AGRUPAMENTO DE ESCOLAS VALLIS LONGUS

Nº 56 |NOVEMBRO 2025

BEM - VINDO À TUA

Newsletter

Editorial

Com a chegada de novembro, os dias 1 e 2 trazem consigo o Dia de Todos os Santos e o Dia de Finados, convidando-nos a uma pausa necessária para a memória e a reflexão. É um momento crucial para a sociedade confrontar o luto e a espiritualidade, honrando a ausência dos que partiram e reafirmando, através da recordação e das homenagens, a eterna ligação com o passado.

Chega, igualmente, a preparação para o inverno e a preocupação com os sem-abrigo, bem como os magníficos cenários das paisagens outonais cheias de cor e encanto.

Há que lembrar, igualmente, o Dia de São Martinho (11 de novembro) e a tradição ancestral de convívio familiar com a realização de magustos e prova do vinho novo.

Boas leituras!

Isabel Timóteo e Isabel Beleza

Nesta Newsletter encontrarás:

Atividades escolares interessantes entre outros temas! Continua a ler!

Florbela Espanca

COM A MINHA LÍNGUA, ME IDENTIFICO...

Florbela Espanca

SER POETA É SER MAIS ALTO, É SER MAIOR
DO QUE OS HOMENS! MORDER COMO QUEM BEIJA!
É SER MENDIGO E DAR COMO QUEM SEJA
REI DO REINO DE ÁQUEM E DE ALÉM DOR!

É TER DE MIL DESEJOS O ESPLENDOR
E NÃO SABER SEQUER QUE SE DESEJA!
É TER CÁ DENTRO UM ASTRO QUE FLAMEJA,
É TER GARRAS E ASAS DE CONDOR!

É TER FOME, É TER SEDE DE INFINITO!
POR ELMO, AS MANHAS DE OIRO E DE CETIM...
É CONDENSAR O MUNDO NUM SÓ GRITO!

E É AMAR-TE, ASSIM, PERDIDAMENTE...
É SERES ALMA, E SANGUE, E VIDA EM MIM
E DIZE-LO CANTANDO A TODA A GENTE!

LINK PARA OUVIRES A MÚSICA:

:HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=VONBZKZDN54

HISTÓRIA DA SUA VIDA

Florbela Espanca (1894-1930) foi uma poetisa portuguesa, autora de sonetos e contos importantes da literatura portuguesa. Foi uma das primeiras feministas nacionais.
A sua poesia é conhecida por um estilo peculiar, com forte teor emocional, em que o sofrimento, a solidão e o desencanto estão aliados ao desejo de ser feliz.
Florbela Espanca, nome literário de Florbela da Alma da Conceição, nasceu em Vila Viçosa, no Alentejo, Portugal, no dia 8 de dezembro de 1894.
O seu pai, João Maria Espanca, era casado com Maria do Carmo Toscano, que não podia ter filhos, então, autorizou o marido a relacionar-se com a camponesa Antónia da Conceição Lobo.
Com ela, João Maria teve dois filhos: Florbela e Apeles que foram levados para morar na casa do pai e foram registados como filhos de Antónia e pai "incógnito", que só a reconheceu como sua filha depois que ela morreu.

in E- biografia

A Mulher

Ó Mulher! Como és fraca e como és forte!
Como sabes ser doce e desgraçada!
Como sabes fingir quando em teu peito
A tua alma se estorce amargurada!

Quantas morrem saudosa duma imagem.
Adorada que amaram doidamente!
Quantas e quantas almas endoidecem
Enquanto a boca rir alegremente!

Quanta paixão e amor às vezes têm
Sem nunca o confessarem a ninguém
Doce alma de dor e sofrimento!

Paixão que faria a felicidade.
Dum rei; amor de sonho e de saudade,
Que se esvai e que foge num lamento!

Alimentação saudável

SALADA DE FRUTAS

No âmbito das comemorações do Dia da Alimentação, as turmas do 2.ºAI e 2.ºBI realizaram diversas atividades para promover hábitos de alimentação saudáveis.
Este ano colocaram o enfoque na fruta, contando e explorando a história: "A menina que não gostava de fruta" de Cidália Fernandes e elaborando um gráfico de pontos sobre as frutas preferidas das duas turmas.
Por fim, os alunos confecionaram uma salada de frutas, degustaram-na em conjunto e entoaram uma canção alusiva ao tema. Desta forma, promoveu-se também um convívio e partilha salutar entre as duas turmas.

Ai FRUTOS

Pêssegos, peras, laranjas,
morangos, cerejas, figos,
maçãs, melão, melancia,
ó música de meus sentidos,
pura delícia da língua;
deixai-me agora falar
do fruto que me fascina,
pelo sabor, pela cor,
pelo aroma das sílabas:
tangerina, tangerina.

Eugénio de Andrade

Comemoração do Dia Mundial da Música

MOMENTO INESQUECÍVEL

No dia 1 de outubro de 2025, a Escola Básica da Ilha comemorou o Dia Mundial da Música com a presença da professora Isabel Rodrigues, da Escola Dó Ré Mi, que proporcionou um momento musical inesquecível, permitindo o contacto dos alunos com diferentes instrumentos musicais. Também houve um momento de karaoke, onde todos os alunos da escola, desde o pré-escolar até ao primeiro ciclo, puderam entoar canções conhecidas, participando com muito entusiasmo.

A MÚSICA, SIM A MÚSICA...

A música, sim a música...
A música, sim a música...
Piano banal do outro andar.
A música em todo o caso, a música..
Aquilo que vem buscar o choro imanente
De toda a criatura humana
Aquilo que vem torturar a calma
Com o desejo duma calma melhor...
A música... (...)

Álvaro de Campos

O Bem-estar animal

UM ENCONTRO COM ANIMAIS

A Escola da Ilha comemorou o Dia Mundial do Animal com a vinda de profissionais do Canil Municipal. Esta atividade teve como objetivo principal a sensibilização dos alunos para a condição, o bem-estar e a proteção dos animais.

Os alunos tiveram oportunidade de conviver com cães e gatos.

DIA 5 DE OUTUBRO DE 1910

MEMÓRIA VIVA

No âmbito da comemoração da Implantação da República Portuguesa, decorreu no dia 3 de outubro de 2025 uma atividade letiva na Escola Vallis Longus.
Para esse efeito, nos intervalos das 10:05h e das 16:15h, os alunos foram convidados a participar nessa iniciativa. Na escadaria da entrada da Escola, alunos recriaram as palavras vigorosas proferidas por José Relvas, no célebre dia de 5 outubro.
A Bandeira da Monarquia foi então arriada e içada a Bandeira da República.
Nesse momento, foram entoados fervorosos "vivas" e lançadas cartolas ao ar.
A comunidade escolar, foi acolhida no cântico do Hino "A Portuguesa", recriando assim, o momento histórico que pôs fim ao regime monárquico.

Viva a República!

IMPLANTAÇÃO DA FREPÚBLICA PORTUGUESA- FIM DA MONARQUIA

Diversas forças militares sublevam-se na noite de 3 para 4 de outubro de 1910 contra a monarquia. Após acesos combates esta é derrubada e dois dias depois proclama-se a República.
A proclamação da República é feita das varandas da Câmara Municipal de Lisboa na manhã do dia 5 de Outubro de 1910. Trata-se do resultado de um longo processo, iniciado ainda no século XIX, que foi criando na população, especialmente em algumas elites, a vontade de mudar o regime.
Os confrontos que envolvem civis e militares, de um lado e do outro, a partir do dia 3 de Outubro, dão a vitória ao partido republicano. Logo no dia 5 o rei e a família abandonam Portugal embarcando na Ericeira a caminho do exílio. Anastácio Franco Casado foi uma das testemunhas dessa partida e é entrevistado neste programa.

https://ensina.rtp.pt/

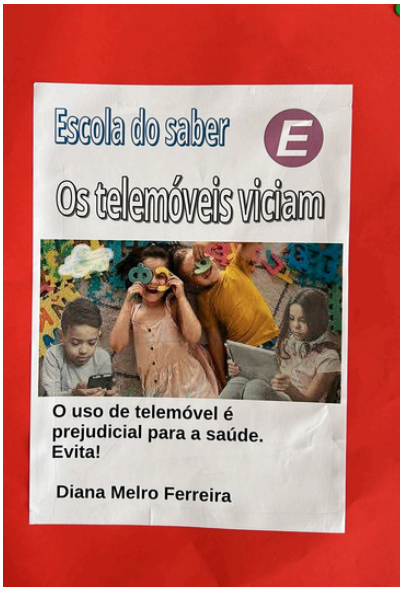
TELEMÓVEIS

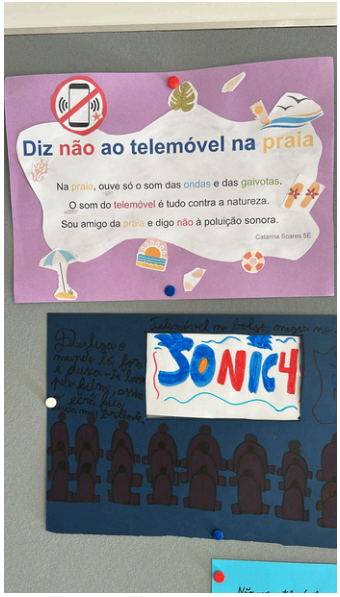
REGULAMENTO

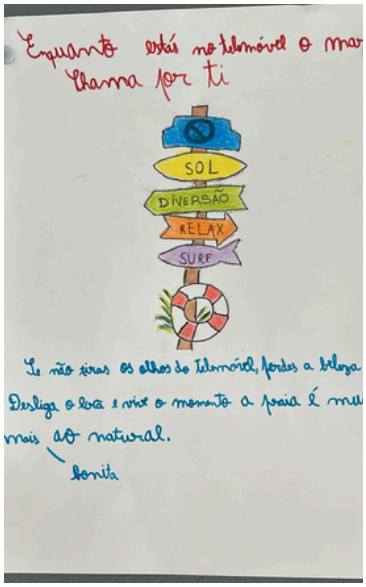
De acordo com o expresso no Estatuto do Aluno e Ética Escolar, aprovado pela Lei n.º 51/2012, de 5 de setembro, na alínea r) no artigo 10.º, não é possível "utilizar quaisquer equipamentos tecnológicos, designadamente, telemóveis, equipamentos, programas ou aplicações informáticas, nos locais onde decorram aulas ou outras atividades formativas ou reuniões de órgãos ou estruturas da escola em que participe, exceto quando a utilização de qualquer dos meios acima referidos esteja diretamente relacionada com as atividades a desenvolver e seja expressamente autorizada pelo professor ou pelo responsável pela direção ou supervisão dos trabalhos ou atividades em curso".

ALUNO ATENTO É ALUNO INFORMADO!

Também determina aquele Estatuto, no seu artigo 10.º, que não é permitido "captar sons ou imagens, designadamente, de atividades letivas e não letivas, sem autorização prévia dos professores, dos responsáveis pela direção do agrupamento ou supervisão dos trabalhos ou atividades em curso, bem como, quando for o caso, de qualquer membro da comunidade escolar ou educativa cuja imagem possa, ainda que involuntariamente, ficar registada" e, ainda, "Não difundir, na escola ou fora dela, nomeadamente, via Internet ou através de outros meios de comunicação, sons ou imagens captados nos momentos letivos e não letivos, sem autorização do diretor do agrupamento".







Os Piratas

Foi no passado dia 20 de outubro que os alunos das turmas 6.º A, 6.ºB, 6.º C, 6.º D e 6.º E tiveram o prazer de assistir a uma adaptação da obra dramática de Manuel António Pina, *Os Piratas.* Com a colaboração da Porto Editora e inserida no âmbito do projeto Teatro Educa, a sessão transformou-se numa agradável viagem por arquipélagos interiores. A dupla de atores cativou o público juvenil, quer pela originalidade do cenário, quer pela escolha de uma linguagem próxima da realidade dos jovens espetadores. Traduzir-se-á certamente numa aposta ganha, já que se trata de uma obra a explorar num futuro próximo, nas aulas de português.

Prof.ª Iolanda Castro

Promoção de competências socioemocionais e culturais

- entretenimento;
- desenvolvimento de pensamento crítico e empatia;
- estímulo à imaginação e autoconhecimento.

A experiência teatral também promove a expressão de emoções de forma saudável, melhora a autoestima, a comunicação, a concentração e oferece uma visão mais ampla sobre a sociedade e o mundo.

A nossa Biblioteca !!!

No âmbito do Mês Internacional das Bibliotecas Escolares (MIBE), as professoras bibliotecárias realizaram durante a semana a formação de utilizadores da BE para todos os alunos do 5.º ano de escolaridade.

Estas sessões decorreram ao longo desta semana. As turmas deslocaram-se à biblioteca, acompanhadas pelos seus professores, de acordo com um escalonamento previamente efetuado.

1.º Ciclo

No âmbito do Mês Internacional das Bibliotecas Escolares, realizaram-se, nos dias 6 e 7 de outubro, as sessões de formação de utilizadores da Biblioteca Escolar (BE), dirigidas aos alunos do 1.º ciclo das Escolas Básicas da Boavista, Calvário, Nova e Susão, onde também os alunos da Unidade de Apoio Especializado à Multideficiência estiveram presentes.

As sessões decorreram com entusiasmo e grande participação por parte dos alunos, que se mostraram interessados e interventivos, colocando questões pertinentes sobre o funcionamento e os recursos disponíveis nos vários polos da biblioteca.

Formação de utilizadores na EB Boavista

Esta atividade teve como objetivo promover a autonomia dos alunos na utilização da BE, incentivando-os a descobrir o prazer da leitura e a importância da biblioteca como espaço de aprendizagem, partilha e descoberta.

Dia de atividades desportivas

UM ENCONTRO DINÂMICO

No passado dia 26 de setembro, o grupo de Educação Física comemorou o Dia Europeu do Desporto Escolar, realizando atividades desportivas que envolveram atividades com bicicletas; lançamento do Vortex; a marcha; a corrida; jogos desportivos coletivos (incluindo torneios simplificados de Basquetebol e Ultimate Frisbee) e outras atividades rítmicas, envolvendo cordas e arcos. O evento ficou marcado pela boa disposição que a atividade física saudável proporciona, registando-se a participação de cerca de 500 alunos, 7 professores de Educação Física e vários elementos da direção do agrupamento. Anexamos alguns dos registos de imagem e vídeo efetuados.

ESTAÇÃO METEOROLÓGICA NA ESCOLA BÁSICA VALLIS LONGUS

Para observação do Clima...

A disciplina de Geografia adquiriu uma estação meteorológica para dinamizar a temática do Clima.
Será um grande benefício para a comunidade escolar que poderá relacionar o conhecimento científico com a realidade do dia a dia e para ter uma maior consciência da importância desta temática para o bem-estar comum.

A estação meteorológica foi montada pelos alunos do Professor José Manuel Soares.

Dia Europeu das Línguas

VALLIS LONGUS CELEBRA A EUROPA

O nosso Agrupamento de Escolas abraça o mundo!

As Escolas do 1.ºciclo de Vallis Longus transformaram-se num autêntico ponto de encontro europeu para assinalar o Dia Europeu das Línguas (26 de setembro). Com o objetivo de sublinhar a riqueza da diversidade cultural e linguística da Europa, as professoras de Inglês do 1.º ciclo proporcionaram aos alunos dos 3.º e 4.º anos uma experiência de aprendizagem. Em cada aula de Inglês, os nossos jovens exploradores tiveram a oportunidade de "viajar" até um país europeu diferente. Ficaram a conhecer não só aspetos culturais fascinantes, mas também a importância crucial de dominar novas línguas!

Vallis Longus Celebra a Europa:
Os trabalhos desenvolvidos foram submetidos e inscritos no portal oficial do Conselho Europeu de Línguas. Continuaremos a trabalhar para que o nosso Agrupamento seja um espaço de intercâmbio, onde cada língua aprendida é uma nova porta aberta para a compreensão mútua e para um mundo mais conectado.

Escritos

BRAINROTS

Os Professores da Escola Básica Vallis Longus transformam-se em Brainrots.
Drone Six-Seven aterrou às 8h20 e espalhou o fenómeno "brbr patapim, tralalero tralala" pelas salas de aula.
Às 8h20, o drone Six-Seven entrou pela janela do bloco B da Escola EB 2,3 de Valongo. Sobrevoou o corredor principal e pousou junto dos professores que os alunos dizem ser os mais chatos e aborrecidos.
O aparelho parecia inofensivo, mas o seu objetivo era criar mais como ele.
Após o contacto, os professores começaram a emitir sons curtos, como "brbr", "patapim", "tralalero", "tralala".
Alguns tentaram continuar as aulas, mas acabaram a mostrar vídeos e a repetir as mesmas frases.
Os alunos reagiram com barulho e riso. Uns começaram a imitar os sons, outros pediram ao drone para transformar mais professores. "Assim não há TPC e as aulas acabam mais depressa", disse um aluno.
Os professores alterados criaram o Pró-Brainrot Valongo, com o objetivo de recrutar novos membros e espalhar o "brbr" por toda a escola. O grupo comunicou que as aulas serão substituídas por sessões de repetição sonora e que os testes passam a ter apenas perguntas de sim ou não.
A direção reuniu-se para tratar do caso e informou que o Ministério da Educação foi contactado. O drone Six-Seven desapareceu depois do incidente. Alunos dizem que se ligou ao Wi-Fi da escola e que poderá voltar a agir durante o intervalo das 10h05.

Francisco Silva, 6.ºE

Escritos

SOBRE MALALA...

Malala Yousafzai é uma ativista paquistanesa que luta pela educação das meninas no Paquistão. Em 2014, ganhou o Prémio Nobel da Paz, que partilhou com Kailash Satyarshi.
Na cerimónia proferiu a frase célebre **''Uma criança, um professor, um livro e uma caneta podem mudar o mundo''**. Eu considero esta frase verdadeira e realista, pois o acesso à educação, à escrita e à leitura mudam o mundo. Muitas coisas no mundo devem-se a isto. Os professores também são muito importantes, pois é com eles que aprendemos muitas coisas e sem eles a educação não era possível. Os professores não são "chatos" e apenas querem ensinar - nos da melhor forma possível.
Também considero Malala um símbolo e uma ativista universal, pois apesar de quase ter morrido e de ter ido para Londres, para receber tratamentos, Malala não parou e até hoje luta pelos direitos à educação.
Em suma, Malala é uma mulher muito importante que defende a educação das meninas e a frase proferida ficará para a história.

Gonçalo Barbeiro, 7ºD

'Malala é uma ativista paquistanesa que lutou pela educação das raparigas. Recebeu o prémio Nobel da paz em 2014 e, para encerrar o seu discurso, utilizou a frase **" Uma criança, um professor, um livro e uma caneta podem mudar o mundo".**
Eu entendo que Malala proferiu esta frase como uma metáfora para dizer que através da educação das crianças, criaremos seres humanos com capacidade para um dia mudar o mundo.
Estas palavras foram utilizadas para retratar o quão fácil é ensinar uma criança, necessitando-se somente de um professor, que tem como função passar conhecimentos, um livro para que as informações sejam guardadas, uma caneta para que se possa guardar as informações no livro e, por fim, uma criança que tem a função de absorver os ensinamentos e um dia passá-los a outra pessoa.
Tendo em conta o referido anteriormente, pode-se concluir que a frase está correta, devido ao facto de que através de seres humanos bem informados o mundo pode e será mudado.

Orlando Neves,7.ºD

OS ENIGMAS DA ESCOLA

RESPOSTA AOS DESAFIOS PARABÉNS!

Enigma 2

1.A banda chama-se Boynextdoor

2. Os elementos são: Sungho, Riwoo, Jaehyun, Taesan, Leehan e Woonhak.

Enigma 1

1. *Qual é a coisa, qual é ela, que varre o céu todos os dias?*

Resposta: Língua

2.Numa casa de 12 meninas, cada uma tem quatro quartos, todas elas usam meias, nenhuma usa sapatos. O que é?
Resposta: Relógio

Rafael Oliveira, 8.ºA

Newsletter

✦ OS ENIGMAS DA ESCOLA!

I Enigma

Esta semana, a vossa missão é desvendar o mistério que se esconde... dentro da escola!

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

2. Qual a coisa, qual é ela, que mesmo atravessando o rio não se molha?

II Enigma

1- Identifica a banda da foto.
2- Diz os nomes dos elementos da Banda.

- Envia a tua resposta para o email: [clubedejornalismo@aevallislongus.pt]
- Tens até dia **20** de cada mês para participar.

Os nomes dos alunos que acertarem no enigma completo serão publicados na próxima edição, juntamente com a solução!

PARTICIPA!

Ficha Técnica:

Equipa de coordenação, redação e edição gráfica: Isabel Timóteo e Isabel Beleza
Origem das imagens: *Internet* (sites públicos)/ outros.