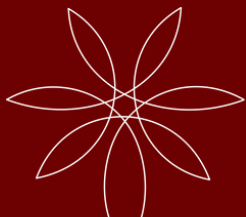


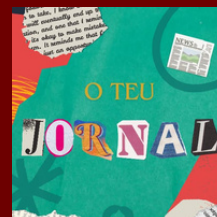


O Teu Jornal - AEV



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE VILELA

N.º 8 | OUTUBRO 2025
JORNAL MENSAL



Comemorações

Dia Europeu das Línguas – a diversidade fala mais alto

Pág. 4

CulSolidArt Vol. II

“A solidariedade expressa-se em muitas línguas — e a arte é uma delas.”

Pág.12 e 13

Ideias & Reflexões

Inteligência artificial: ameaça ou oportunidade?

Pág.17

Desporto

Dia Europeu do Desporto Escolar

Pág. 40

Futsal: 4 linhas, mil emoções!

Pag. 37-39



Sumário

Vida Escolar & Projetos

Notícias da escola

Hora de estudar

Erasmus & Interculturalidade

Erasmus

Interculturalidade

Ideias & Reflexões

Inteligência Artificial

A tecnologia ajuda ou distrai nas aulas?

Mudança social

Educação

Literatura

Sociedade & Comunidade

Às portas da guerra: mundo em conflito.

Solidariedade

Eleições: das autárquicas às associativas

Notícias Cá das Terras...

Desporto & Emoções

Futebol

Basquetebol

Futsal

Desporto Escolar

Cultura & Criatividade

Cenas do Mês – Filmes, músicas, videojogos, receita e meme!

Agenda Cultural de Novembro

“A Moda da Estação” – Tira humorística

Ficha Técnica

Vida Escolar & Projetos

Dia do Diploma: Celebramos as conquistas

No dia 3 de outubro de 2025 no Centro Cultural de Paredes realizou-se a cerimónia de entrega dos diplomas de mérito, excelência e valor aos alunos que se distinguiram, neste âmbito, do 4ºano ate 12ºano e aos alunos que concluíram o ensino secundário do agrupamento de escolas de vilela (AEV). O auditório encheu-se não só com a presença de familiares e amigos mas também com presenças ilustres como o Presidente da Câmara Municipal, o Vereador da Educação, os Presidentes das Juntas de Freguesia de Rebordosa e Vilela, representantes das Associações de Pais/Encarregados de Educação e o representante da Fundação Fundo de Responsabilidade Social Mário Rocha. D>estaquem-se de forma especial os alunos que abriram a cerimónia com dança e música, e os alunos dos cursos de TAT e TOT na recepção do público e a Fundação Mário Rocha que contribuiu com os prémios de mérito. Os Diretores de Turma e de Curso tiveram um papel especial, de que se destacam as professoras Lúcia Letra e Cláudia Nascimento e seus alunos, pelo registo fotográfico, e o professor Rui Jesus, pelo apoio técnico. Destacamos ainda o trabalho das Coordenadoras dos DT e dos Serviços Administrativos.



Dia Europeu das Línguas - a diversidade fala mais alto

No dia 26 de setembro, celebrou-se o Dia Europeu das Línguas no Agrupamento de Escolas de Vilela, e os alunos participaram em várias atividades para destacar a importância de aprender línguas e valorizar a diversidade linguística da Europa. Durante o dia, os estudantes apresentaram trava-línguas em Português, Inglês e Francês, cantaram a música “Voices of Europe” e recitaram poemas em Inglês.

Os alunos do ensino básico também criaram e apresentaram diálogos com o tema “Languages in my Classroom”, além de outras atividades relacionadas com a celebração, que podem ser vistas no site do agrupamento.

Algumas alunas do ensino secundário escreveram poemas e pequenas histórias inspiradas neste dia.

Nas Bibliotecas das EBSV/R, esteve em exibição uma mostra de livros e objetos ligados a diferentes países da Europa, com contribuições de toda a comunidade escolar. Os espaços da escola ficaram ainda mais coloridos com trabalhos feitos com materiais reciclados, contendo mensagens em várias línguas europeias, realizados em colaboração com o Clube Europeu e o Eco-Escolas.

Na Escola Básica e Secundária de Rebordosa, a manhã foi dedicada à confecção de crepes franceses, no polivalente, onde os alunos puderam provar esta especialidade típica de França.



Feira de Outono - Sabores, cores e tradições na nossa escola

“No dia 17 de outubro, a Associação de Pais e Encarregados de Educação do Jardim de Infância de São Marcos promoveu o tradicional Mercado de Outono, um evento que reuniu crianças, pais, educadores e moradores locais numa celebração especial das cores, sabores e tradições da estação. Com a participação ativa dos alunos e suas famílias, o mercado trouxe uma variedade de produtos típicos, de época e biológicos, destacando a importância da colaboração e do aprendizado coletivo. O mercado de Outono reforçou os laços entre a escola e a comunidade.

A APEE agradece a todos os envolvidos pela dedicação e empenho.”

APEE

Desfolhadas de Outono: aprender com as mãos na terra

Alunos da Escola Básica nº 1 de Rebordosa e do Jardim de Infância de São Marcos viveram a tradição da desfolhada e descobriram os sabores e saberes do campo.

No dia 24 de setembro de 2025, as turmas 2CA e 2CB da Escola Básica nº 1 de Rebordosa deslocaram-se ao quintal de uma avó para participarem numa desfolhada, com o objetivo de compreenderem melhor esta tradição agrícola. Começaram por colher as espigas de milho, que se encontravam ainda na terra, seguiram com a retirada do folhelho e com a observação das barbas do milho, dos grãos e dos carolos. Fizeram também uma visita guiada à horta, na qual puderam observar os diferentes produtos agrícolas, maioritariamente desconhecidos para os alunos: tomates, abóboras, pepinos, uvas, malaguetas, nabijas, tronchudas, flores...



Para terminar com chave de ouro, a D. Anistalda serviu um lanche espetacular, composto por broa de milho caseira, confeccionada no forno a lenha, chouriça, sumos, água e ainda fatias de bolo que deixaram todos os participantes maravilhados.

Por sua vez, no Jardim de Infância de São Marcos, as crianças também participaram numa desfolhada, com o objetivo de aprenderem mais sobre o meio envolvente ao Jardim de Infância..

Participaram com entusiasmo e aprenderam os componentes relativos à desfolhada: espiga, carolo e folhelho. Algumas espigas foram debulhadas pelas crianças, para que percebessem como o grão se desprende do carolo.



Teatro de Marionetas “ Conchas”- cultura que encanta

Os alunos do JI da Escola Básica da Serrinha, no dia 15 de outubro, realizaram uma visita de estudo ao CCP, em Paredes, para assistir a "Conchas", um espetáculo de música, movimento, expressão corporal e marionetas, que foi concretizado num ambiente tranquilo e com muita proximidade dos grupos, quer em termos espaciais, quer cénicos, no qual os atores interagiram com os grupos de uma forma muito serena, mas também dinâmica, numa postura muito adequada à faixa etária das crianças.



Outubro Rosa: AEVilela veste-se de esperança

O Outubro Rosa é um movimento global que, tendo surgido em 1990 nos EUA, se mundializou nos anos 2000. Com o objetivo de sensibilizar para o combate ao cancro da mama, esta iniciativa tem mobilizado comunidades em todo o mundo — e o Agrupamento de Escolas de Vilela não é exceção.

Na última semana de outubro, as escolas EBSREB e EBSVLL foram decoradas com fitas, laços e outros elementos cor-de-rosa. No dia 30, o convite “Veste Rosa” revelou uma comunidade escolar atenta e solidária, reforçando a mensagem de prevenção e apoio que define o espírito do Outubro Rosa.

Mais do que uma campanha, este gesto coletivo simboliza o compromisso com a saúde, a empatia e a força de quem enfrenta esta doença. O AEVilela mostrou que, juntos, podemos fazer a diferença — com cor, com consciência e com coração.



O Dia da Alimentação nas escolas EBSR e EBSV: Comer bem, viver melhor

O dia da alimentação, criado pela ONU (Organização das Nações Unidas) em 1979, é comemorado no dia 16 de outubro, em mais de 150 países, como uma forma de consciencializar as pessoas para a fome, a nutrição e a segurança alimentar e com o objetivo de erradicar a fome em todo o mundo. Para comemorar este dia, todas as escolas do agrupamento desenvolveram atividades para lembrar a importância de uma boa alimentação para a saúde: com feiras dos alimentos (em todas as escolas), produção de vídeos (ESVLL), elaboração de molduras alusivas ao dia e dinamização do jogo "acerta no alimento com menos açúcar" (EBSR).

Qual é a dieta mais indicada?

A dieta mais recomendada é a dieta mediterrânica, inspirada nos países da região do mar Mediterrâneo. Esta baseia-se no consumo abundante de legumes, frutas (preferencialmente frescas e da época), leguminosas e cereais, carnes brancas e peixe. As carnes vermelhas devem ser consumidas com moderação.

Como principal fonte de gordura, utiliza-se o azeite, substituindo o sal por ervas aromáticas. No centro desta dieta está a água — a fonte da vida.

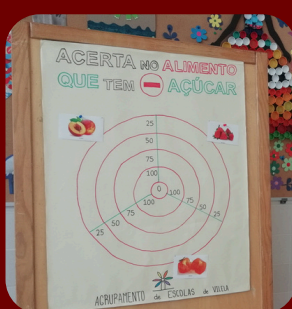
As técnicas culinárias privilegiadas são simples, dando-se preferência a estufados, grelhados e cozidos em água.

Este regime alimentar recomenda também a prática regular de exercício físico e a partilha das refeições em ambiente de convívio.

Trata-se de um padrão alimentar equilibrado, que contribui para a prevenção de doenças como o colesterol elevado, a obesidade, as doenças cardiovasculares, entre outros. Além disso, promove uma melhor qualidade de vida, reduz a probabilidade de desenvolvimento de certos tipos de cancro e melhora a qualidade do sono.



EBSR



EBSV



CER

Halloween Sustentável: criatividade e consciência nas bibliotecas escolares

Alunos e professores do AEV transformaram o Dia das Bruxas numa celebração ecológica, cheia de cor, imaginação e respeito pelo planeta.

O Halloween, também conhecido como “Dia das Bruxas”, é celebrado a 31 de outubro e possui as suas raízes nas antigas festividades celtas, especialmente no festival do Samhain.

Este evento remonta a mais de 2.000 anos, muito antes da era cristã, e marcava o fim da colheita e o início do inverno, considerado a "metade escura do ano". Os celtas acreditavam que, nessa época, a fronteira entre o mundo dos vivos e dos mortos se tornava mais frágil, permitindo que os espíritos circulassem entre os vivos. Com o tempo, essas tradições foram sendo incorporadas ao calendário cristã.



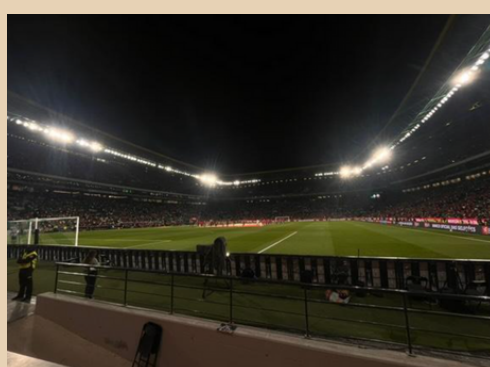
Sendo hoje o Halloween amplamente associado a fantasias, abóboras iluminadas e à brincadeira "Doces ou Travessuras" (Trick-or-Treat), os elementos do Programa Eco-Escolas das Escolas Básicas e Secundárias de Rebordosa e de Vilela, em colaboração com os alunos do Curso Profissional de Técnico de Operações Turísticas, 12.º TOT, deram asas à criatividade e transformaram as bibliotecas escolares num verdadeiro cenário de Halloween sustentável!

Alunos e professores, com muita criatividade e materiais reciclados, decoraram a escola com fantasmas, abóboras e outras adereços de arrepiar! Para além de a escola ficar bem decorada para a temática do Halloween, esta atividade serviu de mais um exemplo de que, **mesmo em época de festa, é possível cuidar do planeta**, reutilizando materiais que, muitas vezes, são descartados por pensarmos que já não têm qualquer utilidade.



Portugal numa Bancada

No dia 14 de outubro no estádio José Alvalade, um grupo de alunos dos cursos de turismo de Vilela e Rebordosa e de desporto de Rebordosa assistiram ao jogo da nossa seleção contra a Hungria.



"ACP Kids na estrada"

No dia 22 de setembro, o Município de Paredes, em parceria com o Automóvel Clube de Portugal (ACP) e com os professores e educadoras da Escola Básica n.º 1 de Rebordosa, comemorou o Dia Europeu Sem Carros através do programa ACP Kids.

Durante esta iniciativa, o ACP Kids dinamizou sessões de educação rodoviária, onde os alunos aprenderam sobre a importância de diminuir o trânsito e de fazer escolhas de transporte mais sustentáveis, ajudando assim a proteger o ambiente.



Como estudar menos e melhor?



Hábitos e métodos de estudo

➔ **Gestão do tempo/planificação do estudo**

- Cria um horário semanal
- Usa uma agenda ou calendário
- Divide o estudo em blocos curtos com pausas
- Evita estudar à última da hora
- Define prioridades



➔ **Preparação das avaliações**

- Faz esquemas e resumos
- Resolve exercícios
- Revê a matéria antes dos testes



➔ **Local de estudo**

- Estuda num local calmo e organizado
- Estuda num local com boa luz
- Evita distrações



➔ **Realização das avaliações**

- Lê as perguntas do teste com atenção
- Começa pelas perguntas que sabes melhor
- Gere o teu tempo
- Revê as tuas respostas (se te sobrar tempo)
- Mantém a calma e o foco



➔ Lê atentamente a matéria que tens para estudar



➔ Tira apontamentos nas aulas

- Escreve com as tuas palavras
- Regista ideias principais e dúvidas



➔ Sublinha frases e palavras chave



➔ Faz resumos, sintetizando o essencial



Margarida Gouveia
psicóloga estagiária
Ex-aluna do AEV

Erasmus+ & Interculturalidade

CulSolidArt Vol. II: cultura, a solidariedade e a arte na Eslovénia

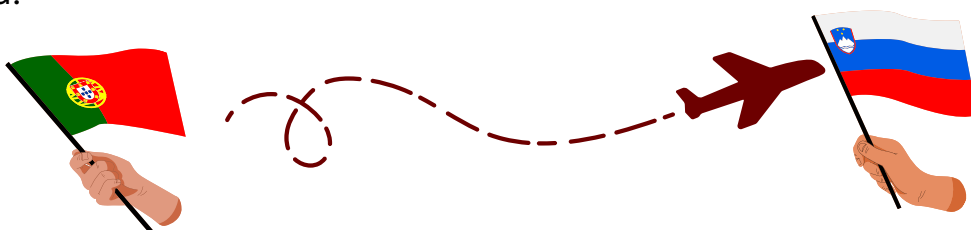
Alunas do AEV participaram num intercâmbio europeu onde a criatividade se uniu à empatia e à cidadania.

Nos dias 17 a 28 de outubro de 2025, as alunas Sofia Brito, Matilde Andrade, Ana Alves (11.º VB), Filipa Dias (11.º VA) e Lara Esperança (12.º RA), juntamente com as professoras Carla Carvalho e Madalena Ferrás, participaram num *Youth Exchange* na Eslovénia, através do projeto CulSolidArt Vol. II.



O projeto centra-se em três temas principais: cultura, solidariedade e arte. Ao longo do projeto, os participantes tiveram a oportunidade de agir segundo a sua vontade de serem solidários e de demonstrar a importância da solidariedade através da arte, influenciada pela cultura de cada um. Todos os participantes ficaram alojados na mesma casa, o que permitiu criar relações de amizade mais significativas e profundas, favorecendo o trabalho em equipa.

Ao longo da semana, foram realizadas atividades de promoção da solidariedade, como visitas a organizações, tais como abrigos para pessoas em situação de sem-abrigo, centros intergeracionais, centros dedicados à juventude, entre outros, com diferentes funções na comunidade de Murska Sobota.



Em relação à arte, participámos numa sessão de art therapy e criámos grupos de criatividade, nos quais trabalhámos durante a semana, com o objetivo de chegar a um produto final, apresentado no final show, que ocorreu no dia 24 de outubro. A cultura de todos os países esteve presente ao longo de todo o projeto e em todas as atividades, através do diálogo, da partilha de ideias e do conhecimento.

O projeto contou ainda com uma vertente ligada à cidadania, uma vez que tivemos a oportunidade de debater com duas deputadas jovens eslovenas no Parlamento Esloveno e com o vice-presidente da Câmara Municipal de Murska Sobota.

No que diz respeito às alunas do AEV, podemos concluir que desenvolveram várias competências pessoais e interpessoais, que certamente utilizarão no futuro, além de terem adquirido novos conhecimentos e uma melhor compreensão das outras culturas. Foi um projeto que as transformou e que deixará uma marca para sempre.



Fado and Sicilian Folk Music – A música a unir culturas

Entre 24 de setembro e 4 de outubro de 2025 decorreu, em Portugal, a mobilidade do projeto europeu “Fado and Sicilian Popular Song: The Core of Melancholy and Nostalgia”, que aproximou estudantes do Liceo “Danilo Dolci”, de Palermo, e alunos do nosso Agrupamento.

Uma atividade central foi a exploração do tema para a escrita de um artigo para “O Teu Jornal”. Dela resultaram 5 textos, bem estruturados, que captam a essência do fado e do cancionero siciliano. Reproduzimos o que melhor reúne as ideias dos grupos e resume o espírito do projeto.

Fado and Sicilian Popular Song: The Core of Melancholy and Nostalgia

"During our Erasmus activity, we have explored the deep emotions of music through Fado and Sicilian popular songs. These musics have showned us how voice and instruments can express feelings that words alone can not.

Fado is a Portuguese style of music. It talks about feelings, like "saudade", longing and nostalgia. Fado uses voice and instruments to create an atmosphere of sadness and beauty.

Sicilian popular songs are full of passion, rythm and energy. Usually, the singers' voices are strong, but they get stronger with instruments like the tamborine and mandeline which bring life to them.

We have listened to songs like "Terra ca num senti", "Cu ti lu disse", "Barco Negro" and "Estranha forma de vida". The first song, by Rosa Balistrelli, expresses the pain of leaving, because of poverty or war; the last, Amália Rodrigues' song, is about pain caused by the separation from loved ones, which is called "Saudade".

We have learned that music connects cultures through emotions. The songs that we have listened to made us feel both sadness and hapiness and a wide range of other emotions such as love, passion and nostalgia.

As we conclude our exploration of Fado and Sicilian folk songs, we reflect on how music transcends language and culture, fostering deep connections among us. The emotions conveyed through these musical styles remind us of the beauty found in sadness and nostalgia, which resonates universally."



Autores: Alunos da Mobilidade do Projeto Europeu "Fado and Sicilian Popular Song: The Core of Melancholy and Nostalgia"

Interculturalidade: o desafio humano do século XXI

Num mundo global e fragmentado, a convivência entre culturas revela-se essencial para a construção de uma sociedade mais justa, empática e inovadora.

Atualmente, o poder da interculturalidade manifesta-se em múltiplas dimensões. No campo económico, permite às empresas alcançar mercados diversos, adaptando produtos e estratégias à sensibilidade de públicos heterogéneos. No plano académico e científico, fomenta o intercâmbio de ideias, acelerando o progresso através da complementaridade de saberes. No domínio social, promove a inclusão e a empatia, dissolvendo preconceitos e reforçando a coesão comunitária. A convivência entre culturas diferentes ensina a relativizar verdades absolutas e a valorizar a pluralidade como fonte de inovação e criatividade, deixando os preconceitos no passado e promovendo a evolução das sociedades.



Contudo, nem tudo o que a interculturalidade trouxe é isento de malefícios. O contacto constante entre culturas pode, por vezes, gerar tensões identitárias e a sensação de perda de raízes. A homogeneização cultural, impulsionada pelos meios de comunicação globais, ameaça apagar particularidades que constituem o património imaterial dos povos. Em sociedades multiculturais, a coexistência de valores distintos pode originar conflitos éticos e sociais — sobretudo quando a diferença é encarada como um obstáculo e não como uma oportunidade.

Assim, a interculturalidade exige mais do que tolerância: requer uma verdadeira competência intercultural e uma educação que forme cidadãos capazes de compreender, dialogar e cooperar sem abdicar da própria identidade.

"A convivência das diferenças é a essência da democracia"
- Amartya Sen, economista e filósofo

Apesar destes desafios, seria um erro subestimar a interculturalidade. Num tempo em que o mundo enfrenta crises de desconfiança e desinformação, o encontro entre culturas surge como um antídoto à fragmentação, ensinando-nos que a identidade não se perde no contacto com o outro.

Em suma, a interculturalidade é um exercício de humanidade em estado puro: um convite permanente à escuta, ao respeito e à reinvenção. É a prova de que o poder não reside em dominar o outro, mas em compreender que só juntos podemos construir um futuro verdadeiramente inclusivo e partilhado.



Ideias & Reflexões

Inteligência Artificial: ameaça ou oportunidade?

Entre avanços tecnológicos e desafios éticos, a IA transforma a forma como aprendemos, trabalhamos e vivemos.

Nos últimos anos, a inteligência artificial (IA) deixou de ser apenas um tema de filmes futuristas e passou a fazer parte do nosso dia a dia. Seja nas redes sociais, nos carros modernos ou até nas tarefas escolares, a IA está em quase tudo. Mas, afinal, será que ela representa uma ameaça ou uma oportunidade?



Para começar, é inegável que a IA traz enormes oportunidades. Uma das mais significativas é a sua capacidade de resolver problemas complexos muito mais rapidamente do que qualquer ser humano. Na área da saúde, por exemplo, já existem sistemas que conseguem analisar exames médicos e detectar doenças em estágios iniciais, aumentando as possibilidades de tratamento. Na educação, a IA pode ser uma ferramenta incrível, ajudando-nos a estudar de forma mais personalizada, adaptando exercícios e explicações ao nosso ritmo.

Além disso, a IA pode libertar-nos de tarefas repetitivas e cansativas, permitindo que nos concentremos no que realmente exige criatividade e pensamento crítico — habilidades especialmente valorizadas nas áreas das Humanidades.

No entanto, seria ingênuo ignorar os riscos. Uma das maiores preocupações é o impacto no mercado de trabalho. Muitas pessoas temem perder os seus empregos para máquinas cada vez mais “inteligentes”. O importante é que escolas e governos preparem a população para essas mudanças, promovendo novas competências.

Outro problema é a privacidade. A IA depende de grandes quantidades de dados e nem sempre sabemos como são recolhidos ou utilizados. Se não houver regras claras, podemos perder o controlo sobre as nossas próprias informações. Por isso, é essencial que existam leis fortes e transparentes, e que as empresas sejam responsabilizadas quando abusam da tecnologia.



Jovens em ação: mudar o mundo começa por nós

Do ativismo local à mobilização global, os jovens mostram que a mudança social começa com coragem, empatia e pequenas grandes ações.

Quando se fala em mudança social, muitas pessoas pensam logo em políticos, organizações internacionais ou grandes líderes. Mas, na verdade, quem se tem destacado cada vez mais nessas transformações são os jovens. E isso não é por acaso: somos a geração que cresceu num mundo superconectado, mais consciente dos problemas globais e determinada a não aceitar injustiças como algo “normal”. Portanto, refletir sobre o papel dos jovens na mudança social é quase como refletir sobre o futuro da própria sociedade.

Primeiramente, os jovens têm algo que, às vezes, falta aos adultos: coragem para questionar. Questionamos tradições, mentalidades ultrapassadas e sistemas que não funcionam. Não fazemos isso por pura rebeldia, mas porque sentimos que podemos e devemos fazer diferente.



Hoje, vemos estudantes a liderar movimentos ambientalistas, campanhas contra o racismo, ações de solidariedade e até a pressionar os governos a adotarem políticas mais justas. A nossa voz ganhou força e provou que a idade não é um obstáculo para influenciar decisões importantes.

Poderíamos falar de Greta Thunberg ou de Malala e das suas lutas pela defesa do planeta e pelo direito das mulheres à educação, mas vou referir um caso simples e menos visível, mas que faz a diferença: um dos alunos do AEV, Martim Júnior, do 11.º TGP SI, participou numa atividade de recolha de lixo e eliminação de plantas invasoras, espécies não nativas que, quando se espalham, causam prejuízos ambientais, como o *Carpobrotus edulis*.

“A idade não é um obstáculo — é uma força.”



O AEV tem feito caminho neste sentido com o projeto “Nós Propomos”. Em 2024/25, com o propósito de reduzir o impacto ambiental e preservar a biodiversidade (também afetada por espécies invasoras), teve como objetivo a plantação de árvores no Parque Urbano de Rebordosa. Foram plantadas 10 árvores autóctones, entre freixos, amieiros e bétulas — espécies fundamentais para a manutenção do equilíbrio ecológico da região. Esta ação contribuiu para regenerar os espaços verdes e também para promover a sustentabilidade ambiental.

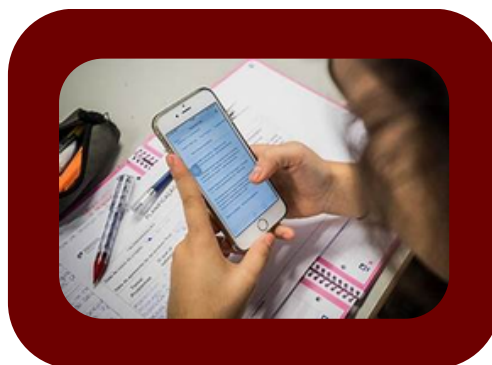
Em suma, a mudança social não acontece apenas nas grandes decisões políticas ou nos palcos internacionais — ela começa em cada gesto de quem acredita que pode fazer a diferença. Os jovens, com a energia e criatividade que têm, mostram que são essenciais na construção de um futuro mais justo, sustentável e solidário. Iniciativas como as do AEV e de outros jovens provam que transformar o mundo não depende apenas de grandes nomes, mas de pequenas ações com grandes propósitos. Assim, o papel dos jovens na mudança social é, essencialmente, o de inspirar e agir.

A tecnologia ajuda ou distrai nas aulas?

O Centro de Planeamento e Avaliação de Políticas Públicas (PLANAPP) revelou que, nas escolas onde o uso do telemóvel é proibido, os alunos apresentam melhor desempenho escolar, maior harmonia no ambiente educativo, menos comportamentos inadequados (como bullying e indisciplina) e mais socialização e frequência dos espaços de aprendizagem.

Este tema ganhou destaque com a intervenção do atual Ministério da Educação, Ciência e Inovação. Com o objetivo de melhorar a concentração e os níveis de aprendizagem, apesar de alguns estudos indicarem que a tecnologia, quando bem orientada e supervisionada, pode ser uma aliada no processo educativo. Neste contexto, surgiram as novas regras para o uso de telemóveis nas escolas:

- 1.º e 2.º ciclos (1.º ao 6.º ano): proibição total de uso no espaço escolar;
- 3.º ciclo (7.º ao 9.º ano): recomendação de restrição e desincentivo ao uso;
- Ensino secundário (10.º ao 12.º ano): uso permitido, com responsabilidade.
- Exceções: situações médicas ou atividades pedagógicas sob supervisão docente.



Com a nova medida, surgiram argumentos a favor e contra a proibição:

Contra a proibição:

- Em emergências, o telemóvel pode ser essencial (ex.: contactar VMER- Viatura Médica de Emergência e Reanimação, SIV- Ambulância de Suporte Imediato de Vida);
- É uma ferramenta de aprendizagem — muitas atividades escolares envolvem pesquisas e recursos digitais;
- O mercado de trabalho exige competências digitais, e restringir o uso pode atrasar o desenvolvimento dos alunos.

A favor da proibição:

- O telemóvel é uma das principais causas de distração nas aulas;
- A proibição promove a socialização entre alunos e com os professores;
- Reduz o tempo excessivo nas redes sociais e problemas como bullying e cyberbullying.

Outro aspeto relevante é a maneira como utilizamos a tecnologia. As redes sociais, apesar de todos os seus problemas, tornaram-se ferramentas poderosas de mobilização. Em questão de horas, uma causa pode tornar-se global. Jovens que nunca se encontraram pessoalmente podem unir-se em torno de objetivos comuns, organizar protestos, divulgar informações e sensibilizar milhares de pessoas. Essa rapidez na comunicação torna a mudança mais acessível e participativa.

Além disso, os jovens têm uma sensibilidade especial para a empatia e para a diversidade. Vivemos numa época em que discutir igualdade, direitos humanos e inclusão é uma necessidade. Muitos de nós crescemos cercados por diferentes culturas, identidades e perspetivas, o que nos proporciona uma visão mais ampla do mundo. E isso reflete-se nas causas que defendemos: desde o apoio às minorias até à luta por um planeta mais sustentável. Portanto, ser jovem e querer mudar o mundo é um verdadeiro desafio.

Entre portas abertas e barreiras invisíveis: o verdadeiro desafio da educação acessível

A promessa da educação gratuita esconde desigualdades profundas — e os jovens são os primeiros a senti-las.

Vivemos num tempo em que o saber parece estar ao alcance de todos. Um simples toque no ecrã abre portais infinitos de conhecimento, universidades de renome oferecem cursos online, bibliotecas digitais florescem e a promessa de uma “educação gratuita” ecoa como um hino democrático. No entanto, entre o gratuito e o acessível existe um abismo silencioso, onde muitos tropeçam — não por falta de vontade, mas por falta de meios .

A educação gratuita é, em teoria, uma representação da igualdade: a ideia de que o saber não deve ser um privilégio, mas um direito universal. Contudo, a acessibilidade vai além da ausência de propinas. Ser verdadeiramente acessível é garantir que cada pessoa, independentemente da sua origem, possa aprender, compreender e aplicar o conhecimento adquirido. E é precisamente aí que a promessa se fragiliza.



Atualmente, multiplicam-se plataformas que disponibilizam cursos online de universidades como Harvard ou Oxford — verdadeiros tesouros intelectuais abertos ao público. No entanto, a gratuidade termina onde começa o reconhecimento formal.

Para obter um certificado que traduza o esforço em valor curricular, é necessário pagar. O conhecimento é oferecido, mas a validação desse conhecimento continua a ser um luxo. Assim, a fronteira entre aprender e ser reconhecido por ter aprendido mantém-se firme, muitas vezes determinada pelo poder económico.

Para além disso, a acessibilidade não se mede apenas pelo custo, mas também pelo tempo, pelas condições tecnológicas e pela literacia digital. Uma educação gratuita é inútil para quem não tem uma ligação estável à internet, um espaço de estudo adequado ou tempo para se dedicar à aprendizagem. A verdadeira democratização do saber exige, portanto, mais do que plataformas abertas — exige estruturas sociais que sustentem a igualdade de oportunidades.



O desafio contemporâneo é transformar o ideal de educação gratuita numa realidade justa e acessível para todos. Não basta abrir portas se muitos não conseguem atravessá-las. A educação deve ser uma ponte e não um muro. Porque aprender é um ato de liberdade — e a liberdade, para ser plena, não pode ter preço.

"A educação é o que resta depois que esquecemos o que aprendemos na escola."

— Albert Einstein, físico teórico

"Sem igualdade de acesso à educação, todas as outras igualdades são ilusões."

— Jean-Jacques Rousseau, filósofo

A literatura, espelho de contemplação e da reinvenção humanas

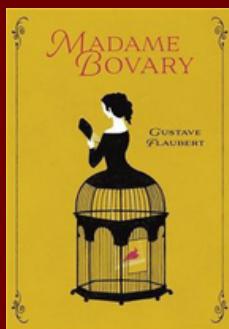
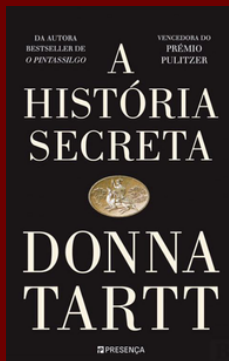
Da Ilíada a Powerless: como os livros nos ajudam a pensar, sentir e existir

A literatura é, desde o nascimento da palavra escrita, o espelho mais fiel da condição humana. Em cada época, reflete o pensamento, as inquietações e os valores que moldam civilizações. Se a história se escreve com factos, é na literatura que se gravam as emoções e as ideias que dão sentido à existência. Da Antiguidade à contemporaneidade, a literatura tem sido a ponte entre o ser e o tempo, uma herança viva que transcende séculos e fronteiras.



O repertório antigo integra as epopeias e tragédias da Grécia e de Roma, que não foram apenas narrativas heroicas, mas também meditações sobre a moral, o destino e a fragilidade humana. Como afirmou Aristóteles, “a arte imita a vida, mas a literatura transcende-a” — e foi precisamente nesse espírito que nasceram obras que ainda hoje ecoam na cultura universal. Ler a *Ilíada* e a *Odisseia*, de Homero, é revisitar a origem da narrativa épica e compreender o arquétipo do herói em conflito com os deuses e consigo próprio. Já *Antígona*, de Sófocles, confronta-nos com o dilema entre a lei humana e a divina — uma reflexão que mantém plena atualidade. Por fim, *As Metamorfoses*, de Ovídio, oferecem um retrato poético da transformação e da instabilidade da existência — temas que permanecem no cerne da condição humana. Outra obra a não perder é *Os Lusíadas*, de Luís Vaz de Camões.

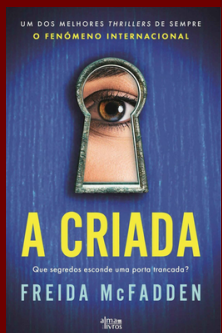
“Cantando espalharei por toda a parte,
Se a tanto me ajudar o engenho e arte.”
— Os Lusíadas, Canto I, est. 2



Estas obras antigas não apenas moldaram o pensamento filosófico e estético, como também ensinaram o valor da palavra como forma de eternizar civilizações. Embora o tempo mude, recordam-nos que as emoções e os dilemas essenciais do ser humano permanecem. A literatura moderna, por sua vez, surge como o despertar da consciência individual e do questionamento moral. Com o Iluminismo, o Romantismo e as revoluções sociais, a escrita tornou-se espaço de introspeção e crítica ao mundo. É neste contexto que *A História Secreta*, de Donna Tartt, se insere como uma obra magistral sobre o fascínio do intelecto e da transgressão. A sua escrita densa e elegante mergulha na alma humana, expondo o perigo de confundir o belo com o moralmente aceitável. Junto dela, merecem destaque *Madame Bovary*, de Gustave Flaubert, e *Crime e Castigo*, de Fiódor Dostoiévski. A primeira é uma dissecação da ilusão romântica e da procura incessante por sentido; a segunda, um retrato brutal da culpa e da redenção. Ambas, tal como Tartt, exploram as fronteiras entre desejo, ética e identidade. A literatura moderna trouxe consigo o peso da autoconsciência e a liberdade de pensar o mundo de forma antidogmática, permitindo ao leitor tornar-se cúmplice do autor, observador e participante da complexidade humana.

“Perdoa-me por tudo o que fiz, mas sobretudo por tudo o que não fiz.” – *A História Secreta*

“Existirá mesmo algo como ‘a falha fatal’, essa vistosa fenda escura que atravessa o centro de uma vida, fora da literatura?”
– *A História Secreta*



Já a literatura contemporânea reflete a multiplicidade do nosso tempo: global, fragmentado e profundamente emocional. Se a literatura antiga questionava os deuses e a moderna questionava o homem, a contemporânea interroga as relações, a autenticidade e o poder. Nela, o fantástico encontra o real, e o amor torna-se o campo de batalha para a redenção. Entre as leituras que melhor captam o espírito do presente, destacam-se *Powerless*, de Lauren Roberts, *A Hipótese do Amor*, de Ali Hazelwood, e *A Criada*, de Freida McFadden. Em *Powerless*, a autora transporta-nos para um universo onde o poder e a vulnerabilidade coexistem numa tensão irresistível, refletindo a procura atual por identidade e controlo. *A Hipótese do Amor* aborda o amor através da lente da ciência e da racionalidade, questionando os limites entre lógica e emoção. *A Criada* expõe as sombras da aparência social, recordando-nos que nem tudo o que parece perfeito o é. Estas obras, embora populares, revelam a profundidade das inquietações do presente — o desejo de ser visto, compreendido e, sobretudo, de ser livre.

"O poder não está nas mãos de quem o tem. Está nas mãos de quem o desafia."

– *Powerless*

"Tu não podes ser nada quando és tudo para outra pessoa."

– *Powerless*

"O amor não é uma experiência que possas controlar. Não consegues prever o resultado — às vezes resulta, outras não. Mas nunca saberás se não tentares."

– *A Hipótese do Amor*

"As pessoas mostram-te o que querem que tu vejas."

– *A Criada*

***Powerless* - uma história de fantasia que reflete a nossa sociedade**

Sugestão de Leitura por Sofia Clara Souza Brito

Recentemente li o livro *Powerless* de Lauren Roberts, uma jovem escritora de apenas 23 anos que já tem no currículo uma trilogia de sucesso. Este livro que mistura fantasia e romance, na medida certa, é uma prova do talento natural de Lauren, que tem esta obra marcada como sendo a sua primeira, algo deveras impressionante dada a sua tenra idade e falta de experiência prévia.



Powerless é a primeira parte da sua trilogia, a este seguem-se *Reckless* e *Fearless*.

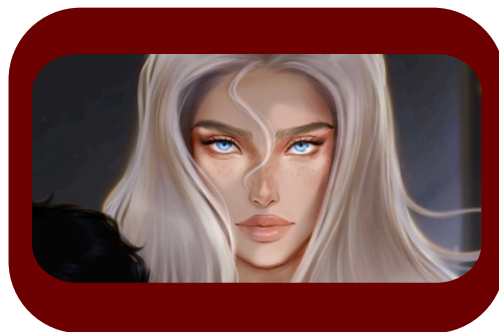
Comecei agora a ler *Reckless*, mas o que me trouxe até aqui foi toda a magia do primeiro livro. Fantasia com um toque de romance é o que costumo ler normalmente, no entanto, demorei imenso a ler o primeiro livro. Isto porque estava sempre ocupada com a escola e outras atividades. No entanto, quando me foquei totalmente no livro, foi um caminho sem volta. A forma como esta autora narra os acontecimentos e as sensações que a personagem principal experiencia ao longo do livro são fantásticos: é algo leve e simples, mas existe uma grande complexidade de emoções ao mesmo tempo. Não é preciso ser um leitor ávido para compreender a história, é uma leitura fácil e, de certa forma, divertida, ainda assim, faz-nos refletir sobre a sociedade que nos é apresentada.

A história é sobre Paedyn, uma jovem rapariga que desde muito nova teve de aprender a sobreviver numa sociedade injusta e discriminatória. Esta sociedade divide-se entre a elite e os ordinários: a primeira, sendo composta por pessoas com diversos poderes; e os últimos, por pessoas sem poderes ou com “poderes defensivos”, o que os tornam mais difíceis de vencer.

O extrato social dos ordinários foi considerado perigoso para a elite, pois, segundo eles, a elite estaria a enfraquecer por convivência destas pessoas(o que é completamente mentira!). A nossa personagem principal é uma ordinária que finge ter poderes e faz de tudo para sobreviver num meio da pobreza onde está inserida, ficou órfã muito cedo e, desde então, tem tentado encontrar as melhores formas de viver “bem” na parte mais degradada do reino. Um dia, salva um dos príncipes do reino, sem saber quem ele é. Desde aí passa a ser reconhecida como a “Silver Savior” e a sua vida muda drasticamente.

Como é que esta história se relaciona com a nossa sociedade atual?

O reino de que Paedyn faz parte, de forma muito simplificada, está dividido entre “os bons” e “os maus”, aqueles que possuem poder e valor e os restantes que são apenas seres vivos sem propósito algum. O que esta sociedade não percebe é que tudo isto é uma grande mentira: estas pessoas têm valor. Esta ideia errada promove apenas a segregação e a discriminação de um grupo que nunca fez nada que justificasse tal movimento de ódio. Infelizmente, atualmente podemos ver situações do mesmo tipo, minorias que são constantemente atacadas por pessoas que constituem as maiorias, por serem diferentes, mesmo que a única coisa que tenham feito seja existir. Num mundo tão avançado quanto o nosso, é imperdoável que isto ainda aconteça.



Esta é uma realidade retratada num livro de fantasia e seria ótimo que continuasse apenas entre as páginas deste livro, mas infelizmente, não é isso que acontece.

Convido todos os jovens que estão a ler este artigo **a conhecerem *Powerless*** de Lauren Roberts: leiam o livro de forma atenta para que percebam os problemas causados por estas ações injustas e depois olhem para o nosso mundo com um olhar mais atento.

Sociedade & Comunidade

Eleições - das autárquicas às associativas: vejamos como funcionam.

Sabes o que são eleições autárquicas?

As eleições autárquicas são muito mais do que um ato político — são um momento-chave da democracia portuguesa. É nelas que escolhemos quem vai liderar câmaras municipais e juntas de freguesia, ou seja, quem decide sobre aquilo que realmente afeta o nosso dia-a-dia: escolas, transportes, espaços verdes, cultura e muito mais.

No concelho de Paredes, o Partido Socialista (PS) voltou a conquistar a liderança da Câmara Municipal, dando continuidade a projetos em curso e apresentando novas propostas para o futuro da região.

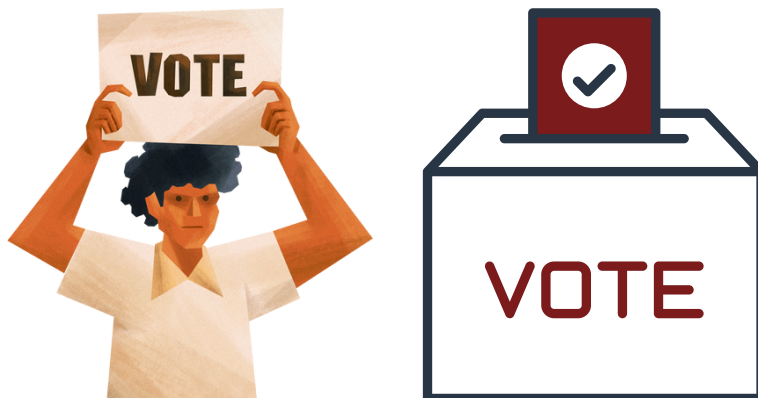
Nas freguesias, os resultados foram diversos — um sinal de que os eleitores valorizam ideias diferentes e procuram soluções ajustadas às suas comunidades.

Por que é que isto te deve interessar?

Mesmo que ainda não votes, as decisões tomadas nestas eleições têm impacto direto na tua vida. Eis alguns exemplos:

- Melhoria das escolas e dos espaços de estudo
- Criação de mais transportes e ligações entre freguesias
- Investimento em cultura, desporto e atividades para jovens
- Mais zonas verdes, parques e espaços para conviver

Compreender como funcionam as eleições é o primeiro passo para seres um cidadão mais consciente, crítico e participativo. E quando chegar a tua vez de votar, lembra-te: o teu voto vai contar — e pode fazer toda a diferença.



Eleições para a Associação de Estudantes

As eleições para as associações de estudantes são uma oportunidade para os alunos viverem a experiência democrática e prepararem-se para futuras escolhas políticas.

Como pertencer ou criar uma lista?

Para participares numa lista, deves ser convidado por um dos membros e autorizado pelo presidente da mesma.

Para criares uma lista, precisas de:

- Ter membros suficientes para apoiar a campanha e a comunicação
- Cumprir todas as regras de participação definidas pela escola
- E, acima de tudo, conquistar a confiança dos outros estudantes

Listas escolares de Vilela e Rebordosa (2025/2026)

A campanha decorreu em ambas as escolas entre os dias 20 e 21 de setembro, com as eleições realizadas a 23 de setembro. Eis os resultados:

REBORDOSA

- Lista Z
- Lista W foi eleita com uma vantagem de 40 votos.



VILELA

- Lista B
- Lista S – eleita com uma diferença de 113 votos .



Às portas da guerra: mundo em conflito

A Guerra Russo-Ucraniana: um conflito que mudou o mundo

A Guerra Russo-Ucraniana começou em 2014, mas tornou-se dramaticamente mais grave a 24 de fevereiro de 2022, quando a Rússia invadiu a Ucrânia numa ofensiva em larga escala. É o maior conflito em solo europeu desde a Segunda Guerra Mundial — e continua a marcar o presente.

“A guerra não é apenas entre países — é um alerta para toda a humanidade”

Sabes como tudo começou?

Depois de uma crise política na Ucrânia, em 2014, o então presidente pró-russo foi afastado do poder. A resposta da Rússia foi imediata: anexou a Crimeia e apoiou grupos separatistas nas regiões de Donetsk e Luhansk. Em 2022, lançou uma invasão total, alegando querer “desmilitarizar, desnazificar e neutralizar” a Ucrânia — **uma justificação amplamente contestada pela comunidade internacional.**

Conheces as principais fases da guerra?

- **Invasão inicial (2022):** tentativa de capturar Kiev, travada pela forte resistência ucraniana.
- **Foco no leste:** ofensiva russa concentrada no Donbass (Donetsk, Luhansk, Kherson e Zaporizhzhia).
- **Contra-ataque ucraniano:** recuperação de várias zonas, como Kherson, em novembro de 2022.
- **Guerra prolongada:** conflito transformado num impasse violento e desgastante.

E agora? (Novembro de 2025)

A Rússia continua a avançar no leste da Ucrânia, sobretudo perto de Pokrovsk. A Ucrânia resiste, defendendo o seu território com determinação. **○ conflito permanece intenso — e sem fim à vista.**

O mundo sentiu algum impacto?

Sim — e de forma profunda:

- **Economia:** subida dos preços do gás, petróleo e alimentos, com inflação global.
- **Segurança:** reforço da NATO e aumento do investimento em defesa.
- **Crise humanitária:** milhões de refugiados ucranianos — a maior vaga na Europa desde a Segunda Guerra Mundial

Esta guerra não destruiu apenas cidades — abalou equilíbrios, economias e vidas em todo o mundo.

E em Portugal? Também sentimos a guerra?

Mesmo longe do campo de batalha, os efeitos chegaram até nós:

- **Custo de vida:** aumentos nos preços da energia, combustíveis e bens essenciais.
- **Economia:** empresas afetadas pelas dificuldades no comércio com a Rússia e a Ucrânia.
- **Energia:** apesar da baixa dependência do gás russo, os preços subiram.
- **Refugiados:** mais de 60 mil ucranianos acolhidos e integrados.
- **Política externa:** Portugal condenou a invasão, apoiou sanções e enviou ajuda humanitária e militar.
- **Segurança:** participação ativa nas missões da NATO para garantir a paz na Europa.

E tu, o que pensas disto?

A Guerra Russo-Ucraniana não é apenas um confronto entre dois países — **é um alerta global**. Lembra-nos que **a paz não é garantida**, que a **solidariedade é essencial** e que os **direitos dos povos à sua soberania e independência devem ser respeitados**.

Num mundo em conflito, o silêncio nunca pode ser a resposta.

Voluntariado e solidariedade: pequenas ações fazem a diferença

O poder das nossas boas ações e do sentimento solidário, por mais pequenos que sejam

Há gestos tão simples que, por parecerem pequenos, passam despercebidos — mas têm um poder incrível. Um sorriso, uma palavra amiga, um pouco do nosso tempo: tudo pode transformar o dia de alguém. É desse espírito que nasce o voluntariado: da vontade de transformar empatia em ação, de fazer do cuidado uma presença ativa e da solidariedade um compromisso real.

O voluntariado é a ação de doar tempo e trabalho de forma desinteressada para uma causa social ou comunitária. Já a solidariedade é o sentimento de empatia e responsabilidade que inspira essas ações e fortalece os laços entre as pessoas. Assim, o voluntariado é a expressão prática da solidariedade — uma força que promove inclusão, coesão social, resiliência comunitária e cidadania ativa.



A solidariedade é a raiz que alimenta estas ações. É o sentimento que nos faz perceber que o bem-estar de alguém depende do bem-estar de todos. Quando essa motivação se alia ao voluntariado, nascem redes de apoio que acolhem, protegem e ajudam a reconstruir comunidades.

Na nossa escola, a associação de estudantes tem dado um exemplo notável desse espírito solidário, através de várias iniciativas que mostram como gestos simples podem gerar grandes mudanças. Entre elas, destacam-se:

- A angariação de bens para instituições que mais necessitam
- O melhoramento dos espaços escolares
- A escuta ativa das ideias dos alunos para tornar o ambiente mais acolhedor e participativo
- A continuidade de projetos que dão voz à comunidade estudantil, como “Menstruo, So What?”

Cada uma destas ações é um reflexo concreto da força do voluntariado e da importância da solidariedade no dia-a-dia escolar.



EBS Rebordosa

Ser voluntário é plantar esperança. E essas pequenas sementes fazem crescer laços fortes de empatia e responsabilidade. Ao ajudar os outros, também nos transformamos. Nunca subestimes o poder dos pequenos gestos: o mundo muda, passo a passo, quando alguém decide que vale a pena cuidar dele.

Os benefícios do voluntariado e da solidariedade são amplos — e sentem-se tanto na sociedade como em cada indivíduo. A nível coletivo, fortalecem a união, promovem a coesão social e ajudam comunidades a recuperar em tempos difíceis. A nível pessoal, desenvolvem responsabilidade, maturidade, gratificação interior e renovam o propósito de vida. **Lembram-nos que cada gesto conta — e pode transformar.**



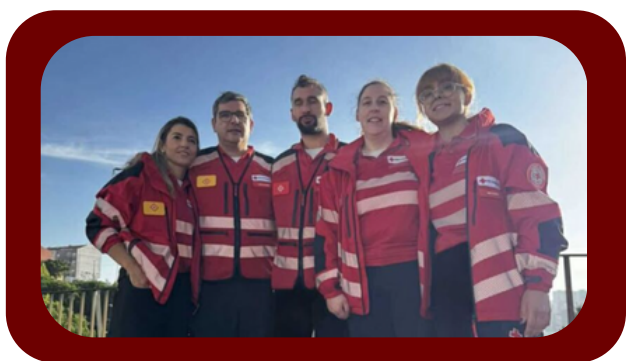
EBS Vilela

Notícias cá das terras...

VILELA

Título: 3.º lugar Delegação da Cruz Vermelha de Vilela no II Campeonato Nacional de Trauma

No dia 19 de outubro, a Delegação da Cruz Vermelha de Vilela conquistou 3.º lugar no II Campeonato Nacional de Trauma. Esta conquista é motivo de grande orgulho para toda a comunidade vilelense e um reconhecimento do profissionalismo, dedicação e espírito de equipa dos nossos voluntários.



A Junta de Freguesia de Vilela felicitou e endereçou os parabéns à Delegação da Cruz Vermelha de Vilela pela excelente prestação e reafirmou o seu apoio ao trabalho exemplar desenvolvido pela Cruz Vermelha de Vilela em prol da população.

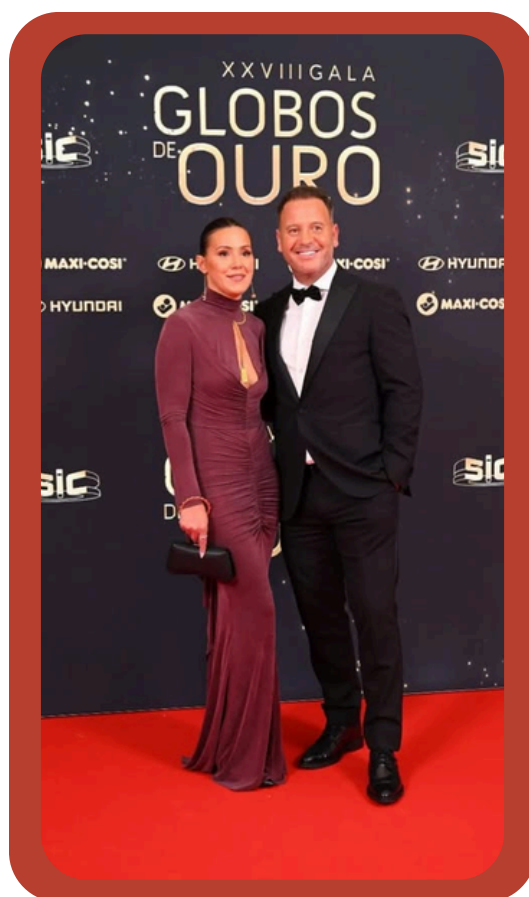
LORDELO

Cândido Costa em Lordelo: um lar com alma

O ex-futebolista e atual comentador televisivo Cândido Costa, conhecido pelo seu carisma, encontrou em Lordelo o local ideal para residir e construir a sua vida familiar.

Numa conversa descontraída, uma das principais referências do Canal 1 partilha os motivos que o levaram a escolher esta freguesia como lar, a forma como se sente acolhido e a relação próxima que desenvolveu com a comunidade local. Entre recordações de carreira e novos projetos, Cândido Costa destaca a simplicidade e autenticidade das pessoas de Lordelo, que o fizeram sentir-se “em casa” desde o primeiro dia.

A sua nova faceta na televisão levou-o a conquistar a estatueta dourada dos Globos de Ouro, na categoria Revelação.



Desporto & Emoção

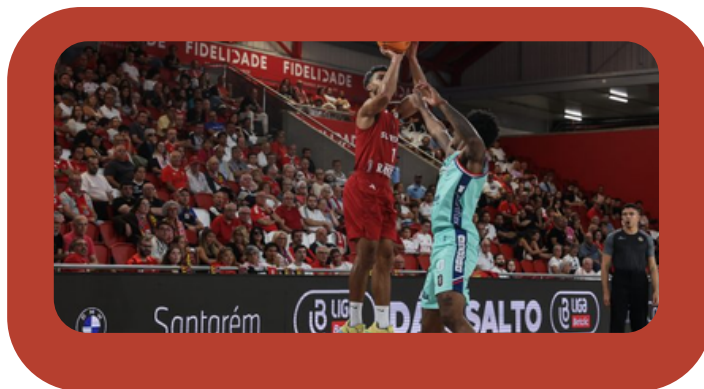
Novidades desportivas

Basquetebol

Em Portugal

O basquetebol não é um desporto exclusivo das américas. O basquetebol português continua firme e forte com grandes jogos e equipas invictas!

No passado dia 1 de novembro, foi finalizada a 4ª jornada da Liga Betclic e no topo do placar temos o Benfica que, após a derrota do Ovarense para o Sporting, torna-se a única equipa invicta de toda a liga, mantendo-se no topo com oito pontos totais. Será que o Benfica vai aguentar toda a pressão?



No estrangeiro

A nova temporada da NBA começou a toda a velocidade! Com apenas algumas semanas de jogos já podemos ver grandes arranques e talentos!



Na divisão oeste, o domínio dos Oklahoma City Thunder sobre as outras equipas é grande, com resultados impecáveis, 12 vitórias em 13 jogos! Um início incrível para esta equipa. Do outro lado, temos a divisão leste e no topo temos o Detroit Pistons, com 11 vitórias em 13 jogos, um feito impressionante. O destaque da equipa tem sido Cade Cunningham, um verdadeiro astro em campo.

Futebol

Campeonato Português

O campeonato português está ao rubro e promete emoção até ao fim! O FC Porto lidera a tabela com 31 pontos e continua invencível após dez jornadas, seguido do Sporting CP com 28 pontos e do SL Benfica com 25 pontos. A grande surpresa é o Gil Vicente, que ocupa o quarto lugar com 23 pontos e uma vitória importante no Estádio da Pedreira frente ao Braga SC, que, com apenas 16 pontos e uma campanha abaixo da média, é a desilusão até agora.

Nos destaques individuais, Vangelis Pavlidis (Benfica) lidera a lista de melhores marcadores com 9 golos, enquanto Dinis Pinto (Moreirense) é o rei das assistências com 6. Com jogos importantes e confrontos disputadíssimos até o último minuto, o campeonato Português demonstra o porquê de ser um dos mais competitivos não só da Europa mas sim no mundo todo.



Portugal na Europa

Já na Europa, mais precisamente na Liga dos Campeões, o Sporting CP sai de Turim com um ponto, somando 10 pontos e caminhando para uma classificação tranquila para a próxima fase da competição. O SL Benfica está classificado com 0 pontos, após quatro jornadas e ocupa uma posição muito abaixo na tabela muito devido ao sorteio muito difícil da equipa encarnada.



O FC Porto mostrou-se imbatível, até encontrar o Nottingham Forest. Com esta derrota os azuis e brancos somam 6 pontos, após 3 jornadas, ocupando o décimo quinto lugar. O SC Braga ganhou todos os jogos até à data, ocupando o segundo lugar. Até agora, as equipas portuguesas percorrem caminhos positivos na Europa o que contribui para a subida de Portugal no ranking da UEFA.

Futsal: 4 linhas, mil emoções

Vitória de Os Romanos por 4-2 frente ao Gramidense IFC marca o início de uma época cheia de emoção, esforço e espírito de equipa.

No futsal, há algo realmente especial no instante em que a bola começa a rolar. As quatro linhas transformam-se num mundo à parte, onde cada passe, cada remate, cada defesa e cada golo são vividos com uma intensidade incrível. O desporto é muito mais do que uma competição: é entrega, dedicação, união e, acima de tudo, emoção. É uma linguagem que todos nós entendemos, mesmo sem precisar dizer uma única palavra.

Dentro dessas linhas, aprendemos que o verdadeiro valor não está apenas na vitória, mas sim em lutar com coragem, respeitar os adversários e nunca desistir. A cada treino e a cada jogo, entendemos como a dedicação é importante e o esforço do grupo transformam momentos simples em algo inesquecível.

"Quando jogamos com o coração, o resultado é sempre positivo."

O desporto ensina-nos a trabalhar em equipa, a aceitar as derrotas e a celebrar as vitórias ambas com humildade. Ele mostra-nos que disciplina e compromisso são essenciais para o sucesso, tanto dentro quanto fora de campo.

Em apenas quatro linhas cabem milhares de emoções: o nervosismo que se sente antes do apito inicial, a alegria de um golo, a força e a dedicação do grupo e o orgulho de dar o nosso melhor. Porque quando jogamos com o coração, o resultado é sempre positivo.

Foi isso que aconteceu na 1.^a jornada do campeonato da Divisão de Honra Sub-17 da série 4. No dia 01 de Novembro, "Os Romanos" venceram por 4-2 à equipa Gramidense IFC, fora de casa. Os atletas deixaram tudo de si dentro de campo, mostrando a garra e união que definem a identidade do clube. Fora das quatro linhas, o clube trabalha incansavelmente na formação, transmitindo aos jovens os valores fundamentais da disciplina, do respeito e da cooperação dos atletas.

Esta vitória representa muito mais do que três pontos na tabela: é o reflexo das horas de treino, da dedicação e da paixão pelo futsal. Marcou também o excelente arranque de uma época que promete emoção, crescimento e conquistas — dentro e fora das quatro linhas. Que seja apenas o primeiro capítulo de uma história escrita com esforço, talento e espírito de equipa.

Os Romanos são a prova de que o desporto é feito de esforço, amizade e que, dentro das quatro linhas, cabem milhares de emoções.



Entrevista ao Presidente do Clube, Fábio Sousa

Há planos para investir mais na formação e nas camadas jovens?

R.: Na minha primeira época, como presidente, decidimos iniciar apenas com uma equipa sénior de futsal, para regressar às competições federadas com alguma prudência. Na época seguinte, 2025/2026, avançámos com a equipa sénior e uma equipa de formação no escalão de Sub-17. Para a próxima época, posso desde já adiantar que o nosso objetivo passa por aumentar para duas ou três equipas de formação, reforçando assim a nossa aposta nas camadas jovens.

Quais foram os maiores desafios enfrentados pela direção este ano?

R.: A época 2025/2026 está a ser muito desafiante, porque aumentamos o número de atletas inscritos em todas as modalidades — de 20 para cerca de 75. É um número quase quatro vezes superior ao da época anterior, o que exige uma organização e recursos humanos extraordinários. Desde já, deixo um agradecimento público a todos os que contribuem diariamente para este projeto.

Como é feita a gestão entre as equipas sénior e de formação?

R.: A gestão da modalidade de futsal está atualmente a cargo do Diretor Desportivo, João Cerqueira, que assumiu recentemente estas funções. A criação deste cargo surgiu da necessidade de centralizar responsabilidades numa pessoa com conhecimento, vontade e disponibilidade, que não integrasse a Direção, permitindo que eu e os restantes membros nos concentrássemos na evolução do clube enquanto estrutura. Assim, a gestão entre as equipas sénior e de formação passa pela coordenação do Diretor Desportivo, que delega nas diferentes equipas técnicas as responsabilidades diárias de cada grupo.

Entrevista ao jogador Mateus Mendes, ex-aluno da Escola Básica e Secundária de Vilela

Que papel tem tido o treinador no teu desenvolvimento como jogador?

R.: O treinador tem tido um papel fundamental, não só para mim, mas também para toda a equipa. Acho que melhoramos muito a nível psicológico, físico e na forma como jogamos. Temos um treinador muito bom, que joga há muitos anos e cujo pai também esteve ligado ao futsal. Acredito que é o treinador certo para esta equipa.

Como avalias o desempenho da equipa neste início de temporada?

R.: Apesar do bom resultado na primeira jornada, a equipa ainda tem margem para melhorar. Alguns jogadores são bastante rápidos a aplicar as técnicas que o treinador recomenda em campo, mas outros ainda precisam de evoluir. Como em todo o lado, há os que já estão num bom nível e os que ainda têm caminho a percorrer. Felizmente, ainda temos tempo para trabalhar e melhorar em todos os aspetos.

Desporto Escolar

Agrupamento de Escolas de Vilela celebra o Dia Europeu do Desporto Escolar com grande entusiasmo!

No passado dia 26 de setembro, o Agrupamento de Escolas de Vilela voltou a demonstrar o seu compromisso com a promoção de hábitos de vida saudáveis ao celebrar o Dia Europeu do Desporto Escolar.

Sob a orientação dos professores de Educação Física, foram dinamizadas diversas atividades desportivas que envolveram tanto as turmas com aulas de Educação Física como os alunos que, mesmo sem atividades letivas, quiseram juntar-se à celebração. No total, participaram cerca de 300 alunos na EBS de Rebordosa e 200 na EBS de Vilela.

O Dia Europeu do Desporto Escolar é uma iniciativa que vai muito além do simples exercício físico.



Pretende reforçar valores essenciais como a inclusão, a disciplina, o respeito, a entreatajuda e a socialização, mostrando que o desporto é também uma poderosa ferramenta de união e crescimento pessoal.

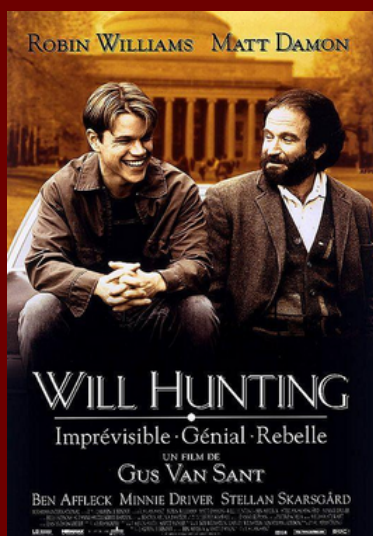
Filmes do Mês

Com o outono a trazer dias mais frios e perfeitos para uma boa sessão de cinema, "O Teu Jornal" apresenta-te dois filmes imperdíveis. Duas histórias que prometem aquecer o coração e despertar emoções. Descobre os filmes que vão dar ainda mais cor ao outono!



When Harry met Sally (1989)

O outono é a estação perfeita para filmes que nos aconchegam a alma e **When Harry Met Sally** é exatamente assim. Entre folhas douradas e conversas inesquecíveis, esta comédia romântica mostra como o amor pode nascer das amizades mais improváveis. É um filme leve e bonito, ideal para ver com uma manta, um chá quente e uma boa companhia. Uma obra clássica e intemporal que continua a provar que o amor, tal como o outono, tem a sua própria magia.



Good Will Hunting (1997)

Há filmes que nos tocam pela simplicidade e pela força das emoções e **Good Will Hunting** é um deles. Realizado por Gus Van Sant, este drama inspirador mostra que o verdadeiro talento não basta sem coragem para enfrentar o passado e acreditar em si mesmo. Com diálogos intensos e momentos de pura humanidade, o filme recorda-nos que todos precisamos de alguém que nos ajude a ver o que realmente valemos. Uma história com alma, ideal para rever quando precisamos de esperança e de um empurrãozinho para seguir em frente.

Músicas do Mês

Com o outono a pintar os dias de tons quentes e nostálgicos, nada melhor do que duas músicas para combinar com o clima da estação. Este mês traz melodias que aquecem o coração e letras que fazem pensar, perfeitas para ouvir enquanto a chuva cai lá fora.



Carta (2012)

Tiago Bettencourt



Video Games (2012)

Lana Del Rey

Relembramos que no fim deste ano letivo iremos disponibilizar uma playlist com as músicas de todas as edições!

Receita do Mês

Pumpkin Pie (Tarte de Abóbora)

Ingredientes:

- Para a base:
 - 1 base de massa quebrada ou folhada (de compra ou caseira)
- Para o recheio:
 - 500 g de abóbora limpa e cortada em pedaços
 - 150 g de açúcar amarelo
 - 3 ovos
 - 200 mL de natas
 - 1 colher (chá) de canela em pó
 - ½ colher (chá) de noz-moscada (opcional)
 - Raspa de 1 laranja (ou limão, se preferires)
 - 1 colher (sopa) de manteiga
 -



Modo de preparação:

1. Pré-aquece o forno a 180 °C.
2. Coze a abóbora em água durante cerca de 15 minutos, até ficar macia. Escorre bem e deixa arrefecer.
3. Esmaga a abóbora com um garfo ou tritura até obter um puré.
4. Junta a manteiga, o açúcar, a canela, a noz-moscada e a raspa de laranja. Mistura bem.
5. Adiciona os ovos um a um, mexendo entre cada adição, e depois junta as natas. Envolve até obteres um creme homogéneo.
6. Forra uma tarteira com a massa quebrada, pica o fundo com um garfo e verte o recheio por cima.
7. Leva ao forno por cerca de 35-40 minutos, até o recheio estar firme e levemente dourado.
8. Deixa arrefecer antes de desenformar. Podes polvilhar com canela ou açúcar em pó antes de servir.

Bom apetite! 😊



Meme do Mês



SIX

SEVEN



O meme tornou-se tão popular que o implementaram num emote do jogo **Clash Royale**.

Passatemplos

(Soluções na próxima edição)

Adivinhas:

Fácil

Qual é a coisa, qual é ela, quem a dá
fica com ela?

Médio

Tenho rabo, mas não sou cão
Não tenho asas, mas sei voar
Se me largarem, não subo,
Mas saio ao vento a brincar.
Quem sou eu?

Dois homens estão no deserto. Ambos
estão com uma mochila nas costas. A
mochila de um está aberta e vazia. A
mochila do outro está fechada e guarda
alguma coisa. Um dos homens está
morto. O que há dentro da mochila
fechada?

Difícil:

Tens-me antes de me dares; quando me
tens não me queres; quando me queres
não me tens. O que sou?

Sopa de letras

Z N A T A L P R E S E N T E
E L A R E T S E M A G O S R
S N I N O A F R I O J E S U
U I I H P A Z L U Z E S O E
S F N O I T E I L L A M A T
M I G R N E V E N H E I R I
A N E R O E C E I A T N N H
G L U Z E S R A L E S T R E
O P I N H E I R O M E S U J
S A Z A N O F A M I L I A N
R I O T A L A N A V E N E P
E S N E T N E S E R P L I R
N L U Z E S N A T A L S E O
A J E S U S E R E N A I O N
F R I O M A G O S C E I A Z



Passatemplos



Videojogos



Hogwarts Legacy- Para os fãs do universo Harry Potter, *Hogwarts Legacy* é uma experiência mágica e envolvente. Passado muito antes dos livros e filmes, o jogador assume o papel de um estudante de Hogwarts (que pode personalizar ao seu gosto) que descobre possuir uma ligação especial com a magia antiga. Com um vasto mundo aberto, cheio de segredos, feitiços e criaturas fantásticas, o jogo permite explorar livremente o castelo, preparar poções e enfrentar desafios mágicos. Visualmente deslumbrante até à atualidade e com uma história original, é uma das produções mais imersivas da atualidade.



Escape the Backrooms- Inspirado numa das lendas urbanas mais conhecidas da internet, *Escape the Backrooms* leva o jogador para um labirinto infinito de corredores amarelos, onde por vezes zumbem incessantemente e outras um silêncio perturbador. O objetivo é simples: encontrar uma saída antes que o medo te apanhe. Cada nível apresenta um ambiente diferente, repleto de mistério e tensão crescente. A atmosfera claustrofóbica é perfeita para quem gosta de jogos de terror psicológico e exploração.

Agenda cultural

Plano Cultural de Escola 2025-2026

Bienal Cultura Educação 2025-2026 sobre o tema "E em vez do medo?"

Câmara Municipal de Paredes



Hora do Conto- Páginas de imaginação

20 novembro|10h00 e 14h30

Biblioteca Municipal

Sebastião regressa a casa, de Nuno Markl

Concerto inspirado na obra de Daniel Faria

22 novembro| 21h30

Igreja Matriz de Paredes

Composição de autoria de:

Francisco Ribeiro, Gabriel Costa

e Luís Oliveira

Parceria do Conservatório de Música de Paredes

**Magazine Cultural de
Paredes Novembro| 2025**



A moda da estação



Luís Zaqueu Bonilha

Ficha Técnica

Organização e revisão textual:

Clementina Santos, professora

Ilustração:

Íris Sousa 11VA

Luís Zaqueu Bonilha

Edição digital:

Teresa Seabra 11VA

Afonso Cruz 11VA

Filip Dias 11VA

Lara Leal 10VB

Difusão digital - Instagram:

Filipa Dias 11VA

Teres Seabra 11VA

Redatores:

Sofia Clara Souza Brito 11VB

Leonor Rocha 10VB

Benedita Ferreira 10RB

Filipa Dias 11VA

Fábio Brito 9VA

Nuno Silva 9VA

Lara Leal 10VB

Leonor Fonseca 10VB

Mariana Silva 10RD

Leonor Leal 10VB



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE VILELA



Ficha Técnica

Redatores:

Mara Silva 11VB

Ivo Mota 9VA

Rodrigo Santos 9VA

Madalena Pacheco 10 RB

Filipa Dias 11VA

Teresa Seabra 11VA

Afonso Cruz 11VA

Gabriel Moreira 11VA

Jorge Leal 11VA

Sérgio Pacheco 11VA

Pedro Sousa 11VA

Diana Bessa 11VA

Mara Silva 11VB

Mentoria e revisão textual e gráfica:

Clementina Santos

Colaboração:

APPEA

Margarida Gouveia

APEE (Associação de Pais e Encarregados de Educação)

Alunos da Mobilidade do Projeto Europeu “Fado and Sicilian Popular Song”

Equipa PAA



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE VILELA



REPÚBLICA
PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

