



O mês de **outubro** é marcado pelo início pleno das atividades letivas no AESB, com professores, alunos e funcionários a ajustarem-se às rotinas e metas estabelecidas para o ano.

É um período de trabalho árduo, mas também de entusiasmo, onde se promovem projetos e atividades que reforçam o espírito de comunidade educativa.

Projetos pedagógicos começam a ganhar vida, integrando diferentes áreas de conhecimento e despertando o interesse dos alunos em diversas temáticas.

Atividades extracurriculares, como clubes, eventos e ações comunitárias, são planificados e/ou promovidos, visando o reforço do envolvimento e do espírito colaborativo.

Desta forma, o AESB vai consolidando não só o desenvolvimento académico, mas também o senso de pertença e cooperação, essenciais para uma educação integral e transformadora.

A Direção



DESPORTO ESCOLAR

*"Corpo ativo,
cérebro musculado"*



A prática desportiva desempenha um papel fundamental no bem-estar físico e psicológico das pessoas em todas as fases da vida, desde crianças até adultos. - Para as crianças e jovens, essas atividades são essenciais para o crescimento saudável, ajudando na prevenção, desde cedo, de doenças como obesidade, diabetes e problemas cardíacos.

Participar em atividades físicas não só contribui para o desenvolvimento cognitivo e da capacidade de concentração, mas também reforça a autoconfiança e a autoestima.

Do ponto de vista social, a prática desportiva é um meio de integração e interação.

Dia 10 de outubro, na escola sede, assistimos a uma demonstração das várias atividades desportivas que podem ser praticadas, no Agrupamento: Tiro com Arco, Voleibol, Futsal, Badminton, Dança e Desporto sobre Rodas



VEM PRATICAR DESPORTO
ESCOLHE O TEU CAMINHO

DESCONECTA

“Os pais não devem dar um 'smartphone' aos filhos antes dos 16 anos”, avisa especialista em dependência de ecrãs – in Jornal Expresso

O médico espanhol explicou por que motivo considera o *smartphone* a heroína do século XXI: “Quando apareceu a heroína não se conheciam exatamente os riscos nem o potencial de dependência, nem havia uma noção clara de quão perigosa era. Com o *smartphone* passou-se um pouco o mesmo. Quando surgiu não sabíamos muito bem o que era ou que consequências podia ter e só agora estamos a perceber que é realmente perigoso. Neste momento, **já não há dúvidas que pode trazer muito mal-estar à sociedade e que é um grande problema para as famílias**”, acrescentou.” (in Jornal Expresso)

Atenção, pais! É essencial estarem atentos ao tempo que os vossos filhos passam em frente aos ecrãs.

“Em entrevista ao Expresso, o psicólogo espanhol Marc Massip, especialista em adição ao *smartphone*, fala sobre os riscos do dispositivo, que compara à heroína, e defende leis rígidas que regulem o acesso dos menores às redes sociais.



Visita de D. Joaquim Dionísio

Bispo Auxiliar da Diocese do Porto

Dia 15 de outubro recebemos a visita de D. Joaquim Dionísio. – Foram momentos de franco convívio com a

comunidade escolar em que tivemos a oportunidade de dar a conhecer o trabalho desenvolvido no AESB.



16 de outubro – Dia Mundial da Alimentação

Uma alimentação saudável é fundamental para o bem-estar e a qualidade de vida.

Ela fornece os nutrientes essenciais para o bom funcionamento do corpo, fortalecendo o sistema imunológico, prevenindo doenças e garantindo energia para as atividades do dia a dia. - O AESB comemorou o Dia Mundial da Alimentação com a realização de espetadas de frutas, sob o tema “**Delícias de frutas**”.

A iniciativa teve a preciosa colaboração das Associações de Pais e foi dinamizada



em cada escola do agrupamento, sendo oferecida uma saborosa espetada a cada aluno quer no espaço Recanto (escola sede) quer em cada escola básica.

No âmbito da colaboração da secção de Ciências com o PES, os alunos

Visionaram um filme de sensibilização e realizaram infografias, subordinadas ao tema proposto, posteriormente, afixadas no placar do PES, no Refeitório e no Recanto.



Realizada no âmbito da Semana da Alimentação, esta atividade abrangeu todas as turmas de 3º e 4º anos e as turmas 6ªA e B. No 2º ciclo, contou com a orientação das professoras Ana Paula Sousa, Cláudia Braz, Sara Gouveia e Salomé Campos e, ainda, com a participação de familiares de alunos.



No 1º ciclo, as turmas dos 3º e 4ºanos, coordenadas pela professora Rita Marinho, também puderam experienciar esta tradição britânica.



No jornal digital do AESB (Mochila.com.net) poderás ficar a saber curiosidades sobre este hábito britânico e como beber o chá (*British Style*). - Durante a atividade, foram os alunos que explicaram aos familiares como surgiu esta tradição.

Iraklio Training “Collaborative Development”



A professora Sónia Santos esteve na Grécia em representação do AESB, de 14 a 18 de outubro, em Heraklion (Creta) no Iraklio Training “Collaborative Development”, do Projeto Erasmus+ KA220-SCH, MAKE IT THRIVE, a convite do **Departamento de Educação do Município de Gondomar**.

O objetivo deste projeto é capacitar os professores de ferramentas e metodologias que serão compiladas num

website de apoio aos professores e contribuirão para melhorar a abordagem de questões de saúde mental nas escolas e consequentemente garantir um ambiente escolar saudável e mais seguro.



Associação de Pais e Encarregados de Educação de Stª Bárbara

O projeto “A Escola é o Meu Palco” foi o vencedor da iniciativa **Bairro Feliz** (S. Pedro da Cova). - Agradecemos ao **Pingo Doce** pela iniciativa.

Este resultado só foi possível graças à participação incrível da comunidade, que aderiu em peso e demonstrou a força da união em prol de um objetivo comum. Este é, assim, um prémio de todos nós!



Alunos, pais e professores...num passeio no Douro

As turmas 6A e 6B foram fazer um cruzeiro num barco rabelo pelo Rio Douro no passado dia **22 de outubro**. Com os alunos foram os professores e um grande grupo de pais que tiraram um dia de férias para poderem acompanhar o grupo. Foi uma tarde magnífica de convívio e aprendizagem e se estreitaram laços. Este cruzeiro foi o prémio final do Concurso "No Poupar está o Ganho", em que ambas as turmas participaram entusiasticamente, tendo o 6A ganho o 1º prémio a nível nacional e o 6ºB uma menção honrosa.

Este ano, já nos inscrevemos, novamente, neste interessante projeto de literacia financeira.



A **Liga Portuguesa Contra o Cancro** deu o mote e o AE de Santa Bárbara disse presente! Num contributo para o **Movimento Outubro Rosa** e pelas mãos de alunos, encarregados de educação, professores e outros colaboradores do Agrupamento surgiram dezenas de almofadas de coração, também feitas com o coração de todos quantos se mobilizaram por esta causa. Agradecemos por tamanho envolvimento e dedicação!

Com uma preocupação ambiental subjacente e numa

articulação entre o **Projeto de Educação para a Saúde** e o **Projeto (COM)viver em (COM)unidade** demos nova vida a retalhos de tecido, a peças de roupa fora de uso, a enchimento de almofadas antigas e a restos da confeção de estofos.

Esforçamo-nos por deixar um bocadinho de nós em cada peça que criamos e, gentilmente, deseja-



mos que estas almofadas cheguem aos braços de quem delas precisa e que consigam fazer essas pessoas sorrir, na esperança de que possamos ajudar a atenuar algum sofrimento e a dar força, para continuarem agarradas à vida.





A falta de acessibilidades continua a ser um dos principais fatores de exclusão social das pessoas com deficiência e não só. Ao quebrarmos estes obstáculos, estamos a contribuir para o bem-estar de toda a sociedade - idosos, pais com carrinhos de bebés, pessoas com mobilidade reduzida, permanente ou temporária.

Para assinalar a data, o AESB dinamizou, sob a coordenação do professor José Sousa, diversas atividades de sensibilização.



FESTEJADO NO AESB...



HALLOWEEN à portuguesa, com certeza!

O Pão por Deus é uma tradição antiga de oferendas aos mortos, com raízes na cultura celta. Celebrada no Dia de Todos os Santos, esta prática ganhou força após o terramoto de 1755, quando a fome se fez sentir.



Típicos desta ocasião são as famosas “broas dos santos”, “as merendeiras dos santos”, “o bolinho”, “o santoro” ... Tudo bem docinho e com um aroma...

Huuuummm! [Broas dos Santos](#)

Ficaste com curiosidade? Não esperes mais e experimenta esta delícia tão portuguesa!



A compostagem doméstica é um processo simples, de transformação de resíduos biodegradáveis (cascas de legumes, folhas secas, etc), em fertilizante natural. O projeto (COM)viver em (COM)unidade, em parceria com a LIPOR, vai desenvolver ações de sensibilização e capacitação em compostagem caseira, no AESB

Se conseguirmos reunir um mínimo de 15 inscrições para uma ação de capacitação em Compostagem Caseira (duração de 1.30h), a LIPOR vem à Escola Sede do nosso Agrupamento, desenvolver esta ação e disponibilizar, gratuitamente, compostores domésticos e baldes, aos cidadãos residentes na área de intervenção da LIPOR. - Se tiver mais de 18 anos e um terreno ou jardim, inscreva-se, até ao dia 15 de novembro, em <https://forms.office.com/e/b4j5rYny2n>



Em NOVEMBRO, está previsto...

4 a 8	DIA NACIONAL DO CINEMA Serão dinamizadas sessões de cinema de animação no âmbito do Programa “CINANIMA vai às Escolas. A iniciativa oferece aos alunos da Educação Pré-Escolar e do 1.º ciclo, programas diferenciados de filmes de curta-metragem adequados aos referidos níveis de ensino.	
11	SÃO MARTINHO Nas várias escolas e jardins do Agrupamento haverá atividades ligadas à castanha, desde exposições a magustos. - Será altura de recordar a lenda de S. Martinho e abordar a importância da solidariedade para com o próximo.	
17	DIA MUNDIAL DO NÃO FUMADOR No Plano de Atividades estão previstas ações de sensibilização sobre os malefícios do tabaco. Cabe ao PES (Projeto de Educação para a Saúde) a sua dinamização	 DIA MUNDIAL DO NÃO FUMADOR
20	DIA DO PIJAMA É uma data divertida e cheia de significado celebrada em várias escolas para promover a solidariedade e conscientização sobre a importância do lar e da segurança para todas as crianças.	
20	DIA INTERNACIONAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA Essa data reforça o compromisso global com o bem-estar e desenvolvimento pleno da infância. - Celebra a importância de garantir que todas as crianças, em qualquer parte do mundo, tenham acesso a direitos fundamentais como saúde, educação, proteção e uma vida digna.	
22	DIA DA CIÊNCIA Vamos comemorar esta data, nas escolas do AESB, com atividades educativas, promovidas pelos Clubes de Ciências, incentivando o pensamento crítico e despertando o interesse nas novas gerações para seguir inovando e contribuindo para um futuro sustentável.	
25 a 28	THANKSGIVING DAY O Dia de Ação de Graças, em inglês como Thanksgiving Day, é um feriado celebrado sobretudo nos Estados Unidos, no Canadá e nas ilhas do Caribe. É um dia de gratidão a Deus, com orações e festas, pelos bons acontecimentos ocorridos durante o ano.	
25 a 29	SEMANA DO VOLUNTARIADO A iniciativa visa fortalecer a cultura do voluntariado e incentivar a participação cidadã em atividades que promovem o bem-estar coletivo e a solidariedade.	
Nas escolas de 1º ciclo e JI, decorrerão, ainda, diversas FEIRAS DE OUTONO , em diferentes datas		



DIA 19 de NOVEMBRO – 18 horas

Inauguração da Exposição “Raízes e Asas”, comemorativa dos 40 anos da Escola de Stª Bárbara. Comparece!

A Direção