

# Jornal da ESPG



**Escola Secundária Pedro Gomes**

## EDITORIAL

Nesta edição:

Ciência 2

Actualidade 2

Saúde 2

Alcoolismo 3

Sexualidade 3

Gravidez na adolescência 3

Tradição oral Caboverdiana 3

É com imensa satisfação que apresentamos à comunidade escolar o nascimento de um arbusto pequeno, o Jornal da escola, no seio de uma imensa floresta formada por árvores gigantescas.

O Jornal da ESPG é o resultado de um trabalho árduo de um colectivo de professores e alunos ávidos por cultura e comunicação e pretende não somente informar e entreter os nossos alunos, mas também incentivá-los ao hábito da leitura e da escrita, além de funcionar como um meio de integração, um testemunho de criatividade, um instrumento de valoração, democracia e um contributo importante para o exercício da cidadania.

O Jornal da ESPG será acima de tudo um espaço de divulgação dos projectos e eventos da escola, trabalhos dos alunos, professores e todos aqueles que, como nós, acreditam que, com criatividade e ousadia, é possível aliciar os nossos alunos a terem comportamentos sociais, afectivos e cognitivos da escola e um compromisso claro com a sua própria educação.

Queremos com este jornal contribuir para o crescimento do acervo de conhecimentos dos nossos jovens e influenciando, de alguma forma, no processo de transformação da nossa imagem social.

**O director da escola:**  
**Adriano Andrade Moreno**



Aspecto da nossa Escola

## ALGUNS DADOS SOBRE A ESCOLA:

A ESPG é uma instituição de preparação técnica, científica, cultural e de formação humanista nos valores de responsabilidade, participação, tolerância e trabalho, que, lado a lado com a comunidade, desenvolve um esforço partilhado de formação e educação.

Começando a funcionar no ano lectivo 87/88, como extensão do Liceu Domingos Ramos e depois de vicissitudes várias foi no ano lectivo 1997/98, por portaria N.º85/97, publicado no B.O. N.º50/97 1ª Série de 29 de Dezembro, que o governo cria através do então Ministério da Educação, Ciência e Cultura a Escola Secundária de Achada Santo António, denominada Escola Secundária "Pedro Gomes" e o respectivo quadro e por despacho da sua Ex.ª o Ministro da Educação de 6 de Maio de 1998 foi deferida a proposta da institucionalização do dia 24 de Abril, como dia da Escola Secundária "Pedro Gomes".

Actualmente conta com 57 turmas distribuídas nos dois períodos lectivos, num total de 2300 alunos, 103 professores e 15 auxiliares da acção educativa.

Projectos para o presente ano lectivo:

- Oficina de Língua Portuguesa;
- Equipa de apoio pedagógico;
- Semana das nacionalidades;
- Cantinho da amizade;
- Intercâmbio "Novos horizontes", com a EBI Marinhas do Sal, Rio Maior, Portugal;
- Carnaval;
- Aquisição de mais equipamentos para a sala multiusos;
- Segurança em ambiente escolar;
- Refeição quente aos alunos mais desfavorecidos;
- Pintura interna das salas;
- Prevenção das DST, álcool e outras drogas no recinto escolar;
- Construção de um recinto desportivo.

**Leia, Colabore e Divulgue este  
Jornal Educativo.**



## CIÊNCIA

### Sabia que:

Os pneus dos aviões não são encheidos com ar, como os dos automóveis, mas com nitrogénio, pois o seu volume não se altera com as variações de temperatura. Os aviões estão sujeitos a temperaturas que vão dos 50 graus negativos (em voo) aos 80 graus positivos (quando aterram).

### Reverter morte celular

Um cientista croata descobriu um processo que pode ser usado para desenvolver fármacos que reanimam os neurónios mortos.

### DNA – NOVA TÉCNICA

Uma nova técnica forense baseada no DNA está a ser desenvolvida na Grã-Bretanha. O DNABOOST irá permitir o esclarecimento de numerosos crimes, que figuram como não resolvidos nos arquivos da polícia britânica. Esta experiência piloto está a ser levada a cabo através de um sistema de análise computadorizado, capaz de interpretar 40% mais amostras de código genético do que as identificadas actualmente.

Nobel da Física vai para: cientistas americanos

Os cientistas norte-americanos John C. Mather e George F. Smoot são os vencedores do prémio Nobel da Física 2006 – anunciou a Real Academia Sueca das Ciências. Os investigadores foram distinguidos pelo “trabalho que realizaram sobre o Universo, na tentativa de compreender melhor a origem das galáxias e das estrelas”.



Prémio Nobel da Paz—2006

## ACTUALIDADE

O PRÉMIO NOBEL DA PAZ 2006 foi atribuído a Muhammad Yunus do Bangladesh e ao banco Grameen, que fundou. Yunus anunciou que vai doar as causas nobres à sua recompensa de 1,4 milhões de dólares. O economista e o seu Banco foram distinguidos pelos esforços empreendidos na ajuda ao desenvolvimento económico e social no Bangladesh, através de programas inovadores, como o microcrédito.

## CURIOSIDADES

X	142857
2	285714
3	428571
4	571428
5	714285
6	857142

**TRUQUE MÁGICO:** O seguinte truque está baseado numa curiosa propriedade do número 142857. Realizamos o produto desse número por 2, 3, 4, 5 e 6 e observamos os resultados:

Se te dás conta, obtemos sempre a mesma sequência de números, a única variação é o algarismo inicial.

Isto permite fazer um truque de magia. Escreve o número com os seis algarismos 142857 numa tira de papel, no tamanho grande e espaçados; depois prega os extremos fazendo um anel. Peça o seu companheiro que diga um número de 2 a 6. Depois peça-lhe para multiplicá-lo por 142857.

Podes dizer-lhe o resultado imediatamente dando uma simples volta ao anel lendo os algarismos aí escritos. O número que tens que começar a ler será o 2, 4, 5, 7 ou 8 em função do número que o teu companheiro tenha escolhido; 2, 3, 4, 5 ou 6.

## SAÚDE

### Comer saudavelmente

Diz-se muitas vezes que somos aquilo que comemos – e é verdade! Ou seja, quanto melhor for a nossa alimentação, mais saudáveis seremos.

As mais recentes investigações demonstraram que as nossas hipóteses de sofrer de uma das grandes doenças assassinas – cancro, doença cardíaca, enfartes, etc. – dependem grandemente dos nossos hábitos alimentares. Se ingerimos alimentos errados, reduzimos drasticamente as nossas hipóteses de viver uma vida longa e saudável. Ter uma alimentação bem equilibrada e saudável é a coisa mais importante que podemos fazer.

Então o que é uma alimentação saudável?

A resposta é mais simples do que poderá pensar. A primeira coisa que deve ter em conta é que

não deve comer de mais. A maior parte das pessoas empanturram-se de comida - e acabam por adoecer.

Tente adquirir o hábito de comer quando tem fome e parar de comer quando está cheio (ou, melhor ainda, um pouco antes de se sentir cheio!) não coma só porque toda a gente está a comer. Não belisque a comida só porque está aborrecido ou infeliz. E nunca deixe a mesa desejando não ter comido tanto.

Em seguida, tente não se esquecer de que uma alimentação equilibrada é vital. Não há muitos alimentos que possam matá-lo em pequenas quantidades. Mas todos os alimentos o matarão se os comer em demasia. Ex: Uma bolacha não lhe faz mal. Mas viver só de bolachas não lhe fará nada bem.

As refeições pequenas e regulares são provavelmente

preferíveis às grandes refeições irregulares.

Não se esqueça de que o seu corpo precisa de reconstituir células a partir daquilo que comer! Na próxima vez que estiver a empanturrar-se de batatas fritas de pacotes ou gelados, pergunte a si mesmo como é que o seu corpo vai fazer glóbulos vermelhos daquilo que está a comer.

Demasiados alimentos gordos aumentarão as suas probabilidades de contrair cancro e doenças cardíacas. Use margarina de baixo teor de gordura, não coma mais de três ovos por dia.

Tente comer bastantes legumes frescos, muita fruta fresca. Reduza o seu consumo de açúcar porque o excesso de açúcar é uma causa vulgar de obesidade e cáries dentárias.



## ALCOOLISMO

O fígado não é o único órgão que pode ser danificado pela ingestão de álcool em excesso. Nos alcoólicos também ocorrem úlceras de estômago, perda de tecido muscular, cancro e doenças cerebrais, falta de apetite, impotência, etc.

A prevenção é a melhor arma; por isso, evite o consumo de bebidas alcoólicas.

## SEXUALIDADE

“A sexualidade começa com o nascimento do homem e termina com a sua morte”.

Segundo a organização mundial de saúde, a sexualidade é a força viva do indivíduo, um meio de manifestação dos afectos que encontra a sua expressão no desejo de contacto com os outros

e na maneira como cada pessoa procura descobrir-se e descobrir os outros. Por isso, não podemos pensar que a sexualidade é apenas sexo ou relações sexuais.

A sexualidade é prazer, reprodução, mas acima de tudo é a comunicação, relacionamento com o outro, afectividade,

carinho, responsabilidade e participação. E dentro desse conceito de sexualidade estão as relações sexuais ou sexo.

Adiar a primeira relação sexual não significa ausência de sexualidade, mas convicção e responsabilidade.

**Adiar a primeira relação sexual não significa ausência da sexualidade, mas convicção e responsabilidade.**

## GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

Segundo a OMS, a gravidez na adolescência é aquela que ocorre antes dos 20 anos de idade.

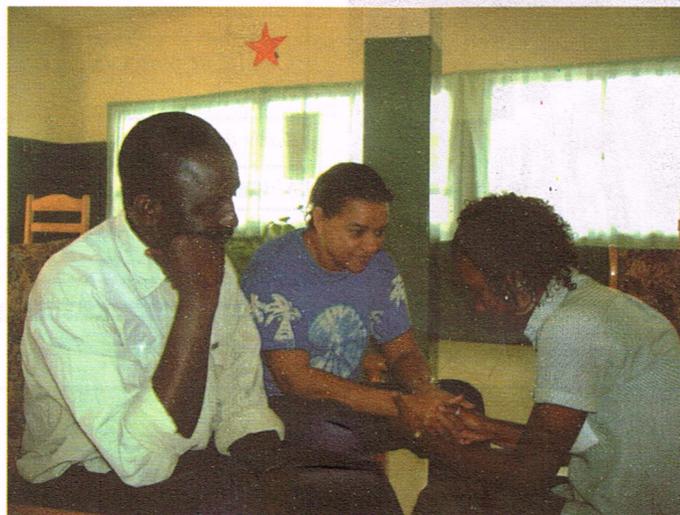
Por isso, é considerada uma gravidez de risco, podendo trazer complicações para a mãe e para a criança, já que o corpo da adolescente está em desenvolvimento e não está preparado para a gravidez.

A gravidez na adolescência pode ser desejada ou não desejada, planificada ou não planificada. Na sua grande maioria, ela é indesejada e motivo de muitos conflitos psico-emocionais, problemas sociais e familiares. Não deixa de ser uma preocupação, tendo em conta a

série de complicações que traz, tanto para a adolescente como para a sua família. Quanto menos idade tiver a adolescente, maior é o risco que a gravidez representa para a saúde da mãe da criança.

A gravidez indesejada resulta, normalmente, da falta de informação sobre a sexualidade.

Deve-se ter em conta que uma relação sexual, mesmo que seja a primeira na vida da mulher, traz consigo o risco de uma gravidez, desejada ou indesejada. Assim, é preciso que a pessoa que queira iniciar a sua vida sexual tenha uma série de informações.



**A gravidez afecta de maneira dramática tanto a adolescente quanto os seus familiares.**

## TRADIÇÃO ORAL CABOVERDIANA

### PIDI NOIVA

Pidi Noiva faz parte da tradição oral caboverdiana, que designa o pedido de casamento a uma rapariga, feita pelos pais ou por outra pessoa de confiança do noivo.

Os pais do noivo vão a casa dos pais da noiva pedir a mão desta em casamento. Esse pedido é feito normalmente depois de algum tempo de namoro e, sempre quando eles estão de acordo, (salvo em alguns casos em que os pais acertam tudo sem consentimento dos noivos). Então o noivo manda seus pais ou algum familiar idoso ou ainda algum vizinho fazer o pedido.

### QUEM O FAZ?

Esse pedido é feito pelos pais ou por algum familiar mais idoso ou por vizinho

e, quem faz o pedido, deve ser uma pessoa bastante respeitada e séria.

### COMO SE FAZ

Antes de fazer esse pedido, os pais do noivo avisam os pais da noiva, enviando o recado com o pedido, só então poderão ir.

O pedido tem um processo:

- O noivo fala com seus pais, que em seguida MARCAM A DATA, O DIA E A HORA de fazer o PEDIDO.

- CHEGADO o dia, os pais do noivo ou a pessoa indicada serão recebidos na casa dos pais da noiva.

### QUEM ESTARÁ PRESENTE?

- Os Pais ou o responsável pela noiva;
- A pessoa indicada para fazer o pedido.

- Poderão também estar presentes as madrinhas e os padrinhos de ambos.

### QUEM ESTARÁ AUSENTE?

- O noivo.

- A noiva (é chamada depois para confirmar a aceitação do pedido).

### COMEÇANDO O DIÁLOGO

Que nos trouxe aqui? (cuzé ki nu bem faci?)

- Os pais do noivo falam com os pais da noiva o assunto e fazem o pedido, em seguida os pais da noiva concordam, ou seja, aceitam o pedido, mas antes chamam a rapariga ou a noiva para confirmar o pedido e ela aceita; então, será confirmado o pedido.

Trabalho realizado por: Ruben Carvalho nº 35- 12º H3



*Brevemente estaremos na  
Web com o nosso site.*

**80 % do sucesso  
está no primeiro  
passo.**



Aspecto da barragem de Poilão

## PRIMEIRA BARRAGEM DE CABO VERDE:

### A BARRAGEM DE POILÃO

Sabes quantos números foram necessários para construção da barragem de Poilão?

Vê alguns:

Distância da barragem em relação à Praia – 30 km

Comprimento da B.H de Ribeira Seca – 18km

Área da bacia – 71,5 km<sup>2</sup>

Precipitação média na bacia – 337mm

Evaporação anual da água – 1764mm

Quantidade de água que escorre – 1900000 m<sup>3</sup>

Valor de investimento total – 1.900.000 ECV

Obra principal – 12.800.000 ECV

Despesas administrativas da obra – 3.900.000 ECV

Custo de preparação – 1.100.000 ECV

Ainda podes imaginar o número de pessoas que beneficiará da água

Altura máxima da barragem	26 m
Área de captação a montante	28 km <sup>2</sup>
Função	Irrigação
Área beneficiada	63-65 ha. Mais os 100 ha já existentes
Desenvolvimento do coroamento	153 m
Capacidade da albufeira	1.200.000 m <sup>3</sup> /ano Max = 1.700.000 m <sup>3</sup> /ano
Caudal de ponta de cheia	320 m <sup>3</sup> /ano T=30 ano 557 m <sup>3</sup> /ano T= 200 anos
Área da albufeira	17 ha
Comprimento da albufeira	1235 m
Profundidade total da fundação da barragem	Previsto =8-9 Real =16 metros

## TRABALHO DOS ALUNOS DO 12º ES2:

### “APRENDER A PERDOAR”

O perdão promove o amor entre as pessoas

Ninguém é feliz sem ter perdoado!

Mas como atingir este estado esquecendo o mal que nos fazem?

“Poucas vezes na vida somos normalmente chamados ao exercício sublime do perdão.” “O homem tem uma estranha capacidade de provocar sofrimento aos seus semelhantes, mesmo àqueles que ama.”

“O perdão é a palavra que não queremos banalizar, a última que desejamos maltratar.”

“O perdão é um acto de radical generosidade e ninguém o revê em tonalidades subjectivas.”

“Nós não perdoamos a dimensão da ofensa! Perdoamos, sim, a ofensa perdoar é estar disponível para acreditar que a ofensa não chega para definir a pessoa de agressor e estar convicto do arrependimento do sujeito que pratica a ofensa!”

## PASSATEMPO:

1	8						
	9		2	6			
	3	2	5			7	
4		9	1			8	
			9	3			
		1			7	2	4
		8			5	6	7
				9	1		3
						4	2

A grelha apresenta-se parcialmente preenchida e o desafio consiste em completá-la, de modo a que cada linha, cada coluna e cada bloco incluam os números de 1 a 9, sem repetições. Cada grelha tem apenas uma solução. Só se deve colocar um número

numa casa, quando se estiver seguro de que esse é o seu lugar correcto. Pode-se começar por qualquer lado.

### Ficha Técnica

Propriedade: Escola Secundária Pedro Gomes Equipa Técnica: Arzelinda Delgado, Jeiza Barbosa, Matilde Santos - Colaboradores: Professores e Alunos - Aspecto Gráfico: Aníbal Reis - Rewriter - Aristides Abreu - Impressão: - Tiragem: Imprensa Nacional 150 Exemplares

