



NEWSLETTER

fevereiro 2026

Projeto da Ludoteca e Centro de Recursos, com a colaboração de toda a comunidade Educativa do Agrupamento Escolas do Monte de Caparica.

O FOCUS

Fevereiro : mês dos Afetos

Em fevereiro demos especial destaque à reflexão sobre os afetos e as relações humanas. As atividades realizadas na escola refletiram a importância das relações de amizade, amor, simpatia e mesmo da afeição que temos para com a nossa família, os nossos amigos, colegas e os outros.

O afeto é a base das emoções e dos sentimentos; é algo que engloba tudo o que sentimos. Este foi o sentimento refletido nas exposições e decorações patentes na nossa escola, expresso em mensagens escritas e expressões artísticas na biblioteca, que contaram com a colaboração dos nossos alunos.

No Polivalente da escola foi colocado, em exposição, um livro sobre os afetos. Os vidros foram decorados com corações e sentimentos, partilhados num DAC entre o 8.º1, o 8.º2 e a disciplina de Cidadania e Desenvolvimento.

Depois, no dia 18 de fevereiro, (devido à interrupção do Carnaval) "A Outra Banda" tocou músicas de amor no intervalo da manhã, e os alunos do grupo de teatro, juntamente com o 5.º ano, distribuíram corações cheios de afetos e boas intenções, para comemorar estes dias tão amorosos!

Professoras: Patrícia Pimentel e Conceição Marques







Mãos que Unem: Alunos do 8.º5ª refletem sobre o Racismo



No âmbito da disciplina de Educação para a Saúde com a Profª Bruna Guedes, os alunos do 8.º5ª participaram recentemente numa atividade de sensibilização contra o racismo, promovendo a reflexão sobre a importância do respeito, da empatia e da inclusão no contexto escolar. A aula teve início com um momento de partilha de ideias sobre o significado do racismo e os seus impactos no bem-estar emocional e social das pessoas. Os alunos reconheceram que a discriminação pode afetar profundamente a autoestima, o sentimento de pertença e a saúde mental de quem a sofre, reforçando a importância de uma escola segura e acolhedora para todos.

Seguiu-se a atividade criativa “Mãos da Humanidade”, realizada num ambiente descontraído e próximo dos interesses dos alunos, ao som da música “A Sina de Ofélia”, de Luísa Sonza e Dilsinho (versão IA), que acompanhou o momento de reflexão individual. Cada aluno desenhava o contorno da sua mão e registava aquilo que o torna único: qualidades, sonhos, dificuldades e fontes de felicidade.

A atividade permitiu desenvolver competências socioemocionais, promover o pensamento crítico e reforçar valores essenciais como o respeito pela diversidade e a igualdade de dignidade entre todos os seres humanos.

Com iniciativas como esta, a escola continua a afirmar-se como um espaço de educação integral, onde a promoção da saúde inclui também o cuidado com o clima relacional e o combate a todas as formas de discriminação.

Na nossa escola, a diferença une-nos e o respeito é para todos.

Profª Bruna Guedes

Perguntas sem Vergonha: O Que os Alunos Querem Mesmo Saber Sobre Educação Sexual



Numa recente aula de Educação Sexual do 8º6ª, os alunos foram convidados a escrever perguntas de forma anônima. O objetivo era simples: criar um espaço seguro onde pudessem esclarecer dúvidas reais, sem medo de julgamentos ou risos.

As perguntas foram diretas, curiosas e, acima de tudo, reveladoras.

“Como se faz um filho?”

“É possível engravidar na primeira vez?”

“O que é uma DST e como se transmite?”

“É verdade que certas pessoas têm características físicas maiores por causa da raça?”

“Sem preservativo é melhor?”



À primeira vista, algumas destas questões podem parecer provocatórias ou até imaturas. No entanto, quando olhamos com atenção, percebemos algo muito mais importante: os nossos alunos querem informação. E quando há curiosidade, há oportunidade educativa.

A adolescência é uma fase de intensas transformações físicas, emocionais e sociais. É também um período em que muitos jovens começam a construir ideias sobre relações, intimidade e identidade. Grande parte dessas ideias vem das redes sociais, de conversas entre pares ou de conteúdos online que nem sempre são científicos ou realistas.

Quando a escola abre espaço para perguntas anónimas, está a fazer algo essencial: substituir o mito pela ciência, o preconceito pelo conhecimento e a vergonha pela responsabilidade.

As dúvidas revelaram três grandes temas. Primeiro, a falta de informação clara sobre reprodução e prevenção da gravidez. Muitos jovens ainda desconhecem como ocorre a fecundação ou acreditam em “atalhos” para evitar riscos. Segundo, surgem mitos associados ao corpo, desempenho e estereótipos raciais, mostrando como ideias erradas continuam a circular. Terceiro, existe curiosidade sobre prazer e desempenho, o que demonstra ansiedade e pressão social precoce.

Falar de educação sexual não é incentivar comportamentos. É exatamente o contrário: é promover decisões informadas, respeito pelo próprio corpo e pelo corpo do outro. É reforçar que consentimento é obrigatório, que proteção é responsabilidade partilhada e que saúde sexual faz parte da saúde global.

Também é importante lembrar que educação sexual não se resume à biologia. Envolve emoções, autoestima, igualdade de género, combate a preconceitos e desenvolvimento do pensamento crítico.

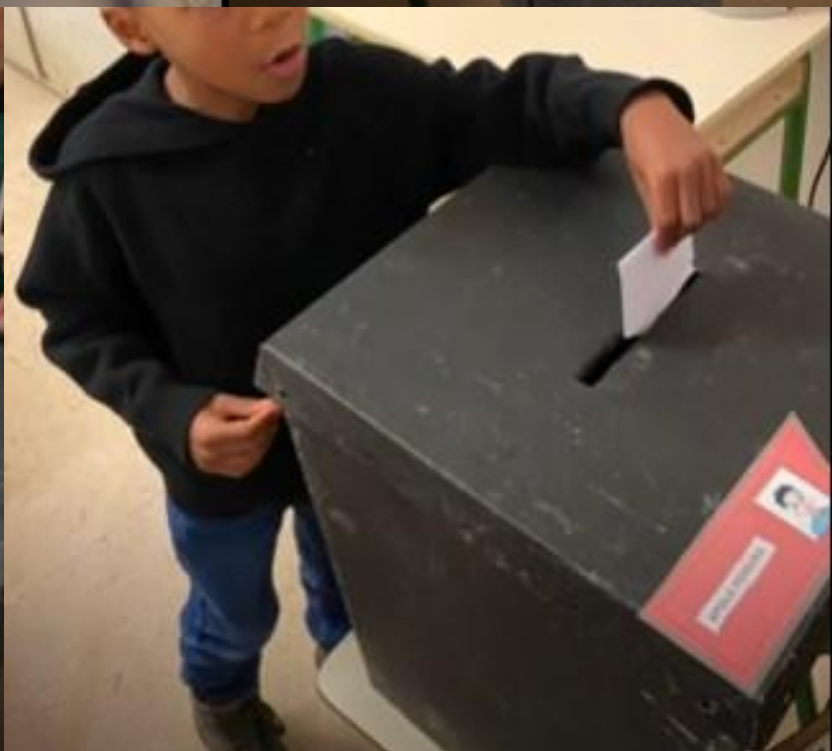
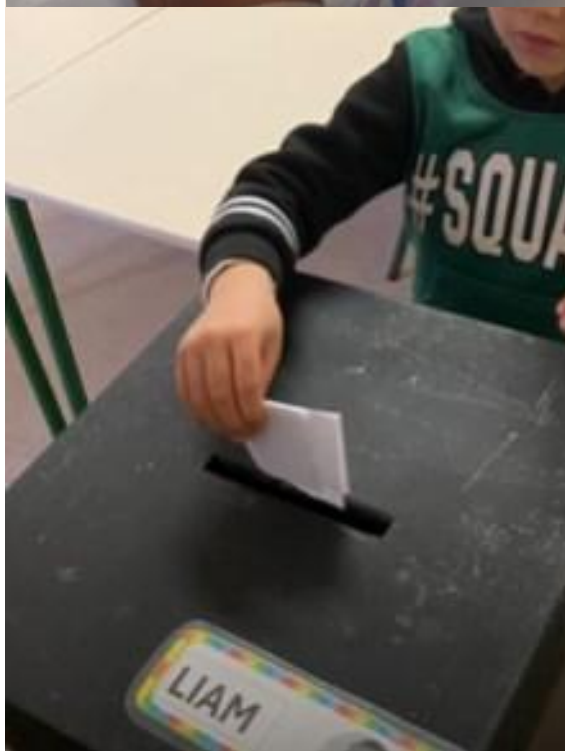
Quando um aluno pergunta, está a confiar. E quando a escola responde com seriedade e base científica, está a cumprir o seu papel formativo.

Criar espaços de diálogo não aumenta riscos; diminui-os. Jovens bem informados tendem a adiar comportamentos de risco, a utilizar métodos de proteção e a procurar ajuda quando necessário. A verdadeira questão não é “porque fazem estas perguntas?”, mas sim: “O que aconteceria se não as pudessem fazer?”

Num mundo onde a informação está à distância de um clique, nem sempre correta, a escola deve continuar a ser um lugar onde se aprende com segurança, respeito e verdade. Porque perguntar é crescer. E educar é proteger.



Nós escolhemos!





Nós escolhemos!

No seguimento das eleições, desenvolvemos, com os meninos do pré-escolar, na Escola EB3 do Monte de Caparica (Chafariz), uma atividade dedicada à democracia e à liberdade.

De forma simples e divertida, aprendemos que **democracia** é quando todos têm a oportunidade de escolher e decidir em conjunto e que **liberdade** é podermos escolher o que queremos, mantendo sempre o respeito pelos outros.

Uma experiência de aprendizagem e participação, porque também os mais pequenos têm voz e fazem escolhas!

Educadora Susana Oliveira



País que Pintam com o **CORAÇÃO**



No dia 10 de fevereiro, por ocasião da Reunião de Encarregados de Educação, as mães e os pais viveram um momento descontraído e inesperado. Para assinalarem a sua presença, após a reunião, fizeram e deixaram uma pintura para os seus filhos, acompanhada de dedicatórias bonitas e emotivas. As crianças adoraram!

Educadora Alexandra Fernandes (AJIM1)







"Olhámos para nós, desenhámos, pintámos e divertimo-nos! Afinal, é Carnaval... e ninguém leva a mal!"

Educadora Alexandra Fernandes (AJIM1)

