

# É ALVIDE

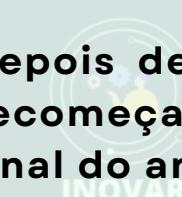
fevereiro 2026

Newsletter

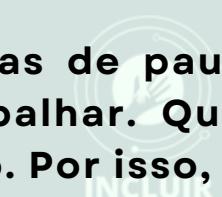
7

## O 2.º SEMESTRE JÁ COMEÇOU E O CARNAVAL JÁ LÁ VAI!

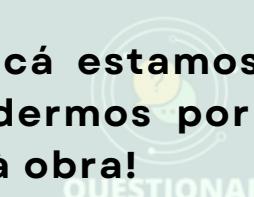
Depois de uns dias de pausa, já cá estamos de novo. É hora de recomeçar a trabalhar. Quando dermos por isso, já estamos no final do ano letivo. Por isso, mãos à obra!



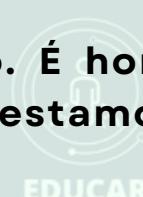
criar e executar



ajudar e empoderar



refletir e solucionar



participar

## Aprender fora da escola



O 5.º ano foi ao Oceanário e ao Pavilhão do Conhecimento - “O nosso dia hoje foi espetacular, vimos focas e tubarões e andámos de bicicleta no ar. O grupo do graffiti é de arrasar, com tecnologia escrevemos o nome da escola para a foto tirar!”

## Ainda vai acontecer...

No dia 16 de março, antecipando a comemoração do **Dia Mundial da Poesia**, que se celebra a 21 de março, teremos um jovem poeta algarvio, Roberto Leandro, que vem dar a conhecer a sua obra e partilhar a sua paixão pela arte da palavra com alunos do Ensino Secundário. Em duas sessões, os alunos terão oportunidade de fazer perguntas sobre as dificuldades de escrever em verso e, quem sabe, experimentar...



# A Proteção Civil somos todos nós!

Como sabem, o país foi atingido por inúmeras tempestades, que deixaram um rasto de destruição e de sofrimento, e cada vez mais é preciso apostar na prevenção. As escolas têm um papel essencial e a nossa não é exceção. Uns dias antes de a tempestade Kristin ter abalado fortemente o centro do país, no dia 22 de janeiro, os alunos do 9º2, assistiram à sessão "Risco de sismo e tsunami em Cascais", da Proteção Civil de Cascais.



Esta sessão realizou-se no âmbito das disciplinas de Geografia, Cidadania e Desenvolvimento e Português, com as professoras Mafalda Santos e Ângela Mendes. Os alunos tiveram a oportunidade de aprender e tirar todas as dúvidas sobre como agir antes, durante e depois de um sismo ou tsunami. No final, receberam uma mochila com um guia sobre como agir em caso de sismo e tsunami e alguns dos itens que devem constar do nosso kit de emergência, como um apito, por exemplo. Foi também relembrada a importância das famílias combinarem um ponto de encontro.

**Vale a pena relembrar que todos nós devemos ter o nosso kit de emergência pronto, com fotocópia dos documentos, medicação habitual, muda de roupa, rádio a pilhas, pilhas, lanterna, estojo de primeiros socorros, comida, produtos de higiene entre outros. Deixamos aqui, outra vez, os itens que um kit de emergência deve ter.**



Numa emergência, 112

Mais informações em

- [Serviço Municipal de Proteção Civil](#)
- [ANEPC - Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil](#)

# Torneio de Badminton

No Torneio Interno de Badminton, que se realizou nos dias 15 e 19 de janeiro, participaram 114 alunos. Na organização estiveram 19 alunos do 10.º 6, bem como 19 alunos do 11º 6, que tiveram uma colaboração exemplar. Parabéns a todos!

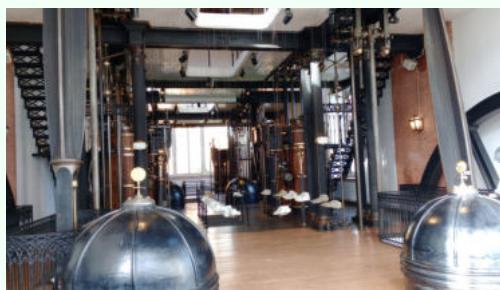


## Conhecer melhor Cascais!

No dia 10 fevereiro, os alunos do 12.º 7 e do 12.º 8 foram acompanhados pelas docentes Paula Reis e Sofia Gama numa visita ao Museu da Vila de Cascais e ao Museu do Mar, para complementar a formação dos alunos através do contacto direto com o património natural, histórico e cultural da região.



No Museu do Mar Rei D. Carlos, os alunos aprofundaram conhecimentos sobre a biodiversidade costeira, a atividade piscatória e a ligação histórica entre a comunidade local e o oceano. Ficaram a compreender a importância da conservação dos recursos marinhos, da gestão sustentável da pesca e da proteção dos ambientes costeiros. Já no Museu da Vila, os alunos puderam conhecer a evolução histórica, social e urbana de Cascais, perceber como o crescimento da vila, o turismo e o desenvolvimento económico influenciaram o território ao longo do tempo e refletiram sobre os impactos ambientais associados ao crescimento populacional, à pressão urbanística e à necessidade de planeamento sustentável.



## Não há Planeta B!

No dia 7 de janeiro, as turmas do 12.º TGA e do 2.º TIS dos cursos profissionais, acompanhadas pelas docentes Carmen Rojas e Sofia Gama, foram à Estação Elevatória a Vapor da Calçada dos Barbadinhos e à Fábrica de Água (ETAR) de Beirolas, para saber mais sobre o património histórico e científico associado ao abastecimento de água em Portugal. Em plena articulação com o nosso Projeto Educativo e promovendo a educação ambiental e a consciência ecológica, os alunos ficaram a conhecer a importância histórica da Estação Elevatória a Vapor dos Barbadinhos no abastecimento de água à cidade de Lisboa e ficaram mais sensibilizados para a preservação dos recursos naturais e para o consumo responsável da água. Lembrem-se: Não há “Planeta B”!



# O saber não ocupa lugar.



A professora Vera Bettencourt, que leciona a disciplina de Educação Visual e é ilustradora, abriu um **Atelier de Artes Visuais** à comunidade escolar. Todas as quartas-feiras, durante uma hora, num ambiente livre, descontraído e solto, fora da rotina habitual das aulas, dá-se espaço à criatividade. Afinal, porque não aproveitar a paixão da professora Vera pela aquarela e pelo *urban sketching* e experimentar coisas novas? Talvez até descobrir um talento que não sabíamos que existia em nós?



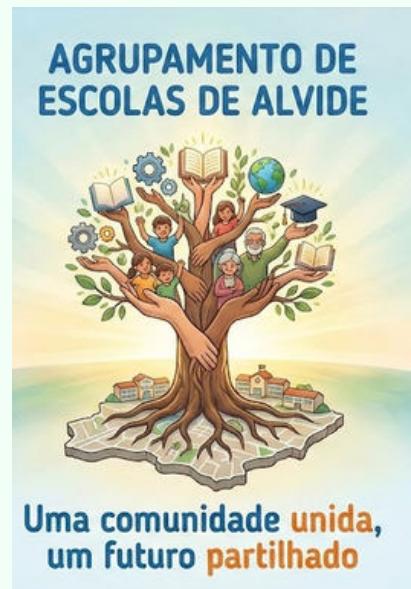
As luzes do **Palco Iluminado** do CRID acenderam-se numa sala de aula pouco habitual! Numa experiência com os alunos do 10.º 7 e do 11.º 4, onde a Psicologia e o Teatro se fundem, no exercício do espelho, os alunos não viram apenas o colega à frente; aprenderam sobre reciprocidade, atenção plena e validação emocional.



A professora Fernanda Peixoto, que leciona Português e faz teatro amador, abriu um **Workshop de Expressão e Comunicação** (adultos). Todas as quartas-feiras, durante uma hora e meia, na sala de Dança, temos atividades divertidas e criativas, pensadas para todos os que querem trabalhar a sua comunicação expressiva, a colaboração, a criatividade e o improviso. Quem sabe se mais alguém não descobre a paixão pelo teatro?



Ao andar pelo espaço em grupo parecia simples, mas foi um ensaio para a vida: aprender a respeitar o ritmo do outro e a encontrar o nosso próprio lugar no coletivo. Foram dinamizados diversos exercícios práticos que desafiaram os alunos a trabalhar a empatia e a conexão e a explorar a confiança e a consciência social.



**#AEALVIDE**  
**PLAY, LEARN AND BE HAPPY!!!**

## Pedra a Pedra, Construímos Futuro

O primeiro semestre terminou com um momento especial na nossa escola. Na floresta, os alunos aceitaram o desafio de ajudar a construir a ribeira local. As imagens falam por si: sorrisos entre tarefas, apoio mútuo e cooperação constante. Esta iniciativa não resultou apenas numa ribeira revitalizada. Tornou-se uma lição viva sobre a importância de servir a comunidade e construir, juntos, o futuro. Mais do que melhorar a paisagem, mostraram espírito de equipa, resiliência e forte sentido de comunidade e revelaram responsabilidade ambiental e orgulho no espaço que partilham.

Aprenderam que pequenas ações conjuntas podem transformar.

Parabéns a todos os envolvidos por este exemplo de união e cidadania ativa!

# #AEALVIDEPLAYLEARNANDBEHAPPY

## FLASH INTERVIEW

O Sr. António do Pavilhão C dispensa apresentações.

Mas será que sabem tudo sobre ele?

**O que é para si a felicidade plena?**

Quando se sente realizado.

**Qual é o seu maior medo?**

Ficar dependente dos outros.

**Qual foi a sua maior extravagância?**

Almoçar num restaurante caro, em Beja.

**Qual a característica que mais aprecia numa pessoa?**

Sinceridade.

**Que outro talento gostaria de ter?**

Saber cantar e dançar.

**Se pudesse mudar uma característica em si, o que seria?**

Deixar de ser parvo.

**Qual considera ser a sua maior conquista?**

Conquistar o meu espaço pessoal.

**O que mais valoriza nos seus amigos?**

Sinceridade.

**Qual é o seu artista favorito?**

Beatriz Costa.

**Quem é o seu herói da ficção?**

Tio Patinhas.

**Com que figura histórica mais se identifica?**

D. João I, Mestre de Avis.

**Quem são os seus heróis da vida real?**

As minhas filhas e os meus netos.

**Qual é a sua característica mais assinalável?**

Honestidade.

**Qual é o seu lema de vida?**

Viver feliz.

## BIO

**Nome:** António Costa

**Idade:** 61 anos

**Formação:**

3.º Ciclo EB

**Interesses:**

Comida,  
animais e  
viagens



*É Alvide*

*Não percam o  
número de  
março!*