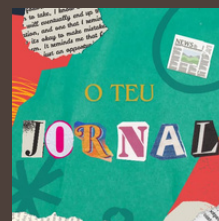


# O Teu Jornal - AEV



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE VILELA

N.º 10 | JANEIRO 2026  
JORNAL MENSAL



## Notícias da Escola

Primavera a Ler Concurso  
de Leitura- Fase Escola

Pág. 4

## Ideias & Reflexões

Influência do pensamento  
crítico num mundo à beira  
da mudança.

Pág. 12

## Erasmus +

Como é que promove a  
interculturalidade?

Pág. 26

## Tira Humorística

Aceitar a diferença faz  
toda a diferença...

Pag. 36

# Sumário

- **Notícias da Escola**
  - Uma árvore de Natal que une países da Europa
  - Primavera a ler- Concurso de Leitura- Fase Escola
- **Desporto Escolar**
- **Campeonato Vilela 4 Sports**
- **Erasmus+**
  - Como é que promove a interculturalidade?
- **Notícias cá das Terras**
  - Boavista *Cycling Team* apresenta nova época com a Feira dos Sofás
  - 3.ª Jornada da Liga Boccia Sénior reúne cerca de 300 participantes em Lordelo
- **Desporto em Portugal e no Mundo**
- **Ideias & Reflexões**
  - A leitura como prática cultural: uma análise intercultural das políticas de incentivo à leitura em diferentes países
  - Influência do pensamento crítico num mundo à beira da mudança
  - Venezuela, Gronelândia e as ambições geopolíticas dos EUA em 2026
  - Impacto da literatura na mudança do pensamento
  - Heterogeneidade e Interculturalidade num mundo globalizado
  - Estudar, Ler e Resistir: aprendizagem escolar em ambiente de dificuldades
  - Eleições Presidenciais 2026: o olhar de uma adolescente
  - Aprender Línguas para Abrir Portas ao Mundo
  - Alunos de Origem Estrangeira: Desafios e Integração nas Escolas
- **Cenas do Mês**
  - Filmes do mês
  - Músicas do mês
  - Receita do mês
  - Meme do mês
  - Livro do mês
- **Sugestões temáticas:**
  - Videojogos
- **Passatempos**
- **Soluções dos passatempos da edição anterior**
- **Agenda cultural**
- **Tira humorística**
- **Ficha Técnica**

# Notícias da Escola

## Uma árvore de Natal que une países da Europa



Ao longo do presente ano letivo, o Clube Europeu do Agrupamento de Escolas de Vilela participou num projeto europeu muito especial, o *European Christmas Tree Decoration Exchange 2025*. Esta iniciativa reuniu várias escolas de diferentes países com o objetivo de partilhar culturas e tradições através do Natal.

A cada escola foi atribuída a tarefa de criar decorações natalícias que representassem o seu país. A nossa escola escolheu a sardinha, um símbolo bastante conhecido da cultura portuguesa, ligado à nossa história, tradições e gastronomia. As decorações, feitas pelos alunos, foram enviadas para as escolas participantes espalhadas pela Europa.



Para acompanhar as decorações, os alunos prepararam também um postal e um *ebook*, onde deram a conhecer um pouco mais sobre Portugal e sobre a nossa escola. Estes elementos ajudaram a fortalecer a ligação entre os participantes e a tornar a troca ainda mais significativa.



No mês de dezembro, após receber as decorações enviadas pelas outras escolas europeias, foi montada na nossa escola uma árvore de Natal europeia. Esta árvore foi decorada com os enfeites dos diversos países e simboliza a amizade, a diversidade cultural e a união entre os povos europeus, reforçando que, mesmo com culturas diferentes, partilhamos valores comuns.

# Primavera a Ler- Concurso de Leitura- Fase Escola

## Atenção comunidade!

O Concurso de Leitura está quase a começar, agora na fase escola. Os alunos com os três melhores resultados em cada ciclo irão representar o AEV na fase municipal. Boas leituras!



**Para mais informações, dirige-te à Biblioteca.**



# Desporto Escolar

O desporto escolar é muito importante para os adolescentes, não só para a saúde física, mas também para a mental.

Nesta fase da vida, estamos a crescer, a mudar e a tentar perceber quem somos, e o desporto ajuda imenso nisso. Fazer exercício regularmente ajuda a manter o corpo saudável, melhora a condição física e ajuda a prevenir problemas como o sedentarismo ou a obesidade.

Além disso, o desporto escolar ensina valores importantes, como o trabalho em equipa, o respeito pelos outros, a responsabilidade e a disciplina. Quando jogamos numa equipa, aprendemos a lidar com vitórias e derrotas, a respeitar regras e a apoiar os colegas. Isso ajuda-nos não só na escola, mas também na vida fora dela.

O desporto também é uma boa forma de aliviar o stress causado pelos testes, trabalhos e pressões do dia a dia. Ajuda a melhorar o humor, a autoestima e até a concentração nas aulas.

Para muitos alunos, é um momento em que se sentem bem consigo próprios.

Por tudo isto, o desporto escolar deve ser valorizado e incentivado, porque contribui para que os adolescentes sejam mais saudáveis, confiantes e felizes.

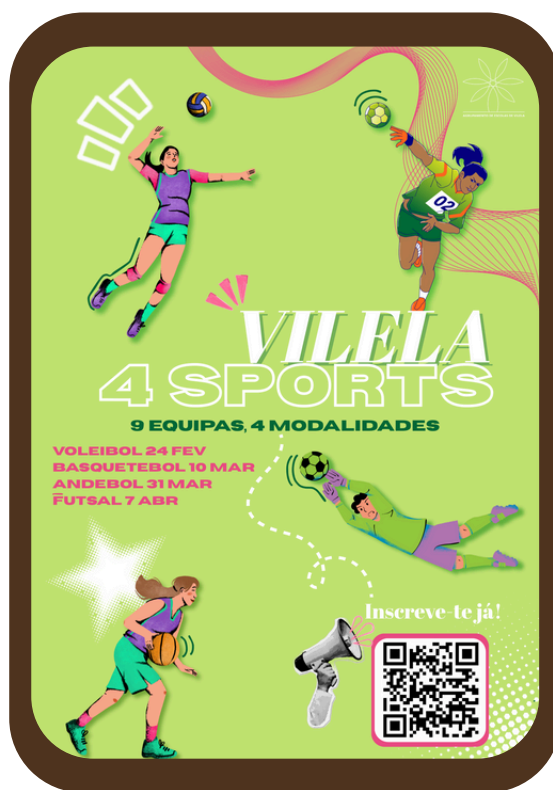


# Campeonato Vilela 4 Sports

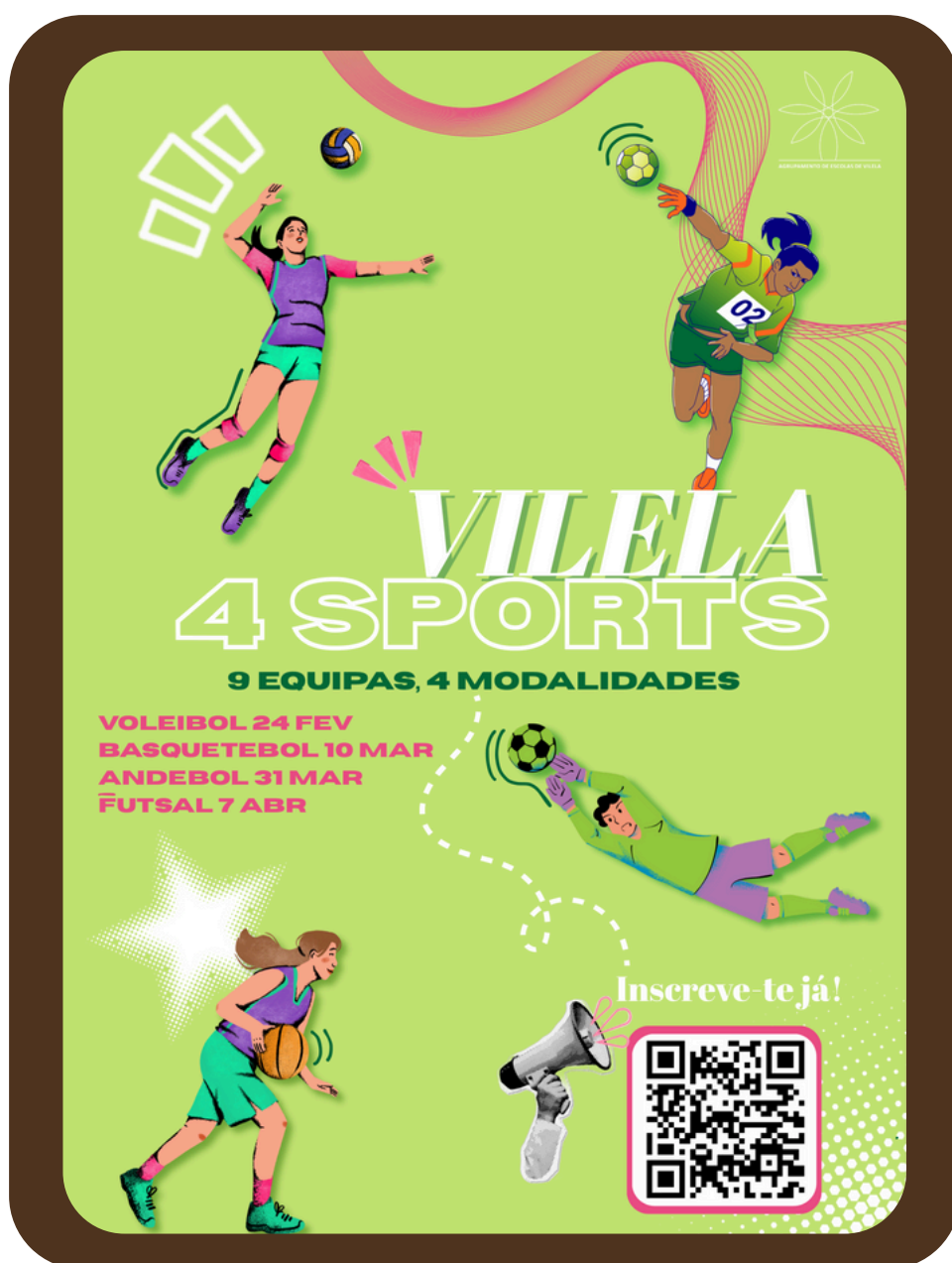
Entre os meses de fevereiro e abril de 2026, a Escola Secundária de Vilela irá promover o Campeonato Escolar Vilela 4 Sports, uma iniciativa que tem como principal objetivo incentivar a prática regular de atividade física e reforçar valores como o trabalho de equipa, o respeito e o fair play no contexto escolar. Organizado pelo Agrupamento de Escolas de Vilela, pelo Departamento de Educação Física e pelo Núcleo de Estágio da UMAIA, este campeonato dirige-se a todos os alunos do ensino secundário, do 10.º ao 12.º ano, permitindo a formação de equipas com elementos de diferentes turmas.

Ao longo do campeonato, os participantes terão a oportunidade de competir em quatro modalidades coletivas: voleibol, basquetebol, andebol e futsal. As modalidades serão distribuídas por diferentes datas e realizadas no Pavilhão Desportivo da escola, sempre no período da tarde. Esta diversidade de modalidades permite não só uma maior participação dos alunos, como também o desenvolvimento de diferentes competências motoras, cognitivas e sociais, tornando a competição mais equilibrada e completa.

A estrutura do torneio foi pensada de forma a garantir uma participação organizada e justa, com equipas distribuídas por grupos e um sistema de jogos que permite que todas compitam ao longo das várias semanas. Paralelamente à vertente competitiva, o campeonato valoriza de forma clara a inclusão e o comportamento responsável, exigindo uma participação equilibrada de alunos e alunas nas equipas e promovendo atitudes de respeito entre colegas, adversários e árbitros.



Para mais informações sobre o campeonato, incluindo o calendário detalhado, as regras de participação e o regulamento completo, deves consultar o email enviado pela organização, onde se encontra toda a informação necessária relativa a esta atividade, bem como os contactos para eventuais esclarecimentos. As vagas de inscrição são limitadas, pelo que, se tiveres interesse em participar, deves inscrever-te o mais rapidamente possível para garantires o teu lugar no campeonato.



# Notícias de cá das Terras

## ***Boavista Cycling Team apresenta nova época com a Feira dos Sofás***

A equipa profissional de ciclismo revelou a sua estrutura para 2026 num evento marcado pela tradição, pela inovação e por uma forte ligação ao território de Paredes.

A apresentação oficial da Boavista Cycling Team – Feira dos Sofás decorreu no Mosteiro de Vilela, em Paredes, um espaço histórico que, tal como a equipa, vive um processo de renovação e reinvenção. O evento reuniu atletas, treinadores, dirigentes, autarcas e parceiros, num momento que assinalou o arranque de uma nova etapa para uma das formações mais emblemáticas do ciclismo português. Esta equipa foi formada nos anos 60 e esteve presente em inúmeras edições da Volta a Portugal.



A cerimónia destacou não apenas a nova identidade visual (novos equipamentos, cores, logótipo) e a frota de viaturas renovada, mas também a integração da equipa de BTT (Bicicleta todo-o-terreno) e a criação de um futuro centro logístico no concelho de Paredes.

Esta ligação ao território reforça o projeto com a comunidade local e com o setor do mobiliário, representado pelo novo patrocinador principal, a Feira dos Sofás.

Entre as novidades apresentadas, sobressaíram as mudanças internas: um novo diretor desportivo, uma estrutura técnica reorganizada e os chefes de fila que irão liderar a equipa na época 2026 – Pedro Silva, David Domínguez, Fábio Costa e Iker Bonillo. A presença do presidente da Federação Portuguesa de Ciclismo, Cândido Barbosa, sublinhou a importância do momento para o panorama nacional da modalidade.



### 3.ª Jornada da Liga Boccia Sénior reúne cerca de 300 participantes em Lordelo

A terceira jornada da Liga Boccia Sénior – Mais Vida Ativa voltou a destacar a força do desporto inclusivo no concelho de Paredes, num encontro marcado pelo convívio, pela vitalidade e por uma forte ligação à comunidade sénior.

A iniciativa decorreu no passado dia 14, no Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, um espaço emblemático do concelho que, tal como o programa Mais Vida Ativa, tem vindo a afirmar-se como ponto de encontro para atividades que promovem saúde, participação e bem-estar. O evento juntou cerca de 300 seniores das Juntas de Freguesia e IPSS do concelho, num ambiente de entusiasmo e espírito competitivo saudável.



A jornada evidenciou não apenas o crescimento contínuo da modalidade entre a população sénior, mas também o reforço da dinâmica comunitária que o programa municipal tem vindo a construir. O boccia, pela sua natureza acessível e inclusiva, continua a ser uma ferramenta essencial para estimular a mobilidade, a socialização e a autoestima dos participantes.

Entre os momentos mais marcantes estiveram os jogos disputados ao longo do dia, a interação entre equipas de diferentes instituições e o envolvimento dos técnicos e monitores que acompanham o projeto

Concluindo, o Boccia não é apenas importante para o bem-estar e a saúde, mas também para a inclusão, socialização e autoestima.



# Desporto em Portugal e no Mundo

## Basquetebol

### Em Portugal

Com o encerramento da 13ª jornada da liga betclio masculina e a 14ª a bater à porta o basquetebol Português está no seu auge! O Benfica continua forte no placar de classificações, mas o Sporting finalmente alcançou o topo, estando empatado com o Benfica com 22 pontos.

O MVP desta jornada foi Javian Davis.

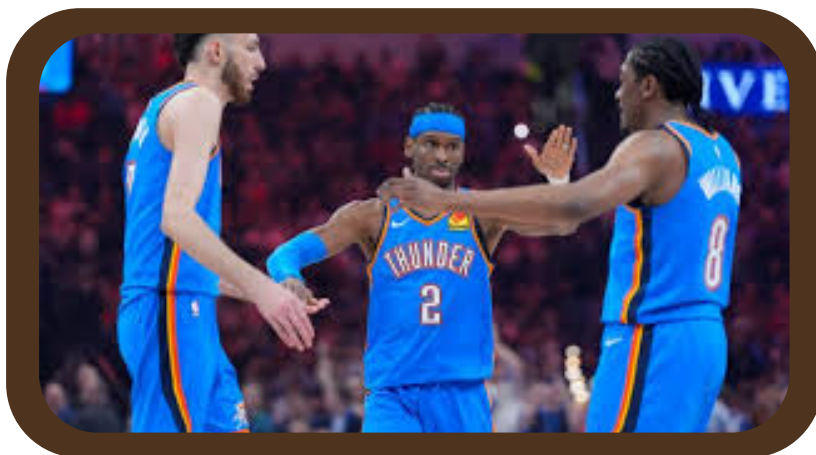


### No estrangeiro

A temporada atual da NBA continua com grandes surpresas. Com o desenrolar dos jogos o topo do placar parece ter se estabelecido com grandes equipas a liderar.

Do outro lado do Atlântico, temos a temporada de 25/26 da NBA. Na divisão Oeste, temos *Detroit Pistons* que, com 32 vitórias em 43 jogos, avança cada vez mais para a vitória, será difícil retirá-los do topo.

Já na divisão Leste, o *Oklahoma City Thunder*, sem nenhuma surpresa, mantém-se no topo com 37 vitórias em 46 jogos, uma equipa praticamente imparável na busca pela vitória. Esta temporada continua a todo o vapor, portanto não percas os próximos jogos!



# Futebol

## Campeonato Português

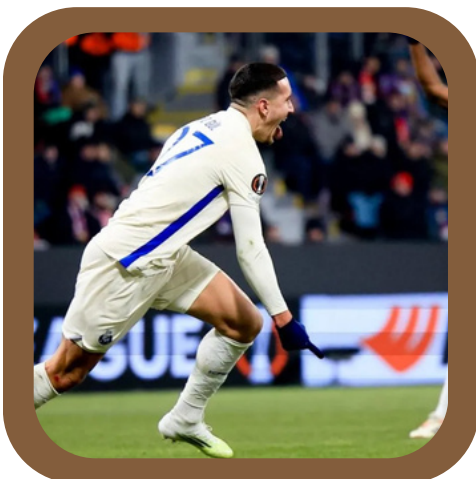
Chegámos finalmente à primeira metade do campeonato e as equipas continuam cada vez mais sedentas pelos três pontos em cada jornada. O FC Porto mantém-se imbatível na liderança, com um registo notável de apenas quatro golos sofridos até ao momento. A solidez defensiva dos dragões é sustentada por pilares e líderes como os Polacos Bednare e Kiwior e a nova promessa de 41 anos Thiago Silva.

As equipas lisboetas seguem na perseguição, com o Sporting CP a somar 45 pontos e o SL Benfica a ocupar a terceira posição com 42. O Gil Vicente continua firme no quarto lugar, sem qualquer derrota nos últimos cinco jogos, embora com apenas uma vitória nesse período, totalizando 31 pontos. Na Allianz Cup, ambas as equipas de Lisboa foram derrotadas pelo SC Braga e pelo Vitória SC, tendo este último conquistado o troféu em Leiria após uma vitória por 2-1.



## Na Europa

Já nas competições europeias, o Sporting CP continua em busca da qualificação direta para os oitavos de final da Liga dos Campeões, após somar uma vitória histórica em casa frente ao atual campeão Paris Saint-Germain, por 2-1. Os leões ocupam agora a 10.<sup>a</sup> posição, com 13 pontos.



Quanto ao SL Benfica, uma vitória difícil em Turim acabou por complicar de forma significativa a passagem à próxima fase, ficando agora a equipa encarnada a necessitar de um triunfo em casa frente ao Real Madrid na próxima jornada. Relativamente ao FC Porto, o empate frente ao Viktoria Plzen dificulta a qualificação direta para os oitavos de final da Liga Europa. Ainda assim, uma vitória em casa frente à formação escocesa do Rangers poderá garantir esse apuramento direto.



# Ideias & Reflexões

## Influência do pensamento crítico num mundo à beira da mudança

À beira de uma mudança que ultrapassa fronteiras, culturas e gerações, o planeta vive um dos períodos mais decisivos da sua história. Nunca a humanidade dispôs de tantos meios para comunicar, produzir e redirecionar a realidade e, paradoxalmente, continua excessivamente exposta à desinformação, à superficialidade e à fragilidade do juízo coletivo. É neste cenário instável que o pensamento crítico assume um papel determinante e motivador à evolução humana.

Pensar criticamente é recusar a submissão automática às narrativas dominantes, sejam elas políticas, mediáticas ou tecnológicas. Para isso, é necessário interrogar o que se apresenta como evidente, desmontar o que se afirma como inevitável e analisar o que se impõe como verdade universal e única. Num mundo globalizado, onde decisões tomadas num ponto do planeta se repercutem em todos os outros, a ausência de pensamento crítico deixa de ser um problema individual para se tornar uma ameaça coletiva.



A história demonstra que as grandes crises não nascem apenas da escassez de recursos ou dos conflitos armados, mas também da incapacidade das sociedades de questionar os seus próprios rumos. Regimes autoritários, colapsos económicos e catástrofes humanas foram, muitas vezes, alimentados por massas que aceitaram sem reflexão discursos cativantes ou promessas vazias. O pensamento crítico é, por isso, uma força silenciosa de resistência para proteger a dignidade humana contra a manipulação e preservar a liberdade, numa sociedade cada vez mais conformista.



Num mundo com mudanças aceleradas, onde a inteligência artificial, a tecnologia e a exploração do espaço redesenham os limites do possível, o pensamento crítico torna-se ainda mais urgente. Não basta criar, é preciso compreender as consequências do que se cria. Não basta inovar, é necessário avaliar a capacidade de manuseamento daqueles que a recebem e a que custo. O progresso sem reflexão pode transformar-se em ameaça, e a técnica sem ética pode conduzir à desumanização.

Assim, a influência do pensamento crítico num mundo à beira da mudança é profunda e estrutural. O pensamento crítico e reflexivo não orienta apenas escolhas individuais, mas sustenta o equilíbrio das sociedades e a continuidade da própria humanidade. Pensar criticamente é assumir a responsabilidade pelo futuro, recusando o comodismo e escolhendo a evolução orientada. Num tempo de incerteza, como o que vivemos, o pensamento crítico não é apenas uma escolha, mas a arma necessária para combater a demagogia.

## **Venezuela, Gronelândia e as ambições geopolíticas dos EUA em 2026**

**É urgente refletir sobre os limites do poder e a necessidade de proteger a ordem global**

Na conjuntura atual, marcada por rápidas mudanças e conflitos crescentes, a política internacional tornou-se cada vez mais tensa e imprevisível. É neste cenário que surgem ligados três nomes e lugares muito distantes, “Trump”, “Venezuela” e “Gronelândia”. Apesar da distância geográfica, estes elementos fazem parte do mesmo jogo de poder, onde os interesses frequentemente convergem. Esta ligação mostra como as decisões de um líder podem afetar regiões distantes e revelar a importância do Direito Internacional.

A ofensiva militar ordenada pelos EUA contra a Venezuela, no início de janeiro, que culminou na captura do presidente Nicolás Maduro, não foi um simples episódio regional. Trata-se de um momento simbólico e estratégico que demonstrou a capacidade de Washington de empregar força direta em prol dos seus interesses geopolíticos e económicos, sob a justificação oficial de combater o narcotráfico e defender os valores democráticos.



Alguns dias após a operação na Venezuela, Trump demonstrou ainda mais interesse na Gronelândia, território autónomo dinamarquês estrategicamente situado no Ártico e aliado da NATO (Aliança do Tratado Atlântico Norte). Repetidas declarações sobre a necessidade dos Estados Unidos "possuírem" a ilha por motivos de segurança, acompanhadas de ameaças de tarifas económicas contra países europeus que se opõem a essa pretensão, intensificaram o impasse e agravaram a crise diplomática que ameaça enfraquecer alianças históricas.

Em Nuuk, capital da Gronelândia, milhares de cidadãos marcharam em defesa da soberania, sublinhando que a "Gronelândia não está à venda".

Na contemporaneidade, as potências procuram reconstruir zonas de influência e acesso a recursos naturais, rotas marítimas e posições geoestratégicas antigas. Neste contexto, é fundamental a diplomacia e o respeito pelo Direito Internacional para evitar novas guerras. A pretensão de Trump em relação à Gronelândia mostra que, regiões outrora consideradas periféricas, são agora focos de ação.

Num mundo em que decisões de um único líder podem redesenhar fronteiras, influenciar mercados e desafiar normas internacionais, torna-se urgente refletir sobre os limites do poder e a necessidade de proteger a ordem global.

# Impacto da literatura na mudança do pensamento

Ao longo da história, a literatura não tem sido apenas um reflexo da sociedade, mas também o impulsionador da transformação intelectual e cultural dos homens e mulheres que as habitam. Livros, poemas e peças de teatro moldaram consciências, desafiaram dogmatismos e abriram novas fronteiras do pensamento, mostrando que a palavra escrita pode ser tão poderosa quanto qualquer ato político ou social. Em tempos de crise ou de mudança, a literatura emerge como uma força capaz de questionar, desconstruir e reconstruir percepções.

Ao longo da história, a literatura não tem sido apenas um reflexo da sociedade, mas também o impulsionador da transformação intelectual e cultural dos homens e mulheres que as habitam. Livros, poemas e peças de teatro moldaram consciências, desafiaram dogmatismos e abriram novas fronteiras do pensamento, mostrando que a palavra escrita pode ser tão poderosa quanto qualquer ato político ou social.



Em tempos de crise ou de mudança, a literatura emerge como uma força capaz de questionar, desconstruir e reconstruir percepções.

O impacto da literatura é particularmente evidente na forma como estimula o pensamento crítico. Ao expor o leitor a múltiplas perspectivas, a complexidade de personagens e dilemas morais, a escrita provoca reflexão sobre o próprio mundo e sobre si mesmo. Obras clássicas, como os romances de Dostoiévski ou a poesia de Pessoa, não se limitam a narrar histórias, convidam à introspeção e ao debate ético, social e político, influenciando a forma como sociedades inteiras percebem os conceitos de “liberdade”, “justiça” e “humanidade”.

**Leitura: o hábito que fortalece a mente e alimenta a alma**

Além disso, a literatura tem o poder de questionar estruturas estabelecidas e de inspirar movimentos de mudança. Em períodos de opressão, livros censurados ou clandestinos tornaram-se símbolos de resistência. A leitura tornou-se num ato de coragem, e a escrita, uma arma para a transformação. Ao confrontar preconceitos e expor desigualdades, a literatura provoca alterações na consciência coletiva de cada sociedade, fomentando o surgimento de novas ideias que, com o tempo, podem transformar leis, costumes e políticas.



A um nível global, a literatura também funciona como ponte entre culturas e épocas. Através da tradução e circulação de textos e ideias é possível influenciar pensamentos e debates em regiões distantes. Assim, a literatura transcende fronteiras geográficas e temporais, tornando-se um veículo de universalização do conhecimento e da empatia. Cada leitura torna-se, nesse sentido, um ato de conexão com a humanidade em toda a sua complexidade.

Num mundo em que a informação circula sem precedentes, mas nem sempre com profundidade, a literatura permanece como um espaço de reflexão crítica e resistência intelectual. Desta forma, ensinando-nos que questionar, imaginar e pensar são passos indispensáveis para qualquer mudança significativa. Ao transformar mentes, a literatura transforma sociedades, demonstrando que palavras têm o poder de moldar o mundo, frase a frase, página a página.

## **Heterogeneidade e Interculturalidade num mundo globalizado**

Num mundo cada vez mais interligado, onde distâncias físicas se encurtam e culturas se encontram de forma quase instantânea, a coexistência da heterogeneidade e da interculturalidade surge como um desafio e uma necessidade.



No contexto da globalização, a interação entre culturas é inevitável e enriquecedora, envolvendo ideias, práticas e perspectivas que se transformam e inspiram novas formas de pensamento. Sem ela, a globalização corre o risco de homogeneizar experiências, apagando tradições, saberes e modos de vida que conferem profundidade à história humana.



A interculturalidade, por outro lado, promove o diálogo, o entendimento e a convivência entre culturas distintas. Esta não pretende diluir diferenças, mas criar pontes de comunicação e respeito mútuo. Num mundo globalizado, a interação entre culturas é inevitável e enriquecedora, seja de ideias, práticas ou perspectivas que se transformam e inspiram novas formas de pensamento. Contudo, para que essa troca seja genuína, é necessário valorizar a heterogeneidade, pois só preservando a diversidade se estabelece um verdadeiro intercâmbio entre culturas. A necessidade de heterogeneidade torna-se evidente quando se observa a história das civilizações. Sociedades que perderam as suas identidades culturais em nome da uniformidade ou da assimilação, muitas vezes, pagaram com o desaparecimento de saberes tradicionais, línguas e formas de organização social. A diversidade não é simbólica, mas sim uma questão estrutural que garante a conservação da pluralidade de perspectivas capazes de enfrentar desafios complexos, desde a política à ciência, passando pela arte e educação.

A interculturalidade, aplicada de forma consciente, transforma essa pluralidade em força. A troca entre culturas permite questionar preconceitos, impedir guerras e promover reformas sociais. Num espaço globalizado, onde as ideias circulam sem precedentes, a interculturalidade torna-se num mecanismo de coesão e aprendizagem coletiva, fortalecendo sociedades mais resilientes e tolerantes.

Portanto, a coexistência da heterogeneidade e interculturalidade não é apenas desejável, mas fulcral. Manter a diversidade cultural enquanto se estimula o diálogo entre culturas é a condição necessária para que a globalização não se torne num processo de uniformização, mas de enriquecimento mútuo. Num mundo onde fronteiras físicas e simbólicas se dissolvem, manter a singularidade e respeitar o outro é essencial para construir uma humanidade consciente, capaz de valorizar suas tradições.

# Estudar, Ler e Resistir: aprendizagem escolar em ambiente de dificuldades

A escola é um espaço de descobertas, mas também de desafios. Entre testes, prazos a cumprir e expectativas, surgem dificuldades que vão desde a falta de concentração até a desmotivação. Nesse contexto, os métodos de estudo e a literatura podem tornar-se aliados importantes no processo de aprendizagem.

Muitos alunos enfrentam problemas por não saberem como estudar. Técnicas como a organização do tempo, o uso de métodos ativos e revisões espaçadas ajudam a transformar o estudo num hábito mais eficiente. Quando o estudante aprende a estudar de forma estratégica, a escola deixa de ser apenas um lugar de cobrança e passa a ser um espaço de construção pessoal.

A literatura, por sua vez, desempenha um papel essencial nesse processo. Ler romances, contos e poemas amplia o vocabulário, melhora a interpretação de texto, desenvolve o pensamento crítico e a sensibilidade estética e pode servir como um hobby para descontrair.

Apesar disso, as dificuldades escolares não podem ser ignoradas. Fatores emocionais, sociais e até familiares interferem diretamente com o rendimento escolar. Quando a escola reconhece essas dificuldades e incentiva o uso de métodos de estudo diversificados e oferece apoios, aprender torna-se mais humano e acessível.



# **A leitura como prática cultural: uma análise intercultural das políticas de incentivo à leitura em diferentes países**

Livros são mais do que folhas com palavras, são fonte de conhecimento e identidade cultural, o que se torna essencial nos dias de hoje, visto que a percentagem de desconhecimento sobre o país e o mundo tornou-se maior entre a população jovem. A leitura, para além do seu peso na área escolar, tem também um grande peso na área cultural de cada país (em especial, em determinados contextos históricos e políticos).

A análise das políticas de incentivo da leitura dá-nos a conhecer de que modo os vários países, nomeadamente a Finlândia, França, Portugal e Brasil, a promovem:



- A Finlândia regista índices de leitura elevados, comparativamente com os restantes países (nível mundial). O país investiu em bibliotecas públicas e de convívio, onde os que as frequentam podem articular cultura, educação e meio social. Este país também incentiva a leitura desde a infância, não só no âmbito escolar, mas também no meio familiar, ajudando a classificar o hábito não só como obrigação, mas como um prazer relaxante do dia a dia. Esta política ajudou a melhorar a imagem académica do país, na qual a leitura surge como elemento da igualdade social.
- Em França, o hábito/passatempo de ler é considerado um direito cultural e um bem público. O país estabeleceu mecanismos de regulação do mercado editorial, como a lei “Lei Lang” ou “Lei do preço fixo”. Esta foi aprovada em 1981, com o objetivo de estabelecer um preço fixo aos livros, dando maior acesso à prática da leitura nas diferentes classes sociais. O estado acredita que o investimento em bibliotecas públicas e programas de mediação e incentivo da leitura darão origem a cidadãos mais críticos e a uma população culta. Estas ações refletem o conceito da leitura como bem público, essencial para o acesso à cultura do país.

- Em Portugal, estudos sociológicos, da DGLAB, indicam que o hábito de ler tem diminuído de um modo significativo, contudo Portugal está a formar mais leitores (especialmente entre a geração jovem), visto que comparativamente com 2023, 76% dos jovens portugueses (15-24 anos) leram pelo menos um livro em 2024, o que é um grande sinal do desenvolvimento cultural. A intensidade da leitura, no entanto, diminuiu, sugerindo que, devido às formas mais acessíveis de obter informação (meio digital), a leitura passou a ser mais esporádica. Segundo a DGLAB a média de livros lidos portuguesa desceu para 5,3 livros por pessoa em 2024, o que indica que o hábito ainda não está bem enraizado no país como prática de vida comum. Devido aos grandes índices de desinteresse pela leitura, têm sido desenvolvidas políticas de incentivo à leitura como o Plano Nacional de Leitura de 2027 ou a Rede de Bibliotecas Escolares . Estas estruturas têm o objetivo de fortalecer a leitura como símbolo de participação crítica e cultural na vida da população portuguesa.
- O Brasil, por sua vez, enfrenta desafios significativos na consolidação de políticas de leitura, devido à grande desigualdade social presente no país. O país conta com iniciativas importantes para a promoção da leitura, como a criação do PNLL (Plano Nacional do Livro e da Leitura). Este plano reconhece a leitura como um direito. Contudo o acesso às bibliotecas públicas e aos livros ainda é desigual, devido à falta de bibliotecas públicas em regiões mais empobrecidas e à descontinuidade de muitas políticas públicas (políticas de incentivo à leitura).

Com isto podemos concluir que não existe um modelo único em relação às políticas de incentivo à leitura. Porém, através da comparação de experiências internacionais, podemos concluir que os países que reconhecem e afirmam a leitura como prática cultural e estimulante, que investem em espaços e iniciativas de promoção da leitura, registam índices de leitura e da promoção da mesma mais elevados.



# Eleições Presidenciais 2026: o olhar de uma adolescente

Em 2026, Portugal vai voltar a escolher o seu Presidente da República. As eleições presidenciais são sempre um momento importante para a democracia, pois é através do voto que os cidadãos decidem quem representará o país nos próximos cinco anos.

Como adolescente, ainda não posso votar, mas isso não significa que este tema não me interesse. O Presidente tem um papel relevante na política portuguesa e pode influenciar decisões que afetam diretamente o nosso futuro, como a educação, o emprego e os direitos dos cidadãos.

À medida que a data das eleições se aproxima, começam a surgir debates, entrevistas e campanhas. Nas redes sociais e nas notícias, vemos opiniões diferentes e, por vezes, informações pouco fiáveis. Por isso, é essencial aprender a distinguir factos de boatos e acompanhar as fontes de informação credíveis.

Muitos jovens dizem que a política não lhes diz respeito, mas acredito que isso está a mudar. Cada vez mais adolescentes querem compreender o que se passa no país, porque sabem que em breve serão eles a votar e a decidir.

As eleições presidenciais de 2026 ainda estão por acontecer. Até lá, cabe-nos informar, questionar e formar opinião. Afinal, a democracia começa muito antes do primeiro voto. Portugal teve um recorde de 11 candidatos inscritos na corrida à Presidência em 18 de janeiro de 2026 embora só alguns tenham destaque nas notícias e sondagens



## Candidatos mais conhecidos e destacados:

**António José Seguro** – Candidato apoiado pelo Partido Socialista (PS). É um político experiente, já foi líder do PS e liderou a votação na 1ª volta das eleições.

**André Ventura** – Líder do partido Chega e um dos candidatos mais visíveis no espectro político. Vai disputar a segunda volta a 8 de fevereiro de 2026 com Seguro.

**Luís Marques Mendes** – Político histórico do PSD e também candidato à Presidência.

**João Cotrim de Figueiredo** – Político liberal que tem aparecido em sondagens e debates.

**Henrique Gouveia e Melo** – Figurado nas sondagens e debates como candidato com alguma visibilidade.

**António Filipe** – Candidato apoiado pelo Partido Comunista Português (PCP).

**Manuel João Vieira** – Artista e personalidade conhecida que também entrou na corrida presidencial ficou conhecido pelas propostas satíricas e irreverentes.

Além destes, havia outros candidatos menos mediáticos que também se apresentaram nas eleições, um total recorde de concorrentes registados.

Resultados da 1.ª volta:

Na primeira volta das eleições presidenciais em 18 de janeiro de 2026, António José Seguro recebeu a maior percentagem de votos, mas não alcançou mais de 50%, o que é necessário para ganhar diretamente André Ventura ficou em segundo lugar, o que significa que os dois vão disputar a segunda volta em fevereiro para decidir o Presidente a segunda volta está marcada para 8 de fevereiro de 2026.

# Aprender Línguas para Abrir Portas ao Mundo

**A interação com diferentes idiomas promove a compreensão entre culturas, o raciocínio e a flexibilidade - Ana Ribeiro (Linguista)**

Atualmente, num cenário mundial cada vez mais interligado, a aprendizagem de outros idiomas vem aumentando cada vez mais, tornando-se uma fundamental. Em instituições de ensino de todos os níveis, o ensino de línguas como inglês, francês, espanhol e mandarim desempenha um papel crucial na preparação dos jovens para os desafios futuros nos âmbitos acadêmico, profissional e social. Profissionais da área da educação enfatizam que dominar uma nova língua vai muito além de uma simples comunicação. Pesquisas recentes indicam, ainda, que a fluência em língua estrangeira impulsiona o desenvolvimento da mente, aprimora a capacidade de memorização e estimula a imaginação.



Apesar das vantagens, o ensino de línguas enfrenta dificuldades. A insuficiência de materiais didáticos, a carência de professores qualificados e abordagens de ensino desinteressantes ainda são problemas comuns em muitas escolas. Contudo, novas metodologias de ensino, como o uso de ferramentas digitais e plataformas online, estão cada vez mais a revolucionar a maneira como os alunos aprendem.



Para os alunos, o domínio de línguas estrangeiras abre ainda novas perspectivas no mercado de trabalho. As empresas valorizam cada vez mais profissionais que dominam dois ou mais idiomas, que conseguem se comunicar em contextos globais e que entendem as diferentes culturas.

A aprendizagem de línguas, deste modo, vai além de uma matéria escolar: é um instrumento de integração, ascensão social e formação de uma cidadania global.

# Alunos de Origem Estrangeira: Desafios e Integração nas Escolas

**"A escola é muitas vezes o primeiro espaço de contacto com a nova sociedade, e isso pode ser um processo difícil"**

**Marta Sousa (psicóloga educacional)**



A crescente onda migratória tem redesenhado o cenário das escolas portuguesas, convertendo-as em ambientes multiculturais vibrantes. Atualmente, estudantes vindos de outros países integram o dia a dia das salas de aula, trazendo consigo idiomas, costumes e perspectivas inéditas.

Essa variedade constitui um grande tesouro, embora apresente certos obstáculos. Vários desses jovens lutam para se inserir, principalmente no que se refere à língua, à adaptação aos costumes e ao senso de identidade.

Visando atender a essa conjuntura, diversas entidades têm colocado em prática programas de auxílio à aprendizagem da língua, apoio psicológico e iniciativas de inserção cultural. Ações interculturais, mentorias entre os próprios alunos e participação das famílias são algumas das táticas usadas para impulsionar a inclusão.



Os docentes exercem um papel essencial nesse percurso. A preparação intercultural e a atenção às distintas culturas tornam-se imprescindíveis a fim de gerar um clima educativo equitativo e receptivo.

Acima de tudo, a presença de estudantes estrangeiros é uma oportunidade de edificar uma escola mais aberta, flexível e diversa. Uma escola em que a diversidade não é vista como desordem, mas sim como uma virtude que valoriza toda a comunidade escolar.

De acordo com o Projeto Educativo do AEV, a nossa escola assegura medidas de apoio à aprendizagem e à inclusão, através do Departamento de Educação Especial e dos Serviços de Psicologia e Orientação, promovendo a integração de alunos estrangeiros com dificuldades na Língua Portuguesa. Atualmente, o AEV integra alunos de várias nacionalidades, com destaque para a brasileira (mais representativa), bem como alunos de origem tunisina, chinesa e espanhola, refletindo uma comunidade escolar diversa e multicultural.





# Erasmus+

## Como é que promove a interculturalidade?

A interculturalidade é um conceito que se relaciona com a promoção da interação, do diálogo e do respeito mútuo entre diferentes culturas, focando-se na partilha de valores e na criação de uma sociedade em que o respeito é a norma e não a exceção. Por sua vez, o programa Erasmus+ permite que os alunos se desloquem para outras partes da Europa e contactem com outros jovens de idades próximas, provenientes de outros países e com culturas diferentes. Este “caldo cultural” dá origem a um sentimento indescritível, que tem por base o sentimento de pertença e partilha.

No contexto atual do mundo, em que as culturas diferentes da predominante num país têm sido ameaçadas, o Erasmus+ é uma luz na escuridão, que ensina os valores de uma sociedade moderna e civilizada às crianças, adolescentes e adultos, através da mitigação de preconceitos, pelo contacto entre diferentes pessoas de diferentes nacionalidades.

“All That We Share” é uma experiência social que foi feita na Dinamarca, em 2017, que consiste em colocar pessoas, de acordo com estereótipos, em caixas. Depois, são feitas perguntas pessoais, sobre experiências da vida, que podem, por vezes, ser traumáticas, e as pessoas apercebem-se que, apesar de serem diferentes, estão unidas pelos sentimentos e por experiências partilhadas.

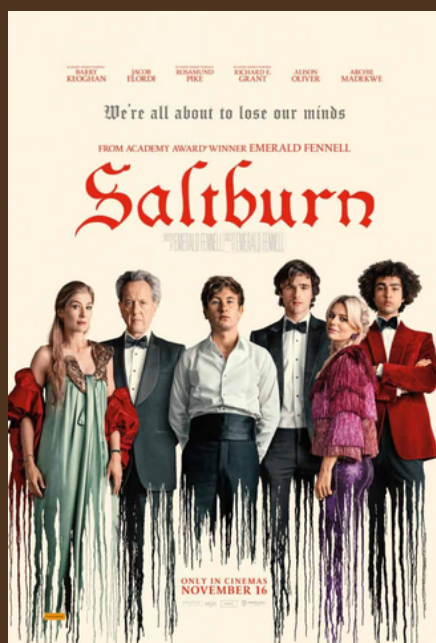


O mesmo acontece quando fazemos esta experiência com jovens, num projeto Erasmus+ (como fizeram no CulSolidArt Vol. II), os jovens apercebem-se que, embora venham de países diferentes, os sentimentos são transversais à etnia, cor de pele, género e orientação sexual e que há sempre alguém que passou por algo parecido, com quem podem falar.

Em suma, o Erasmus+ quebra estereótipos e preconceitos, porque é possível contactar com pessoas de vários países, que nos ensinam sobre a sua cultura, mas também nos ensinam que temos experiências comuns e que não somos tão diferentes quanto, às vezes, achamos.

# Filmes do Mês

Início de ano e fim de semestre, estamos todos a precisar de filmes incríveis para nos entretermos nestes dias frios em que só nos apetece estar debaixo de mantas. “O teu Jornal” deixa estas duas sugestões de filmes que nos fazem sentir a história com muita intensidade e que, com certeza, vão trazer muita animação aos teus tempos livres.



## ***Saltburn*** (2023)

Saltburn é um thriller psicológico visualmente marcante e perturbador que explora temas como a obsessão, o privilégio e a identidade. Com uma atmosfera tensa e desconfortável, o filme convida-te a mergulhar num mundo de excessos e jogos de poder, onde nada é exatamente o que parece.



## ***Before Sunrise*** (1995)

Before Sunrise é um filme intimista e sensível que explora a ligação humana, o tempo e a espontaneidade. Através de diálogos profundos e naturais, o filme reflete sobre o amor, o acaso e a forma como duas pessoas se podem marcar em apenas algumas horas. Com um tom simples e genuíno, convida-te a apreciar os pequenos momentos e a beleza das conversas aparentemente banais.

# Músicas do Mês



***Bola de Bilhar*** (2023), Nunca Mates o Mandarin

"Eras amor que eu vi passar  
Eras a bola de bilhar  
Eras a estrada em contramão  
Eras a tarde de verão que eu nunca  
soube aproveitar."



***Diplomat's Son*** (2010), Vampire Weekend

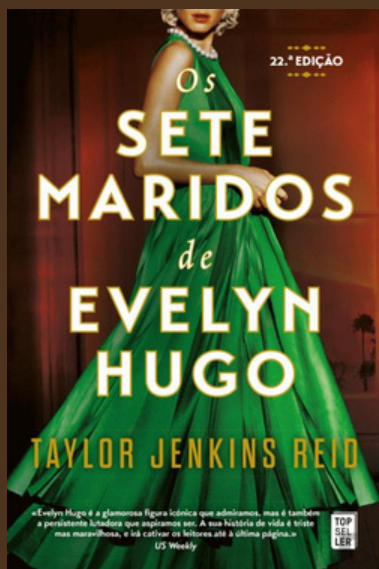
"It's not right, but it's now or never  
And if I wait, could I ever forgive myself?  
On a night when the moon glows yellow  
in the riptide  
With the light from the TV's buzzing in  
the house."

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



# Livro do Mês

Os Sete Maridos de Evelyn Hugo, de Taylor Jenkins Reid



Escrito por Taylor Jenkins Reid, esta obra conta ao leitor a vida da estrela de Hollywood Evelyn Hugo, que teve glamour, sofrimento, paixões intensas, escândalos e um grande amor proibido.

Evelyn tem agora 80 anos e decide que quer deixar a sua história escrita para que seja publicada após a sua morte. Contrata Monique Grant, uma jornalista bastante desconhecida que se surpreende com a oferta de trabalho, assim como todos os que a rodeiam. No entanto, Monique não recusa a tarefa e vê-a como forma de ascender na sua carreira e

ganhar destaque na indústria competitiva do jornalismo.

As duas encontram-se frequentemente em casa da grande estrela de Hollywood para construírem a narrativa do livro.

Chegou à grande cidade da fama em 1950 à procura de uma vida melhor. Dadas a sua beleza e carisma, inicia a sua carreira de atriz com tenra idade e envolve-se com diversas personalidades conhecidas ao longo dos seus 30 anos neste mundo do espetáculo. Contudo, apesar de muito glamour, fotos bonitas e muito dinheiro, nem tudo eram flores na vida desta atriz. No decorrer da história, podemos conhecer mais sobre a intimidade da jovem que teve de navegar por este universo da fama sem saber o que esperar e sem ter grande lugar de fala por ser mulher. Desta forma, vemos a sua inteligência e a sua capacidade de estratégia ao usar os casamentos e as relações públicas a seu favor.

Mesmo sendo um grande sucesso e aparentando uma vida perfeita, por trás das cortinas crescia uma relação proibida com uma grande amiga com quem dividia os palcos.

Como se toda esta trajetória e carga emocional não fossem suficientes, no final do livro é revelado o motivo pelo qual Monique foi escolhida especificamente por Evelyn e descobrimos que a ligação delas não é apenas profissional, mas também trágica e completamente irreversível.

# Receita do Mês



## Panquecas

### Ingredientes:

150g farinha  
50g açúcar  
1 c. de chá fermento em pó  
½ c. de chá sal  
1 ovo  
200 ml leite Meio-gordo  
2 c. de sopa manteiga (para juntar)

### Preparação:

Numa taça, misture a farinha, o açúcar, o fermento, o sal, o ovo e o leite. Bata bem com uma vara de arames para que fique sem grumos.

Numa frigideira antiaderente e em lume brando, derreta a manteiga. Verta uma colher de sopa de massa na frigideira e espalhe ligeiramente a massa. Quando a parte de cima da panqueca começar a ficar com pequenas bolhas, pode virá-la com a ajuda de uma espátula. Repita o processo até acabar a massa, adicionando sempre que necessário manteiga na frigideira. Sirva as panquecas acabadas de fazer com mel e frutos vermelhos.

**Bom apetite!** 😊





# Meme do Mês



# Sugestões Temáticas

## Videojogos



Rocket League é um videojogo que combina futebol com carros movidos a foguete, criando uma ideia simples, mas extremamente original. Em vez de jogadores humanos, são veículos que saltam e voam para marcar golos numa bola gigante. Qualquer pessoa consegue perceber as regras em poucos minutos, mas dominar o jogo exige muito treino, coordenação e estratégia, sendo considerado por muitos jogadores como um dos jogos mais difíceis do mundo devido à precisão e controle necessários. As partidas duram apenas cinco minutos, mas são intensas e cheias de emoção, com golos espetaculares e reviravoltas no último segundo. Para além da diversão, Rocket League destaca-se pelo trabalho de

equipa, já que vencer depende da cooperação entre os jogadores e da tomada rápida de decisões. O jogo também é um fenómeno nos desportos eletrónicos, com competições internacionais que mostram como os videojogos podem ser tão competitivos e emocionantes como os desportos tradicionais. Esta mistura de velocidade, dificuldade, criatividade e competição faz de Rocket League um jogo capaz de cativar qualquer público, mesmo que nunca tenha jogado antes.



Se deseja viver a adrenalina de um agente de operações especiais com os teus amigos, *Zero Hour* é a escolha perfeita.

Com um preço que varia entre três e dez euros, este jogo apresenta um valor competitivo. O jogo também já foi disponibilizado gratuitamente na plataforma *Epic Games*, oferecendo aos jogadores uma oportunidade de experimentá-lo sem custo. A jogabilidade e mecânicas não são revolucionárias, mas o jogo é completo. Oferece realismo tático, modos como desarmamento de bombas e resgate de reféns, uma sensação de progressão e inimigos controlados pela IA com comportamento realista. A cooperação é essencial para o sucesso das missões. Quanto mais amigos jogarem juntos, menor a

dependência da IA e mais fácil será a progressão. No entanto, os jogadores precisam manter uma comunicação clara e objetiva. A curva de aprendizagem é exigente e pode ser difícil para novos jogadores; no entanto, à medida que a equipa evolui, essa exigência recompensa a dedicação e o trabalho em conjunto. A experiência visual e sonora complementa a jogabilidade e a curva de aprendizagem, aumentando a imersão do jogador. Os gráficos apresentam mapas detalhados e uma atmosfera tensa, enquanto o áudio de passos e disparos aumenta ainda mais a sensação de realismo.

Em termos de conteúdo e liberdade, os mapas são amplos, permitindo à equipa de operações adotar uma variedade de estratégias.

# Passatempos

(Soluções na próxima edição)

## Adivinhas:

### Fácil

— O que faz um programador quando está com frio?

### Médio

— O que sobe quando a chuva desce?

### Difícil

— Estou presente no início e no fim, mas nunca no meio.

Sou leve como o ar, mas posso pesar mais do que uma montanha.

Todos me querem, mas poucos sabem lidar comigo.

Quando me perdes, dói.

## Sopa de letras

M	H	S	C	A	E	N	D	A	R	I	O	P	P
M	Z	C	D	L	E	L	Q	K	X	C	X	C	T
T	A	G	A	N	X	M	F	P	S	S	D	D	P
A	N	A	Y	M	T	E	L	I	V	N	V	F	R
S	O	Q	R	V	D	V	G	K	X	S	K	L	E
R	E	S	O	L	U	Ç	O	E	S	F	K	L	E
J	A	N	E	I	R	O	A	P	F	M	T	N	N
N	H	S	U	D	U	O	C	O	V	L	A	E	O
O	N	S	C	E	L	E	B	R	A	Ç	A	O	O
D	J	G	R	F	E	S	T	A	B	K	H	U	A
Z	X	C	G	E	N	G	Q	Z	W	T	G	V	V
J	Z	O	H	N	F	M	R	O	G	Y	F	A	Ã
C	J	P	I	L	A	N	E	A	M	E	N	T	O
O	E	S	P	E	R	A	N	Ç	A	U	Z	K	F

# Passatempos

## (Soluções da última edição)

### Adivinhas:

#### Fácil

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

**Resposta: A queda**

#### 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?

**Resposta: Papagaio de brincar**

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?

**Resposta: Um paraquedas.**

#### Difícil:

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

**Resposta: Um segredo (ou uma  
surpresa).**

### Sopa de letras

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

# Agenda Cultural

28 jan.26 >> 28 fev.26      PAREDES

## MÚSICA E CONCERTOS

Capicua

31 de jan. | 22h00

Centro Cultural de Paredes - Grande  
Auditório.

Cais do Sodré Funk Connection

6 de fev. | 22h00

Centro Cultural de Paredes

Carolina Deslandes

14 de fev. | 22h00

Centro Cultural de Paredes

Carminho

21 de fev. | 22h00

Centro Cultural de Paredes

## EXPOSIÇÕES

Exposição "A Preto e Branco"

Janeiro e fevereiro | Horário de  
expediente

Biblioteca Municipal

## MERCADOS E SOLIDARIEDADE

Mercado Semanal

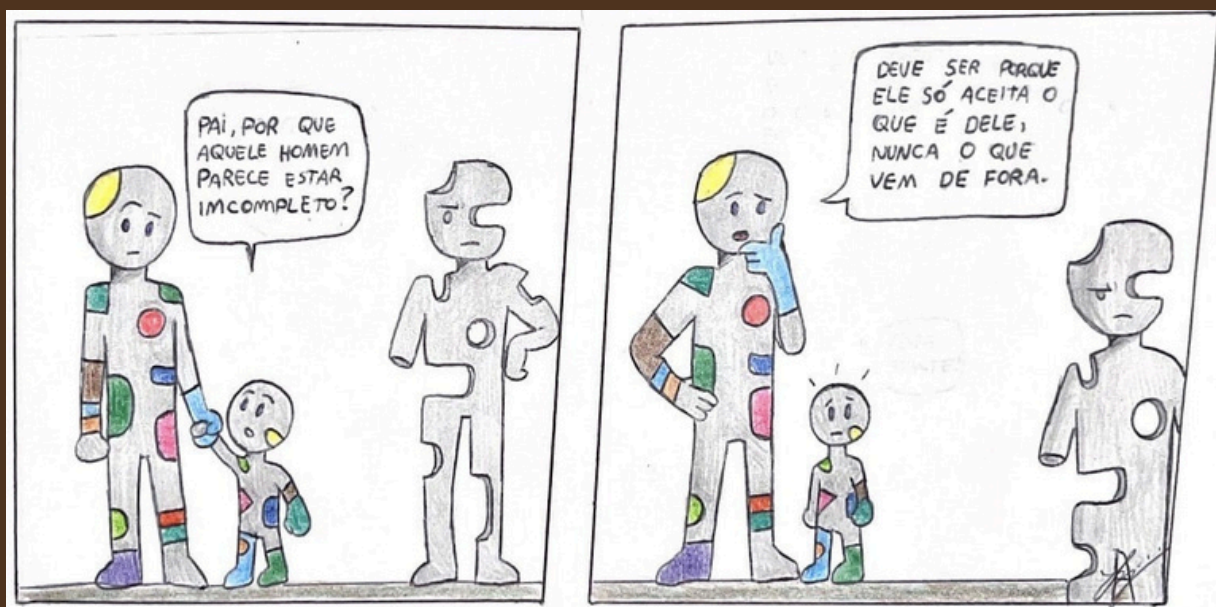
Todas as quartas-feiras | Manhã  
Centro de Paredes

Feira de Velharias

25 de jan. e 22 de fev. | Dia inteiro  
Parque José Guilherme



## Aceitar a diferença faz toda a diferença...



Luís Zaqueu

# Ficha Técnica

## Redação:

Leonor Fonseca 10RB

Marta Teixeira 9VB

Jéssica Seabra 10VB

Fábio Brito 9VA

Ivo Mota 9VA

Afonso Meireles 11VA

Pedro Garcez 11VA

Gabriel Moreira 11VA

Benedita Ferreira 10VA

Filipa Dias 11VA

Madalena Pacheco 10RB

Sofia Brito 11VB

Lara Leal 10VB

Lara Santos 10 VB

Sérgio Pacheco 11VA

Jorge Leal 11VA

Leonor Leal 10VB

Mariana Rodrigues 10VB

Mara Silva 11VA

Mariana Silva 10RB

Teresa Seabra 11VA

Diana Bessa 11VA

## Design gráfico/digital

Afonso Meireles 11VA

Tânia Barros 10VB

## Capa e Ilustração

Íris Sousa

Luís Zaqueu

## Difusão digital

Teresa Seabra 11VA

Filipa Dias 11VA

## Mentoria/ organização e revisão textual e gráfica:

Clementina Santos

## Colaboração

PCE

Equipa PAA

