

# FUTURO

Revista da Escola Técnica Profissional da Moita - N°1 - Junho 2008



FUTURO | Issueone



## na rota do SUCESSO!

A Escola do Futuro  
a Humanidade de Amanhã!



Artigo   Pedagogia	Artigo   04
Rúbrica   Visionarium	Rúbrica   05
Rúbrica   Novas Tecnologias	Rúbrica   06
Rúbrica   Estágios	Rúbrica   08
Artigo   A Língua Mãe no Futuro	Artigo   10
Fotoreportagem   Um dia na Escola	Fotoreportagem   11
Rúbrica   Espaço AE	Rúbrica   14
Artigo   A Escola do Futuro a humanidade de amanhã	Artigo   15
Rúbrica   Eventos	Rúbrica   16
Artigo   Ambiente	Artigo   18
Artigo   Desporto	Artigo   20
Rúbrica   Saúde	Rúbrica   22



## ***Ficha Técnica***

# na rota do SUCESSO!

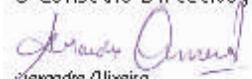
**A**licerçada em quatro pilares que determinam o seu rumo - *Competência, Dinamismo, Motivação e Professionalismo* - a Escola Técnica Profissional da Moita está a completar o seu segundo ano de existência. É com muito orgulho que a Escola vê reconhecido o seu sucesso ao nível do contexto institucional e empresarial da nossa região. Em dois anos passámos de 3 turmas (cerca de 70 alunos) para 6 turmas (cerca de 130 alunos). Para o próximo ano escolar teremos 10 turmas (cerca de 210 alunos). Este ritmo de crescimento teve de ser acompanhado com a necessária adequação das estruturas físicas, tecnológicas e logísticas, de modo, não só a garantir a melhoria permanente das condições pedagógicas da Escola, mas também a sua funcionalidade eficaz e o ambiente agradável de aproximação e ligação entre as pessoas, que somos todos nós. Já somos uma escola de sucesso.

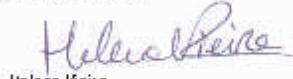
Esta Revista é, portanto, uma consequência natural da paixão com que todos vivemos a nossa Escola. É o elo que faltava com a nossa comunidade local. É o sítio onde todos poderemos estar com as nossas ideias, os nossos pontos de vista, as nossas artes. É a forma de levar até às instituições e empresas a informação que doutra forma seria difícil conseguir. Por isso, queremos ser uma revista onde se analise e discuta o ensino e a aprendizagem, a Escola e a Empresa, pela voz daqueles que ousam reflectir e ponderar tais temáticas. Mas queremos também ser uma revista ousada pela voz daqueles que ponderam, tais coisas, pela crítica severa, pelo sonho ou pela irreverência.

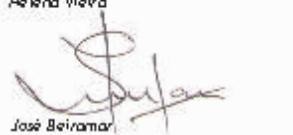
Vivemos numa sociedade em constante mutação, cada vez mais exigente e competitiva, num mundo que, cada vez mais, se caracteriza pela constante desactualização do saber. Redescobrir o ensino é, por isso, mais do que um desafio, é uma exigência de quem tem responsabilidades educativas.

A redescobrir o ensino é o compromisso que a Revista assume consigo própria e com os seus leitores.

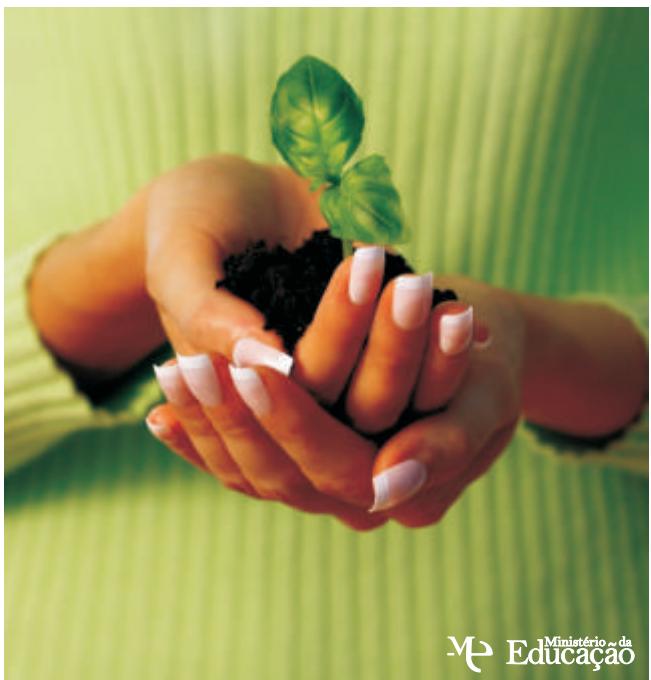
O Conselho Directivo,

  
Alexandre Oliveira

  
Helena Vieira

  
José Beiramar

## Nota de Abertura



 Ministério da  
Educação

**a redescobrir  
o ensino!**



# Uma Escola de Futuro

A  
Esc  
ola Técnica

Profissional da Moita valoriza de sobremaneira a relação pedagógica entre alunos e professores, sendo esta considerada bastante boa. Sendo uma escola pequena, permite um acompanhamento personalizado de cada aluno e tem em conta as dificuldades e necessidades de cada pessoa em particular.

Não pretendemos ser uma escola de massas, em que os alunos são apenas mais um número, mas sim uma escola com um ambiente familiar e acolhedor, onde todos se conhecem e são conhecidos.

Existe uma preocupação real com o aluno em si e a pessoa em que ele se vai tornando, pois assistimos a mudanças significativas na maneira de ser e estar dos nossos jovens logo no final do 1º ano ou início do 2º ano do curso.

O nosso grande objectivo é precisamente esse - formar pessoas responsáveis, conscientes e solidárias que possam vir a participar activamente na sociedade em busca de um mundo melhor. A nossa luta é fazê-los entender que não podem ter uma atitude passiva e esperar que as coisas venham ter com eles; têm que se empenhar para que consigam alcançar aquilo que pretendem, pois nada se consegue sem esforço.

Para atingirmos este objectivo contamos com a preciosa ajuda de uma equipa de professores qualificados e competentes, sempre disponíveis para ajudar e orientar os alunos. É curioso salientar que se consegue criar uma equipa coesa, que partilha experiências de ensino e de vida no sentido de melhorar as suas metodologias de ensino e técnicas pedagógicas sempre com vista ao sucesso e ao bem-estar dos alunos.

Os nossos professores são, também eles, maioritariamente jovens e bastante dinâmicos, o que facilita a integração e o entendimento e desperta empatia. Consideramos este ponto fundamental, uma vez que é essa empatia que se gera que vai permitir ao professor estimular as capacidades dos alunos, motivando-os e auxiliando-os a desenvolver competências que eles por vezes julgavam não ter. Consequentemente, a sua auto-estima aumenta e torna-se mais fácil atingir o sucesso.

Estamos assim em condições de garantir que, no momento da conclusão do curso, os nossos alunos terão aprendido muito, não só acerca dos conteúdos e competências dos respectivos cursos, mas, acima de tudo, acerca do que é a vida em sociedade e quais as regras que temos que cumprir e também do que se espera deles numa empresa quando ingressarem no mundo do trabalho.



*"uma escola com um ambiente familiar e acolhedor, onde todos se conhecem e são conhecidos."*

# Visionarium

## Tudo o que existe começou por ser um sonho

Em 1958, há exactamente meio século, eu andava num colégio do Barreiro, no 5º ano do Liceu. O meu parceiro de carteira era o Zé Paulo, miúdo traquina, rebelde, de olhar muito vivo, provocador e brincalhão. Andava sempre com invenções. Um dia trouxe um velho relógio despertador para a escola. A ideia era ligar o relógio a um dispositivo numa caixa, que, ao despertar, abria uma portinhola por onde passaria um pequeno projéctil que seria disparado em direcção à outra extremidade da caixa. Estivémos de volta da nossa invenção no intervalo antes da aula de Matemática. Entrámos para a aula, com a caixa embrulhada em papel de jornal, e sentámo-nos na carteira para assistir à aula. A professora de Matemática não era para brincadeiras. Por isso, sentámo-nos, sossegados na nossa carteira que era a última da segunda fila. De vez em quando sussurrávamos, um para o outro, alguns pormenores da nossa invenção: "Eh Zé Paulo podíamos pôr uma mola maior!...". "Eh pá, não, não pode ser, senão aquilo parte-se tudo!..." E estávamos nisto quando o despertador desatou num berreiro estridente em plena aula. Saltámos de susto nos nossos lugares. O meu coração quis logo sair-me pela boca. Todas as cabeças se viraram para nós. A professora fixou em nós um olhar fulminante, e nós de volta da caixa a rasgar o papel, a tirar o relógio, a carregar em tudo quanto era peça para ver se conseguímos calar o malvado do relógio, mexíamos, virávamo-lo dum lado e do outro, tornávamo a virá-lo, carregávamo, mas ele continuava altissonante aos gritos num trilililimmm interminável, e eu e o Zé Paulo aterrados, em pânico, a querer calar aquele pequeno monstro e a professora a vir na nossa direcção, com o dedo esticado apontado para a porta, furiosa, "Rua, já p'rá rua, os dois já p'rá rua!!!! Ruuuaaaal!"...

Nesse tempo, há 50 anos, os americanos e os russos começaram a mandar para o espaço os primeiros foguetões. Num deles seguiu a famosa cadelu Laika que

ficou na história por ser o primeiro animal a ser enviado para o espaço (infelizmente, não regressou). Um dia o Zé Paulo trouxe o esqueleto daquele que viria a ser o primeiro foguetão espacial a ser enviado a partir do Barreiro, algures em Alburrica. Construímos o foguetão e algum tempo depois fomos dispará-lo na praia. Preparámos tudo, em grande alvoroço interior, como se nós próprios fossemos partir dentro dele em direcção a Marte, à Lua ou outro planeta qualquer. Incendiámos o rastilho e o foguetão subiu no ar, elegante, airoso, por breves instantes, apenas por breves instantes, porque, alguns metros mais à frente, explodiu, rebentou em alto estrondo, estilhaçando-se em mil pedaços à nossa volta. Chamuscados, encolhidos no chão, assustados por momentos, levantámos a cabeça, olhámos à volta e... desatámos a rir, aos gritos, aos saltos, aos berros: "Conseguimos!", "Conseguimos!", "Conseguimos!".

Às vezes ficávamos sentados a divagar como seria o mundo quando fôssemos velhos. Que coisas existiriam? Como seriam os extra-terrestres? "Eh Zé Paulo achas que serão mesmo uns homenzinhos verdes com antenas na cabeça?". Questionávamo-nos se, quando fôssemos velhos, já se iria a Marte ou a Neptuno? Ou se, nós próprios iríamos assistir à desintegração e reintegração da matéria? "Já viste Zé Paulo, uma máquina onde a gente se meta, carregamos num botão e, zás, vamos aparecer noutro lado!!! Já viste pá?". Levávamo horas neste devaneio de nos vermos no FUTURO e querermos saber como seria estar lá.

Esta página servirá para fazermos de conta que nos sentamos todos a conversar sobre como será o Futuro. Enviem-nos o que pensam sobre:

**COMO É QUE SERÁ O MUNDO  
DAQUI A 50 ANOS?**

[visionarium@escolaprofissionalmoita.com](mailto:visionarium@escolaprofissionalmoita.com)



# A Escola Interactiva

## Uma apostila nas novas tecnologias



A Escola Técnica Profissional da Moita dispõe das mais modernas metodologias e equipamentos da Escola Interactiva. Esta é uma metodologia que usa a tecnologia mais avançada em termos de equipamentos informáticos, aparelhos electrónicos analógicos e digitais, software e novas tecnologias. A Sala de Aula multimédia para ensino é, na nossa Escola, uma realidade que permite tornar as aulas mais rentáveis, mais interessantes, mais criativas e mais participativas. Ao professor permite a qualquer momento monitorizar cada aluno para ver o que este está a fazer e como está a fazer, podendo inclusivamente do seu posto controlar o computador do aluno de forma a explicar como este deve executar cada tarefa. Para os alunos, o seu posto permite-lhes não só prática e a pesquisa necessária para as temáticas a desenvolver, mas também a recepção da informação transmitida pelo professor e a interacção com este. Permite ainda a realização de avaliações interactivas onde critérios como a rapidez da resposta, a clareza e acertividade são tidos em conta.

*“...aulas mais rentáveis, mais interessantes, mais criativas e mais participativas.”*



## Secretaria Virtual



Já a partir de Julho próximo a ETPM vai contar com uma nova funcionalidade no seu site, a Secretaria Virtual, que irá permitir um melhor interface entre os alunos e a secretaria. A partir desta plataforma vai ser possível realizar matrículas, inscrições a exames, pedidos de certidões e prestação de informações. O acesso será realizado através da já existente Área de Aluno de forma personalizada e segura.

CURSOS PARA O ANO ESCOLAR  
2008/2009

*agarra o teu  
FUTURO!*



Técnico de  
Comunicação,  
Marketing  
Relações Públicas  
e Publicidade

se estás a concluir o 9º ano...  
e queres ter  
uma carreira de sucesso!

*inscreve-te já*

INFORMA-TE  
[www.escolaprofissionalmoita.com](http://www.escolaprofissionalmoita.com)

**212 800 600**



## Quadros Interactivos em todas as salas de aula



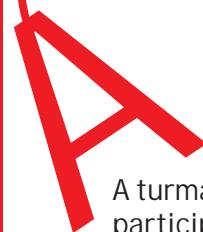
A Escola Técnica Profissional da Moita é a única do distrito de Setúbal com *Quadros Interactivos em todas as salas de aula*. Esta ferramenta de trabalho cativa os alunos para uma nova forma de interacção e dota o professor de novas ferramentas de trabalho que potenciam o gosto pela aprendizagem.



A Escola Técnica Profissional da Moita, tendo como objectivo garantir a formação técnico-prática dos seus alunos, tem vindo a desenvolver parcerias com o tecido empresarial e institucional da nossa região, para integração no mercado de trabalho dos alunos, através da realização de Estágios. Esta página destina-se a divulgar os Estágios realizados e a constituir-se como um incentivo à participação do tecido empresarial na colaboração em Estágios profissionais dos alunos desta Escola.

## n i m a ç à o

Alunos da Turma de Animação Sociocultural têm vindo a participar, desde Janeiro do corrente ano, num estágio na empresa The Human Touch, Lda., onde lhes foi dado como objectivo a organização de alguns eventos de carácter desportivo. Assim, foi concebido, organizado e realizado, por estes alunos, um Torneio de Futebol de 5, entre equipas mistas, no dia 8 de Março - Dia Internacional da Mulher - que envolveu os alunos da escola e teve lugar no pavilhão desportivo do 1º de Maio Sarilhense, seguido dum almoço de confraternização.



A turma de Animação Sociocultural já participou em diversas actividades. Em 2007 destaca-se a sua participação no Carnaval das Escolas, Abertura da Quinzena da Juventude, Dia Mundial da Criança, Caminhada do Idoso e Férias Jovens. Em 2008, destaca-se, entre outras, a sua participação na Feira das Capacidades, Festa Halloween, Carnaval das Escolas, Abertura da Quinzena da Juventude, Feira Medieval e Feira dos Projectos Educativos. A realização destas actividades tem merecido a apreciação muito positiva de todas as instituições com que esta turma tem colaborado. Estando ainda a meio do seu curso, os alunos



da Turma de Animação não só têm adquirido aprendizagens de elevado enriquecimento, como também têm contribuído de forma muito positiva para a imagem da Escola no exterior.



# I

## Infância

A Escola Técnica Profissional da Moita iniciou no corrente ano lectivo o Curso Técnico de Apoio à Infância. A turma é constituída por 23 alunas, com idades compreendidas entre os 15 e 24 anos. Este curso tem uma componente teórica e uma componente de formação prática em contexto de trabalho (Estágios). No período de 21 de Fevereiro a 20 de Março, estas alunas realizaram um estágio, em valência creche, nas seguintes instituições públicas e privadas:

Colégio Fábrica das Brincadeiras; Creche Os Beicinhos; Jardim Infantil Xi-Coração; Creche Nova Árvore; Jardim Infantil Os Príncipes; Creche Turma dos Babetes e Creche e Jardim Infantil O Varino.

Tendo sido elaborado um questionário sobre a importância destes estágios, quer para as alunas, quer para as instituições, as respostas obtidas revelam que os estágios se constituem como uma fase de importância determinante na aprendizagem das alunas e que, para as instituições, é de grande pertinência a inserção das estagiárias no contexto do trabalho uma vez que contribuem para o alargamento de novos saberes e se constituem como uma mais-valia para a instituição.



# S e c r e t a r i a d o



Os alunos da turma de Secretariado da Escola Técnica Profissional da Moita, tiveram, durante cerca de uma semana, a oportunidade de contactar pela primeira vez com o mundo profissional num mini estágio na LOJA do CIDADÃO das Laranjeiras em Lisboa.

Este primeiro contacto teve um resultado bastante positivo, segundo informações prestadas pelos responsáveis da LOJA do CIDADÃO, e possibilitou aos alunos a implementação dos conhecimentos adquiridos em várias vertentes, nomeadamente, no atendimento ao público e no processo de gestão de pedidos.

**"E não desconfiemos da nossa língua porque os homens fazem a língua e não a língua os homens."**

*Fernão de Oliveira*

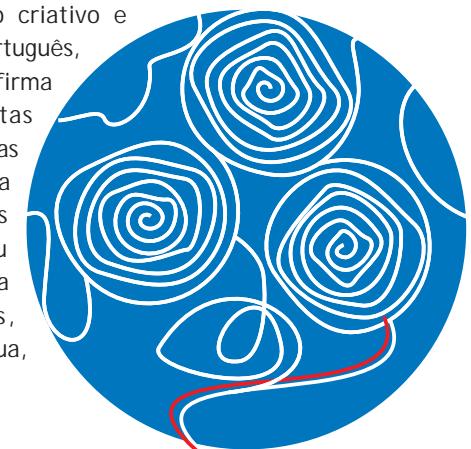
 O português é a nossa língua materna, língua que há muito deixou de se restringir às nossas barreiras geográficas e passou a fazer parte do quotidiano de muitos outros povos. Quando desbravámos o desconhecido, transportámos a nossa língua até países tão longínquos como o Brasil, Angola, Moçambique, Timor-Leste, Cabo Verde, Guiné-Bissau e São Tomé e Príncipe, sendo que, hoje em dia, conta com mais de 215 milhões de falantes nativos e é a quinta língua mais falada no mundo.

Actualmente, o português apresenta duas ortografias oficiais, contudo, o Acordo Ortográfico de 1990 pretende pôr cobro a essa situação de forma a criar uma ortografia unificada. Esta situação é a prova viva de que uma língua não é imutável, pelo que, tal como um ser vivo, é movente e se transforma constantemente. Polémicas à parte, centremo-nos antes na necessidade de nos expressarmos de forma correcta na língua que nos acompanha desde o nascimento e que nos foi sendo transmitida ao longo do nosso processo de socialização. De facto, a nossa língua faz parte da nossa identidade colectiva/nacional e, por isso mesmo, detém um valor afectivo que desperta em nós o desejo de a perpetuar e de a transmitir de geração em geração. Por que razão então, costumamos desvalorizar tanto a correcta utilização deste bem patrimonial? Sendo a correcção linguística um factor de sucesso escolar,

profissional e pessoal, urge saber usufruir da nossa língua respeitando a norma que a rege. Movemo-nos num mundo em constante mudança, num mundo globalizado sujeito a influências e a transformações. A língua muda, sujeita-se a novas formas de comunicação, como a Internet, e não podemos esquecer esse facto. Assim, a escola não pode ser um local de exclusão e o professor terá de ter consciência de que, mesmo para defender a norma instituída, tem de apostar num ensino inovador da língua materna.

A língua é nossa e, por isso mesmo, devemos ser capazes de fazer um uso criativo e inovador do português, pois, tal como afirma Ondjaki, "bonitas

são as línguas depois de manejadas e celebradas pelas pessoas". Todavia, não podemos menosprezar uma norma instituída e submeter a nossa língua a vários martírios, tais como "a gente vamos", "quaisqueres", "eles há-dem" ou "vistes". Estejamos atentos, saibamos ser autónomos na preservação de um bem nacional e banamos, definitivamente, expressões que corrompem a nossa língua, sem nos coibirmos de sermos livres e criativos.



# UM DIA NA ESCOLA



## Ensino Profissional Uma opção de sucesso!

Sabemos que os actuais contextos de turbulência e descontinuidade em que vivemos, exigem das instituições e das empresas, permanentes reposicionamentos estratégicos que as arrastam para mudanças constantes que não se compadecem com resultados a longo prazo. Em consequência, as empresas exigem cada vez mais eficácia à formação das pessoas. A qualificação dos recursos humanos é, cada vez mais, urgente. A aproximação da Escola às Empresas é uma necessidade emergente do actual contexto em que o Ensino Profissional se constitui como o único instrumento que estabelece a ligação ao mundo do trabalho, ao mundo real, às empresas, tratando-se dum modelo educativo que visa, essencialmente, o desenvolvimento da formação profissional qualificante dos jovens.

O Ensino Profissional é, pois, um meio de abordagem de novos métodos pedagógicos, com grande interactividade com as estruturas locais (institucionais e empresariais), num clima que potencia o melhor de cada ser humano, em que se dá ênfase aos Princípios e Valores morais no crescimento dos jovens enquanto pessoas e cidadãos, promovendo assim o reencontro da escola com os alunos. O Ensino Profissional é, por isso, uma das opções mais válidas e interessantes do sistema formativo português.

O ensino profissional da Escola Técnica Profissional da Moita, desenvolvido em parceria com Instituições e Empresas do tecido económico e social da região, é uma verdadeira opção de sucesso que representa a oportunidade de AGARRAR O FUTURO.

Competência

Dinamismo

Motivação

Professionalismo





# CRIAÇÃO DA ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES



**Foi criada recentemente a Associação de Estudantes da Escola Técnica Profissional da Moita, tendo sido eleitos os seguintes alunos para os órgãos da Associação:**

**Presidente:** Nuno de Carvalho Fernandes (Turma Contabilidade).

**Vice Presidente:** Diogo Silva (Turma Energias Renováveis).

**Presidente do Conselho Fiscal:** Paulo Cordeiro (Turma Contabilidade).

**Tesoureiro :** Rómulo Santos (Turma Energias Renováveis).

**Secretárias:** Dina Cardoso (Turma Apoio à Infância) e Ana Gomes (Turma Energias Renováveis).

**Relator :** Ismael Candé (Turma Animação Sociocultural)

**Vogais:** Ivan Palmeira (Turma Contabilidade), Ruben Fernandes (Turma Contabilidade), Fábio Mingates (Turma Energias Renováveis), Miguel Romão (Turma Animação Sociocultural), Luís Ribeiro (Turma Animação Sociocultural) e Sílvio Cardoso (Turma de Secretariado)

**A Associação (AE-ETPM) tem como finalidade constituir-se como o órgão representativo dos alunos da Escola, que ouve e dá voz às vontades dos alunos, que põe em prática as ideias aceites tidas como válidas e, ainda, ser um órgão de colaboração para a melhoria contínua das condições pedagógicas na escola. A AE-ETPM assume-se também como a estrutura mediadora da comunicação entre os alunos e a direcção da escola.**

**A Associação tem como objectivos gerais:**

- Promover o convívio entre os alunos através da realização de festas, concertos, etc.;
- Promover eventos desportivos e outras actividades lúdicas;
- Garantir a organização da gala e viagem de finalistas;
- Apoiar, quando se justifique, as iniciativas dos alunos.



# A Escola do futuro a humanidade de amanhã



**A** escola de hoje, em função da reestruturação da sociedade moderna e da sua obsessão com o tecnológico e o informático, perde para os alunos o encanto do novo, o encanto do local de aprendizagem, o gosto pelo saber.

A estrutura escolar, tal como a conhecemos, não dá resposta a esta nova situação, primeiro, porque é difícil operacionalizar a resposta, e segundo porque, como instituição que é, a sua articulação com o todo é morosa.

No entanto, é urgente e imperativo que a resposta surja, pois é através da formação humana que um país atinge o desenvolvimento, político, económico e cultural.

A escola do futuro deve, a todo o custo, requalificar recursos humanos e apostar na estabilidade de um grupo docente capaz de operar, não só em sala de aula, a relação aluno/pessoa individual, aprendizagem/formação, alunos/comunidade.

Actualmente, o sucesso social não passa pela formação que obtivemos, não passa pela realização pessoal e profissional. O sucesso social é visto à luz dos novos modelos sociais - os jogadores

de futebol, as figuras das novelas e revistas, os cantores, os actores, etc. Ou seja, o aluno não está interessado no

processo de formação escolar, porque nenhum ídolo social é alguém mundano ou intelectualmente superior, quando muito é alguém abastado economicamente em função da formação que teve e das ideias que realizou, e esse alguém ou evita o mediatismo ou cai na feira de vaidades da restante massa de ídolos sociais.

Assim, o modelo pedagógico do futuro deve, através do trabalho de toda a equipa que compõe a escola, e especialmente do trabalho em aula, dar sentido à própria aprendizagem, ou seja, é preciso amadurecer no aluno a sua responsabilidade moral, estética e racional. É preciso encaminhar o aluno para a sua esfera pessoal de capacidades e valências, é preciso despertá-lo para a pessoa de si, e, assim, para o seu compromisso escolar. Os resultados irão surgir, pois a produtividade advém da motivação e da compreensão das nossas próprias capacidades. No entanto, o caminho é enorme e de difícil realização, mas como disse Aníbal, O Cartaginês: "Se não houver uma estrada, nós construímos uma."

[www.escolaprofissionalmoita.com](http://www.escolaprofissionalmoita.com)

CURSOS PARA O ANO ESCOLAR  
2008/2009

agarra o teu  
**FUTURO!**



**Técnico de  
Design**

se estás a concluir o 9º ano...  
e queres ter  
uma carreira de sucesso!

**inscreve-te já**

Habilidades Académicas:

- Técnico Profissional de Nível III da U.E.
- Diploma do 12.º Ano
- Acesso ao Ensino Superior

INFORMA-TE

[www.escolaprofissionalmoita.com](http://www.escolaprofissionalmoita.com)

**212 800 600**

# Challenger »»»»»



## P

ara assinalar o final do 1º período de cada ano lectivo, a Escola Técnica Profissional da Moita tem vindo a realizar o Challenger ORIENTAT, no último dia de aulas do período, com a finalidade de reunir todos os intervenientes da Escola num evento de características essencialmente lúdicas.

Tomando como referência o lema da ETPM "A Escola Como Primeira Empresa", este evento tem também como objectivo desenvolver as competências tidas hoje como essenciais para o desempenho profissional, no plano empresarial, como seja

a Coesão de Grupo, a Competitividade, o Empreendedorismo, a Liderança, a Tomada de Decisão e o Trabalho em Equipa.

O 2º Challenger teve a participação de 25 equipas, envolvendo alunos, professores e funcionários da Escola.

O evento terminou com um almoço, após o qual se fez a entrega de diplomas de participação e de lembranças a todos os participantes e que culminou com a entrega de prémios às equipas vencedoras.

### VENCEDORES

- Equipa "Os Orientados" (Mp3 para cada elemento da equipa);
- Turma de Contabilidade (Um voucher de 100 Euros para a compra de material didáctico nas Lojas Bliss).



"Os Orientados" - Equipa vencedora do II Challenger Orientat

# A Escola na Feira das Capacidades

 Pelo segundo ano consecutivo realizou-se a Feira das Capacidades, organizada pela Câmara Municipal da Moita. Este acontecimento, destinado a toda a população, visa promover a igualdade entre todos, a formação de cidadãos mais solidários e a divulgação das capacidades de pessoas portadoras de deficiência, nomeadamente, através da exposição de vários trabalhos realizados pelas mesmas (quadros, esculturas, trabalhos em vidro e cera), tal como a divulgação de possíveis ajudas técnicas.

Este evento ocorreu entre os dias 6 e 9 de Dezembro no Pavilhão Municipal de Exposições da Moita e a turma de Animação Sociocultural, da Escola Técnica Profissional Moita, foi convidada pela C.M.M. a participar nesta iniciativa, em regime de voluntariado.

Desta forma, a Feira das Capacidades contou com a participação e colaboração de todos os alunos da turma de Animação Sociocultural, que desempenharam várias tarefas, desde a animação do espaço, à permanência em stands de parceiros desta iniciativa, apoio no elevador e na sala de debates, bem como a organização de visitas guiadas, a todos os stands do pavilhão (às escolas do concelho e à população em geral), com grande empenho e dedicação.

*«Este Projecto foi muito importante para nós, uma vez que tivemos contacto com um público tão particular. Foi importante percebermos que apesar das dificuldades físicas e/ou psicológicas de alguns participantes, quando estes têm força de vontade conseguem atingir os seus objectivos.»*

«Com esta participação na Feira das Capacidades ganhámos mais experiência na interacção com o público e adquirimos mais conhecimentos ao nível das capacidades e dificuldades sentidas pelas pessoas portadoras de deficiência, contribuindo para esta causa tão nobre..»

«Esta experiência e contacto com este tipo de comunidade específica, só nos deixa a vontade de voltar a participar neste tipo de eventos, pois permitirá o contacto com as várias realidades existentes e com elas crescemos como seres humanos.»



**CURSOS PARA O ANO ESCOLAR  
2008/2009**

*agarra o teu  
FUTURO!*



**Técnico de  
Gestão**

*se estás a concluir o 9º ano...  
e queres ter  
uma carreira de sucesso!*

**inscreve-te já**

#### **Habilidades Académicas:**

- Técnico Profissional de Nível III da U.E.
- Diploma do 12.º Ano
- Acesso ao Ensino Superior

**INFORMA-TE**  
[www.escolaprofissionalmoita.com](http://www.escolaprofissionalmoita.com)

**212 800 600**

# O FUTURO é RENOVAR



## Ambiente

**F**alar de energias renováveis é falar de energias disponíveis, mais limpas, como o sol (solar térmica e solar fotovoltaica), o vento (eólica), os oceanos (ondas) e a biomassa (floresta). Estas energias são uma resposta alternativa à actual dependência das fontes de energia esgotáveis provenientes de combustíveis, como o petróleo, o carvão e o gás natural.

Portugal reúne características naturais únicas que devem ser aproveitadas:

- > É o 5º país da União Europeia com maior potência eólica instalada;
- > Oferece cerca de 2.000Km de costa, com uma das mais favoráveis ondulações no mundo;
- > Beneficia de um número total de horas de sol dos mais elevados da Europa;
- > Dispõe de uma floresta que cobre cerca de 38% do seu território.

Durante os próximos 13 anos, Portugal tem como objectivo reduzir em 20% as emissões de Gases de Efeito de Estufa; Até 2020, 20% da energia consumida tem que ser produzida a partir de fontes renováveis.

Este é um compromisso a respeitar e "O Planeta Agradece"! 



Portugal reúne características naturais únicas que devem ser aproveitadas

# FAZER da SEGURANÇA um HÁBITO

**A** segurança e saúde no trabalho está na ordem do dia na medida que tomamos conhecimento e consciência do impacto múltiplo que os acidentes de trabalho têm no funcionamento das empresas e na vida das famílias que deles são vítimas. Um acidente de trabalho tem sempre consequências e custos que podemos identificar:

→ No plano das empresas - montante das indemnizações e pensões pagas, os valores gastos em assistência de primeiros socorros e hospitalar, transportes, tempos perdidos por acidentados e colegas, prémios de seguro, quebras e retoma do processo produtivo, perda de lucros e outros custos de nível laboral.

→ No plano social e familiar - a perda de remunerações, da saúde por incapacidade total ou parcial para o trabalho, da carreira profissional, na actividade física, assistência ao sinistrado, sofrimento moral ou morte e consequente desmoronamento da estrutura familiar quase sempre de forma irreversível.

A União Europeia, e Portugal, têm produzido documentação e legislação para a segurança no trabalho, atribuindo às empresas responsabilidades que poderemos sintetizar:

- Adaptar o trabalho ao homem e evitar riscos;
- Avaliar e combater, na origem, os riscos que não podem ser evitados;
- Substituir o que é perigoso pelo que é isento de perigo ou menos perigoso;
- Introduzir a prevenção dos riscos na organização e condições de trabalho;
- Promover a formação e instruções de trabalho adequadas e a consulta aos trabalhadores;
- Informar os trabalhadores dos riscos a que estão expostos, adoptar protecções colectivas e fornecer o equipamento de protecção individual;
- Assegurar a vigilância da saúde dos trabalhadores.

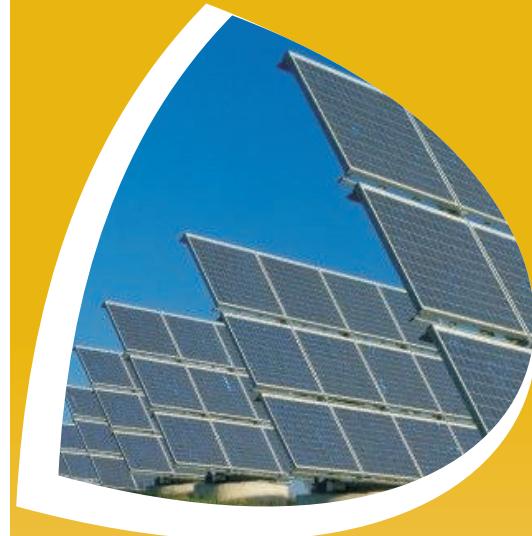
Do mesmo modo, aos trabalhadores são exigidos comportamentos no trabalho como sejam:

- Zelar pela sua segurança e saúde e de outras pessoas que possam ser afectadas pelas suas acções ou omissões no trabalho;
- Utilizar correctamente as máquinas, equipamentos, aparelhos, instrumentos e substâncias perigosas;
- Usar correctamente os equipamentos de protecção colectiva e individual;
- Cumprir os procedimentos de trabalho estabelecidos;

Se os custos de um acidente de trabalho, para a família, empresa, e país, não são fáceis de apurar, o sofrimento que causa é imensurável, e por isso um só acidente a menos, justifica a adopção de medidas preventivas, que diminuam a sua probabilidade de ocorrência.

CURSOS PARA O ANO ESCOLAR  
2008/2009

*agarra o teu  
FUTURO!*



Técnico de  
*Energias  
Renováveis*

se estás a concluir o 9º ano...  
e queres ter  
*uma carreira de sucesso!*

*inscreve-te já*

#### Habilidades Académicas:

- Técnico Profissional de Nível III da U.E.
- Diploma do 12.º Ano
- Acesso ao Ensino Superior

INFORMA-TE  
[www.escolaprofissionalmoita.com](http://www.escolaprofissionalmoita.com)

**212 800 600**



COM 30 MINUTOS DE ACTIVIDADE FÍSICA MODERADA POR DIA, ESTÁS A CONTRIBUIR PARA A TUA QUALIDADE DE VIDA...

**V**ários têm sido os estudos científicos desenvolvidos nesta área e todos chegam às mesmas conclusões: a prática de actividade física regular é um dos maiores factores de prevenção do crescimento global de doenças crónicas, aliada a uma dieta saudável e a não fumar.

A Organização Mundial de Saúde recomenda a prática de 30 minutos diários de actividade física de intensidade moderada como caminhar, andar de bicicleta, dançar, passear, subir escadas, etc.

A Actividade Física, quando praticada com regularidade, trás diversos benefícios associados não só à saúde mas também físicos, psicosociais e educativos. Infelizmente o mundo tem vindo a assistir a um aumento significativo das doenças cardiovasculares, cancro, diabetes e doenças respiratórias crónicas. Este aumento global, epidémico, está estreitamente relacionado com alterações dos estilos de vida, nomeadamente o tabagismo, inactividade física (sedentarismo) e uma alimentação não saudável.

Estima-se que o sedentarismo seja causador de um milhão e 900 mil mortes a nível mundial. É também a causa de 10-16% do cancro da mama, cólon e recto,

bem como de diabetes mellitus e de cerca de 22% da doença cardíaca isquémica.

O risco de se ter uma doença cardiovascular aumenta 1,5 vezes nos indivíduos que não seguem as recomendações mínimas para a actividade física:

- > Melhora a circulação sanguínea, evita a obstrução das artérias, diminuindo o risco de enfartes, tromboses, embolias.
- > Aumenta o bem-estar psicológico.
- > Aumenta os níveis de confiança, auto-estima e a sensação de energia.
- > Aumenta a capacidade cardio-respiratória, o coração bombeia mais sangue e os pulmões têm maior capacidade de captação de oxigénio, o que permite trabalhar, correr, etc., cansando-se menos.
- > Aumenta a massa muscular e flexibilidade, facilita o desempenho das tarefas do dia-a-dia com maior eficiência, coordenação, agilidade e equilíbrio;
- > Estimula a produção de tecido.
- > Fortalece os ossos, estimula a produção de tecido ósseo, diminuindo o risco de osteoporose e fracturas.
- > Controla o peso, evita a acumulação de gorduras,



# Será que a Actividade Física faz assim tanta diferença na vida de uma pessoa ?



gastando as calorias ingeridas em excesso;  
> Melhora o colesterol, aumenta o HDL (colesterol "bom") e em alguns casos reduz o colesterol total e o LDL (o colesterol "mau") - o colesterol e a gordura são as bases nas quais se desenvolvem as obstruções nas artérias;  
> Reduz os diabetes do adulto, a actividade física reduz o risco de complicações vasculares nos diabéticos e reduz a probabilidade do seu aparecimento;  
> Diminui a pressão arterial, a actividade física regular reduz tanto a pressão sistólica (alta) como a diastólica (baixa) em aproximadamente 6.  
> Diminui o risco de alguns cancros, como o cancro do cólon, da próstata e da mama.

## Pratica desporto !

## Novo Polidesportivo e Campo de Futebol de 7

Estão a decorrer a bom ritmo as obras de requalificação dos equipamentos desportivos da Escola Técnica Profissional da Moita. A inauguração do Campo de Futebol de 7, com relvado natural, está prevista para o final do mês de Junho próximo; o Polidesportivo será inaugurado em Setembro próximo, com a abertura do novo ano escolar.





## DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS

**D**s jovens são apaixonados, irascíveis, e capazes de ser levados pelos impulsos sexuais...em relação aos quais não exercem nenhum auto controlo. Além disso são volúveis e instáveis nos seus desejos, os quais são tão transitórios quanto veementes...”.

ARISTÓTELES (384-322 a.c.)

As Doenças Sexualmente Transmissíveis (ou DST) são doenças infecciosas que se transmitem essencialmente, mas não de forma exclusiva, pelo contacto sexual. Muitas destas doenças são desconhecidas pela maioria dos jovens. Existem várias e algumas não têm cura. No entanto, e felizmente, a maioria quando é detectada a tempo, tem como tratamento, um simples antibiótico e algumas delas podem ser prevenidas através de vacinas. Vários tipos de agentes infecciosos (vírus, fungos, bactérias e parasitas) estão envolvidos na contaminação por DST, gerando diferentes manifestações, como feridas, corimentos, bolhas ou verrugas.

As mulheres representam um grupo que deve receber especial atenção, uma vez que em diferentes casos de DST os sintomas levam tempo para se tornarem perceptíveis ou confundem-se com as reacções orgânicas comuns do seu

organismo. Isso exige da mulher, em especial aquelas com vida sexual activa, independentemente da idade, consultas periódicas ao serviço de saúde.

A possibilidade de infecção ou transmissão de uma DST é maior com o aumento do número de parceiros sexuais.

O uso de preservativo tem sido considerado como a medida mais eficiente para prevenir a contaminação e impedir a sua disseminação.

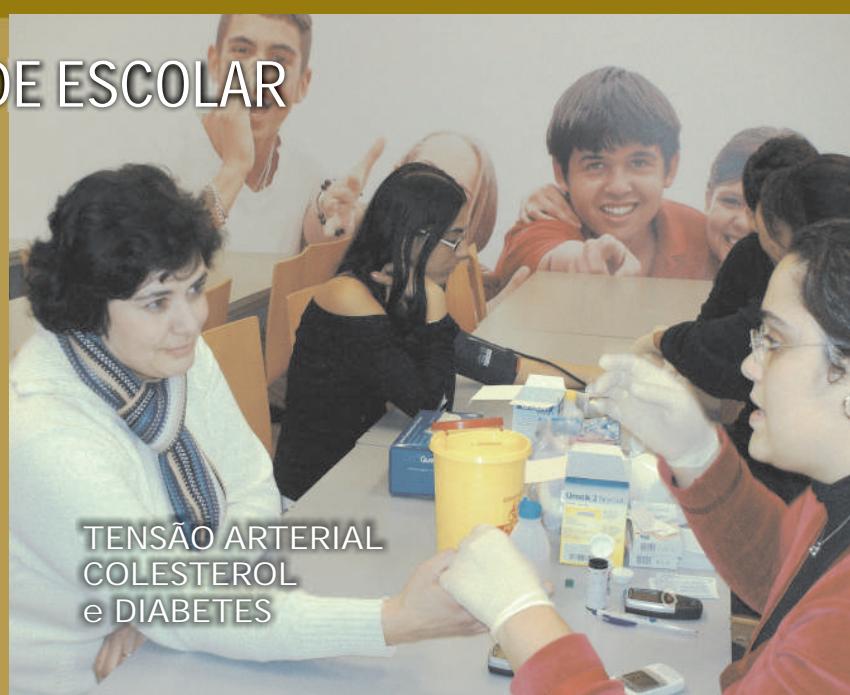
Certas DST, quando não diagnosticadas e tratadas a tempo, podem evoluir para complicações graves como infertilidade, infecções neonatais, malformações congénitas, aborto (no caso de gestantes), cancro e até a morte.

São DST frequentes, entre outras, a Herpes Genital, a Clamídia, o HPV (Vírus do papiloma humano), a SIDA (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida), Sífilis, Gonorreia, cujo tratamento exige sempre uma intervenção médica adequada.

## RASTREIO à COMUNIDADE ESCOLAR

Alunos, professores e restantes funcionários tiveram acesso a um rastreio gratuito à Tensão Arterial, Colesterol e Diabetes.

Esta iniciativa que partiu da aluna Mónica Rodrigues, voluntária da Cruz Vermelha Portuguesa e da Enfermeira Carla Gaspar que lecciona a Disciplina de Saúde Infantil no curso Técnico de Apoio à Infância, contou com a adesão de grande parte da comunidade escolar e teve como principal objectivo a inclusão na rotina dos participantes a necessidade de consultas preventivas que servem para realizar o despiste de eventuais doenças. Esta é uma actividade que pretendemos realizar regularmente e extender à comunidade local.



# Boas Práticas Alimentares

A Escola Técnica Profissional da Moita consciente da necessidade de fomentar junto de todos os alunos e colaboradores as boas práticas alimentares, lançou uma campanha de sensibilização onde fomenta a necessidade de uma alimentação equilibrada. Simultaneamente criou novos menus no Bar, todos respeitando o equilíbrio alimentar.



## A Nova Roda dos Alimentos



Esta nova roda dos alimentos está exposta no Bar com vista a sensibilizar todos os seus utilizadores.



Se estás a concluir o 9.º Ano, esta é a tua oportunidade de escolheres uma formação de FUTURO!

## Cursos para o ano escolar 2008/2009

- Técnico de Design
- Técnico de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade
- Técnico de Energias Renováveis
- Técnico de Gestão

### Habilidades Académicas:

- Técnico Profissional de Nível III da U.E.
- Diploma do 12.º Ano
- Acesso ao Ensino Superior



**INSCRIÇÕES  
ABERTAS**  
*garante já o teu lugar!*



[www.escolaprofissionalmoita.com](http://www.escolaprofissionalmoita.com)