

3. A IMPORTÂNCIA DO SONO
NA ADOLESCÊNCIA

5. VENEZUELA: CRISE, RESISTÊNCIA
OU RESIGNAÇÃO?

DIÁRIO
de Notícias



CHEGADA AOS 10 ANOS • EVA FERNANDES • ES DE JAIME MONIZ (FUNCHAL)

X SÉRIE • N.º 5 // FEVEREIRO DE 2025 // EDUCAÇÃO

PONTO e VÍRGULA

EDITORIAL

Foi com grande entusiasmo que aceitei o desafio de ser editor por um dia no 'Ponto e Vírgula'. A oportunidade de estar na linha da frente do processo de edição, revisão e maquetagem e de colaborar com uma equipa tão dedicada foi, sem dúvida, uma experiência enriquecedora.

A minha ligação ao desporto fez-me perceber, ao longo dos anos, a importância do trabalho em equipa, da resiliência e da capacidade de adaptação e curiosamente, encontrei esses mesmos valores nesta experiência no 'Ponto e Vírgula'. Colaborar, mesmo que indiretamente, com colegas tão talentosos foi uma aprendizagem marcante.

Os temas abordados pelos alunos foram não só extremamente relevantes, mas também explorados com profundidade e originalidade. Entre os muitos artigos, um dos que mais me marcou foi o que abordava a situação na Venezuela. Vivemos numa Região onde quase todos conhecemos alguém que lá reside ou que, em algum momento, precisou de deixar o país. Esta realidade toca-nos de perto e relembra-nos como o jornalismo, mesmo no contexto escolar, tem um papel fundamental na sensibilização para temas que nos afetam diretamente.

Sinto-me verdadeiramente privilegiado por ter feito parte deste projeto e por ter contribuído ativamente para a divulgação do trabalho de tantos alunos que, nas nossas escolas, desenvolvem as suas competências e dão voz às suas ideias. Levo desta experiência não só novos conhecimentos, mas também uma enorme gratidão por tudo o que aprendi.

BOAS LEITURAS. ■

Além disso, foi interessante ver como questões tão diversas foram trabalhadas com rigor e espírito crítico. Desde a análise do impacto da tecnologia na preservação do ambiente até à importância do sono para os adolescentes e à luta contra o escaravelho-da-palmeira no Porto Santo, cada artigo revelou empenho, qualidade na pesquisa e clareza na argumentação.

editor por UM dia

Simão Pereira

EBS Gonçalves Zarco (Funchal)



sustentabilidade

A tecnologia transforma

A tecnologia é um meio fundamental para combater as crises ambientais que o nosso planeta enfrenta, como as alterações climáticas, que infelizmente continuarão a ser uma realidade para as futuras gerações.

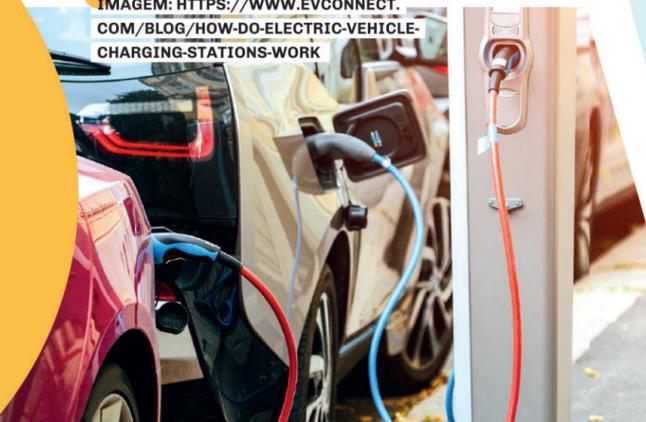
Nos dias de hoje, os carros elétricos tornaram-se um cenário de veras comum. Este tipo de veículo traz pontos positivos, como, por exemplo, a não libertação de gases poluentes, que são prejudiciais para o ambiente, assim como para a saúde humana, animal e vegetal, contribuindo também para a redução do efeito de estufa.

Outra marca da tecnologia presente no nosso quotidiano que traz benefícios para o meio ambiente, dispositivos como painéis solares, turbinas eólicas e geradores hidráulicos, capazes de captar energia natural (energia verde renovável) e convertê-la em eletricidade e/ou calor, sem gerar substâncias contaminadoras e sem libertar gases com efeito de estufa.

A verdade é que a nossa sociedade não fechou os olhos aos problemas ambientais como as alterações climáticas, acabando por adotar medidas que fazem parte do nosso quotidiano há algum tempo. No entanto, nada está garantido, e ainda temos um longo caminho para percorrer. ■

GONÇALO ARAÚJO E JÚLIA CALDEIRA
ESCOLA DA APEL (FUNCHAL)

IMAGEM: [HTTPS://WWW.EVCONNECT.COM/BLOG/HOW-DO-ELECTRIC-VEHICLE-CHARGING-STATIONS-WORK](https://www.evconnect.com/blog/how-do-electric-vehicle-charging-stations-work)



saúde e bem-estar

A importância do SONO na adolescência

O sono é de extrema importância para qualquer indivíduo, pois é durante esta fase que consolidamos as nossas memórias e damos ao nosso corpo a oportunidade de descansar. No entanto, é particularmente importante na adolescência, atendendo a que os adolescentes precisam de mais sono do que os adultos (cerca de 8 a 10 horas diárias).

A FALTA DE SONO PODE AFETAR A MEMÓRIA, O HUMOR E A CAPACIDADE DE CONCENTRAÇÃO. ADOLESCENTES QUE NÃO DORMEM O SUFICIENTE NÃO TÊM A TER UM DESEMPENHO ESCOLAR TÃO POSITIVO, ALÉM DE ESTAREM MAIS SUSCETÍVEIS A DOENÇAS COMO A OBESIDADE, DIABETES TIPO 2, E ATÉ MESMO DEPRESSÃO.

Infelizmente, muitos adolescentes sentem dificuldade em cumprir com as devidas horas de sono requeridas para a sua faixa etária, devido a fatores como atividades extracurriculares ou a utilização de aparelhos eletrónicos (como computadores ou telemóveis) antes de dormir.

É crucial que se divulguem os hábitos de sono saudáveis nas escolas, com palestras sensibilizadoras, promoção de ambientes escuros e tranquilos, ou como estabelecer uma rotina regular de sono para que possamos combater este problema crescente, e fazer com que os adolescentes tenham uma maior capacidade de aprendizagem, e uma melhor disposição e qualidade de vida. ■

LEONOR JESUS
ES DE FRANCISCO FRANCO (FUNCHAL)



eventos

ESCARAVELHO-DAS-PALMEIRAS INQUIETA ALUNOS DO PORTO SANTO

No Porto Santo, as palmeiras-das-canárias (*Phoenix Canariensis*) fazem parte da identidade da ilha, mas a sua sobrevivência está ameaçada pelo escaravelho-da-palmeira. Esta praga silenciosa já levou ao abate de mais de 200 palmeiras, especialmente no centro da cidade, e exige ação urgente.

Nesse contexto, a EBS/PE/C Professor Dr. Francisco de Freitas Branco organizou, com o apoio da Assembleia Municipal do Porto Santo e do IFCN (Instituto de Florestas e Conservação da Natureza), uma palestra esclarecedora.

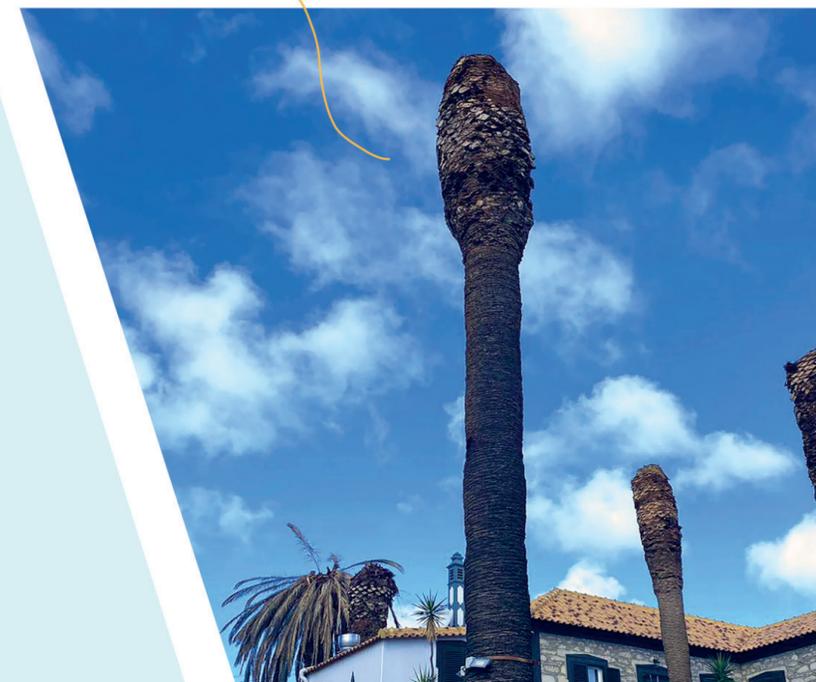
O evento contou com a presença de diversos especialistas e académicos do Instituto Superior

de Agronomia de Lisboa, que alertaram para a necessidade de um esforço conjunto no combate ao inseto.

Esta iniciativa integra o projeto da Assembleia Municipal Jovem do Porto Santo, que, este ano letivo, desenvolverá diversos planos de ação relacionados com o tema 'Cidadania Ativa – Conservação da Floresta do Porto Santo'. Coordenado pelos docentes Emanuel Almada e Marta Monteiro, o projeto de participação cívica juvenil reforça a importância da intervenção de todos na preservação do património natural da ilha. ■

*** O ENVOLVIMENTO DA COMUNIDADE SERÁ CRUCIAL PARA TRAVAR ESTA AMEAÇA E PROTEGER A IDENTIDADE PAISAGÍSTICA DO PORTO SANTO.**

INÉS SILVA
EBS/PE/C PROF. DR. FRANCISCO DE FREITAS BRANCO (PORTO SANTO)



A complexidade do amor



Amor, sentimento profundo e intenso que nos deixa desorientados. Afinal, o que é o amor? A sua profundidade é refletida na maneira como nos relacionamos com os outros, seja em relacionamentos românticos, amizades ou laços familiares, e o amor é, sem dúvida, uma das experiências mais complexas e enriquecedoras da vida.

O amor envolve cuidado, compromisso e aceitação, mas também exige coragem. Amar nunca é um desperdício, por mais que um relacionamento possa fracassar, os momentos bons vão ser sempre lembrados e ainda ganhamos perspectiva. E agora devem estar a perguntar: «Mas como assim Maria? Como é que depois de tanta dor ganhamos perspectiva?» Ganhamos perspectiva porque aprendemos com os nossos erros e aceitamos que o que for, será. A disposição de se abrir para outra pessoa, com todas as incertezas que isso traz, é um ato de coragem. No final, vale sempre a pena arriscar.

O AMOR, MUITAS VEZES, É TRABALHOSO, MAS NÃO EXISTE SENTIMENTO MAIS FASCINANTE E MARAVILHOSO. É IMPERFEITO, TAL COMO NÓS, E ISSO SÓ O TORNA MAIS ESPECIAL.

A verdade é que o amor está sempre ao nosso redor, mesmo que por vezes não o saibamos. Eu vejo o amor quando uma amiga se lembra de um pequeno detalhe sobre mim, quando estou com toda a minha família e passo momentos bons com eles, quando não estou bem e um professor repara nisso. Até vejo o amor quando um estranho me avisa que tenho o atacante desamarrado. É importante lembrarmos de que estamos cercados por uma rede de afetos que, muitas vezes, passa despercebida.

Quando era mais nova, a minha mãe disse-me que os relacionamentos eram como uma flor, que precisa ser cuidada com água e sol: em excesso a flor morre, mas, em falta, também morrerá. O amor é, portanto, uma jornada repleta de altos e baixos, um campo fértil de aprendizagem e crescimento pessoal. É na imperfeição e na vulnerabilidade que encontramos a verdadeira essência do amor: um sentimento que, apesar dos seus desafios, é capaz de nos transformar e enriquecer as nossas vidas. ■

MARIA BRASÃO
ES DE JAIME MONIZ (FUNCHAL)

VISITA O NOSSO BLOG



e encontra todas as novidades, reportagens ou notícias na íntegra e ainda muito mais!



entre a loucura...



FUTEBOL NA PRIME

HUGO RODRIGUES, JOGADOR DOS XAVEL ESTÁ A DAR O SEU MELHOR. AINDA LONGOS DESAFIOS DE CONCILIAR O SONHO DE JC

Quando e como começou a sua paixão pelo futebol?

Hugo Rodrigues (HR): Desde pequeno, quando comecei a jogar futebol na escola. Aos oito anos, ao entrar no Dragon Force, percebi que era algo de que realmente me despertava interesse e queria fazer no futuro.

Quem foi a maior influência na sua jornada como jogador?

HR: Cristiano Ronaldo, pela sua forma de jogar e pelos golos que marca.

Qual foi o momento mais marcante no futebol até agora?

HR: Ter conquistado a Taça da Madeira em 2019.

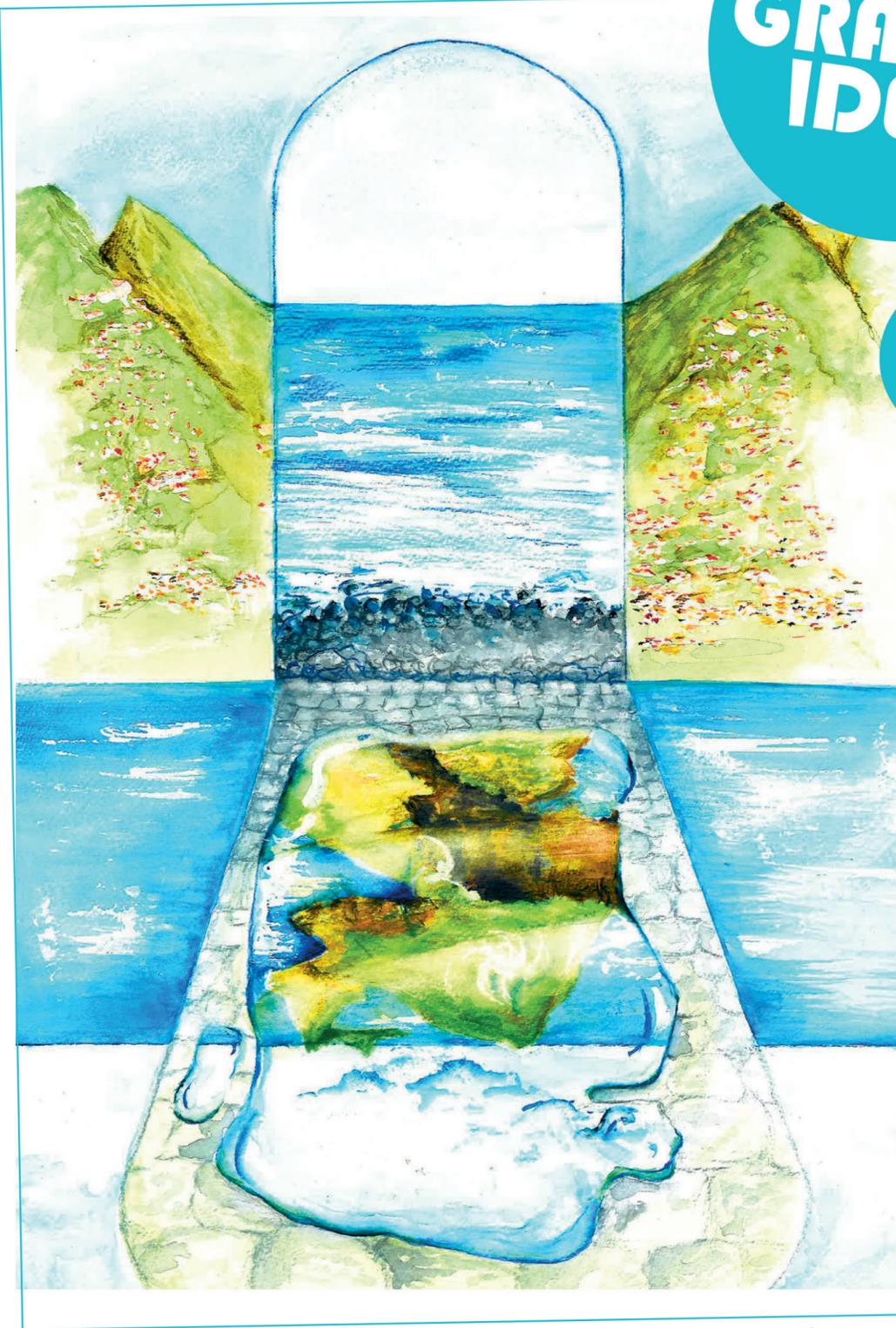
Como lida com a pressão dos treinos e dos jogos importantes?

HR: Não sinto pressão. Faço o que tem de ser feito e sigo as orientações do treinador. Cabeça erguida e fé em Deus. Sempre.

SE ÉS ALUNO DO SECUNDÁRIO, **PARTICIPA** NA TUA ESCOLA!

CONCURSO ESCOLAR
GRANDE IDEIA

N.º 4
FEVEREIRO
2025



DAS JANELAS E PORTAS DO MEU CONCELHO VÊEM-SE AS MONTANHAS DA ILHA E/OU VÊ-SE O MAR

JORGE PIMENTA ● ES DE FRANCISCO FRANCO (FUNCHAL)



A ORIGEM DO NOME DO CONCELHO DE CÂMARA DE LOBOS

Estávamos em 1419, em plena época dos Descobrimentos, em Portugal. Navegávamos, há vários dias, a ver somente água e linhas do horizonte, quando, de repente, avistámos uma ilha. Depois de a batizarmos, decidimos descansar um pouco.

Partimos à descoberta. O barco contornava a ilha junto à costa, ouvindo o som das ondas. Ocasionalmente, fazíamos uma pausa. A certa altura, deparámo-nos com um local repleto de rochas de grande porte, as quais entravam pelo mar numa grande gruta. O meu capitão, João Gonçalves Zarco, ordenou aos marinheiros que tomassem os pequenos barcos, prontos para adentrar a gruta misteriosa que se estendia à frente. Ao chegarmos à gruta surpreendemo-nos com aquilo que, inicialmente, pareciam rochas. Estas eram criaturas marítimas que tinham uma cor de pedra, e não rochas que se moviam. Admirados e espantados retomámos à realidade através da voz do nosso capitão, a qual embateu como a força de um trovão. – Que criaturas são estas?! Que delírio é este? Porque é que se parecem com rochas? – Não sei, capitão. Parecem-me criaturas vis. Devemos caçá-las para o nosso jantar, pois estamos a ficar sem mantimentos. Qual seria o nome destas criaturas? – perguntei. – É verdade, Dinis Dias. Estas não têm nome e irei batizá-las de lobos-marinhos. Quanto aos mantimentos, vamos providenciar um barco para os levar. Por agora, vamos sair daqui.

Os nossos companheiros aguardam-nos no barco. Vamos partilhar e festejar a recente descoberta.

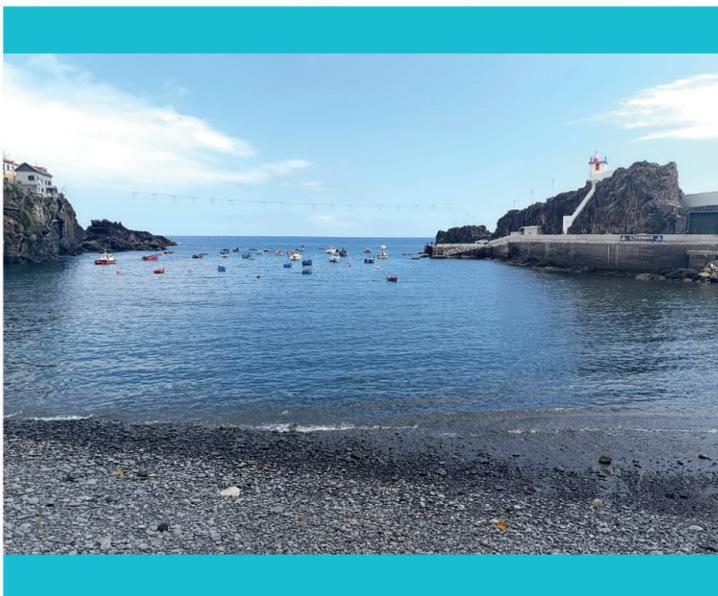
Depois desta ordem, voltámos para os barcos. Outro capitão, Tristão Vaz Teixeira, recebeu-nos com grande apreço. Fizemos um banquete com a carne do lobo-marinho. Também rimos, dançámos e conversámos, pensando acerca de um possível nome para a localidade descoberta. Designou-se por Câmara de Lobos, ou seja, "câmara", pois significa o refúgio destas criaturas espantosas, e "lobos", em homenagem aos lobos-marinhos, criaturas extraordinárias.

Fontes:

- <https://cm-camaradelobos.pt/informacoes/concelho/freguesias/freguesia-de-camara-de-lobos>
- [https://www.infopedia.pt/artigos/\\$camara-de-lobos](https://www.infopedia.pt/artigos/$camara-de-lobos)
- https://pt.wikipedia.org/wiki/C%C3%A2mara_de_Lobos

CAROLINA GONÇALVES

EBS Dr. Luís Maurílio da Silva Dantas – Carmo (Câmara de Lobos)



No Funchal, na Ilha da Madeira, onde o oceano abraçava as falésias e as levadas cortavam os vales exuberantes, nasceu Beatriz. Desde pequena, soubera que o destino das mulheres ali estava marcado pela tradição, os homens desafiavam o mar, comandavam os negócios e tomavam as grandes decisões. As mulheres ficavam em casa, cuidavam dos filhos e serviam a comunidade.

Beatriz, porém, nunca aceitou as fronteiras invisíveis que a sociedade lhe impunha. O seu coração pulsava no ritmo das ondas, e ela sonhava com o mar, com a força do Atlântico que o seu pai desbravava. Quando falava sobre isso, a cidade ecoava em risos: «O mar não é para ti», «O mar é para os homens», diziam. Mas Beatriz não se deixou abalar.

Com um espírito obstinado, começou a aprender tudo em segredo. Observava os pescadores com atenção, decorava nós e gestos, estudava os ciclos das marés e escutava as histórias dos mais velhos. Nos dias de vento forte, escondia-se entre as rochas e praticava os gestos, cada vez mais perfeitos. O som das ondas, que para muitos representava perigo, tornava-se a banda sonora da sua resistência.

Aos 16 anos, numa noite de lua cheia, Beatriz tomou uma decisão ousada. Apropriou-se do barco do pai e lançou-se ao mar, enfrentando a vastidão do oceano sozinha. Quando regressou, ao amanhecer, com cestos a transbordar de peixe, os risos deram lugar ao silêncio. O seu pai, furioso, tentou pôr fim à sua ousadia, mas logo a história se espalhou pela ilha. Algumas mulheres, tocadas pela coragem de Beatriz, começaram a questionar-se: «E se também pudéssemos?» As tensões cresceram. Os homens tentaram dissuadi-las, alegando que o mar exigia uma força que, segundo eles, as mulheres não possuíam. Mas as mulheres não desistiram. Às escondidas, partiram em pequenos grupos, desafiando os ventos impetuosos e testando a sua coragem contra as águas traiçoeiras.

O destino revelou-se quando uma tempestade atingiu a ilha. Muitos barcos ficaram à deriva, e os experientes pescadores hesitaram em zarpar. Beatriz e as suas companheiras não vacilaram. No meio do pânico, partiram sem hesitar. Enfrentaram as ondas implacáveis e trouxeram os pescadores de volta à segurança.

Quando regressaram, trazendo os homens exaustos e as embarcações salvas, ninguém mais pôde negar a coragem das mulheres. Desde aquele dia, Beatriz deixou de ser apenas um nome sussurrado com escárnio e tornou-se um símbolo de mudança. Com o tempo, outras mulheres seguiram os seus passos, conquistando o seu lugar não apenas no mar, mas também na liderança e nos negócios da ilha. O oceano já não pertencia apenas aos homens. E assim, o vento que antes sustentava a tradição tornou-se o mesmo vento que impulsionava as velas das mulheres que ousaram mudar o seu destino. Porque a igualdade não se concede, conquista-se, como quem enfrenta o mar sem medo de naufragar.

MATEUS GOUVEIA

Escola da APEL (Funchal)



A NOITE DOS FACHOS

No ano de 1617, a pacata vila de Machico, na ilha da Madeira, vivia sob a constante ameaça de ataques piratas. As águas do Atlântico eram palco de frequentes investidas de corsários que saqueavam as povoações costeiras. Para se protegerem, os habitantes de Machico desenvolveram um engenhoso sistema de alerta: os fachos. Estas fogueiras, acesas em pontos estratégicos das encostas, serviam para avisar a população da aproximação de embarcações suspeitas.

Numa tarde de agosto, o jovem pescador Diogo viu ao longe, no horizonte, velas desconhecidas que se aproximavam rapidamente. Reconhecendo o perigo, correu pelas ruas empedradas até à igreja matriz, onde o sino repousava silencioso. Com o

consentimento do pároco, o sino ecoou pela vila, convocando os homens para os postos de vigia. Nas colinas circundantes, grupos de moradores, previamente organizados, preparavam-se para acender os fachos. As estruturas, feitas de varas de madeira, estavam prontas, aguardando apenas a chama que as iluminaria. Com a chegada da noite, as fogueiras foram acesas, desenhando símbolos religiosos e figuras náuticas que brilhavam intensamente contra o céu escuro.

Este espetáculo luminoso não só alertava as povoações vizinhas, como também intimidava os invasores, que muitas vezes recuavam ao verem a união e prontidão dos habitantes. Aquela noite, os fachos cumpriram o seu propósito. Os piratas, ao avistarem as encostas iluminadas e percebendo a vigilância da população, decidiram afastar-se, poupando Machico a mais um ataque. A comunidade celebrou a sua vitória com uma missa em honra do Santíssimo Sacramento,

agradecendo a proteção divina. Com o passar dos séculos, a ameaça pirata desapareceu-se, mas a tradição dos fachos perdurou. Atualmente, na véspera da Festa do Santíssimo Sacramento, que ocorre no último fim de semana de agosto, as encostas de Machico voltam a iluminar-se. As estruturas, agora metálicas, são cuidadosamente preparadas pela comunidade, mantendo vivos os símbolos e a fé dos antepassados.

ESTE RITUAL SECULAR É UM TESTEMUNHO DA RESILIÊNCIA E DEVOÇÃO DO POVO DE MACHICO, QUE TRANSFORMOU UM ANTIGO SISTEMA DE DEFESA NUMA CELEBRAÇÃO DE IDENTIDADE E FÉ.

LAURA JESUS
EBS de Santa Cruz



Fontes:

- "Fachos", 7 Maravilhas de Portugal. Disponível em: 7maravilhas.pt
- "Festa do Santíssimo Sacramento e dos Fachos em Machico", Machico Online. Disponível em: machicoonline.wordpress.com
- "Fachos de Machico: Rituais e costumes", Funchal Notícias. Disponível em: funchalnoticias.net



TOQUES DE ALEGRIA



BEATRIZ FERREIRA

EBS da Ponta do Sol

INVESTIGAÇÃO
HISTÓRICACON
TO

SOU UMA ADOLESCENTE IMPERFEITA

A Matilde é uma jovem estudante de 16 anos, com apetência pela área das Ciências e Tecnologias. Sempre foi vista como uma aluna exemplar, conseguia excelentes notas, era dedicada e cheia de sonhos. Além disso, era desportista, praticava voleibol e o seu espírito de equipa e determinação brilhavam tanto quanto o seu sorriso. Era boa em quase tudo o que fazia, mas sentia que mesmo assim não era o suficiente.

Mal sabia ela que a sua vida estava prestes a mudar. Durante um treino, sofreu uma deslocação da rótula. A lesão deixou-a de muletas, a fazer fisioterapia, privando-a de fazer algo que tanto amava. Para tentar compensar a falta do voleibol e distrair-se, Matilde começou a estudar intensamente. Passava horas agarrada aos livros, tentando obter as melhores notas da turma, pois não queria falhar. No início, parecia uma boa ideia, mas, com o passar do tempo, tornou-se uma obsessão. Começou a dormir pouco, a faltar aos encontros com os amigos e até a afastar-se da família. Quando estudava, era invadida por um sentimento de desilusão e chorava sozinha, com dores no joelho e na alma. «E se eu falhar e não for capaz? Não os posso desapontar, tenho de ser perfeita», pensava ela.

O ponto de rutura chegou numa noite em que, depois de horas a fio a tentar resolver um exercício de Física, acabou por desabar em lágrimas no quarto. Sentia-se perdida. Não sabia como voltar a ser a “Matilde” que todos conheciam. Naquele momento, a mãe foi o seu pilar:
– Mãe, preciso muito da tua ajuda! Não sei o que se passa comigo, já não consigo gerir tanta pressão.
– A que te referes, Matilde? Conta-me o que se passa.
Falou-lhe, então, sobre a pressão que sentia para ser perfeita e sobre o medo de desapontar os outros. Foi a partir daí, com o apoio dos pais e de um psicólogo, que percebeu, aos poucos, que não precisava de ser uma pessoa perfeita. Aprendeu a aceitar as suas limitações e a valorizar o esforço que fazia, mesmo que os resultados não fossem os pretendidos.

Hoje, a Matilde continua em recuperação, mas já não carrega o peso de tentar ser perfeita. Voltou a sorrir, a sair com os amigos, a aceitar-se, e até começou a namorar. «Ser perfeita deixou de ser um objetivo. A verdadeira vitória foi perceber que ser eu mesma é o mais importante», diz agora. Aprendeu que a perfeição é um mito e que a felicidade está em aceitarmos-nos como somos, com as nossas falhas e virtudes.

MARIA BEATRIZ OLIVEIRA
EBS Dr. Ângelo Augusto da Silva
(Funchal)



DIÁRIO DA MARÉ NEGRA

SÁBADO, 31 DE DEZEMBRO DE 1989

Sou a Safira, tenho dezasseis anos, sou orgulhosamente filha de uma família do Porto Santo. Estou a escrever no diário que recebi no Natal, mas, infelizmente, a primeira notícia que irei deixar aqui não é boa... Hoje à noite, vi nas notícias que um navio espanhol derramou cerca de vinte e cinco mil toneladas de petróleo bruto no oceano Atlântico! Apesar de o governo da Madeira dizer que não irá atingir a nossa ilha, estou preocupada... Imaginem a praia maravilhosa do Porto Santo ficar coberta por uma mancha preta! Espero que só fique pela imaginação e que não aconteça mesmo...

TERÇA-FEIRA, 16 DE JANEIRO DE 1990

As aulas acabaram por hoje e tenho a tarde livre, por isso, vou ajudar a limpar o mar, que está coberto de crude. Vou levar um balde, uma pá e galochas. Tudo isto podia não estar a acontecer... Se não fosse aquele navio espanhol, Aragón, a derramar toneladas de petróleo, eu não teria de limpar a praia. Mas, pelo bem dos animais e do ambiente, a população do Porto Santo está empenhada na limpeza! Mas é triste, se pensarmos que a praia mágica de areia dourada está agora coberta por uma camada espessa, escura e feia. Sinceramente, não sei se esta limpeza vai demorar muito ou pouco, mas o único desejo que tenho é que a praia volte a ser como era. Se não voltar a ser, o que será do Porto Santo? Apesar de todas as outras coisas boas da ilha, a praia é a mais especial. Quando soube da notícia fiquei com o coração nas mãos e tinha a esperança que não chegasse à ilha. Mas

Fontes:

- <https://www.arquipelagos.pt/imagem/mare-negra-no-porto-santo-em-janeiro-de-1990-fotografia-carlos-lobes-porto-santo/>
- <https://www.obichinhososaber.com/neste-dia-16-de-janeiro-mare-negra-atinge-as-costas-de-porto-santo-madeira/>



chegou, e agora temos de emendar um erro que nem sequer é nosso!

SÁBADO, 20 DE JANEIRO DE 1990

Esta semana foi muito dura, pois eu e a minha família, no tempo livre que tínhamos, estivemos a trabalhar na limpeza da praia. Hoje, até aconteceu algo que me marcou e que me fez odiar ainda mais o petróleo que causou tudo isto. Vi uma pequena tartaruga no meio do pastoso crude a ser resgatada e também vi várias cagarras cobertas de petróleo peganhento. Confesso que fiquei chocada e furiosa só de pensar que um acidente que parecia longínquo colocou os animais do Porto Santo em risco e estragou a nossa preciosa praia!

SÁBADO, 23 DE JUNHO DE 1990

Chegou o São João, o melhor feriado da ilha! Hoje, vou passar o dia todo com as minhas amigas: primeiro vamos à praia, depois comer bolo do caco e, à noite, festejar o São João, ver as marchas populares e o fogo-de-artifício. Estamos finalmente de férias e agora é aproveitar o Verão que começou nesta semana! Quando fui à praia senti-me muito feliz porque toda a magia tinha regressado! A praia recuperou da terrível maré negra de Janeiro e voltou a ser o que sempre fora! Foi graças ao trabalho esforçado de limpeza de todos. A ilha e o próprio planeta Terra são muito frágeis, aprendi essa lição. E a partir de agora, vou ter mais cuidado com a praia e com a minha ilha. Quero que seja sempre o paraíso! **O FUTURO ESTÁ NAS NOSSAS MÃOS. SEMPRE ESTEVE.**

LÚCIA BORGES
EBS/PE/C Prof. Dr. Francisco de Freitas Branco
(Porto Santo)



REPORTAGEM

CALHETA A CAMINHO DE LA PUNTA!

São 54 os jovens calhetenses que se preparam para embarcar numa viagem inesquecível. O festival La Punta 2025 arranca a 7 de abril para sete dias de pura diversão, convívio e aventura.

A Calheta estará em força nesta que é a maior viagem de finalistas portugueses em território espanhol. Estes e os respetivos pais estão cientes de que todo o cuidado é pouco, logo é necessário alertar os adolescentes para comportamentos de risco.

Com o desejo de viver esta experiência única, a Comissão de finalistas da EBS/PE da Calheta desenvolveu várias iniciativas de angariação de fundos. Os eventos tiveram início em setembro, com a venda de iguarias caseiras no recinto escolar. Posteriormente, organizaram um jantar na cantina da escola que visou criar um momento de convívio entre alunos, pais e comunidade. No dia 31 de outubro teve lugar, no Clube Desportivo e Recreativo dos Prazeres, a Festa de Halloween, que contou com a presença de dois conhecidos DJs.

As três semanas subsequentes foram muito atarefadas e cansativas. O dia da Bênção das Capas, a 22 de novembro, foi vivenciado com bastante entusiasmo por parte dos finalistas. Pelas 14:30, teve início a cerimónia do dia da escola, seguida da missa da Bênção das Capas, na Igreja Matriz da Vila da Calheta. Após o jantar, teve lugar o Baile de Finalistas, na marginal da Vila da Calheta, o momento mais ansiado pelos mais jovens.

A fechar esta maré de atividades, os finalistas dinamizaram uma “barraquinha” na Noite do Mercado dos Prazeres, a 21 de dezembro, com as habituais iguarias da época natalícia. Em discurso direto e em jeito de comentário, um dos membros da Comissão de Finalistas afirmou que «não esquecemos ainda todo o apoio recebido por diversas entidades locais», dado que nada disto teria sido possível sem toda a ajuda e compromisso para que os finalistas tivessem a sua viagem de sonho. Por agora está encerrada a angariação de fundos, visto que os alunos se encontram numa fase decisiva do seu percurso escolar. Seja qual for o caminho que os jovens irão trilhar, todos enfrentarão novos desafios.

Em última instância, é indubitável que o árduo trabalho dos finalistas será recompensado pela semana memorável que terão. Até lá, seguem focados nos seus estudos, num misto de ansia e determinação, pelas múltiplas experiências que ser estudante do 12.º ano encerra, certos de que La Punta não é o fim, mas tão só a ponta de um mundo de oportunidades nos seus horizontes.

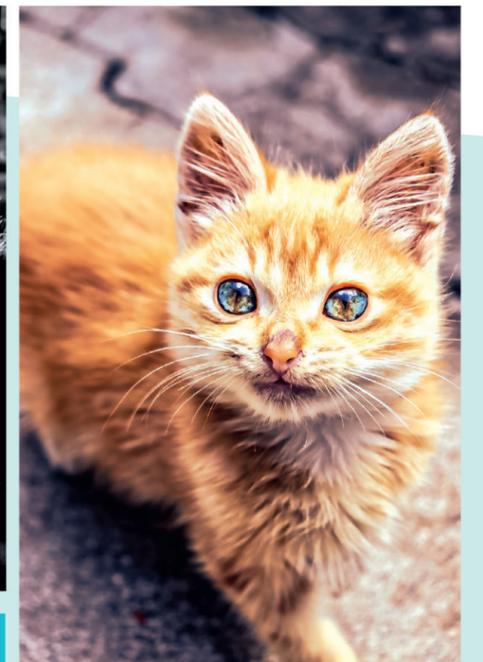


INÊS MACIEL
EBS/PE da Calheta



SENTIMENTOS

ATRAVÉS DO OLHAR UM MUNDO DE EMOÇÕES



JÉNIFER DE SOUSA
EBS Padre Manuel Álvares (Ribeira Brava)



POESIA

A VIDA E A MORTE

Na aurora da vida, a esperança floresce,
Mas na sombra da morte, o silêncio entonece.
Entre o riso e o desespero, dançamos no fio
Da existência curta, num eterno desafio.

A vida é um eco, um suspiro no ar
E a morte, o destino que não se pode evitar.
Nas pegadas deixadas, um eco do passado,
E nas escolhas futuras, um destino impensado.

Na teia da existência, somos todos tecelões,
Entrelaçando sonhos, esperanças e ilusões.
Mas é na iminência da partida que entendemos
Que eventualmente é à morte que nos rendemos.

Na estrada da vida, o tempo corre sem parar,
Cada passo é um suspiro, um destino a encarar.
Entre o pulsar da vida e o silêncio da morte,
Dançamos na fina linha, num eterno suporte.

AFONSO TEIXEIRA
ES de Jaime Moniz (Funchal)



VIDA

A NOSTALGIA DO OCASO



SENTIMENTOS



CARLOS FERNANDES
EBS D.ª Lucinda Andrade (São Vicente)

O REENCONTRO



CONTO

N uma bela ilha, certo dia que viria a ser, também, belo, decidi sair de casa e ir ler para aproveitar o maravilhoso sol de janeiro. Deliberei ir até ao Parque de Santa Catarina e assim o fiz. Ao chegar, avistei numerosas pessoas, desde os locais, que tinham procedido como eu e fruir o sol morno, mas intenso de brilho, até muitos turistas claramente deslumbrados com tanta beleza, como se o parque fosse uma ilha dentro da ilha.

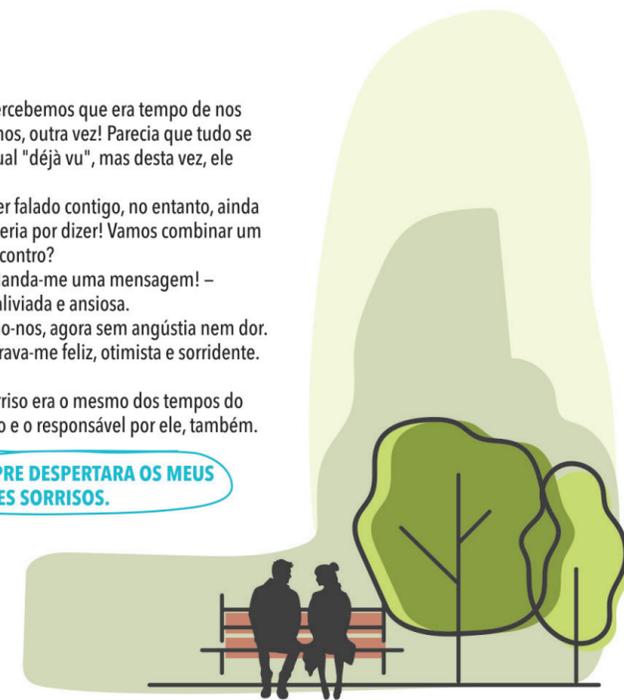
Olhei demoradamente em volta e deparei-me com caras estranhas, apenas. Mas eis que os meus olhos se cruzaram com os dele! Os do meu primeiro amor! Parecia, talvez, um grande clichê, porventura de um filme previsível, em que dois adolescentes se apaixonam e vivem um romance incrível e invejável... Até que, concluído o 12.º ano, a ida para diferentes universidades implica a inevitável separação. Bem, foi isso o que me aconteceu há precisamente seis anos. Cada um teve de seguir um caminho... Mas vi-o, novamente.

Na verdade, sempre pensei no que diria ou faria se tal alguma vez acontecesse! Porém, nunca é como se planeia...
– Então, passado tanto tempo, nem um "olá"? Lembro-me de que eras bem mais simpática...
– disse ele.
E eu, nesse instante só queria dissipar, nem sei se este verbo se aplica, tal era o constrangimento, e abismo de um reencontro tão desejado quanto inesperado, mas desculpei-me:
– Olá! Estava tão embrenhada no livro que nem me apercebi de que eras tu...
Obviamente menti, porque bem sabia que ele seria, em qualquer lugar, imediatamente, quem me chamaria a atenção!
Então, ele sentou-se a meu lado e começou a falar, primeiro sobre o livro, conversa fiada, portanto. Logo de seguida, demos por nós a conversar sobre a vida, a vida de cada um desses seis anos, sonhos alcançados e projetos ainda mal definidos, objetivos futuros, e deste modo, alheios do espaço, devem ter decorrido umas boas três horas, embora não tivesse parecido assim tanto

tempo! Percebemos que era tempo de nos despedir-nos, outra vez! Parecia que tudo se repetia, qual "déjà vu", mas desta vez, ele disse:
– Adorei ter falado contigo, no entanto, ainda muito haveria por dizer! Vamos combinar um novo reencontro?
– Claro! Manda-me uma mensagem! – respondi aliviada e ansiosa.
Despedimo-nos, agora sem angústia nem dor. Eu encontrava-me feliz, otimista e sorridente.

O meu sorriso era o mesmo dos tempos do secundário e o responsável por ele, também.

ELE SEMPRE DESPERTARA OS MEUS MELHORES SORRISOS.



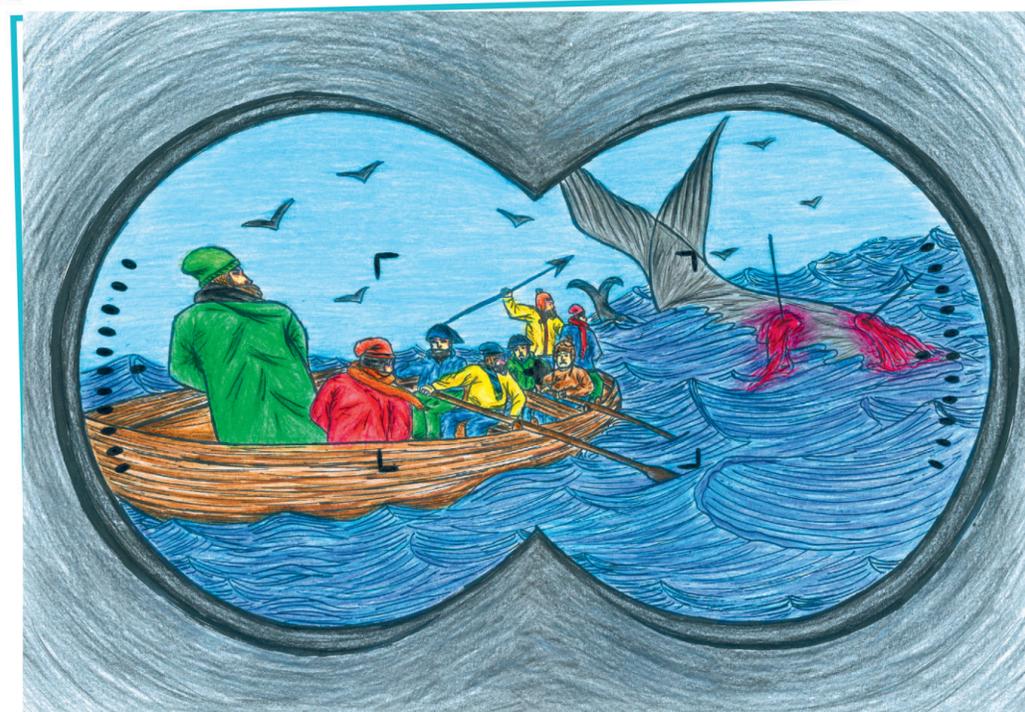
MARIANA BICHANGA

EBS/PE/C Bispo D. Manuel Ferreira Cabral (Santana)



PORTAS E JANELAS DA MINHA CIDADE

A JANELA DO VIGIA



VITÓRIA FERRAZ
EBS/PE/C do Porto Moniz

POESIA

SAUDADE

A saudade é um silêncio que transborda dor, é um sentimento fragmentado num coração vazio que suscita pavor, é uma lembrança que arremessa em lágrimas, uma memória que fica marcada numa página.

A saudade é um amor perdido,

uma alma ausente,
é um vento que bate na cara,
sinalizando um adeus inocente.

Ainda tenho a esperança de voltar a ver-te,
talvez num mundo distante...
mas num suspiro de um fechar de olhos,
tra-te-ei para perto de mim num instante.

Ainda ouço o ecoar da tua voz,
entrelaçado num laço de dois nós,
Ainda que distante estás presente...
comigo eternamente.

"Louvado seja o senhor",

E que guarde bem o meu amor.

SARA MARQUES

EBS de Machico



REPORTAGEM



"CARNAVAL" ENTRE O GROTESCO E A SÁTIRA

EXPOSIÇÃO DE SUSANA FIGUEIRA NA GALERIA ESPAÇO MAR

A exposição Carnaval de Susana Figueira, inaugurada a 30 de janeiro de 2025 na Galeria Espaço Mar, desafia a fronteira entre o belo, o grotesco e a sátira. Com uma abordagem visualmente exuberante, a artista utiliza o excesso e a distorção como instrumentos de crítica social, explorando o riso, a ironia e a subversão das normas. «O visitante é convidado a mergulhar numa realidade onde o absurdo se confunde com o real, o excesso se transforma em narrativa e o riso pode ser, ao mesmo tempo, libertador e inquietante», como recorda a responsável pelo espaço.

Nascida em Durban, África do Sul, estudou Belas-Artes em Valência e no Funchal, aprofundando a sua pesquisa sobre o grotesco na história da arte. As suas influências incluem o gótico valenciano, os retábulos medievais e o imaginário carnavalesco, sempre equilibrando o sagrado e o profano. A exposição chegou à Galeria Espaço Mar por convite da Professora Carla Cabral. Para a artista, «a presença de uma galeria dentro duma escola é essencial, especialmente num contexto de desvalorização da Educação Visual». Susana Figueira acredita que a mostra pode ampliar a sensibilidade e o sentido crítico dos estudantes. A exposição destaca púlpitos ornamentados, ocupados por figuras em poses desajeitadas e inquietantes, que refletem as ironias do poder e das dinâmicas sociais. A estética carregada remete ao conceito de *horror vacui*, preenchendo os espaços com detalhes expressivos que evocam tanto a tradição medieval como a modernidade caótica.

O objetivo inicial do artista – disse – «é provocar o riso no visitante, levando-o depois a uma reflexão sobre si e depois, sobre a riqueza histórica e simbólica das obras. Um dos conceitos centrais é o *Risus Paschalis*, tradição medieval em que padres contavam bufonarias para fazer rir os paroquianos, transformando o púlpito num palco de sátira e crítica social».

A dualidade entre o sublime e o absurdo desafiam o espectador a interpretar símbolos e a encontrar novos significados. «O grotesco não é apenas deformação estética, mas um meio de interrogar o mundo, um convite ao desconforto, à cumplicidade e ao inconformismo».

Susana Figueira propõe uma leitura irónica e crítica da sociedade contemporânea, onde riso, o grotesco e a exuberância visual desestabilizam certezas e levam o pensamento a reformular-se. Assim, Carnaval de Susana Figueira oferece mais do que uma experiência estética: propõe uma leitura irónica e crítica da sociedade contemporânea.

MARIA CATARINA FERREIRA

EBS Gonçalves Zarco (Funchal)

A galeria está aberta ao público e a todos os interessados na quarta e sexta-feiras entre as 16:45 e as 18:15 horas.



e a genialidade



PEDRO GOUVEIA

EBS DE MACHICO

VENEZUELA: CRISE, RESISTÊNCIA OU RESIGNAÇÃO?

A VENEZUELA É UM PAÍS DA AMÉRICA LATINA, COM MAIS DE 30 MILHÕES DE HABITANTES, E POSSUI VÁRIAS CARACTERÍSTICAS ÚNICAS E CULTURALMENTE IMPORTANTES. NO ENTANTO, NOS ÚLTIMOS 25 ANOS, NÃO TEM VIVIDO UMA SITUAÇÃO FAVORÁVEL AO SEU PROGRESSO ENQUANTO NAÇÃO.

No dia 28 de julho de 2024, realizaram-se as eleições presidenciais, tendo Nicolás Maduro sido o vencedor, o que gerou uma enorme contestação por parte da população, levando a protestos, detenções e inúmeras mortes. Mas qual terá sido a causa dessa oposição por parte do povo? A verdade é que nos últimos 25 anos, detiorou-se a economia e o padrão de vida da população. Tanto Chávez como Maduro defendiam

as ideologias comunistas de Marx e Engels, o que levou à criação do Partido Socialista Unido da Venezuela, que continua no poder até hoje. Atualmente, o país vive um mau momento, com a liberdade restringida, corrupção e hipocrisia, aumento do desemprego, da pobreza, da criminalidade e da hiperinflação. Como pode uma pessoa que recebe um salário mínimo de cerca de 400 mil bolívares, equivalente a aproximadamente 100 euros, comprar um quilo de carne cujo preço é oito vezes esse valor? É impossível viver nestas circunstâncias, e o governo não toma qualquer medida para mudar a situação. A migração também resulta da ditadura: quase oito milhões de venezuelanos emigraram para outros países.

Entre esses migrantes, a nossa escola conta com 111 alunos venezuelanos.

Concluindo, a Venezuela encontra-se num cenário desumano e terrível, pois o governo que está no poder não se preocupa com a população e continua a viver numa bolha fora da realidade, repleta de hipocrisia. Algumas pessoas conseguiram escapar a tempo, mas enfrentam problemas sociais, como a xenofobia e a dificuldade de integração na sociedade de acolhimento. Apesar de tudo, ainda espero que a Venezuela volte a ser um país desenvolvido, que se reerga e ponha fim à ditadura. ■

PATRICIA DE FRANÇA

EBS/PE DA CALHETA



eventos



CAPAS À MODA DO NORTE

No dia 10 de janeiro, os alunos da EBS D.ª Lucinda Andrade, em São Vicente, viveram um momento de pura emoção: a bênção das capas. Para aqueles que estiveram presentes, foi um dia inesquecível. Apesar de seguirem caminhos distintos – alguns rumo ao ensino superior e outros encerrando a sua jornada académica –, os 38 finalistas desfrutaram, com igual entusiasmo, a alegria desta celebração.

Às 13 horas, após a fotografia de grupo, teve início a cerimónia na nossa escola, onde ficámos profundamente comovidos pelos discursos das diversas entidades presentes e as expressivas apresentações artísticas. Depois de um lanche-convívio, rumámos à Câmara Municipal, para uma

calorosa receção. Em seguida, participou-se na celebração religiosa na Igreja Matriz, num ambiente de grande harmonia e espiritualidade. O dia culminou com um jantar e baile, onde os finalistas desfrutaram de uma noite especial na companhia da sua família, amigos e professores.

Este é o dia que levarei comigo para sempre. A capa e o fato são apenas símbolos materiais. O que realmente importou foi a presença daqueles que sempre acreditaram em nós, que nos apoiaram neste percurso e que, com orgulho, nos viram ali, firmes e vitoriosos. ■

Ó Finalistas, é a hora! Valeta, Frates!

(ADEUS, IRMÃOS!)

CARLOS FERNANDES

EBS D.ª LUCINDA ANDRADE (SÃO VICENTE)

QUE PESSOA: HUGO RODRIGUES

COM 16 ANOS E, COMO MUITOS JOVENS APAIXONADOS PELO FUTEBOL, HUGO RODRIGUES ENFRENTA A REALIDADE DOS TREINOS, DOS JOGOS E DOS DEVERES ASSOCIADOS À BOLA COM OUTRAS RESPONSABILIDADES DA VIDA.

Que sente ao representar o seu clube?

HR: Sinto-me feliz por representar o clube da minha terra. É um orgulho estar nos Xavelhas. Apesar de ser um clube muitas vezes desvalorizado e ofuscado pelos grandes, tem muita história e dá aos jovens mais uma oportunidade de desenvolverem atividade física e desportiva. Além disso, já conquistou muitos troféus.

Como se imagina no futebol daqui a 5 ou 10 anos?

HR: Não sei se ainda estarei a jogar daqui a 5 ou 10 anos. O mais provável é que a minha vida tome outros rumos, pois estou a estudar para seguir uma área diferente.

Há algum clube ou seleção onde sonha jogar?

HR: A minha resposta nunca mudaria: Benfica.

Se pudesse dar um conselho a outros jovens que estão a começar

no futebol, qual seria?

HR: Nunca desistam do vosso sonho e procurem sempre melhorar.

Qual é a maior lição que o futebol já lhe deu?

HR: Nem sempre quem joga melhor ganha. E quem não aproveita as oportunidades, arrisca-se a perder!

Que impacto espera causar no futebol ou na sua comunidade?

HR: Gostaria de ser lembrado pelas minhas habilidades técnicas sem bola, porque com bola sou menos bom. Mas, sobretudo, gostaria de ser uma referência e um exemplo de dedicação para os mais novos. ■

MARISOL FERREIRA

EBS GONÇALVES ZARCO (FUNCHAL)



DE SANTANA PARA DUBLIN

A CONCRETIZAÇÃO DE UM SONHO

ESTUDAR FORA DO PAÍS É UM SONHO QUE MUITOS JOVENS ALMEJAM, MAS POUCOS TÊM A CORAGEM E A DETERMINAÇÃO DE O FAZER. UM CASO DE SUCESSO É O DA MADELENA FREITAS, EX-ALUNA DA NOSSA ESCOLA, QUE DECIDIU SEGUIR O SEU CORAÇÃO E EXPLORAR NOVOS HORIZONTES ACADÉMICOS. ESTUDANTE DO PRIMEIRO ANO DO CURSO 'FILOSOFIA, CIÊNCIA POLÍTICA, ECONOMIA E SOCIOLOGIA', QUE DIZ TER SIDO "FEITO À MEDIDA", NA CONCEITUADA TRINITY COLLEGE DUBLIN (TCD), NA IRLANDA, PARTILHA CONNOSCO A SUA CAMINHADA E A SUA EXPERIÊNCIA ENQUANTO ESTUDANTE ALÉM-FRONTEIRAS.

Porque é que escolheste a Trinity College Dublin?

Madelena Freitas (MF): A Trinity College Dublin é uma universidade que dificilmente não impressiona uma pessoa. A sua história, arquitetura, tamanho, prestígio... fui muito facilmente convencida. Tenho o privilégio de andar por corredores onde sei que alguns dos meus autores favoritos já andaram, não se pode pedir muito mais! Mas numa nota mais séria, a dedicação da universidade para com o sucesso individual de cada aluno é evidente. A combinação de aulas em auditórios, conduzidas por especialistas de cada área de estudo, com grupos-foco de debate sobre temas com outros professores, ajuda à compreensão da matéria (e não apenas a mera absorção de factos). Isso ajudou-me a ver a TCD como a instituição onde me veria a prosseguir a minha formação.

Como é que foi o processo de candidatura?

MF: Candidatei-me através do CAO - sistema irlandês de acesso ao ensino superior, que trata da conversão dos elementos de avaliação portugueses para os irlandeses. Lá, os alunos não têm avaliação contínua, e o acesso ao ensino superior depende somente das notas de uma ronda de exames a oito disciplinas, das quais escolhem seis para concorrer.

Tendo realizado o ensino em Portugal, é possível candidatar-se usando a média final de secundário e a realização opcional do Exame Nacional de Matemática A (que dá a obtenção de 25 pontos extra). Além disso, é necessário ter um certificado de proficiência em inglês ou a realização do *International English Language Testing System* (IELTS).

Qual é o maior desafio de ser aluna no estrangeiro?

MF: Provavelmente, é estar longe dos meus amigos. Estar longe da família é tido como garantido para todos nós, especialmente tendo em conta que muitos vão para Portugal Continental. No entanto, o facto de nenhum comboio ou autocarro te levar a uma cara familiar pode ser complicado, principalmente se a adaptação não for rápida. Felizmente, esse não foi o meu caso.

Que conselho darias a quem quer estudar além-fronteiras?

MF: Que tenha a certeza de que é isso que quer. No meu caso, não havia um único aspeto da minha atual experiência que me desagradasse. Gostava das áreas do curso, a universidade era tudo o que eu sonhava, a cidade era agradável e o clima a meu gosto. A ida para a universidade será sempre um período um pouco difícil, mas com a motivação e a atitude certas torna-se numa experiência inesquecível! ■

EDUARDA TEXEIRA E NÁDIA ORNELAS

EBS/PE/C BISPO D. MANUEL FERREIRA CABRAL (SANTANA)



A SOLIDARIEDADE FAZ A DIFERENÇA!

A solidariedade e o espírito comunitário estão no coração das iniciativas promovidas pela EBS Dr. Ângelo Augusto da Silva. Ao longo do 1.º período, a EBSAAS uniu esforços para apoiar o *Lar Maria Mãe de África*, em Carapira, na província de Nampula, Moçambique, através de uma campanha de angariação de fundos. Trata-se de uma instituição que acolhe e cuida de crianças e jovens em situações vulneráveis, oferecendo-lhes abrigo, educação e um ambiente seguro e acolhedor num país com um fraco desenvolvimento.

Esta iniciativa solidária baseou-se numa angariação de fundos feita através da aquisição de uma fita representativa desta ação, disponível mediante um donativo mínimo de 1€. Foi possível angariar 1.000 €, uma quantia destinada à compra de cerca de 40 colchões para o lar. Este gesto não só permitiu melhorar as condições de vida dos residentes, alinhando-se com os seus objetivos de oferecer um espaço digno e confortável, como também demonstrou o poder do trabalho coletivo e do compromisso social, através do envolvimento em causas que transcendem fronteiras.

Sabemos que pequenas ações podem ter um impacto significativo na vida daqueles que mais precisam, e acreditamos que este gesto fez diferença na vida das crianças do *Lar Maria Mãe de África*. ■

SARA PEREIRA

EBS DR. ÂNGELO AUGUSTO DA SILVA (FUNCHAL)



ACREDITA NO TEU SONHO

A aviação desperta a paixão de muitos, mas ainda carrega um ar de mistério e desafios. Para quem sonha voar, a carreira pode parecer um objetivo inacessível. No entanto, existem oportunidades que aproximam este sonho da realidade, como o projeto "Shadowing", que oferece a possibilidade de conhecer de perto o dia a dia de profissionais na área. Tive o privilégio de participar neste projeto e escolhi a Força Aérea, mesmo sabendo que não oferece licença comercial. O meu objetivo era claro: explorar de perto a vida de um piloto, vivenciar a operação das aeronaves e, claro, experimentar um batismo de voo. Esta experiência não só confirmou a minha paixão pela aviação como também me mostrou que, com esforço e dedicação, é possível seguir este caminho. Se tu, como eu, sonhas em pilotar ou trabalhar com aviões, fica a saber que há formas de te aproximares deste mundo. Procura projetos, atividades e eventos que proporcionem essa experiência. Não deixes que o desconhecido ou o medo de tentar te impeçam de perseguir os teus sonhos.

A aviação pode parecer um campo fechado, mas está aberta a quem tem paixão e determinação. Afinal, alguém já o fez, e tu também o podes fazer. O céu não é o limite, é apenas o início. ■

RAFAELA LIMA

EBS/PE/C DO PORTO MONIZ



A MINHA CÂMARA FOTOGRÁFICA É, PROVAVELMENTE, AQUELO QUE MAIS ME DEFINE. NÃO SAIO DE CASA SEM ELA.

Tudo pode ser uma fotografia: um sorriso, o reflexo da luz numa poça de água, as cores das folhas no outono. Quando estou a fotografar, sinto que o tempo para e que estou a guardar momentos que não quero esquecer. Não sou uma fotógrafa profissional, claro, mas cada foto que tiro é uma forma de mostrar aos outros como vejo o mundo.

Outra coisa que me faz sentir livre é correr. Gosto de sentir o vento no rosto e o som dos meus passos no chão. Correr ajuda-me a limpar a cabeça e a conectar-me com a natureza.

E depois há o clarinete. Tocar clarinete é uma das minhas grandes paixões, mas não fico a tocar sozinha. Faço parte de uma banda filarmónica, e, para mim, não há nada melhor do que fazer música com outras pessoas. Há uma sensação única quando estamos todos a tocar em conjunto, como se estivéssemos a contar uma história, mas com sons. Além disso, somos uma família. É desafiante, claro, mas é também onde sinto que cresço, não só como música, mas como pessoa.

Mas há algo mais que adoro fazer e que muitos não sabem: representar no teatro. Subir ao palco é mágico. Quando estou a representar, sinto que posso ser qualquer pessoa,

viver vidas diferentes e explorar emoções que talvez nunca tivesse na minha própria vida. O teatro é, para mim, um espaço de liberdade, onde cada personagem me ensina algo sobre mim mesma. E adoro a sintonia com os outros atores, como se estivéssemos a criar um pequeno mundo ali, diante de quem nos assiste.

Além disso, tenho um fascínio enorme pelo mar. Sou completamente apaixonada por orcas e tubarões. Para muitas pessoas, esses animais podem parecer assustadores, mas, para mim, são incríveis e misteriosos. Adoro aprender sobre como vivem, como se movem e como se relacionam com o oceano. Passo horas a ver documentários e a ler sobre eles, a imaginar como seria vê-los de perto, no seu habitat natural. Sempre que vou à praia, sinto uma ligação especial com o mar. É como se o som das ondas e o cheiro da água salgada me trouxessem uma calma que não consigo encontrar em mais nenhum lugar. O mar, para mim, é liberdade e inspiração e no meu caso a minha segunda casa.

Pode parecer muita coisa, mas para mim, tudo se liga. A fotografia, os livros, a corrida, a música, o teatro e o meu amor pelo mar não são atividades isoladas. São as peças de um puzzle que formam quem sou. Acho que o mais importante é não nos limitarmos. Não precisamos de escolher uma só coisa ou ser apenas uma versão de nós mesmos. Podemos explorar tudo o que nos apaixona e viver plenamente.

Se para alguns é estranho andar com uma câmara no ombro, um clarinete na mão, um guião de teatro na mochila e um livro debaixo do braço, para mim é a forma perfeita de viver. Afinal, a vida é demasiado curta para sermos menos do que tudo aquilo que queremos ser. ■

JÉNIFER DE SOUSA

EBS PADRE MANUEL ÁLVARES (RIBEIRA BRAVA)





JOVENS EMPREENDEDORES

A turma do 10.º ano da EBS/PE/C do Porto Moniz participou no projeto RS4E – Road Show for Entrepreneurship, explorando diversos temas sobre o empreendedorismo, com especial foco nas áreas do turismo e da sustentabilidade ambiental.

Durante o projeto, os alunos tiveram a oportunidade de desenvolver soluções inovadoras para promover a Região Autónoma da Madeira, valorizando o seu património natural e cultural, ao mesmo tempo que refletiram sobre práticas que contribuem para a preservação do ambiente. Através da metodologia “learning by doing”, os estudantes foram desafiados a pensar de forma criativa e prática, abordando questões atuais e propondo soluções que pudessem fazer a diferença. As atividades permitiram o desenvolvimento de

competências essenciais, como o trabalho em equipa, a resolução de problemas complexos e a capacidade de inovar em contextos reais.

A participação no RS4E foi uma experiência enriquecedora que proporcionou aos alunos uma compreensão mais profunda do mundo do empreendedorismo, incentivando-os a adotar uma abordagem responsável e sustentável para os desafios do futuro. Este projeto não só os preparou para pensar criticamente sobre os desafios sociais e ambientais, mas também os motivou a contribuir para um futuro mais inovador e consciente. ■

PEDRO AFONSO

EBS/PE/C DO PORTO MONIZ

COMO ALCANÇAR A FELICIDADE?



opinião

Se para uns a felicidade consiste em saber viver com simplicidade e desapego dos bens materiais, para outros a acumulação e a ostentação de riqueza constituem o objetivo primordial da vida.

A felicidade é um sentimento muito pessoal: nem todos somos felizes da mesma forma. Algumas pessoas precisam de muito para serem felizes, enquanto outras necessitam de muito pouco. Na minha opinião, para alcançar a felicidade apenas precisamos uns dos outros. Sendo este um sentimento muito relativo, é comum ouvirmos debates acerca da típica frase «o dinheiro não traz felicidade». É óbvio que a aquisição de um carro novo fará o seu proprietário feliz, mas não é isso o que o levará a ser feliz sempre, dia após dia. Se, por exemplo, estivermos a passar por um mau momento na nossa vida, o que será importante, naquela altura, será o consolo das pessoas

que amamos e que nos apoiam, passando os bens materiais para segundo plano. Não sejamos utópicos. É claro que uma vida de miséria não nos traz felicidade e, em situações menos auspiciosas, um bem material pode ser algo muito bom de se receber. No entanto, o que realmente conta é quem está ao nosso lado, as pessoas que são importantes para nós, quem realmente nos trouxe felicidade e não os objetos, não aquilo que nos deu prazer momentâneo. Sem esquecer que a felicidade é relativa, considero que devemos refletir sobre tudo o que contribui para sermos felizes.

Em conclusão, acredito que a verdadeira felicidade vem das pessoas que nos rodeiam e que nos fazem bem. Não devemos deixar que um bem material, que apenas nos dá prazer, seja definido como um objeto que nos traz felicidade. ■

SEJAM FELIZES COM O QUE REALMENTE IMPORTA!

KATHERINE PEREIRA

EBS DR. LUÍS MAURÍLIO DA SILVA DANTAS — CARMO (CÂMARA DE LOBOS)



PLAZA
MADEIRA

PRÉMIO 'MAIS CRIATIVIDADE'

A vencedora do Prémio 'Mais Criatividade' do mês de janeiro foi a Anaísa Ornelas, da EBS/PE/C Bispo D. Manuel Ferreira Cabral (Santana), com o artigo 'Conhecer o mundo é fundamental'. Neste artigo, a Anaísa reflete sobre a importância de os jovens estarem atentos às notícias, de forma a tornarem-se cidadãos informados, esclarecidos, tolerantes e com espírito crítico. Este é também um dos propósitos do 'Ponto e Vírgula': incentivar a participação ativa na sociedade e o pensamento crítico dos jovens.

A escolha do artigo vencedor ficou a cargo do Gabinete do Secretário Regional de Educação, Ciência e Tecnologia. Como reconhecimento, a aluna receberá um cartão oferta no valor de 30 euros, gentilmente cedido pelo PLAZA Madeira.

E tu, também tens algo a dizer? Participa no 'Ponto e Vírgula', partilha as tuas ideias e as notícias da tua escola com o mundo!

