



SEIXAL, LIBERDADE!

JORNAL INTERESCOLAR

ESCOLAS DO CONCELHO DO SEIXAL

EDIÇÃO DA CÂMARA MUNICIPAL DO SEIXAL

N.º 11 - 2025 - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



10 ANOS DE



PAULO SILVA
Presidente da Câmara Municipal do Seixal

EDITORIAL

O projeto *Jornal Interescolar* foi criado em 2014 para celebrar o 40.º aniversário do 25 de Abril. Passados 51 anos da Revolução, «SEIXAL, LIBERDADE!» é o tema escolhido para o projeto que resulta na 11.ª edição da publicação do *Jornal Interescolar*.

Nas escolas aprende-se que o 25 de Abril trouxe, entre outras coisas, os direitos, liberdades e garantias consagrados na Constituição da República Portuguesa, o fim da guerra colonial, as eleições livres, a democracia, o Poder Local Democrático. Mas Abril trouxe muito mais, trouxe-nos a força para lutar por um futuro melhor.

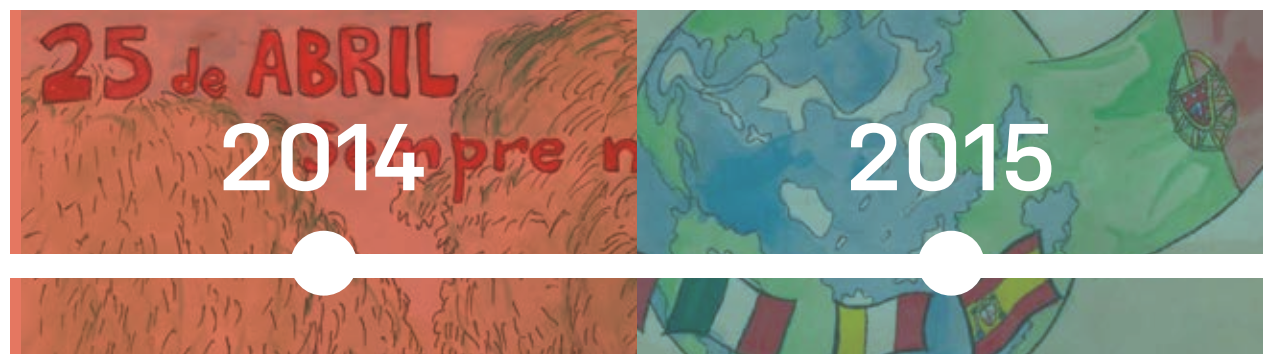
Nas palavras de Ary dos Santos, **«Foi esta força sem tiros, de antes quebrar que torcer, esta ausência de suspiros, esta fúria de viver, este mar de vozes livres, sempre a crescer a crescer, que das espingardas fez livros, para aprendermos a ler, que dos canhões fez enxadas, para lavrarmos a terra, e das balas disparadas, apenas o fim da guerra.»***

Aos nossos jovens cabe o papel fundamental de defender essa «força» e a responsabilidade de alimentar a esperança num futuro melhor, defender a paz e a liberdade conquistadas em Abril de 1974. A participação na vida democrática, a vivência e o debate coletivos, o espírito crítico construtivo, a solidariedade, a luta pela verdade, pela paz e pela liberdade de expressão são alguns dos instrumentos para que Abril se mantenha vivo nas escolas, nas famílias, no trabalho, nas ruas, avenidas e praças do nosso país e em todo o lado onde seja necessário defender os seus valores.

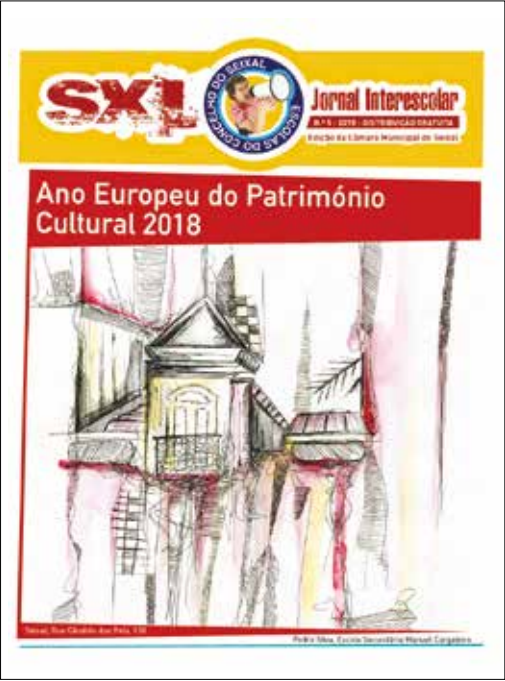
O Seixal assume-se como um concelho de Abril, porque foi essa força revolucionária, cantada pelo poeta, que desde então está presente na determinação de construir uma vida digna para todos, em que o direito à saúde, à educação, à habitação, ao trabalho e à paz sejam uma realidade.

SEIXAL, LIBERDADE!
É SEIXAL DO FUTURO!

*Poema: «As Portas Que Abril Abriu», 1975, José Carlos Ary dos Santos



JORNAL INTERESCOLAR



LIBERDADE

Há dias, um aluno do 5.º A, Giuliano Serra entregou-me um projeto que desenvolvera. Tratava-se da construção de uma gaiola, com a porta aberta e um pássaro lá dentro. Com um sorriso no olhar brilhante, lançou-me a frase: «Só existe liberdade se todas as portas estiverem abertas», e continuou de rosto expressivo, exclamando: «O meu avô conversou muito comigo, enquanto me ajudava a construir esta gaiola. Fez-me entender que a liberdade é um direito de todos, que tem de haver respeito e que temos sorte, por viver em liberdade!» Senti um orgulho enorme por ser professora deste menino curioso, com tanta vontade de aprender! Ao lançar às minhas turmas o desafio de desenvolver trabalhos sobre o tema «liberdade», jamais podia imaginar que houvesse tanta criatividade e fosse presenteada com uma variedade imensa de traba-

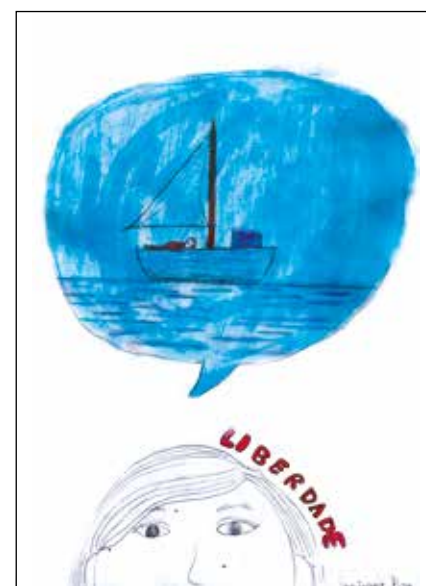
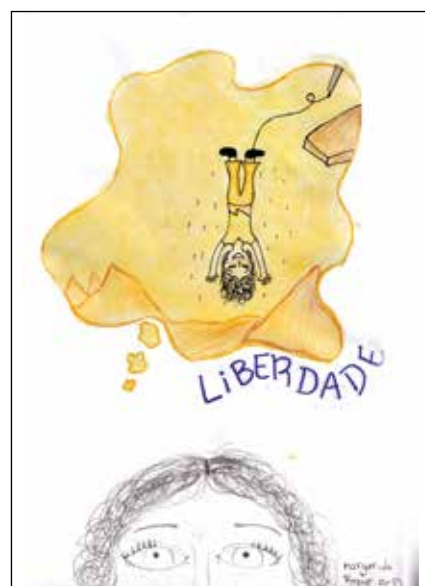
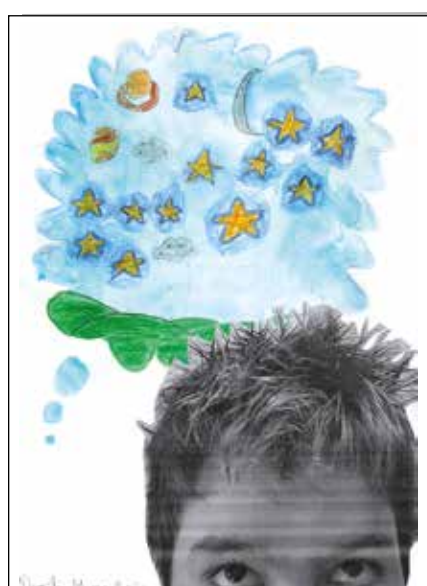
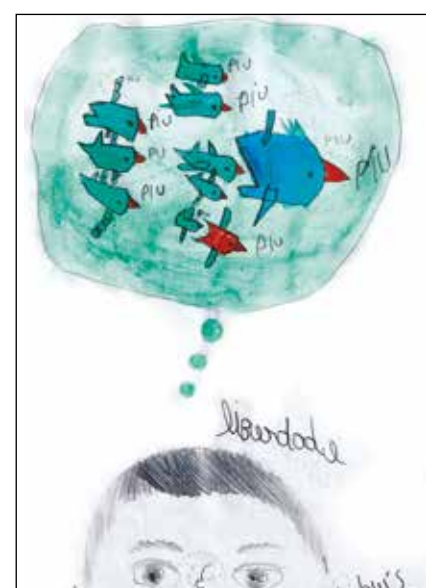
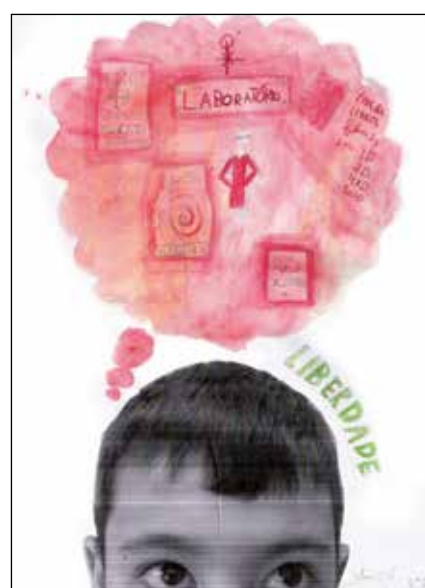
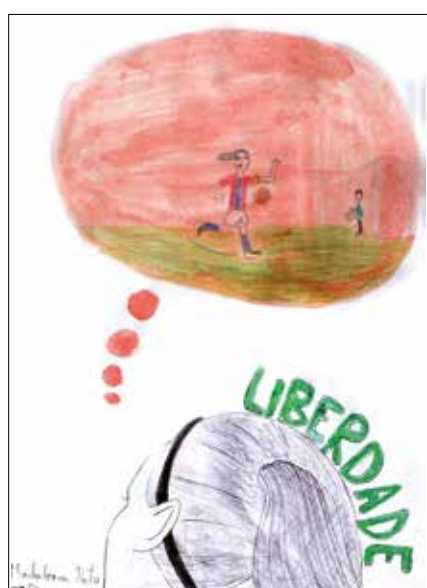
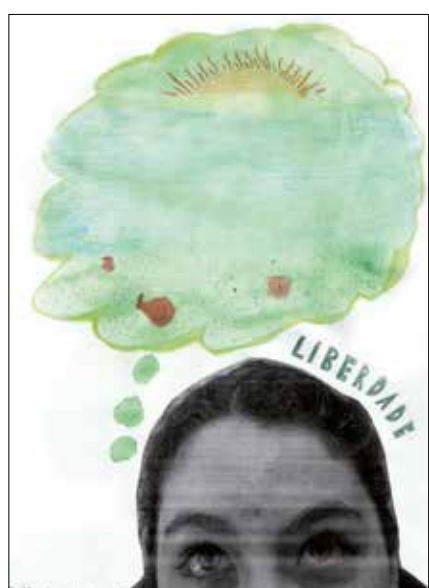
lhos: textos em prosa e verso, maquetes simbólicas, livros de cartão, marcadores de livros com frases e até borboletas, com que decorámos uma árvore da escola, doravante a «Árvore do Clube de Jornalismo».

Lembrei-me, então, de lançar o desafio a outros professores, nomeadamente à minha colega e amiga Manuela Rosa, uma vez que ambas pertencemos a uma Equipa Educativa e já estamos habituadas a trabalhar colaborativamente. A resposta não tardou a chegar e, após um «brainstorming» sobre a temática, levou os alunos a criar ilustrações, que partilhamos neste *Jornal Interescolar*.

Prof.ª Isabel Preto, responsável
pelo Clube de Jornalismo
Escola Dr. António Augusto Louro



LIBERDADE



Liberdade é vento leve,

Brisa mansa que me guia,
Asas soltas pelo mundo,
Sem fronteiras para sonhar.

É canto livre dos rios,
É voo alto do mar,
É ser dono do caminho,
Sem ter medo de errar.

Liberdade é ser inteiro,
É viver sem aprisionar,
É ter alma de pássaro,
E um céu para voar.

Maria Inês Luís, 6.º A

Água salgada...

Pé descalço na areia,
Sou livre como o vento
Que sopra sobre o rosto...
Sonho ser sereia!

Neste mundo em movimento,
Voo livre de pensamentos,
Numa expressão desenhada,
Brinco de ser quem sou,
Livre e Amada.

Morgana Barata, 6.º A

O que é a liberdade?

É sentir-se a vontade,
É fazer o que nos apetecer,
Não importa a idade.

Mas tenham atenção!
Enquanto somos menores,
Autorização temos de pedir,
Para poder brincar e nos divertir.

Não se esqueçam de estudar,
E continuar aplicados,
Um dia mais tarde,
Vamos ter de trabalhar.

Liberdade também
é jogar à bola,
Posso vir a ser jogador,
Mas nunca esquecerei
a escola,
Muito menos o seu valor.

Daniel Lima, 6.º C

Liberdade, vento suave

que toca na pele,
No horizonte vasto,
onde a alma se revela
É o grito calado que rompe
o silêncio,
O passo firme, sem medo,
sem renúncia.

É o voo sem asas, mas cheio
de coragem,
É a mente que quebra toda
a amargura da vida,
É a busca incessante
por ser quem se é,
Sem amarras, sem limites,
sem porquês.

Liberdade é a chama
que nunca se apaga,
É a dança do espírito,
sem fronteiras a travar,
É o coração que bate forte,
cheio de fé,
Sabendo que o céu é apenas
o começo e não o fim.

Santiago Gaspar, 6.º C

Sê Livre!

Tão livre para Amar,
Sem desejar o mal.
A Liberdade de ter Asas
E voar na direção dos teus sonhos!
Não te percas no caminho,
Pois na Liberdade também
mora o Perigo. Sê Livre!
Livre dos medos e dos julgamentos,
Que não te deixam crescer!
O teu ser é Livre e lindo
Como uma borboleta...
Vamos juntos dar as mãos,
Ao encontro da Liberdade!

Larissa Canguia, 5.º C

Liberdade é um sopro de vento,

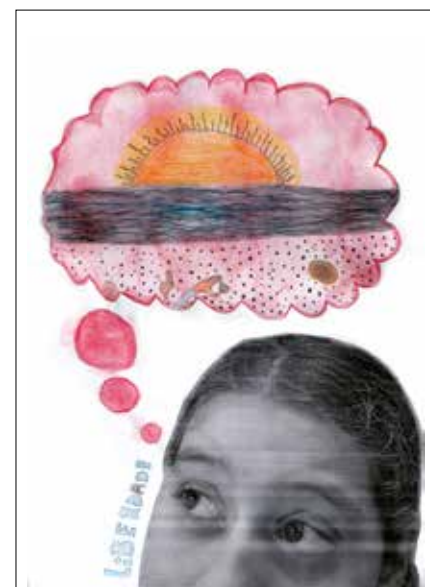
que nos leva além do horizonte,
é o pássaro em seu voo lento,
que encontra seu rumo e fonte.
É sentir o sol na pele e sorrir, sem amarras,
sem restrições, é poder sonhar e seguir,
por caminhos e direções.
Liberdade é o mar aberto, sem limites,
sem pressa ou dor, é estar em paz e ter
coragem de enfrentar, é a essência da própria
vida, é simplesmente ser e amar.

Duarte Velosa, 5.º A

Fui criada por um Ser infinito

Que gravou em mim a essência
Da verdadeira Liberdade!
Não serei assim mais escravo
Dessa maravilhosa verdade!
Sou livre sem amarras nem julgamentos
Sou livre para voar mesmo não tendo asas
Eu amo, eu reinvento, eu vivo calma
Liberdade é o oxigénio da minha alma!
Ser livre me ensinou a amar
A ter emoções e expressar sentimentos
Aceitação e respeito sem preconceitos
É ser farol de esperança é dar sentido à vida
Liberdade unifica a vida em todo o seu conceito!
A verdadeira liberdade é a capacidade
De fazer escolhas conscientes
É dançar à chuva, ao sol ou ao sabor do vento
Liberdade é um sentimento mais forte que a paixão
É tornar invencível o teu coração!
Não sejas símbolo de obstáculo à liberdade
Antes liberta tua mente para que libertes o mundo
Age livre para ajudares a transformar a sociedade
Sê uma inspiração, não vivas encarcerado
Sê um herói e grita ao mundo
Como amas a Liberdade!

Gorete Tavares
Assistente operacional



ENTREVISTA A FERNANDO FITAS

O poeta e jornalista Fernando Fitas veio à biblioteca da escola João de Barros



O poeta e jornalista Fernando Fitas veio à Biblioteca da JB ser entrevistado por Tomás Diogo do 11.º B. Tendo em conta o tema da liberdade, destacamos: os 14 processos por alegado crime de abuso de liberdade de imprensa e difamação de que foi alvo; as várias formas de liberdade intelectual, de pensamento, de expressão artística do autor e do leitor, a que faz referência.

TD – Para começar, gostava de saber como descobriu o talento para as letras?

FF – Não sei exatamente quando descobri, mas creio que um dos responsáveis foi um professor primário. Eu fiz em Lisboa a denominada instrução primária, agora primeiro ciclo, e no terceiro e quarto anos tínhamos de fazer redações, hoje designadas composições. A escola tinha um jornal mensal e as melhores redações eram publicadas. As minhas eram seleccionadas e comecei a ver o meu nome impresso em letra de chumbo. Foi um bom incentivo para a escrita.

TD – Foi por isso que surgiu o jornalismo?

FF – O jornalismo veio mais tarde, quando tinha 18 anos. Comecei a trabalhar no jornal *O Século*, em 1975. Depois noutros jornais a nível da imprensa regional. Aliás, a minha carreira foi quase toda feita na imprensa regional, com exceção do *Século*, do *24 horas* e no final fui colaborador do *Tal & Qual*.

TD – Ao longo da sua vasta carreira de jornalismo, qual foi a experiência que mais o marcou?

FF – Foram todas diferentes. Aquela onde estive mais permanente foi no *Ou-tra Banda*, cuja sede era aqui no concelho do Seixal, no Fogueteiro, e era um jornal de âmbito peninsular, porque reportava os nove concelhos da península de Setúbal, com particular destaque para Almada e Seixal, porque também eram aqueles onde havia mais atividade do ponto de vista cultural, social, político e associativo. Terá sido o período da atividade jornalística mais absorvente, e que inclusive me levou diversas vezes aos bancos do tribunal, porque tive 14 processos por alegado crime de abuso de liberdade de imprensa e difamação.

TD – Qual foi a melhor e pior situação na sua carreira?

FF – Foi em 75, quando fui fazer uma reportagem para *O Século*, relativamente às pessoas que tinham vivido em Angola e Moçambique e que ocuparam o antigo Banco Nacional Ultramarino. E depois vieram em manifestação, ocuparam a ponte e eu fui destacado para ir fazer a cobertura. A certa altura, houve um sujeito que me perguntou para que jornal é que eu estava a tirar apontamentos, e eu disse que era para *O Século*. Pretenderam tirar-me o bloco de apontamentos. Eu não permiti de maneira alguma e quando dei conta tinha uma série de gente à minha volta.

Acabei por sair de lá escoltado por quatro soldados do Copcom, mas com o bloco de notas em meu poder. Essa foi a situação mais insólita e em que tive mais embaraço. Depois tive muitas outras gratificantes. Mas, normalmente, as coisas mais gratificantes uma pessoa passa por elas e não as memoriza. Aquelas que são menos agradáveis são geralmente aquelas que ficam ao longo destes quase 50 anos de carreira. Ainda que atualmente não esteja a exercer a atividade, continuo a ter carteira profissional.

TD – Obteve alguns prémios ao longo da sua carreira. Consegue dizer qual foi o mais marcante?

FF – Houve vários. Um deles foi o prémio de poesia e ficção de Almada. Foi a primeira vez que ganhei o prémio. Embora seja alentejano, toda a minha vida foi dividida entre Almada e o Seixal, e esse prémio deixou-me muito grato.

TD – Qual é a sua fonte de inspiração para a escrita?

FF – É evidente que os meus avós e os meus pais, como não sabiam ler, não tiveram influência no despertar da leitura e da escrita. Isso foi uma coisa que me surgiu já na instrução primária. Eventualmente, o responsável por isso terá sido o meu professor. E depois, a partir daí, fui fazendo o meu caminho. Aliás, em termos de biografia, tenho a designação de autodidata, porque, por mão própria, fui procurando e adquirindo

do conhecimento e, através da leitura, fui-me munindo para as coisas que vou fazendo.

TD – Já fez muitas entrevistas ao longo da sua vida. Existe alguém que gostaria de ter entrevistado, mas que neste momento já não é possível?

FF – Acho que sim. Talvez, e aqui está uma questão de natureza política, era capaz de ter gostado de entrevistar Álvaro Cunhal. Ainda que tenha tido algumas breves impressões e contactos com ele em termos de circunstâncias, teria gostado de o entrevistar.

Do meu ponto de vista, entre os líderes políticos que houve neste país, foi aquele que tinha mais capacidade. Não só porque era um líder político com grande capacidade de argumentação, mas também porque não se circunscrevia apenas à política.

Lembro-me de ter assistido a algumas palestras dele sobre literatura, sobre pintura... Enfim, com grandes conhecimentos sobre diversos assuntos. Não é por acaso que ele foi um dos líderes partidários com maior obra literária. Até *Amanhã*, *Camaradas*, *A Casa de Eulália*, entre outros livros de ficção, foram escritos por ele, transformando acontecimentos da sua própria vivência em literatura.

TD – Como explica o seu gosto pela poesia?

FF – A poesia não se explica. O Saramago dizia: «Não me perguntem porque é que eu escrevo um livro. Escrevo justamente para não ter de explicar porque o escrevi.» E a poesia, por maioria de razão, tem essa característica. É uma linguagem feita de metáforas. Aquilo que eu estou a pensar pode ser interpretado de forma diferente por cada leitor. Aliás, já me aconteceu mais do que uma vez alguém dizer-me: «Naquele poema falas disto e daquilo», e eu não estava a pensar nisso ao escrevê-lo, mas, de facto, aquela interpretação também faz sentido. A poesia tem esse fascínio. Já me aconteceu também escrever versos, e quando os fui reler percebi que tinham um significado diferente do que eu inicialmente pretendia. Esse é um dos grandes encantos da poesia: a sua capacidade de gerar múltiplas leituras. A prosa é aquilo que está lá e pronto. A poesia não. Quando leio os meus próprios poemas, por vezes pergunto-me: «O que é que eu pensei ao escrever isto?»

E a única resposta que tenho é que a poesia não se pensa, sente-se. Porque, na minha opinião, o que sentimos no momento da escrita leva-nos a expressá-lo de uma determinada forma.

E é isso que dá vida ao poema.

É PRECISO DEFENDER A LIBERDADE

Maria Amélia, reformada de 72 anos, partilha com dois jovens do 8.º ano, Miguel Pinheiro (MP) e Dinis Santos (DS) algumas ideias sobre a liberdade.

MP: Pode dizer-nos o que é, para a senhora, a liberdade?

Maria Amélia: É viver sem medo, com respeito pelos outros.

DS: Acha que a sociedade valoriza a liberdade?

Maria Amélia: Sim, mas às vezes confundimos liberdade com falta de responsabilidade.

MP: Havia censura antes do 25 de Abril?

Maria Amélia: Sim, havia censura e medo de falar. Hoje temos mais voz, mas precisamos de a usar com consciência.

DS: Considera que deve haver limites à liberdade?

Maria Amélia: Sim, principalmente nas redes sociais, onde qualquer opinião pode ser atacada.

MP: Que conselho daria aos mais jovens?

Maria Amélia: Que não deem a liberdade como garantida. É preciso defendê-la com respeito e responsabilidade.

Dinis Santos

Miguel Pinheiro, 8.º A, EB Corroios



LIBERDADE

Nesta entrevista vou abordar um tema que marcou a vida de muitas pessoas em Portugal, especialmente as gerações mais velhas. Um tema que fez com que muitas pessoas emigrassem e fossem presas, apenas porque tinham uma ideia diferente de Salazar. Um tema que deixou muitas histórias para contar: «A Liberdade».

O testemunho é dado pelos meus bisavós, Josefa e Rafael Tarragoso, que nasceram em 1935 e 1937 e que emigraram para a França, porque as suas condições em Portugal não eram as melhores e que, por isso, têm muitas histórias para contar.

Leonor Correia: O que consideram que é a liberdade? O que é a liberdade para vocês?

Rafael Tarragoso: É andar mais à vontade. A liberdade é a gente poder dizer o que entende, tudo o que quiser, mas sem ofender as pessoas. Cada um diz o que entende. Cada um vive à sua maneira, mas não pode pisar o terreno dos outros.

Leonor Correia: Sentiu que em algum momento da sua vida não tinha liberdade? Se sim, qual?

Josefa Tarragoso: Sim, antes do 25 de Abril não havia liberdade.

Rafael Tarragoso: Não podíamos dizer que o ordenado era baixo ou que não estávamos de acordo com a política. Se antigamente dissesse que não ias trabalhar por aquele preço, ias preso, porque não havia liberdade.

Atualmente, quando vais a uma entrevista de emprego, tens liberdade de dizer se queres trabalhar ou não pelo ordenado que te propõem.

Leonor Correia: Como é que restringiram a sua liberdade?

Rafael Tarragoso: Quando eu nasci, já não havia liberdade. Não havia votos nem partidos e as pessoas não podiam dar a sua opinião que iam logo presas. Grande parte da população estava descontente e eu vi muita manifestação. No tempo da ceifa, os adultos e os rapazes da tua idade, assim com 14 anos como tu, iam trabalhar por 20 escudos, mas eles queriam 25. Então, o patrão chamava a Guarda para levar os rapazes para a esquadra. Conheci pessoas que estiveram anos e anos nas prisões, porque diziam que não concordavam com o regime. Não havia liberdade para nada.

Leonor Correia: O que vos aborrecia mais em não ter liberdade? O que mais vos fazia falta, não tendo liberdade?

Rafael Tarragoso: Tudo. O avô era novo. Eles faziam os comércios fechar às horas que queriam. Uma vez fui jogar ao bilhar com o tio e, quando saímos, passámos ao pé da Guarda. Era de noite e eu não os vi, mas eles mandaram-nos parar o carro. O guarda que nos parou perguntou porque não lhes dissemos boa noite. Fui eu quem lhe respondeu e disse que não os vi e que também não era obrigado a falar a toda a gente. A mim não me fizeram nada, mas ao tio

levantaram a espingarda para lhe darem com ela na cabeça e o tio baixou-se e fugiu. Eu também fugi por outra rua. Outra vez estava eu, o meu pai e o meu irmão a trabalhar, com uma mula, e íamos apanhar erva para a alimentar. Fomos a um terreno onde estava lá um tio meu e um guarda perguntou-nos onde íamos. Nós dissemos que íamos dar comida à mula, mas o guarda disse que nós íamos roubar. Naquela altura ainda não havia favas, só estavam em flor. O meu tio, que levava uma foice, respondeu: «Só se as fosse ceifar», e o GNR bateu-lhe. Nesse tempo, as pessoas iam trabalhar para o campo e os patrões não queriam pagar aos trabalhadores. Os donos de tudo eram maus. E se as pessoas dissessem que não queriam trabalhar por um determinado preço, o patrão chamava a Guarda e a Guarda levava as pessoas que não queriam trabalhar.

Josefa Tarragoso: Eu ainda fui fazer greve onde estava a Guarda, mas eles mandavam tiros para o ar para afastar as pessoas. As mais velhinhas iam presas, porque não se podia fazer manifestações.

Leonor Correia: Porque é que se mudou para a França?

Rafael Tarragoso: Porque, nessa altura, tinha uma filha pequenina e ganhava muito pouquinho. O que se ganha atualmente em meia hora ganhava eu num mês. Eu trabalhava num café. Abria-o às 7 horas da manhã e fechava-o às 2 horas da madrugada. Não era sempre, mas era muitas vezes e o ordenado era sempre o mesmo.

Leonor Correia: Como é que tomou conhecimento do fim do regime?

Josefa Tarragoso: Eu estava em França quando ouvi na rádio que tinha terminado o regime salazarista e que a Revolução dos Cravos tinha posto fim à ditadura. Quando terminou, eu tinha 36 e o avô tinha 39 anos.

Leonor Correia: O que sentiu que mudou após o 25 de Abril?

Rafael Tarragoso: A liberdade, nada mais. A liberdade foi o principal. Começou a haver mais política, formaram-se os partidos políticos: o PCP, CDS e o PS. Durante o regime salazarista não havia partidos e não podíamos votar. Não há coisa melhor do que ter liberdade.

Leonor Correia: O que é que o fez ficar mais feliz por ter havido a Revolução?

Rafael Tarragoso: O que me deixou mais feliz foi ter liberdade, porque durante o regime salazarista, se déssemos a nossa opinião, a PIDE levava-nos logo presos.

Leonor Correia: Atualmente, sente que é livre?

Rafael Tarragoso: Sim, atualmente sim. Apesar de ser uma liberdade que não o é bem. Uns puxam para um lado e outros puxam para o outro. Eu estava habituado a ser livre, porque vivia em França.

Leonor Correia, 9.º EJ

PENSAR A LIBERDADE...

A liberdade é ter o direito de escolha
É viver sem medo
É poder amar e odiar outra
pessoa ou a si mesmo.
A liberdade é ser livre de expressar
os seus sentimentos e não ser julgado
A liberdade não está em escolher
entre duas opções, mas em criar novas
É poder agir e pensar sem limitações.
A Liberdade é poder expressar
as minhas opiniões

Cindy Silva, Isadora Sousa,
Kailane Trindade, Mike Ferreira,
William Veiga, Yasmin Baraldi, 9.º C
Euda Fortes, 9.º B, Vasco Castro, 9.º A

Liberdade é falar, amar ou odiar,
Liberdade é estudar,
Liberdade é escolher e partilhar,
Liberdade é cortesia,
Porém, liberdade é ironia.

Lara Reis, 9.º C

Liberdade é saber expressar-se
Amar, jogar, conversar
Saber ter amor no coração
Quando há muita solidão.

Márcia Gué, 9.º C

PARTILHA EM LIBERDADE

No contexto da disciplina Assembleia/
/Cidadania, os alunos da turma 9.º A,
na maioria formada por alunos oriun-
dos dos PALOP, realizaram uma ativida-
de com a finalidade de festejar o Dia
Mundial da Cultura Africana e Afrodes-
cendente a ser celebrado no dia 24 de
janeiro. E, para tornar este dia ainda
mais marcante, convidaram os seus fa-
miliares a virem à escola, com o intuito
de partilhar momentos de alegria e
aprendizagem.

A tarde foi repleta de várias atividades,
incluindo histórias, jogos tradicionais,
músicas, danças e ainda a degustação
dos pratos típicos da culinária africana
e portuguesa. O contacto entre gera-
ções e o intercâmbio de culturas tor-
naram o evento mais enriquecedor. Os
familiares responderam positivamente
ao convite e juntos criaram um espírito
festivo e muito alegre. Foi uma tarde di-
vertida e inesquecível, onde a cultura e
a convivência entre diferentes culturas
foram celebradas calorosamente e de
forma envolvente. Este evento demons-
trou a importância de manter e reafir-
mar as raízes culturais, ao mesmo tem-
po que promove a união e o respeito
entre todos os participantes.

Vasco Castro, 9.º A



DEMOCRACIA VS. AUTOCRACIA

Numa democracia, as pessoas têm o poder de decidir quem governa através do voto. O governo tem de respeitar as leis, garantir os direitos de todos e aceitar opiniões diferentes. Há liberdade para falar, escolher e participar na política, e ninguém está acima da lei.

Pelo contrário, numa autocracia, o poder está todo nas mãos de uma pessoa ou de um pequeno grupo, e o povo praticamente não tem voz. As eleições, se existirem, são manipuladas, e quem critica o governo pode ser silenciado. Não há liberdade nem controlo sobre quem manda. A grande diferença é que, numa democracia, as pessoas têm direitos e podem mudar o rumo do país, enquanto numa autocracia quem está no poder faz o que quer, sem prestar contas a ninguém. Em suma, a democracia também está assente num pilar muito importante, que é a diversidade e a liberdade de imprensa, que dá a possibilidade de investigar e informar sem qualquer tipo de censura.

João Guarita 9.º A

OS JOVENS E A LIBERDADE

O que sei sobre a liberdade é que é um dos conceitos mais antigos e, sem dúvida, o mais comum na história da humanidade, pois é discutido tanto no âmbito da filosofia, quanto da política, ou dos direitos humanos. A liberdade para mim é poder fazer escolhas sem coerção e com responsabilidade. Significa ter voz para expressar a minha opinião, traçar o meu próprio trajeto e viver de acordo com os meus princípios e valores pessoais, desde que não viole os direitos dos outros. Assim, a liberdade é o oposto de limitação. É também um ato de coragem. Requer posicionamento, por vezes também requer sacrifícios.

A história mostra muitos momentos de luta pela liberdade, pela civilização humana. A abolição da escravatura, o direito ao voto, a liberdade de imprensa, a igualdade feminina. Tudo foi conquistado por indivíduos que se recusaram a aceitar as suas vidas sem liberdade.

Janine Reis, 9.º D



PODEMOS SER FELIZES SEM LIBERDADE?

Sem liberdade
Os nossos dias seriam diferentes...

Sem liberdade
Rapazes e raparigas
não podem andar na mesma escola.
Na ditadura, a disciplina é mais
importante do que a aprendizagem.

Sem liberdade
O ditador faz regras injustas, até sobre
o que podemos vestir e o penteado
que podemos usar.

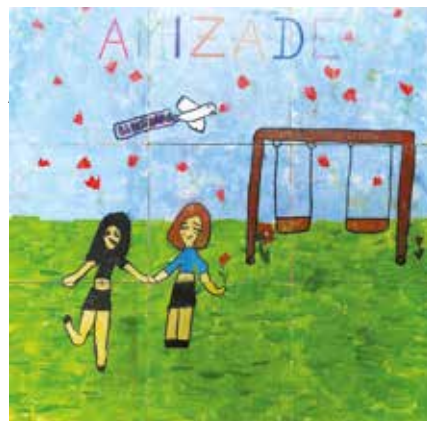
Sem liberdade
Não podemos confiar em ninguém,
nem nos amigos.

Sem liberdade
Não temos acesso à comida
de que precisamos.

Sem liberdade
Não podemos ver o que quisermos:
O ditador controla os programas de
televisão, de rádio, a internet, os livros,
teatros e cinema.

Sem liberdade
Podemos ter opinião, mas não
podemos expressá-la:
Se nos opusemos aos poderosos,
podemos ser castigados.
Sem liberdade
Os homens são obrigados
a ir para a guerra.

Sem liberdade
Ficamos presos no país.



Alunos do 4.º B
Prof.º titular Jorge Victoriano
Prof.ª bibliotecária Daniela Luís

Imagens - Puzzles produzidos
Alunos do 4.º A
Prof.ª titular Sónia Lucas
Prof.ª bibliotecária Daniela Luís
EB da Quinta de S. João
Coordenação, Prof.ª Ana Cristina Sá

OS MAIS PEQUENOS TRAZEM COR E LIBERDADE À NOSSA SALA!

Tivemos uma visita muito especial! Os meninos do jardim de infância vieram à nossa sala mostrar um projeto muito bonito sobre o pintor Joan Miró. Eles aprenderam sobre as pinturas deste artista e criaram livremente os seus próprios quadros, cheios de cores e formas divertidas. Foi uma experiência muito gira porque nos explicaram que Miró gostava de pintar sem seguir regras, usando a imaginação e a liberdade para criar. Uma das crianças

contou-nos que fez um sol azul porque gostava mais assim! Descobrimos que na arte podemos ser livres, não há certo nem errado, e cada um pode criar como quiser, sem limites para a imaginação. Gostámos muito de ver os trabalhos deles e de aprender sobre este pintor tão especial. Percebemos que a arte, assim como a liberdade, permite-nos ser criativos e expressar quem somos. Quem sabe se um dia também nos tornamos grandes artistas!

Turma 4.º A EB de Arrentela
Prof.ª Marisa Silva

Pintura elaboradas
pelo grupo do JI de Arrentela



AS JANEIRAS

No dia 6 de janeiro de 2025, na EB da Quinta de Nossa Senhora do Monte Sião, todas as turmas da manhã e da tarde cantaram a música «As janeiras» ao portão da escola. A canção das janeiras foi escrita pela senhora Dolores Mourita, assistente operacional da EB da Quinta de Nossa Senhora do Monte Sião, com a ajuda dos alunos das turmas. Durante o dia estivemos a fazer coroas para celebrar o Dia de Reis. Neste dia todos os alunos dançaram muito. As pessoas iam passando pela rua e ouviram-nos cantar. A nossa professora dos Tocá Rufar ajudou-nos na melodia! Foi assim que se organizou o Dia de Reis no qual todos os alunos participaram com entusiasmo.



Ilustração: Luan Costa e Dennis Santos do 4.º B

Júnior Correia, 3.º A
Inês Cavalheiro 4.º A
Prof.ª Ana Amaro e Nádía Azevedo

DIAS DIFERENTES NA EB DA TORRE DA MARINHA

Dias diferentes, são dias felizes, são dias de liberdade.

A escola transforma-se num espaço dinâmico de aprendizagem, onde a nossa voz é ouvida na Assembleia de escola. Gostamos de participar nas atividades realizadas nos dias diferentes, porque trabalhamos com os colegas dos outros anos de escolaridade e existe uma cooperação e entreaajuda entre os mais velhos e os mais novos na realização das tarefas. Os alunos do primeiro ano escolheram os seus padrinhos e madrinhas que os apoiam no dia a dia da escola.

Nestes dias a nossa turma é a nossa escola. As turmas ganham uma nova forma, a sala de aula novos ambientes e cores e nós adoramos aprender. Aprendemos tanto uns com os outros, criamos laços, aproximamo-nos das realidades de cada um, desenvolvemos competências e acima de tudo somos felizes.

Somos uma grande equipa, as salas ganham vida e cada um de nós tem uma voz consciente, crítica e participativa na escola.

Ideias soltas dos alunos do 1.º, 3.º e 4.º anos da EB Torre da Marinha
Texto orientado pela prof.ª Sónia Costa



LIBERJAZZ

No dia 21 de novembro de 2024, eu e outros colegas do Clube de Jornalismo participámos numa sessão de divulgação sobre música jazz para duas turmas do 2.º ciclo, promovida pela Câmara Municipal do Seixal.

No dia 16 de janeiro, fomos assistir a um grande concerto incluído no Seixal-Jazz 2025, que decorreu no auditório do Fórum Cultural do Seixal, onde ouvimos o quinteto da pianista Isabel Rato. Nas duas ocasiões, fizemos entrevistas aos músicos intervenientes.

Na apresentação feita na escola, foi contada a história do jazz desde a sua criação até aos dias de hoje.

O jazz é um estilo de música que surgiu, no final do século XIX, nas comunidades negras que viviam em Nova Orleães, uma cidade que se situa no Sul dos Estados Unidos.

Na sua origem está a música dos negros, escravos ou ex-escravos.

Desde o século XVII que os negros eram levados de África para o Sul dos Estados Unidos (na época, uma colónia inglesa), para trabalharem nas plantações de algodão. Esses africanos transportaram os cantos das suas tribos, que evoluíram para os espirituais religiosos, depois para as «worksongs» – cantos de trabalho que ajudavam a marcar o seu ritmo e a aliviar a sua dureza – e para os blues, um canto triste que retratava a miséria em que viviam. Mesmo com a abolição da escravatura, os negros continuaram a ser considera-

dos cidadãos de segunda classe e não podiam tocar em conjunto com músicos brancos. O fim da escravatura não foi uma verdadeira liberdade, no sentido de que quem era negro não tinha na prática os mesmos direitos. Os primeiros discos de jazz foram gravados por conjuntos de brancos, mas que tocavam as músicas copiadas dos negros. Em toda a evolução do jazz esteve sempre presente o espírito da improvisação, que é criar a música no momento. Um músico toca uma vez de uma forma e outra vez toca de forma diferente, conforme a sua disposição no momento, os membros do grupo com quem esteja a tocar, o ambiente em que está a tocar, etc. Há momentos na música em que um instrumento sobressai mais do que os outros e toca com mais liberdade.

No princípio do jazz, os instrumentos mais usados eram os de sopro e a bateria, mas, no presente, podem ser utilizados praticamente todos os tipos de instrumentos. No concerto do Seixal-Jazz, por exemplo, vimos também o piano e o contrabaixo. Na escola, um dos músicos tocava saxofone.

Com o que ouvimos, vimos e pesquisámos, concluímos que o jazz é um estilo de música mais livre, porque pode ter mais improvisação, e que foi também uma expressão de revolta dos negros e uma forma de se sentirem livres.

Cleusa Fonseca, 5.º B



«Sempre gostei muito de jazz, mas havia um lado que me interessava particularmente, que era o das improvisações e tudo o que vem daí [...] O jazz é uma música que, no fundo, abarca tudo, todos os géneros. É uma música onde existe muita liberdade para se tocar, para se criar, para sairmos fora da chamada música compartimentada.»

«É o que o Hernâni está a dizer: acho que é a liberdade. Saímos de tudo, sim. Dá para explorarmos novos caminhos em tempo real, na altura, quando estamos a tocar.»

Excertos da entrevista aos músicos Hernâni Faustino e José Lencastre

Luísa Almeida, 5.º A
Cleusa Fonseca
e Valentina Barradas, 5.º B
Marco Chantre, 8.º C



A LIBERDADE NAS REDES SOCIAIS

A liberdade é um assunto que corre nos dias de hoje como água. Quais são os limites da liberdade, o que é ser livre? Bem, liberdade é expressar quem somos, as nossas próprias opiniões e os nossos sentimentos. Deixar a alma ser aquilo que precisa de ser. Mas... Pois, existe um mas, tal como em tudo...

A liberdade tem regras, que devemos respeitar. Que são fundamentais respeitar. O respeito, que nunca ficou mal a ninguém, é uma das chaves da liberdade. Quando somos criados com os valores certos, aprendemos isso. Aprendemos a ser boas pessoas, pessoas livres, com opinião própria, mas respeito incluído em tudo. Porque somos responsáveis mais que o suficiente para ver que temos barreiras e limites que não devemos ultrapassar.

«A liberdade de cada um termina onde começa a liberdade do outro.» Assim, podemos ser todos livres.

Um desafio corrente que dificulta e enterra o conceito de liberdade é a utili-

zação «de viés» da internet. Nas redes sociais, tudo é alvo para arremessar qualquer tipo de raiva ou comentário negativo.

Apesar de as redes sociais serem um «mundo» aberto e virtual, não se deve deixar de ter os mesmos princípios de liberdade e respeito que se têm presencialmente.

Cyberbullying, *fake news*, crimes na internet, contas falsas, etc., são tantas as consequências do uso incorreto da internet que, por vezes, podem até destruir vidas.

O maior problema dos jovens e da sociedade em geral é nem darem conta de quando estão realmente a passar os limites do outro.

Ora vejamos: a publicação de um simples vídeo de uma entrevista, por exemplo. Quando tencionamos publicar um vídeo, seja ele qual for, em que existe a presença de terceiros, temos de averiguar se as pessoas em questão aceitam que o vídeo com as suas ima-

gens seja divulgado, isto se for maior de idade, pois, se for menor de idade, a permissão tem de ser perguntada aos seus pais. Só se a pessoa aceitar é que o vídeo pode ser publicado e, muitas vezes, os vídeos são publicados sem consentimento.

Agora, analisemos as coisas de outra perspetiva. Por um lado, existem ações que não são intencionais, ou seja, ações em que o indivíduo em questão não se dá conta dos limites que está a passar, mas por outro lado existem ações que são intencionais, ou seja, quando não se respeita a liberdade do outro intencionalmente.

São exemplos disso mesmo a publicação de conversas privadas, de fotos íntimas e de dados pessoais. Nestes casos, o indivíduo demonstra, de forma clara, a intenção de prejudicar outros com as suas ações.

É importante alertar os jovens e fazê-los ver que é preciso parar com estas ações, sejam elas intencionais ou não,

pois cada vez mais tem-se vindo a ouvir falar sobre casos de depressão e de *cyberbullying*, por exemplo, e tudo por conta das más ações nas redes sociais. A partir do momento que uma pessoa começa a invadir a privacidade do outro na internet, constantemente, isto torna-se *cyberbullying*: um termo utilizado para descrever o *bullying* na Internet. Por isso, temos de pensar várias vezes antes de publicar algo, pois nunca sabemos se um dia vamos estar nós no papel inverso.

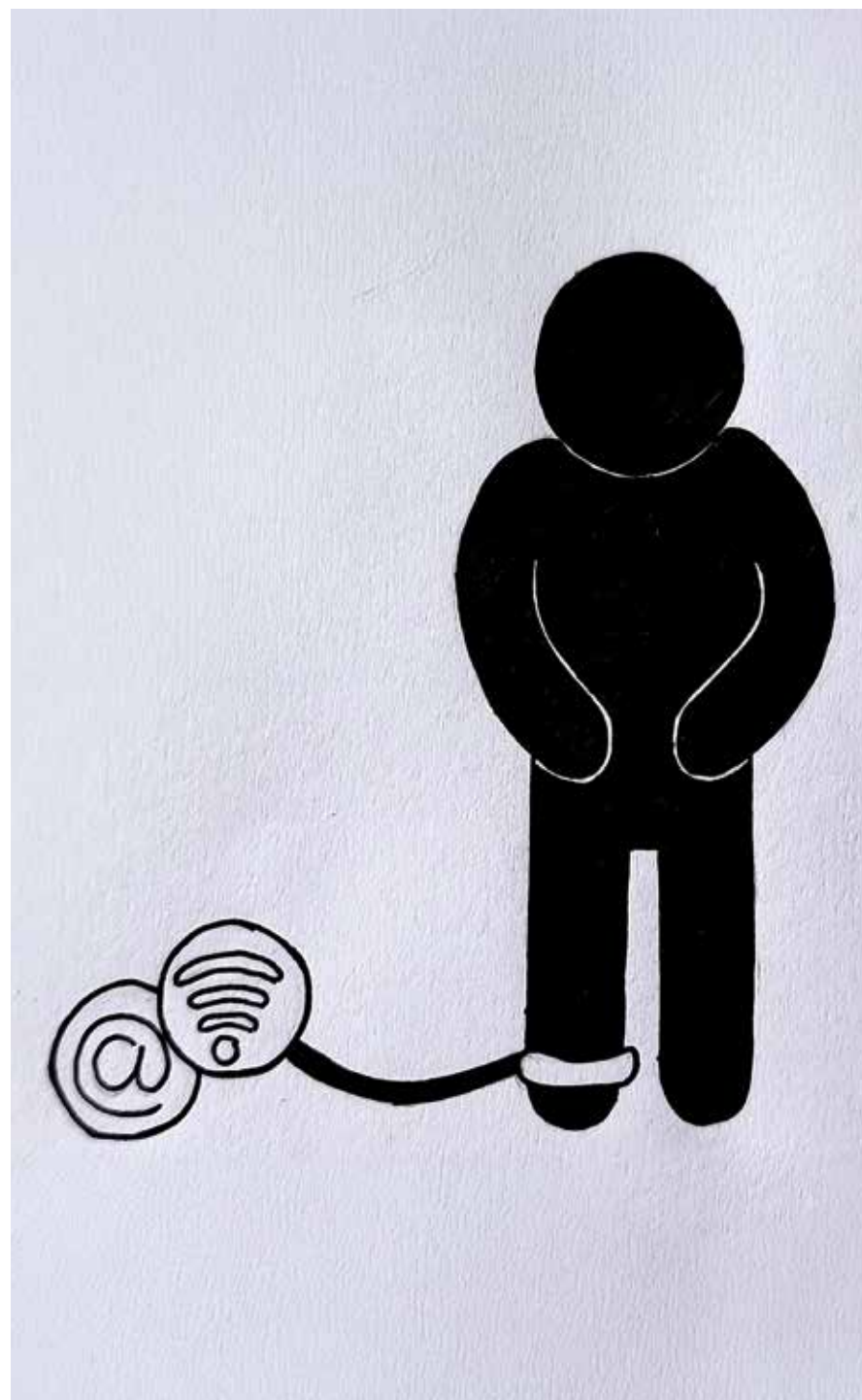
Em suma, concordamos que devemos utilizar as redes sociais no nosso dia a dia como uma forma de comunicarmos e de aprendermos uns com os outros, mas sempre com a noção de que existem regras nas redes sociais, sendo a principal o respeito pela liberdade do outro. Afinal, somos todos iguais e temos todos os mesmos direitos!

Leonor Costa, 8.º B

Beatriz Espada e Lara Carvalho, 9.º A



Érica Fonseca, 8.º G



Mariana Esteves, 8.º A

SEIXAL, TERRA DE LIBERDADE

No Seixal, o sol brilha,
Ai, que lindo está o dia!
A luz é tão bonita,
Liberdade que nos dá alegria.

O povo é tão querido,
A maré, os passarinhos,
Vivem em Paz e União,
Corações cheios de emoção.

Nas águas do rio a dançar,
Liberdade é ser Feliz,
Um tesouro a celebrar
Que devemos bem cuidar.

As ondas dançam a cantar,
As crianças na escola a brincar,
Liberdade é como a brisa,
Que nos faz sonhar e voar.

O rio abraça a cidade,
Em cada canto uma amizade,
Liberdade no ar se sente,
Um sonho grande e tão presente.

No Seixal tudo é raiz,
À noite as estrelas a brilhar,
Ser uma criança feliz,
Correr livre sem parar.

EB Quinta da Medideira, 4.º B



LIBERDADE, SEIXAL!

Viver no concelho do Seixal
É viver uma vida
Com liberdade na alma
E paz no coração

Gabriel Guedes, 6.º A

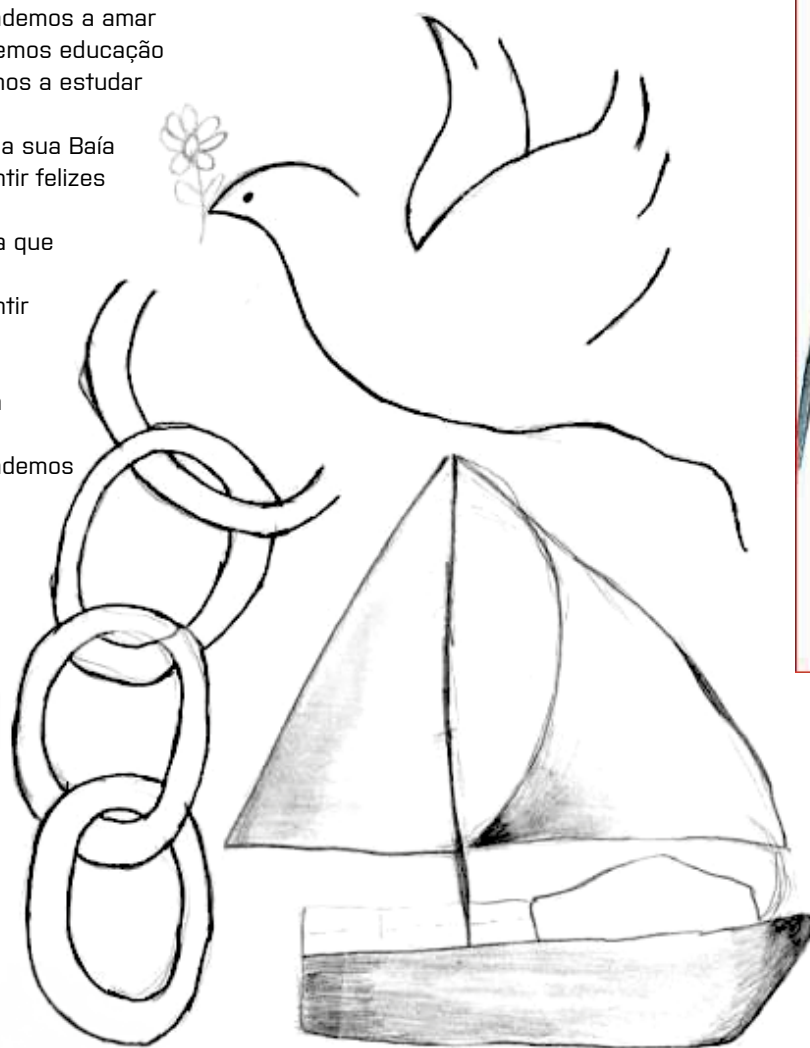
SEIXAL É UM LAR

Seixal é um lar
Onde aprendemos a amar
No Seixal temos educação
E aprendemos a estudar

Seixal com a sua Baía
Faz-nos sentir felizes
todo o dia
Com a água que
vai e vem
Faz-nos sentir
muito bem

Seixal é um
lugar livre
Onde aprendemos
a partilhar!

Rajalokshmi
Inácio, 6.º A



ESTABELECIMENTO PRISIONAL DE CAXIAS, 12 DE AGOSTO DE 1967

Para o meu melhor amigo Romeu Vieira
Ao meu melhor amigo de infância

Dedico esta carta carregada de lamento e dor só para ti, já que foste o único a estar comigo desde o início, e agradeço-te com profunda e imensa gratidão, Romeu. O governo mete as suas mãos ensanguentadas na boca do povo que grita pela revolução e é por isso que estou aqui. Promete-me que nunca vais deixar que a tirania e a ditadura te metam num lugar como este, Romeu. A tortura constante, os interrogatórios sem fim, as duas horas que tenho para refletir e pensar nos nossos momentos matam-me lentamente de dentro para fora. Estas paredes sem emoção pintadas com o nosso sofrimento enchem-me de raiva e angústia. As centenas de mulheres que estão aqui, ausentes nas vidas dos seus maridos, filhos, pais... Cada lágrima derramada no chão representará mil gritos de vitória quando este pesadelo acabar.

Sempre foste o meu melhor amigo, desde aquele momento que te conheci na escola, até ao momento em que fui tirado dos teus braços. Desejo poder pintar-te em todas as paredes deste estabelecimento prisional com o meu sangue, Romeu. Nunca irei desistir de sair deste inferno que marcará deveras a minha mente e cada segundo que passa é mais uma memória nossa que se perde nos arredores solitários e quietos daqui.

Irei fazer-te uma promessa vinda do fundo do meu coração, companheiro: quando acabar a tortura incessante, o povo abrirá as suas asas e voará para um futuro onde a liberdade permanece. E eu estarei logo a «voar», só e somente só para ti, Romeu. És aquela única luz que vejo na minha mente quando todas as outras querem ser apagadas. E tu fazes com que a minha mente brilhe como nunca brilhou. Por favor, nunca percas esse detalhe tão especificamente magnífico teu, deixar-me-ias cheio de mágoa.

O meu último desejo é que tu consigas ser uma das primeiras vozes a gritar pela independência e liberdade, para que todos dentro destas «prisões da língua» possam voltar aos seus familiares e amados. Eu confio em ti, Romeu. Trazendo muitas mágoas e misérias pelo caminho, o teu parceiro mais fiável e humilde.

Salvador Amaral

Duarte Almeida, 9.º D

A DANÇA DE ABRIL

Em Abril, a brisa soprou suave
Despertando os corações em festa.
No Seixal, a coragem se fez chave
Abrindo portas, a dor já não resta.

Cravos vermelhos nas mãos do povo,
Símbolos de amor, de luta e união.
Gritámos por liberdade, um novo renovo
A esperança brotava em cada canção.

As vozes se uniram em um só clamor
Contra as correntes que nos
aprisionavam.
Na dança da vida, deixámos a dor
E juntos sonhámos com o que
almejavamos.

As ruas vibravam com risos e sonhos
Histórias de luta que não se apagaram.
Nos olhos brilhantes, não havia
tristonhos
Só o brilho da paz que conquistámos.

O Seixal foi palco de um grande
despertar
Um hino à liberdade que ecoa no ar.
A revolução vive em cada coração
E Abril é lembrado como nossa canção.

Aline Buala, 9.º D

NOS VENTOS DE ABRIL

Em Abril, o sol nasceu radiante
Cores de cravos no ar flutuante.
O povo unido em marcha a cantar
Desejos de liberdade a ecoar.
No Seixal, o sonho despertou
A corrente da dor se quebrou.
Lágrimas secas, sorrisos surgindo
Um novo futuro, esperançado e lindo.
As vozes gritavam por justiça e paz,
A história mudava, não voltava atrás.
Os homens e mulheres de coragem e fé
Desafiando a sombra que o tempo
trazia até.
Os tanques parados, as armas caladas
A liberdade dançava em jornadas.
O povo nas ruas, com cravos na mão
Um grito de amor pela nação.
E assim se fez história em cada coração
Um Abril eterno na nossa canção.
Do Seixal ao mundo, a mensagem
de união:
A luta continua pela nossa razão.

Aline Buala, 9.º D

A MINHA AVÓ CONTOU-ME...

O meu nome é Raquel e entrevistei a minha avó, que nasceu em 1948, no tempo em que Salazar ainda estava no comando do país. Eis o que ela me contou:

A minha avó viveu em Amarante boa parte da vida com a família: mãe, pai e irmãos, ao todo eram 10. Tinham uma qualidade de vida muito má. Ela foi à escola até aos 10 anos e, nesse meio tempo, já trabalhava a guardar vacas e ovelhas. Quando fez 10 anos deixou a escola e começou a trabalhar no campo junto com o resto da família, fazendo ela 300 escudos por ano. De toda a família apenas Eduardo, um dos irmãos, não trabalhava na agricultura, pois foi servir na guerra colonial (Angola) aos 21 anos (voltando vivo da guerra).

Veio para o Seixal aos 23 anos, em 1971, para ter melhores condições, algo que não conseguiu.

Relatou que as diferenças entre o tempo de Salazar e depois da sua morte foram muito poucas, pois a vida continuou muito difícil e sem a liberdade que esperava.

E foi o que a minha avó me contou sobre o tempo da sua infância e juventude, em que, certamente, tudo era diferente de hoje em dia.

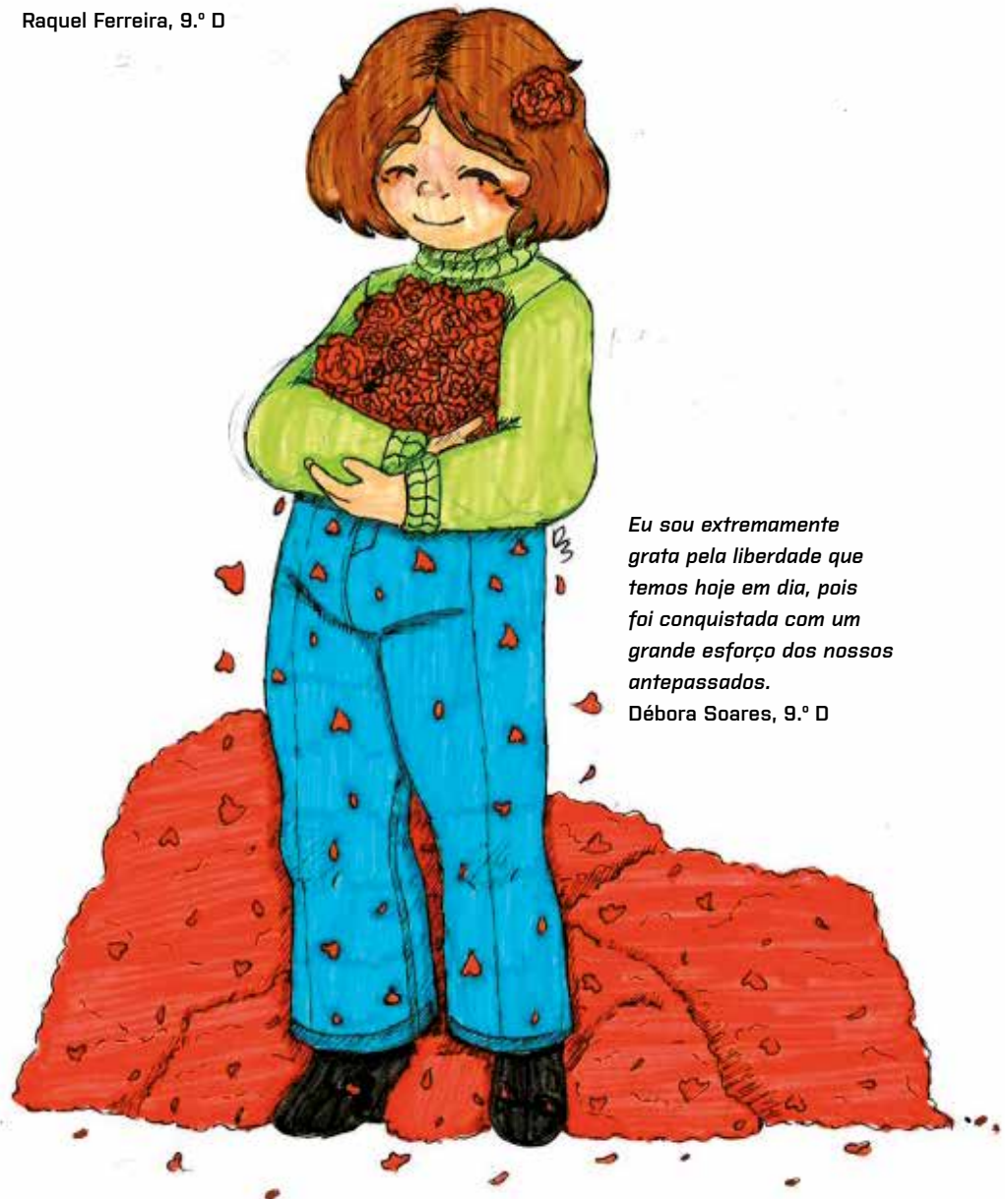
Raquel Ferreira, 9.º D

Durante o 25 de Abril de 1974, a minha avó estava em Moçambique. Ela vivia num prédio militar, já que estava relacionada com as forças armadas, isso porque o marido e o irmão estavam alistados na guerra. Era doméstica nessa altura.

Em junho de 1975, voltou para Lisboa e veio para o Seixal. A minha avó notou grande diferença entre o seu local de nascimento e o Seixal, com tantas características e culturas diferentes.

A sua história mostrou-me as mudanças e adaptações a que muitos portugueses tiveram de se submeter ao passar a vida nas colónias e voltar para Portugal após o 25 de Abril.

Rodrigo Pereira, 9.º D



Eu sou extremamente grata pela liberdade que temos hoje em dia, pois foi conquistada com um grande esforço das nossas antepassadas.

Débora Soares, 9.º D

ENTREVISTAS

COMO ERA A ESCOLA NO ESTADO NOVO?

Os alunos da Escola Básica da Cruz de Pau realizaram entrevistas sobre o ensino durante o Estado Novo. Tiveram oportunidade de entrevistar uma professora aposentada, com 92 anos, que lecionou durante o

Estado Novo. Entrevistaram também uma aluna e um aluno que frequentaram a escola antes do 25 de Abril. Os alunos adoraram fazer estas entrevistas e chegaram à conclusão que a escola de hoje é totalmente

diferente da escola daquela altura. Ficaram impressionados pelos castigos a que estavam sujeitos os alunos, bem como com o rigor e o controlo exercidos pelo regime vigente. Viva a liberdade!

PARA OS ALUNOS

MARIA CLEMENTE, 66 ANOS, DE LISBOA

Quais eram as regras e disciplinas mais rígidas que tinham de seguir?

O silêncio absoluto; não fazer perguntas e só responder quando questionadas; aquando da realização de avaliações, as alunas tinham de se colocar de costas umas com as outras e estar ao mesmo tempo viradas para a frente.

Como era o ritual de entrada na sala?

A entrada era feita de acordo com o número que se tinha na turma, nas secretárias de madeira para duas alunas. Depois de as alunas estarem sentadas, colocavam-se de pé, segundo as ordens da professora e recitavam o texto religioso ave-maria.

Havia castigos na escola?

Havia sim. As alunas eram colocadas no canto da sala de aula viradas para a parede; levavam reguadas por não saberem responder corretamente às perguntas, ou por mau comportamento.

Os meninos e meninas estudavam juntos ou separados? Os recreios como eram?

As escolas eram separadas, assim como os recreios. O edifício era o mesmo, mas dividido ao meio, de um lado as meninas, e de outro os rapazes.

Como era a relação entre alunos e professor?

Era uma relação baseada no medo e temor na escola primária.

FILIPPE INÁCIO DE JESUS, 84 ANOS, DE SÃO ROMÃO – ALCÁCER DO SAL

Quais eram as regras e disciplinas mais rígidas que tinham de seguir?

O hino nacional, a religião católica e um civismo forte.

Havia castigos na escola?

Se sim, como eram aplicados?

Sim, havia castigos, como usar orelhas de burro à janela e levar reguadas pelo mau comportamento.

Como era a relação entre alunos e professor?

Com muito respeito, carinho e amizade.

Alunos do 8.º F

PARA OS PROFESSORES

MARIA DA GRAÇA LAMEIRAS PORTELA FERNANDES, 92 ANOS, DE VILA NOVA DE GAIA

Havia muitas diferenças nas aprendizagens de hoje e de ontem? Quer enumerar algumas?

Havia. O recurso à memorização como base principal do ensino; o uso de régua e palmatórias como castigo, assim como de outros castigos corporais e psicológicos, como, por exemplo, obrigar um aluno a ficar à janela da sala de aula, usando umas orelhas de burro, feitas em papel. A distinção entre raparigas e rapazes: ensinava-se coisas diferentes a uns e a outros, as raparigas estudavam menos tempo.

A seletividade: só alguns é que podiam estudar, normalmente os filhos de famílias com melhores condições financeiras.

Tanto alunos como professores tinham que usar uma bata branca por cima da roupa para «esconder as diferenças sociais». Para cada ano/disciplina, havia um livro único que continha elogios ao regime. Era obrigatória a frequência da Mocidade Portuguesa, que funcionava aos sábados e consistia em exercícios militares. As salas de aula tinham um crucifixo e as fotografias dos governantes penduradas nas paredes.

Como eram as metodologias de ensino aplicadas na época?

O professor explicava, os alunos ouviam e reproduziam.

Deviam responder nos testes o que o professor tinha dito ou o que estava escrito no manual o mais exatamente que fossem capazes.

Sentiu alguma pressão do governo em relação ao conteúdo que deveria ser ensinado?

Senti pressão, todos nós sabíamos que havia elementos da PIDE (a polícia política) infiltrados nas escolas, normalmente disfarçados como funcionários. Essas pessoas espiavam-nos, ouviam o que se dizia sobre os professores e as suas aulas, e se um de nós se atrevesse a falar de assuntos proibidos, teria sérios problemas.

Quais eram as maiores dificuldades que os professores enfrentavam no seu dia a dia?

Variava de escola para escola. No meu caso era a pobreza de alguns alunos. A minha escola estava rodeada por bairros de barracas, por isso, poucos alunos conseguiam frequentar a escola, mas esses vinham muitas vezes sem terem o mais básico (casacos, sapatos, etc.).

Alunos do 8.º F

DITADURA? NEM PENSAR!

A BRINCADEIRA NÃO É BEM-VINDA!

E jogar à bola na rua, podemos?

Nem pensar! Nesse tempo não se podia jogar à bola sem ser no campo. Também não era permitido mais do que três pessoas se juntarem a conversar porque podiam ter ideias diferentes do governo.

Ao menos podiam namorar?

Nem pensar! Só se os pais estivessem a ver. Também não podiam andar de mãos dadas, nem dar beijinhos pela rua.

Ao menos podiam vestir o que queriam?

Nem pensar! As meninas não podiam usar minissaia, nem biquíni. Havia a PIDE, que fiscalizava todos os teatros, jornais, textos e canções antes de serem publicados.

O professor vai entrar na sala.

Todos a levantar e a rezar ave-maria!

No tempo da ditadura quando o professor entrava na sala de aula todos tinham de rezar e cantar o hino nacional. Em todas as salas havia um quadro com o retrato de António de Oliveira Salazar (chefe do governo) e uma cruz de Cristo. Era obrigatório usar bata.

No tempo da ditadura as crianças na escola eram castigadas e humilhadas com orelhas de burro e a menina dos cinco olhos.

Os rapazes e as raparigas andavam em escolas separadas.

As aulas terminaram, vamos brincar!

Nem pensar! Temos trabalhos para fazer, dar comer ao gado, apanhar batatas e levar lenha para o fogão. Há pouco tempo para brincar e os brinquedos são de pano ou com coisas que encontramos.

No tempo do Estado Novo, os direitos das crianças de brincar, ter uma alimentação equilibrada, estudar e tantos outros não eram cumpridos.

Quando é que vamos de férias?

As crianças não tinham férias com os pais, aliás, os pais trabalhavam desde antes de o sol nascer até a lua aparecer. Noutros casos, as mulheres não podiam ter um emprego, ficavam a tomar conta dos filhos e a cuidar da casa. Ficavam totalmente dependentes financeiramente dos maridos ou pais.

DITADURA? NEM PENSAR!

Todos os alunos da turma SA/4.º

Prof.ª titular Ana Lucrécio



LIBERDADES

Para dar a conhecer a realidade de Portugal antes do 25 de Abril, o departamento de Educação Pré-Escolar recorreu à história «O Tesouro», de Manuel António Pina, e ao vídeo «25 de Abril, Revolução dos Cravos, Cantação de histórias». O departamento recolheu também os depoimentos das crianças e propôs a realização de registos gráficos, tendo sido elaborado um painel que retrata o antes e o depois do 25 de Abril.

Pré-escolar do Agrupamento Terras de Larus

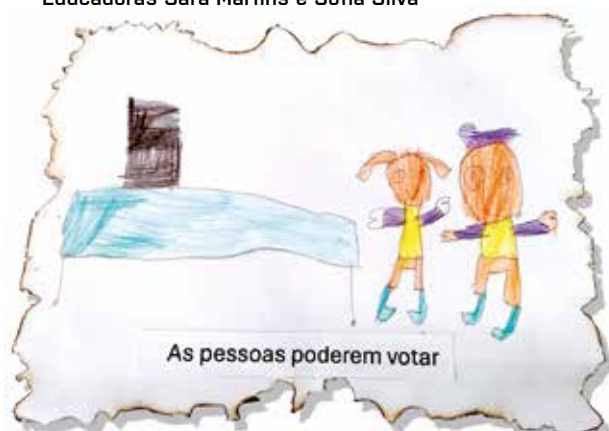


O TESOURO DA LIBERDADE

O departamento do pré-escolar realizou um projeto sobre o 25 de Abril que teve como principal objetivo levar as crianças a perceberem o tema da liberdade, no contexto do 25 de abril. Das atividades planeadas surgiu a ideia da visualização de imagens, fotografias, vídeos e da exploração da história «O Tesouro». Após estas atividades, iniciámos o diálogo sobre o tema da liberdade e do que perceberam sobre o 25 de Abril, do qual surgiram diversas palavras que originaram uma poesia e várias ilustrações sobre o tema. O baú simboliza o tesouro que é a liberdade.



Jardim de Infância da Cruz de Pau, Salas PA/PB
Educadoras Sara Martins e Sofia Silva



SER LIVRE

A turma 4.º B da Escola Básica da Quinta de Santo António foi à biblioteca escolar, onde participou numa atividade sobre liberdade. No final, tivemos oportunidade de ilustrar as nossas ideias num mural.

Descobrimos que ser livre é mais do que fazermos o que nos apetece.

Ser livre é:
fazer o que se gosta;
podermos dar a nossa opinião;
podermos lutar pelos nossos direitos;
podermos fazer as nossas escolhas; não ter barreiras.

Escola Básica da Quinta de Santo António, 4.º B, Prof.ª Lúcia Costa



LIBERDADE

Somos todos uma família.
Família gigante.
Gigante é o nosso amor.
Amor é carinho.

Liberdade, o que é?
A liberdade é ser livre.
Ser livre também é crescer.
Crescer feliz e saudável.
Saudável para viver feliz.
Feliz e ter paz.
Paz e ser bondoso.
Bondoso e ser amigo.
Amigo e corajoso.

O que é ser corajoso?
Corajoso é ter liberdade.
Liberdade é também saber ler.
Ler e estudar muito.

Estudar muito para ter boas notas e bons amigos.
Amigos dão ajuda.
Ajuda é preciso.
É preciso ter liberdade.
Liberdade é urgente!
Urgente para viver.
Viver é ter liberdade.
Liberdade na nossa localidade, no país e no mundo.

Escola Básica dos Foros de Amora, 3.º B
Prof.ª Carla Mata





SEIXAL, CONCELHO CRIATIVO

O Seixal tem mudado e evoluído ao longo dos anos. Mas, mais do que isso, tem sido palco de uma transformação cultural e social que reflete a liberdade de expressão e a criatividade oferecida aos seus habitantes. E há muito para aproveitar aqui!

No Seixal promove-se a arte, a cultura, a criatividade. A interação entre os criadores e o público traz as pessoas para o centro da cultura local e conecta-as com o que está a ser criado no concelho.

São várias as iniciativas dedicadas aos jovens que permitem que todos se expressem livremente e partilhem as suas ideias em diferentes áreas como o teatro, o cinema ou a música.

O Seixal Criativo é um bom exemplo da aposta no empreendedorismo e nos jovens que queiram desenvolver os seus projetos no domínio do design, da tecnologia ou da informática.

Outro grande exemplo de liberdade no Seixal são os espaços e equipamentos públicos que têm vindo a ser desenvolvidos, desde novos parques e zonas de lazer, até centros culturais, o concelho tem apostado em ambientes acessíveis para toda a população. O Fórum Cultural do Seixal é mais um exemplo, com uma programação variada para todos os gostos, como exposições de

arte contemporânea, teatro, cinema e concertos. São múltiplos os eventos ilustrativos de como o Seixal tem incentivado as novas gerações a usarem a arte como forma de se expressarem e de criarem laços com a sua comunidade. A nossa Escola Básica Carlos Ribeiro mantém o projeto I'm a Rock Star, desde 2010, apoiado pela autarquia desde o seu início. Só com este apoio tem sido possível congregiar os meios técnicos necessários para montar espetáculos que juntam em palco cerca de 100 elementos, de várias gerações, ano após ano.

Além disso, o concelho oferece diversas iniciativas desportivas, construindo ciclovias e áreas para praticar atividades ao ar livre. É a liberdade de se mover e de aprimorar a saúde. A promoção do desporto ao ar livre, em espaços como o Parque da Liberdade, incentiva os cidadãos a adotar um estilo de vida mais saudável e ativo, ao mesmo tempo que os conecta com a natureza.

O Seixal tem vindo a crescer e a mudar, mantendo a sua identidade, mas com o olhar no futuro. É um concelho onde a liberdade de criar, de se expressar e de viver de forma saudável é uma prioridade.

Nesse sentido tem investido em programas de inclusão para jovens, pessoas

com deficiência e idosos, criando uma comunidade mais unida e acessível. O Seixal não só celebra a liberdade individual, como também promove

um ambiente coletivo onde todos têm as mesmas oportunidades para crescer, aprender e viver de forma plena.

Marta Borges, 9.º F



Iris Rocha, 9.º F

A Visão da Liberdade O OLHAR DE QUEM VIVEU A REVOLUÇÃO NO SEIXAL

O Seixal viveu muita coisa antes e depois do 25 de Abril, tanto política como socialmente. Tive a oportunidade de entrevistar um munícipe reformado que trabalhou na polícia no Seixal antes e depois da revolução, conheceu duas realidades muito distintas e vivenciou todo este processo que foi o desenrolar da liberdade. A pessoa entrevistada prefere não ser identificada e nós vamos respeitar esse pedido. É uma honra poder entrevistar uma pessoa como o senhor, cheia de histórias para contar! O 25 de Abril de 1974 foi um dia histórico.

O que sentiu ao vivenciar essa revolução da liberdade?

Eu é que agradeço poder compartilhar as minhas histórias. Ah, aquele dia... foi um misto de emoções. Eu ainda estava ao serviço na polícia e nem sabia bem o que estava a acontecer a princípio. Só sentia o clima tenso e a dúvida no ar. Mas, à medida que as horas passavam, percebi que algo grande estava a acontecer. O país finalmente ia mudar, todos nós que estávamos lá sabíamos que íamos viver algo histórico, algo que nos daria a liberdade que sempre ansiávamos, e assim foi.

Como era o Seixal antes dessa revolução?

Quais eram as principais dificuldades que as pessoas enfrentavam na época?

O Seixal, antes do 25 de Abril, era um lugar muito diferente. As pessoas viviam com medo e estavam subjugadas. Havia pouca liberdade para se expressarem e, muitas vezes, não podiam lutar pelos seus direitos. As dificuldades estavam em todo o lado: a falta de trabalho, a censura e a repressão constante. O povo tinha medo de se fazer ouvir e as condições de vida não eram as melhores.

E como está o Seixal, na sua opinião?

Hoje em dia o Seixal está muito diferente. Tem evoluído bastante, com mais oportunidades e mais liberdade para todos. A cidade cresceu muito, tem mais infraestruturas, mais escolas, mais serviços para a população e mais oportunidades para os jovens. Mas o importante é que as pessoas têm agora voz, podem-se organizar e lutar por mais direitos, e isso é a maior conquista.

Durante o regime de Salazar, sente que o seu trabalho como polícia era muito diferente do que foi depois de Abril?

A que tipo de pressão estava sujeito?

Sim, sem sombra de dúvida. O trabalho era bem mais complicado. Não era um trabalho como o de hoje, onde podemos agir com mais liberdade. Naqueles tempos, a nossa principal função era manter a ordem imposta pelo regime, muitas vezes sem questionar. Havia muita pressão para sermos «fiéis» e também uma grande pressão para controlar o povo e garantir que não houvesse manifestações ou protestos contra o regime. Para quem trabalhava na polícia, como eu, era um peso constante.

Após o 25 de Abril, a liberdade foi conquistada. Mas acha que hoje o Seixal, e Portugal, já alcançaram totalmente a liberdade pela qual tanto lutaram, ou ainda há aspetos a melhorar?

A liberdade, sem dúvida, chegou, mas não posso dizer que tudo está perfeito. O Seixal, assim como o resto de Portugal, tem mais liberdade do que nunca e as pessoas podem expressar-se como querem.

Mas, a meu ver, ainda falta garantir que todos tenham as mesmas oportunidades e direitos. A igualdade, por exemplo, continua a ser uma luta.

A liberdade política é mais do que apenas poder falar, é também garantir que todos têm as mesmas condições de vida e podem viver sem medos.

O caminho está feito, mas ainda há muito por fazer.

Como é que o senhor vê a liberdade que temos hoje? Acha que as gerações mais novas dão valor suficiente a tudo o que foi conquistado?

Hoje vejo a liberdade como um bem precioso, algo que deve ser protegido todos os dias. A geração mais jovem tem um mundo totalmente diferente do que eu vivi e, por isso, acho que às vezes não valoriza o quão difícil foi conquistar esta liberdade. Nasceram num mundo onde podem falar, lutar pelos seus direitos, mas muitas vezes esquecem que isso foi conquistado com muito sacrifício. Acho que devemos ensinar às gerações mais novas o que aconteceu, para que não percam o respeito e a luta por aquilo que temos hoje.

Íris Rocha, 9.º F



Mafalda Marrucho, Matilde Martins, Tiago Dias, 8.º A



Camila Pina, Inês Fernandes, Rafael Fernandes, 8.º A

NÃO ESCOLHER TAMBÉM É UMA OPÇÃO

«O homem é condenado a ser livre. Condenado porque ele não se criou a si mesmo, e livre, pois, uma vez lançado ao mundo, é responsável pelos seus atos», Jean-Paul Sartre, filósofo francês (1905-1980).

Os humanos estão condenados a escolher, não possuem outra opção.

Ao absterem-se, por exemplo, de votar para o representante máximo da sua nação, estão a consentir com a opinião da maioria, pois «quem cala, consente»,

permitindo assim que os ideais da população majoritária avancem, mesmo que não sejam os seus valores pessoais.

Tudo é uma escolha, até as pequenas decisões que tomamos diariamente. Por exemplo, podemos preferir gastar todo o montante que recebemos, ou, em vez de gastar, escolher guardá-lo para garantir que possuímos alguma quantia de dinheiro no futuro.

Não somos predefinidos para agir de um certo modo, como as máquinas, e

utilizamos a razão (somos os famosos animais racionais), ao contrário dos outros seres vivos. Tais fatores permitem que sejamos capazes de pensar, compreender o meio que nos rodeia e agir de acordo com os nossos princípios.

É necessário notar que, apesar de sermos afetados pelo ambiente em que estamos, o meio externo não nos afeta tanto como o interno e, consequentemente, aquilo que pensamos, dizemos e fazemos é singularmente nosso e ape-

nas nós podemos decidir como agir em relação a isso. Temos o poder de traçar os nossos destinos através das nossas inevitáveis escolhas, portanto, temos de ter consciência que podemos escolher criar um mundo melhor, ou destruir ainda mais o que nos rodeia.

A parte mais interessante de sermos nós a tomar as decisões é que o futuro do mundo está nas nossas mãos.

Mariana Galego, 9.º G



Duarte Ribeiro, Simão Vital, Tiago Capelo, 8.º A



Daniel Serrano, Leonardo Ferreira, Mara Pires, 8.º A

ESCOLHER É UM ATO DE CORAGEM

Durante a nossa vida, no dia a dia, deparamo-nos com uma infinidade de situações que exigem escolhas, umas mais, outras menos importantes. O ato de escolher mostra a nossa liberdade e singularidade.

Somos livres de fazer as nossas escolhas e de seguir o caminho que queremos para as nossas vidas. Escolher é um ato de coragem, porque, muitas vezes, as nossas escolhas apresentam riscos e consequências, deixamos para trás inúmeras oportunidades, mas abrimos caminho para outras.

Quando escolhemos devemos fazê-lo de maneira consciente, ter em atenção quem nos rodeia. As nossas escolhas não podem prejudicar os outros. A empatia também faz parte de escolher. Por isso é que não escolher também é uma opção. Às vezes decidimos não escolher porque temos medo, receio ou insegurança. Por um lado, não escolher é deixar que outros escolham por nós. Em situações de insatisfação ou injustiça, não escolher e guardar a angústia não é bom. Não escolher pode pôr em causa o poder e o controlo que temos

sob a nossa vida. Por outro lado, escolher pode ser, em determinadas ocasiões, a melhor escolha a fazer. Quando temos incertezas, o melhor é observar todas as implicações que a nossa decisão trará para o nosso futuro. O tempo também nos pode ajudar. Portanto, quando escolhemos devemos colocar-nos algumas questões:

«Devo evitar esta situação?»

«Vou sair beneficiada?»

E quem está à minha volta?»

«Estou a respeitar-me?»

Ter em conta as respostas que obtemos ajuda-nos a fazer a escolha certa, incluindo quando decidimos não escolher.

Escolher é uma virtude. Em Portugal temos a sorte de ter essa liberdade. Não escolher não é sinónimo de fugir dos problemas, apenas nos ajuda a refletir sobre as oportunidades que vamos conquistar ou deixar para trás.

É importantíssimo aprender a escolher... ou a não escolher!

Maria Inês Almeida, 9.º G

HÁ LIBERDADE NA ESCOLA

Na escola da Quinta da Cabouca temos sempre direito a aprender. Também possuímos o direito de brincar à vontade, mas sem perturbar os outros colegas ou auxiliares. Os auxiliares e os professores tratam-nos sempre bem. Sempre que nos sentimos cansados ou doentes, as auxiliares tratam de nós e ligam aos nossos pais. Temos sempre oportunidade de expressar a nossa opinião sobre qualquer assunto. Quando temos dúvidas, metemos o dedo no ar e a professora explica até nós entendermos a matéria. Se tivermos dificuldades de aprendizagem, temos sempre a professora do apoio que nos ajuda a esclarecer as nossas dúvidas. Na escola, quando vamos almoçar, temos sempre uma refeição boa e saudável, com sopa, prato de carne ou peixe e fruta.

No ATL, as monitoras ajudam-nos a fazer os trabalhos de casa. Também cuidam de nós e são muito carinhosas e engraçadas. Às vezes fazemos jogos divertidos com a nossa professora. Quando se realizam festas temáticas, como o Carnaval, Dia das Bruxas, Magusto, nós fazemos jogos e expressões plásticas relacionados com o tema da festa. Na escola temos xadrez, inglês e a disciplina Mais Descoberta. Ajudamos as cozinheiras, plantamos legumes e frutos para a nossa alimentação. Somos uma família que vive em liberdade!

Carolina Silva
Madalena Simões, 4.º A
EB da Quinta da Cabouca

A LIBERDADE DA ESCOLA

Na escola eu aprendo
Com os meus amigos, a brincar
Os professores entendendo
E ajudam-me a estudar

Quando estou sem perceber
Não fico a desesperar
Os professores vêm a correr
Sempre prontos a ajudar

Tenho liberdade para me expressar
E dar a minha opinião
Sem ninguém a gozar
Senão perdem a razão
No recreio gosto de brincar
Mas não há muitos brinquedos
Mas dá para esperar
Sem escalar os arvoredos

Na horta adoramos cultivar
Tivemos liberdade para escolher
o que semear
Sementes de legumes vamos comprar
E na horta plantar

Quando há visitas de estudo
Eu fico a saltitar
Porque sempre aprendo tudo
E posso registar

Na Quinta da Cabouca sabemos reciclar
Com materiais reutilizáveis construir
Tudo o que der para imaginar
Com a liberdade a surgir

Joana Gorgulho, 4.º A
EB da Quinta da Cabouca

A AUTORA MAIS NOVA QUE JÁ VI

Petra Beato visitou a minha escola

Ontem veio uma autora à minha escola falar sobre um dos livros que escreveu. O seu nome é Petra Beato e só tem 13 anos. Esta autora já escreveu 15 livros, ainda que só alguns estejam publicados. A sua coleção mais conhecida é «As Aventuras da Leonor no Colégio de Santa Isabel». A coleção já tem cinco livros publicados, mas a autora está a escrever o sexto. A Petra é uma jovem de 13 anos, que escreve e ilustra os seus próprios livros: uma coisa que poucas pessoas da sua idade têm capacidade para fazer.

Ela contou-nos que quer continuar a coleção até que a sua personagem chegue ao décimo segundo ano. Ela também nos disse que escreveu o livro nas férias do sexto ano e que, ao passar por um cartaz da editora Cordel D'Prata, arriscou e contactou com eles para editarem o seu livro.

A resposta não poderia ser mais animadora. A editora publicou a sua obra e podem encontrar o seu último livro em lojas como a Fnac, Wook e Bertrand.

Joana Ferreira, 6.º J



LUZ PROTETORA

Se a chuva cai e o vento assobia
O colo de um amigo me dá alegria.
O teu abraço protetor
É o meu refúgio, o meu calor.

Enquanto uns são discriminados,
Outros são agraciados.
O mal está nos olhos de quem vê.
Felizmente, uma luz me ilumina.

Beatriz Severino
Vicente Guerreiro, 8.º A

SEGURANÇA

A segurança é um abraço
nos dias de violência
É uma mão amiga
nos dias de dormência.

A segurança é como uma âncora
que nos protege da tempestade,
que traz proteção
ao nosso pobre coração.

Gabriel Lopes
Maria Paio, 8.º A

INCLUSÃO

Abre os braços à diferença!
Todos devemos acolher.
Integrar e respeitar
É o que devíamos fazer.

No mosaico da vida
Todas as peças são importantes
Nenhuma pode ser excluída,
E assim em harmonia
Fazemos uma bela sinfonia.

Duarte Reis
Leonor Castro, 8.º A

A LIBERDADE DE EXPRESSÃO

Falar à vontade
É dizer o que penso
Sem da sombra ter medo,
Sem manter o silêncio.

A voz é minha,
Ninguém a vai calar!
Porque é com palavras
Que o mundo posso mudar!

Martim Pereira
Rodrigo Martins, 8.º C

UNIDOS NA DIFERENÇA

Tolerância é entender
Que todos têm o seu lugar.
Respeitar o que é diferente
E juntos podermos mudar.

Aceitar as diferenças,
Faz-nos crescer em união.
Com respeito e paciência
Construímos um mundo
de compreensão.

Sara Marciano
Gustavo Costa, 8.º C

A DIGNIDADE

A dignidade é
O respeito pelos outros
Que a todos engrandece
E que a humanidade merece.

Quem age com dignidade,
Caminha de mãos dadas com o sol,
Sem precisar apagar
O brilho da sociedade.

Cada gesto de respeito
É um tijolo num castelo,
Erguendo conscientemente
Um mundo de paz e fraternidade.

Beatriz Rolo
Xavier Martinho, 8.º C



Simão Veloso, 8.º E



Gabriel Castanho
8.º E

UM CONCELHO DE LIBERDADE

Ser livre consiste no direito e possibilidade de ter livre-arbítrio e de não ser oprimido pela mão de outros. Ser livre é poder ser independente e único. Na mi-

nha opinião, a liberdade é amplamente exercida no concelho do Seixal. No nosso concelho somos livres, pois podemos-nos juntar em reuniões mu-

nicipais, feiras ou eventos públicos e isto é o direito à associação (art.º 20 da Declaração Universal dos Direitos Humanos).

Além disso, temos direito à instrução, já que o acesso ao ensino é fácil, pois existem escolas em todas as freguesias desde o pré-escolar ao décimo segundo ano, gratuitas e adequadamente equipadas, onde adquirimos os ensinamentos necessários para a vida profissional e pessoal, direito referido no art.º 26.

Também temos direito à cultura, direito que nos permite ser livres quanto ao que consumimos intelectualmente sem que sejamos julgados ou castigados por tal, e existem eventos de promoção cultural, como feiras de leitura e eventos de música. Poder escolher a cultura é um direito que nos assiste (art.º 27). Em suma, não faltam condições para ser livre neste concelho e todos temos os mesmos direitos e deveres, apenas temos de respeitar os outros, por isso é tão importante que na escola se fale sobre a Declaração Universal dos Direitos Humanos.

Guilherme Janeiro, 8.º A



POEMAS

SEIXAL, LIBERDADE

No Seixal, terra de mar,
Onde o Tejo dança sem parar,
O 25 de Abril chegou,
Com liberdade que o povo cantou.
Nos campos e ruas, o grito ecoou,
A opressão, a dor, enfim cessou.
E no Seixal, com força e união,
A Revolução plantou a razão.
No coração do povo, ficou gravado,
O sonho de um Portugal renovado.
O Seixal celebra, com alma e paixão,
A vitória da liberdade, da democracia,
Na nação.

Matilde Franco

O CAMINHO PARA ENSINAR O QUE É A LIBERDADE

Plantar árvores, sonhar um futuro,
No Seixal fez florescer,
Alfredo dos Reis Silveira, seguro
Sempre pronto a vencer.

Veio a mordança, a força bruta,
A ditadura que o tentou calar,
Mas a sua raiz, forte e absoluta,
Nunca deixará de germinar.

Helena Duican e Tomás Maia

SEIXAL, TERRA LIVRE

Seixal, onde o rio espelha o céu,
onde a brisa conta histórias antigas,
barcos deslizam num vaivém fiel,
levando sonhos em águas amigas.

No bater das ondas contra o cais,
ecoam vozes de quem lutou,
gente que nunca se dobra mais,
pois a liberdade aqui ficou.

Dos moinhos à calçada antiga,
das marés ao povo audaz,
há um fogo que nos liga,
um coração que bate em paz.

E assim, entre a terra e o mar,
Segue o Seixal sem se deter,
Livre para sempre voar,
Livre para sempre viver.

Helena Duican e Tomás Maia

A LIBERDADE E O SEIXAL: O LEGADO DE ALFREDO DOS REIS SILVEIRA

O Seixal sempre foi uma terra de coragem e mudança, e um dos seus grandes nomes na luta pela liberdade foi Alfredo dos Reis Silveira.

Construtor naval de profissão, destacou-se na política ao juntar-se ao Partido Progressista. Tornou-se o primeiro presidente da Câmara Municipal do Seixal após a implantação da República Portuguesa, no período da I República (1910-1926), que colocava o povo e a sua educação no centro do debate político e social.

O seu compromisso político com a comunidade deu-lhe protagonismo na celebração do Dia da Árvore, celebrado pela primeira vez em Portugal em 1907, reforçando a importância da natureza

na vida das pessoas. A iniciativa teve origem no Seixal e mostrou que a liberdade também se cultiva, tal como se planta uma árvore: com paciência, força e esperança.

Contudo, com o golpe militar de 1926, a democracia foi sufocada e Alfredo dos Reis Silveira afastou-se da vida política. A liberdade pela qual tanto lutou foi interrompida, mas o seu legado permanece.

Hoje, o Seixal continua a ser um símbolo de resistência, onde as raízes da liberdade são visíveis e muito celebradas. A nossa escola ao escolher para patrono o nome de Alfredo dos Reis Silveira assume como compromisso os ideais republicanos que defendem a aprendi-

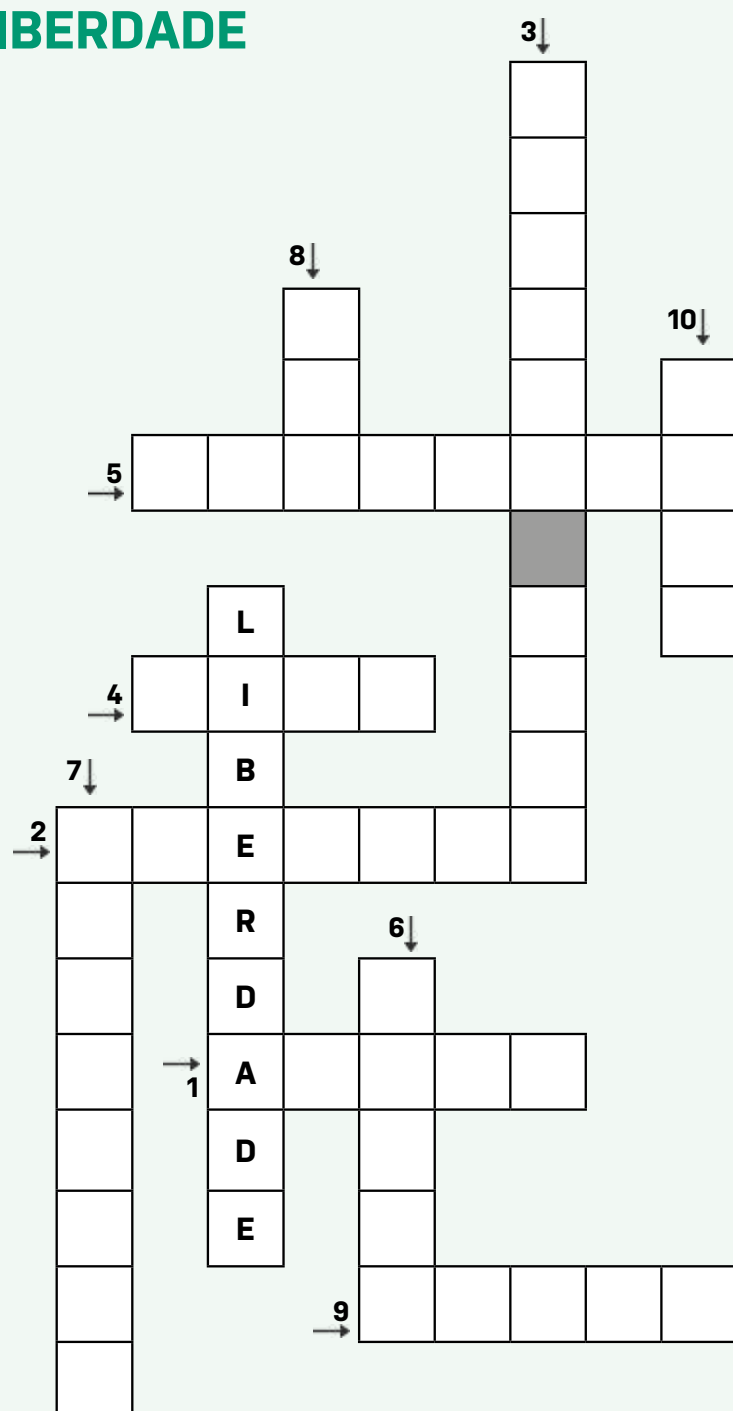
zagem de competências ao nível do ler, escrever e contar em paralelo com as preocupações relativas à interiorização, por parte dos futuros cidadãos, dos valores laicos e patrióticos associados ao republicanismo, isto é, a escola torna-se o lugar privilegiado para a formação dos cidadãos.

A nossa escola reforça-se assim pelo ideário republicano ao constituir-se instrumento de educação cívica, promovendo alguns dos principais valores, tais como liberdade, emancipação e solidariedade, contribuindo para a construção de uma sociedade mais perfeita e de melhores dias para todos os alunos.

Helena Duican e Tomás Maia



CRUCIGRAMA LIBERDADE



1 • Mês da revolução da Liberdade e da avenida da Escola Secundária Alfredo dos Reis Silveira

2 • Apelido do presidente do Conselho de Ministros que se rendeu no dia 25 de Abril e foi destituído de todos os seus cargos

3 • Designação do mais longo regime autoritário na Europa Ocidental durante o século XX

4 • Polícia Política do Estado Novo

5 • Canção senha da Revolução

6 • Flor símbolo da Revolução de 25 de Abril

7 • Nome atribuído aos militares que fizeram a Revolução de Abril

8 • Movimento que liderou a Revolução de 25 de Abril

9 • Nome do comandante operacional da Revolução

10 • Apelido do capitão de abril que se destacou no dia da Revolução

Beatriz Castanheira, Bruna Fernandes, Dayane Souza



VOTAR DÁ-NOS LIBERDADE DE ESCOLHA

Para colocar em prática o seu projeto de Cidadania e Desenvolvimento, um grupo de estudantes da ESA reuniu-se com o executivo da Junta de Freguesia de Amora, no dia 21 de janeiro.

No âmbito do domínio Educação Ambiental, um grupo da turma planeou o Green Project, que consiste na plantação de algumas árvores no recinto escolar, com o objetivo de melhorar os espaços exteriores da escola. Este é um dos projetos que a turma vai desenvolver no segundo semestre.

No primeiro semestre, este grupo interessou-se por conhecer as competências da junta de freguesia, para saber se podia pedir ajuda para o Green Project. Ficou a saber que a junta é o órgão executivo responsável pelo Poder Local. Entre outros aspetos, a junta é competente a nível de bens e valores do património da freguesia e é responsável pela administração local, prestando serviços à população, na iluminação, na reparação de passeios, passadeiras para peões, reabilitação de parques infantis, construção de parques caninos e abrigos para gatos, entre outros.

O Poder Local interessa-se pelos problemas próximos e disponibiliza-se a ajudar os jovens, mantendo uma proximidade significativa com os habitantes da freguesia.

Na reunião com a secretária e o presidente da junta, ficámos a saber, por exemplo, que pessoas sem nacionalidade portuguesa poderão votar na sua freguesia e que há um projeto de voluntariado para os jovens. Neste ano de 2025, haverá eleições para a Assembleia de Freguesia, de onde surgem os membros da junta. E também para a Assembleia Municipal e para a Câmara Municipal. Votar dá-nos liberdade de escolha e é importante os jovens exercerem o seu direito de voto.

Na reunião de 21 de janeiro, o presidente da Junta de Freguesia de Amora mostrou-se disponível para ajudar no Green Project através da disponibilização de materiais e mão de obra, da cobertura de despesas, contribuindo desta forma para a aquisição de árvores, por exemplo.

Mostrou-se interessado em participar e contribuir para a execução do Green Project. No dia 11 de fevereiro, recebemos a visita do presidente da junta de freguesia para avaliarmos, em conjunto, o melhor local para a plantação de árvores. Visitámos um espaço no qual não existe qualquer tipo de árvores nem tratamento.

Com este projeto, queremos mostrar também como os alunos podem melhorar o seu recinto escolar, tornando a escola um lugar mais agradável. Com a ajuda proporcionada pela nossa junta de freguesia, estes projetos tornam-se possíveis.

Iara Rodrigues
Maria Mendes
Patrícia Henriques

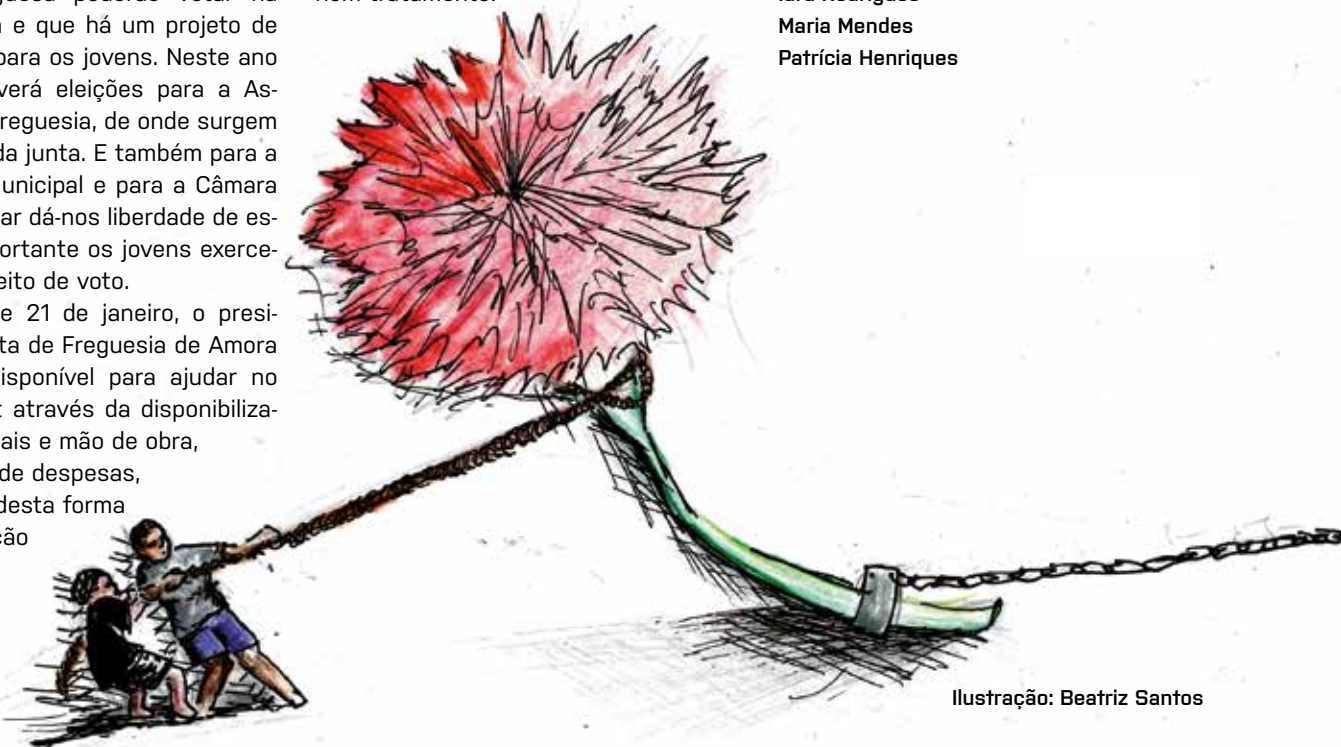


Ilustração: Beatriz Santos

EMIGRAR: PASSO A PASSO, COMEÇAR NOVO CAMINHO

Emigrar é entrar num país que não é o nosso, para lá viver melhor, sabendo que temos que lutar para conseguir um emprego e condições, de maneira a alcançar a tal vida melhor. Temos que conseguir agarrar e aproveitar a mínima oportunidade que alguém nos queira dar.

Emigrar... nós saímos de lá para cá em busca de um futuro melhor. Quando chegámos aqui, tivemos a esperança de saber mais e de conseguirmos abraçar outra cultura. E pronto!

Com muita vontade, com medo e receio, o que aconteceu foi não sermos bem vistos, não sermos aceites, não termos tido os mesmos direitos... tudo isto foram coisas que vivemos. Seremos postos de parte!

Eu comecei num hotel e fazíamos todas as mesmas coisas, mas, no verão, as pessoas «da casa» achavam-se melhores e, por isso, dificultavam a vida: por exemplo, eu fazia os meus quartos e ela fazia os dela, mas era sempre eu que tinha que ir buscar a roupa, porque ela é que sabia e era ela que ali mandava. Aquilo que eu quero dizer é semelhante ao caso da minha colega. No início, a minha mãe trabalhava num lar de idosos. Depois, umas colegas mais velhas consideravam-se as donas da empresa e então mandavam-na fazer tarefas a mais, que não lhe pertenciam fazer. A minha mãe entrava em casa a chorar e isso era muito mau.

A patroa era intolerante e dizia que por ser preta não ia fazer as coisas tão bem. Eu, pelo contrário, fui muito bem recebido aqui e tive o privilégio de ter coisas que não tinha no meu país, talvez porque tinha cá familiares.

Dizia Azarias (pequeno pastor do conto que lemos de Mia Couto *O Dia em Que Explodiu Mbata-Bata*) que «fugir era morrer de um lugar»: se o país que nos recebe criar condições para a nossa educação, saúde e habitação, então estaremos apenas a começar o nosso caminho, passo a passo, o da dignidade.

Eu, que já emigrei três vezes, concordo com a opinião dos meus colegas, que aqui está escrita (em Portugal, o significado das palavras é muito difícil de compreender e de pronunciar, sabe?).

Texto coletivo da turma EFA 1B3
(Educação e Formação de Adultos)
Celeste, Grazielle, Nacaride, Osvaldo,
Sidney, Vicência e Welma

Ilustração: Letícia Rodrigues



OLHARES DO MEDITERRÂNEO

O Mediterrâneo é uma fronteira entre a esperança e o desespero para milhares de migrantes. Foi no festival de cinema Olhares do Mediterrâneo, realizado em Lisboa, no Cinema São Jorge, que tivemos oportunidade de ver curtas-metragens que revelam não somente as perspetivas daqueles que se veem obrigados a atravessar o mar, mas também as barreiras emocionais e culturais que enfrentam.

Mais do que um simples registo visual, o cinema dá voz a quem não tem oportunidade de a ter, mostrando as dificuldades de integração e as barreiras linguísticas que os migrantes enfrentam, assim como a sua luta por um lugar no mundo que nem sempre os acolhe. É perante estas histórias que se torna impossível ignorar que, por trás de cada viagem, existem vidas que não podem ser reduzidas a estatísticas. Há vidas, rostos e vozes que devem ser ouvidas.

Pedro Borralho

ACOLHER

Entrevistámos uma aluna paquistanesa que está há dois anos em Portugal. Este é o seu primeiro ano na escola e, como é comum aos imigrantes, encontrou algumas dificuldades na adaptação. Deixar a vida que costumava levar no Paquistão foi difícil emocionalmente, revelou ela. Quando perguntado o motivo da mudança, respondeu que Portugal era o lugar perfeito para reunir a sua família. A maior dificuldade que enfrenta diariamente é a barreira linguística. Não acha o português difícil, esforça-se para aprender a língua que percebe bem, mas confessa que não se sente confiante para falar. Finalmente, em termos de tradições e celebrações no seu país, citou o Ramadão (um feriado religioso do Islão) e o Carnaval que, ao contrário do costume da cultura Ocidental, é celebrado em casa, «um feriado para passar com a família», segundo as suas palavras.

Letícia Marques

DE LÁ PARA CÁ: A LIBERDADE DE SERMOS DIFERENTES

Nós, os alunos da turma 11.º D, desenvolvemos um projeto de inclusão dos alunos estrangeiros. O projeto consiste em reunir com colegas de outras nacionalidades para entender a diferença entre culturas.

Conversámos com alguns alunos da Índia e do Bangladesh e realizámos entrevistas e convívios. Com uma aluna do Paquistão compartilhamos algumas informações e curiosidades sobre a cultura do seu país, como: culinária, alimentos, roupas, desejos, costumes, também a experiência dela em Portugal, os seus sentimentos sobre esta nova vida, o que ela achou da escola quando chegou, a diferença de línguas e dos desportos.

Também lhe perguntámos sobre a liberdade. A jovem estudante da ESA explicou que, em determinadas áreas do Paquistão, as mulheres não podem sair de casa e, se saírem, têm que estar completamente tapadas e, mesmo dentro de casa, a mulher tem que estar coberta. Para a nossa colega, todos têm os mesmos direitos, mas muitas mulheres no país dela não têm a mesma liberdade. Depende mais dos pais: se estes são mais liberais, com maior abertura mental do que a que se vê no país.

A educação escolar não é importante nalgumas regiões do Paquistão, expli-

cou a aluna. Então quisemos saber se as crianças trabalham nesse país e o que fazem. Pesquisámos e os números são assustadores...

No entanto, o *Diário de Notícias* publicou um artigo que refere um programa de incentivo financeiro dirigido aos pais das vítimas de trabalhos forçados, com o objetivo de as levar a frequentar o ensino escolar, promovido pelo governo da província de Punjab, no centro, a mais rica e populosa do Paquistão.

Também não quisemos conversar só sobre aspetos negativos do país da nossa colega porque ela tem saudades de casa e queremos ajudá-la a sentir-se bem aqui.

Pensamos continuar as nossas conversas e convívios com os novos alunos da ESA. Na nossa escola todos são bem recebidos.

Eduard Pagliari

Lara Gouveia

Melissa Silva

Miriam Correia

Nilda Firmino

Ilustração: Beatriz Avelar



Ilustração: Miriam Pereira



AS PAREDES COMO ESPAÇOS DE LIBERDADE

BREVE HISTÓRIA DO GRAFFITI

O *graffiti* tem uma longa trajetória, desde as inscrições nas paredes da Roma Antiga até à arte urbana contemporânea. Evoluiu de um meio de expressão marginalizado para uma forma reconhecida de arte e cultura.

O ato de escrever ou desenhar em superfícies públicas remonta a civilizações antigas, como o Egito, Grécia e Roma. Nessas sociedades, mensagens políticas, desenhos e declarações podiam ser encontradas nas paredes das cidades.

O *graffiti*, como conhecemos hoje, começou a tomar forma nas décadas de 1960 e 1970 nos Estados Unidos, especialmente em Nova Iorque e Filadélfia. Jovens começaram a deixar as suas *tags* (assinaturas) nas paredes da cidade e nas carruagens do metro e dos comboios. Muitas vezes, entre grafiteiros, havia uma disputa para ver quem conseguia espalhar o seu nome por mais lugares.

Nos anos 80, o *graffiti* tornou-se um movimento cultural associado ao hip-hop, ao rap, ao breakdance ao DJing. Artistas como Jean-Michel Basquiat e Keith Haring começaram a ganhar reconhecimento no mundo da arte.

Com o tempo, o *graffiti* deixou de ser apenas uma forma de marcar território e passou a incluir murais coloridos, personagens e mensagens sociais e políticas. Tornou-se numa forma global de expressão urbana.

Hoje, o *graffiti* é dividido entre o *graffiti* ilegal, que ainda é visto como vandalismo em muitas cidades, e a *street art*, que muitas vezes recebe apoio e reconhecimento oficial. Artistas como Banksy, Os Gêmeos e Shepard Fairey ajudaram a consolidar o *graffiti* como uma forma de arte respeitada.

Lara Rodrigues
Maria Inês Silva
Muhammad Mujtaba

NO SEIXAL GRAFITA-SE TAMBÉM

O *graffiti* é uma arte contemporânea urbana. São pinturas e desenhos feitos nos muros e paredes públicas. É uma forma de expressão artística. Tem a intenção de transmitir diferentes formas de pensamento e ideias na paisagem da cidade.

A arte do *graffiti* é uma manifestação da arte que ocorre em espaços públicos. A produção é materializada em muros e paredes que compõem o ambiente urbano, pintados com tinta ou *spray*. Os *graffiters* expressam opiniões da população, questões diversas que atravessam a realidade social, propondo críticas e reflexões por meio das formas, cores e traços nos muros. Junto a outras expressões artísticas, o grafite faz parte da cultura popular do hip-hop, que traduz as vivências da rua por meio da arte.

A arte urbana, em que o *graffiti* e a pintura mural se integram, tem marcado o espaço público como forma de comunicação e de apropriação do mesmo, criando um valor simbólico crescente de afirmação, divulgação e promoção da identidade própria do território.

Murais da Liberdade é um dos projetos de promoção da arte urbana no município. Consiste numa rede de muros autorizados para a criação artística, de acesso legal, livre e gratuito, de acordo com as normas definidas.

Dos 15 muros que integram atualmente a rede, cinco são de prática livre e 10 carecem de projeto, sujeito à validação prévia da autarquia.

Beatriz Santos
Lara Silva
Leonor Lopes

ALEXANDRE FARTO AKA VHILS, DO SEIXAL PARA O MUNDO

Alexandre Manuel Dias Farto/Vhils é um pintor e grafiteiro português, conhecido pelos rostos esculpidos em paredes. Nasceu em Lisboa, em 1987, e terminou os seus estudos em 2008, na Universidade de Artes, em Londres.

A partir dos 11 anos, o Alexandre e os seus amigos já pintavam ruas e comboios na margem sul do rio Tejo.

Como artista urbano, mais recentemente, as suas obras refletem a sua leitura, reflexão do mundo que o envolve.

Existem trabalhos seus espalhados por várias cidades do mundo: Lisboa, Porto,

Aveiro, Londres, Berlim, Moscovo, Madelín, entre tantas outras.

Foi aluno da nossa escola, a Escola Secundária Dr. José Afonso, e orgulhamo-nos de acolher a sua obra de homenagem a Zeca Afonso, realizada em 2014, com a colaboração de alunos do curso de Artes, quando a escola fez 50 anos de existência.

Carolina Sevilla
Dara Delgado
Isabela Rosa



A LIBERDADE É UMA GAIVOTA QUE VOA NO SEIXAL

Liberdade é podermos andar livremente nas ruas, falar sem medos. Em tempos a vida foi difícil: a censura proibia a circulação de informação; nas escolas ignoravam-se certos temas; as pessoas não podiam andar em grandes grupos (três pessoas juntas? Perigosa manifestação). O poder de votar era muito limitado, principalmente para as mulheres. Eu nasci e cresço em liberdade, no entanto, não sei explicar muito bem o que significa para mim liberdade, mas vou tentar.

Para mim, liberdade é exercer o direito de voto, viver em democracia – ditadura é só memória. Poder andar nas ruas, falar livremente e em grupo. Saímos da escuridão, vivemos em luz. Viver em luz exige coragem, exige respeito pelo outro, descobrir a diferença, ter responsabilidade e compromisso.

Na luz também existe sombra, pelo que não precisamos de ter medo: a sombra é o outro lado da força.

Santiago Ferreira Caló

Liberdade é para todos. Não é algo transacionável. Quando não podemos usufruir da liberdade, percebemos o quanto ela é preciosa. Não quero ter essa experiência! Todos devemos ter o direito ao voto; o direito e o dever de escolher os nossos governantes. O poder de sermos senhores do nosso caminho. Todos nós temos o direito de acreditar, de pensar o que quisermos. O dever de respeitar. A liberdade da madrugada do 25 de Abril de 1974 respira...

Mariana Pelegrino

A liberdade é a vida em harmonia,
Uma maneira de ser feliz,
Um ambiente de magia,
E poder inspirar pelo nariz.

A liberdade é como uma gaivota,
Poder voar livre por aí,
Sem ninguém te poder
prender as asas,
E aproveitar até ao fim

A liberdade é poder ser,
é seres quem és!!

Duarte Martins
Miguel Guilherme
Tomás Amaral

A Liberdade é o direito de fazermos o que quisermos. É o Direito de podermos falar, brincar, beber, sermos religiosos... É o Direito de podermos vestir o que quisermos, de nos mostrarmos ao mundo. É o Direito de viajar para onde quisermos, sem proibições. A Liberdade é muito importante, para as crianças, adolescentes, adultos – todos! O limite da Liberdade é o respeito por nós, pelos outros, pelo planeta. A Liberdade é a VIDA em ação.

Duarte Correia Dias

A liberdade é a oportunidade de expressar tudo aquilo que sentimos, o direito de ser, sentir e poder escolher. É a possibilidade de viver de acordo com a própria verdade, sem medos do que as pessoas pensam sobre nós. Ser livre não significa estar sozinho, mas ter o poder de decidir o próprio caminho. A liberdade exige coragem, responsabilidade, respeito, partilha. No pensamento, nas palavras, nos sonhos e nas ações, a liberdade é o que nos torna verdadeiramente humanos.

Beatriz Fernandes
Madalena Robalo

A liberdade é como o vento,
Sopra onde quer,
Sem correntes, sem tempo.
A liberdade é como voar,
Para onde vás, o mundo irás explorar.

Simão Correia Gonçalves

ROTUNDAS, ESPAÇOS DE ARTE, MEMÓRIA E VALORES

MONUMENTO AOS RESISTENTES ANTIFASCISTAS

O Monumento aos Resistentes Antifascistas no Fogueteiro, inaugurado no dia 25 de abril de 2018, pretende invocar e homenagear a resistência antifascista. É uma escultura simbólica e poderosa. As mãos, como troncos de uma árvore jovem, lembram a luta dos prisioneiros na esperança de uma liberdade em que acreditavam. Às diferentes cores podemos associar a multiculturalidade de um concelho democrático, diverso, em transformação e crescimento.

Diogo Cristo



MONUMENTO AOS SINISTRADOS DO TRABALHO

O Monumento aos Sinistrados do Trabalho, criado pelo artista plástico Sérgio Vicente, está localizado em Aldeia de Paio Pires, no Seixal. Este monumento foi inaugurado no dia 1 de maio de 2019, durante as comemorações do Dia do Trabalhador. O monumento tem um significado profundo, pois homenageia todas as vítimas de acidentes de trabalho e doenças profissionais. É um tributo aos homens e mulheres que sofreram no exercício das suas funções laborais. A sua localização, na rotunda no entroncamento da Avenida dos Metalúrgicos com a Avenida General Humberto Delgado, também serve como um lembrete constante para a comunidade sobre a necessidade de medidas de segurança no ambiente de trabalho.

Mafalda Costa. Marta Silva



ROTUNDA LIBERDADES

A Junta de Freguesia de Amora inaugurou, a 1 de agosto de 2024, uma nova rotunda em comemoração ao cinquentenário da Revolução dos Cravos. Na Rotunda Liberdades, a peça central é um impressionante cravo em metal, concebido pelo artista Gonçalo Mar. Segundo o artista, esta peça simboliza os direitos e liberdades fundamentais que todos os indivíduos devem desfrutar numa sociedade democrática.

Mafalda Costa. Marta Silva



O SOM DA LIBERDADE

Esta imagem foi criada por uma aluna do 8.º ano da nossa escola durante uma aula de Educação Visual. A pintura em questão é simples, mas contém diversas camadas de significado. Nela, podemos ver uma guitarra acústica cor-de-rosa, inserida num fundo amarelo. A guitarra apresenta detalhes azuis e verdes, e as suas cordas exibem uma transição de cores, passando do amarelo para o laranja até alcançar o rosa do instrumento. Tanto a parte superior como a inferior da guitarra ultrapassam os limites da folha, conferindo dinamismo à composição.

Do meu ponto de vista, podemos associar esta pintura aos acontecimentos do 25 de Abril de 1974. Na altura, Portugal vivia sob uma ditadura, em que não existia liberdade de expressão e todos os meios de comunicação eram controlados pelo governo. Para pôr fim a esse regime, os portugueses levaram a cabo uma revolução. Como não podiam anunciar abertamente o seu início, foi decidido que a transmissão da canção «Grândola, Vila Morena» na rádio serviria de sinal para a população sair às ruas. É por isso que a guitarra acústica foi escolhida como símbolo central desta pintura. Ela representa a música e a esperança do povo, além do próprio som que produz – puro e harmonioso.

As cores presentes na imagem também contribuem para a sua interpretação. Como mencionei anteriormente, o instrumento contém detalhes azuis, que podem representar a tristeza do povo português antes da revolução. No entanto, esse azul transforma-se gradualmente em amarelo, simbolizando a transição da infelicidade para a alegria vivida após a revolução. O fundo amarelo reforça essa ideia, representando felicidade e entusiasmo. O verde, igualmente presente na composição, remete à cor da bandeira, às batalhas travadas e à coragem dos nossos antepassados. Por fim, o rosa, que domina a guitarra, simboliza o amor e a natureza pacífica da revolução. No dia 25 de Abril de 1974, em vez de dispararem balas, os soldados adornaram as armas com cravos, um gesto que demonstrou a serenidade e a força pacífica do movimento. Em conclusão, a música teve um papel fundamental na Revolução dos Cravos, unindo a nação através de um símbolo de resistência e liberdade. A autora desta pintura conseguiu representar de forma clara e expressiva o tema da liberdade.

Maria Brites, 11.º B



Pintura: Nádía Lancha, 8.º B

A LIBERDADE DE SER

Foi dado a alunos do oitavo ano, da escola Manuel Cargaleiro, o desafio de fazer uma pintura baseada no tema da «Teoria da Cor e no Fauvismo». Entre eles está a pintura da aluna Lívia Ribeiro: uma ilustração simples, porém com um significado profundo.

No centro estão representadas duas pessoas abraçadas: uma azul e a outra rosa. Assim, pode-se deduzir que seja um casal, talvez uma mulher e um homem, que são como almas gémeas. A junção destas duas personagens está pintada a cinzento, dando a ideia de que dois seres se unem, formando um só. Este elemento representa, para nós, a liberdade para amar e, focando-nos nas cores, a individualidade, ou seja, a liberdade de ser quem realmente se é. Se repararmos, a fonte e a árvore apresentam a mesma combinação de cores entre o casal, assim como a árvore, que tem o tronco traçado a rosa e as folhas em azul. Deste modo, pode-se decifrar a complementaridade que duas coisas podem formar entre si: tal como uma árvore só com tronco, ou só com folhas não está completa e como uma fonte sem água não está completa, assim também estes dois seres precisam de ter a liberdade para se amar, comple-

tando-se. O fundo da pintura é amarelo, o que simboliza a felicidade, neste caso, da união entre os dois amantes, podendo também o contorno amarelo

torrado representar uma barreira que impede as almas de se separarem. Do nosso ponto de vista, a obra consegue transmitir uma mensagem profunda e

importante sobre a liberdade para amar e o quão importante este direito é.

Ana Anunciação e Sofia Marçal, 11.º B



Pintura: Lívia Ribeiro, 8.º A



FICHA TÉCNICA

Edição: Câmara Municipal do Seixal
Projeto integrado no Plano Educativo Municipal
Departamento de Educação | Gabinete de Projetos Educativos
Divisão de Comunicação e Imagem
Tiragem: 3000 exemplares

Agrupamento de Escolas Dr. António Augusto Louro

Professora: Isabel Preto

Clube de Jornalismo

- Carlos Diogo, Daniela Ferreira, Elaine Domingos e Keyzel Luís, 8.º C
- David Almeida, Fred Manuel 8.º A
- Gabriel Santos, 6.º I
- Mateus Mallas, 6.º C
- Lannycah dos Santos, 6.º H
- Madalena Pinto, Martim Antunes, 5.º D
- Carolina Vicente, Gabriela Botelho, Helena Maltez, Maria Leonor Pinto e Pedro Souza, 5.º A
- Cecília Carvalho e Matilde Vieira, 5.º B
- Diogo Coelho e Rodrigo Moreira, 5.º C

Agrupamento de Escolas João de Barros

Professoras: Maria Clemência Domingues, Maria Filomena Galvão e Sílvia Faim

Alunos

- Dinis Santos e Miguel Pinheiro, 8.º A
- Leonor Correia, 9.º EJ
- Tomás Diogo, 11.º B

Agrupamento de Escolas Nun'Álvares

Professores: Dulce Costa, Maria José Piteira, Mariana Pereira, Rute Saraiva e Tiago Vitorino

Alunos

- António Gomes, David Almeida, Karolin Santos, Luana Tavares, Pedro Dionísio, Taira Uma, Vitória Machado, 8.º C
- Charle Santo, Hedyani Pontes, João Guarita, Mayra Andrade, Vasco Castro, 9.º A
- Bruno, Elnício, Euda Fortes, Iara, Laura Alves, Laura Antão, Leonardo Ferreira, Pedro Torres, Rafael Neves, Tomás Ribeiro, 9.º B
- Cindy Silva, Diana Silva, Djawilna Gomes, Isadora Sousa, Kailane Trindade, Lara Reis, Márcia Gué, Maria Victória, Mariana Costa, Mike Ferreira, Yasmin Baraldi e William Veiga, 9.º C
- Janine Reis, Núria Melo, Yasmin Benji, 9.º D

Agrupamento de Escolas Paulo da Gama

Professores: Ana Bela Matos, Carlos Carrasco, Carlos Reis e Zélia Tostão

Alunos

- Afonso Roldão, Alice Pereira, Beatriz Espada, Cleusa Fonseca, Guilherme Oliveira, João Queiroz, Lara Carvalho, Leonardo Figueiredo, Leonor Costa, Luís Queiroz, Luísa Almeida, Marco Chantre, Miguel Nunes, Pérola Gonzaga, Valentina Barradas

Agrupamento de Escolas Pedro Eanes Lobato

Professoras: Ana Paiva, Anabela Gonçalves, Eunice Marques, Fátima Miranda, Manuela Barbedo, Paula Gomes e Sandra Cruz

Alunos

- Todos os alunos, 4.º B
- Carolina Tavares, Dânia Barbosa, Gabriel Guedes e Raja Inácio, 6.º A
- João Andrade, 6.º E
- Celina Fortes, 9.º C
- Aline Buala, Débora Soares, Duarte Almeida, Raquel Ferreira e Rodrigo Pereira, 9.º D

Agrupamento de Escolas Terras de Larus

Professores/Educadores: Alda Duque, Ana Lucrécio, Carla Mata. Celina Busto, Eudora Ribeiro, Helena Salgado, Joana Seguro, Lúcia Costa, Madalena Carvalho, Maria João Ribeiro, Raquel Bernardo, Sara Martins, Sílvia Mendonça e Sofia Silva

Alunos

- Turmas do pré-escolar do agrupamento
- Turmas 4.º A e 4.º B da EB Quinta de Santo António
- Turma do 3.º B da EB Foros de Amora
- Alunos do 8.º F da disciplina de português

Agrupamento de Escolas de Pinhal de Frades

Professores: Luísa Mateus e Paulo Rodrigues

Alunos

- Mariana Galego, 9.º G
- Maria Inês Almeida, 9.º G
- Marta Borge, Íris Rocha, 9.º F
- Camila Pina, Daniel Serrano, Duarte Ribeiro, Inês Fernandes, Leonardo Ferreira, Mafalda Marrucho, Mara Pires, Matilde Martins, Rafael Fernandes, Tiago Capelo, Tiago Dias e Simão Vital, 8.º A

Agrupamento de Escolas de Vale de Milhaços

Professores: Anabela Rodrigues, Fátima Valente, Fernando Faria, Helena Rato e Sérgio Paes

Alunos

- Escola Básica da Quinta da Cabouca, 4.º A
- Escola Básica de Vale de Milhaços, 6.º J, 8.º A, 8.º C, 8.º D, 8.º E

Escola Secundária Alfredo dos Reis Silveira

Professora bibliotecária: Ana Paula Gonçalves

Alunos

- Marisa Algarvio, 8.º
- Matilde Franco, 10.º
- Tomás Maia, 11.º
- Catarina Pericão, Maria Isaura Ribeiro, 11.º
- Beatriz Castanheira, Bruna Fernandes e Dayane Souza, 12.º

Escola Secundária de Amora

Coordenação: Ana Mendes, Andreia Braga, Ana Margarida Videira, Elda Moreno, Gabriela Benavente, João Miguel Palaio e Rosa Botequilha

Escola Secundária Dr. José Afonso

Professoras: Ana Paula Avelar e Dora Pinheiro

Alunos

Afonso Miranda, Beatriz Fernandes, Beatriz Santos, Carolina Sevilla, Dara Delgado, Diogo Cristo, Duarte Dias, Duarte Martins, Gonçalo Agostinho, Gonçalo Martins, Íris Espadinha, Isabela Rosa, Lara Rodrigues, Lara Silva, Leonor Lopes, Luan Mascarenhas, Madalena Robalo, Mafalda Costa, Margarida Rocha, Maria Inês Silva, Mariana Morgado, Mariana Silva, Marta Silva, Miguel Guilherme, Muhammad Mujtaba, Neide Constantino, Santiago Caló, Simão Gonçalves e Tomás Amaral

Escola Secundária Manuel Cargaleiro

Professores: Andreia Caldeira, Jorge Duarte e Matilde Pinto

Alunos

Ana Anunciação, Carolina Amaral, Bex Oliveira, Diogo Carvalho, Jéssica Venâncio, Larissa Mazzieri, Lúvia Ribeiro, Luca Ruivo, Maria Brites, Martim Campos, Nádia Lancha, Ronny da Luz e Sofia Marçal



Agrupamento de Escolas Dr. António Augusto Louro



Agrupamento de Escolas João de Barros



Agrupamento de Escolas Nun'Álvares



Agrupamento de Escolas Paulo da Gama



Agrupamento de Escolas Pedro Eanes Lobato



Agrupamento de Escolas Terras de Larus



Agrupamento de Escolas de Pinhal de Frades



Agrupamento de Escolas de Vale de Milhaços



Escola Secundária Alfredo dos Reis Silveira



Escola Secundária de Amora



Escola Secundária Dr. José Afonso



Escola Secundária Manuel Cargaleiro