



«Assinalou o Município de Loures, no passado dia 1 de outubro, o Dia Internacional do Idoso, e por via deste acontecimento, decorreu durante todo o mês de outubro, um conjunto de atividades diversificadas destinadas a esta franja tão especial da população.

Assim, e considerando que, pretende este município sensibilizar os jovens para as questões relacionadas com o envelhecimento ativo e saudável, propusemo-nos a realizar atividades de cuidados de saúde e bem-estar, destinadas à população sénior, residente e/ou que frequentam as ERPI's do Concelho.

Neste sentido, convidou esta autarquia, o CEFAD, entidade com a qual já vamos desenvolvendo outras parcerias, para realizarem uma ação que se enquadrasse nos conteúdos aprendidos no âmbito do Curso Profissional Técnico de Massagem, Estética e Bem-estar.

A referida ação decorreu na Cooperativa de Solidariedade Social "Os Amigos de Sempre", CRL, localizada em Vale Figueira, São João da Talha.

Do curso em questão, participaram na ação 21 alunos, acompanhados pela Sra. Professora Cláudia Pato.

Importa realçar, que a presente ação se enquadrava numa ação intergeracional, que é uma das apostas deste Município, e que foi de extrema importância para os seniores que participaram e receberam os cuidados prestados pelos alunos, e, por outro lado, também uma experiência enriquecedora e de componente prática para os alunos que desenvolveram a ação.

Desde já, ficam os nossos agradecimentos à CEFAD e à Cooperativa "Os Amigos de Sempre" pela realização de tão importante ação.»

Nélia Grou Brito, Técnica Superior
DIVISAO DE JUVENTUDE
DEPARTAMENTO DE CULTURA, DESPORTO, JUVENTUDE E SAÚDE





Bom mesmo é ir à luta com determinação, abraçar a vida com paixão, perder com classe e vencer com ousadia, pois o triunfo pertence a quem se atreve... A vida é muita para ser insignificante

Charles Chaplin



VISITAS DE ESTUDO

» TEATRO – «Frei Luís de Sousa»	pág. 3
» TEATRO – «Pessoalmente»	pág. 4
» HOTEL D. PEDRO	pág. 4
» CDNJAMOR	pág. 5
» MUSEU NACIONAL DE HISTÓRIA NATURAL E DA CIÊNCIA JARDIM BOTÂNICO	pág. 5
» MUSEU DE DERMATOLOGIA	pág. 6
» XIV FESTA DO LIVRO – FUNDAÇÃO ORIENTE	pág. 6
» CENTRO HISTÓRICO DE CARNIDE	pág. 7

ATIVIDADES COM A COMUNIDADE/PARCEIROS ESTRATÉGICOS

» CORRIDA MILLENIUM	pág. 8
» CORRIDA DO BANCO DE PORTUGAL	pág. 8
» ATIVIDADE COM A JUNTA DE FREGUESIA DE ALCÂNTARA	pág. 9
» CORRIDA DAS CASTANHAS	pág. 9
» ATIVIDADE COM A CÂMARA DE LOURES	pág. 10
» MEIA MARATONA DOS DESCOBRIMENTOS	pág. 11

CONCURSO CTE (Centros Tecnológicos Especializados)	pág. 12
HALL OF FAME	pág. 12

PROJETOS INTERNACIONAIS

» JOB-SHADOWING – GRÉCIA	pág. 13
» MOBILIDADE ALUNOS 23-24	pág. 14
» DISSEMINAÇÃO ERASMUS 22-23	pág. 14

OUTROS PROJETOS/ATIVIDADES

» PARTILHAS – EX-ALUNOS	pág. 15
» PROJETO EMBAIXADORES EPC	pág. 15

PROJETO DE CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO

» MASTERCHEF	pág. 16
» KAHOOT E PEDDYPAPER – GRUPO B – 12.º TMEBE	pág. 17
» PEDDYPAPER – GRUPO D – 12.º TMEBE	pág. 17
» DIA DA ALIMENTAÇÃO – RECOLHA DE FUNDOS	pág. 18
» CERIMÓNIA DE ENTREGA DE DIPLOMAS	pág. 18
» PARLAMENTO DOS JOVENS	pág. 19
» MASTERCLASS MAQUILHAGEM	pág. 19
» AULA DE LABORATÓRIO – OSMOSE	pág. 20
» PADRINHOS – DESPORTO	pág. 20

TESTEMUNHOS

» 10.º DESPORTO	pág. 21
» 10.º MASSAGEM DE ESTÉTICA E BEM-ESTAR	pág. 21
» 10.º TURISMO	pág. 22

VISITAS DE ESTUDO

As atividades desenvolvidas durante o 1º período escolar fazem parte de um conjunto mais vasto integrado no plano anual de atividades e que têm como objetivo promover:

» *As aprendizagens essenciais, (AE), centradas nos conhecimentos que têm por base as áreas disciplinares;*

» *O recurso a práticas curriculares, e estratégias de ensino favoráveis à implementação das aprendizagens essenciais;*

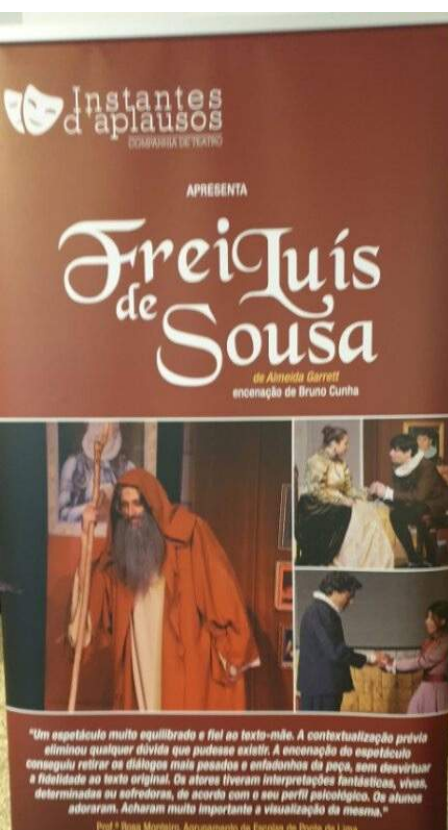
» *A diminuição dos gaps de aprendizagem, permitindo que todos se aproximem das aprendizagens essenciais, assegurando a inclusão;*

» *O envolvimento de todos os intervenientes no processo educativo;*

» *O contacto dos alunos com realidades próximas dos contextos profissionais que pretendem integrar.*

TEATRO «Frei Luís de Sousa»

As turmas dos 11.º anos foram ao teatro assistir à peça «Frei Luís de Sousa», encenada por Bruno Cunha, da Companhia de Teatro Instantes d'Aplausos. André Vacas, André Vazão, Elisabete Gradiz, Filipe Fonseca, Nelson Dias e Rafael Velez representaram as personagens do drama romântico de Almeida Garrett – um drama tão complexo como emocionante.



TEATRO «Pessoalmente»

As turmas dos 12.º anos, a propósito do estudo de Fernando Pessoa, assistiram à peça «Pessoalmente» representada pelos atores do teatro Actus – Ana Dionísio, Ana Rita Santos, Carolina Bettencourt, Jorge Sequeira, Miguel Pereira, Miguel Oires e Tomé Vieira.

A peça gira à volta de Fernando Pessoa e seus heterónimos, num jogo constante com a mente do poeta, em que as suas máscaras se foram revelando ou ocultando.



HOTEL D. PEDRO

No dia 27 de novembro, a turma de 11.º de TTAR visitou o Hotel Dom Pedro, um dos melhores hotéis de cinco estrelas de Lisboa. Os alunos tiveram a oportunidade de conhecer as instalações e falar com responsáveis de diversos serviços. Esta visita permitiu-lhes perceber a importância da imagem pessoal e do “saber-estar” neste contexto profissional.





CDNJAMOR

O 11ºTD realizou uma visita ao Centro Desportivo Nacional do Jamor. Nesta visita, puderam conhecer o Estádio Nacional, o Complexo de Piscinas e o Centro de Alto Rendimento, para além de todo o espaço envolvente.

Esta experiência permitiu aos alunos terem um contacto com a realidade do alto rendimento, percebendo a dimensão e nível técnico das equipas que acompanham alguns dos nossos melhores atletas nacionais. Assistiram também a vários treinos e visitaram o relvado e bancada do Estádio Nacional onde se faz a final da Taça de Portugal de Futebol.



MUSEU NACIONAL DE HISTÓRIA NATURAL E DA CIÊNCIA JARDIM BOTÂNICO

No dia 23 de novembro, a turma de 11º ano do curso de Técnico de Turismo Ambiental e Rural, acompanhada por dois docentes, realizou uma visita de estudo ao Museu Nacional de História Natural e da Ciência, e ao Jardim Botânico de Lisboa.

Observaram exemplos da diversidade da vida e dos seus reinos através de espécimes conservados no museu, e fizeram uma busca taxonómica da flora do jardim.

Elaboraram informações sobre algumas espécies escolhidas, aplicando as regras básicas da nomenclatura, para a criação de um folheto turístico informativo.



XIV FESTA DO LIVRO – FUNDAÇÃO ORIENTE

Na Fundação Oriente, as alunas do 12.º tmebe, participantes na visita, tiveram a oportunidade de visitar a XIV Festa do Livro, folheando e lendo livros dedicados à história, sociedade, cultura e arte dos países asiáticos”, incluindo temas sobre massagens.

Nesta Festa, encontraram “obras de ficção, poesia, banda desenhada, livros infantis, guias práticos de conversação e manuais para aprender técnicas”, tais como origami, meditação, Reiki e Massagem Ayurvédica.



MUSEU DE DERMATOLOGIA

No dia 7 de novembro a turma do 10º do Curso TMEBE realizou uma visita de estudo ao museu da Dermatologia Portuguesa Dr. Luís de Sá Penella no âmbito do módulo de Dermocosmética e da apresentação do tema “Saúde – doenças sexualmente transmissíveis” do projeto de cidadania.

Os alunos receberam informação sobre a história das peças representadas no museu. Foi retratada cada uma das épocas desde o século XVII e o tratamento das doenças venéreas e de pele. O nosso agradecimento ao Hospital dos Capuchos por esta oportunidade é ao orador Sr. Carlos Boavida pela disponibilidade e pela formação dada a estes jovens. No final viram livremente todas as peças em cera representativas das doenças



CENTRO HISTÓRICO DE CARNIDE

A turma do 10º ano de Turismo realizou no dia 6 de dezembro um peddypaper no âmbito da disciplina de TIAT com as docentes Mónica Cardoso e Maria José.

No peddypaper os alunos fizeram vários desafios e exploraram o centro histórico de Carnide, uma zona muito antiga e com muita história e descobriram locais como o Colégio Militar, a Igreja da Luz, a Junta de Freguesia de Carnide, A Padaria centenária de Carnide, o Carnide Clube, o Convento de Santa Teresa, o Teatro de Carnide e o Coreto onde se realizam os arraiais, entre muitas outras atividades. Foi uma manhã longa e cheia de aventuras!





ATIVIDADES COM A COMUNIDADE / PARCEIROS ESTRATÉGICOS

No Plano de Atividades, estão também contempladas atividades com a comunidade, bem como com os nossos parceiros estratégicos, de forma a envolver com o meio envolvente e parceiros.

CORRIDA MILLENNIUM

No dia 1 de outubro, em parceria com a Xistarca, alguns alunos de 11º e 12º do curso de Técnicas de Massagem puderam pôr em prática as técnicas de massagem desportiva e terapêutica aos atletas participantes na corrida Millennium BCP 2023. O nosso agradecimento ao feedback bastante positivo de todos os atletas que usufruíram do nosso serviço e aos alunos que participaram com muito profissionalismo.



CORRIDA DO BANCO DE PORTUGAL

No dia 19 de novembro realizou-se a corrida do Banco de Portugal. Os alunos de 10º e de 11º ano do curso de Técnicas Massagem estiveram presentes e realizaram massagem desportivas aos atletas. Desenvolveram competências técnicas, e não menos importantes, competências sociais.





ATIVIDADE COM A JUNTA DE FREGUESIA DE ALCÂNTARA

A Junta de Freguesia de Alcântara, em parceria com a Escola Profissional CEFAD, dinamizou no passado dia 26 de outubro junto da turma do 12ºTD, um workshop do Projeto Europeu CC4Her. Esta iniciativa teve como principal objetivo a apresentação e análise de boas-práticas desportivas e a recolha de contributos para a realização de projetos desportivos para a comunidade.

Esta atividade permitiu aos nossos finalistas abordarem temas e estratégias que possam contribuir para as suas PAP.



CORRIDA DAS CASTANHAS

No dia 12 de novembro, alguns alunos das turmas de 11º e 12º ano do Curso de Técnicas de Massagem Estética e Bem-Estar estiveram a fazer massagem desportivas aos atletas da Corrida das Castanhas, na freguesia da Ajuda. Além da experiência prática que tiveram com a oportunidade de terem participado

neste evento como massagistas e do convívio com os atletas, também receberam castanhas assadas.



ATIVIDADE COM A CÂMARA DE LOURES

A Escola Profissional CEFAD aceitou o convite do Município de Loures em participar nas atividades de comemoração do mês do idoso ou da pessoa sénior. Juntamente com a Divisão da Juventude, foram protagonizadas várias ações com os alunos das escolas profissionais durante o mês de outubro.

No passado dia 25 de outubro foi a vez dos alunos do curso Técnicas de Massagem Estética e Bem-estar visitar a Cooperativa de Solidariedade Social “Os Amigos de Sempre”, CRL, e realizar tratamento de beleza e bem-estar aos utentes da instituição.

Foi uma manhã de muita partilha, onde as alunas puderam praticar técnicas de massagem adaptadas a esta franja tão especial da população.

Para além da experiência das massagens com os utentes, as alunas receberam formação com as terapeutas do centro sobre benefícios físicos e psicológicos dos tratamentos realizados na Sala Snoezelen.



MEIA MARATONA DOS DESCOBRIMENTOS

No dia 3 de dezembro, realizou-se a 10.ª edição da Tranquilidade Meia Maratona dos Descobrimentos. Mas os preparativos começaram bem antes – desde o dia 30 de novembro a 2 de dezembro, alguns alunos estiveram envolvidos nesses preparativos; no dia da corrida fizeram a animação vestidos com trajes alusivos aos Descobrimentos Portugueses; distribuíram águas e frutas na Meta aos atletas; participaram na organização do trajeto da corrida; foram responsáveis pela tenda dos pertences, pela entrega de kits, dorsais e prémios; fizeram massagem após a corrida, bem como primeiros socorros de lesões ligeiras.

«No dia 30 de novembro, a turma do 10.º ano de Turismo deslocou-se ao Campo Vicente Lucas, no Estádio do Restelo, para preparar os kits para os concorrentes da maratona. Apesar de todos os constrangimentos do tempo, a turma demonstrou empenho e esforço na realização das atividades. A turma foi voluntária e disponibilizou-se para garantir que todos os participantes teriam os seus kits devidamente preparados. Foram horas difíceis, com muito trabalho, mas também com muita dedicação, bem recompensados no final. Agradecemos pela confiança dada para realizarmos o que nos foi proposto, às pessoas que trabalharam nesta atividade e especialmente à nossa Coordenadora de Curso, a professora Maria José Azenha e ao professor Hélder Espínola.»

Miguel Guimarães (10.º Turismo)

«No dia 2 de dezembro, eu e as colegas Josefa Teixeira, Catarina Romão e Juliana Mota fizemos parte da equipa de organização da maratona, ajudando na organização dos dorsais. Quando os participantes se dirigiram para levantamento dos dorsais, às 10 horas, ficámos nas bancas para os atender e entregar os materiais. A Xistarca ofereceu-nos o almoço e o jantar, como recompensa pelo nosso trabalho e empenho.»

Maria Carolina Laureano (10.º Turismo)

«No dia 2 de dezembro, das 8 às 16:30, eu estive a participar na organização, verificação e entrega dos dorsais aos atletas no Estádio do Restelo.» **Ana Lopes (11.º Desporto).**

«No dia 3 de dezembro, das 9 às 13 horas, participei na Meia Maratona dos Descobrimentos, fazendo massagens. Ficámos em dupla em cada marquesa e fizemos massagem desportiva com relaxamento.» **Danielle Silva (12.º tmebe)**



CONCURSO CTE (Centros Tecnológicos Especializados)

Em junho, a EPC, no âmbito do programa Plano de Recuperação e Resiliência, submeteu a sua candidatura a um Centro Tecnológico Especializado. Após análise das candidaturas, a EPC foi contemplada e, desta forma, poderemos modernizar a nossa escola. Deixamos aqui o nosso agradecimento a todos os parceiros que contribuíram para a aprovação do projeto.



HALL OF FAME

No mês de Novembro, a nossa aluna **Fábia Conceição do 12ºTD** sagrou-se **campeã nacional de Judo na categoria de -78kg**.

Em Dezembro, a **Lara Gonçalves do 12ºTD** representou a **selecção nacional de Taekwondo no Campeonato Europeu de Sub 21** que se realizou na Roménia.

Também em Dezembro, o **Rodrigo Matos do 11ºTD** ficou em **5º nos 1500m livres do Campeonato Nacional de Natação em Júniores**, que se realizou em Leiria.





PROJETOS INTERNACIONAIS

O programa Erasmus+ é o programa da EU nos domínios da educação, da formação, da juventude e do desporto que visa promover a participação de alunos, professores e formadores numa experiência de aprendizagem num outro país, de modo a fortalecer a empregabilidade, as competências sociais, profissionais, culturais, entre outras.

JOB-SHADOWING – GRÉCIA

Os professores Bruno Rocha e Fernanda Duarte estiveram em Rethymno, em Creta, em mobilidade Erasmus +. Assistiram a aulas de História, Química, Estudos Sociais no Liceo Geral de Rethymno. Além disso, participaram na atividade de prevenção de sismos, partilharam experiências com os colegas e, numa aula de Inglês do último ano, responderam às questões dos alunos acerca de Portugal, dos nossos métodos de ensino e regras no espaço escolar.

Ainda em Creta, os professores assistiram também a aulas de Biologia, Inglês e Grego. Além disso, os alunos Elisa Myrsilidi e Kyriakos Mylonas proporcionaram uma visita guiada por todo o recinto escolar. Para conhecer melhor o sistema educativo, reuniram com a vice-diretora e trocaram impressões sobre o ensino nos dois países.

Em Atenas, os professores estiveram na 53 Escola Secundária Geral. Com os colegas Petros e Eleni desse liceu e as colegas polacas Anita e Klaudia, juntamente com o grupo de alunos também em mobilidade Erasmus, visitaram a Acrópole e o Museu Nacional de Arqueologia.

Nessa escola, assistiram a aulas, conversaram com o diretor da escola, Konstantinos Stoupakis e o vice-diretor Petros Tzagkarakis sobre o sistema de ensino grego; assistiram e participaram igualmente nas atividades de mobilidade KA2 – Mother Languages – com o grupo de colegas e alunos polacos e gregos.



MOBILIDADE ALUNOS 23-24

No presente ano letivo, os alunos selecionados para Mobilidade Erasmus+, a realizar em Barcelona são: Alexandre Cunha e Nicole Martins do 11.º TTAR; Sofia Santos e Vânia Sousa do 11.º TMEBE; Mirlene Rocha, Ricardo Pato, Simão Afonso e Santiago Rodrigues do 11.º TD; Catarina Santos, Isaías Martins e Tiago Rodrigues do 12.º TD; Joana Antunes, Inês Almeida e Susana Barros do 12.º Tmebe.

Em novembro, a equipa de Erasmus+ reuniu com os alunos selecionados e seus encarregados de educação com o propósito de apresentar a mobilidade, bem como indicar os documentos necessários e esclarecer as dúvidas do grupo.



DISSEMINAÇÃO ERASMUS 22-23

No dia 30 de novembro, os alunos que estiveram em Barcelona a realizar a mobilidade Erasmus+ apresentaram ao grupo dos colegas que foram selecionados para Erasmus+ 23/24 as suas experiências e dificuldades, bem como dicas para a mobilidade em abril de 2024. Na sessão, estiveram presentes a prof.ª Cláudia Pato que, tendo acompanhado o grupo no ano letivo passado, também acrescentou informações importantes para o grupo e para o colega Hélder Espínola – o prof. que acompanhará o grupo.



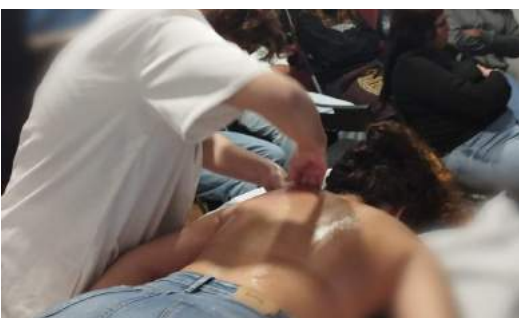
OUTROS PROJETOS/ATIVIDADES

PARTILHAS – EX-ALUNOS

Nas primeiras semanas do início do novo ano letivo foram criados momentos de partilha entre alunos e ex-alunos do curso de Técnicas de Massagem de Estética e Bem-Estar.

O ex aluno Tomás Alexandrino veio partilhar com as turmas de TMEB de 11º e 12º anos a sua experiência na Escola Profissional CEFAD e o seu ingresso no mercado de trabalho; e a ex aluna Matilde Flores veio partilhar com o 12º a sua experiência no Ensino Superior. Ambos apresentaram propostas e sugestões de futuro aos atuais alunos e algumas dicas para os projetos de PAP.

Os alunos de 11º TMEB fizeram uma demonstração prática de preparação do posto de trabalho, receção e instalação do cliente e de algumas técnicas de massagem aprendidas como a massagem terapêutica, desportiva, Lomi Lomi e Massagem Indiana à cabeça aos alunos de 10º TMEB. **Obrigada a todos os intervenientes pela disponibilidade em colaborar nesta iniciativa.**



PROJETO EMBAIXADORES EPC

No dia 28 de setembro decorreu a apresentação do Projeto Embaixadores EPC pela Rita Figueiredo, coordenadora do departamento e Marketing da escola.

Este momento contou com a apresentação de alguns vídeos produzidos no ano letivo anterior, a divulgação das vencedoras do Desafio e a entrega de prémios. Posteriormente, foram explicadas as regras deste projeto e foi feita a divulgação da abertura das inscrições para o Desafio Embaixadores EPC para todos os alunos interessados em participar.



PROJETO DE CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO

MASTERCHEF

«No dia 29 de novembro de 2023, o Grupo F constituído pelos elementos João Alves, Ricardo Fernandes, Rodrigo Cabanas e Vasco Ferreira, realizou um mini Masterchef com a turma do 11º Técnico de Desporto, com o objetivo de promover a comida vegetariana e vegan de modo que o consumo de carne seja reduzido. Esta atividade foi desenvolvida no âmbito do projeto de Cidadania subordinado ao tema “Proteção da Vida Terrestre”.

O plano desta atividade começou com a preparação da lista com os materiais que íamos precisar para a sua realização. Decidimos como íamos realizar a atividade, e então concordámos que nós decidíamos as receitas. Dividimos a turma do 11º em 6 grupos, para podermos escolher 6 receitas, sendo 3 vegetarianas e 3 vegans.

As receitas escolhidas foram Caril de legumes, Risoto de cogumelos, Peixinhos da horta, Soja à bolonhesa, Chili de soja e Strogonoff de tofu. Imprimimos as receitas e fizemos uma lista com todos os ingredientes que necessitávamos para realizar o Masterchef. Elaborámos a lista com os ingredientes e concretizámos o orçamento, imprimimos e entregamos à professora Valéria para obtermos a sua aprovação.

Quando a obtivemos, fomos ao Pingo Doce comprar os produtos dos materiais e trouxemo-los para a escola. Contámos com a ajuda do professor Hélder para nos fornecer bicos de gás, tachos e alguns utensílios de cozinha.

Contactamos os professores Hélder, César, Fernanda, Céu e a professora Valéria para a participação como júris da nossa atividade. O grande vencedor da nossa atividade foi o grupo do Simão Rebelo, Tiago Soares e do Bernardo Costa com o Caril de legumes, com nota 9/10 na categoria de apresentação, e 8/10 na categoria de sabor, ficando assim com um total de 17/20.»

Vasco Ferreira (12.ºTD)

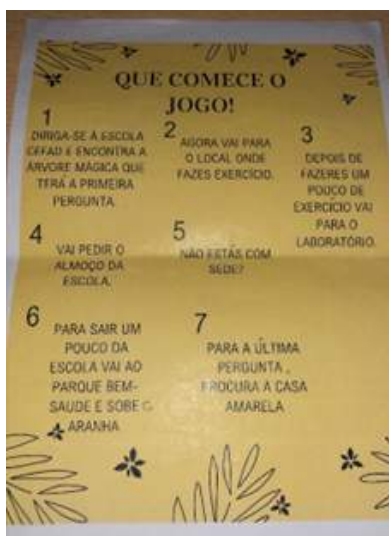


KAHOOT E PEDDYPAPER – GRUPO B – 12.º TMEBE

As alunas Beatriz Cordeiro, Susana, Jussara e Soraia realizaram Kahoots com a turma do 10º Desporto subordinado ao tema «Erradicar a Fome»

Com as turmas do 10.º e 11.º de Turismo e as três turmas de Massagem realizaram um peddypaper:

«Começamos na sala de aula para falar acerca do nosso tema, como iria funcionar a atividade (que haveria um cartaz com as indicações para seguir onde achariam as perguntas); depois, formaram grupos para realizarem a atividade; referimos que, quando acabassem, deviam regressar à sala e escreverem uma frase sobre o que tinham achado da atividade e o que podia ter melhorado.»



PEDDYPAPER – GRUPO D – 12.º TMEBE

As alunas Fatumata, Helena, Joana e Nicole realizaram um peddypaper com as turmas da EPC subordinado ao tema «Proteger a Vida Terrestre».



DIA DA ALIMENTAÇÃO – RECOLHA DE FUNDOS

As alunas Tida e Beatriz Rocha, no passado dia 14 de dezembro, no refeitório venderam alguns alimentos (bolos, pipocas, sumos, salada de fruta) com o objetivo de angariarem dinheiro para, posteriormente, doarem a uma instituição e/ou uma família, no âmbito do projeto subordinado ao tema «Erradicar a Pobreza».



Dia da alimentação

Ajuda-nos a ajudar a
Erradicar a pobreza

No dia 14 de dezembro numa quinta-feira das 10:00 a 16:00, vamos vender lanches para angariar dinheiro para fazer doação

12ª TMEBE
Tida Embalo
Beatriz Rocha

ESCOLA PROFISSIONAL CEFAD

Cidadania
Erradicar a Pobreza

Local Refeitório da Escola Profissional Cefad

- Uma fatia de bolo 1€
- Um copo de sumo de laranja/limonada 0,75€
- Uma fatia de cheesecake 1€
- Salada de fruta 1€
- Doce de café 0,75€
- Queques de cenoura 0,50€
- Espetada de frutas 0,75€

PARLAMENTO DOS JOVENS

Nas aulas de Português e Área de integração, as turmas dos 10.º e 11.º anos têm trabalhado no projeto do Parlamento dos Jovens, cujo tema é «Viver Abril na Educação – caminhos para uma Escola Plural e Participativa».

As turmas iniciaram os seus trabalhos com o Jogo da Democracia; num segundo momento, assistiram a um vídeo sobre a escola antes do 25 de abril; posteriormente, “conheceram” o que era proibido durante a ditadura; e, numa sessão interturmas, em que foram sorteados alunos das três turmas para trabalharem em grupo, tiveram de apresentar e discutir o que consideram ser uma escola plural e participativa.

Os 11.º anos iniciaram a leitura da Legislação.

Os trabalhos continuarão em janeiro e terminarão, na Fase escolar, com a Sessão Escolar no dia 31 de janeiro, onde serão eleitos os deputados para a Sessão Distrital.



PARLAMENTO DOS JOVENS secundário



CERIMÓNIA DE ENTREGA DE DIPLOMAS

No dia 17 de novembro decorreu a cerimónia de Entrega de Diplomas aos alunos do ciclo 20-23. Foi um evento bastante divertido, desde a música de Jazz até ao convívio entre alunos, pais, professores e membros da Direção da EPC.

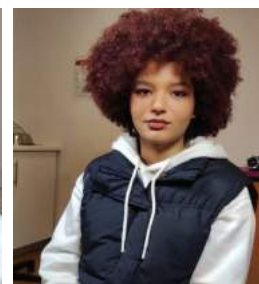


MASTERCLASS MAQUILHAGEM

O professor de TIC da Escola Profissional CEFAD, Jorge Dias, endereçou um convite à Influencer Digital/Maquilhadora e participante de programas de TV, Jandira Dias, para participar no Projeto de Cidadania do 10.º ano, na sessão subordinada ao tema Empreendedorismo. Assim, no dia 27 de novembro os alunos do 10.º ano do curso Técnicas de Massagem de Estética e Bem-Estar, puderam participar ativamente na masterclass, tendo sido escolhidos 2 alunos, de ambos os sexos, para serem maquilhados.

Foi uma tarde de partilha de conhecimentos e dicas em que os alunos não maquilhados puderam presenciar várias técnicas desde a pré-maquilhagem, passando pela maquilhagem total e pós-maquilhagem. Foi demonstrado o uso unitário de cada produto, assim como os respetivos acessórios (pincéis e outros).

A experiência foi muito positiva com excelente feedback por parte dos alunos. A Influencer/maquilhadora soube captar a atenção e entusiasmo dos alunos, tendo conseguido transformar os alunos de forma inequívoca.





AULA DE LABORATÓRIO – OSMOSE

No dia 4 de dezembro, a turma de 10º ano do curso de Técnico de Massagem de Estética e Bem-estar realizou um trabalho laboratorial.

Observaram, ao microscópio ótico composto, o fenómeno da osmose em células em diferentes meios de concentração. Com esta atividade, pretendeu-se fomentar o gosto pela ciência e pela pesquisa. No final, registaram os resultados e elaboraram a sua discussão num relatório. Agradecemos ao ITCB que nos cedeu o microscópio.



PADRINHOS – DESPORTO

No dia 21 de setembro, as turmas de Desporto participaram na atividade dos Padrinhos, em que os alunos do 12.º TD foram escolhidos como padrinhos dos novos alunos do 10.º ano.

Depois de cada um se apresentar, os afitlhados escolheram os seus padrinhos, estabelecendo-se, assim, uma maior proximidade entre os alunos finalistas e os “caloiros” da EPC.





TESTEMUNHOS

Mais um ano letivo e novas turmas iniciaram o seu percurso na EPC; ficam aqui alguns testemunhos:

10.º DESPORTO

«A entrada na escola, a meu ver, foi boa, fui bem recebido pelas outras turmas e acho que mesmo entre nós, turma, tivemos uma fácil adaptação à escola e creio que entre nós não haveria melhor forma de nos conhecermos.»

Miguel Mira

«A minha entrada na CEFAD foi muito inesperada e muito em cima da hora, mas fiquei muito feliz ao entrar na CEFAD. Agradeço muito por me aceitarem na escola, foi uma entrada muito bem recebida e gosto muito desta escola, gosto de escolas pequenas. Fiquei muito feliz por me terem aceite, obrigado.»

Tomás Oliveira

«A entrada na CEFAD foi muito boa. Os professores foram muito acolhedores, simpáticos e ajudaram-nos muito a perceber como tudo funcionava. Este apoio foi fundamental para que nós nos conseguíssemos integrar bem na escola. Depois a integração na turma também foi muito boa, foram todos muito simpáticos e sempre à procura de novas amizades, o que facilitou muito a nossa ligação.»

O facto de a escola também ser pequena acho que é um ponto positivo, pois torna-se mais acolhedor e faz com que todos se conheçam melhor.»

Lucas Fernandes

«Eu cheguei à escola um mês depois de as aulas terem começado; então estava “nervoso” com a minha integração na turma, mas o professor Ciro, o nosso diretor de turma, ajudou-me indo comigo para a sala, tive uma receção muito boa dos meus colegas, convidando-me logo para um grupo.»

Agora dou-me com a turma do 11 de desporto também e estou bem integrado na escola. O curso está a corresponder às minhas expectativas.»

Salvador Paes

10.º MASSAGEM DE ESTÉTICA E BEM-ESTAR

«Estou a gostar e está a ser uma boa experiência.»

Rânia Figueiredo

«Neste período eu consegui aprender coisas novas, integrei-me muito bem nesta escola e nesta turma. Estou a gostar imenso deste curso (técnica de massagem estética e bem-estar). A minha expectativa deste curso foi completamente diferente do que estava à espera e estou a gostar imenso.»

Andreia Pereira

«Recentemente, mudei de curso por opção e ao avaliar minhas opções de imediato adorei a ideia de vir para esta escola e para este curso. Na primeira semana adquiri novos conhecimentos dos módulos e tive oportunidade de conhecer professores incríveis. Encontrei um curso e uma escola que há tempos atrás nem sequer tinha imaginado.»

Amanda Silva



10.º TURISMO

Este início de ano está a correr mesmo bem, estou a gostar de tudo: dos professores, das disciplinas e da turma também.

O curso em si está a correr perfeitamente, não estava à espera de nada disto, estou a gostar bastante. Contudo, espero que o próximo período corra ainda melhor, porque ainda há muito para dar.

Queria apenas agradecer à professora Fernanda e a todos os outros, neste início de ano, pela forma como nos receberam e pela paciência que têm connosco.»

Miguel Guimarães

«A minha opinião sobre este curso é bastante positiva.
Estou a gostar muito.»

Catarina Romão

A EPC DESEJA A TODA A COMUNIDADE VOTOS DE UM FELIZ NATAL E DE UM EXCELENTE 2024!

«O Natal é um excelente tempo para a alegria de pensar naqueles que amamos.»
Molière



DESEJAMOS A TODOS UM
**FELIZ
NATAL**
E UM BOM ANO 2024

