

“Recomeça...
se puderes,
sem angústia
e sem pressa
e os passos que deres,
nesse caminho duro
do futuro,
dá-os em liberdade,
enquanto não alcances
não descanses,
de nenhum fruto
queiras só metade.
(...)”

Miguel Torga

Maria Reis, 8ºA

NOVIDADES

Nova edição
Nova equipa
Novo layout
Novas secções

SECÇÕES

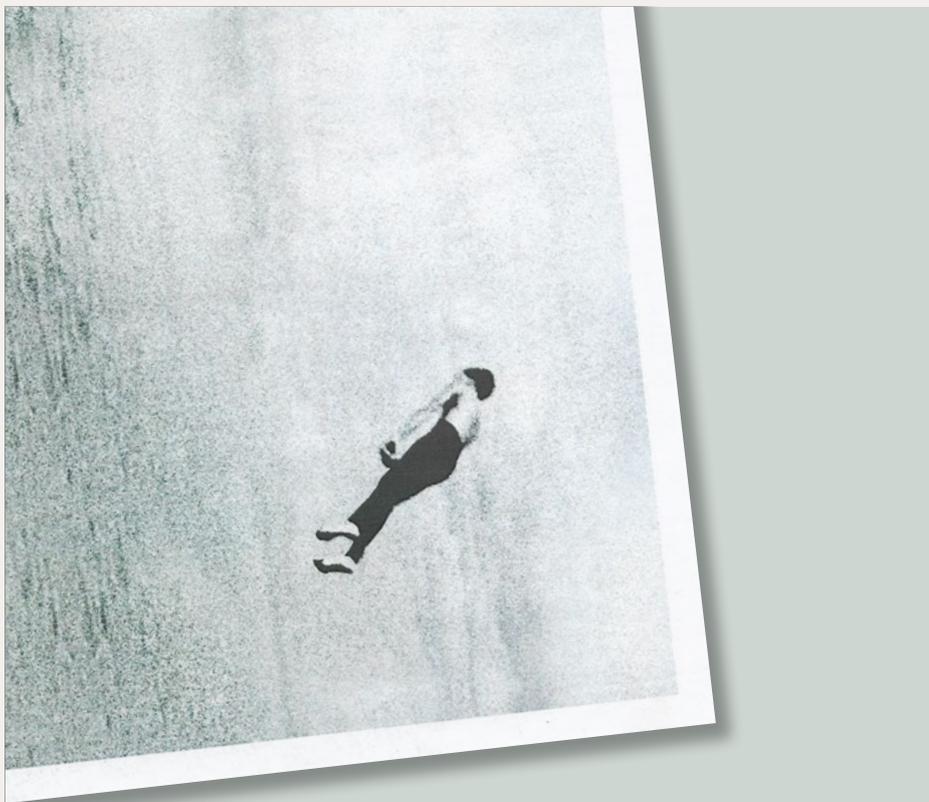
O prazer de ler...
Notícias
Em tempo de Natal
Curiosidades
Arte...

COLABORAÇÕES DIVERSAS



Abril Iracala, 8ºC

Editorial



Em janeiro de 2015, saiu o primeiro número do Jornal da Escola Clara de Resende como projeto da Associação de Estudantes e Direção de um aluno de 12º ano, José Diogo Nogueira.

Chamava-se ACLARA e foi o manifesto de um projeto pensado, concebido e executado exclusivamente por alunos.

Em 2017, um novo jornal iniciou a sua atividade, o DECLARA, com sete anos de declarações, opiniões, pensamentos e divulgações que se pretende, agora, continuar com uma nova equipa.

A curto prazo, neste ano letivo, o jornal será trimestral, dando-nos, assim, mais tempo para firmar um dos principais objetivos, fornecer à comunidade escolar um serviço de qualidade, exigência e responsabilidade.

Queremos que os alunos vistam a pele de verdadeiros jornalistas e tragam ao jornal iniciativa, pensamento crítico e empreendedorismo.

Queremos que a palavra em liberdade seja estimulada e amplie a visão da Escola, do Mundo e da Humanidade, Queremos formar uma nova equipa onde alunos, professores, encarregados de educação e auxiliares da ação educativa se encontrem e tenham uma voz uníssonas.

Sejam todos bem-vindos!

**Segue o teu destino,
Rega as tuas plantas,
Ama as tuas rosas.
O resto é a sombra
De árvores alheias.**

Ricardo Reis



Maria Reis, 8ªA

Elizabeta, 5ºD



FICHA TÉCNICA

EDIÇÃO.01.2425

JAN 2025

Agradecimentos

A equipa editorial agradece a todos os que apoiaram e colaboraram na realização deste projeto.

Coordenação editorial

FernandaTeles

Helena Caldeira

Ana Sottomayor

Isabel Neto

Lúisa Santos

Coordenação gráfica

Gisela Meireles

O prazer de ler...

A LUZ DO PEMA

Vira-te para o sol!
Veste-te de raios de pó amarelo!

A claridade súbita entra-te pelos olhos,
e é nessa luz que comesças a vestir as palavras.

Se uma nuvem branca e leve cair do paraíso,
saberás todas as cores das sílabas,
florescendo em imagens caídas do céu.

Celebra o sol!
Faz um acordo com as estrelas!

O poema, no dorso do cavalo que amanhece,
aproximar-se-á com ancestrais visões celestes.

E toda a claridade súbita trará as asas
das palavras para os jardins dos teus olhos.

Helena Caldeira

A VONTADE DE UM LIVRO

Sabem que...
Às vezes nem eu sei,
porque deixei passar tantas palavras do último livro que li:
sem as entender, sem as perguntar, sem as respeitar sequer.
Fiquei presa à capa e à introdução do mesmo e,
nem sequer a bibliografia do autor pesquisei.
Como quero assim:
que o livro me respeite?
que o autor fale comigo e me faça chegar a sua mensagem?
Livros então são mais do que capa e ilustrações,
são mais do que a bibliografia dos seus autores.
Temos que os ler, interpretar palavra a palavra.
Ir para além do seu conteúdo para chegarmos à sua alma.
Compreendermos o seu autor e viajarmos na sua personalidade.
Não fazer deles um objeto de prateleira,
ou um adorno na mesinha-de-cabeceira.
Levantá-los do chão quando eles já nos embalaram o nosso sono.
Convidá-los para um momento da nossa vida,
por mais que pequeno que seja esse momento.
Assim, até comesçamos a gostar do seu aroma a papel.
Esperem, eles até podem iniciar a viagem que nunca fizemos,
Podem levar-nos ao mundo dos sonhos.
E como é bom viajar e sonhar!
Então, concordam comigo?
Vamos todos ler um livro, façam a SUA VONTADE!

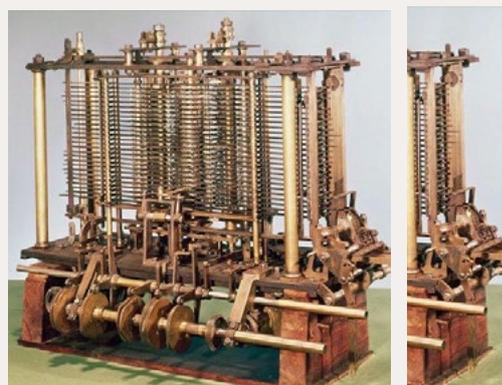
Teresa Miranda

CURIOSIDADES



Ada Lovelace

Nascida a 10 de dezembro de 1815, no Reino Unido, Ada desde tenra idade que se fascinou com a ideia de voar, tendo escrito um livro com todos esses estudos, com o nome “A ciência do voo”. Certa noite, num dos bailes a que costumava ir, Ada conheceu o matemático Charles Babbage, a quem mais tarde mostrou a sua nova máquina que fazia subtrações e somas de forma automática. Maravilhada com esta máquina, Ada sugeriu modificá-la, a fim de poder fazer cálculos mais complexos. Assim, com a ajuda de Charles, construiu uma máquina gigantesca, mas que precisava de um motor a vapor para trabalhar. No entanto, Ada queria ir mais além e sugeriu que a máquina fosse novamente modificada para também poder reproduzir música e apresentar letras. Deste modo, foram feitos os planos para o primeiro computador e foi escrito o primeiro programa informático da História. Ada morreu, em Londres, no dia 27 de novembro de 1852, aos 37 anos, com um cancro do útero, deixando à humanidade um contributo enorme em Ciência e Matemática.



Notícias

Programa de Incentivo à Escrita Concurso Literário, Porto Editora “Um conto na minha terra”



Nathalie Souza, 12^ªF

RUA DA ALEGRIA, 1000

Sonho em tornar-me uma fadista de sucesso. Não desejo cantar apenas pelo dinheiro, desejo ser lembrada! Inspirações como Amália Rodrigues fazem-me ansiar que este sonho se concretize. A primeira vez que que partilhei o meu desejo de cantar fado foi logo após assistir a um programa de televisão que apresentava os melhores fadistas do país. Disse à minha mãe:

– Mãe, quero ser fadista.
– Beatriz, se é isso que queres, eu apoio-te – respondeu ela.

A princípio, a minha mãe não deu muita importância mas, com o tempo, a ideia tornava-se cada vez mais forte. Sempre que possível, mencionava o meu desejo de ser como a Amália. Passados 6 anos, a minha mãe decidiu colocar-me em aulas de fado. SIM! Aulas de fado. Contudo, tínhamos um pequeno problema, teríamos de nos mudar para o Porto.

Não é que eu não gostasse da ideia; simplesmente, não queria perder os meus amigos. No entanto, a minha mãe prometeu que os visitaríamos sempre que possível.

Agora, deparo-me com a entrada da minha nova casa, na Rua da Alegria, número 1000. Confesso que estou apreensiva, pois nunca tinha mudado de casa antes e era muito apegada ao meu antigo quarto. Porém, assim que abro a janela do meu novo quarto, fico surpresa com a bela vista que terei todos os dias.

Acho que posso vir a gostar de viver aqui. O Porto, além de ser uma cidade linda, tem um rio muito grande. Sempre quis morar perto do rio! A minha mãe diz que é perigoso, por isso não posso ir sozinha.

Amanhã terei a minha primeira aula de fado, estou muito ansiosa. Como será a professora? Será simpática? Mal consigo dormir, com a ideia de que amanhã tudo pode mudar.

Acordo às 7 da manhã, mesmo que a minha aula seja só às 10. Não consigo conter a minha ansiedade. Fico apreensiva, mas deixo tudo preparado para a aula de hoje. Levo uma garrafa de água, uma toalha e também uma foto da Amália Rodrigues. Assim, sempre que olhar para ela, posso sentir-me mais confiante.

Assim que chegamos ao sítio combinado, uma bela mulher abre-nos a porta e pergunta:

– Beatriz? – Faço que sim com a cabeça. – Estás preparada para a melhor aula da tua vida?

– Ela está muito ansiosa – diz a minha mãe. – Deve ser a professora Olívia Manta, certo?

– Sim. Entra, Beatriz. E a mãe pode vir buscá-la ao meio-dia.

A professora Olívia é uma docente incrível. Apesar de ser jovem, parece ter muita experiência e saber do que fala. Olívia, digo Olívia porque a professora disse que a poderia tratar por 'tu', é muito amável e explica muito bem. Acredito que vou conseguir cantar fado em poucas aulas.

Também há mais crianças a participar, a maioria é mais nova do que eu, e isso leva-me a refletir se não estarei atrasada em relação aos outros alunos. Teria tempo para me tornar uma cantora de fado de sucesso?

Passados 8 meses desde a minha primeira aula, a professora Olívia trouxe-me um panfleto com o título Festival de Fado do Porto. Nesse momento, senti o meu coração a bater forte, não sabia se estava preparada, mas sabia que queria muito. A professora Olívia conversou com a minha mãe e ambas concordaram que eu deveria inscrever-me. Eu tinha de escolher uma música, mas a dúvida era tão cruel que pedi à professora que escolhesse, e ela optou por Povo que lavas no rio, de Amália Rodrigues. De acordo com a minha professora, não poderia ser outra – e eu concordo plenamente. Depois de me inscrever, os ensaios tornaram-se ainda mais exigentes, uma vez que se tratava de um evento muito importante ao qual eu deveria dedicar-me completamente. No entanto, à medida que o tempo passava, eu ficava cada vez mais nervosa, apesar de estar a melhorar.

Quando faltava apenas um mês para o festival, a professora Olívia teve de partir de repente, pois a sua filha estava muito doente. Já sabia da doença da

filha da professora Olívia, pois ouvira durante uma das minhas aulas um colega dizer que o seu pai, que era médico na cidade, tinha tratado da professora Olívia e da sua filha. Contudo, não imaginava que a situação pudesse ser tão grave a esse ponto. Eu e a minha mãe tivemos de ensaiar sozinhas em casa. Adoro ensaiar, mas parece que sem a professora perde um pouco do brilho que tinha antes. Além disso, está a tornar-se cada vez mais difícil ensaiar com a minha mãe, pois, por mais que ela queira ajudar-me, não possui qualquer técnica. Então, tenho de me lembrar de tudo o que a professora Olívia já me ensinou.

Quando pensei que nada podia piorar, a minha mãe recebeu uma carta do meu pai a dizer que viria ao Porto para o festival. Não é que eu não queira que o meu pai me veja, é só que sempre que ele e a minha mãe estão perto um do outro, acabam sempre por discutir, e às vezes eu conseguia ouvir a minha mãe chorar e até gritar, e eu não quero ver isso acontecer aqui. Por mais que nunca tenha duvidado de que a minha mãe queria ajudar-me a seguir o meu sonho, acredito que esta mudança não foi apenas o caminho do meu sonho, mas também um caminho de esperança para ela. O meu pai na sua carta deixou claro que não quer vir morar aqui no Porto, o que me deixa aliviada, pois sei que as coisas se tornariam iguais ou piores do que eram antes. E agora falta apenas um mês para o festival, por isso não posso deixar-me abalar.

A minha mãe disse que tenho de fazer novos amigos porque ando muito sozinha desde que a professora Olívia foi embora. Então, decidi que vou tentar fazer amizade com uma rapariga da minha rua, ela parece ser muito fixe, mal posso esperar para sermos melhores amigas. A primeira vez que falei com ela foi sobre o festival, disse-lhe que ia participar e ela ficou muito entusiasmada e prometeu ajudar-me com tudo o que eu precisasse. Ela chama-se Maria, também tem 12 anos e parece que nascemos para sermos amigas. O meu pai não gosta dela, diz que ela é uma má influência, mas a minha mãe disse que não havia problema em fazer novas amizades – e discutiram novamente. Depois, a minha mãe veio ao meu quarto e disse que eu poderia ser amiga da Maria, mas sem que o meu pai soubesse. Por isso, agora só nos vemos à porta da escola.

A Maria disse que convidou toda a sua família para me ver no Festival. Quanto mais se aproxima o festival, mais nervosa fico. Como será que me vou sair? E se desafinar?

Agora faltam apenas dois dias para a minha apresentação e, por incrível que pareça, os meus pais não discutem tanto quanto eu imaginava. Mas parece que o meu pai está ansioso para voltar para a nossa terra Segundo ele, «esta cidade precisa de mais homens de verdade». Eu não percebi o que isso significa, mas sei que ele só voltará dois dias depois da minha apresentação. Ouvei dizer que os meus pais vão separar-se, não percebi bem o que isso significava, não sei o que pode mudar.

Fui dormir a casa da Maria. A minha mãe convenceu o meu pai a deixar-me lá dormir, disse-lhe que era para fazermos um trabalho da escola.

E agora, cá estou eu, a preparar-me para subir ao palco. Estou



tão nervosa que o meu corpo não para de tremer, será normal? A minha mãe disse que, de todas as vezes que ficou muito nervosa, desmaiou.

Será que eu vou desmaiar? E se eu desmaiar no meio da apresentação?

– Beatriz! – chamou a minha mãe. – Filha, tenho uma coisa para te entregar antes que subas ao palco.

– Obrigada, mãe, mas o que é?

– É uma carta da professora Olívia. Ela pediu para eu a guardar e só ta entregar antes de subires ao palco.

Eu não fazia ideia de que a professora me tinha deixado uma carta, então fiquei muito feliz. Não imaginava o que poderia estar escrito, mas assim que abri a carta, li:

Querida Beatriz,

Começo esta carta pedindo infinitas desculpas por te ter deixado assim tão perto do festival, mas sabes que eu tive de procurar ajuda para a minha filha. Não me preocupo com a tua performance desta noite porque sei que te vais sair muito bem, não porque foste minha aluna, mas por seres quem és, e sei que mesmo sem a minha ajuda terias chegado aqui.

Já soube que a tua mãe cuidou dos teus ensaios, então estou ainda mais tranquila, pois a tua mãe é uma das pessoas mais inteligentes e carinhosas que alguma vez conheci.

Soube também que o teu pai foi até à cidade para te ver, certo? Como te sentes em relação a isso? Sei que a relação com o teu pai nunca foi muito

boa. Independentemente de tudo, deves amá-lo e respeitá-lo e aproveitar cada segundo que tens ao lado dele. Eu daria tudo por mais um abraço do meu pai.

E cuida da tua mãe, ela está muito cansada, mas nunca te vai contar isso porque não quer trazer preocupações, mas acho que tens de a convencer a procurar um médico. A minha filha sentia as mesmas coisas que a tua mãe sente.

Mas agora não te preocupes com nada disso, apenas sobe a esse palco, canta e mostra a todos que não existe alguém melhor a cantar fado do que tu e a Amália. Não penses nisto como uma competição, querida, pensa que estás comigo na sala de música e não olhes diretamente para as pessoas, isso pode deixar-te mais nervosa.

Beatriz, tu és uma estrela, por onde passas iluminas. Não importa onde estejas, sempre serás brilhante. Desde o primeiro dia em que te vi, soube que nunca mais me esqueceria de ti! Não deixes que te desanimem. És mais do que minha aluna, és minha amiga, e do mesmo modo que sabes que estarei sempre por perto quando precisares, sei que posso contar contigo.

Um beijo da tua amiga, Olívia Manta.

Antes mesmo que eu pudesse dizer alguma coisa ou limpar as lágrimas, fui chamada ao palco e as cortinas abriram-se.



Rosmarina Tovar Azevedo, 11°C

A CORRIDA DO AMOR

Uma cidade tão histórica, por muitos considerada a verdadeira capital, com enormes prédios e comércio, turistas e carros de luxo, com becos e pontes, onde há mantas e caixas de cartão, com as quais as pessoas tentam sobreviver. A parte de que ninguém fala, o outro lado da derradeira cidade do Porto.

Portugal estava, há alguns meses, ao rubro pois o famoso piloto de Fórmula 1, o italiano Enzo David,

tinha anunciado que iria participar na prestigiada corrida do Porto. Mal o povo soube dos bilhetes, esgotaram em 7 minutos e 35 segundos, um recorde no mundo das corridas. O público-alvo eram os amantes da modalidade, mas também os que simplesmente admiravam o piloto loiro como os raios de sol que batem na Ribeira do Porto, de olhos azuis como água cristalina, com o corpo de quem treina todos os dias no ginásio. Sempre com aquele desajeitado cabelo, por causa do capacete, mas estranhamente atraente, sendo o mais belo dos homens, exceto para a Marta...

Marta é uma mulher com cabelos e olhos castanhos como a madeira a arder numa chaminé no inverno. Atleta de voleibol na equipa campeã nacional e modelo na mais conceituada agência do Porto. Considera-se uma ativista na luta pelos direitos humanos, principalmente dos sem-abrigo da sua cidade, já que não conseguia entender o porquê de o município gastar orçamento em corridas, tendo pessoas a viver em caixas de papelão.

Enzo tinha o seu fiel amigo que o acompanhava para todo o lado, Max, o seu golden retriever, com a sua pelugem cor de caramelo e os olhos castanhos clarinhos. Ainda era um bebé, só queria diversão, e também viria a Portugal. O piloto decidiu chegar à terra lusitana 2 meses antes da prova, pois queria visitar a cidade do Porto, subir a imensidão de escadas da Torre dos Clérigos, passar a ponte D. Luís, assistir a um concerto no Super Bock Arena e até tirar uma simples fotografia ao Estádio do Dragão e do Bessa.

Enzo e Max, ao chegarem ao aeroporto Francisco Sá Carneiro, depararam-se com um mar de gente à espera deles, com a fé de o ver e a esperança de talvez conseguir uma fotografia ou um autógrafa. Marta, como já era habitual, dirigiu-se à Sé do Porto, onde habitava o Padre Juvenal Papisco, para preparar a Sopa dos Pobres de domingo à noite. Enzo, com os seus seguranças, depois de realizar o sonho de alguns fãs, visita então a mítica cidade, com a qual fica abesbilico com a sua beleza e a sua História. Os azulejos da estação de comboio de São Bento, o elétrico, os barcos-rabelo do Rio Douro, o museu do Vinho do Porto, que ainda teve a oportunidade de o provar... O piloto e o Max estavam com um brilho nos olhos como nunca tiveram antes.

Ao subir a rua, Enzo reparou na campanha de Marta e do Padre, e aproximou-se para perceber o porquê da agitação naquele lugar. Marta perguntou-lhe se desejava alguma coisa, sem o reconhecer à primeira vista pela confusão do trabalho. O piloto, por sua vez, fica surpreendido pelo facto de alguém não o reconhecer. Enquanto este diálogo decorria, Max começou a brincar com os sem-abrigo, proporcionando-lhes momentos de alegria. Marta, então, repara finalmente na televisão e vê as imagens da chegada ao aeroporto de Enzo. Ele repara e, com um certo tom irónico, pergunta:

– Já sabe quem eu sou?

Marta ficou impressionada. A sua respiração falhou e as mãos nervosas palpitavam.

– Já sei quem é o senhor! Está a ser muito falado ultimamente... É o tal famoso da televisão, dos carrinhos.

– Carrinhos? Não o considerava bem assim, envolve muito mais treino e esforço do que as pessoas pensam, expomos a nossa vida ao risco todos os dias!

– Tudo bem, cada trabalho tem o seu valor, mas enquanto o município gastar dinheiro em corridas e não para ajudar a tirar estas pessoas da rua, não as apoiarei! Esta campanha necessita de mais fundos, somos a última esperança para estas pessoas!

Começaram a aproximar-se as pessoas que ali estavam a jantar, para ver se realmente era o Enzo em carne e osso. Passaram bons momentos todos juntos, tendo o piloto contribuído com ajuda para cada uma dessas pessoas. No final da noite, o Padre Juvenal Papisco, Marta e Enzo ficaram lá a arrumar tudo. Juvenal Papisco afirma com um sorriso para Marta:

– Considero que tu e o novo rapazito têm muito que falar... Vou lá para dentro lavar os pratos. Juízo!

– Padre, não!

O homem de Deus sai calmamente para a cozinha a rir-se.

Marta, contrariada, fica com o piloto a arranjar as coisas cá fora. Os dois falaram e riram a noite toda. Enzo prometeu que viria todos os domingos enquanto estivesse no Porto. A caminho do hotel Intercontinental Porto, um ícone da cidade, Enzo, na sua limusina branca, apercebeu-se de que os seus olhos brilhavam por algo mais do que este local, alguém tão bonito quanto a cultura portuense. De todas as raparigas apaixonadas por ele, Enzo encontrou em Marta o que nunca havia sentido antes, talvez ele tivesse encontrado o seu amor há milhares de quilómetros de casa.

Num certo domingo, depois de toda a rotina, já com as estrelas no céu, Enzo interrompe a conversa com Marta e diz:

– Queres ver um milagre?

Enzo sabia que a campanha precisava de ajuda financeira por conversas anteriores com Marta e decide fazer uma transferência de 2 milhões de euros.

Longe, ouvem-se berros desde a cozinha. Era o Padre Juvenal Papisco, que tinha visto a notificação do banco no computador e, com lágrimas no rosto, correu para Marta e Enzo e abraçou-os. Com a voz estremecida, agradeceu a Enzo e deu-lhe a bênção cristã para a corrida e para o seu futuro.

– Meu jovem, acabas de ajudar a vida de muitos homens! Salvaste esta campanha! Um muito obrigado!

Marta não queria acreditar no que tinha acontecido e, como mulher, sempre reparava nos detalhes e constatou que Enzo tinha prestado atenção às conversas. Nesse momento, apercebeu-se dos sentimentos dele por ela e dos dela por ele...

Enzo arriscou e convidou Marta para um passeio.

Vaguearam pela Ribeira com as luzes noturnas, a música dos artistas de rua, aos quais Enzo lhes ia deixando dinheiro para apoiar a cultura e, por fim, sentaram-se perto das margens do rio a maravilhar aquela noite mágica.

Depois de alguma conversa e dança ao som de melodias suaves, houve um silêncio com um olhar

fixante, à luz de um poste de eletricidade e, com os pés na

berma do rio, os dois beijaram-se, deixando um sorriso tímido e um abraço aconchegante. Parecia tudo perfeito, até chegarem as câmaras. Toda a gente se perguntava como é que um piloto tão famoso poderia querer alguém como a Marta, podendo ter toda a gente que quisesse, desde as mais prestigiadas modelos às influencers.

Os seguranças puseram Enzo, Marta e Max na limusina em segurança. Nos telemóveis e televisões, já se viam as fotografias deles em notícias de última hora. Choviam mensagens para ambos, de amigos incrédulos a questionar. Ao chegar ao hotel, Enzo pediu desculpa a Marta pela confusão. Ela não gostava da fama mas, naquele momento, vira-se sozinha com Enzo e só isso lhe interessava, pois sabia que estava segura nos braços dele e aquele lugar tinha-se tornado o seu porto seguro. Acabaram por adormecer no sofá ao ver um filme de Fórmula 1, abraçados.

Passaram juntos os dias, as horas e os minutos, conhecendo-se cada vez mais e vivendo alegrias. Entretanto, chegou o dia da competição e Marta acompanhou-o para ser sua fã número 1! O experiente piloto preparou-se para a corrida, rezou, entrou no carro e conquistou o tão esperado troféu. Ao sair do carro, fingiu estar lesionado, para Marta ir ter com ele. Como Enzo planeara, Marta saiu a correr da bancada, preocupada, e ao chegar lá, o piloto ajoelhou-se e pediu-a em namoro, em plena pista, com um anel de diamante rosa, o preferido dela. Marta aceitou com lágrimas de felicidade nos olhos e um sorriso brilhante como o troféu.

O casal viveu os dias seguintes muito feliz, sempre com a companhia de Max. No entanto, havia um dilema... Enzo tinha de voltar para Itália, onde o esperava a sua equipa e patrocinadores para festejarem o título. Marta afirmava que não podia abandonar a Sopa dos Pobres, a sua equipa de voleibol e a agência de modelos, já para não falar dos amigos e família...

O Padre Juvenal Papisco, com a sua atitude espontânea de sempre, falou com Marta dizendo-lhe que todo o apoio que ofereceu às pessoas necessitadas foi valioso para esta cidade, mas que estava na altura de viver a vida dela e de ser feliz. Marta fez questão de prometer ao Padre que voltaria muitas vezes e enviaria dinheiro todos os meses. Quanto à sua equipa de voleibol, ela recebeu uma proposta da equipa campeã italiana e todas as suas colegas motivaram-na para aceitar. Em relação à sua agência, era habitual trabalhar remotamente

com muitos outros modelos, por isso, todos a apoiavam a arriscar.

Enzo, Max e Marta fizeram as malas para voarem no avião privado do piloto. No aeroporto, havia muitas despedidas e lágrimas por parte de Marta, seus

amigos e familiares, mas ela acreditava que tinha de seguir o seu coração e estava de braços abertos para esta nova aventura!

As portas fecharam, o motor aqueceu, as rodas giraram, o avião acelerou e finalmente descolou, tendo como paragem final Milão.

Esta nova família partia para um novo capítulo das suas vidas. Passados 3 anos de corridas e jogos de voleibol, de alegrias e risos, eles casaram-se numa linda quinta em Viena, com a antiga equipa de Marta na plateia e as pessoas próximas de Portugal, amigos e família, tudo pago pelo piloto. Max foi quem levou as alianças, muito bonito com um laço preto ao pescoço e o Padre Juvenal Papisco foi quem realizou o casamento.

Dois anos depois, Max falece e nasce o filho de Enzo e Marta, chamado Max David.

Os dois agora são papás, embarcando na maior magia e corrida que a vida poderia ter... Ser pais!



No dia 15 de novembro, realizou-se na escola, pela primeira vez, o concurso de desafios de Pensamento computacional Bebras. Participaram neste concurso cerca de 110 alunos do 2º Ciclo. Os alunos participaram com grande empenho e entusiasmo.

Esta competição decorreu na sala de informática com o apoio do grupo disciplinar 230.

Aguardamos ansiosamente, os resultados desta competição, que oportunamente serão divulgados.

Escola Básica 1.º Ciclo João de Deus

Isabel Pinheiro, Professora bibliotecária

Durante o 1.º período, no 1.º ciclo a professora bibliotecária desenvolveu um conjunto de atividades destinadas a todas as turmas do 1.º ao 4.º ano, com o objetivo de fomentar a literacia da leitura e dos media. Estas iniciativas, realizadas em articulação com os docentes titulares de turma, tiveram uma receção muito positiva por parte dos alunos e contribuíram para o enriquecimento do ambiente educativo.



Entre as atividades destacaram-se:

- Formação de Utilizadores:** Sessões destinadas a orientar os alunos sobre o funcionamento e utilização da biblioteca;
- Hora do Conto:** Momentos de leitura partilhada que estimularam o gosto pelos livros e a imaginação das crianças;
- Diários de Escrita:** Atividades criativas que incluíram a redação de cartas ao Pai Natal;
- Comemoração de efemérides:** Com leituras alusivas e realização de pequenos trabalhos;
- Jogos de Fuga:** Desafios interativos que promoveram o raciocínio lógico e o trabalho em equipa;
- Cinenima vai às Escolas:** Sessões de visionamento de filmes, seguidas de debates e a construção de um folioscópio.



Mais convívio, menos ecrãs

É o objetivo do projeto implantado pela Associação de Pais

Projeto foi viabilizado no âmbito do VI Orçamento Colaborativo 2024 da Junta de Freguesia de Ramalde

Rosilene Silva, APECR

É para que haja mais estudantes envolvidos presencialmente, entre si, do que virtualmente, por meio de ecrãs, que a Associação de Pais e/ou Encarregados de Educação da Escola Clara de Resende (APECR) elaborou o projeto intitulado “Além da Tela: Explorando Alternativas para a Interação Social”. A ação foi aprovada no âmbito do VI Orçamento Colaborativo 2024 da Junta de Freguesia de

Ramalde e pretende ampliar o convívio social dos jovens na escola, alinhando as vertentes social, económica e ambiental, promovendo o equilíbrio saudável entre o uso de tecnologia e a interação pessoal.

Além de reduzir o tempo de utilização de telemóveis e aparelhos semelhantes, o projeto propõe implementar políticas, programas educacionais, atividades focadas nas crianças e jovens sobre o uso responsável da tecnologia e envolver os encarregados de educação no processo de aprendizagem, informação/formação e

consciencialização. A restante comunidade escolar também se beneficiará dos resultados obtidos bem assim como de algumas iniciativas que lhes serão direcionadas.

Mais jogos no tempo livre

De forma prática, os alunos serão encorajados a ocupar o tempo livre de intervalo das aulas e de recreio com atividades lúdicas e de interação direta com os amigos, como ténis de mesa, jogos de matraquilhos, de tabuleiro e de cartas. Serão incentivadas,

ainda, iniciativas extracurriculares, clubes e eventos escolares que promovam interações sociais positivas, oferecendo alternativas saudáveis ao uso excessivo de telemóveis, assim como a continuidade das atividades do “Canteiro das Aromáticas”, projeto implementado pela APECR no quadro do Orçamento Colaborativo da Junta de Freguesia de Ramalde 2023. Ações de sensibilização/consciencialização e formação da comunidade escolar para os desafios do uso excessivo das novas tecnologias também estão previstas.

“Nossas preocupações passam também pelo cyberbullying, pela exposição a conteúdo inapropriado e pelos recentes relatos de dificuldade de manter a atenção durante as aulas, o que prejudica o processo de aprendizagem dos alunos”, disse o presidente da APECR, Miguel Oliveira. O orçamento total do projeto foi de € 4.990,80 destinados à aquisição de materiais de apoio à atividade extracurricular, ações de sensibilização/consciencialização e suporte, e dinamização e acompanhamento das atividades de dinamização do “Canteiro das Aromáticas”. As ações iniciais já estão em curso e têm duração de dez meses, até junho de 2025.

Capacidades são formadas no mundo real

As interações “face-to-face” são cruciais para o desenvolvimento de capacidades como a empatia, a comunicação não verbal, a gestão e regulação emocional ou a resolução de conflitos. Quando essas interações são substituídas por conversas digitais, a capacidade de entender e se relacionar com o outro pode ser prejudicada. Os seres humanos são seres sociais por natureza e a interação com outros indivíduos desempenha um papel vital no bem-estar emocional de cada um. O déficit da relação interpessoal com os pares e em contexto de grupo de proximidade, pode causar:

- Dependência, o que pode levar ao isolamento social
- Problemas mentais (ansiedade, depressão, isolamento, entre outros)
- Prejuízo nas habilidades sociais, pela diminuição da comunicação “face-to-face”
- Problemas físicos (como dores no pescoço causadas por postura inadequada)
- Distúrbios do sono, pois a luz azul dos dispositivos perturba o ciclo natural do sono
- Distração em sala de aula, pelo prejuízo do foco e da concentração
- Cyberbullying virtual, que pode ocorrer até quando a vítima está fora da escola
- Dificuldades de Aprendizagem, condicionando o desempenho académico.

Não faltam, portanto, justificativas para a proposta, já que as evidências científicas apontam que, quem tem a maioria de suas interações no meio virtual, está sujeito a todos esses prejuízos. Numa escola com mais de mil alunos, como a Clara de Resende, a proposta configura-se num desafio, que não pode ser adiado.



Luna Cabral, IFC

Para ser grande, sê inteiro: nada
Teu exagera ou exclui.
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és
No mínimo que fazes.
Assim em cada lago a lua toda
Brilha, porque alta vive.

Ricardo Reis

PAIS À(S) CLARA(S): PARA A CONSTRUÇÃO DE UMA RELAÇÃO DE PROXIMIDADE E DE CONFIANÇA COM A ESCOLA

Miguel Oliveira, Presidente da Direção APECR

Os pais e/ou encarregados de educação são chamados a interagir no processo educativo dos seus filhos/educandos, desempenhando uma função central, de grande responsabilidade, que irá impactar nas suas vidas e na vida das suas comunidades. É exatamente nesse processo de envolvimento dos pais na Escola, que a Associação de Pais e/ou Encarregados de Educação da Escola Clara de Resende (APECR) se compromete a estar na linha da frente, num exercício de participação ativa, esclarecida e de proximidade, a cumprir com o papel que lhe compete e que certamente beneficiará a comunidade escolar como um todo.

Com o mote “PAIS À(S) CLARA(S): Para a construção de uma relação de proximidade e de confiança com a Escola”, o Plano de Atividades da APECR para o ano letivo 2024/2025 trará consigo um conjunto diverso de projetos e iniciativas que visam contribuir para motivar os alunos para o processo de ensino-aprendizagem, incrementando a criatividade, o espírito crítico e a autonomia, promovendo a sua participação cívica e a consciência dos desafios que se lhes colocam pela frente num contexto altamente competitivo e desafiante, perspetivando

um futuro de sucesso quer no domínio escolar, profissional, quer na esfera pessoal. Por outro lado, pretende-se envolver os pais e/ou encarregados de educação, nomeadamente na reflexão conjunta em torno dos principais temas que se colocam à Escola enquanto instituição, mas também às famílias e em particular às crianças e jovens. Serão reforçados os espaços de diálogo e auscultação da comunidade e continuar-se-á a investir numa relação de proximidade com os seus representantes nos Conselhos de Turma que, neste capítulo, desempenham um papel de grande relevância.

Do ponto de vista da relação com os órgãos da Escola, em particular com a Direção, e com a comunidade envolvente é fundamental que esta seja consequente e que contribua para solucionar problemas, promover um bom ambiente escolar, enfrentar desafios e incrementar valor às atividades e projetos que se pretendem desenvolver. É neste contexto que se torna fundamental darem-se a conhecer as dinâmicas da APECR, os projetos e ações previstas no âmbito do seu Plano de Atividades credibilizando, assim, o seu papel

pela ação e pelo exemplo. Destacam-se a) a realização de reuniões regulares com a Direção do Agrupamento e com os representantes dos Pais nas Turmas; b) a representação dos pais e/ou encarregados de educação Conselho Geral do Agrupamento; c) as atividades de cariz solidário e de responsabilidade social (“APECR Solidária”, “Banco Alimentar”); d) as atividades de promoção de competências e talentos (“Douro Toastmasters na Escola”, “PMI Escolas”); e) as iniciativas que visam contribuir para uma tomada de decisão mais consciente sobre os estudos superiores e as saídas profissionais (“Fórum das Profissões”, “Futuro às Claras”); f) a reflexão conjunta sobre temas de interesse para a comunidade (“À Conversa com...”); g) a implementação de projetos que contribuam para a criação de um melhor ambiente escolar (“Para Além da Tela - Explorando Alternativas para a Interação Social” e outros que possam surgir no âmbito das candidaturas ao Orçamento Colaborativo da Junta de Freguesia de Ramalde e ao Fundo de Apoio ao Associativismo Portuense 2025); h) o investimento na proximidade com os

ASSOCIAÇÃO DE PAIS
Escola Clara de Resende
DESEJA UM EXCELENTE ANO LETIVO!

JUNTA-TE A NÓS!
Inscreve-te ou Renova para 24 | 25
Valor da quota anual - 5€

CONTACTOS
✉ apclararesende@gmail.com
f https://www.facebook.com/orofite.php?id=100085264164431
i https://www.instagram.com/apclararesende/r

Colabore connosco na educação dos nossos filhos!

associados (“Newsletter “Pais às Claras””, dinamização das Redes Sociais, “Postais Temáticos”); i) o alargar do número e abrangência dos Protocolos firmados com entidades terceiras para benefício direto dos associados e seus educandos; entre diversas outras.

Importa ainda sublinhar que a APCER, na sua missão mais alargada no movimento associativo parental, é uma das duas representantes das Associações de Pais e/ou Encarregados de Educação do Município do Porto no Conselho Municipal de Educação, fazendo ainda parte dos Corpos Sociais da Confederação Nacional de

Associação de Pais (CONFAP). Quer num fórum quer no outro, de intervenção local ou nacional, tem desempenhado o seu papel com a devida responsabilidade no quadro daquilo que é a missão destas estruturas.

Deixa-se, por fim, o convite a toda a comunidade escolar para participar nas diversas atividades que forem sendo desenvolvidas e um desafio especial a todos os pais e/ou encarregados de educação para que se tornem associados da APECR. É importante ter-se consciência que uma associação é tão mais credível e com

presença e peso institucional, quando maior for a base de associados que a compõe e dela são membros ativos. Também por isso, ninguém é dispensável neste exercício de responsabilidade e cidadania.

A APECR deseja, a toda a comunidade escolar, umas Boas Festas fazendo votos que o ano 2025 traga sucesso, harmonia, muita saúde e PAZ!



PROCOLOS EM VIGOR PARA O ANO LETIVO 2024/2025

Associados e seus educandos podem beneficiar de parcerias firmadas pela APECR com diversas entidades, de material escolar à saúde

Já somam vinte o número de parcerias/protocolos firmados pela Associação de Pais e/ou Encarregados de Educação da Escola Clara de Resende (APECR) para o ano letivo de 2024/2025, com entidades de diferentes áreas como a saúde, o ensino ou atividades lúdicas, número este que tende a aumentar.

Essas parcerias estão disponíveis para os associados e são fundamentais quer para o fortalecimento do vínculo com a APECR, quer para a promoção do desenvolvimento geral dos alunos porque facilitam o acesso a serviços como reforço escolar,

atividades desportivas ou à compra de um medicamento numa farmácia, por exemplo, ampliando os recursos e o apoio disponível para estudantes e suas famílias.

O envolvimento dos Pais e/ou Encarregados de Educação na vida da Associação, é crucial para incrementar valor àquilo que é a sua ação enquanto seus representantes junto da comunidade escolar e dos seus parceiros institucionais. Estas parcerias não são mais do que o reflexo das dinâmicas criadas, tentando devolver às famílias melhores condições na aquisição de bens e serviços que lhes possam ser úteis e de alguma forma impactar positivamente no desempenho escolar e social dos alunos.

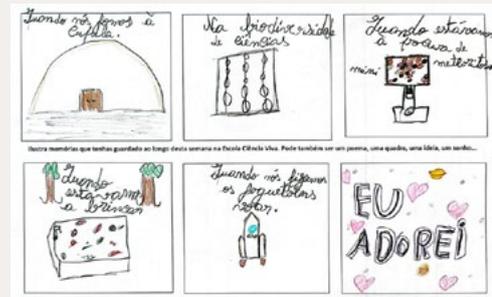
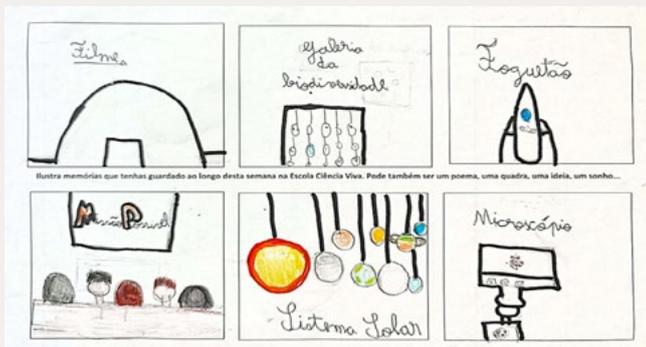
Seja um dos nossos associados preenchendo o seguinte Formulário, disponível também nos nossos perfis no Facebook, Instagram (apclararesende) e Blog, e tenha acesso aos nossos Protocolos.

Confira a lista atualizada, sendo que outros surgirão:

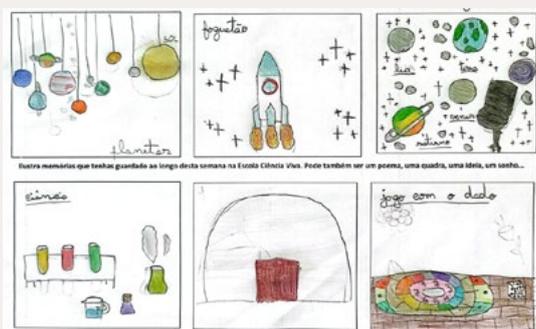
1. Love2Dance (escola de dança)
2. Escola de Competências (desenvolvimento holístico)
3. HUG (centro de estudos)
4. Office Solutions (papelaria e material escolar)
5. Academia de Dança da Boavista (escola de dança)
6. Brazilian Jiu-Jitsu Porto (academia de lutas)
7. Farmácia Guarani
8. Kids & Nits (clínica de serviços de saúde)
9. OM Academy (clínica de saúde)
10. Optica Boavista
11. Ballet Teatro (escola de dança)
12. Pallco (escola de artes performáticas)
13. Alento Saúde (serviços de psicologia)
14. A Casa Desenvolvimento Integral (desenvolvimento holístico)
15. Estádio do Saber (centro de estudos)
16. Essência do Livro (editora e livraria)
17. Academia de Bailado Clássico Pirmin Treku (escola de dança)
18. Happy Code (escola de tecnologia)
19. International House (escola de idiomas)
20. Farmácia Alves da Silva

ESCOLA CIÊNCIA VIVA

M^ª Graça Couto, Professora do 1^º Ciclo



Entre os dias 30 de setembro e 4 de outubro, os alunos da turma 4^ºB da Escola EB João de Deus, tiveram uma semana especial de atividades escolares/educativas diferentes que se passaram entre o Planetário e a FCUP (Faculdade Ciências da Universidade do Porto). Foi uma semana plena de “descobertas fantásticas” (na expressão dos próprios alunos); uma Escola inédita! Em cinco dias “espetaculares”, “surpreendentes”, mas também “animados” e “divertidos”, descobriram coisas maravilhosas do planeta Terra, bem como do sistema solar, e até do espaço mais longínquo. Ainda houve tempo para explorar o Museu da Galeria de Biodiversidade, estar com animais e plantas e observar animais, rochas e micrometeoritos ao microscópio. Não faltaram experiências fabulosas, como a construção de um foguetão artesanal e aprender coisas fantásticas sobre as estrelas e os astronautas. Combinar a ciência com a arte e a arte como ciência impregnada de História da evolução artística do ser humano foi muito interessante. Estar com cientistas, professores e artistas fascinantes alimentou o entusiasmo de todos. O diário que os alunos elaboraram termina com a seguinte conclusão: “Foi uma semana muito divertida e aprendemos muitas coisas novas! Adorámos!”



Pedro Santos, 9^ºB

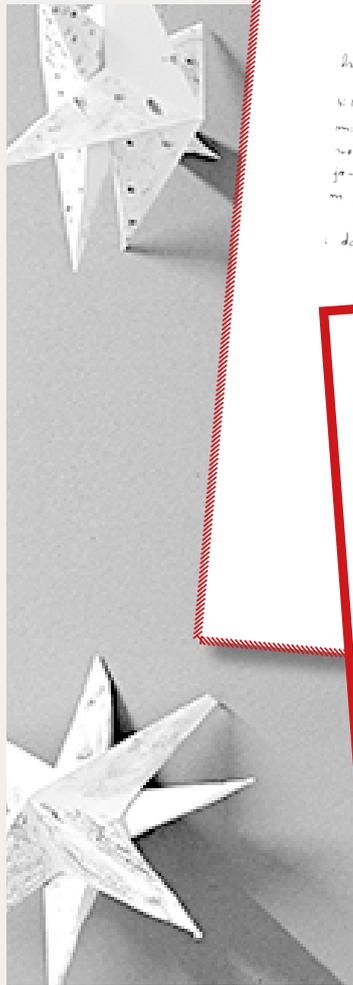
No dia 8 de novembro, a turma 9^ºB, deslocou-se ao Museu da Cidade - Reservatório, situado no Parque da Pasteleira, para assistir a uma “Oficina da Língua Latina”, promovida pela Biblioteca Escolar.

Nesta oficina de Latim, o professor dinamizador apresentou-nos uma história simples “Puer et equus”, que acompanhamos com atenção e interesse.

Aprendemos várias palavras e regras sobre essa língua, que achamos bastante curiosa. Depois, tivemos ainda oportunidade de acompanhar uma breve visita guiada aos artefactos arqueológicos expostos.

Eu acho que foi uma experiência muito interessante e educativa que recomendo a alguém que queira aprender mais sobre Latim ou história Romana em geral.

Em tempo de Natal



Pai, Pai Natal

Nº Natal, a única coisa que eu quero é um Natal memorável
minha família, com chocolate quente, marshmallows, bolo natal...
que os outros Pai Natal tem uma mala cheia de presentes e pan-
gãos - Oh um Feliz Natal! Mas, se houver espaço no tremão, eu
me carrego a sério, para fazer.

do Maria Miguel

Porto, 9 de dezembro 2024

Querido Pai Natal,

Espero que esteja tudo bem consigo, com os duendes e
com as renas.

Plus, este ano, como não quero dar mais trabalho,
não vou pedir nada.

Vou deixar algumas biscoitos, leite e cenouras
(para as renas) para o mundo passar em minha
casa.

Um grande abraço, Francisco.



Porto, 11 de dezembro de 2024.

Olá, Pai Natal.

Está tudo bem com o senhor?

Eu sei que deve estar ocupado, a fazer das prendas dos
meus meninos. Mas... será que o seu saco ainda tem espaço
para mais algumas coisas? Bem, então vamos lá!

Eu queria um figurino porque eu sou crescendo e de novo
já estou pequeno. Também gostaria de receber duas canetas
para me esquecer.

Pai Natal, eu sei que não sou difícil, mas acho que consegue
fazer com que haja paz e alegria no mundo?

Muito obrigada.

Amor a Pai Natal. Márcia Castro.

Porto, 10 de dezembro de 2024

Olá querido Pai Natal!

Espero que esteja bem.

Neste Natal, eu queria o álbum "I'll like you" (do Jilt)

ver. with.

Eu também queria amor e paz no mundo.

Beijinhos

Alex




Natal 2024

*Não digo do Natal – digo da nata
do tempo que se coalha com o frio
e nos fica branquíssima e exacta
nas mãos que não sabem de que cio*

*nasceu esta semente; mas que invade
esses tempos reliquidos e pardos
e faz assim que o coração se agrade
de terrenos de pedras e de cardos*

*por dezembros cobertos. Só então
é que descobre dias de brancura
esta nova pupila, outra visão,*

*e as cores da terra são feroz loucura
moidas numa só, e feitas pão
com que a vida resiste, e anda, e dura.*

Pedro Tamen, in 'Antologia Poética'

A Equipa da Biblioteca
da Clara de Resende



NATAL!

Mais um Natal, Data para pensar, amar, reflectir!
 Mergulho agora mais no pensamento, mais nas ações, que no Evento.
 Porque:
 as guerras multiplicam-se, a fome estende-se, a Terra sofre.
 A fantasia das Crianças está a esvanecer.
 Compra-se, compra-se e, a partilha está moribunda.
 Gente minha, Povos do nosso Mundo, acordem!
 Está a ficar tarde para voltar de novo a acender:
 Uma simples lareira.
 Ter uma mesa cheia, não de doces mas de família.
 Ver uma rua não deserta e escura mas cheia de alegria.
 Mesmo que a sua luz seja apenas o luar por entre a geada.
 Apostemos no Pinheiro, cantemos sem temer:
 as canções natalícias que nos aquecem,
 ajudemos os que nada têm, mesmo pensando que temos tão pouco.
 Vão ver que assim, as nossas pegadas na neve não são só trilhos,
 Veremos de novo os nossos filhos, pais e avós na noite calma.
 Festejar e renovar a sua alma.
 E soluções encontraremos para tudo o que de mal nos assola.
 Pobres não existirão mais de estômago vazio, com frio e a pedir esmola
 Não desistam de seguir a Estrela brilhante.
 Transformem de novo esta única Noite num tempo Lindo e Gigante.

Teresa Miranda

após assistirem a filmes de Charles Chaplin, ao contrário do grupo que foi submetido a torturantes boletins de previsão de tempo. Outras pesquisas nos EUA e Europa já comprovaram que o sorriso é capaz de criar um novo estado de ânimo e, por conseguinte, um novo estado de “estar e ser” uma pessoa mais feliz, mais conectada ao próximo, uma pessoa capaz de mudar um lugar de trabalho, mudar outra pessoa e, principalmente, mudar-se a si mesmo. Eis assim, em suma, mais algumas vantagens descobertas, das inúmeras pesquisas sobre o sorriso:

- **Estimula o sistema fisiológico, melhorando a resistência a doenças e aliviando tensões no corpo;**
- **Faz bem ao coração, melhorando a função dos vasos sanguíneos e outros problemas cardiovasculares;**
- **Reduz a ansiedade, sofrimento interno e medo, sendo este um dos melhores remédios para a saúde mental;**
- **Gera relações de maior proximidade e subsequente maior empatia e confiança nas pessoas à sua volta, ajudando a resolver problemas com mais eficácia;**
- **Inspira comportamentos positivos, pois quando realizamos as nossas tarefas a sorrir, inspiramos melhores sensações em nós e nos outros;**
- **Aumenta a longevidade, porque pessoas que sorriem muito têm uma esperança de vida de 5 a 7 anos mais longa e melhor qualidade de vida para si e para quem está ao seu lado.**

**Precisa de mais motivos?
 Lembre-se agora, é só SORRIR!**

“O Sorriso é a linguagem universal da Gentileza”

William Arthur Ward

Susana Correia, SPO



CURIOSIDADES

A simplicidade complexa dos gestos simples:

o Sorriso

É mais fácil encararmos as dificuldades e as alegrias da vida com um sorriso. O sorriso é, assim, uma das expressões mais poderosas e universais do ser humano. Um bebé, nos primeiros dias de vida, começa a sorrir para as pessoas que lhe são familiares, sorri para bonecos, sorri para a luz, sorri para as coisas da natureza, mas sorri! Porque o sorriso faz parte do nosso crescimento, dá-nos alegria e paz interior. Segundo especialistas das áreas comportamentais e neurológicas, o



pensamento tem um ciclo natural e inconsciente. O funcionamento cerebral depende muita energia e usa as opções mais rápidas para alívio de sintomas de mal estar. Quando estamos preocupados ou ansiosos, o nosso cérebro começa a libertar substâncias que caracterizam esses sentimentos. Se nesse processo, os sintomas de mau estar forem contrariados e a pessoa começar a sorrir, esse ciclo de pensamento é quebrado e, em milésimas de segundos, são libertadas as endorfinas associadas ao bem estar, conseguindo estas alterar o estado mental em que se encontrava. Investigadores Japoneses atestaram também a importância do sorriso. Em 2001, um grupo que sofria alergias de pele melhoram substancialmente

Arte



11ºC
Maria Tavares
Rostos femininos

Maria Barbosa
Diogo Rebelo

Trabalhos dos alunos do
Curso de Artes Visuais

O retrato ultrapassa a simples representação física, captando a essência do retratado. Através de linhas, manchas e cores, revela-se personalidade e emoções, criando uma narrativa visual que conecta o observador com o retratado.

Da nobreza renascentista aos autorretratos contemporâneos, o retrato reinventa-se ao longo da história, refletindo as mudanças estéticas e culturais de cada época.



Trabalhos dos alunos do
9º ano de escolaridade

Autorretrato Psicológico



Guilherme Santos, 9ºC
Ariana Quaresma, 9ºC
Tomás Oliveira, 9ºA
Beatriz Marques, 9ºB
Sofia Lima, 9ºA
Maria Leonor Correia, 9ºB



Um retrato, um artista | Mariana Ventura, 9º D | Mafalda Pinho, 9ºD | Barbara Gama, 9ºE | Carolina Madeira, 9ºE