

SUGESTÃO DE LEITURA



FRANCISCO, Papa . (2016) . *Francisco – O nome de Deus é Misericórdia - Uma conversa com Andrea Tornielli*; Lisboa: Planeta Manuscrito.

“Pela primeira vez, um livro-entrevista assinado pelo Papa Francisco, dirigido a todos os homens e mulheres do mundo num diálogo simples, profundo e intimista. O livro contém a Bula de Proclamação do Jubileu Extraordinário da Misericórdia. O texto foi autorizado pelo papa para fazer parte do livro, onde é explicado o porquê da decisão de Francisco proclamar o Ano da Misericórdia”⁽¹⁾.

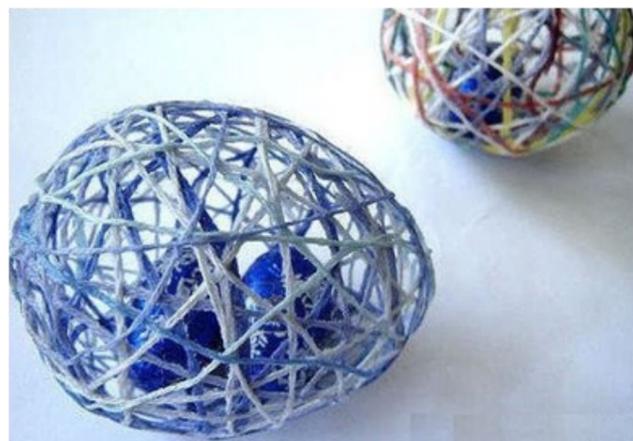
(1) <http://www.fnac.pt/O-Nome-de-Deus-e-Misericordia-Papa-Francisco>

ARTES

Faça você mesmo!



Ovos coloridos para decoração pascal (2).



(2) Ver como se criam em: <http://www.comofazeremcasa.net>.

Culinária

FOLAR TRANSMONTANO⁽³⁾

INGREDIENTES

MASSA

- Farinha 1000 g;
- Fermento de Padeiro 50 g;
- Azeite 150 ml;
- Ovos 4;
- Manteiga 125 g;
- Água 100 ml;
- Sal Fino 1 pitada;
- Gema batida 1;
- Azeite para untar q.b.;
- Farinha para polvilhar q.b.



RECHEIO

- Barriga fumada Casa da Prisca 150 g;
- Salpicão tradicional Casa da Prisca 1/2 unidade;
- Chouriço Casa da Prisca 1 unidade;
- Salsichão de cura natural Casa da Prisca 1/2 unidade.

PREPARAÇÃO

- . Dissolva o fermento em água morna.
- . Numa bancada coloque a farinha, abra uma cavidade e coloque o sal, a manteiga amolecida, o azeite, os ovos e o fermento dissolvido.
- . Amasse muito bem até a massa se descolar das mãos e da bancada.
- . Faça uma bola, polvilhe-a com farinha e deixe repousar, em local aquecido e coberto, até duplicar o volume.
- . Entretanto corte os enchidos em fatias a seu gosto (não convém que sejam muito finas).
- . Depois da massa levedada, separe-a com as mãos em quatro partes iguais. A seguir, com o rolo de cozinha estenda-as até obter quatro círculos iguais.
- . Unte uma forma redonda sem buraco com azeite.
- . Coloque no fundo da forma uma rodela de massa, cubra com enchidos, depois outra placa de massa e enchidos até terminar com massa. Deixe ficar assim até levedar outra vez (cerca de meia hora).
- . Ligue o forno a 180° C, pincele o folar com a gema desfeita, num pouco de água, e leve ao forno cerca de 40 minutos.
- . Ao sair do forno, desenforme e pincele com azeite para ficar brilhante e dar sabor.

(3) In <http://lifestyle.sapo.pt/sabores/receitas/folar-de-carnes-transmontano>



OLHAR(ES)

Ano XI - n.º 33 – Abril de 2016

Editorial

Contra ventos e marés...

O tempo não para! Verdade de La Palice que não carece de demonstração, mas que nos sufoca diariamente, sobretudo quando temos múltiplos afazeres e não conseguimos concretizá-los todos no prazo que antecipadamente estabelecemos...

Foi quase num 'abrir e fechar de olhos' (outros diriam 'enquanto o Diabo esfrega um olho') que chegámos a dois terços do ano letivo, sem quase nos darmos conta! A azáfama é tanta que nem sempre desfrutamos convenientemente de todas as atividades que planeámos para 2015/2016 (para além das propostas – e são muitas – que nos vão lançando sistematicamente as entidades oficiais e outras nossas parceiras), o que nos causa, inevitavelmente, algum desencanto, quiçá frustração. Lamento pessoal que em nada belisca o entusiasmo com que todos os intervenientes abraçaram a ca(u)sa comum que evoquei noutras ocasiões.

Temos a certeza de que todas são organizadas, preparadas e apresentadas com a dedicação e o empenho que se impõe, fruto do desejo de se provar que, não obstante as vicissitudes e obstáculos que enfrentamos, conseguimos contrariar ventos e marés adversos, com vista a um futuro que só pode ser de esperança!

Numa altura em que encetamos as comemorações dos 60 anos da Escola de Formação Social Rural de Leiria – que se orgulha de existir há mais tempo do que a maioria das escolas do concelho –, está na hora de encararmos com otimismo o advir, continuando na senda primordial da formação na área social, mas apostando também nos cursos profissionais (música e outros), com vista à inserção dos alunos no mercado de trabalho ou ao prosseguimento de estudos no ensino superior.

Os *Adamastores* ou *Velhos do Restelo* não nos podem deter... Avancemos sem receio, rumo à dignificação de uma escola que sempre colocou o aluno no centro do seu processo formativo.

As mudanças ocorridas nestes últimos anos estão à vista de todos, sinais evidentes de que ainda é possível fazer melhor. Por isso, quando estão em curso os preparativos para a divulgação da oferta formativa 2016/17, lanço-nos um desafio: **DIVULGUEMOS ESTA NOSSA ESCOLA!**

O Diretor



Nesta edição

Poesia	2
Mensagens	3
Páscoa - provérbios e reflexões	4
Projetos escolares	5
Atividades várias	6
Passeio da primavera/Visita à BML	7
Leituras/Culinária/Artes	8

Ficha Técnica

Diretor: Artur Costa

Redação e revisão: Ana Vale e Catarina Raimundo

Propriedade: Escola de Formação Social Rural de Leiria

Quinta do Amparo 2415-525 MARRAZES | 244855010; 914313131 | e-mail: efsocial-leiria@mail.telepac.pt | URL: <http://efsocialleiria.wix.com/site>



POESIA

Campos de Verão

A seara Azul
Sorriu-lhe...
Num torpeda
Saía, entrava,
Sorria e Fechava

O tufão que lá ia
Soprava, entrava
Fechava, sorria...
Já lá não estava

Nos Veios do Sol
Na chuva do Ar
Luz no Farol
Tempestade no Mar.



Do som aveludado
Timbre doce e cuidado
Comparações, revolta
Expressão, Vibração

Fracasso, Vibrato,
Staccato, liberto
No seio da história
No berço do Quarteto

Num Allegro, Andantino
A primeira nota
A entrada do concertino,
O som.

A barra final
Um povo no fim
A cena da morte
A nota final e...

Corte!

1.ª Guerra

Fumo no cimo
Preto no branco,
Até aos últimos
Golpes de flanco.

Dispara, esfaqueia,
Abriga, flanqueia.
Cavalga de negro
Por fora e por dentro.

De volta à batalha,
Derrota ao líder!
A guerra não para!
Venha o que vier.

Mundo vazio

Obra do mar,
Da terra,
Do ar.

Do fogo lamentável
Do homem lastimável
Só fazes o que queres
Quando tens e não podes.

O mundo já vai,
Já vem e não vai.

Sobes o monte, atravessas o rio
Cavas o ouro
Encontras pavio.

Algo Sensível

Pensas nos mais
Focar, pensar.
A mente sempre te
Vai desviar.

Vales o que vales,
Mais podes conseguir
Mantém o caminho
E melhor vai vir.

Sono

Depois de longo sol,
Ao repouso, fico mole.

Quando a luz apaga
O pavio esmorece.
Memórias chegam.
Enquanto o corpo aquece.

Imagens vêm,
Mensagens no desdém.

Entro sem reparar,
Sem ver e ao
Pensar, já estou
A navegar.

Sem noção
Do que se passa,
Ou estou em casa
Ou na praça.

Tudo muda num
Piscar.

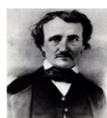
Quando percebo
Do que se passa
Acontece algo,
Aquilo esvoaça.

Estou em mim,
A falar comigo
No consciente.
No primeiro pensamento
Comprimos,
Acordei, era a minha mente.



Dzdundz

2.º A - Curso Profissional de Música



A poesia é a criação rítmica da beleza em palavras.

(Edgar Allan Poe)



A poesia é a música da alma e, sobretudo, de
almas grandes e sentimentais.

(Voltaire)

DESFILE DE CARNAVAL

A Escola foi convidada pelo Município para dinamizar, no âmbito do projeto *Carnaval em Leiria*, o desfile das crianças do pré-escolar e 1.º Ciclo do concelho, que decorreu no dia 5 de fevereiro pelas ruas da cidade, subordinado ao tema: *Prevenção Rodoviária*. Os nossos alunos destacaram-se pelo seu empenho e criatividade. Parabéns também aos professores que os orientaram.



CONCERTOS COM HISTÓRIA

Os alunos guitarristas do Curso Profissional de Música, juntamente com outros colegas do OLCA, abrilhantaram, no dia 5 de fevereiro, na Câmara Municipal de Leiria, os *Concertos com História*, iniciativa integrada nos Percursos do Museu de Leiria. Outras iniciativas ocorreram depois desta...



DESPORTO ESCOLAR



No âmbito do projeto Desporto Escolar, realizou-se no dia 2 de fevereiro um *workshop* de dança na Escola Secundária Francisco Rodrigues Lobato e no dia 16 de março as alunas participaram no *GimnoMós*, com a exibição de uma coreografia, integrada na modalidade Atividades Rítmicas e Expressivas.



AGENDA

- ⇒ **18 a 22 de abril:** Semana Cultural/Feira do Livro;
- ⇒ **20 de abril:** *Maria em 3 atos - Paz, Coração, Ternura* (participação da Escola no Festival de Teatro Juvenil);
- ⇒ **30 de abril a 29 de maio:** Feira de Leiria (*stand* da AEC e da Escola);
- ⇒ **4 de maio:** 'Dia aberto' na escola;
- ⇒ **Maio:** divulgação da oferta formativa nas escolas da região;
- ⇒ **15 a 27 de junho:** 1.ª fase dos exames;
- ⇒ **19 a 22 de julho:** 2.ª fase dos exames.



III PASSEIO DA PRIMAVERA

No dia 18 de março, último dia do 2.º período, realizou-se o *III Passeio da Primavera* - passeio de bicicletas (Leiria-Ortigosa), em conjunto com o Colégio Conciliar Maria Imaculada e o Colégio Nossa Senhora de Fátima. À semelhança do ano anterior, foi solicitada a colaboração dos alunos do Curso Profissional de Música (sopro e percussão), neste caso João Lucas e Diogo Cordeiro, com a apresentação de um momento musical, para abrilhantar a partida no Estádio Municipal. A nossa cozinheira, D. Cidália Quinta, também quis fazer gosto ao pé, mostrando como se pedala...



VISITA DE ESTUDO GUIADA À BIBLIOTECA AFONSO LOPES VIEIRA BIBLIOTECA MUNICIPAL DE LEIRIA

No dia 23 de fevereiro, entre as 14h20 e as 16h00, a turma do 1.º ano do Curso Profissional de Música e a do 10.º ano do Curso de Educação Social, realizaram uma visita de estudo guiada à Biblioteca Municipal Afonso Lopes Vieira, em Leiria. Os alunos foram acompanhados pelos docentes de Português, Ana do Vale, e de Educação Física, Abílio Figueira.



No decorrer da visita de estudo guiada, entre muitos outros assuntos evocados, foi realçada a qualidade das instalações da Biblioteca Municipal, testemunhando o seu dinamismo, o seu interesse em promover exposições temporárias e outros eventos de índole artístico-cultural, revelando uma preocupação em remodelar os díspares espaços em prol de uma organização que prontifique uma aquisição vantajosa dos serviços culturais em funcionamento, prestados às múltiplas faixas etárias da população que servem. A visita de estudo guiada à Biblioteca Afonso Lopes Vieira foi uma atividade que contribuiu para uma ampliação de saberes, através de uma interligação entre teoria e

No decorrer da visita de estudo guiada, entre muitos outros assuntos evocados, foi realçada a qualidade das instalações da Biblioteca Municipal, testemunhando o seu dinamismo, o seu interesse em promover exposições temporárias e outros eventos de índole artístico-cultural, revelando uma preocupação em remodelar os díspares espaços em prol de uma organização que prontifique uma aquisição vantajosa dos serviços culturais em funcionamento, prestados às múltiplas faixas etárias da população que servem. A visita de estudo guiada à Biblioteca Afonso Lopes Vieira foi uma atividade que contribuiu para uma ampliação de saberes, através de uma interligação entre teoria e



Mensagens

Expressões ...

Neste trilho de expressões, cresce um caminho de palavras marcadas pelo pensamento e pela escrita do autor.

O trilho cresce rapidamente com expressões a voar sobre o papel,...Depois abranda tornando-as tranquilas. Expressões de vários tipos que conhecemos enchem e dão cor à folha antes vazia, delineiam um caminho literário, tornando nossos dias mais coloridos.

Inês Tomás

1.º A - Curso Profissional de Música

A Felicidade não está nos outros... Está dentro de ti!

Raquel Vicente

1.º A - Curso Profissional de Música



A alegria

A palavra 'alegria' pode traduzir-se num sentimento que muitas pessoas não sabem explicar, considerando que é muito mais do que um sorriso.

A 'alegria' é um estado de alma que me traduz segurança. Estou 'alegre' quando percorro um caminho iluminado pela liberdade.

A 'alegria' é um alívio de consciência, não um peso como um pesadelo que nos atormenta.

Quem está 'alegre' tem de saber desfrutar desse estado da melhor forma, quem não tem alegria ou a desconhece não deve desistir de a encontrar...

Soraia Simões

10.º A - Curso de Educação Social



Tenho o melhor pai de todos, pois ampara-me e protege-me. É o meu Herói.

Tudo o que já passamos, tudo o que já vivemos tudo o que ainda vamos passar juntos ainda me reconforta mais, porque sei que vais estar sempre comigo a amarme verdadeiramente!

Amo-te e tenho muito orgulho em ti!

Estarei sempre aqui para ti, sempre pronta para ti. Obrigada por seres um pai-galo e desejo que no dia 19 de março, partilhemos juntos mais um Dia do Pai.

Laura Nunes

10.º A - Curso de Educação Social

Pai, Neste dia comemora-se o dia do pai. Para nós (filhos) é um dia muito especial, mas para ti é ainda mais especial, mais perfeito!

Para mim és um Super-herói, um dos homens mais importantes da minha vida!

Orgulho-me de ti pai!

Quando estou triste, fazes de tudo para me ver sorrir, para me veres feliz e isso...É bastante importante para mim!

Pai... bem, por muito que tente descrever-te é impossível, pois és perfeito, à tua maneira...E o que importa é que te amo assim como és!

Catarina Fiteiro

10.º A - Curso de Educação Social

PÁSCOA



Provérbios

- ◆ *Carnaval na eira, Páscoa à lareira.*
- ◆ *Entrudo borralheiro, Páscoa soalheira.*
- ◆ *Não há Entrudo sem Lua Nova nem Páscoa sem Lua Cheia.*
- ◆ *Natal a assoalhar e Páscoa ao mar.*
- ◆ *Natal na praça e Páscoa em casa.*
- ◆ *No Natal à janela, na Páscoa à panela.*
- ◆ *Páscoa alta, chumbo na malta.*
- ◆ *Páscoa em Março, ou fome ou mortação.*

Símbolos da Páscoa (*)

Cruz - É o principal símbolo do Cristianismo, desde o Concílio de Niceia (325 d.C.);

Peixe - É um dos símbolos mais antigos dos primeiros cristãos, para se referirem a Jesus;

Pão e Vinho - Convertem-se no Corpo e Sangue de Cristo;

Sinos - Anunciam a alegria da Ressurreição de Jesus Cristo;

Círio Pascal - A partir dele, acendem-se todas as outras velas (luzes);

Água - É fonte de vida e meio de purificação;

Domingo de Ramos - Neste dia (último domingo antes da Páscoa), celebra-se a entrada de Jesus em Jerusalém;

Cordeiro - Representa Jesus Cristo, que deu a Sua vida por nós;

Ovo - Simboliza o nascimento, a vida que retorna.

(*) lieddecio.blogspot.pt



Páscoa é tempo de paz e de reconhecimento para com o nosso Salvador que morreu por nós.

Ana Estrela

10.º A - Curso de Educação Social

A Páscoa é tempo de paz e de esperança num mundo mais fraterno.

Como um momento que se reveste de alegria todos os anos, a Páscoa faz renascer o Amor em todos os corações.

Raquel Vicente

1.º A - Curso Profissional de Música

A Páscoa é um acontecimento que traz uma mensagem de paz, harmonia, alegria, esperança e amor.

Rafaela Ferreira

10.º A - Curso de Educação Social

A Páscoa é para os católicos um período de reflexão sobre o mistério da existência...

Rui Sintra

1.º A - Curso Profissional de Música

Que os chocolates e as amêndoas não vos distraiam do verdadeiro significado que tem a Páscoa.

Francisca Ramos

10.º A - Curso de Educação Social

“Uma prova de que Deus esteja connosco não é o facto de que não venhamos a cair, mas que nos levantemos depois de cada queda”.

Santa Teresa de Ávila



PROJETOS ESCOLARES

VISITA À EXPOSIÇÃO:

CRIAR, TRABALHAR, VALORIZAR - AS MULHERES CONTRIBUEM PARA O DESENVOLVIMENTO DO PAÍS


Começo por dizer que não seria possível estar a escrever este texto se não tivesse existido quem tivesse lutado pelos direitos e deveres das mulheres.

Fomos visitar, no dia 20 de janeiro, no âmbito das disciplinas de Educação para a Cidadania e de Expressão Plástica, a exposição intitulada “As mulheres contribuem para o desenvolvimento do país”, em Leiria, no Centro Cultural Mercado Sant’Ana, que muito nos agradou.

A exposição de fotografia retratava a luta de várias mulheres pela igualdade de oportunidades, que muitos anos demorou a conquistar e que ainda hoje existe.

Nos anos setenta, apenas um quarto das mulheres portuguesas, em média, fazia parte da população empregada. Atualmente, as mulheres constituem quase metade desta população e a taxa de atividade do género feminino ultrapassa os 60%.

O papel do movimento democrático das mulheres é bastante importante na nossa sociedade e visa que a igualdade entre os dois géneros se efetive em plenitude.

O nosso papel destaca-se por darmos valor ao que podemos possuir agora e que muitas avós não tiveram oportunidade de viver. Temos de estudar para tirarmos partido hoje desta possibilidade real!

E porque somos fortes e inteligentes, em simultâneo, trabalhadoras e dignas de igualdade, o nosso maior dever é fazer com que esta luta seja reconhecida.

Considero que foi bastante útil visitar esta exposição, porque nos deu a conhecer este movimento e permitiu valorizarmos mais as oportunidades que possuímos agora e que antigamente era impensável uma mulher poder vivenciar.

Obrigada a todas as mulheres que lutaram e continuam a lutar, todos os dias, pelos nossos direitos e deveres.

Carolina Pereira

10.º A - Curso de Educação Social



As fotografias que vimos expostas foram tiradas por três mulheres de gerações diferentes: Helena Costa (1976), Inês Seixas (1985) e Matilde Nunes (1937).

Nos anos 70, apenas um quarto das mulheres portuguesas trabalhava, o que não deixa de ser surpreendente.

As mulheres, nessa altura, demonstravam capacidades e competências no exercício das atividades da agricultura e em outras áreas, nomeadamente domésticas.

Há 40 anos, após o 25 de Abril de 1974, o movimento democrático das mulheres deparou-se com a dificuldade de integração no mercado de trabalho exigindo os mesmos direitos que os homens.

Francisca Ramos

10.º A - Curso de Educação Social

