

# FUTURO

Revista da Escola Técnica Profissional da Moita - Nº2 - Julho 2009



## na rota do SUCESSO!

A Escola do Futuro  
a Humanidade de Amanhã!

# Índice

- Artigo | Pedagogia [Artigo](#) | 04
- Rubrica | Visionarium [Rubrica](#) | 05
- Rubrica | Relações Institucionais [Rubrica](#) | 06
- Rubrica | Empreendedorismo [Rubrica](#) | 07
- Artigo | Estágios [Artigo](#) | 08
- Artigo | Centro Novas Oportunidades [Artigo](#) | 10
- Fotoreportagem | Energias Renováveis [Fotoreportagem](#) | 12
  - Artigo | Kiosk / Casa Verde [Artigo](#) | 14
  - Artigo | Novas Oportunidades [Artigo](#) | 15
  - Artigo | Sucesso Escolar [Artigo](#) | 16
  - Artigo | Actividades [Artigo](#) | 17
  - Artigo | Eventos e Actividades [Artigo](#) | 18
  - Artigo | III Challenger Orientat [Artigo](#) | 20
  - Artigo | Desporto [Artigo](#) | 22
  - Artigo | Saúde [Artigo](#) | 23



## Ficha Técnica

# na rota do SUCESSO!

**E**ste segundo número da revista "Futuro" mostra a dinâmica que diariamente toda a comunidade da nossa escola vive na procura contínua de uma escola cada vez melhor.

Muitas foram as actividades que nos marcaram ao longo deste ano lectivo, o início de um novo ano escolar, o aumento exponencial do nosso número de alunos, a inauguração do nosso Centro Novas Oportunidades e o melhoramento e aumento das nossas instalações físicas do Campus Escolar.

A nossa Escola iniciou a sua actividade no ano lectivo 2006/2007. Actualmente com 10 turmas nos cursos profissionais e 20 grupos de adultos em processo de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências, somos uma comunidade que envolve mais de 800 pessoas. Mas vamos continuar a crescer, a nossa escola tem uma comunidade educativa prevista de 1300 pessoas até finais de 2009.

A escola tem-se pautado por princípios de rigor e qualidade, pondo ênfase, por um lado na qualidade das condições físicas do campus escolar, por outro lado apostando no fortalecimento das relações interpessoais e relacionais de toda a nossa comunidade, perseguindo assim o objectivo de humanização do ensino. Esta combinação de factores tem resultado em baixas taxas de abandono escolar, baixas taxas de retenção escolar e boas taxas de aproveitamento escolar.

A escola é hoje uma referência para os nossos jovens, que aqui encontram um espaço agradável, apelativo e acolhedor e onde as metodologias pedagógicas utilizadas são geradoras de motivação pela aprendizagem, pelo prazer da descoberta, o desejo do sucesso e o gosto pelo saber, tendo como missão potenciar o sucesso de cada aluno.

Os trabalhos que desenvolvemos todos na nossa Escola têm como grande objectivo a preparação dos jovens no plano pessoal, enquanto cidadãos, assim como a sua preparação profissional para ingresso no mercado de trabalho. Para isso a escola já celebrou mais de 90 protocolos com empresas e instituições da nossa região de forma a facilitar a inclusão dos jovens no mercado de trabalho.

No passado dia 15 de Abril a Escola contou com a visita de Sua Exceléncia a Senhora Ministra da Educação, Maria de Lurdes Rodrigues na cerimónia de inauguração do "Auditório Novas Oportunidades", baptizado com este nome porque acreditamos que a iniciativa Novas Oportunidades, se constitui como um marco de grande significado para o aumento das qualificações dos Portugueses. Novas Oportunidades não corresponde à diminuição do rigor e da qualidade do processo educacional, corresponde sim numa aposta renovada nas pessoas, uma mensagem de esperança e confiança nas capacidades dos jovens e adultos e nas suas competências para atingir objectivos e realizar projectos com sucesso.

Vamos continuar a acreditar nas pessoas, o nosso maior recurso!



## Nota de Abertura



a redescobrir  
o ensino!



O Conselho Directivo,

Alexandre Oliveira

Helena Vieira

José Beiramar



# A Autoridade na Educação dos Jovens

Nos tempos em que vivemos está a tornar-se assustadora a falta de regras e disciplina que os jovens portugueses apresentam e este estado de coisas tem vindo a piorar de dia para dia. Fala-se muito de indisciplina nas escolas, do aluno que agrediu a funcionária ou daquele que insultou o professor. No entanto, pouco se fala da indisciplina em casa - aquelas atitudes incorrectas como responder de forma agressiva, recusar-se a obedecer a uma ordem ou exigir que lhe sejam feitas as vontades. Já para não falar na filha que agride verbalmente a mãe ou o filho que bate no pai. Por incrível que pareça, estes comportamentos são mais frequentes do que se pensa e ocorrem nas mais variadas famílias, independentemente da classe social. À primeira vista, pode parecer que isto nada tem a ver com a indisciplina nas escolas, mas a verdade é que tem, e muito. Um aluno que manifesta comportamentos incorrectos na escola muitas vezes já os manifestou em casa e os pais não souberam debelá-los. Esse jovem ganhou força e, tendo conseguido atingir os seus objectivos em casa, ousou experimentar a mesma façanha na escola. Se apanhar pela frente um professor firme, que não permita atitudes agressivas ou incorrectas, provavelmente refreará os seus ânimos. Mas se deparar com um professor mais tolerante, que não lhe imponha limites, esse aluno manifestará comportamentos cada vez mais incorrectos e tornar-se-á um aluno indisciplinado.

Uma coisa é certa: as crianças e adolescentes só respeitam quem lhes impõe regras. No início podem não gostar, até mesmo revoltar-se, mas na realidade é não só o que precisam, mas também o que querem bem lá no fundo. Só para se ter uma ideia, vou relatar um episódio que me contou há tempos a educadora do meu filho: houve uma mãe que levou o filho para o infantário completamente nu numa manhã de inverno, porque este se recusou a vestir. O filho fez uma birra enorme e a mãe não conseguiu obrigar-l-o a vestir-se, logo, levou-o assim mesmo, pois tinha que ir trabalhar. No final do ano, esta mãe foi agradecer à educadora pelo facto de ter conseguido dobrar o filho, que era uma criança muito rebelde e que não acatava regras. Contou-lhe então o que o filho tinha dito passado uns tempos: "Ó mãe, porque é que tu não és como a Susana, que me impõe regras?" Resta salientar que estamos a falar de uma criança que tinha, na altura, 4 anos...

Aos jovens de hoje, na maioria dos casos, não lhes são incutidas regras. Em casa não são fomentados valores

como a disciplina, a responsabilidade, o cumprimento das normas estabelecidas, o respeito pelo outro e pelas hierarquias.

Parte do mal está também na quantidade de coisas que os pais de hoje dão aos seus filhos, muitas vezes para compensar a falta de afecto e de tempo que lhes dedicam. O filho pede um telemóvel, os pais dão. O filho pede um MP4, uma Playstation ou uns ténis caríssimos e os pais dão.

Na maioria dos casos, cedem, dando-lhes o que eles pedem com a maior das facilidades, sem exigir nada em troca. Não deveria ser assim: mesmo os pais que não têm quaisquer problemas monetários, deveriam por vezes negar coisas aos filhos, nem que seja unicamente para os contrariar. Dito assim, parece ridículo, mas o facto é que não se lhes pode dizer que sim a tudo, sob pena de ficarem mal habituados e começarem a exigir cada vez mais. As crianças são abusadoras por natureza; quanto mais se lhes dá, mais elas querem, por isso há que introduzir alguns factores de adversidade de vez em quando. É fundamental que os jovens oíçam um Não ! de tempos a tempos, para que não se corra o risco, quando forem mais velhos, de reagirem mal às contrariedades.

Definir limites não implica ser-se demasiado rígido, mas a firmeza é imprescindível para obtermos os resultados pretendidos e para sermos respeitados. Não é necessário ser-se autoritário, tão-somente firme e seguros de nós próprios para que nos levem a sério e cumpram aquilo que exigimos. Enquanto professores e pais, temos que ser compreensivos e flexíveis, mas estabelecendo sempre limites.

O truque está em saber lidar com os jovens: temos de ser compreensivos, mas não demasiado tolerantes; temos de ser firmes, mas não autoritários. Eles estão permanentemente a testar a nossa paciência e os limites até onde podem ir, por isso, sejamos nós pais ou professores, temos que saber usar a tolerância e a autoridade na dose certa. Se somos demasiado autoritários, detestam-nos, pelo que nunca ganharemos a sua confiança; se somos demasiado tolerantes, abusam da nossa paciência e fazem tudo o que querem de nós. Como diz o ditado, é no meio que está a virtude.

# Visionarium

tudo o que existe  
começou por ser um sonho

**C**arlos Drummond de Andrade<sup>º</sup>, poeta brasileiro, escreveu “Chega mais perto e contempla as palavras/ Cada uma / tem mil faces secretas sob a face neutra / e te pergunta, sem interesse pela resposta, / pobre ou terrível, que lhe deres: / Trouxeste a chave?” ... Por sua vez, Daniel Pennac<sup>¹</sup>, escritor francês, refuta a associação do verbo “ler” à ordem, porque, tal como o verbo “amar”, “O verbo ler não suporta o imperativo”. Serão, então, estas duas afirmações contraditórias?

De facto, qualquer obra existe para ser lida. Quando um autor escreve, sabendo que vai ser publicado pela sua editora, fá-lo com fito na recepção da sua mensagem por parte de um leitor.

Escreve na ânsia de ser recebido por outrem, mas não pode impor essa sua vontade a ninguém. Pode, no entanto, incitar o outro à leitura. É certo que o verbo “ler” não é compatível com o modo imperativo, mas, tal como o verbo “amar”, pressupõe uma certa dose de sedução em tudo compatível com o desafio.

“Se me ordenas, não te leo, mas, se me desafias, és capaz de me seduzir e, assim, de me manipular nas minhas intenções, portanto, leio-te!” Só quando surge esta personagem suprema, o leitor/fruidor, a obra literária cumpre a sua função, porque, se numa relação amorosa se entrelaçam os corpos, na

experiência da leitura entrelaçam-se as mentes. Uma obra emudecida é uma obra inacabada, logo, só quando as mentes do escritor e do leitor dialogam, a obra literária alcança a sua existência. Há, assim, no prazer da leitura uma troca de favores.

O leitor quer ler a obra para que possa conhecer-se; através da fruição de experiências ficcionadas, o homem conhece-se a si próprio. A obra quer ser lida para que possa existir; o texto existe porque o leitor lhe concedeu uma interpretação.

Nesta linha de pensamento, um leitor é um descobridor e um fundador. Carlos Drummond de Andrade, nos versos anteriormente citados, apela (não ordena, porque o ser humano é livre) à decifração da palavra e, para decifrar, é preciso incorporar. Ao decifrar, o leitor está a inaugurar - com a leitura, a obra nasce.

<sup>º</sup>Carlos Drummond de Andrade: (1902-1987) poeta, contista e cronista brasileiro;

<sup>¹</sup>Daniel Pennac: escritor francês, nascido em Marrocos, em 1944.

# Relações Institucionais

## Visita oficial do Executivo da Câmara Municipal da Moita

↑ O Presidente da Câmara Municipal da Moita, João Lobo, acompanhado pela Vereadora do pelouro da Educação, Vivina Nunes, pela Directora de Recursos Humanos, Rosária Murça e Mónica Ribeiro, Adjunta do Presidente da Câmara, visitaram no passado dia 23 de Março, a Escola Técnica Profissional da Moita. A comitiva realizou uma visita à escola, percorrendo todo o campus escolar, nomeadamente os equipamentos Desportivos, espaços oficiais e o Laboratório de Informática, tendo revelado o seu agrado pelas excelentes condições tecnológicas e físicas da Escola. Visitaram ainda o recentemente inaugurado Centro Novas Oportunidades tendo o Presidente manifestado a importância deste novo equipamento no concelho que veio reforçar a oferta escolar já existente.

Esta visita reforça, a já existente relação, entre estas duas instituições, destacando-se a parceria no âmbito dos estágios profissionais, tendo o Presidente da Câmara revelado o reconhecimento do excelente desempenho dos jovens estagiários da Escola.

## Protocolo com Instituto Politécnico de Setúbal

A Escola Técnica Profissional da Moita e a Escola Superior de Tecnologia do Instituto Politécnico de Setúbal assinaram um protocolo de colaboração com os seguintes objectivos: realização pessoal dos jovens, nomeadamente, a preparação adequada destes para a vida activa; criação de mecanismos de aproximação entre as duas Instituições de ensino; formação de técnicos aptos à inserção nas actividades económicas da nossa região; rentabilização de recursos humanos e materiais das instituições; valorização e reforço da vertente prática do ensino profissional.

No momento da outorga do protocolo as entidades demonstraram ainda a vontade de iniciarem no próximo ano lectivo Cursos de Especialização Tecnológica - Nível IV, nas instalações da Escola Técnica Profissional da Moita.

## Governadora Civil de Setúbal visita Escola

A Governadora Civil do Distrito de Setúbal, Drª Eurídice Pereira, visitou no dia 24 de Outubro a Escola Técnica Profissional da Moita.

Durante a visita, a Governadora Civil de Setúbal tomou conhecimento das parcerias que a Escola tem desenvolvido com as instituições e empresas do tecido económico e social da região, para a realização de estágios profissionais dos alunos.

A Governadora visitou ainda o Centro de Novas Oportunidades, em funcionamento desde o dia 13 de Outubro, para reconhecimento e validação de competências de pessoas com mais de 23 anos que queiram reforçar as suas habilitações.

## Escola Técnica Profissional da Moita visitada por entidades oficiais

No dia 27 de Outubro, a Escola foi visitada pela deputada da Assembleia da República, Maria Manuel Oliveira, e pela Equipa de Apoio às Escolas da Direcção Regional de Educação de Lisboa e Vale do Tejo, representada por Alexandra Soares e Rosa Rodrigues. Durante a visita manifestaram a sua admiração com a existência dumha escola "com tão excepcionais condições no Concelho da Moita".

O significativo crescimento da Escola Técnica Profissional da Moita, a sua capacidade de intervenção social e a consequente afirmação no concelho da Moita, tem suscitado o interesse e o reconhecimento das entidades públicas. Na visita, estas personalidades percorreram, todo o campus da escola, o Laboratório de Informática, a oficina de Artes e a oficina Multiusos. Conheceram ainda o funcionamento do "Kiosk" que possibilita aos alunos diversas funcionalidades desde a sua identificação em todos os serviços da escola, a marcação de refeições e a consulta de movimentos. Tiveram também oportunidade de visitarem o edifício do Centro Novas Oportunidades. ↑



# Empreender não é secundário



Prof. Chris Curtis



**A** Escola Técnica Profissional da Moita tem vindo a apostar na dinamização de actividades que visem a potenciar o Empreendedorismo em toda a comunidade escolar.

Uma das expressões mais visíveis desta dinamização é o protocolo que a escola tem com a empresa GesEntrepreneur, Líder na educação em Empreendedorismo e pertencente à rede CG International, liderada pelo Professor Christopher Curtis, um dos mais conceituados líderes mundiais em Empreendedorismo.

No passado dia 13 de Outubro, a Escola Técnica Profissional da Moita conseguiu a presença do Professor Christopher Curtis para uma palestra sobre a "Educação em Empreendedorismo" que envolveu principalmente a comunidade docente.

Agora, a Escola Técnica Profissional da Moita iniciou uma formação em Empreendedorismo para todo o seu corpo docente com vista à implementação desta temática nos planos curriculares de todos os cursos profissionais -

"Empreender não é Secundário"

Na actual conjuntura social este tipo de formação é mais uma ferramenta que irá permitir aos professores diferenciar os alunos com maior potencial empreendedor, possibilitando assim que a Escola apoie e desenvolva um conjunto de iniciativas que facilitem os alunos Empreendedores na criação dos seus projectos.

Como sabemos que o FUTURO está em todos os nossos jovens, a Escola Técnica Profissional da Moita sente a

## Empreendedor por 1 dia

obrigação de formar todos os nossos jovens da melhor forma possível dotando-os de conhecimentos sociais, científicos, técnicos e profissionais actuais e inovadores, potenciando sempre a capacidade de iniciativa de cada um.

O modelo de formação que está a ser ministrado aos professores, para posterior aplicação na formação dos alunos, baseia-se no modelo de aprendizagem "learning by doing", onde todo o processo se centra no aluno e nas actividades por si desenvolvidas.

Esta formação além de permitir a mudança de atitudes e comportamentos e de aumentar e predispor para empreender, tem como principais objectivos: demonstrar que ser empreendedor é um modo de vida, desmistificar o conceito de empreendedorismo e familiarizar os alunos com conceitos empresariais.

Assim, os alunos iniciaram as aulas com a temática do Empreendedorismo, indo realizar-se brevemente a actividade de "Empreendedor por um Dia", que permite aos alunos experienciarem todas as etapas que vão desde a escolha da ideia de negócio até à sua implementação.



# Estágios



**A** Escola tem mais de 90 protocolos com empresas da região, de forma a garantir o estágio de todos os alunos.

Seleccionámos algumas entidades de diferentes áreas de actividade, com as quais temos protocolos de parceria para questionar:  
Qual a importância da Formação em Contexto de Trabalho?

## Câmara Municipal da Moita - Técnico de Secretariado

A Câmara Municipal da Moita, na sua função social, procura dar resposta positiva, acolhendo, sempre que possível, aos estagiários das diversas Instituições, considerando que se trata de um primeiro contacto com o mundo laboral e da importância que o mesmo representa para os jovens.

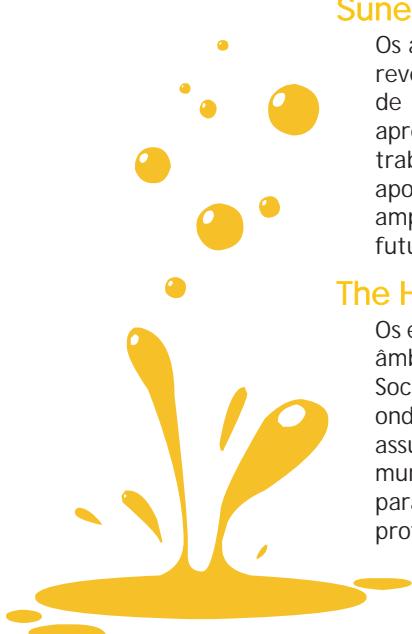
Assim, de entre outros, foram concedidos a duas alunas do Curso Técnico de Secretariado, da escola Técnica Profissional da Moita, estágios curriculares, que decorreram no período de 18 de Fevereiro a 03 de Abril último, integrados no Departamento de Obras Municipais e Equipamento Mecânico e no Departamento de Recursos Humanos.

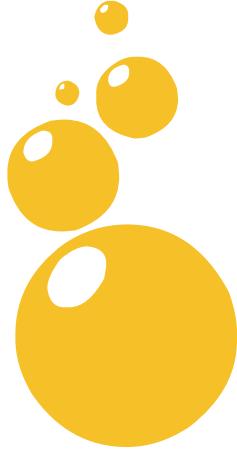
## Sunergetic, Lda. - Técnico de Energias Renováveis

Os alunos estagiários da ETPM do curso de Energias Renováveis têm-se revelado uma verdadeira surpresa, não apenas pela sua postura no local de trabalho mas acima de tudo pelo seu entusiasmo e vontade de aprender. As exigências feitas pela empresa e à elevada carga de trabalho atribuída aos estagiários a resposta tem sido sempre positiva. A aposta feita pela Sunergetic em receber o André e a Ana foi já amplamente recompensada e é sem dúvida algo a manter e fomentar no futuro!

## The Human Touch, Lda. - Animador Sociocultural

Os estágios que temos vindo a desenvolver em parceria com a ETPM, no âmbito do plano curricular dos alunos do curso de Animação Sociocultural, têm-se revelado bastante úteis para a nossa empresa, onde os alunos se envolveram com grande entusiasmo e dedicação, assumindo uma atitude profissional e responsável. Esta aproximação ao mundo real empresarial é, indubitavelmente, de grande importância para os alunos, no seu percurso formativo para um futuro desempenho profissional com sucesso.





### Técnicas Criativas, Lda. - Técnico de Design Interiores/Exteriores

A oportunidade dos estágios em contexto de trabalho é não só uma maneira de contactar com a realidade do mundo do trabalho, como um meio de "tomar o pulso" do meio. Sobretudo nesta área com as suas alturas de muita pressão, onde por vezes se têm de fazer "sacrifícios" para que o trabalho seja terminado a tempo e horas.

Existem também outros períodos, onde a pressão é menor e desenvolve-se por exemplo, a organização do arquivo de catálogos, materiais e amostras, efectuam-se também contactos com novos fornecedores, técnicos que trabalham directamente com a empresa no desenvolvimento dos projectos, etc. É este gerir de necessidades que é o dia-a-dia da empresa, e é importante que os formandos tenham a noção plena disso. Nos caso dos formandos, é a primeira vez que saem da sua zona de conforto, a realidade escolar, onde têm oportunidade de contextualizar matérias teóricas no plano prático.

### Sogeservi, Lda.- Técnico de Contabilidade

A formação em contexto de trabalho, é uma poderosa ferramenta nas empresas, pois permite adequar os conhecimentos que os alunos trazem da teoria e aplicá-los no dia-a-dia de uma empresa.

Hoje em dia a formação académica é importante, mas a formação prática/operacional é ainda mais importante, pois Saber Fazer é o que faz progredir as empresas, e não o Fazer Saber.

### Jardim Infantil Xi-Coração - Técnico de Apoio à Infância

É importante a formação no contexto de trabalho pois é uma forma das formandas colocarem em prática os conhecimentos adquiridos ao longo da curso, e terem noção da realidade do mundo do trabalho na área da sua formação.





## Agora a sua experiência conta!



**O** Centro Novas Oportunidades da Escola Técnica Profissional da Moita foi inaugurado oficialmente no dia 17 de Novembro, pela Vice-Presidente da ANQ Dr.ª Maria do Carmo Gomes.

Nesta ocasião, foi assinado um protocolo de cooperação em rede entre os Centros de Novas Oportunidades dos concelhos do Barreiro, Moita, Montijo e Alcochete, designado por «Centros de Novas Oportunidades da Frente Ribeirinha do Tejo».

O protocolo foi assinado pelas seguintes entidades: Escola Secundária Alfredo da Silva, Barreiro; Escola Secundária Poeta Joaquim Serra, do Montijo; Escola Profissional do Montijo e a Escola Técnica Profissional da Moita.

Foram ainda assinados protocolos com a empresa Comilmba (fornecedor do bacalhau Riberalves), do Rosário e Sindicato dos Transportes Fluviais e Marinha Mercante, que permitirão aos funcionários destas empresas poderem inscrever-se no Centro, de forma a poderem concluir quer o nível básico ou o secundário. Brevemente serão assinados protocolos com a Câmara Municipal e com os Bombeiros Voluntários da Moita.



O Centro Novas Oportunidades iniciou com a oferta no âmbito do processo de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências.

Muito brevemente a oferta será alargada com Cursos de Educação e Formação de Adultos (nível básico e secundário) e Formações Modulares Certificadas.

Este processo de qualificação e de validação de competências é a primeira opção para quem, ao longo da vida, aprendeu a fazer coisas sem ser na escola e não tem ainda os seus estudos concluídos.

Este processo volta a colocar as pessoas a quererem redescobrir-se a si mesmas no processo do saber, pois este processo não é o voltar à escola é o voltar ao saber, saber de si, dos outros e do mundo.





#### : CONTACTOS :

Telefone: 212 893 088  
[cno@escolaprofissionalmoita.com](mailto:cno@escolaprofissionalmoita.com)  
[www.escolaprofissionalmoita.com](http://www.escolaprofissionalmoita.com)

Inscrições Abertas

O Centro Novas Oportunidades da Escola Técnica Profissional da Moita está em funcionamento desde Novembro de 2008, contando actualmente com cerca de 600 inscritos.

No âmbito da iniciativa Novas Oportunidades, através do Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC), o Centro Novas Oportunidades conta já com cerca de 50 adultos certificados no nível básico de escolaridade (9.º ano).

Quanto ao nível secundário (12.º ano), os 6 primeiros certificados concluíram o processo no passado dia 25 de Maio, prevendo-se o aumento sistemático de certificados neste nível, nos próximos meses.

O bom ambiente que é vivido entre toda a comunidade da Escola Técnica Profissional da Moita é também um elemento presente no nosso Centro Novas Oportunidades. Esta característica tem potenciado o estabelecimento de boas relações entre adultos, formadores e profissionais de RVC, o que se constitui como um estímulo aos adultos ao longo do processo de certificação que exige uma elevada entrega por partes destes.

O Centro tem desenvolvido mecanismos de resposta célebre às expectativas dos adultos, o que se traduz num tempo médio que não tem ultrapassado quinze dias.

Actualmente estão em processo RVCC mais de 20 grupos entre nível básico e nível secundário.

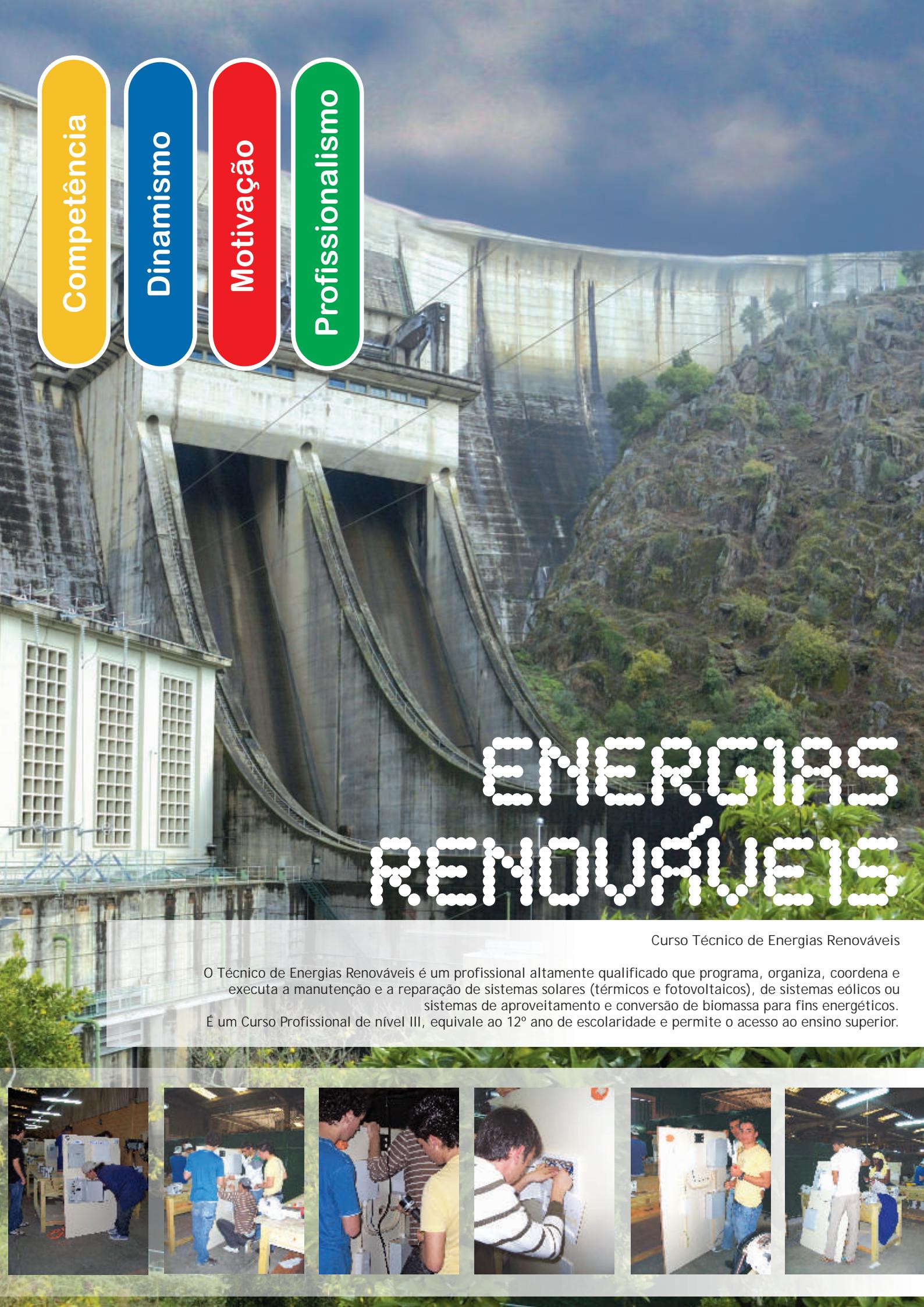


**Competência**

**Dinamismo**

**Motivação**

**Professionalismo**



# ENERGIAS RENOVÁVEIS

Curso Técnico de Energias Renováveis

O Técnico de Energias Renováveis é um profissional altamente qualificado que programa, organiza, coordena e executa a manutenção e a reparação de sistemas solares (térmicos e fotovoltaicos), de sistemas eólicos ou sistemas de aproveitamento e conversão de biomassa para fins energéticos.

É um Curso Profissional de nível III, equivale ao 12º ano de escolaridade e permite o acesso ao ensino superior.





AO SOL



OFICINA



OFICINA



CASTELO DE bODE



CASTELO DE bODE



ENERGIAS RENOVAVELIS ENERGIAS RENOVAVELIS



**E**ste ano a Escola Técnica Profissional da Moita conta com mais uma infra-estrutura do Plano Tecnológico da Educação, o Cartão do Aluno.

Este cartão funciona através da tecnologia RFID (Radiofrequência), armazenando todas as informações do aluno.

O cartão permite ter acesso a todos os dados na Secretaria e à utilização dos serviços do Bar, Refeitório e Papelaria Reprografia.

Permitindo ainda a consulta através de uma plataforma na internet consultar todos os movimentos realizados com o cartão, assim como a marcação ou cancelamento de refeições e serviços.



**A** Escola Técnica Profissional da Moita, em parceria com um conjunto de empresas e instituições, está a levar a cabo um projecto multidisciplinar, apadrinhado por CASA VERDE com a participação das turmas dos Cursos Técnicos de: Energias Renováveis, Gestão, Design de Interiores/Exteriores e Técnico de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade.

Este projecto tem o objectivo de conciliar a actividade dos Técnicos dos cursos referidos, procurando soluções habitacionais que visem a sustentabilidade ambiental, a harmonia estética e o controle de custos de implementação e manutenção de uma Casa Verde.

Do resultado deste trabalho irá surgir uma campanha de sensibilização sobre esta temática junto da população em geral e de empresas do sector da construção em particular.

A Casa Verde contempla as seguinte soluções:

- Captação da luz solar através de painéis fotovoltaicos para a produção de electricidade;
- Captação solar através de colectores solares para a produção de água quente;
- Sistema de separação de lixo e de compostagem;
- Uso exclusivo de lâmpadas de alta eficiência energética;
- Sistema de recolha das águas da chuva para aproveitamento nas instalações sanitárias e sistemas de rega;
- Instalação de equipamentos sanitários de baixo consumo;
- Vão envidraçados com palas activas;
- Vidros fotovoltaicos (permitem que as janelas também sejam um captador de energia solar);
- Elementos de betão com forras térmicas;
- Paredes duplas com caixa de ar e isolamento térmico;
- Caixa de ar no pavimento para minimizar perdas para o solo;
- Utilização de mobiliário produzido com materiais ecológicos;



# Ministra da Educação inaugura Auditório Novas Oportunidades

No dia 15 de Abril, a Exma. Ministra da Educação, Dr.<sup>a</sup> Maria de Lurdes Rodrigues presidiu à Inauguração do Auditório Novas Oportunidades, um novo equipamento da Escola Técnica Profissional da Moita, com capacidade de 82 pessoas.

Na cerimónia de inauguração estiveram, ainda, presentes, o Senhor Presidente da Câmara Municipal da Moita, Eng.<sup>o</sup> João Lobo, a Senhora Governadora Civil do distrito de Setúbal, Dr.<sup>a</sup> Eurídice Pereira, entre outras personalidades e público assistente.

O evento foi, ainda, assinalado, com entrega de diplomas aos 19 primeiros adultos certificados no âmbito do processo de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC) desenvolvido no CNO da Escola, um acto que, segundo a Ministra da Educação, reveste-se de grande importância, uma vez que os adultos vêem, agora, "reconhecidas as competências e a aprendizagem que fizeram ao longo da vida".

Manifestando a sua gratificação em estar presente neste Centro, Maria de Lurdes Rodrigues, lembrou que nos últimos anos o país foi marcado por um elevado défice de qualificação, mas tem havido um esforço para a revalidação das competências dos portugueses. "O país tem um défice de qualificação antigo, em alguns casos porque não houve oportunidade para muitos adultos de irem à escola - a escola terminava na 4.<sup>a</sup> classe e em muitos concelhos nem se quer havia a possibilidade de prosseguir os estudos - e são esses alunos que estamos hoje a trabalhar para dar essa possibilidade.



Mas o défice de qualificação não é, apenas, um défice histórico.

Ao longo dos últimos 20 anos o défice de qualificação foi alimentado pelas dificuldades em responder e pelas dificuldades associadas ao insucesso escolar", disse, reforçando que, apesar deste défice de qualificação, "tivemos, também, e isso é reconfortante, um país que conviveu, que se desenvolveu e que progrediu com o contributo destes adultos, que não deixaram de dar o seu melhor.

E isso faz com tenhamos, hoje, uma enorme ambição. Hoje, o desejo de ultrapassar o défice de qualificação e de actualizar a qualificação de todos os portugueses é uma ambição partilhada", afiançou.

A Ministra da Educação salientou, ainda, as boas condições do Centro e a mais-valia de estar inserido numa Escola Profissional.





# 5 PRÍNCIPIOS para o Sucesso escolar

A família de hoje está desarticulada, devido a uma infinidade de factores que a própria família aceita como significantes e não como um significativo obstáculo ao seu bem-estar. Exemplo disso: a televisão. A televisão é dirigida para as massas, e tem como função ocupar, adormecer, sonambular, impedindo de forma explícita o diálogo, a ordem e a estabilidade emocional e afectiva no agregado familiar, pois não estamos centrados em nós e no que nos rodeia.

Assim a realidade humana é esquecida e concomitantemente a realidade escolar do nosso educando.

O tutor paterno ou materno (ou ambos), só despertam do seu sono televisivo quando, no final de cada período lectivo o educando afirma intransigentemente que não quer estudar, e mais, que está farto da escola!

Como tal, e para não me distender mais no tema, cinco princípios unificadores, que promovem o sucesso educacional de um jovem aluno.

1º Princípio: o diálogo familiar e o acompanhamento por parte da família são importantíssimos em todas as idades escolares! Converse com o seu educando sobre as opções que ele toma, sobre o que pensa da escola, dos colegas, dos próprios professores. Ouça sem criticar e por fim aconselhe sem imposição.

2º Princípio: Compareça sempre que possível nas reuniões escolares. Ao chegar a casa fale com o seu educando sobre o que foi debatido na reunião. Dialogue calmamente com ele. Através do diálogo verá que o seu educando irá percepcionar as coisas de forma diferente e que será essencial para o seu sucesso escolar. Esforce-se para estabelecer uma relação aberta e não de autoridade, pois já todos nós fomos crianças e ocultamos certas situações devido, unicamente, ao zelo excessivo da figura materna ou paterna.

3º Princípio: Não desespere quando tudo fazia esperar o contrário e o seu educando traz uma nota péssima e a "exibe" como se a mesma fosse algo de natural.

Respire fundo. Não comente a quente. Espere um pouco. De seguida fale com ele calmamente sobre o que se passou. Faça-o entender que a escola é o futuro que ele faz a cada dia! O seu apoio é para ele importantíssimo, embora por vezes ele não o demonstre.

4º Princípio: Faça-lhe perguntas que o projectem no futuro escolar e que o façam ver que existem realidades escolares que se conjugam com profissões. Todos nós temos aptidões e gostos que são coincidentes com a realidade profissional. Questione o seu educando sobre o seu futuro, ajude-o a construir um desejo de ser algo, faça-o reflectir sobre a importância daquilo que ele gosta ou que sabe fazer melhor, interprete as suas tendências, ajude-o a comprometer-se com o seu próprio futuro.

5º Princípio: Acompanhe sempre o percurso escolar do seu educando de perto! Fomente o diálogo, ouça sem criticar, motive-o, em especial nos momentos mais difíceis, seja persistente, dê tempo ao tempo, tente reflectir com o seu educando um problema dele, para o qual sabe a resposta, mas reflecta com ele calmamente levando-o, a ele, a descobrir a resolução.

Desligue a televisão. Dê o exemplo. Ouça música. Leia novos livros e tenha livros em casa. Ofereça livros no Natal, na Páscoa, nos aniversários!... Não sabe que livros oferecer? Siga o seu instinto. Todos os livros são bons (mesmo os maus..)!

P.S. Se em determinado momento necessitar de uma estratégia de orientação, socorra-se de especialistas educacionais capazes, devendo sentir da sua parte que houve a resolução ou o acompanhamento mais capaz

### A Escola na XII Feira de Projectos Educativos

Pelo segundo ano consecutivo, a Escola participou na Feira dos Projectos Educativos do concelho da Moita, que decorreu entre 13 e 15 de Maio.

Já na sua 12ª edição, a Feira continua a envolver, com sucesso, alunos, professores, encarregados de educação e toda a comunidade educativa promovendo a inovação e a partilha de projectos e iniciativas levadas a cabo por diferentes instituições locais.

Resultado de um trabalho exaustivo e de um longo processo que envolve professores, escolas, educadores e técnicos, a Feira de Projectos tornou-se mesmo numa das mais importantes iniciativas anuais realizadas no concelho da Moita.

A Escola Técnica Profissional da Moita participou neste evento com uma mostra de trabalhos assim como através da dinamização de diversas actividades (momento musical; música elementar; expressão dramática e corporal: a dança das cores; Clube das Artes; pinturas faciais e modelagem de massa e balões) e apoio logístico ao evento levado a cabo pelas turmas dos cursos técnicos de Apoio à Infância, Animação Sociocultural, Secretariado e Design de Interiores/Exteriores.



### Escola participa no Fórum Qualificação 2009 Batalha

A Escola Técnica Profissional da Moita foi seleccionada para participar no Fórum Qualificação 2009: Escolhas com Futuro que decorreu na Exposalão, na Batalha, de 7 a 9 de Maio de 2009, sendo a única instituição de ensino do concelho da Moita a participar neste importante evento nacional.

A Escola apresentou o Curso Técnico de Energias Renováveis neste evento com o Projecto Multidisciplinar "Casa Verde", em parceria com a empresa Sunergetic, Lda., especialista em soluções de energias renováveis e inovadoras.

O Fórum Qualificação 2009: Escolhas com Futuro assume como objectivos principais divulgar a diversidade de cursos contemplados pelas diferentes modalidades de educação e formação; promover as ofertas profissionalizantes junto dos jovens que concluíram o 9º ano de escolaridade, das comunidades educativas e formativas e do tecido empresarial e socio-económico.



# Dia Mundial da Criança



No passado dia 1 de Junho, algumas alunas da turma de Apoio à Infância participaram nas comemorações do Dia Mundial da Criança no município da Moita, em colaboração com a Junta de Freguesia da Moita. Outro grupo de alunas esteve em Penela, em colaboração com a Câmara Municipal de Penela e a empresa GesEntrepreneur.

Mais de 600 crianças estiveram envolvidas em actividades organizadas pelas alunas de Apoio à Infância, entre as quais: modelagem de balões, pinturas

faciais, Jogos tradicionais e «Laboratório de Experiências» onde aprenderam unidades de medida, volume e densidade. Todos puderam ainda assistir à Peça de Teatro «Os dez amigos do Joãozinho» e a um espectáculo de música e expressão corporal.

Para as crianças que participaram nesta comemoração do Dia Mundial da Criança, foi um dia de grande animação, cor, alegria e boa disposição.

# Semana da Juventude em Cascais



No dia 4 de Julho, os alunos da Turma de Animação Sociocultural, em parceria com a empresa Artelier - Teatro de Rua, participaram no encerramento da Semana da Juventude no município de Cascais.

Os alunos participaram na actividade «Paragem Urbana», um teatro performance no âmbito do qual teve lugar um desfile de Máquinas de Rua tripuladas conjuntamente com outros actores e animadores profissionais.



# Dia Internacional da Dança

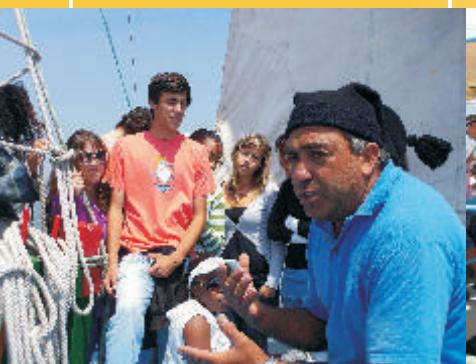
No passado dia 29 de Abril decorreu a actividade "Dançando Dia Mundial da Dança". Este dia é comemorado desde o ano de 1982.

Desta forma, a nossa Escola celebrou este dia com um concurso de dança, em que os alunos de diversas turmas apresentaram coreografias de Tango, Hip-hop, Folclore, entre outras.

A coreografia que saiu vencedora foi dinamizada pela turma do 12.º ano de Contabilidade, que dançou ao ritmo do Twist.



## Boa Viagem



Durante o mês Junho, os alunos da nossa Escola puderam usufruir de um passeio a bordo do varinio Boa Viagem.

Esta viagem permitiu aos alunos e professores conhecerem melhor a zona ribeirinha do concelho da Moita e concelhos limítrofes.

A bordo, o Mestre João Gregório foi apresentando os vários locais e contando as histórias e vivências dos antigos frigateiros que outrora usavam os varinios e as fragatas para abastecer Lisboa.

## 'Rambóia' Cultural

Decorreu no passado dia 8 de Junho a actividade «Rambóia Cultural», uma mostra de culturas, sentidos e expressões de vários continentes, visando potenciar o conhecimento e a aceitação da multiculturalidade, dinamizada pela turma do 10.º ano de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade.

As actividades passaram desde provas gastronómicas, música, um concurso de dança «Worl'dance» e passagem de modelos com a participação de alunos de várias turmas - «Trapos do Mundo», representativas de vários continentes e culturas.



# iii Challenger

**ORIENTAT**

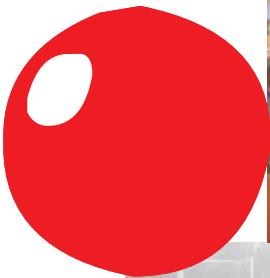


Pelo 3º ano consecutivo a Escola Técnica Profissional da Moita realizou, no último dia de aulas do primeiro período escolar, o Challenger Orientat, que se constitui já como uma tradição para os alunos, professores e funcionários da escola.

Com a presença de mais de 200 alunos, distribuídos por 35 equipas, esta foi mais uma jornada de grande animação e divertimento, levada a cabo por esta escola, que encheu as ruas da Moita de colorido e alegria. Os professores e funcionários da escola integraram as equipas constituídas pelos alunos, proporcionando assim uma maior aproximação entre todos, de modo a fomentar ainda mais o bom ambiente existente entre todos e que é uma das componentes que caracteriza a escola.

Este ano, a anteceder as provas do Challenger a turma de animação Sociocultural presenteou toda a comunidades escolar com um Presépio de Natal sobre a exclusão social, com a finalidade de despertar consciências sobre as pequenas atitudes quotidianas que levam à exclusão.





Equipas como as "Setapanho", os "Desorientados", "As Belas e o Monstro", "Quadrilha da Esquerda", são exemplos das mais variadas denominações que as 35 equipas assumiram, mas os vencedores foram mesmo os "Orientados", da turma do 12.º ano de contabilidade, que pela 3.ª vez consecutiva asseguraram o 1º lugar, sendo contemplados com prémios a adquirir em lojas de artigos informáticos e multimédia.

Em 2.º lugar classificou-se a equipa "BFM" do 11.º ano de Energias Renováveis e em 3.º lugar ficou a equipa "Google" do 12.º ano de Secretariado.

Na classificação por turmas voltou a ganhar a turma de Contabilidade, tendo os caloiros do 10.º ano de Energias Renováveis conseguido a proeza de se classificarem em 2º lugar. Em 3º lugar ficou a turma do 11º ano de Apoio à Infância.

No final da prova houve um almoço, para todos, na esplanada da escola, seguindo-se um momento de música gospel, organizado pela turma de Comunicação, Marketing, Relações Públicas e Publicidade, que contou com a participação de alunos dos vários cursos.

Após o momento musical procedeu-se à aclamação dos vencedores e à distribuição dos prémios, assim como foram entregues brindes e certificados de participação a todos os participantes.

Durante a tarde, e com o apoio da Junta de Freguesia da Moita, realizou-se um concurso de "Karaoke" onde a participação de alunos e professores e toda a comunidade escolar, permitiu a conclusão do 1º período escolar em ambiente de festa.

# Yoga

## mens sana in corpore sano



No passado dia 17 de Fevereiro de 2009, decorreu na Escola um evento no mínimo diferente e divertido.

Foi realizado uma aula de Yoga ao ar livre contando com a participação dos alunos e professores traduzindo-se numa tarde bem passada e animada.

O Yoga é uma filosofia de vida com mais de 5000 anos, e não podemos negar que a prática opera no praticante uma série de mudanças, que fazem parte de um processo de reeducação, que se traduzem, por exemplo, numa maior vitalidade ou em mais capacidade de concentração.

O SwáSthya Yoga, como qualquer outra modalidade de Yoga, visa elevar o praticante a um estado de consciência expandida, de hiper-consciência, de mega-lucidez, que se denomina Samádhi.

Num processo de auto-conhecimento o praticante aprende a respirar da forma correcta, melhora a capacidade de se concentrar e descontrair, aumenta a tonicidade muscular, a flexibilidade e muito mais.

É fácil concluir então que um praticante de SwáSthya Yoga seja alguém com muita vitalidade e energia, mais capaz de administrar situações de stress.

Alguém que ao nível profissional terá performances mais satisfatórias, por ser mais concentrado e focado, e que nos desportos ou nos estudos alcançara as suas metas mais facilmente.

Mas a mudança está muito para lá dos simples “efeitos secundários” aqui mencionados, e para saber o que o Yoga é de facto nada como a prática.



# O Exercício Físico e a Diabetes

## O que são diabetes?

A diabetes é uma desordem do pâncreas na qual ele ou é incapaz de produzir insulina ou produz muito pouco. A insulina é uma hormona natural produzida no pâncreas que controla os níveis de glicose (açúcar) no sangue. Existem vários tipos de diabetes, sendo a mais comum a Diabetes Mellitus tipo2, esta caracteriza-se por ser não-insulino dependente, o seu aparecimento e progressão são favorecidos no contexto de um estilo de vida pouco saudável: falta exercício físico, com consumo excessivo de calorias e gorduras. Na diabetes tipo 2 o pâncreas é capaz de produzir insulina, porém ao associarmos uma má alimentação com uma vida sedentária, tornam o organismo resistente à acção da insulina. Tal facto, obriga o pâncreas a trabalhar em excesso, até que chega uma altura em que a insulina produzida deixa de ser suficiente em quantidade para colmatar a resistência periférica dos tecidos à hormona.

A Diabetes Tipo 1, caracteriza-se por ser insulino-dependente e é mais rara. Neste caso, pâncreas produz insulina em quantidade insuficiente ou em qualidade deficiente ou ambas as situações. Como resultado, as células do organismo não conseguem absorver, do sangue, o açúcar necessário, ainda que o seu nível se mantenha elevado e seja expelido para a urina.

## Quais são os sintomas típicos da diabetes?

Nos adultos - A diabetes é, geralmente, do tipo 2 e manifesta-se através dos seguintes sintomas:

- Urinar em grande quantidade e muitas mais vezes, especialmente durante a noite (poliúria);
- Sede constante e intensa (polidipsia);
- Fome constante e difícil de saciar (polifagia);
- Fadiga;

•Comichão (prurido) no corpo, designadamente nos órgãos genitais;

•Visão turva.

Nas crianças e jovens - A diabetes é quase sempre do tipo 1 e aparece de maneira súbita, sendo os sintomas muito nítidos. Entre eles encontram-se:

- Urinar muito, podendo voltar a urinar na cama;
- Ter muita sede;
- Emagrecer rapidamente;
- Grande fadiga, associada a dores musculares intensas;
- Comer muito sem nada aproveitar;
- Dores de cabeça, náuseas e vômitos.

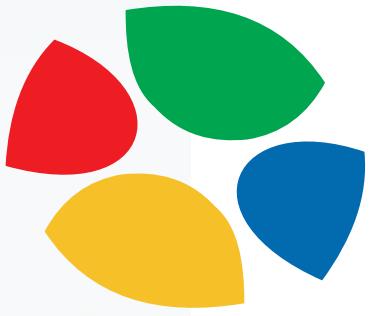
Então em que medida o exercício físico beneficia a diabetes?

A prática regular de exercício físico, em especial os aeróbicos, traz os seguintes benefícios ao diabético:

- Estimula a produção de insulina.
- Aumenta a sensibilidade celular à insulina.
- Eleva a capacidade de captação de glicose pelos músculos.
- Diminui a gordura corporal, a qual está relacionada à diabetes tipo II

## O que são exercícios aeróbios?

São actividades/exercícios moderadamente intensos e prolongados, sem sentirmos desconforto ou cansaço, que por sua vez aumentam o consumo de oxigénio e melhoram a frequência cardíaca. O objectivo é conseguir reduzir a frequência cardíaca em repouso para os 40 a 50 batimentos por minuto e para 120 a 150 batimentos por minuto durante o exercício. Como exercícios aeróbios temos por exemplo, andar a pé, correr, andar de bicicleta ou nadar.



## ESCOLA TÉCNICA PROFISSIONAL da MOITA

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

### Cursos para o ano escolar 2009/2010

- Técnico de Restauração variante restaurante/bar
- Técnico de Higiene, Segurança no Trabalho e Ambiente
- Técnico de Apoio à Infância
- Técnico de Animação Sociocultural
- 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



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

INFORMA-TE

**212 800 600**

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