



Jornal

Escola de Serviços e Comércio do Oeste

Nº 24
Julho 2010



Promotores:

ACIRO – Associação Comercial, Industrial e Serviços da Região Oeste

ADRO – Agência de Desenvolvimento Regional do Oeste

AERLIS – Associação Empresarial da Região de Lisboa

C.M.T.V. – Câmara Municipal de Torres Vedras

Turismo do Oeste



NASCER, CRESCER, RUMO AO FUTURO

PENAS 2010
D'OURO





Índice

Editorial	4
Ficha Técnica	5
Espeleologia	6
Campanha Solidária do Haiti	7
Decoração de montras	8
Esco Semana	9
Entrevista	12
Centro Militar de Mafra	14
Lixo é Arte	16
Ponteiros do Relógio	17
Crónica	18
Monet	19
Experiências de Vida	21
Arraial	23
Oeste Infantil	24
Penas d'Ouro	25

1. Ficha Técnica

Edição: XXIV, Julho de 2010

Propriedade:
S.E.F.O Sociedade de Formação do Oeste

Rua da Liberdade, nº4
Urb. Hilarião
2560-374 Torres Vedras
Telef. 261 339 920
Fax: 261 339 921
Mail: info@sefo.pt
Site: www.sefo.pt

Directora: Marta Inácio

Sub-Directora: Raquel Fonseca

Fotografias: Esco

Colaboradores:

Ricardo Luís, Técnico do SPO; Helena Reis, Coordenadora de Curso de Marketing; Margarida Caldeira; turma A10; Patrícia Caldas, ex-aluna da turma A6; turma OE1; Sara Correia, turma OE1; André Rebelo, turma OE1; Magda Miguel, turma A10; Liliana Alves, Verónica Jerónimo, Filipa Rebelo da turma C9.

Execução Gráfica: Ricardo Cardoso

Impressão: Ana Marta Malhado

Penas d'Ouro - Heróis à solta na Festa da ESCO

Dia 2 de Julho de 2010, realizou-se a Festa "Penas d'Ouro 2010" da ESCO, na discoteca "Sai de Gatas"

As "Penas d'Ouro 2010" marcaram mais um encerramento de ano lectivo da ESCO e, desta vez, tiveram como tema os heróis da banda desenhada e da animação. Foi uma festa animada e divertida, com a tradicional despedida das turmas finalistas, este ano a A12 e A13, do Curso de Apoio à Infância, a G8, do Curso Técnico de Gestão, a H5, do Curso Técnico de Restauração (variante Restaurante/Bar) e a IM3 do Curso de Gestão de Equipamentos Informáticos.

Música e dança, a eleição da Miss e Mister ESCO (de referir que este desfile teve o patrocínio do cabeleireiro Paulo do Vale), este ano a Cátia Matias da OE1 e o John Sebastião da I10, e as inevitáveis Penas d'Ouro para funcionários, professores e alunos. Entre os funcionários as penas atribuídas foram: Pena "Minnie", amiga de todas as horas, e a Pena "Smile", que distingue pela simpatia, foram atribuídas à funcionária Isabel Garcia; a Pena "Tio Patinhas" foi atribuída ao responsável do Bar, Pedro Pimpão. Quanto aos professores, as Penas atribuídas foram: Pena "Wally", o mais procurado, e a Pena "Bip bip", o stressado, acelerado, atribuídas à professora Ana Cristina Martins; Pena "Professor Pardal", o exigente, atribuída à professora Sandra Franco; a Pena "Peter Pan", bem disposto e tranquilo, atribuída à professora Marta Inácio; Pena "Coelho Branco", tudo sempre a tempo e a horas, sem atrasos, atribuída à professora Ana Marta Pedro. Entre os alunos as Penas atribuídas foram: Pena "Pateta", cabeça nas nuvens, atribuída ao aluno Vítor Pereira da CPI; Pena "Pato Donald", rezingão, sempre pronto a protestar, atribuída à aluna Ana Rita Pereira da G8; Pena "Lisa Simpson", intelectual e estudioso, atribuída ao aluno Marco Carvalho da IM3; Pena "Garfield", molengão, sempre com muita calma, atribuída ao aluno Cândido Cruz da HS2; Pena "Bugs Bunny", está cá sempre, participa em tudo, atribuída ao aluno Sérgio Pereira da IM3; Pena "Mafaldinha", tem sempre opinião sobre tudo, atribuída à aluna Cadija Cá da CPI; Pena "Robin Hood", o justiceiro, atribuída à aluna Sofia Ramos da A13.

Houve ainda lugar a uma Pena Especial, a Pena "Sininho", que pretendeu homenagear a professora Ana Cristina Martins, pelo seu trabalho no Espaço de Serviço Social, pela ligação da ESCO à comunidade e pela sua luta pelo Clube de Pais.

No meio da animação, era possível encontrar, entre os presentes, a Cruella Deville, a Minnie, o Popeye, a Olívia Palito, o Capuchinho Vermelho, um Mosqueteiro, entre outros. A noite terminou com a abertura da pista, tendo a animação e a alegria continuado com muita música e dança. Para o ano há mais!

Margarida Caldeira

Mural da Oeste Infantil

Este ano, a grande Festa da Criança, a Oeste infantil, decorreu entre os dias 24 e 29 de Maio e a nossa escola fez-se representar pela turma de 1º ano, OE1, Técnico de Organização de Eventos.

Para além de um grande projecto, foi essencialmente uma grande oportunidade de trabalhar em equipa e de perceber a complexidade que existe em organizar um evento.

Ficam aqui alguns relatos dos alunos da OE1, relativamente à sua experiência na Oeste:

“...já no decorrer do evento todos trabalharam e houve organização e entendimento entre todos.”

Catarina Grilo e Luis Rodrigues

“...Aprendemos a lidar com a pressão e com as pessoas de várias idades, desde pequenos, de 2 anos, até idosos de 66 ou 70 anos.”

Inês Valadas e Bruno Santos

“Notámos que ainda temos muito a aprender e que este evento é o início de uma longa vida profissional.”

“ Acho que a participação na Oeste Infantil deu para percebermos que a nossa futura profissão não é fácil, e que é necessário muito empenho e cooperação!”.

Rafaela Silva

“Foi uma semana bastante cansativa, mas também divertida!”

Patrícia Santos, Pedro Teixeira e Fábio Moreira

“Ao longo desta semana tivemos a oportunidade de compreender, na parte prática, como é realizada uma feira, ou um evento regional, podendo apoiar e interagir com todas as entidades presentes no local.”

Flávia Costa e Janine Pereira

“A turma aceitou o desafio e resolveu criar a “Feira das Profissões”.

Sara Batista e Bruna Gomes

2. Editorial

Chegámos ao fim de mais um ano lectivo. Já nos chamam a praia, o sol e as tão – desejadas férias, por isso não as vamos deixar esperar mais!

Nesta edição do Ecos relembramos algumas das actividades que ocorreram no terceiro trimestre, não esquecendo, claro..., as que aconteceram já nesta recta final de trabalho intenso, tão típico dos meses de Junho e Julho!

Vamos dar uma espreitadela a acções dinamizadas pelo SPO, mais concretamente às actividades de Espeleologia, de Educação Física e também de Solidariedade, em que várias foram as turmas envolvidas em tão radicais situações!

Vão poder saber o que aconteceu no já tradicional Arraial do Clube de Pais, que ocorreu já no final do mês de Abril, bem como saber a opinião dos intervenientes na Grande Festa da Criança, decorrida em Maio.

Esta edição está recheada de trabalhos de alunos, o que é sempre bom! São pensamentos, opiniões e conclusões que nos deixam a pensar no que é, por vezes, ser adolescente...vale a pena! Vale a pena, também, espreitar a entrevista nas Memórias da ESCO, em que mais um ex-aluno nos conta um pouco do seu trajecto na escola, bem como actual ocupação, planos para o futuro, etc. Este ano um pouco mais tarde, a Escosemana apareceu em jeito de vendaval e transformou a escola num turbilhão de conhecimento, dando a oportunidade a toda a comunidade educativa de alargar horizontes nas mais variadas áreas. O tema era “Entre-Desafios” e tinha como temáticas centrais a saúde e bem-estar, protecção e segurança.

O projecto Eco-Escolas esteve em alta, mais uma vez, neste trimestre, e a nossa escola encheu-se de actividades e(s)cológicas, entre elas destaca-se “Lixo é arte”; provando-se que com imaginação nada se perde, tudo se transforma. Até porque existe uma bandeira a manter, e é preciso trabalhar nesse sentido!

Se para uns o ano voou, para outros molengou...! Decerto que para todos trouxe muita dedicação, empenho e especialmente trabalho, mas também nos trouxe momentos de maior descontração, como por exemplo a famosa Festa das Penas de Ouro, que este ano saltitou até à discoteca Sai de Gatas, oferecendo uma noite com glamour, penas e muita dança!

E foi com muita animação que terminou este ano: despedimo-nos de mais 5 turmas finalistas, desejando-lhes toda a sorte do mundo e uma boa entrada no mundo do trabalho. E, no meio de Paps, recuperações, provas e agitações típicas de quem anseia por uma pausa merecida, deixamos a mensagem: até ao próximo ano lectivo, que é como quem diz: Setembro!

Boas férias !!

Marta Inácio.

3. Actividades Lectivas

Alunos participam em actividade de Espeleologia

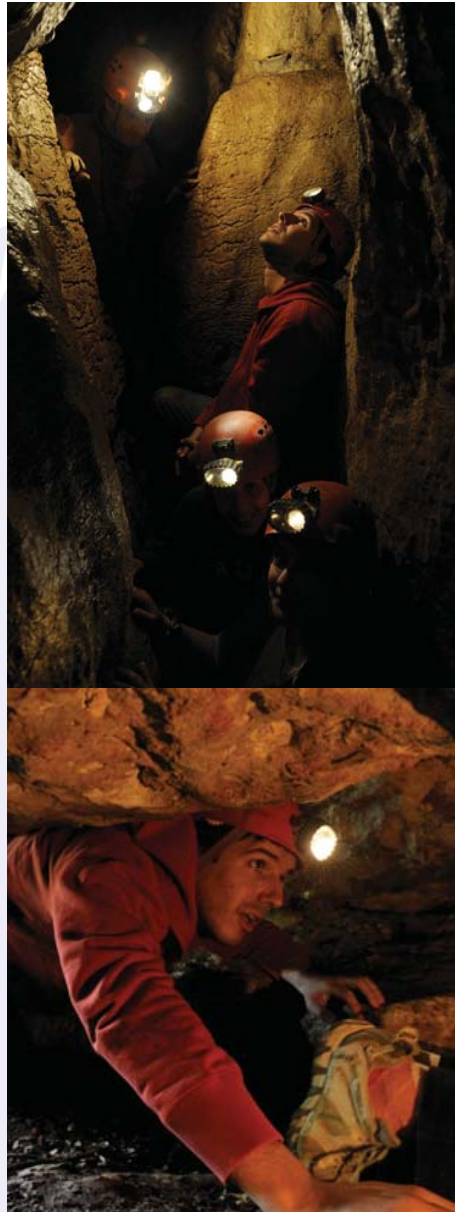
Foi no dia 19 de Fevereiro que os alunos tiveram a oportunidade de conhecer um pouco do que é a espeleologia. No auditório da nossa escola, alguns membros da A.E.S.D.A. apresentaram-nos algumas das actividades que têm desenvolvido no âmbito da espeleologia.

Nesse mesmo dia os responsáveis disponibilizaram-se para esclarecer dúvidas e deixaram um convite aos alunos que quisessem conhecer de perto o seu trabalho: uma visita às grutas!

Depois da sessão, muitos foram os alunos que se inscreveram. Quando as informações com a data, o horário e o custo da actividade foram dadas aos alunos interessados, poucos alunos puderam participar...

Os alunos que se inscreveram foram acompanhados pelo Psicólogo Ricardo Luís. A gruta situava-se na Maceira, perto do Vimeiro. O grupo que fez a visita era composto por cinco alunas, o psicólogo e os três responsáveis pela actividade. Esta actividade decorreu no dia 19 de Abril de 2010 das 14 às 18.

Foi uma actividade espectacular, na qual valeu a pena ter participado! Todos nós tínhamos uma ideia diferente do que íamos encontrar. No entanto, descobrimos que estávamos debaixo de rochas e longe da entrada e da saída.



5. Clube dos Pais

Arraial do Clube de Pais - 2010

O nosso Arraial realizou-se num sábado de Primavera, dia 29 de Maio. Apesar de algum frio, muito característico da nossa zona oeste, tudo correu muito bem. A abertura deu-se pelas 18 horas com o grupo de percussão Ribombar, da Escola Padre Vitor Melícias, que veio dar ainda mais alegria à nossa festa com os seus tambores; de seguida, o DJ "Dark Glasses", o nosso aluno da C9, Augusto Dionísio. Depois o tipo de música foi outro. Foram também convidados pela ESCO o grupo de Hip-Hop "Moving" e os ranchos de Vila Verde dos Francos e do Reguengo Grande.

Para além de toda esta animação foi possível contar com uma quermesse bastante recheada, sardinhada, caldo verde e febras. Entre professores, funcionários e alunos, todos ajudaram para que a festa tivesse sucesso, e se conseguisse angariar fundos para o Serviço de Acção Social. O arraial terminou por volta das 24 horas.

Raquel Fonseca



Experiências de Vida

Trinta dias... 147 horas...

Nada do que senti e vivi corresponde a números, mas sim a sentimentos, emoções, sorrisos e, por consequência incontrolável, a algumas lágrimas...

Definição: todas aquelas crianças e jovens que ali se encontram por diversas circunstâncias da vida e por nada terem culpa, tinham e “construíam o (seu) silêncio no meio do som, o vazio no meio da “multidão”... horas que implicam tantos movimentos, condicionantes de encontros prometidos.”

Ganhei um novo crescimento pessoal, onde conquistei também pequenas grandes vitórias, gente de palmo e meio, mas com um historial e uma bagagem de gente grande!

O meu dia começava às 15 horas e terminava às 22 horas. Este horário era dividido por todas as crianças e jovens, fraldas e biberons, carinho e actividades. A faixa etária variava entre os 4 meses e os doze anos de idade.

Quando chegava ao CAT – Centro de Acolhimento Temporário “Renascer” esperava pelas crianças que estavam na creche, na escola primária e na básica. Só os bebés se encontravam na casa, apesar de um deles frequentar assiduamente a APECI por dificuldades motoras.

Todas as crianças e jovens tinham diferentes horários de chegada ao CAT, facilitando assim o trabalho das auxiliares de educação, que repartiam melhor os banhos e as rotinas diárias das crianças. Participava e ajudava nos hábitos de higiene, no jantar, na hora de deitar e em algumas actividades domésticas...

Participava também nas suas brincadeiras, na leitura de histórias, na realização de actividades propostas por mim ou propostas pela entidade, de forma a criar um momento diferente e proporcionar uma nova alegria para todos eles.

Todos os dias havia uma nova descoberta, uma nova peripécia ou uma nova etapa na vida de todas aquelas crianças.

Acabamos por criar laços, mas ao mesmo tempo uma espécie de barreira para os proteger e para me proteger, pois é um local temporário e qualquer saída é dolorosa...

Foi um segundo ano de estágio fantástico, onde quero terminar este meu percurso e quem sabe um dia, trabalhar num local como o CAT. É nestas alturas que me sinto grande pelo sentimento...

Anónimo

Foi bastante engraçado... tivemos de trabalhar em equipa, seguindo sempre as regras, pois uma gruta pode ser um grande labirinto. Foi um pouco estranho estar debaixo da terra sem ver a luz do dia e sem nos apercebermos ficámos quatro horas dentro da gruta.



Magda Miguel , turma A10

Campanha Solidária para o Haiti

A ESCO abraçou mais uma campanha de solidariedade cujo objectivo foi a recolha de bens necessários à montagem de um acampamento multifuncional para tratar e alimentar mais de 1500 crianças no Haiti.

Esta missão surge no âmbito da parceria com o C.S.I. - Clube de Solidariedade Internacional, em articulação com a embaixada da República Dominicana em Portugal.

A recolha de donativos decorreu na semana de 15 a 19 de Fevereiro de 2010 e o seu levantamento efectuou-se no dia 22 de Fevereiro.

Com o apoio de todas as turmas, professores, funcionários e pais, colaborámos nesta missão no sentido de contribuir para um futuro diferente e de poder dar toda a dignidade a estas crianças.

Ao aderir a esta missão a ESCO realizou com sucesso mais uma mobilização de solidariedade!

Ricardo Luís, Técnico do Serviço de Psicologia e Orientação

Alunos da ESCO decoram Montras de Páscoa em Torres Vedras

Este ano lectivo, a ESCO – Escola de Serviços e Comércio do Oeste, facultou, aos seus alunos do segundo ano do Curso Técnico de Marketing, uma formação complementar em Vitrinismo, com o formador Ricardo Marques, cujo objectivo era enriquecer o currículo académico destes futuros profissionais.

Após várias sessões teóricas, em que os alunos adquiriram alguns conceitos e técnicas relacionados com esta temática, foram criadas duas situações de aplicação dos conteúdos leccionados. A primeira sessão realizou-se na escola, durante o mês de Dezembro e consistiu na elaboração de 4 montras de Natal. A segunda sessão levou os alunos a assumirem uma maior responsabilidade, vestindo o papel de verdadeiros vitrinistas, ao decorarem as Montras de Páscoa de 5 lojas do Comércio Tradicional de Torres Vedras, que prontamente aceitaram colaborar neste desafio. As cinco lojas foram: Sapataria Globo, Perfumaria Cent & Doze, Papelaria União, Corte Ideal e Casa Primavera.

Foi sem dúvida uma experiência muito gratificante para os alunos, que os ajudou a crescer a nível académico, pessoal e profissional, dado que se tratou de um trabalho de grande responsabilidade, com alguma visibilidade e com um feedback muito positivo, quer da parte dos comerciantes que os apoiaram, quer dos familiares e amigos.

Mais uma vez a ESCO tem razão para se orgulhar dos seus alunos e da confiança que as empresas depositam no trabalho que estes desenvolvem.

A Coordenadora de Curso de Marketing
Helena Reis



Experiências de Vida

Diário de Bordo

Estagiar num hospital não é tarefa fácil, porque por vezes deparamo-nos com situações que preferíamos não ver. Mas o melhor deste trabalho é quando damos algo à criança e ela nos retribui com um sorriso...

Este ano deparei-me com uma criança de três anos e meio, que tinha partido uma perna ao brincar, e que esteve durante algumas semanas com as duas pernas penduradas e ligadas. A criança gritava de aflição devido às dores que tinha e eu queria agir e não sabia como. Tive alguns dias que não podia chegar perto dela, ela gritava com medo que lhe fizéssemos alguma “maldade”, e tudo isto porque estava traumatizada com todos aqueles que vestiam batas brancas. Foi uma sensação de impotência!

Tentei respeitar a vontade dela, sem nunca desistir de lhe dar algum conforto, porque eu sabia que apesar de tudo ela precisava de mim e da minha atenção. Fui-me aproximando e passados alguns dias já brincava com ela. Estavam criados os laços para uma bela amizade. Por vezes, temos momentos alegres e outros menos motivantes, mas precisamos de dar a volta à situação. De facto, a sensação de ajudar os outros é muito boa, ou seja, fantástica. Sentimo-nos realizados e bem connosco.

Anónimo

Novamente, dou por mim a pensar, desta vez a pensar em pintar um quadro, a imaginar como seriam as cores adequadas às sensações que queria transmitir. Dou por mim a pensar na história que aquele quadro iria ter até chegar à obra final, até obter várias visões do mesmo, até conseguir passar, para quem o está a ver, a calma ou a agitação, a clareza ou a escuridão, a solidão ou a companhia...

Afinal, não sei de onde desencadeei a imagem daquela mulher, não sei por que é que naquela altura não me surgiram outros pensamentos senão aqueles. Será que no fundo, no fundo tudo o que aconteceu teve ou não alguma coisa a ver com a minha personalidade? No entanto, é bem capaz de ser só imaginação, uma miúda curiosa cria um mundo onde se possa envolver cada vez mais e matar essa tão infinita curiosidade.

Sara Correia
turma OE1, nº 1447

ESCO Semana

Entre os dias 12 e 17 de Maio, decorreu na ESCO – Escola de Serviços e Comércio do Oeste, a 6ª Escosemana, denominada “ENTRE DESAFIOS”, que tinha como temáticas centrais a saúde e bem-estar, protecção e segurança, tendo como principal objectivo envolver toda a comunidade escolar no Projecto Educativo da Escola. Com esta iniciativa, pretendeu-se ainda dar a conhecer os projectos desenvolvidos pelos alunos dos cursos/turmas ao longo do processo de aprendizagem, divulgar a oferta de formação para o ano lectivo de 2010/2011 e promover a aproximação da escola às entidades (instituições e empresas).

A sessão de abertura teve lugar no dia 12 de manhã e contou com a presença da Exma. Senhora Vereadora do sector da Educação da Câmara Municipal de Torres Vedras, Eng.ª Laura Rodrigues. Ao longo destes quatro dias, foram acontecendo diversas actividades, pretendendo-se que elas próprias contribuíssem para os desafios a que todos os dias estamos sujeitos. Assim, foi possível assistir a uma demonstração da equipa cinotécnica do Comando Territorial de Lisboa, havendo lugar para exercícios com os cães e para esclarecimento de dúvidas.



A sessão sobre primeiros Socorros, decorreu no espaço exterior da escola, tendo uma enfermeira explicado aos participantes alguns dos procedimentos a efectuar em caso de emergência, como no caso de paragem cardíco-respiratória. E da teoria foi possível passar à prática.

Como a Segurança Rodoviária é um dos desafios que todos os dias se coloca aos portugueses, tivemos na escola uma sessão sobre este tema que contou com a presença de especialistas numa acção de sensibilização sobre as regras de circulação rodoviária e esclarecimento de dúvidas.



No âmbito da Segurança e Protecção Civil, teve lugar, no dia 14 de Maio, durante a manhã, um simulacro de sismo, com vista à realização de um exercício de evacuação e teste do plano de emergência da escola. Nesta acção estiveram envolvidos os agentes da Protecção Civil de Torres Vedras. O exercício teve como finalidade exercitar a capacidade de resposta dos vários agentes de Protecção Civil e entidades de apoio, bem como os mecanismos de articulação, além de testar o plano de emergência interno da escola e alertar a comunidade escolar para a importância da adopção de uma cultura de segurança.



Assim, foi simulado um sismo com a intensidade de VI na escala de Mercalli e de magnitude 5, de acordo com a escala de Richter, e os seus efeitos à superfície. O exercício pressupôs a evacuação total do edifício, com excepção das vítimas, queda parcial de algumas estruturas do edifício, incêndio no átrio e no bar da escola, existência de 5 vítimas, todas elas parcial ou totalmente envolvidas em escombros.

No total, estiveram envolvidas sete entidades, catorze viaturas, quarenta agentes e uma equipa cinotécnica com dois binómios homem/cão.

No final do simulacro, os responsáveis pelas entidades envolvidas efectuaram um balanço, com a presença de toda a comunidade escolar e comunicação social. Este balanço decorreu no auditório da escola e teve como objectivos perceber o que correu menos bem, propondo acções de melhoria.

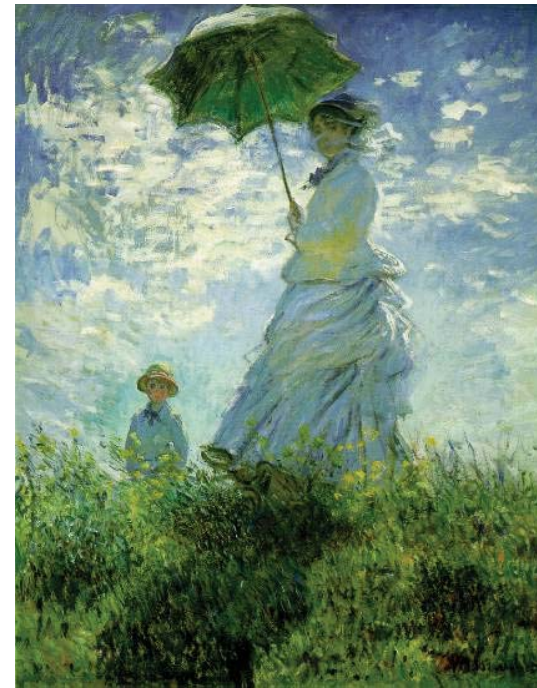
E porque o ambiente é fundamental para a saúde e o bem-estar, decorreu, no período da tarde, uma acção de sensibilização sobre a água, denominada “Melhor Água, Melhor Vida”, sob a orientação da Eng.ª Sónia Morgado da empresa Águas do Oeste.



O dia 15 de Maio, sábado, foi um dia dedicado aos Pais e Encarregados de Educação, começando com uma Tertúlia, intitulada “Educação para o Optimismo”,



Monet - “Vê o mundo com outros olhos”



Subitamente dou por mim a olhar para o vazio, sem objectivos concretos nem nada definido, dou por mim a pensar numa senhora que já há muito que aparecia nos meus sonhos, dou por mim a rever a imagem dessa senhora vezes e vezes sem fim. Como se outrora já me tivesse cruzado com ela, dou por mim na personagem de Monet, famoso artista francês.

Cuidadosamente debruço-me sobre um riacho por pura curiosidade, sou uma miúda curiosa e quero conhecer o que me rodeia. Olho de relance e parece-me ver outro reflexo senão o meu. Eu ali debruçada e o reflexo que aparece não é senão mais do que o da senhora que me “perseguiu”...



Porque hei-de ter medo de uma simples mulher que nem tinha um ar assombroso e de quem eu não tinha nada a recear? De certa forma também tinha um ar tranquilo, relaxante sobretudo porque se fazia

sempre acompanhar de um pequeno miúdo que a observava cautelosamente. Além disso, as sensações positivas e as cores que apareciam nas suas roupas eram tão puras, tão claras que nada faria com que tal pensamento se sobrepusesse à verdadeira entidade da mulher. Afinal nada posso concluir, será apenas esta mulher um fruto da minha imaginação? Será que o reflexo dela no riacho quer dizer alguma coisa?

Crónica – O Dinheiro e a Crise

O país está a passar por um mau bocado, fala-se de uma tal de crise, conhecem?

A crise para o nosso país parece estar “ultrapassada”, pelo menos é o que parece. As pessoas deste pobre país excedem os recordes mundiais, em tempo de crise! Pelo que vejo, a “crise” é escrita em letras minúsculas e com aspas...e porque estou a dizer isto?



Como já referi, ultrapassámos os limites dos levantamentos bancários em época natalícia e questiono-me muitas vezes se a crise é uma anedota ou se é uma realidade...

Vamos a qualquer sítio ao fim-de-semana, as estradas estão cheíssimas de carros. Quem paga o gasóleo e a gasolina para andar a “secar” nos bolsos vazios das pessoas que andam nas nossas estradas? Os combustíveis estão mais caros e cada vez sobem mais ...

Vamos a um centro comercial e o que vemos? Cheios de gente, filas no multibanco, filas nos restaurantes, as mesas cheias. Entramos na Berska, ou na baleska, ou como se chama essa loja... tão moderna que, por vezes, de tão moderna ser é difícil de dizer, estão cheias as filas da loja...

Pessoas no shopping, carregadas de sacos... em média em cada dez pessoas, quatro têm sacos! Também estão cheios de coisas nos bolsos...mas é de contas por pagar!

O Cristiano Ronaldo... pessoa bem caseira... Made in Portugal, que agora é Made in Espanha, contratado por APENAS 96 milhões, uma coisa absurda para todos os Portugueses, até o Sr.Primeiro Ministro ficou estupefacto e boquiaberto com o preço de uma contratação de um jogador! E com isto tudo, alguém me diz o que é e onde está a “crise”?

André Rebelo
turma OE1, nº 1429

orientada pela Dra. Carla Ferreira, e culminando num jantar no restaurante Pedagógico da ESCO. Este jantar foi confeccionado pelos alunos da variante de Cozinha/Pastelaria do Curso Técnico de Restauração e servido pelos alunos da variante de Restaurante/Bar do referido Curso. Num serão cheio de alegria e degustação, os participantes tiveram a oportunidade de provar as iguarias confeccionadas pelos alunos.



O último dia desta 6ª ESCOSemana começou com a actividade Teatro-Fórum, dinamizada numa parceria entre a Câmara Municipal da Lourinhã e a ESCO, sendo apresentado o resultado de um workshop que decorreu na escola no fim de semana de 7 e 8 de Maio, com a participação de alunos da ESCO. O resultado traduziu-se em algumas peças teatrais, cujos temas abrangiam as injustiças sociais, a desigualdade e a dificuldade na integração social.



No mesmo dia, estive presente no exterior da ESCO, uma Unidade Móvel do IPJ, no âmbito do programa “Cuida-te”, com temáticas ligadas aos estilos de vida saudáveis.



Da parte da tarde teve lugar um teatro de fantoches preparado por alunos do curso de Apoio à Infância, para alguns alunos da APECI e da Escola Padre Vítor Melícias (jovens com necessidades educativas especiais).



Durante os quatro dias, estiveram presentes algumas instituições de Ensino Superior, decorreu a Feira do Livro e estiveram expostos trabalhos dos alunos dos vários cursos da escola.

Contámos ainda com a presença da Escola Padre Victor Melícias e da APECI, para a venda de artigos produzidos por alunos com necessidades educativas especiais.

Foi mais uma semana de plena actividade, numa escola que permanece em movimento durante todo o ano.

Memórias da ESCO



Nome:

R: Patrícia Caldas

Idade:

R: 24 anos

Anos de estudante na ESCO:

R: 2002 a 2005

Que curso frequentaste na ESCO (curso e turma)?

R: Animação Sociocultural Turma A6



Na altura, esse curso tinha sido a tua 1ª opção? Se não, indica-o.

R: Sim foi a primeira opção

Como te classificarias enquanto aluno?

R: Classifico-me como uma boa aluna (Profissional 17/18 valores)

Há quantos anos saíste da ESCO?

R: 5 anos

Estás a estudar neste momento?

R: Neste momento não estudo, tenho efectuado pequenas formações na área de Animação, com Idosos.

O que tens feito em termos profissionais? O que estás a fazer de momento?

R: Em termos profissionais, tenho feito pequenas formações, nomeadamente na ESCO, e participo em muitas conferências sobre temas de interesse, na área dos Idosos, população com a qual trabalho, desde que terminei o curso.

Como caracterizarias/definirias a ESCO?

R: A ESCO é uma grande escola, na qual todos os dias me orgulho de ter estudado, e formado na área de Animação. A ESCO dá as luzes que precisamos para iluminar a nossa vida profissional no mercado de trabalho, e ainda o faz todos os dias, com as formações co-financiadas ou não.

4. Grupo de Português

Encontros insólitos na aula de Português... Ponteiros do Relógio

Encontramo-nos na sala de aula da turma C9 em que três ponteiros mais uma vez se cruzam...

- Hey bro das Horas, tá-se bem?

- Olhe, é assim Segundos, está três milésimos de segundos atrasado! Espero que isto não se volte a repetir!

- Calma sócio. Onde é que está a dama Minutos?

- Olá! Desculpem o atraso mas a pilha já está fraca...

- Na boa dama Minutos, a ti perdoou-te tudo!

- Oh Segundos, és tão querido!

- Então? Parem com isso porque já é meio-dia e temos de avançar.

- Hey, bro das Ho, das Horas, eu não vou pitar aqui com a dama dos Minutos.

- Temos de mudar esta pilha. Já se está a engasgar.

- Oh tadinho do Segundos, não sejas assim Horas.

- Dama, não faz mal! Isto também é da fome porque um gajo ainda não pitou. Vamos almoçar? Eu e tu... Tu e eu... Que achas?

- Se tivessem chegado a tempo não nos atrasaríamos. Agora, se atrasarmos o relógio esta turma fica doida.

- Oh Horas não sejas cortes pah!

- Ya meu, não sejas cortes! Vá, como sou um gajo fixe até te deixo vires almoçar connosco.

- Vocês são sempre a mesma coisa! Assim vamos atrasar-nos!

- Vem lá pah!

- Não, não, não...

Liliana Alves, Verónica Jerónimo, Filipa Rebelo
Turma C9

Lixo é Arte e Bixos do Lixo

Estas actividades desenvolveram-se por “sugestão” da Autarquia de Torres Vedras que pretendeu assim desafiar as escolas do concelho a elaborarem peças decorativas, ou não, com lixo. O principal objectivo destas actividades foi fomentar o tratamento de alguns tipos de lixo. As turmas intervenientes. A9, A10, G9 e HS2, demonstraram interesse e empenho e, desta forma, passámos a ter algumas decorações diferentes no átrio.

Raquel Fonseca



Soube que estivesse a fazer formação de activos, à noite, na escola.

O porquê dessa opção?

Como foi a experiência?

R: Eu estive a fazer formação na área da Animação na ESCO, à noite, devido a querer estar sempre actualizada na área na qual trabalho, como também é sempre importante relembrar, efectuar a reciclagem de alguns temas que abordámos quando estava a tirar o curso. Estarmos sempre o mais actualizados possível para que cada dia se trabalhe com mais profissionalismo e para o bem estar diário dos meus clientes, idosos. Quanto maior for o meu conhecimento melhor profissional me torno. A experiência da formação foi mesmo conhecer outras pessoas, outras realidades e não ser só a nossa onde trabalhamos, percebermos o que fazemos bem, o que fazemos mal, adquirir novos conhecimentos como relembrar outros, partilhar as experiências. Gostei imenso da formação.

Um conselho aos alunos e aos futuros alunos.

R: Aconselho a todos os alunos a lutarem pela área que gostam, porque no futuro, a longo ou a curto prazo, alcançarão sempre o esforço que fizeram durante todo o tempo de formação. Trabalhar na área que gostamos tem sempre um sabor diferente, se trabalharmos noutra área que não seja a nossa paixão verdadeira, os nossos dias terão sempre menos luz positiva. Cada um tem de encontrar a área que realmente goste, seja ela qual for, desde que a pessoa se sinta realizada, e que quando chega ao final do dia de trabalho, sinta que deu o seu melhor nesse dia e em todos os que tem pela frente.



Centro Militar de Mafra

O Centro Militar de Educação Física e Desportos (C.M.E.F.D) foi criado na união da Escola Militar de Equitação e da Secção de Educação Física da Escola Prática de Infantaria, tendo por objectivo a unificação da preparação física das tropas e o ensino das artes equestres, destinadas a representações militares.

Com o intuito de promover as actividades físicas que resultem em aprendizagens e vivências de grupo, o Serviço de Psicologia e Orientação organizou esta actividade de maneira a proporcionar um dia diferente, em contacto com a preparação física militar. A actividade serviu para que pudéssemos, ao mesmo tempo conhecermo-nos um pouco mais, explorando os limites individuais de cada um, e conviver de maneira saudável.

Foi com estes objectivos que no dia 19 de Maio, as turmas H5 e I10 chegaram ao (C.M.E.F.D), onde fomos recebidos pelo instrutor. Depois de uma breve instrução sobre os objectivos das actividades e regras a seguir (já que estávamos em zona militar), dirigimo-nos para o local das actividades onde existia um campo relvado e várias pistas de obstáculos. Após a mudança de roupa iniciou-se um ligeiro aquecimento.

A partir daqui o ritmo começou a aumentar e passámos à pista de obstáculos com o percurso já definido, fisicamente muito exigente. Ao longo de todo o percurso existiram algumas baixas, entre quem foi ficando mais cansado e quem não quis experimentar as sensações de uma recruta mais dura, com passagens pelo percurso molhado, isto é com água, lama, túneis, arame farpado, desafios uns atrás dos outros.



Mas toda esta experiência foi o que tornou toda a actividade diferente. Esta coexistência física entre todos os que se habilitaram a entrar na água, sujar-se na lama e a rastejar na terra, permitiu, naquele contexto, a quebra de algumas barreiras também físicas e psicológicas.

O aspecto das tropas da ESCO era sujo, mas quem experimentou não vai concerteza esquecer. A manhã acabou com momentos de descontração no campo de futebol e, depois, o almoço.

Na parte da tarde iniciou-se o momento mais radical do dia com o primeiro desafio a ser o chamado “Salto do Tarzan”, que consistia numa prova de passagem de um local para o outro suspensos por uma corda, numa plataforma alta, coordenados pelo instrutor que nos acompanhava e que com a sua experiência tranquilizou os mais reticentes.

Após um percurso a pé chegámos à parede de rappel que tinha cerca de 20 metros e que devido à sua imponência e altura não foram todos os que conseguiram ter coragem e ultrapassar os seus medos de a descer, eu incluído.

Foi um dia bem passado!



Ricardo Luís,

Técnico do Serviço de Psicologia e Orientação