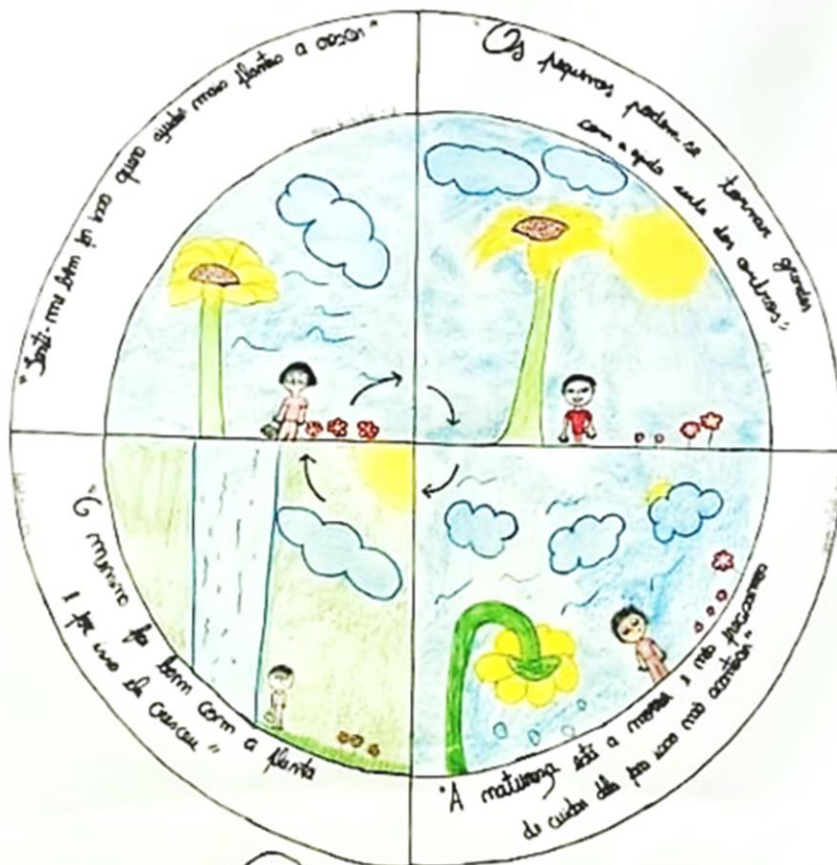


Cafícias

NOTÍCIAS DAS AAAF/CAF

ANO LETIVO 2022/2023 | 1.ª EDIÇÃO

do Maior Flor do Mundo



Centenario
José Saramago

Alô, 2023 chegou!

Sejamos todos bem-vindos!

Nesta edição do primeiro semestre, do ano letivo 2022/2023, podem acompanhar conosco as atividades e trabalhos desenvolvidos até aqui.

Nesta edição vamos abordar alguns temas, como:

- Halloween
- Dia Mundial do Combate ao Bullying e Projeto Stop Bullying
- Dia de São Martinho
- Comemoração do Centenário de José Saramago
- Dia Internacional dos Direitos das Crianças
- Copa do Mundo - FIFA World Cup 2022 - Qatar
- O nosso Natal
- Dia de Reis
- Receita de tradição
- Projeto Heróis da Fruta
- Caderno Vai e Vem
- e Extras.





O regresso à escola

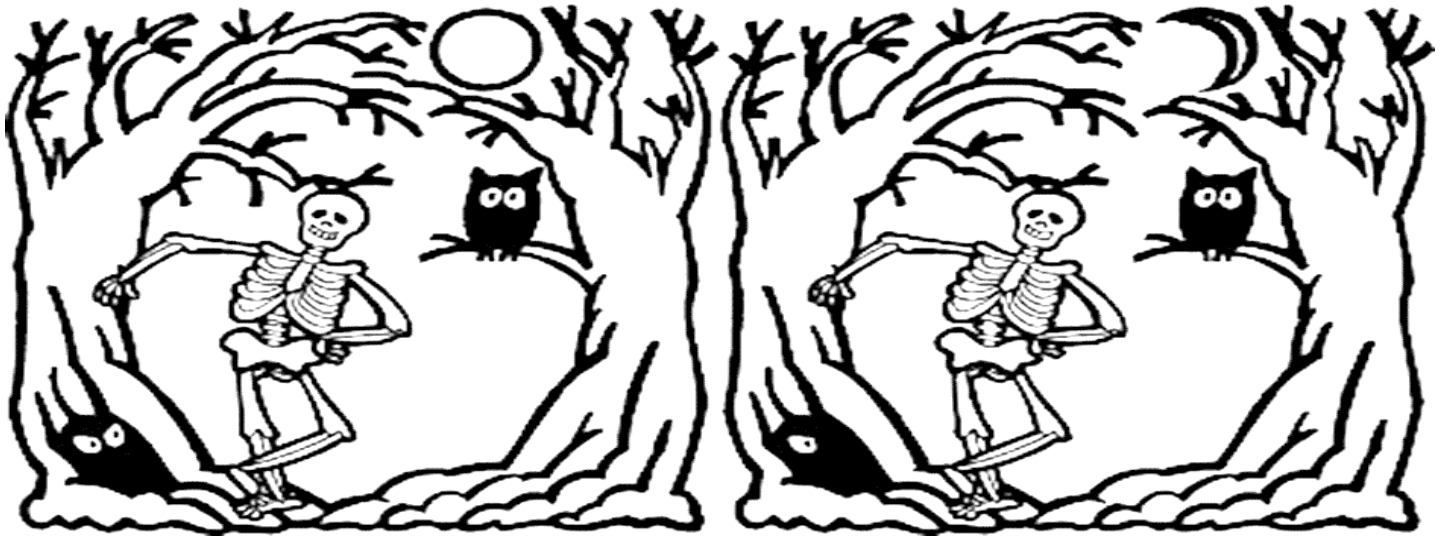


Como sempre, iniciamos o ano letivo a dar as boas-vindas ao Outono e aguardamos as datas comemorativas do mês de Outubro.

HALLOWEEN

No dia 31 de outubro as crianças decoraram a escola, e, com a ajuda dos monitores, elaboraram bruxas, caveiras, fantasmas e morcegos. As crianças divertiram-se muito, com direito a comida, fantasias, danças, desfiles e muita brincadeira





Projeto "STOP Bullying"

Este ano temos em mãos um projeto com enorme responsabilidade.

O projeto "STOP bullying" vem reforçar ainda mais a importância deste tema, que cada vez mais é falado e debatido.

Tem como objetivo principal sensibilizar todas as crianças a serem melhores cidadãos e a olhar ao seu redor. A importância do companheirismo e de se colocar no lugar do outro, bem como a aceitação de todos os colegas, independentemente da sua raça, sexo ou religião.

O dia mundial do combate ao bullying assinala-se a dia 20 de outubro. Neste dia, todos nós falamos do assunto e abordamos diversas maneiras de o conseguir combater.





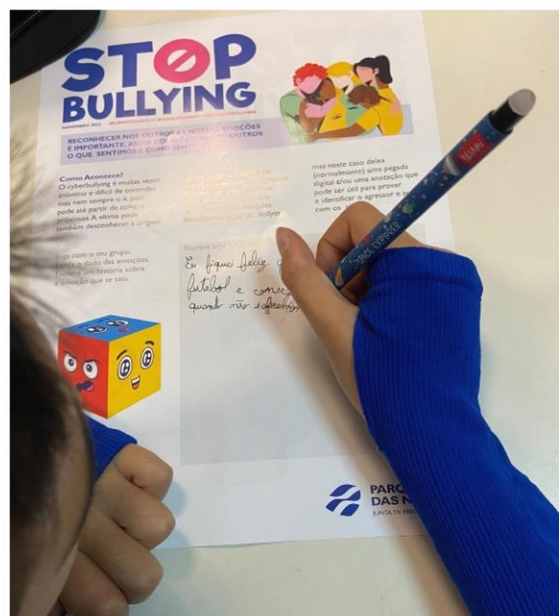
CYBERBULLYING,

O que é?

O cyberbullying é muitas vezes anónimo e difícil de controlar, embora nem sempre o seja, por vezes são os nossos colegas mais próximos a fazê-lo.

Neste dia fizemos um “Dado das Emoções”, cujo objetivo era lançar o dado e escrever uma história da emoção que calhou.

Vimos também pequenos vídeos sobre o tema.



Sabe + : https://www.if-parquedasnacoes.pt/p/anti_bullying

Os nossos compromissos anti-bullying:

1. Respeitar colegas, professores e demais funcionários;
2. Não agredir, fisicamente ou verbalmente a qualquer colega ou outra pessoa, na escola ou em outro local;
3. Ajudar os alunos que são vítimas de bullying, de cyberbullying e de outras formas de violência;
4. Não partilhar dados pessoais (nome, morada, fotografias,...) com pessoas desconhecidas;
5. Ser responsável pelas minhas ações.

A tradição manda que, em tempo de São Martinho, se façam magustos (festas onde se assam castanhas). O São Martinho festeja-se numa época do ano marcada pela colheita da castanha (feita durante os meses de outubro, novembro e dezembro) e por isso, é natural que ela seja convidada para fazer parte da festa!

Neste dia, os alunos da Escola Básica e Integrada Vasco da Gama, durante as Atividades de Animação e Apoio à Família/Componente de Apoio à Família (AAAF/CAF), elaboraram várias atividades alusivas a este dia, entre elas, um cartaz, que marcou presença na festa do magusto da escola.



Para Cantares:

*“No meu bolso guardei
Meia dúzia de castanhas
De tão quentes que estão
Ainda queimo a minha mão
Vou dá-las ao pai, vou dá-las à mãe*

Castanhas quentinhas que sabem tão bem.”

*“Castanhas, castanhas,
assadinhas com sal
Quentinhas, quentinhas,
que não te fazem mal
Saltitam, crepitam,
toma lá e dá cá
São Martinho sem sol
e castanhas, não há!”*

A LENDA

la o São Martinho, no seu cavalinho,
Viu um rapazinho a tremer de frio.
Assim que o viu, saltou para o chão,
Apertou-lhe a mão, deu-lhe a sua capa:

“Tapa as costas, tapa, não fiques
molhado!”

- Disse o São Martinho,
desagasalhado.

A chuva, no céu, ao ver esta cena,
Sentiu muita pena, decidiu parar.
O sol estava perto, veio devagarinho...
Parecia Verão! Verão de São
Martinho!



Centenário de José Saramago



O centenário de José Saramago assinalou-se no dia 16 de novembro e para comemorar, assistiu-se a obra “A maior flor do mundo”, uma curta-metragem que retrata o primeiro livro infantil de José Saramago, publicado originalmente em 2001. Nesta história, o escritor entra dentro do livro e transforma-se a si próprio em personagem, lançando questões importantes até sobre a sua capacidade de escrita. Saramago questiona-se se conseguiria, algum dia, escrever uma história para crianças, recorrendo à simplicidade da linguagem que essa literatura exige.

Assim surge este jogo imaginativo entre autor e leitor chamado “A maior flor do mundo”, onde se conta a história de um menino que, cansado de brincar sempre nos mesmos locais da sua aldeia, decide um dia ir mais além, para lá do rio, subindo a encosta. No alto descobre, então, uma flor, murcha, caída e a precisar de ser salva. O menino inicia uma missão de salvamento, fechando as mãos em concha e indo e vindo entre o rio e a encosta para pingo a pingo, regar a pequena flor. De murcha e caída, a flor passa a grande e colorida, servindo até de sombra para o menino, estafado, adormecer.



Numa pequena ilustração, que é capa desta edição do nosso jornal, retratou-se esta história muito inspiradora.

Curiosidades sobre José Saramago:

1. Ele tinha três cães – Pepe, Greta e Camões.
2. Além de escritor, era jornalista, dramaturgo e poeta.
3. Além de vencer o Prémio Camões, considerado o mais importante da língua portuguesa, ganhou o prémio Nobel de literatura.
4. O estilo literário de Saramago é único na língua portuguesa.

Dia Universal dos Direitos das Crianças

Os direitos das crianças são universais, inalienáveis e indisponíveis. A Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens dispõe de uma política de proteção das crianças.

O objetivo da presente Política de Proteção de Crianças e Jovens é o de definir as linhas de orientação e os procedimentos da política interna de proteção das crianças e jovens que se relacionam com a estrutura orgânica da Comissão Nacional, no contexto das suas atividades.

Em 20 de Novembro de 1989, as Nações Unidas adotaram por unanimidade a Convenção sobre os Direitos da Criança (CDC), documento que enuncia um amplo conjunto de direitos fundamentais – os direitos civis e políticos, e também os direitos económicos, sociais e culturais – de todas as crianças, bem como as respectivas disposições para que sejam aplicados.



- 1- Todas as crianças são iguais e têm os mesmos direitos, não importa a sua cor, raça, sexo, religião, origem social ou nacionalidade.



A Convenção foi legitimada e aceite por quase todos os países do mundo, 192 no total. Apenas os Estados Unidos da América e a Somália ainda não assinaram o documento. Portugal aderiu à Convenção a 21 de Setembro de 1990.

Ao ratificarem a Convenção, os países comprometeram-se a tomar todas as medidas necessárias – legislativas, administrativas e outras – para garantir e promover os direitos das crianças consagrados nos seus 54 artigos. Cada Estado deve, contudo, respeitar os direitos e responsabilidades dos pais e da família alargada na orientação dos menores.

FIFA World Cup 2022 no Qatar

O final do ano de 2022 foi marcado de modo diferente pela 22ª edição do Campeonato Mundial de Futebol da FIFA. Esse conhecido torneio de futebol masculino movimentou muito nossos dias com as coleções dos cromos da caderneta da Copa.

Estávamos a fazer uma forte torcida pela nossa equipa de Portugal. Muitos de nós do AAaf estivemos à acompanhar pela primeira vez na vida esse grande evento, mas, infelizmente Portugal não conseguiu passar as Quartas de Final.



Já agora, nós iremos aguardar a próxima oportunidade de sermos campeões!



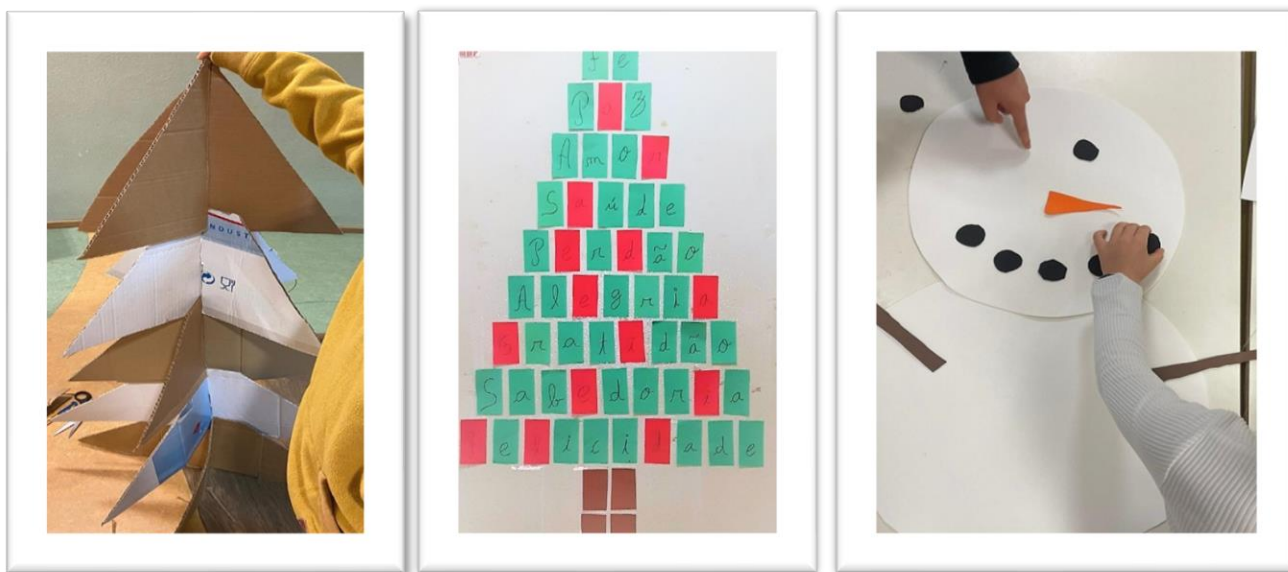
Para assinalar esta quadra festiva cada turma fez uma pequena lembrança.

Tivemos ainda um concurso de árvores de natal e fizemos as decorações para enfeitar o nosso ginásio.

As lembranças:



As árvores e decorações:



Sabias que, antigamente, o bolo rei trazia sempre um brinde escondido?!





Adivinhas e Dia de Reis

A enfeitar o pinheiro é onde gosto de estar. Sou muito redondinha e fácil de pendurar. O que sou?

R: _____

Estou colocada na porta, pronta para enfeitar. Sou redonda e adoro lá estar.

Quem sou eu?

R: _____

Os Reis Magos são identificados como sábios, dedicados ao estudo dos astros que vêm do Oriente com o propósito de venerar o Menino Jesus. O caminho que seguem até Belém é-lhes indicado por uma estrela muito brilhante, a Estrela de Belém. Como homens sábios que

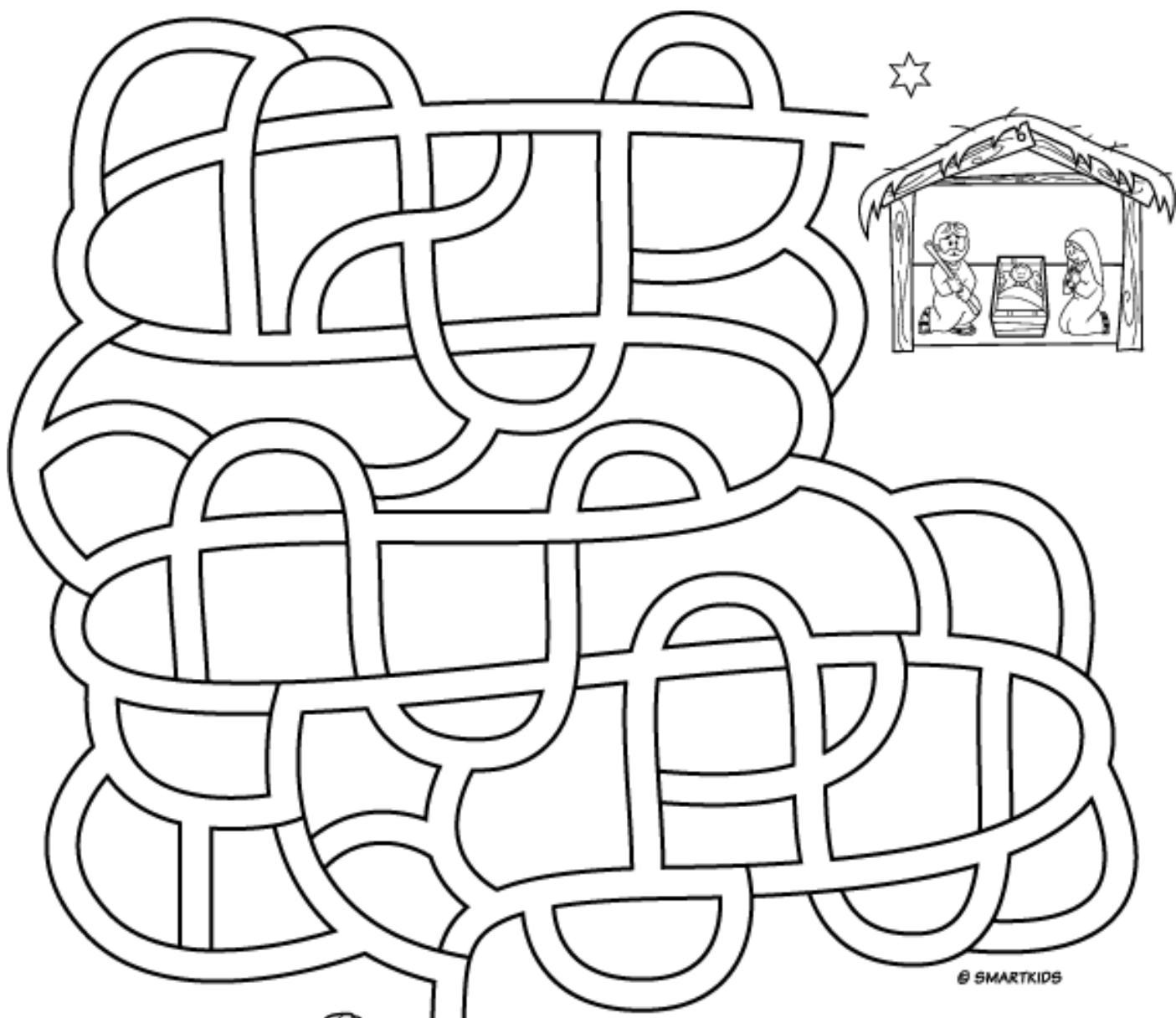


são, eles conhecem a profecia que anunciava a chegada do Redentor associada a uma estrela. Por isso, quando veem no céu uma estrela muito brilhante, estes magos partem em busca do recém-nascido, o prometido Rei dos Judeus.

A estrela encaminhou-os até à cidade de Jerusalém, na Palestina. Dirigiram-se até Herodes, rei dos judeus e um tirano, onde perguntaram onde é que estaria o Messias da profecia. Herodes consultou os seus sacerdotes e informou aos Reis que o Messias deveria nascer na cidade de Belém. Desconfiado, o rei Herodes indicou-lhes uma direção pedindo-lhes que, se encontrassem o Menino Jesus, no regresso o deveriam visitar para também ele o ir adorar.

A estrela guiou-os indicando-lhes o caminho certo até parar no céu. Precisamente por baixo dela estava o local onde se encontravam José, Maria e o Menino Jesus. Os Reis Magos ajoelharam-se e ofereceram-lhe presentes. No regresso, avisados em sonhos por um anjo, não foram ter com Herodes, e regressaram por outro caminho aos seus países. Herodes, furioso e com medo de perder o seu trono, mandou matar todos os meninos com menos de dois anos. O Menino Jesus foi poupado da morte pois um anjo avisou José em sonho, e assim fugiram para o Egito.

Jesus nasceu! Ajude os Reis Magos a chegar até a manjedoura.



© SMARTKIDS





RECEITA: Tarte de Castanha

INGREDIENTES

- Castanhas: 300 g
- Erva-doce moída: 1 colher chá
- Massa quebrada: 230 g
- Farinha de amêndoa: 200 g
- Açúcar: 300 g
- Ovos: 3 unidades
- Limão (raspa): 1 unidade
- Manteiga: 2 colheres de sopa
- Natas: 100 ml
- Açúcar em pó: 1 colher sopa



PREPARAÇÃO

- Passo 1: Pré-aqueça o forno a 180 °C.
- Passo 2: Coza as castanhas em água a ferver aromatizada com a erva-doce durante cerca de 15 minutos.
- Passo 3: Forre uma tarteira com a massa quebrada. Reserve.
- Passo 4: Numa taça, misture a farinha de amêndoa, 200g de açúcar, os ovos, a raspa de limão, a manteiga derretida e as natas.
- Passo 5: Reserve cerca de 8 castanhas e triture as restantes num processador de cozinha até ter um puré. Junte-o à mistura de amêndoa, envolva bem e coloque na tarteira. Espalhe bem.
- Passo 6: Leve ao forno por cerca de 30 minutos.
- Passo 7: Polvilhe com o açúcar em pó e sirva decorado com castanhas reservadas.

BOM APETITE!



O projeto visa atingir 3 pontos principais para a melhora dos hábitos alimentares:

1. Aumentar a ingestão de «Super Alimentos» (frutas e vegetais) junto das crianças para alcançar as quantidades mínimas diárias recomendadas;

2. Reduzir o consumo de «Super Industriais» (com açúcar, sal ou gordura em excesso) junto das crianças para não ultrapassar limites máximos;

3. Promover a compreensão e educação alimentar junto dos encarregados de educação para incentivar hábitos familiares mais saudáveis e sustentáveis.

A Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil (APCOI) lançou este ano uma aplicação de realidade aumentada para telemóveis para dar continuidade ao propósito de contribuir para a prevenção da obesidade infantil, agora ainda mais próximo das famílias.

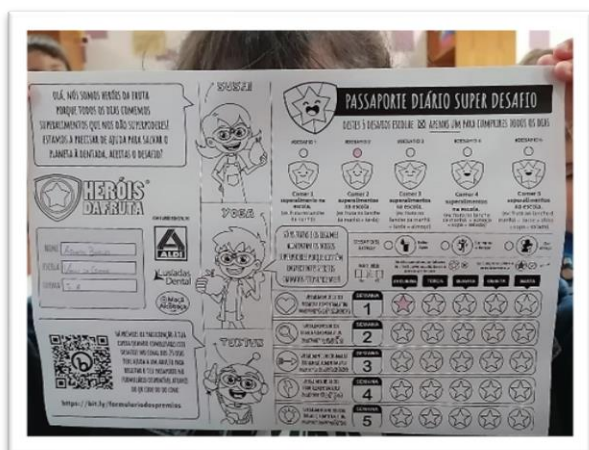
App para Android:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ontop.heroisfruta>

App para iOS:

<https://apps.apple.com/pt/app/her%C3%B3is-da-fruta/id1590865320?l=en>

Nós já estamos a fazer nossa conscientização na escola, vamos juntos continuar esse projeto também em casa?





Caderno Vai e Vem

Já temos pronto nosso Caderno Vai e Vem deste ano letivo.

Funciona como as cadernetas, é a comunicação entre os pais e monitores das AAAF/CAFs. Façamos o bom uso dessa ferramenta!



Extras



Dia do Origami



São Martinho



Desporto ao Ar Livre



Just Dance



Criatividade

Ficha Técnica
Ano Letivo 2022/2023
1ª Edição
Redação: Monitores AAAF/CAF
Alunos do JI
Alunos do 1º Ciclo