

ECOS DA ALDEIA

Julho de 2022

Trimestral

Edição #1 / Ano #2



Africa Open Week: Os cheiros e os sabores africanos na Aldeia de Santa Isabel

Fotografias: Santa Casa Intranet

Crianças, jovens e idosos da Aldeia de Santa Isabel juntaram-se na Africa Open Week, um evento que decorreu entre os dias 23 e 27 de maio passado, organizado com o propósito de assinalar a cultura africana e a inclusão cultural.

Na última semana de maio, quem visitou a Aldeia de Santa Isabel quase julgou estar numa qualquer aldeia do continente africano. Os sons de África, os cheiros e os sabores da gastronomia daquele continente, a moda e a arte “ocuparam” o terreno da nossa aldeia deixando que, durante cinco dias, os seus “habitantes” quase esquecessem que estavam em Portugal.

Celebrar o Dia de África, que se assinala a 25 de maio, serviu de mote à Africa Open Week, destinada a promover a cultura africana e a inclusão cultural. Da ideia à prática foi um pequeno salto, que contou com a participação e o envolvimento de jovens formandos dos Cursos de Costura Industrial de Tecidos, de Cabeleireiro, de Manicura/Pedicura, de Cozinha e de Pintura de Construção Civil.

Mas sendo este um evento intergeracional, todos os utentes da Aldeia de Santa Isabel participaram nesta “viagem” a terras africanas, desde crianças, jovens e idosos, num total de quase 200 pessoas.

No final da Africa Open Week, os objetivos tinham sido alcançados: todos ficaram a conhecer muito melhor o continente africano... mesmo os que nunca lá foram!

O evento contou com uma exposição permanente no Centro de Recursos Intergeracionais da Aldeia de Santa Isabel, com uma mostra de trabalhos realizados pelos formandos. A mostra, alusiva à cultura africana, contou com pintura, objetos tradicionais africanos e muito mais.

Também foi dinamizada uma mostra de capoeira, com a participação de Yuri Bumba, da Associação Tira-me da Rua.

O mais famoso prato da gastronomia de Cabo Verde, a cachupa, não poderia deixar de estar presente. A especialidade foi confeccionada pelos formandos do curso de Cozinheiro, sob a responsabilidade do Chef, de origem cabo-verdiana, Admiró Almeida.

Os sons da música africana encheram os quatro cantos da ASI, devido ao concerto que contou com a participação de Tito Paris e Lula’s de Cachupa Psicadélica.

Naturalmente que a moda africana também esteve presente... Uma passagem de modelos revelou as últimas tendências, assim como a habilidade dos formandos de Costura Industrial de Tecidos, que criaram todas as peças. Os mesmo formandos que, depois, se assumiram o papel de modelos!

Foi ainda realizado um workshop sobre métodos tradicionais de construção em taipa (“dube”), habitualmente utilizados na Guiné-Bissau. Para esta ação foi elaborada uma maquete de uma casa, à escala, utilizando barro.





Entrevista: Sidney dos Santos Lopes

Fotografia: Luísa Martins

POR LUÍSA MARTINS

Após um dia de trabalho (estágio), o formando Sidney Lopes sentou-se perto do lago da Santa Isabel e conversou abertamente com o Jornal da Aldeia de Santa Isabel sobre o seu percurso enquanto formando na Aldeia e sobre a sua experiência enquanto cantor que compôs e cantou a música “ASI di Nós”.

Jornal ASI: Olá Sidney. Fala-me um bocadinho de ti: Nome, idade, onde é que nasceste, onde estudas, curso, por aí....

Sidney Lopes: Sou Sidney Lopes, pertença à Aldeia Santa Isabel, o meu curso é TRPC...

JASI: E o que é que é TRPC?

SL: É Técnico de reparação de Pintura Automóvel e inclui dois cursos: bate-chapas e pintura. Pertence à Aldeia Santa Isabel, Nível 4 e estou aqui quase há 5 anos. Nasci na Guiné... Guiné Bissau, vim para aqui com 12, já estou aqui há 11 anos... 10, 10 anos.

JASI: Quer dizer que tiveste uma parte da tua juventude aqui na Aldeia...

SL: Ya...

JASI: Vou fazer-te perguntas mais no sentido do projeto em que estiveste envolvido, tem a ver com Música...e qual é que é o teu envolvimento com a Música de uma forma geral?

SL: A música é um refúgio. Quando estou triste, chateado, ou quando tive um dia menos bom, escrevo ou ouço músicas.

JASI: Foste o primeiro elemento a integrar a equipa que construiu a música “ASI di Nós”. Este projeto fez-te sentido aqui no contexto da Aldeia?

SL: Sim, fez... porque essa música descreve a Aldeia como ela é. A Aldeia é acolhedora. Dá-nos novas oportunidades. Pessoas que não se empenharam lá fora, têm aqui uma nova oportunidade.

JASI: E aqui empenharam-se bem?

SL: Uns sim, outros não... A mim ajudou-me bastante.

JASI: E como sentiste o grupo que integrou o projeto?

SL: No início, é como todos os artistas...há aqueles altos e baixos. Mas depois com ajuda de um profissional, conseguimos integrar bem. Conseguimos “andar” nos tempos certos. Conseguimos fazer um bom trabalho e ainda nos divertimos.

JASI: Houve duas fases importante na construção da canção: a fase da letra e a fase da música. Qual delas mais gostaste?

SL: Gostei mais da fase da letra, porque eu faço todos os dias...mas não como fizemos. A maneira como a professora me ensinou, é a forma mais fácil e a que me ajudou mais.

JASI: O que gostarias de dizer sobre a importância de cada uma destas partes, tanto da construção da letra, como depois da música, ir para o estúdio e a forma como fizeram?

SL: A parte da letra foi muito engraçada, porque nós chegámos e trouxemos já a base, mas depois fomos tirando, metendo, vendo se fazia sentido, se não fazia sentido... À parte da música, fizemos logo no estúdio. Fomos tirando ideias, ideias, sons daqui, sons dali... e deu o que deu!

JASI: E nessa parte da música, trabalhámos diretamente no estúdio do artista Chullage. O seu nome é Nuno Santos mas o nome artístico é Chullage. Como é que ele acolheu o grupo?

SL: Ele acolheu-nos bem. No início, brincámos um bocadinho, mas depois percebeu que tinha que levar um pouco mais a sério, porque viu que alguns não estavam lá para a mesma coisa. Começou a levar mais a sério. O grupo começou a levar mais a sério. E resultou. Saiu uma música boa.

JASI: Ele para agarrar o grupo teve que usar dinâmicas diferentes, mais ou menos iguais... como é que fez?

SL: Não, foi diferente! No início, foi tudo diferente! Nós chegámos, ele ensinou-nos a aquecer a voz, ensinou a projetar a voz, a mastigar as palavras... ensinou-nos tudo desde o início. Nós sabíamos, mas não sabíamos fazer.

JASI: Sabiam de forma instintiva, mas nunca tinham passado por aquele processo. Portanto, ao longo de 4 sessões, queres dizer o que se destacou mais em cada sessão?

SL: Fizemos jogos no início. Ele dava uma palavra e tu tinhas que rimar. Depois rima e dá-te outra palavra, para ver a nossa criatividade.

JASI: E havia alguma preocupação que ele manifestasse na procura das palavras?

SL: Sim, ele utilizou o mesmo método connosco, que utiliza quando grava uma música. Utilizou as mesmas bases.

JASI: Ou seja, tratou-nos como profissionais, da mesma forma....quer dizer que houve respeito pelo trabalho.

SL: Sim, um respeito mútuo.

JASI: Achas que foi um trabalho criativo com muita exigência?

SL: No início, não exigiu muito, mas no meio e fim exigiu mais, porque tínhamos que nos focar. Mais ou menos a meio.... (risos), não estávamos focados. Ele quando começou a levar a sério, nós abrimos os olhos!

JASI: Do ponto de vista musical, achaste que foi um trabalho exigente e criativo?

SL: Sim, foi um trabalho exigente e criativo.

JASI: Ele foi ao vosso encontro?

SL: Sim, nós não estávamos a dar 100%. Ele puxou por nós. E nós demos tudo o que estava guardado!

JASI: Qual o contributo que o músico Chullage trouxe a ti, a mim e a todas as pessoas envolvidas neste projeto?

SL: Acho que a mim foi a vontade com que fazia as coisas. Ele fazia as coisas que era mesmo o emprego dele, de uma forma imperativa!

JASI: Gostavas de um dia ser músico como o Chullage?

SL: Quem sabe? Quando era mais novo, tinha essa ideia. Mas agora não...

JASI: Mas a vida dá voltas?

SL: Sim, a vida dá voltas... daqui a um tempo, talvez...

JASI: Em todo este processo, o que sentes que aprendeste mais?

SL: O que aprendi foi: antes de ir para um estúdio, tenho que elaborar tudo muito bem, para chegar e gravar logo. Não é chegar e voltar a repetir. Quando tiver a certeza que é isto que quero, vou para o estúdio.

JASI: Chegámos ao resultado final, a canção “ASI di Nós”, o que sentiste?

SL: Senti que todo o esforço, todas as zangas, tudo o que ele nos deu na cabeça, valeu a pena.

JASI: Achas que o grupo também sentiu isso?

SL: Acho que sim. Passaram todos pelo mesmo processo. Cada um sentiu à sua maneira. Mas estiveram empenhados.

JASI: Qual o principal ensinamento que tiras desta experiência, sabendo que agora o resultado está concluído?

SL: É acreditar nos sonhos, nunca desistir! E fazer acontecer!

JASI: Qual a mensagem pessoal que gostarias de dar aqui para a ASI?

SL: Desejo que continue a ser um centro de formação acolhedor!

JASI: Fez-te crescer?

SL: Bastante! Ainda não acabei o curso...

JASI: Ainda não acabaste o curso mas está quase. És o mesmo Sidney de quando vieste para cá?

SL: Não, não. De certeza que não.

JASI: Mas está a valer a pena?

SL: Está a valer. Graças a Deus!

JASI: Obrigada, Sidney, pelo testemunho.

SL: Obrigado, Jornal da Aldeia de Santa Isabel! Muito sucesso para o relançamento deste jornal!



“ASI di Nós” O Hino da Aldeia

Intérpretes:

Bruno Vaqueiro – Formador DPS
Fábio Moreira – PV
Letícia Conde – CAB
Luísa Martins – Formadora DPS
Luquécio Sequeira – PCC A
Roberta Tavares – AC
Sandro Barreto - El
Sidney Lopes – TRPC

Letra:

Ana Brás – AC
Fábio Moreira – PV
Letícia Conde – CAB
Luquécio Sequeira – PCC A
Sidney Lopes - TRPC

Direção artística, captação, montagem e mistura:

Chullage

Sou..., sou..., sou..., sou...

Sou da Santa, sou da Santa, sou da Santa
sou... (4x)

REFRÃO:

Sou da Santa, sou Aldeia,
sou a casa das idades
Sou da Santa, sou Aldeia
Sou talento e dignidade
Sou da Santa, sou Aldeia
Sou resposta e solução
Sou da Santa, sou Aldeia
Desta nossa geração

Praça da Alegria onde relaxo com os rapazes
Alegria em demasia aqui todos somos capazes
A vida não é o que parecia mas aprendi que
são fases
Havia coisas que não entendia mas a ASI deu-
nos as bases

Casa de todas as idades, todas as comunidades
Ninguém te vai julgar, todos temos dificuldades
Sempre prontos a ajudar, vais ganhar
qualidades
Espaço certo para sonhar e para criar amizades

Aprendemos todos os dias com a vibe e energia
Animamos a Aldeia com as crianças e Magia
Com os mais velhos aprendemos aquilo que
iremos ser
São os conselhos que bebemos as skills que
iremos ter

REFRÃO (1x)

Pessoas que te atrasem
Mano, deixa pra lá
Luta dia a dia
ka bu para nah

Se a vida não tem Dó,
boy tu tenta um fá
Sempre na corrida
Mi ku nha rapah

O céu é muito grande
E eu estou a olhar para lá
Ta odja la pa sky
Saudadi nha papá

Dizem que sou muito novo
Mas mano, eu quero já
N'ta luta li na terra
Desdi dia Kintxiga

Sou... sou...

Hoje a gente está na moda
Sou apaixonado pela aquela XJ
Aquela nave que a gente gosta, que a gente
gosta

A gente tem de aprender a crescer
Se desenvolver para um dia ter...
Temos que batalhar e viver
Pra um dia alguém a gente poder ser
Pra um dia alguém a gente poder ser

Hoje a gente está na moda
Sou apaixonado pela aquela XJ
Aquela nave que a gente gosta, que a gente
gosta...

Temos que aprender a crescer
Se desenvolver para um dia ter
Temos que batalhar e viver
Pra um dia alguém a gente poder ser

Aprendemos a crescer,
Aprendemos sem dizer não
Aprendemos socializando
Aprendemos a dar a mão

Aprendemos a crescer,
Aprendemos sem dizer não
Aprendemos socializando
Aprendemos a dar a mão

CODA:

ASI di meu, ASI di nos
Vive o presente, não pensa no após
Cantá só sabi sorriso na rosto
Sei que estou a fazer o suposto

ASI di meu, ASI di nos
ASI di meu, ASI di nos

Sou... sou...



Fotografia: Equipa técnica da Residência São João de Deus

Programa “Maré Viva”: Praia com acessibilidade para todos

O ano de 2022 marca a 12ª edição do projeto “Cascais Acessível – Praia para todos”, inserido nos Projetos Especiais do Programa Maré Viva, um dos Programas de Voluntariado de Verão da Cascais Jovem.

Este projeto tem como objetivo tornar as praias acessíveis a pessoas com mobilidade condicionada ou reduzida.

Toda a concessão disponibilizada pelo projeto é realizada através da gestão de um espaço bastante agradável, composto por rampas e plataformas de acesso ao areal, espreguiçadeiras com respetivos chapéus-de-sol e utilização de um equipamento adaptado, designado de “tiralô”, ou seja, uma cadeira anfíbia que permite a deslocação à água.

O programa Maré Viva é constituído por uma vasta equipa de voluntários com formação prévia, que estão presentes diariamente na concessão para assegurar o acompanhamento de todos os nossos residentes, desde a chegada ao areal e apoio nas idas ao banho, bem como em toda a gestão e desinfeção do espaço e equipamento após a sua utilização.

Devido à situação pandémica dos últimos dois anos, os residentes da ERPI São João de Deus voltaram a usufruir deste programa com bastante sucesso.

A Equipa Técnica da ERPI S. João de Deus, tal como em anos transatos, procedeu à inscrição dos seus residentes neste programa, por forma a beneficiarem de uma semana de praia, que ocorreu de 20 a 24 de junho, situação que de imediato foi aceite, para satisfação da maioria dos nossos residentes.

No decorrer da semana, apesar do sol surgir envergonhado, foi visível uma vontade sucessiva, por parte de alguns residentes, de retomarem à praia, sabendo de antemão que os grupos estavam pré-definidos. No entanto, foi possível concretizar o desejo da maioria.

Alguns aproveitaram para somente molhar os pés e a cara, outros para se sentarem à beira-mar, observando-se uma interação positiva, espírito de solidariedade e ajuda, entre os residentes.



Mas houve também quem aproveitasse apenas desfrutar das espreguiçadeiras para apanhar sol, ou ficar sentado a contemplar o mar, e outros para namorar.

E como a praia não é só areal e mar, alguns dos nossos residentes preferiram usufruir das esplanadas perto da concessão bebendo o seu cafezinho matinal.

Dada a possibilidade dos nossos residentes com mobilidade condicionada beneficiarem da ida a banho com a ajuda do “tiralô”, este foi um dos momentos mais esperado e expectante por parte deles, observando-se um misto de alegria e de saudade dos tempos áureos de sua juventude, em que iam para a praia de comboio, sem restrições e passavam o dia todo na praia, levando marmitas de comida, a contar com toda a família e amigos.

Diziam os antigos “(..) que a praia era o melhor remédio para o reumático, para o tratamento dos problemas ósseos.”



Fotografias: Equipa técnica da Residência São João de Deus

A Sr.^a D. M^a Fernanda Saldanha, antes de chegar ao areal, já acenava para os voluntários da concessão e dizia em voz alta: “Hoje vou outra vez”.

Após alguns minutos, já no areal, “Meninos, afinal, quando me mudo para o carrinho? Quando me levam para a água? Estou à vossa espera”. Na chegada a água, “Quero apenas molhar as pernas, mas também o rosto, tragam lá o cone com água”.

Momento de grande descontração e alegria, que foi vivido em grupo.

A relação intergeracional estabelecida entre voluntários e idosos, foi de louvar, observando-se a promoção ativa de todos os idosos na atividade do “tiralô”.

Os rostos revelavam felicidade, havia cumplicidade, educação e boa energia.

Mas... quem nunca ouviu a expressão “Olha a bolinha de Berlim”? Pois bem, parece que ninguém resiste... e comeram com grande satisfação.

No final de uma semana de praia, ficou a gratidão pela equipa de voluntariado do Programa Maré Viva, que nos acolheu de uma forma profissional, divertida e calorosa.

Festa é festa!

O Caracol foi a grande estrela do lanche do dia 23 de junho, na ERPI São João de Deus. No entanto, a ele juntaram-se as moelas, para fazer as delícias de todos os comensais.

A caracolada e as moelas serviram de pretexto para uma alegre confraternização entre residentes e colaboradores, que já não se sucedia há dois anos devido às restrições impostas pela pandemia. Os magníficos caracóis e moelas fizeram a delícia de muitos residentes, tal como o arroz doce, tudo preparado e confeccionado na nossa ERPI, pela Equipa de Colaboradores, com muito empenho e carinho, sem exceção.

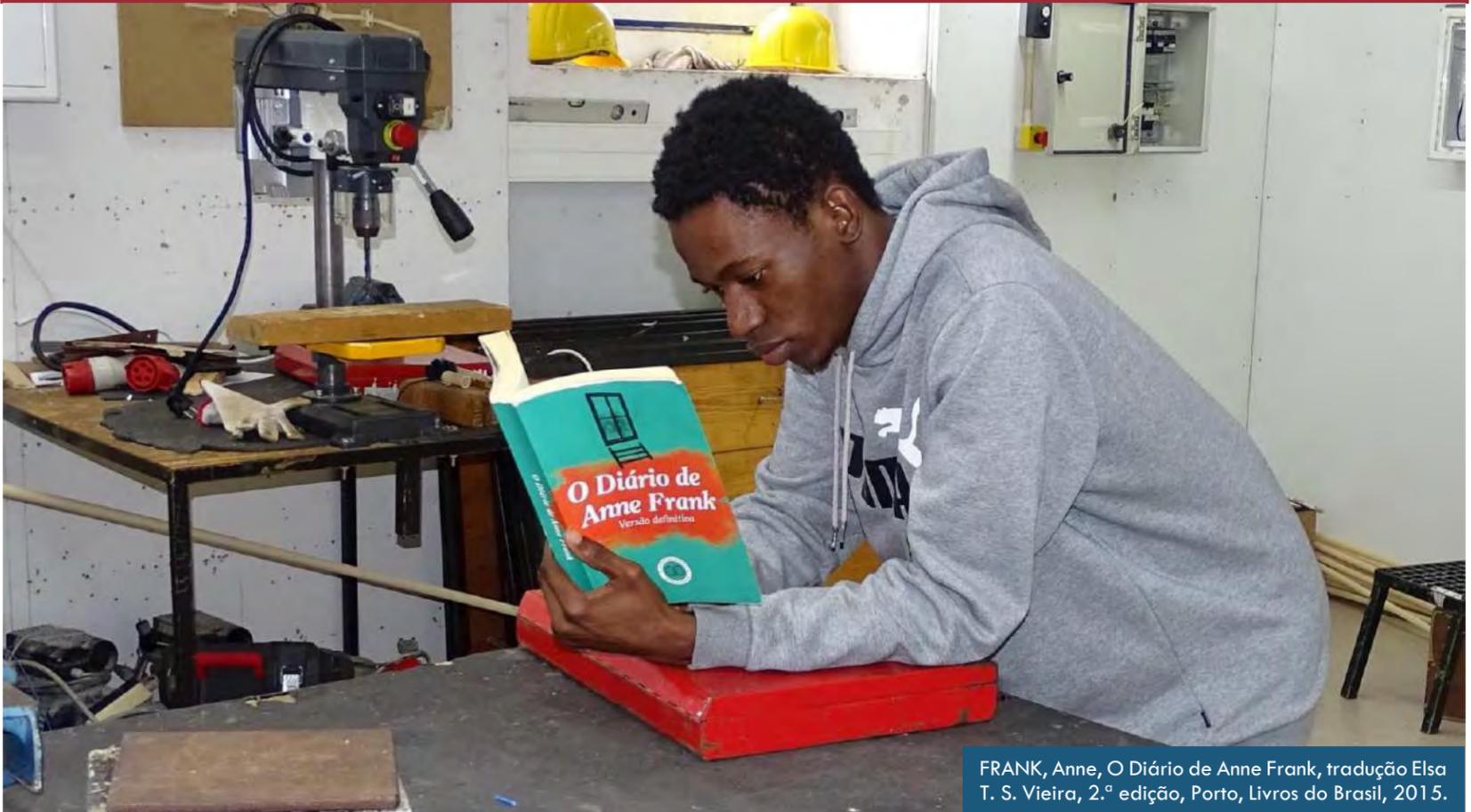
O churrasco para o jantar foi outro ponto alto. As carnes foram grelhadas na hora, com arte e sabedoria. A cozinha assegurou o fornecimento de alguns bens alimentares, como o caldo verde, salgados e chouriços, pequenos pitéus que deixaram os nossos residentes de água na boca. A festarola decorreu na esplanada, acompanhada de boa música alusiva aos Santos Populares.

No final da festa, restavam os sorrisos de satisfação no rosto dos residentes e o desejo de repetir momentos de confraternização como este.



Fotografias: Equipa técnica da RSJD





FRANK, Anne, O Diário de Anne Frank, tradução Elsa T. S. Vieira, 2.ª edição, Porto, Livros do Brasil, 2015.

Fotografia: Jorge Fava

Este livro marcou-me porque... O Diário de Anne Frank

POR CARLA LUÍS E MULAI MANÉ

O Diário de Anne Frank é um texto autobiográfico, em que Anne narra a sua história pessoal. O livro é escrito por Anne Frank, entre 12 de junho de 1942 e 1 de agosto de 1944, durante a Segunda Guerra Mundial. Conta momentos vivenciados pelo grupo de judeus confinados num esconderijo, durante a ocupação nazista dos Países Baixos.

O Mulai Mané (formando do curso de Eletricidade de Instalações, Nível 2) escolheu este livro, porque a história é, sem dúvida, inesquecível e única. Conta-nos, assim, o resumo do livro que escolheu:

Anne nasceu na Alemanha em 1929. Era a segunda filha do casal Otto e Edith Frank. Quando tinha apenas treze anos, Anne mudou-se para a Holanda, após a ascensão dos nazistas ao poder na Alemanha. Nesta altura, ofereceram-lhe um diário, no qual escreveu a sua história trágica.

Em 1942, a família Frank recebeu a notícia de que seria transferida para um campo de trabalhos forçados.

Para fugir desse destino, a família instalou-se num esconderijo do prédio, mais concretamente no escritório do pai. Estiveram vinte e cinco meses nesse esconderijo. A tensão era enorme para manter o silêncio absoluto durante o dia. Em 1944, a polícia nazista levou Anne e a sua família para o campo de Auschwitz, na Polónia. Mais do que um campo de concentração, era também um campo de extermínio para idosos, crianças pequenas e todos aqueles que fossem considerados inaptos para o trabalho.

Tal como outras prisioneiras, Anne foi obrigada a ficar nua para ser "desinfetada", com a cabeça raspada e um número de identificação tatuado no braço. Durante o dia, as prisioneiras eram obrigadas a trabalhar. À noite elas eram reunidas em barracas geladas e apertadas. Anne morreu com apenas quinze anos de idade. Os seus corpos foram colocados numa pilha de cadáveres e depois cremados. Em 1947, Otto Frank, o pai de Anne, decidiu publicar o diário.

Na opinião do formando Mulai Mané, a personagem mais marcante foi Miep, porque demonstrou a sua lealdade à família Frank, durante a construção do esconderijo. Ficou igualmente impressionado com o espaço "campo de concentração Auschwitz", na Polónia, devido às condições ali existentes, tais como falta de higiene pessoal, falta de segurança, falta de comida... Na sua opinião, a autora escreveu este livro com o objetivo de mostrar a realidade vivida pelos judeus na Segunda Guerra Mundial.

“Considera o testemunho de Anne Frank importantíssimo, porque permitiu divulgar e descrever, de forma realista e emocionante, o drama vivido pelos judeus no Holocausto.”

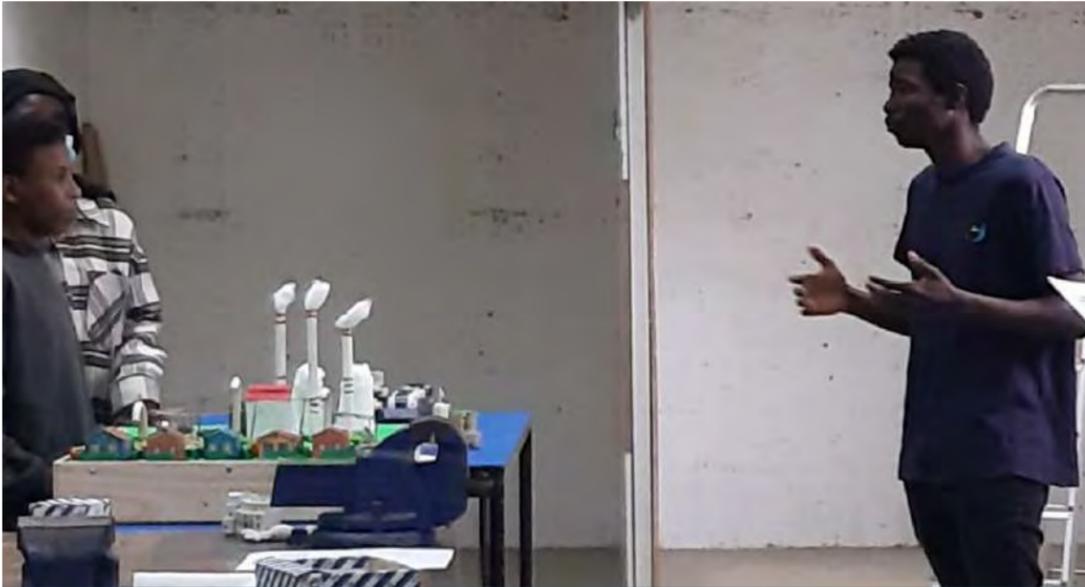
Considera o testemunho de Anne Frank importantíssimo, porque permitiu divulgar e descrever, de forma realista e emocionante, o drama vivido pelos judeus no Holocausto. Trata-se de um testemunho fundamental para todos os leitores, tendo em conta a sua forma de ver as coisas enquanto adolescente.

Ao ler este livro, o Mulai Mané sentiu pena da família Frank, devido ao sofrimento que viveram. A parte mais marcante para o leitor da Aldeia de Santa Isabel foi o momento em que o pai de Anne foi às compras e o dinheiro foi insuficiente, devido às dificuldades sentidas durante a guerra.

Ao ler o livro, o Mulai Mané recordou-se da realidade que se vive em África, devido às condições precárias ali existentes.

Recomenda este livro a toda a comunidade da Aldeia de Santa Isabel, porque todos devemos conhecer este drama que a comunidade judaica viveu durante a Segunda Guerra Mundial. Este povo representa um excelente exemplo de coragem e resistência!

Uma boa leitura para todos!



Boletim Científico: Fontes de Energia

Fotografia: Tânia Pedroso

**POR TÂNIA PEDROSO E
TOMILSON MIGUEL**

A energia elétrica é a principal fonte de energia em todo o mundo, mas não pode ser encontrada naturalmente, tendo de ser extraída de fontes de energias.

As fontes de energia fornecidas pela natureza são classificadas em fontes de energia renováveis e não renováveis.

As fontes de energia renováveis são ilimitadas, pelo que a sua maior disponibilidade na natureza, causa menos impactos negativos no meio ambiente.

A utilização destas energias necessita de tecnologias que as tornem viáveis financeiramente.

São exemplos de fontes de energia renováveis as energias solar, eólica, geotérmica, hidroelétrica e biomassa.

Em 2021, a energia renovável abasteceu 59% do consumo de eletricidade em Portugal, dos quais 27% provenientes da energia hidroelétrica, 26% da energia eólica 7% da biomassa 3,5% da energia solar.

As fontes de energia não renováveis são limitadas e podem esgotar-se, uma vez que o seu processo de formação é muito lento comparativamente à sua utilização. São consideradas energias “suja”, uma vez que o seu uso provoca danos no meio ambiente.

São exemplos de energias não renováveis o petróleo, gás natural, carvão e energia nuclear.

Em 2021 a energia não renovável abasteceu 31% do consumo de eletricidade em Portugal continental, dos quais 29% provenientes do carvão, com a sua última central (Pego, Abrandes) a ser encerrada no final de novembro. Os 2% restantes foram de energia não renovável importada.

Atualmente devido à crise energética mundial causada pela guerra na Ucrânia e com os aumentos dos preços do gás natural e do petróleo, pondera-se a reativação da central de carvão do Pego, mas com a utilização de biomassa.



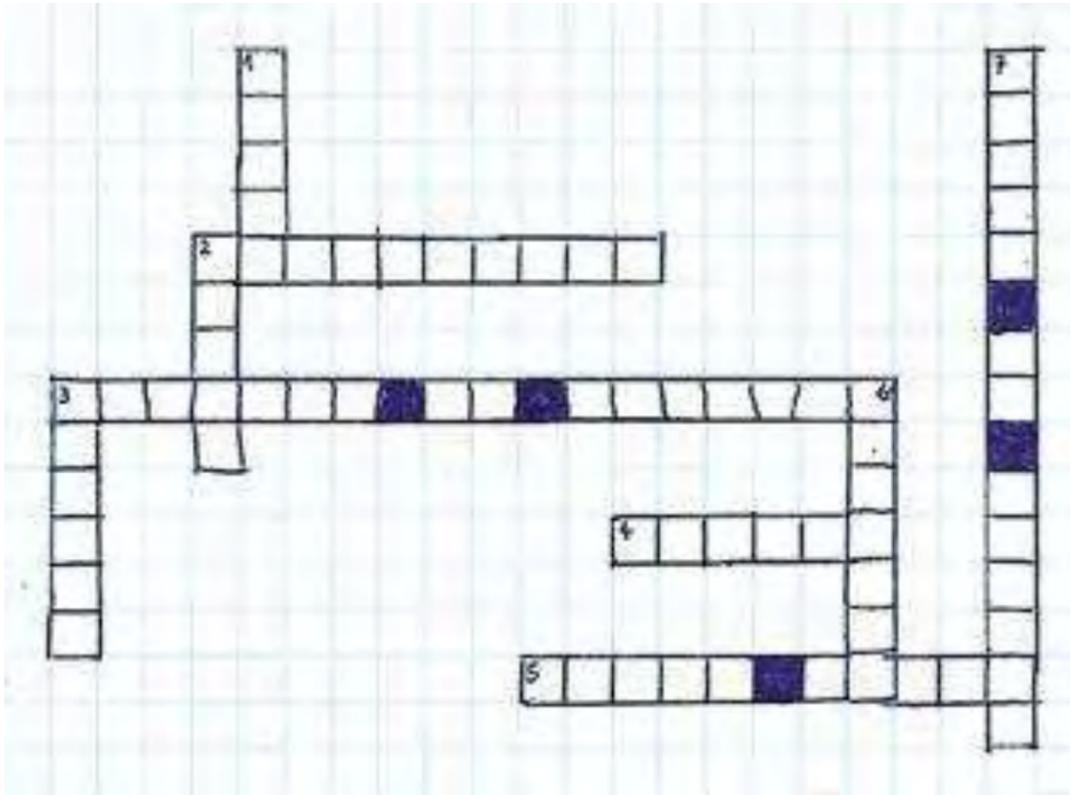
Exposição: Fontes de Energia

De 31 de maio a 3 de junho decorreu, na Oficina de Eletricidade da Aldeia de Santa Isabel, a exposição “Fontes de Energia”, organizada pela turma do primeiro ano do curso de Eletricista de Instalações, e seus formadores, para assinalar o dia da Energia, comemorado a 30 de maio.



Fotografia: Tânia Pedroso





Desenho: Rita Santos (CIT A)

Palavras Cruzadas

Horizontais:

- 2 – Instrumento utilizado no curso de Reparador/a de Carroçarias para medir a distância entre dois lados simetricamente opostos de um objeto.
- 3 - Ferramenta que permite a pintura por pulverização, técnica utilizada no curso de Pintor/a de Veículos.
- 4 – Pequena haste metálica que serve para coser, bordar, fazer meias e malhas. É usada no curso de Costura.
- 5 – Aparelho, usado no curso de Operador/a de Jardinagem, destinado a cortar a relva.

Verticais:

- 1 – Instrumento com hastes articuladas, semelhante a uma pequena tenaz, cujas extremidades servem para segurar objetos. É usado no curso de Manicura/Pedicura.
- 2 – Pequeno instrumento dentado, usado no curso de Cabeleireiro/a, que serve para limpar, compor ou segurar os cabelos da cabeça.
- 3 – Recipiente cilíndrico, geralmente metálico, com asas, usado no curso de Cozinheiro/a para cozinhar alimentos.
- 6- Espécie de estrado provisório, feito de pranchas apoiadas sobre uma estrutura móvel ou fixa à parede, usado no curso de Pintor/a de Construção Civil.
- 7 – Ferramenta, usada no curso de Carpinteiro/a, com haste de metal e ponta achatada para encaixar no sulco de um parafuso, para o apertar ou desapertar.

Ficha Técnica:

Título: Ecos da Aldeia

Estabelecimento de ensino: Centro de Formação Profissional da Aldeia de Santa Isabel

Colaboradores:

Carla Luís (Formadora LP)

Catarina Correia (Formadora LP)

Equipa Técnica RSJD

Fernanda Coelho (Formadora MA)

Filipa Matos (Formadora DT)

Isabel Faria (Formadora CMA)

Jorge Fava (ETAF)

Luísa Martins (Formadora DPS)

Mulai Mané (Formando EI)

Rita Santos (Formanda CIT A)

Sidney Lopes (Formando TRPC)

Tânia Pedroso (Formadora FQ)

Tomilson Miguel (Formando EI)

Curso CIT A

Curso CIT B

Grafismo: Filipa Matos (Formadora DT)

Endereço: Avenida dos Combatentes, Albarraque, 2635-029, Rio de Mouro

Telefone: 219155900

E-mail: secformacao.asi@scml.pt

Desenhos: Curso CIT B

Sopa de Números

Encontre as sequências:

- 123
- 937
- 435
- 1421
- 535
- 684
- 2008
- 26

