", é o mar o que lhe deixa mais saudades.

Das Caldas leva "máximo de legumes da horta que conseguir e queijos fundidos". Isto porque, tal como cá fazia, por lá sempre cozinhava. Vai à cantina quando tem pressa, quando está muito atarefada ou quando não lhe compensa ir a casa. "Às vezes os jantares de curso só na cantina", contou.

Tal como nas Caldas, lá também vai ao supermercado, pelo que os preços não foram surpresa. "Novidade foi a junção das despesas, a gestão do bolo inteiro".

Recebe uma bolsa que paga as propinas e uma mesada, com a qual paga a casa, a água, a luz e o gás e alimentação

Trabalha a tratar das capas (cozer emblemas e colocar matrículas) e quando é preciso ajuda em cafés e bares.

A gestão "é uma questão de hábito", o problema "são os imprevistos: um mês em que precisamos de mais photocópias ou de um livro". Para gerir tenta estabelecer prioridades: "prefiro um jantar de curso ou um fim-de-semana com uma amiga num sítio novo? Um chocolate ou as photocópias que me fazem falta?".

Para o futuro pretende ganhar experiência na sua área em Bragança, onde tem boas perspectivas de emprego. Depois quer-se aventurar para outra cidade que não as Caldas. "Talvez o Porto..."||I.V.

"Ganhei independência e responsabilidade"



Bernardo Silva estuda em Aveiro e partilha casa com dois colegas

Bernardo Silva
22 anos
Mestrado em Engenharia e Gestão Industrial na Universidade de Aveiro

Terminada a licenciatura de três anos em Engenharia e Gestão Industrial, Bernardo Silva segue agora para o mestrado na mesma área. Serão mais dois anos a estudar em Aveiro, cidade para onde se mudou em 2012. Independência e responsabilidade são as duas principais qualidades que Bernardo afirma ter ganho desde que deixou a casa nas Gaeiras. Aprende a desenrascar-se sozinho e a não contar com o jantar em cima da mesa ou com a boleia dos pais. E também a gerir o que é prioritário: "já não tenho ninguém a dizer-me que não posso sair à noite porque tenho que estudar. Sou eu quem faz a gestão do meu tempo e às vezes é preciso abdicarmos da diversão".

No primeiro ano, o jovem alugou um quarto, mas não conhecia os seus companheiros de casa. No segundo mudou-se para um apartamento com dois colegas do curso, com quem ainda mora actualmente. "Na primeira casa tinha uma prateleira onde guardava a minha comida e ninguém mexia no que era dos outros. Agora é diferente, partilhamos tudo e se vamos fazer jantar, compramos a contar com todos", conta Bernardo Silva, salientando que, por precaução, guarda sempre papel higiénico no quarto para o caso de acabarem os rolos.

Se há discussão, certamente que o motivo são as limpezas e as desarrumações, assegura Bernardo. Ninguém se intromete na organização dos quartos, pois são individuais, mas no que toca à casa de banho e à cozinha, a conversa muda de figura. "Meto sempre a loiça na máquina, mas eles insistem em deixá-la acumular na pia. Já pensei que o problema é termos loiça a mais! Depois sou sempre eu a esvaziar o cinzeiro ou a levar o lixo, e a casa de banho é aquela divisão que ninguém quer lavar...", revela.

Normalmente Bernardo Silva leva comida das Gaeiras, chega a Aveiro e congela-a. Depois é só aquecer. Mas basta ficar lá duas semanas seguidas que é preciso ligar o fogão. O jovem confessa que normalmente cozinha bifés e arroz, mas quando há tempo e disposição organiza com os colegas noites de culinária. "Já fizemos uma tentativa de lasanha, tacos e batatas no forno com rolo de carne", diz.

Por mês gasta 520 euros, valor que inclui prestação da casa, despesas de transporte e alimentação e outros gastos pessoais. Inicialmente Bernardo ia de autocarro ou comboio para Aveiro e deslocava-se principalmente a pé, agora tem carro próprio. A adaptação à nova cidade foi fácil, "mas também porque conheci as pessoas certas, com quem me dei logo bem".

Numa breve comparação das Caldas com Aveiro, Bernardo Silva realça que na cidade dos ovos moles as pessoas parecem "ter mais predisposição em estar na rua, enquanto os caldense têm dificuldade em aderir ao que é novidade. Lá há sempre alguma coisa para fazer exercicio ao ar livre, principalmente junto ao rio Lis", conta. || M.B.R.

"Não é fácil conciliar o trabalho com a faculdade"



Vanessa Silva diz que Leiria tem óptimos espaços para fazer exercício ao ar livre

Vanessa Dias
21 anos
3º ano da licenciatura em Dietética no Instituto Politécnico de Leiria

Embora apenas 50 quilómetros separam Caldas de Leiria, para Vanessa Dias ir e vir todos os dias nunca foi opção, até porque logo no primeiro ano teve aulas até tarde. Seria muito cansativo, confessa. Resolveu procurar casa com o namorado, que também estuda na cidade do Lis. "Por isso a transição foi mais fácil, nunca me senti sozinha", revela. Os dois jovens caldense pagavam 230 euros de renda, mas este ano preparam a mudança para uma residência, que mensalmente custa 75 euros. Como Vanessa é bolseira, esta despesa fica a cargo do Estado. Passar a partilhar quarto com uma desconhecida, assim como uma cozinha minúscula e dois frigoríficos que servem de apoio a 16 pessoas são os principais receios desta estudante de dietética.

No primeiro ano, o jovem alugou um quarto, mas não conhecia os seus

companheiros de casa. No segundo mudou-se para um apartamento com dois colegas do curso, com quem ainda mora actualmente. "Na primeira casa tinha uma prateleira onde guardava a minha comida e ninguém mexia no que era dos outros. Agora é diferente, partilhamos tudo e se vamos fazer jantar, compramos a contar com todos", conta Bernardo Silva, salientando que, por precaução, guarda sempre papel higiénico no quarto para o caso de acabarem os rolos.

Se há discussão, certamente que o motivo são as limpezas e as desarrumações, assegura Bernardo. Ninguém se intromete na organização dos quartos, pois são individuais, mas no que toca à casa de banho e à cozinha, a conversa muda de figura. "Meto sempre a loiça na máquina, mas eles insistem em deixá-la acumular na pia. Já pensei que o problema é termos loiça a mais! Depois sou sempre eu a esvaziar o cinzeiro ou a levar o lixo, e a casa de banho é aquela divisão que ninguém quer lavar...", revela.

Normalmente Bernardo Silva leva comida das Gaeiras, chega a Aveiro e congela-a. Depois é só aquecer. Mas basta ficar lá duas semanas seguidas que é preciso ligar o fogão. O jovem confessa que normalmente cozinha bifés e arroz, mas quando há tempo e disposição organiza com os colegas noites de culinária. "Já fizemos uma tentativa de lasanha, tacos e batatas no forno com rolo de carne", diz.

Por mês gasta 520 euros, valor que inclui prestação da casa, despesas de transporte e alimentação e outros gastos pessoais. Inicialmente Bernardo ia de autocarro ou comboio para Aveiro e deslocava-se principalmente a pé, agora tem carro próprio. A adaptação à nova cidade foi fácil, "mas também porque conheci as pessoas certas, com quem me dei logo bem".

Numa breve comparação das Caldas com Aveiro, Bernardo Silva realça que na cidade dos ovos moles as pessoas parecem "ter mais predisposição em estar na rua, enquanto os caldense têm dificuldade em aderir ao que é novidade. Lá há sempre alguma coisa para fazer exercicio ao ar livre, principalmente junto ao rio Lis", conta. || M.B.R.

"Obrigou-me a preparar-me melhor para viver sozinha"



Francisca Silva, trajada a rigor, com a pasta de finalista numa mão e a capa na outra

Francisca Silva
23 anos
Licenciada em Psicologia na Universidade de Faro

Francisca Silva, 23 anos, terminou este ano na Universidade do Algarve a licenciatura em Psicologia. Em conversa com a *Gazeta das Caldas* recordou "como foi horrível a primeira semana... Estava muito longe de casa, a 300 quilómetros, e não conhecia ninguém".

Mal chegou a viver para um apartamento com seis raparigas divididas em três quartos. A maior dificuldade nesta experiência foi "a partilha de uma casa com mais seis pessoas", principalmente na cozinha e numa casa de banho que servia quatro pessoas. "Acordava muito cedo para preparar tudo", lembrou.

Sempre se deu bem com as colegas de quarto. "Sou organizada e arrumada e tive sorte nas colegas que tive", disse Francisca, afirmando ter gostado da experiência.

Recordou que faziam "reuniões uma vez por mês para falar sobre o que estava mal: por exemplo, se uma demorava muito ou outra deixava sujo". Até porque quando saiam de casa, havia "as inspecções da dona Clarisse, que via se tínhamos a cama feita e o pijama arrumado e se havia louça por lavar".

Ao início vinha a casa de 15 em 15 dias, mas nas alturas de frequências vinha uma vez por mês, ou vinha duas vezes seguidas e passava mais de um mês sem vir. "Cheguei a ficar quase dois meses lá, mas agora para o fim já era mais fácil", contou.

A viagem demorava três horas de autocarro até Lisboa e mais uma hora de carro desde a capital até às Caldas.

De Faro recorda "o tempo, que é mais ameno e que era uma das grandes diferenças que notava quando vinha às Caldas. Aliás, ou ficava doente ou com alergias".

Francisca Silva contou-nos a rotina das saídas de estudantes: "À noite toda a gente vai ao 'O Seu' café e depois segue a pé para as discotecas da chamada rua do Crime, na Baixa", explicou.

No primeiro ano almoçava sempre na cantina e jantava apenas sopa, mas depois começou a cozinhar.

Antes de ir ao supermercado corria as promoções. "Tinha uma aplicação no telemóvel e tudo", conta.

A bolsa pagava-lhe as propinas, o alojamento e o passe. Recebia uma mesada para as viagens e alimentação. "Tinha de gerir muito bem, mas eu sou boa a gerir, então preferi não sair à noite lá, comprar uma roupa ou comer fora, para poder poupar e vir às Caldas", explicou.

De cá levava comida congelada e legumes que a mãe comprava.

Contas feitas, foram três anos em que acreditava ter crescido imenso. "É difícil estar longe e não ter a família perto, estar doente e ter de me safar sozinha... Obrigou-me a aprender e preparar-me melhor para viver sozinha, a ter a minha casa e a gerir o meu dinheiro".

Para o futuro segue um mestrado, provavelmente em Lisboa, onde pretende depois arranjar trabalho. "Ou talvez no estrangeiro, quem sabe...".||I.V.

"Vivi três anos numa residência"



Sónia Costa na cerimónia de finalistas

Sónia Costa
21 anos
Licenciada em Ciências da Comunicação na Universidade Nova de Lisboa

Sónia Costa chegou a Lisboa há três anos. Inicialmente pensou em alugar um quarto, mas após verificar que os preços rondavam os 250 a 300 euros por mês, a residência foi a sua opção (75 euros).

"A ideia que temos de uma residência de estudantes é a imagem que passa nos filmes americanos", conta Sónia, que depois se apercebeu que o ambiente pode realmente ser de festa, mas há muito mais para além da farra. Cada piso é composto por duas alas, cada uma com uma cozinha comunitária e uma lavandaria. "Entrei em choque quando abri o frigorífico pela primeira vez, estava completamente sujo, e questionei-me como é que ali a caber a comida de tanta gente", recorda, acrescentando que depois optou por comprar a meias um frigorífico tipo mini-bar com a sua colega de quarto. "Foi das melhores coisas que fiz porque na cozinha havia muitos roubos de comida".

Com a colega de quarto a relação nem sempre foi fácil: as jovens não tinham feitiços parecidos e os horários das aulas eram completamente diferentes. Sónia entrava sempre mais cedo, por isso tomava muitas vezes o pequeno-almoço às escusas para não acordar a colega. Já no terceiro ano, a estudante de Ciências da Comunicação passou a partilhar quarto com uma amiga do mesmo curso, o que veio facilitar as rotinas.

O princípio, Sónia Costa chorava de saudades e vinha religiosamente às Caldas logo às quintas-feiras, pois não tinha aulas no dia seguinte. "Depois fui conhecendo mais pessoas, passei a ter passe em Lisboa a passar mais, a ir a más festas... e já ficava lá vários fins-de-semana seguidos", revela.

Desde o princípio que Sónia integrou a comissão de residentes – uma espécie de associação de estudantes da residência – que tem como missão organizar festas, sessões culturais e de cinema ou noites de quizz. As festas realizam-se no espaço bar da residência, que também possui sala de estudo, um espaço de convívio, um ginásio e uma cantina.

Já a limpeza das casas de banho e dos quartos é assegurada pelos estudantes, que apontam as tarefas numa grelha. "Ao contrário do que muita gente pensa, não há hora limite para entrar ou sair e podemos levar pessoas da foras das 10h00 as 22h00", explica Sónia Costa, que rapidamente se habituou ao percurso de 20 minutos a pé que demorava até à Faculdade de Ciências Sociais e Humanas.

Como o fogão tinha apenas quatro bicos, a caldense optava por levar bastante comida congelada das Caldas. Era só aquecer. Ao almoço, preferia comer na cantina da facultade.

Por mês, Sónia Costa gastava cerca de 250 euros. Pela primeira vez a gerir o seu dinheiro, rapidamente ficou fã das promoções do Pingo Doce. "Todas as semanas via o folheto e basicamente só comprava o que tinha desconto. Como eu, havia muitos estudantes e, por isso, andava sempre tudo a comer o mesmo", realça, salientando que as idas ao supermercado costumavam acontecer a quinta-feira. "Parecia que íamos todos em excursão, com os sacos na mão", ri-se.

A experiência na Residência Universitária Alfredo de Sousa durou três anos. Sónia já está licenciada e segue-se uma pós-graduação. "Sinto que cresci muito graças à residência, que é uma espécie de preparação para o mundo de trabalho", acrescenta. Afinal, engolem-se muitos sapos, aprende-se a lidar com pessoas muito diferentes e fica-se mais tolerante. || M.B.R.

"Gosto de perder tempo a cozinhar"



João Oliveira numa das margens do Mondego, na cidade dos estudantes

João Oliveira
21 anos
4º ano da Licenciatura em Enfermagem na Universidade de Coimbra

Passagem da adolescência para a vida adulta: foi assim que João Oliveira, futuro enfermeiro, encarou a sua ida para a facultade, há quatro anos. "Ganhei responsabilidade e independência, pois os meus pais deixaram de estar na linha de frente no meu dia-a-dia. Mas, ao mesmo tempo, nunca me senti sozinho porque sei que posso contar sempre com eles", conta o caldense, para quem a adaptação à nova cidade foi fácil e natural. Afinal, "estamos todos na mesma situação, todos queremos fazer novas amizades".

João encontrou em Coimbra exactamente aquilo que esperava e identificou-se rapidamente com a mística, as praxes e o ambiente estudantil. A Praça da República é o principal ponto de encontro dos jovens universitários, que ali se reúnem para tomar um café, beber um copo ou seguir para a discoteca. Sai-se principalmente à quinta-feira, a noite dos estudantes.

No primeiro ano João Oliveira partilhou casa com duas raparigas, depois passou a viver com dois rapazes e há dois anos que voltou a morar com duas jovens. "Da experiência que tenho é mais fácil viver com rapazes, elas são mais desleixadas e complicadas", afirma, salientando que os três colegas de casa definem quem limpa o quê todas as semanas e que cada um lava a sua loiça. As "pequenas guerras" dão-se quando começam a haver muitas tentativas de troca de tarefas entre os três.

"Não me importa de limpar ou de arrumar, nem nunca encarei as lixeiras domésticas como um obstáculo, apenas como uma nova fase que me ajuda a crescer", releva João Oliveira que, embora venha às Caldas quase todos os fins de semana, nunca teve o hábito de levar comida para o resto da semana. É que o estudante de enfermagem gosta de cozinhar e até considera o tempo perdido à volta dos tachos como um escape ao stress do curso. Por isso, sempre que pode, João come em casa.

PUB.

Investindo na Qualidade

Mais um ano letivo que arrancou na ETEO, com as já habituais 15 turmas, que correspondem ao pleno da capacidade da Escola. As novidades no início de cada ano estão normalmente relacionadas com a diversidade dos cursos a abrir, no entanto, neste ano resolvemos alterar alguma rotina no funcionamento, começando as aulas apenas às 9 horas. Parece-nos ser mais adequado às necessidades atuais dos jovens.

Adivinha-se, entretanto, que este 2016/2017, vai ser também de grandes novidades, e sobretudo de grande azáfama, por estarmos a desenvolver o projecto de Criação e Implementação do Sistema de Gestão e Garantia da Qualidade, com o envolvimento, cooperação, motivação e responsabilização do público interno e externo.

A Escola Técnica Empresarial do Oeste tem como missão o desenvolvimento de atividades culturais, científicas, tecnológicas e pedagógicas no âmbito do ensino e formação profissional, numa óptica sempre presente, de melhoria e inovação, para promover o desenvolvimento local, regional e do país. Forma técnicos intermédios qualificados para o mercado de trabalho e/ou prosseguimento dos estudos, apostando na sua formação integral, enquanto cidadãos socialmente responsáveis, assente num conjunto diversificado de valores e capacidade empreendedora, crítica e inovadora. Este Projeto tem como objetivos, o desenvolvimento e utilização de instrumentos que permitam documentar, desenvolver, monitorizar, avaliar e melhorar a eficiência da educação e formação profissional da ETEO e a qualidade das práticas de gestão; a promoção da transparência e da qualidade de competências e qualificações facilitadoras da integração no mercado de trabalho nacional e internacional; a operacionalização de estratégias que respondam às expectativas dos jovens e das famílias e às necessidades do mercado de trabalho; o enquadramento das alterações e melhorias estruturantes no futuro, articuladas com a evolução da realidade económica, social e laboral, essenciais para a manutenção e melhoria da qualidade.

Mais um largo passo no Projeto Educativo da ETEO

Um Bom Ano Escolar
A Direção
ETEO

PUB.

ESCOLA TÉCNICA EMPRESARIAL DO OESTE

Cursos Profissionais Oferta Formativa 2016-2017

- Técnico de Turismo**
- Animador Sociocultural**
- Técnico de Multimédia**
- Técnico de Segurança e Higiene do Trabalho**
- Técnico de Serviços Jurídicos**



Nível de qualificação:
Equivalência ao 12º ano
Qualificação profissional **nível IV** (Reconhecimento nos países da UE)

Duração dos Cursos:
3 anos

Atribuição de:
Subsídio de Refeição
Subsídio de Transporte
Bolsa de Profissionalização
Bolsa de Material de Estudo (aos alunos com escalão 1 e 2, no âmbito da Ação Social Escolar)



APEPO – Associação Para O Ensino Profissional Do Oeste

Escola Técnica Empresarial do Oeste
Rua Cidade de Abrantes, n.º 8 | 2500-146 Caldas da Rainha | Tel. 262 842 247 | Fax 262 842 275
www.eteo-apepo.com | Email: geral@eteo-apepo.com



eteo
Escola Técnica
Empresarial do Oeste

Um tutor para a energia em cada escola

No dia 13 de Setembro 15 professores dos agrupamentos de escolas oestinos terminaram uma formação que lhes permite criarem a figura de tutor da energia nas respectivas escolas. A última componente foi prática, numa auditoria simulada à Escola Secundária Rafael Bordalo Pinheiro. Seguem-se 27 acções de sensibilização em todas as escolas do Centro de Formação das Associações de Escolas Centro-Oeste.



A auditoria foi guiada pelo perito Paulo Sarabanda

Isaque Vicente
ivicente@gazetacaldas.com

Um tutor de energia é um professor que propõe medidas de eficiência energética, sensibiliza os alunos e colegas para esta temática e implementa os planos energéticos nas respectivas escolas. A ADENE (Agência para a Energia) tem um curso um programa para formar 200 tutores em 120 agrupamentos escolares por forma a

alcançar 45 mil alunos e funcionários de 360 escolas (distribuídas por 120 agrupamentos).

De acordo com a Agência de Energia tutores surgem porque foi identificada uma necessidade de "ultrapassar os poucos conhecimentos sobre eficiência energética e a deficiente utilização dos equipamentos e tecnologias energéticas instaladas, por parte de quem utiliza e gera o parque escolar".

Estas formações devem capacitar-

-los com um espírito crítico acerca da energia e dar-lhes a conhecer processos, equipamentos e métodos para aumentar a eficiência energética, reduzindo a factura, sem abdicar da qualidade. A formação, na qual participaram professores de Físico-Química, de Biologia e até de Educação Moral, era gratuita e tinha a duração de 28 horas, distribuídas por quatro dias (5, 6, 7 e 13 de Setembro, sempre em horário laboral). As primeiras três sessões realiza-

ram-se na OesteCIM e a última na Escola Secundária Rafael Bordalo Pinheiro, com o perito Paulo Sarabanda, da ADENE.

Gazeta das Caldas acompanhou esta sessão em que foi feita uma auditoria simulada. Os futuros tutores percorreram a escola e puderam ver, na prática, tudo aquilo que aprenderam na teoria: que equipamentos existem (iluminação e climatização), como funcionam, como se interligam, como se gerem e como é possível reti-

PUB.

rar melhores resultados, gastando menos. Outro dos tópicos analisados foi o tarifário, partindo das facturas e das diferenças entre as mesmas.

Ainda dentro deste programa serão realizadas 27 acções de sensibilização no Oeste, sendo criado para o efeito o dia em que "A Agência Vai à Escola". Nessa data a Oeste Sustentável irá aproveitar também para distribuir os prémios dos concursos que foi realizando (como o Ventos de

Poupança – que prevê a colocação de ventoinhas eólicas em escolas).

Os centros escolares que tenham esta figura criada terão benefícios no plano do programa Portugal 2020. No Oeste a formação foi coordenada pela Oeste Sustentável e contou com a parceria da RNAE (Associação das Agências de Energia e Ambiente) e do CFAE Centro-Oeste (Centro de Formação da Associação de Escolas do Centro Oeste).||



O grupo de professores fez formação prática na Escola Rafael Bordalo Pinheiro

Projecto de teatro chega às escolas de Óbidos



O actor Pedro Giestas será o coordenador deste projecto de teatro

"Anatomia da Identidade" é como se designa o projecto de teatro coordenado pelo actor Pedro Giestas, que irá desenvolver-se no Agrupamento de Escolas Josefa de Óbidos, privilegiando-se a sua integração no Clube de Teatro e nas várias equipas educativas.

Será proposto aos alunos que criem textos, que depois servirão de base para um espectáculo, cujo objectivo é relacionar os seus sentimentos com estórias tradicionais. "Pretende-se, desta forma, recuperar as memórias das nossas tradições e da nossa identidade", refere nota de imprensa.

Além da elaboração dos textos, os estudantes ocupar-se-ão da construção dos cenários e de todos os materiais necessários à encenação da peça, assim como apren-

derão a manipular marionetas. O espectáculo final realizar-se-á na escola para todos os alunos, e também na Noite do Fogo, acessível a toda a população.||M.B.R.

Passaporte Escolar concentra informação do aluno

A PUZ (marca registada da editora Okupamente) lançou o booklet "Passaporte Escolar 2016/2017", uma espécie de caderneta em que é possível registar toda a informação escolar do aluno: a sua ficha pessoal, o nome dos professores, a lista de livros, o horário, o calendário escolar

e os testes.

"Passaporte Escolar 2016/2017" tem o custo de um euro e está disponível até ao final do mês em papelerias, tabacarias, supermercados, lojas Staples e nas áreas de serviço. Foram impressos 20 mil exemplares. ||M.B.R.



CCR CONSERVATÓRIO CALDAS DA RAINHA

O LUGAR DA MÚSICA



Inscrições Abertas

Cursos para bebés/ crianças/ jovens/ adultos

Acordeão
Bateria / Percussão
Clarinete
Contrabaixo
Fagote
Flauta de Bisel
Flauta Transversal
Guitarra Clássica/
Elétrica
Guitarra Portuguesa
Oboé
Piano / Piano Jazz
Teclado Eletrônico
Trompete
Tuba
Violino
Violoncelo

INFORMAÇÕES
Rua Arnaldo Fortes n.º 32
2500-131 Caldas da Rainha
Tel.: 262 842 673 | 966 097 240 |
963 608 600
Email:
secretaria@conservatoriocaldas.pt

PUB.

O Teu Futuro Começa Aqui!

A Centintel é uma empresa que tem como objeto o ensino e a formação profissional com o intuito de desenvolver com qualidade, rigor e inovação atividades formativas que contribuam para a aquisição, desenvolvimento e certificação de novas competências.

A Cenintel em Peniche desenvolve a sua actividade formativa no Hotel PinhalMar oferecendo cursos de aprendizagem na área da Hotelandaria e Restauração com certificação profissional e equivalência ao 12º ano.

A parte inferior do hotel foi construída como espaço de formação profissional possuindo salas teóricas, sala de tecnologias de informação, refeitório, zona de convívio, sala de formadores e la-



boratório de cozinha.

O facto de o local de formação se inserir num hotel torna-se uma mais valia para os nossos formandos uma vez que permite articular a formação com o contexto real de trabalho.

Os cursos de aprendizagem são cursos de formação inicial dirigidos a jovens, privilegiando a sua inserção no

mercado de trabalho e permitindo o prosseguimento de estudos.

A nossa oferta formativa pressupõe um forte dinamismo entre as diversas componentes e contextos de formação, onde a situação em local de trabalho ocupa um lugar central no processo formativo, e o recurso à alternância de contextos de

formação potencia a aquisição dos saberes e competências necessários a determinado perfil profissional.

Temos abertas inscrições para o curso de Restaurante Bar a iniciar em Outubro.||

Soraia Ribeiro
Coordenadora
Pedagógica

Teatro da Rainha promove oficina para crianças



TEATRO DA RAINHA

"Brincar a Sentir" é o nome da oficina criativa de teatro do Teatro da Rainha. Destinada a crianças entre os cinco os 12 anos, a formação decorrerá durante o ano lectivo e estará a cargo da actriz e professora Raquel Monteiro.

Haverá dois grupos: crianças dos cinco aos oito anos às segundas-feiras das 18h00 às 19h15 e crianças dos nove aos 12 anos, às terças-feiras, no mesmo horário.

Em comunicado, o Teatro da Rainha informou que com esta oficina se pretende, a partir do teatro, "valorizar as faculdades físicas, intelectuais e criativas das crianças". O objectivo é fornecer aos mais novos "ferramentas e conhecimentos que contribuam para o fortalecimento do seu percurso académico, cultural e artístico".

A oficina tem um custo mensal de 25 euros. Mais informações e inscrições através do e-mail geral@teatro-da-rainha.com ou do tel. 966186871.|| I.V.

PUB.

Gazeta das Caldas

Assinatura Digital
para estudantes



7,50€
anual

válido na apresentação do cartão de estudante



www.gazetacaldas.com

INSCRIÇÕES ABERTAS PARA 2016

Equivalenténcia ao 12ºano
Qualificação Profissional Nível 4

CURSOS DE APRENDIZAGEM

GARANTE A TUA VAGA, INSCREVE-TE JÁ. | INSCRIÇÕES ABERTAS

COZINHA E PASTELARIA RESTAURANTE-BAR

DESTINATÁRIOS

IDADE INFERIOR A 25 ANOS | 9º ANO CONCLUÍDO (OU EQUIVALENTE)

ENSINO SECUNDÁRIO NÃO CONCLUÍDO (12ºANO)

AUTORIZAÇÃO DE RESIDÊNCIA

APOIOS

SUBSÍDIO DE ALIMENTAÇÃO (4,27€/MÊS - FREQUÊNCIA MÍNIMA DE 3 HORAS) BOLSA DE ESTUDO (ATE 41,92€/MÊS)

VALOR TOTAL DO PASSE (MEDIANTE A ENTREGA DE RECIBO)

MATERIAL ESCOLAR (ATE 151,20€/ANO)

ACOLHIMENTO (209,60€/MÊS - APOIO PARA FORMANDOS COM FILHOS A FREQUENTAR O INFANTÁRIO)

PENSA NO TEU
FUTURO E FAZ A
ESCOLHA CERTA. ➤➤

FREQUÊNCIA
GRATUITA

CENTRO DE FORMAÇÃO - HOTEL PINHALMAR
ESTRADA MARGINAL SUL, 2520-227 PENICHE
TEL.: 262 070 934 | SECRETARIAPENICHE@CENINTEL.PT

CENINTEL PINHALMAR
HOTEL *** PENICHE



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO



PORTUGAL 2020



QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRÁTÉGICO
NACIONAL



GOVERNO DA REPÚBLICA
REPÚBLICA PORTUGUESA



UNIÃO EUROPEIA
PAÍSES BÁSICOS



INSTITUTO DO EMPRÉDIO
FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Professores de Óbidos e Cadaval em maior risco de burnout

Inês Campos Matos, médica interna de saúde pública, quis saber qual o risco de burnout nos professores da região e, para isso, questionou quase 200 docentes das Caldas da Rainha, Óbidos, Bombarral, Cadaval e Peniche. Os resultados indicaram que 40% se encontra em risco evidente, sendo que a percentagem é maior nos concelhos de Cadaval e Óbidos.

Maria Beatriz Raposo
mbraposo@gazetacaldas.com

"Reacção extrema ao stress profissional cumulativo e prolongado, que afecta o bem-estar físico e psicológico dos docentes, influencia negativamente o seu relacionamento com os alunos e a qualidade do seu ensino, e se associa a fenómenos como a intenção de abandono da profissão". É esta a definição de burnout que Inês Campos Matos, médica interna de saúde pública, apresenta no estudo "Docentes e Síndrome de Burnout", que avalia o risco de incidência deste distúrbio nos professores das Caldas, Bombarral, Óbidos, Peniche e Cadaval.

Desgaste, esgotamento, exaustão física e stress são quatro sintomas que andam lado a lado com o burnout que, no caso da nossa região, atinge em pleno 8,3% dos 192 inquiridos. Responderam ao inquérito "Maslach Burnout Inventory" seis docentes de Óbidos, 67 de Peniche, 70 de Bombarral, 42 das Caldas da Rainha e sete do Cadaval.

"Os professores são um grupo com um risco acrescido de doença mental", realça Inês Campos Matos, acrescentando que um em cada três professores sofrerá, ao longo da sua vida, uma doença de saúde mental.

O burnout está associado a uma dedicação excessiva ao trabalho (e a um consequente esquecimento da vida pessoal), a senti-



Inês Campos Matos, médica interna de saúde pública, foi a primeira a investigar o risco de burnout nos professores da região

mentos de depressão e agressão e à diminuição das capacidades cognitivas.

Para a investigadora, a exaustão emocional, a falta de realização pessoal e a despersonalização são os três principais factores que caracterizam o burnout. Em particular, a despersonalização acontece quando os professores deixam de ver os seus alunos como pessoas para passar a encará-los como objectos e "coisas", adoptando uma postura fria e impessoal para com os mesmos.

O burnout pode surgir por motivos individuais (idade, ambiente familiar ou personalidade), mas principalmente por causas organizacionais (exigência no trabalho (e a um consequente esquecimento da vida pessoal), a senti-

do estabelecimento de ensino) e sociais (o estatuto que os professores ocupam na sociedade).

Numa escala de zero a seis – ou seja, de "nunca" a "todos os dias" – os 192 docentes avaliaram 22 afirmações, como por exemplo: "sinto-me emocionalmente esgotado", "sinto que trato alguns alunos como se fossem objectos impessoais", "sinto-me com muita energia" ou "sinto que estou a trabalhar demasiado para a minha profissão".

Os resultados indicaram que 40% dos docentes está em risco de burnout ou já sofre do distúrbio, sendo que em Peniche, Caldas da Rainha e Bombarral o "burnout pleno" é inferior a 10%, enquanto que em Óbidos a percentagem é de 15% e

no Cadaval sobe para os 32%.

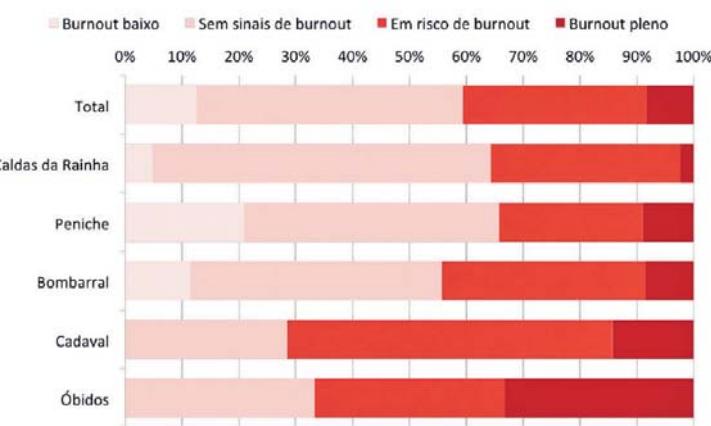
Outro dado relevante é que nas Caldas mais de metade dos inquiridos mostrou não ter qualquer sinal de burnout.

Mais: embora apenas 8,3% dos 192 professores sofram de burnout, 32,3% revelam apresentar pelo menos dois dos três factores indicativos desta doença (exaustão emocional, falta de realização pessoal e despersonalização).

O estudo realizado por Inês Campos Matos concluiu ainda que são os professores mais novos (até 44 anos), do pré-escolar e do ensino especial, a lecionar em Peniche e com turmas até 20 alunos (ou só com uma turma), os que apresentam menos indícios de burnout. Do lado oposto encontram-se os docentes com mais de 55 anos, solteiros, do 1º e 2º ciclos e a dar aulas no Cadaval e em Óbidos.

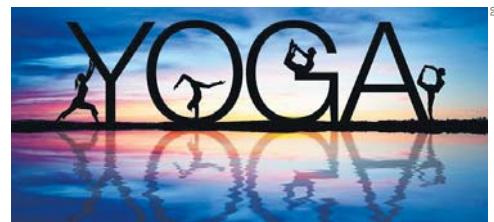
O estudo revela também que o sexo feminino tem três vezes mais probabilidade de sofrer burnout do que o sexo masculino, os professores do 1º e 2º ciclos do ensino básico mais seis vezes que os docentes do pré-escolar, e os profissionais do Cadaval estão 11 vezes mais em risco que os das Caldas da Rainha.

O estudo "Docentes e Síndrome de Burnout" foi apresentado nas primeiras Jornadas Pedagógicas da Região Oeste Norte, organizadas em Julho pelo USP Zé Povinho do ACES Oeste Norte e pelo Centro de Formação da Associação de Escolas Centro-Oeste.■



Cadaval e Óbidos são os concelhos em que os professores apresentam maior risco de burnout ou burnout pleno

Quer fazer yoga nas Caldas?



Já estão abertas as inscrições no Áshrama de Caldas - Centro do Yoga (situado na Rua das Montras, nº 83, ao lado do Café Venezia), para as modalidades de yoga para crianças, jovens, adultos e seniores, gestantes, pós-parto e mães com bebés.

Há também oferta de aulas individuais seleccionadas para grupos específicos, como empresários ou profissionais com actividades de grande desgaste e tensão, para atletas e desportistas de alta competição, para principiantes e avançados.

Para mais informações, contactar os tel. 262382479/917743102 ou o e-mail yoga@yogacaldas.com. O centro possui ainda um website: <http://www.yogacaldas.com>.■

M.B.R.

English Centre com mais de 95% de positivas nos exames

Os alunos do English Centre das Caldas e da Benedita obtiveram uma média de 96% de notas positivas nos exames realizados em Junho, correspondentes aos níveis B1 (PET), B2 (FCE) e C1 (CAE).

"Este é o resultado de uma relação de trabalho de várias décadas e do envio regular de centenas de alunos para efec-

tuarem exigentes exames", refere aquela escola em comunicado de imprensa. Desde 2011 que o English Centre é reconhecido pelo Cambridge English como centro de preparação para exames.

As matrículas para este ano lectivo já se encontram a decorrer nas escolas das Caldas da Rainha e Benedita.■ **M.B.R.**



cel essência do saber®

Faculdade Regional!

Centro de apoio à educação

Cursos de preparação para exames!

EXPLICAÇÕES PARA TODOS OS NÍVEIS E DISCIPLINAS

SALA DE ESTUDO PREPARAÇÃO PARA CHAMAS PSICOPEDAGOGIA Orientação Vocacional Escolar Desafio e Intervenção na Diversidade

APOIO PERSONALIZADO E COM ELEVADA QUALIDADE! Professores altamente qualificados e selecionados criteriosamente!

INSCRIÇÕES GRATUITAS desde 3,50€/mês

geral@essênciadodesaber.pt facebook.com/essênciadodesaber

LÉRIA Largo Cândido dos Reis (Terreiro) nº30 - Tel.: 244 835 065

ALCOBACA Rua Afonso de Albuquerque nº99-A - Tel.: 262 581 582

CALDAS DA RAINHA Rua 31 de Janeiro, nº1 R/C Drº - Tel.: 262 877 877

Famílias portuguesas vão gastar menos com o regresso às aulas

Para o arranque deste ano lectivo as famílias portuguesas gastaram 455 euros, menos 73 que no ano passado. O que também diminuiu foram as intenções de compra dos consumidores em todas os produtos relacionados com o regresso às aulas, após dois anos consecutivos de crescimento.

As papelarias voltaram a ser o local mais escolhido para realizar as compras de regresso às aulas e 94% dos inquiridos prefere adquirir manuais escolares novos.

Este estudo foi realizado pelo Observador Cetelem, que entrevistou 600 indivíduos entre os 18 e 65 anos.

Maria Beatriz Raposo
mbraposo@gazetacaldas.com

Uma diferença de 73 euros. É este o valor apontado pelo Observador Cetelem, que revela que este ano lectivo as famílias portuguesas vão gastar em média 455 euros com o regresso às aulas, enquanto que no ano passado as despesas rondavam os 528 euros. Por outro lado, registou-se um aumento de dois por cento (de 25% para 27%) dos consumidores que optam por recorrer ao cartão de crédito para pagar essas despesas.

Pela primeira vez desde 2013, as intenções de compra dos portugueses diminuíram em todas as categorias de produtos relacionados com o regresso às aulas (sem contar com o material escolar), sendo que os artigos de vestuário e calçado mantêm-se como os mais comprados nesta altura (78%). Seguem-se os equipamentos e artigos desportivos (55%). De notar que as famílias com filhos em idade escolar planeiam ter gastos principalmente com

vestuário, calçado e equipamento desportivo, enquanto os estudantes adultos tencionam gastar mais dinheiro em artigos de informática (telemóveis, computadores) e meios de transporte próprio (automóvel ou mota).

"Ano após ano, os portugueses tinham vindo a aumentar as intenções de compra no regresso às aulas, mas este ano pensam gastar menos, embora continuem a colocar no topo das suas intenções os mesmos itens", realça Diogo Lopes Pereira, director de Marketing do Cetelem em Portugal.

Outro dado é que 59% das famílias com filhos na escola opta por comprar o material escolar num único momento (principalmente com duas semanas de antecedência), enquanto os estudantes adultos preferem ir comprando o que necessitam ao longo do ano (65%). Relativamente aos manuais escolares, a maioria dos portugueses (94%) mantém a intenção de comprar livros novos. Ao mesmo tempo, a procura por livros em segun-

da mão ou emprestados desceu consideravelmente face a 2015 (de 33% para 19% e de 27% para 18%, respectivamente). Contudo, é nos estudantes com mais de 18 anos que esta última opção ainda é mais recorrente.

Diogo Lopes Pereira explica que **"a maioria dos manuais para crianças e jovens são simultaneamente teóricos e práticos, com resolução de exercícios no próprio manual, o que dificulta a sua utilização por mais que uma pessoa"**, o que vem justificar a preferência de 94% dos inquiridos.

PAPELARIAS EM VEZ DE HIPERMERCADOS

Ao contrário de 2015, ano em que os hiper e os supermercados foram o espaço mais escolhido pelos consumidores para fazer as compras do regresso às aulas, este ano as papelarias voltam a ser o local preferido dos portugueses. Oitenta por cento dos inquiridos escolheu as papelarias contra 65% que optou pelas grandes superfícies co-



A procura por livros em segunda mão desceu consideravelmente

merciais. As compras pela internet são opção para 22% dos entrevistados, maioritariamente estudantes adultos.

"A preferência dos consumidores pelas papelarias é um bom indicador para o comércio local e pode significar que estes estabe-

leimentos se adaptaram ao mercado e oferecem condições competitivas aos hipermercados", sublinha Diogo Lopes Pereira.

O estudo realizado pelo Observador Cetelem conclui ainda que a maioria dos pais conta dar aos filhos um limite máximo de

dez euros por semana e que 30% das famílias afirmam ter algum tipo de poupança para a educação futura dos seus filhos, embora 47% afirme não tencionar criar qualquer tipo de poupança para esta finalidade.||

Academia de futebol Vítor Baía tem parceria com o Desporto Escolar de Óbidos



O projecto foi apresentado na abertura do ano lectivo

O vínculo, ou seja, a qualidade da relação que existe com os filhos e eles connoce é, sem sombra de dúvidas, o ponto mais importante. Trabalhar a relação é o que vai permitir apoiá-los no desenvolvimento de uma autoestima saudável e permitir exercer uma autoridade menos conflituosa.

E se é verdade que as mães são super mães – trabalham, organizam a casa, dão banhos, ajudam a preparar mochilas, a fazer lanches – também é verdade que por vezes sentem o sabor amargo do filho que responde torto e que diz 'Tu fazes-me infeliz'.

Quando estiver a brincar com o seu filho, esteja. Muitas vezes fazem-se esquemas mentais sobre o trabalho que se está a concluir, a atualizar a lista de compras ou como organizar as tarefas depois de deitar os filhos. Bom tempo e tempo em quantidade é o que as crianças mais precisam do adulto.||

O respeito mútuo entre pais e filhos e a aposta na construção de um vínculo forte são os pontos mais importantes para uma parentalidade positiva.

Educar causa por vezes aos pais a sensação que não se pode falhar e que não se pode dizer que não se sabe – é suposto que, quando nasce uma criança, nasça uma mãe.

Uma grande parte dos pais tem tendência a repetir a forma de educar dos seus próprios pais, mesmo fugindo dos padrões

antigos.

Praticar uma educação mais positiva tem por base o respeito mútuo entre pais e filhos. Quando existe, não há necessidade de métodos mais autoritários nem, tão pouco, tudo permitir.

Em casa e na educação filhos, os pais são a autoridade e existem para os ajudar a crescer, em segurança. É com base nos nossos valores, com apoio nessa segurança e no respeito por quem é a criança, que vamos exercer a parentalidade.||

Os alunos das escolas de Óbidos vão ter este ano a oportunidade de realizar um treino por semana na Vítor Baía Academy, a academia de futebol do antigo guarda-redes do FC Porto e da Seleção Nacional.

Esta parceria vai permitir a to-

dos os alunos participarem no treino às quartas-feiras, entre as 16h00 e as 18h00, de forma gratuita. O município assegura o transporte entre a escola e o local dos treinos, no Bom Sucesso Resort.

Esta academia é mista e recebe

alunos dos 4 aos 14 anos. Além do treino de quarta-feira, também se realizam treinos aos sábados, com treino normal e treino específico de guarda-redes, nos quais estará presente o antigo guarda-redes Vítor Baía.||

J.R.



OPINIÃO | PATRICIA OLIVEIRA | ASSISTENTE SOCIAL, MESTRE EM SERVIÇO SOCIAL

Cultivar uma educação positiva

educação positiva

O respeito mútuo entre pais e filhos e a aposta na construção de um vínculo forte são os pontos mais importantes para uma parentalidade positiva.

Educar causa por vezes aos pais a sensação que não se pode falhar e que não se pode dizer que não se sabe – é suposto que, quando nasce uma criança, nasça uma mãe.

Uma grande parte dos pais tem tendência a repetir a forma de educar dos seus próprios pais, mesmo fugindo dos padrões

antigos.

Praticar uma educação mais positiva tem por base o respeito mútuo entre pais e filhos. Quando existe, não há necessidade de métodos mais autoritários nem, tão pouco, tudo permitir.

Em casa e na educação filhos, os pais são a autoridade e existem para os ajudar a crescer, em segurança. É com base nos nossos valores, com apoio nessa segurança e no respeito por quem é a criança, que vamos exercer a parentalidade.||

Subsídio escolar: quem tem direito e quais são os valores?

Os alunos dos agregados familiares mais desfavorecidos, integrados no 1º e 2º escalões do abono de família, têm direito a receber os subsídios da Acção Social Escolar que se dividem nos escalões A e B. Estes subsídios são um auxílio económico às famílias que não têm meios para suportar as principais despesas relacionadas com a escola: livros, refeições e material escolar.

Para que os encarregados de educação se possam candidatar, é necessário que façam prova do seu posicionamento nos escalões de atribuição de abono de família jun-

to da respectiva escola, apresentando um documento emitido pela Segurança Social.

No caso da alimentação, os estudantes do escalão A contam com uma comparticipação total do preço da refeição (1,46 euros) e os do B pagam apenas metade deste valor. No que respeita aos manuais escolares, o Estado contribui, no primeiro ciclo do ensino básico, com 26,60 euros para os alunos do 1º e 2º anos e com 32,80 euros para os do 3º e 4º anos. Já no segundo ciclo o apoio acresce para os 118 euros e no terceiro ciclo é de 176 euros (no 7º ano)

e 154 euros (no 8º e 9º anos). Os beneficiados que frequentem o ensino secundário têm direito a 147 euros.

De notar que estes valores correspondem aos subsídios atribuídos ao escalão A, sendo que o escalão B recebe metade destas comparticipações. O mesmo acontece na categoria do material escolar, em que o Estado contribuiu com 13 euros no primeiro ciclo e 16 euros nos restantes, incluindo o ensino secundário.

Os subsídios atribuídos este ano lectivo pela Acção Social Escolar não sofreram alterações face ao ano transacto. M.B.R.

IPL60+ com inscrições abertas para o novo ano lectivo

O Programa IPL60+ do Politécnico de Leiria já está a receber inscrições de pessoas com mais de 50 anos, em situação de reforma, que queiram aprender. Os inscritos podem frequentar unidades curriculares de diversas licenciaturas, com ou sem avaliação, além de integrar a comunidade académica.

Os estudantes seniores podem frequentar até cinco unidades curriculares dos diversos cursos de licenciatura ministrados nas

cinco escolas do Politécnico de Leiria, podendo submeter-se a avaliação, se assim o desejarem. Têm também à sua disposição unidades curriculares e projectos específicos deste programa, como Inglês, TIC (de iniciação e de nível intermédio) e Actividade Física. Neste caso, as turmas são constituídas exclusivamente por seniores, ainda que nas turmas de TIC possam ter o apoio de jovens, a título voluntário.

O IPL 60+ nasceu em Março de

2008 e no ano letivo 2015/2016 contou com 96 estudantes. De acordo com nota de imprensa do IPL, os seniores inscrevem-se por motivos de convivência, de obtenção de conhecimentos e procura de desenvolvimento intelectual.

As inscrições para o IPL60+ estão abertas até 7 de Outubro e podem ser feitas no gabinete de atendimento na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. F.F.

À Comunidade Escolar do Agrupamento de Escolas D. João II



No início de mais um ano letivo, dirijo-me a todos com uma palavra de boas vindas. É com imensa satisfação que saúdo toda a Comunidade Escolar do Agrupamento de Escolas D. João II e desejo a todos um bom ano letivo.

Saudo, de forma especial, os novos elementos que vêm dar continuidade ao percurso desafiante de fazer sempre mais e melhor, desejando-lhes, também, um ano repleto de realizações pes-

soais e profissionais.

Sei das exigências do processo educativo.... Estou consciente de que só com o contributo de toda a Comunidade Escolar podemos atingir o reconhecimento e o sucesso que ambicionamos.

Espero contar com a participação ativa e responsável de cada um, para que, de modo partilhado, possamos levar a bom porto a aposta no Agrupamento que queremos de referência e de excelência,

em termos de satisfação dos nossos alunos e respectivos Pais e/ou Encarregados de Educação, mas, também, do corpo docente e não docente da instituição e dos parceiros da comunidade regional.

Um Excelente Ano Letivo 2016/2017!

Jorge Manuel Martins Graça

Diretor do Agrupamento de Escolas D. João II (171967)

PUB...



OFERTA EDUCATIVA

QUALIDADE, RIGOR, HONESTIDADE E COOPERAÇÃO

ENSINO REGULAR

Educação Pré-escolar

1.º Ciclo do Ensino Básico

Oferta Complementar - 1.º Ciclo

Educação para a Cidadania/TIC

Atividades de Enriquecimento Curricular - AEC - 1.º Ciclo

1.º e 2.º anos – Atividades Lúdico-Expressivas (120 min.); Atividade Física e Desportiva (120 min.); Ensino do Inglês (60 min.)

3.º e 4.º anos – Atividades Lúdico-Expressivas (60 min.); Atividade Física e Desportiva (60 min.); Ciências Experimentais (60 min.)

2.º e 3.º Ciclo do Ensino Básico

Ensino Articulado da Música

Parceria com CCR – Conservatório de Caldas da Rainha



Língua Estrangeira II

Alemão, Espanhol e Francês

Oferta de Escola

Robótica; Música; Arte Dramática / Dança; Educação Tecnológica e Jornalismo / Vídeo / Fotografia

OFERTAS FORMATIVAS

EFA Escolar B2 e B3

PPT A1+A2 e B1+B2



SEDE: EB 2,3 D. João II, Caldas da Rainha
<http://www.agdjoao.org>

Tel: 262 870 700 / Fax: 262 842 302



EDUCAÇÃO

Três períodos ou dois semestres? Directores das Caldas e de Óbidos dividem-se

Quando o assunto é a organização do calendário escolar, as opiniões dividem-se. Enquanto os directores dos Agrupamentos de Escolas Rafael Bordalo Pinheiro, Josefa de Óbidos e do Colégio Rainha D. Leonor concordam que o calendário deveria ser revisto e alterado para dois semestres, os directores dos Agrupamentos de Escolas Raul Proença e D. João II são a favor do modelo actual com três períodos.

Gazeta das Caldas procurou saber qual a posição dos dirigentes escolares após a publicação de um estudo de âmbito nacional em que 54% dos directores inquiridos revelou preferir os dois semestres.

Maria Beatriz Raposo
mbraposo@gazetacaldas.com

“O que pensam os directores e os presidentes de Conselhos Gerais sobre questões pertinentes da escola portuguesa” é como se designa o estudo elaborado pelo professor Alexandre Henriques (autor do blogue ComRegras), cujos resultados foram apresentados no início de Setembro. Participaram neste inquérito 181 directores e 131 presidentes de conselhos gerais, num total de 312 profissionais.

Uma das questões deste estudo e que tem sido motivo de debate é a possibilidade do calendário escolar ser alterado de três períodos para dois semestres. Isto porque 54% dos directores inquiridos respondeu que concordava com a mudança e apenas 14% disse que o modelo actual “está bem assim”. Os restantes 33% não são a favor da divisão semestral, mas admitem que o calendário precisa de ser revisto.

Contactados pela *Gazeta das Caldas*, os directores dos agrupamentos de Escolas Rafael Bordalo Pinheiro, Josefa de Óbidos e do Colégio Rainha D. Leonor afirmaram que defendem um ano lectivo dividido em dois.

Um dos principais argumentos de quem aplaude os dois semestres é que os três períodos actuais não têm a mesma duração. Isto porque as interrupções lectivas são determinadas pelo Natal e Páscoa. Sendo o feriado da Páscoa móvel, a duração do último período também varia de ano para ano. O terceiro período é então o mais pequeno, este ano com 40 dias de aulas, enquanto o primeiro e o se-

gundo têm 63 (excluindo os alunos do 9º, 11º e 12º anos que acabam as aulas mais cedo).

Sandra Santos e Raquel Galeão, da direcção pedagógica do Colégio, concordam com este argumento, salientando que “o calendário escolar se encontra desequilibrado” e que “se, por um lado, no terceiro período já se denota algum cansaço por parte dos alunos, também é verdade que este período é muito curto, não havendo tempo suficiente para a consolidação dos conteúdos”.

Esta opinião é partilhada por Artur Oliveira, director do Agrupamento de Escolas Josefa de Óbidos, que diz que em alguns anos se verifica que o terceiro período é demasiado pequeno, “tornando mais difícil a revisão e sistematização dos conhecimentos”. O responsável considera que seria mais confortável, equilibrado e justo que os períodos lectivos tivessem a mesma duração.

Embora João Silva, director do Agrupamento de Escolas Raul Proença, tenha participado no inquérito e votado contra a mudança para os dois semestres, entende que deve ser encontrada uma solução que evite um terceiro período excessivamente curto.

“Não sei até que ponto não se devia separar, em certos anos, a interrupção do segundo período das festividades da Páscoa, de modo a evitar-se os constrangimentos associados a uma ‘Páscoa tardia’ no calendário, assegurando-se um número mínimo de semanas para o último período”, afirma.

João Silva acrescenta que modificar o calendário para dois semes-



A eventual alteração do calendário escolar não reúne consenso

tres é “andar a gastar energias com experimentalismos”. Na sua opinião, outra questão bem mais urgente seria perceber a dificuldade que as escolas vão sentir com a redução para as 35 horas semanais, nomeadamente ao nível dos assistentes operacionais.

3º PERÍODO: MOTIVAÇÃO OU DESMOTIVAÇÃO?

Outro dos argumentos pró-dois semestres é que no terceiro período se verificam casos de alunos que, tendo consciência que já não têm hipótese de transitar de ano, acabam por faltar mais às aulas, baixar os braços e, algumas situações, adoptar maus comportamentos.

Sobre esta questão, Artur Oliveira (Óbidos), disse que “em termos psicológicos, a predisposição para um menor empenho verificar-se-á de forma mais acentuada quando o aluno sente que não irá transitar de ano”, mas que esse tipo de atitude não acontece exclusivamente no terceiro período. Ao mesmo tempo, o absentismo ou os maus comportamentos não são causados apenas por uma possível desmotivação dos estudantes. Por outro lado, João Silva (Raul Proença) discorda totalmente deste argumento, salientando que “por norma acontece o contrário, pois no último período são muito frequentes as situações de alunos que tra-

lham de uma forma mais intensa para evitarem a sua retenção”. Na opinião de Jorge Graça, director do Agrupamento de Escolas D. João II, a existência de três períodos possibilita aos alunos mais momentos de avaliação e de reunião dos professores com os encarregados de educação, ou seja, mais oportunidades para corrigir o que poderá estar a correr mal. Caso o calendário escolar fosse reduzido para dois semestres, os directores da Bordalo Pinheiro e da Josefa de Óbidos concordam que os momentos de avaliação também deveriam ser alterados para dois, enquanto a direcção pedagógica do Colégio não partilha da mesma opinião: “os momentos de avaliação devem ir a

encontro daquilo para que foram criados: a aferição dos conhecimentos dos alunos. Assim, devem ser diversificados para reflectirem, o melhor possível, a evolução dos mesmos”.

Se a organização do ano lectivo passasse a dois semestres, funcionaria à semelhança do que ocorre nas universidades, em que as interrupções lectivas mantêm-se no Natal, Carnaval e Páscoa, embora por menos uma semana na última pausa. No calendário das facultades está ainda prevista uma interrupção entre meados de Janeiro e meados de Fevereiro, no caso em que os alunos “passam” aos exames da primeira fase e não necessitam de fazer exame de recurso ou melhoria.||

SUPLEMENTO

Educação e Formação