

Jornal da Oliveira

#3
Julho/Agosto
July/August
2021



Poemas

Conselho de Pais

A horta da 2ª classe

Jogos Olímpicos Gregos

As aulas de carpintaria

Teatro: As Mil e Uma Noites

Visão sobre as aulas de alemão

Época de Antropologia

Poems

Parents Council

2nd grade vegetable garden

Greek olympic games

Carpentry classes

Theater: A Thousand and One Nights

German lessons insights

Season of Anthropology



Poema

Poem

RUTH SALES

"Várias vezes, na história da humanidade, surgem aqueles que preveem a vinda de seres especiais, que ocasionam uma grande transformação no mundo. Assim vários profetas previam a vinda de Jesus como Messias, e também São João Batista a previu e, além disso, preparou o caminho para a chegada do mestre.

O nascimento de João foi também algo especial, pois Isabel e Zacarias eram já dois velhos. No entanto, Zacarias recebeu espiritualmente o aviso do nascimento de um filho e a ordem de lhe dar o nome de João. Isso causou grande espanto no lugar, porque João não era nome dado a hebreu algum. O nome João designa um grau de sabedoria."

O texto em cima e o poema que se segue foi escrito por uma grande poetisa brasileira, Ruth Sales, que muito tem contribuído para o enriquecimento da língua portuguesa no Currículo Waldorf.

Foi um trabalho feito a pedido da escola Waldorf Rudolf Steiner.

"Several times in human history, there are those who foresee the coming of special beings, who cause a great transformation in the world. Thus, several prophets predicted the coming of Jesus as Messiah, and also St. John the Baptist predicted it and, furthermore, prepared the way for the arrival of the master.

John's birth was also something special, as Elizabeth and Zacharias were edderly two people. However, Zechariah spiritually received the notice of the birth of a son and the command to name him John. This caused great astonishment in the place, because John was not the name given to just any Hebrew. The name John designates a degree of wisdom."

The text above and the poem that follows were written by a great Brazilian poet, Ruth Sales, who has contributed a lot to the enrichment of the Portuguese language in the Waldorf Curriculum.

It was a work done at the request of the Waldorf Rudolf Steiner school.



O poema foi declamado pelos alunos como Introdução à Festa de São João de 1999:

"Aqui
Na noite antiga de garoa e frio fino,
Subiam balões de luz
Em honra do primo de Jesus,
São João Menino.

E, em nosso coração,
Cada balão,
Subindo rápido e em linha reta,
Era o próprio João Menino
Se transformando em João Profeta.

Era o profeta
Que parecia o clarão da madrugada,
Antecedendo a chegada
Do grande sol nascente, da maior luz:
O Cristo Jesus"

por Ruth Sales (1999)

This poem was recited by students as an Introduction to the St. John Feast in 1999:

"Here
In the old night of drizzle and fine cold,
Light balloons went up
In honor of Jesus' cousin,
Saint John the Child.

And, in our heart,
Each balloon,
Going up fast and straight,
It was John the Child
Transforming into John the Prophet.

He was the prophet
That appeared like the dawn,
Anticipating the arrival
Of the great rising sun, the greatest light:
Jesus Christ."

by Ruth Sales (1999)



Outra visão sobre as lições de alemão

Another insight into the German lessons

3ª E 4ª CLASSE 3RD AND 4TH CLASS

Como mencionado no nosso último Jornal, aqui estão os resultados da 3ª classe.

Na terceira classe, cada aluno fez o seu próprio livro de artesanato.

Na 4ª classe, consolidámos o alfabeto. Na foto da 4ª classe, cada criança mostra a última letra do seu nome.

As mentioned in our last journal, here are the results of class 3.

In class 3, each student made their own craft book.

In class 4 we have consolidated the alphabet. In the class photo, each child is showing the last letter of their name.



Preparar a horta
Prepare the garden



A vida é uma Horta Life is a vegetable garden

2ª CLASSE
2ND CLASS

A 2ª classe, durante este ano letivo, teve o privilégio de poder vivenciar o ciclo da vida, através da realização de uma bonita horta no espaço escolar. Com a preciosa colaboração dos pais, os trabalhos foram intensos e começaram com a preparação do espaço, ainda durante o mês de novembro.

The 2nd grade, during this school year, had the privilege of being able to experience the cycle of life, through the creation of a beautiful vegetable garden in the school. With the precious collaboration of the parents, the work was intense and began with the preparation of the land, even during the month of November.

Aprender na horta
Learn in the garden



As crianças puseram as mãos na terra e de uma forma simples e prática puderam perceber como os diversos elementos naturais interagem para gerarem a vida de uma forma harmoniosa e respeitadora do meio ambiente. Puderam ainda descortinar como o engenho humano e a sabedoria acumulada de milhares de anos de cultivo no nosso planeta, permitem-nos actualmente dispor de ferramentas e técnicas ajustadas que maximizam a sustentabilidade destas práticas.

The children put their hands on the earth, and in a simple and practical way, they could see how the various natural elements interact to generate life in a harmonious and environment-friendly way. They were also able to unveil how human ingenuity and the accumulated wisdom of thousands of years of cultivation on our planet, currently allows us to have tools and adjusted techniques that maximize the sustainability of these practices.

O nosso "mestre de serviço", Álvaro, um dedicado e incansável pai da 2ª classe, foi uma fonte de inspiração e sensibilidade, jorrando sobre a nossa horta e crianças, um amor genuíno pelo mundo das plantas.

Foram diversos e maravilhosos os momentos vividos pelos alunos e também pelas famílias; diversão, contemplação, admiração, descoberta e muita aprendizagem.

Desde a semente até ao fruto, as crianças foram acompanhando as diversas fases de cada planta e tiveram o maior prazer ao desfrutar dessas iguarias cheias de vitalidade, ora comendo-as directamente na horta, ora confeccionando-as em ricos complementos para os seus almoços.

Na nossa horta, como na vida, existe bastante diversidade, e tal como as crianças, o crescimento das plantas precisa de uma combinação sublime entre os elementos do céu e os da terra.

Our "master of service", Álvaro, a dedicated and tireless father of the 2nd class, was a source of inspiration and sensitivity, pouring over our garden and children a genuine love for the plant world.

The moments lived by the students and families were diverse, wonderful, fun, contemplative, full of admiration, discovery and lots of learning.

From the seed to the fruit, the children followed the different stages of each plant and had the greatest pleasure to enjoy these delicacies full of vitality, sometimes eating them directly in the garden, sometimes making them into rich complements for their lunches.

In our garden, as in life, there is a lot of diversity, and like children, plant growth needs a sublime combination of the elements of heaven and those of earth.



Amor na horta
Love in the garden

Descobrir a horta
Discover the garden

As crianças vão chegando à terra de forma pautada e aos poucos vão enraizando na sua forma física, social e cultural. Elas ganham forma, verticalizam e em constante ligação com a luz celestial, encontram os seus destinos, fazendo amadurecer os seus frutos em constante interdependência com o meio envolvente.

Crescer é um processo longo e complexo e através da horta as crianças experimentam de forma muito prática esta imagem da vida. Particularmente as crianças da 2ª classe que entram através do fazer, na consciência dos diversos processos rítmicos e os ciclos presentes na natureza, da qual também elas fazem parte.

As crianças também são plantas e as nossas, um dia mais tarde, terão generosos frutos para colocar ao serviço da humanidade, frutos tão ricos como aqueles que agora começam a colher de forma entusiástica, diariamente na sua querida horta.

Children come to earth in a guided way and gradually take root in their physical, social and cultural form. They take shape, growing taller and in constant connection with the celestial light, find their destinations, making their fruits ripen in constant interdependence with their surroundings.

Growing up is a long and complex process and through the garden the children experience this image of life in a very practical way. Particularly the 2nd grade children who enter through doing, in awareness of the different rhythmic processes and cycles present in nature, of which they too are part.

Children are also plants and ours, one day, will have generous fruits to put at the service of humanity: fruits as rich as those that are now enthusiastically beginning to harvest daily in their beloved vegetable garden.



Cuidar da horta
Take care of the garden

Jogos Olímpicos Gregos

Greek olympic games

5ª CLASSE (ATUAL 6ª CLASSE)
5TH CLASS (CURRENT 6TH CLASS)

BELEZA, VERDADE E FORÇA!

Todos os anos, em todas as escolas Waldorf do mundo, quando os alunos chegam à 5ª classe, acontece um dos eventos mais bonitos e esperados por todos eles, os Jogos Olímpicos Gregos.

BEAUTY, TRUTH AND STRENGTH!

Every year, in every Waldorf school around the world, when students reach the 5th grade, one of the most beautiful and anticipated events takes place, the Greek Olympic Games.



Para terem um exemplo da importância deste evento na Península Ibérica, em Espanha, celebra-se todos os anos, perto de Barcelona, uma grande Olimpíada com atletas de quase todas as escolas Waldorf de Espanha e de Portugal, onde se juntam cerca de 300 a 400 alunos.

É certo que também acontecem encontros mais pequenos, que foi o caso deste ano, mas que são igualmente importantes, com beleza, força e verdade.

Devido à situação atual do mundo, no ano passado a 5ª classe (a atual 6ª classe) não teve a oportunidade de realizar os jogos gregos, portanto este ano tivemos um encontro entre as duas classes, as atuais 5ª e 6ª classes.

Nos jogos gregos, os atletas têm de ultrapassar, pelo menos, seis provas diferentes.

Ao contrário do que costuma acontecer nos Jogos Olímpicos, e no atual desporto, nos Jogos Olímpicos Gregos das escolas Waldorf, uma das coisas mais importantes é o valor do próprio desporto, no sentido de cuidar do gesto, cuidar do colega, cuidar de nós próprios e tentar ultrapassar as nossas próprias forças, dando a maior força de espírito possível.

Isto revela-se, especialmente, na primeira prova de abertura dos Jogos Olímpicos, a maratona. Na maratona, os alunos têm de percorrer uma distância de, aproximadamente, 1000 metros, num tempo mínimo de 6/7 minutos e no máximo de 11/12 minutos.

To give you an example of the importance of this event on the Iberian Peninsula, in Spain, every year, near Barcelona, there is a great Olympics with athletes from almost all Waldorf schools in Spain and Portugal, where around 300 a 400 students.

It is true that there are also smaller meetings, which was the case this year, but they are equally important, with beauty, strength and truth.

Due to the current situation in the world, last year the 5th class (the current 6th class) did not have the opportunity to participate in the Greek games, so this year we had a meeting between the two classes, the current 5th and 6th classes.

In the Greek games, the athletes must pass at least six different trials.

Unlike what usually happens in the Olympic Games, and in current sport, in the Greek Olympic Games at Waldorf schools, one of the most important things is the value of the sport itself, in the sense of taking care of gestures, colleagues and ourselves, as well as trying to surpass our own strengths, giving as much strength of spirit as possible.

This is revealed, especially, in the first opening event of the Olympic Games, the marathon. In the marathon, students have to cover a distance of approximately 1000 meters, in a minimum time of 6/7 minutes and a maximum of 11/12 minutes.



Para além da maratona, temos outra prova de corrida, que é a prova de velocidade. A diferença entre a maratona e a corrida de velocidade, é que na corrida de velocidade o aluno vai correr num curto espaço de tempo e numa curta distância, na maior velocidade possível.

Depois vem a prova de luta grega, que ao contrário do que se possa pensar, não se trata de magoar o outro ou de mostrar a força pela força. Um dos valores primordiais nesta prova é o cuidado e respeito pelo colega, bem como, a honestidade na hora de agir. A força usada está relacionada com o nosso maior esforço, dentro do possível e não relacionado com a força física.



In addition to the marathon, we have another running race, which is the sprint race. The difference between a marathon and a sprint run is that in a sprint run the student will run in a short space of time and a short distance, at the highest possible speed.

Then comes the trial of the Greek struggle, which, contrary to what you might think, is not about hurting the other or showing strength by force. One of the main values in this test is the care and respect for the colleague, as well as honesty when acting. The strength used is related to our greatest effort, as much as possible and not related to physical strength.

Em seguida, vem o salto em comprimento, outra das provas mais bonitas a realizar, onde temos as imagens mais belas dos jogos. Nesta prova temos uma pequena corrida, de mais ou menos 20 metros, acompanhada por um salto, onde os quatro elementos entram em jogo. A terra, no momento de correr e aterrar. O ar, no momento de saltar. O fogo, que representa o aluno no momento de correr. A água, no final, na hora de fluir e cair no chão, para deixar acabar a prova.

As últimas provas são as de lançamento. O lançamento de dardo, onde a principal dificuldade é que os atletas terão de conseguir entender como funciona o elemento, uma vez que não estão acostumados a realizar provas deste tipo no seu dia-a-dia nas escolas.

Then comes the long jump, another one of the most beautiful trials to take place, where we have the most beautiful images of the games. In this race we have a short run, of about 20 meters, accompanied by a jump, where the four elements come into play. The land, at the moment of running and landing. The air, at the moment of jumping. Fire, which represents the student at the moment of running. The water, in the end, at the time of flowing and falling to the ground, to let the trial finish.

The last trials are the launch tests. Javelin throw, where the main difficulty is that athletes will have to understand how the element works, since they are not used to performing tests of this type in their day-to-day in schools.



Para terminar, temos o lançamento de disco. O lançamento de disco na Grécia Antiga, simbolizava o Sol. Por isso, nesta prova, a força não é tão importante, mas sim a beleza do movimento que o disco terá quando estiver a voar - tentamos sempre que percorra o trajeto do Sol - desde o nascer até ao pôr-do-sol.

Estas são as provas principais dos Jogos Gregos. Além disso, temos uma cerimónia de inauguração dos jogos, onde os atletas representantes de cada pólis, seguram a tocha com a chama olímpica, onde acendem a chama sagrada, que irá permanecer acesa até ao final dos jogos.

BELEZA, VERDADE E FORÇA!

DEIXEM OS JOGOS COMEÇAR!

Finally, we have the discus throw. Launching a discus in Ancient Greece symbolized the Sun. Therefore, in this event, strength is not as important, as the beauty of the movement that the discus has when it is flying - we always try to throw it with the trajectory of the Sun - from sunrise to sunset.

These are the main trials of the Greek Games. In addition, we have an opening ceremony of the games, where the athletes representing each polis, hold the torch with the Olympic flame, where they light the sacred flame, that remains lit until the end of the games.

BEAUTY, TRUTH AND STRENGTH!

LET THE GAMES BEGIN!

As aulas de carpintaria

Carpentry classes

6ª, 7ª E 8ª CLASSE
6TH, 7TH AND 8TH CLASS



Na nossa escola as aulas de carpintaria começam na 6ª classe. Foi com muita energia e vontade com que os alunos começaram esta época! Muitas vezes terminam a aula só com manga curta - estão com muito calor pois aqui trabalhamos com o corpo todo!

Primeiro eles aprendem sobre vários tipos de ferramentas e diferentes tipos de madeira.

A primeira peça que iremos sempre fazer no 6º ano é a criação de uma estante para folhas pautadas que os alunos irão precisar nas aulas de música e de coro. Depois, o projecto seguinte, começa a partir de um pedaço de madeira áspero e formamos a peça de um pássaro. Continuamos com peças úteis como uma tigela, onde os alunos precisam de muita força e paciência na concretização deste trabalho. Se nós ainda tivermos tempo este ano faremos talheres para salada.



In our school carpentry classes start in 6th grade. The students started this season with a lot of energy and will! They often end the class with only a T shirt - they get very hot because we work with the whole body!

First they learn about different types of tools and wood types.

The first piece we always do in 6th grade is to create a shelf for music sheet that students will need in music and choir classes. Then, the next project starts from a rough piece of wood and we form the piece into a bird. We continue with useful pieces such as a bowl, where students need a lot of strength and patience in carrying out this work. If we still have time this year, we'll make salad cutlery.



Na 7ª classe, como os alunos já tem mais experiência com o trabalho em madeira, vão agora começar a fazer peças com mais cuidado, ou seja, mais meticolosas. Vamos fazer um brinquedo com movimento!

Escolhem o brinquedo e projectam um plano sobre como construir o brinquedo. Como este ano também tem aulas de Física há uma colaboração com a professora para entender o mecanismo no brinquedo.

In 7th grade, as students already have more experience with woodworking, they will start making pieces with more care, that is, more meticulous. Let's make a toy with movement!

They choose the toy and design a plan on how to build the toy. As this year there are also Physics classes, there is a collaboration with the teacher to understand the mechanism in the toy.



Na 8ª classe os alunos já tem mais qualidades e outro nível trabalho carpinteiro. Neste ano trabalhámos com muito mais precisão, ou seja, com medidas exatas, a nossa execução foi mais cuidadosa e mais precisa no ajuste. Os jovens aprendem a planear as suas peças e aprendem a fazer as antigas conexões de madeira ("malhetes de vista"). Este ano fizeram um suporte para livros, uma moldura para espelho, uma mesa para o teatro e uma estante.

Os alunos de todos os anos crescem com o nível de dificuldade e os desafios que vão encontrando no seu trabalho carpinteiro.

In the 8th grade the students already have more qualities and another level of carpentry work. This year we work with much more precision, that is, with exact measurements, our execution is more careful and more precise in the adjustment. The youngsters learn to plan their pieces and learn to make the old wooden connections ("looks of view"). This year they made a bookend, a mirror frame, a theater table and a bookcase.

Students of all grades grow with the level of difficulty and challenges they encounter in their carpentry work.





As Mil e Uma Noites A Thousand and One Nights

8ª CLASSE
8TH CLASS

As histórias que compõem as Mil e Uma Noites têm várias origens, incluindo o folclore indiano, persa e árabe. Não existe versão definida ou definitiva da obra, uma vez que os antigos manuscritos árabes diferem no número e no conjunto de contos

The stories that make up *A Thousand and One Nights* have various origins, including Indian, Persian, and Arabic folklore. There is no definite or definitive version of the work, as the ancient Arabic manuscripts differ in the number and set of tales.



No mundo moderno ocidental, a obra passou a ser amplamente conhecida a partir de uma tradução para o francês realizada em 1704 pelo orientalista Antoine Galland, transformando-se num clássico da literatura mundial.

Esta peça é um excerto, preparado para uma turma de 8ª classe na Escola Waldorf.

O rei Shariar, depois de ter o seu coração ferido pela traição da esposa, decide vingar-se de todas as mulheres e casar-se todos os dias com uma donzela e mandar executá-la no dia seguinte. Entretanto, a corajosa e esperta Sherazade tem um plano e decide casar-se com Shariar para libertar as mulheres do seu povo de tal sina.

Assim, ela passa as noites a contar incríveis histórias para o rei e para a sua irmã Dinazade, cúmplice no seu plano. Ela, desta forma, espera que o coração do rei se abrande e ele encontre o amor de volta ao seu coração, salvando a vida de Sherazade e das outras donzelas do reino.

Histórias divertidas e fantásticas seguem-se a envolver-nos na atmosfera da antiga Arábia!

In the modern Western world, the work became widely known after it was translated to French in 1704 by the orientalist Antoine Galland, becoming a classic of world literature.

This piece is an excerpt, prepared for an 8th grade class of a Waldorf School.

King Shariar, after having his heartbroken by his wife's betrayal, decides to take revenge on all women by marrying a maiden each day, only to have her executed the next day. However, the brave and intelligent Sherazade has a plan and decides to marry Shariar to free the women of her people from such a fate.

So she spends her nights telling incredible stories to the king and his sister Dinazade, an accomplice in her plan. She, in this way, hopes that the king's heart will soften and he will find love return to his heart, saving the lives of Sherazade and the other maidens of the kingdom.

Fun and fantastic stories follow, immersing us in the atmosphere of ancient Arabia!

Quando eu comecei a trabalhar na nossa peça de teatro, pensava que seria impossível conseguir expressar todas as emoções, decorar todos os textos, pois pensava que não tinha capacidade para fazer isto tudo. Entretanto, quando começámos a praticar a peça eu passei a perceber que as chances de conseguir estavam a aumentar cada vez mais.

Olhando de fora, fazer um teatro até parece fácil, mas na verdade não é assim tão fácil. É preciso muita concentração, atenção e auto-exigência porque quando estás a fazer o teatro tu estás a ser outra pessoa. Eu acho que esta foi a parte mais difícil para eu perceber e sempre será - compreender que o que tu estás a fazer não és tu, é o personagem!

Assim, eu não gostei muito de fazer o teatro porque é muito exigente em termos emocionais. Mas eu gostei de ter a oportunidade de "encaixar o meu corpo num outro".



Leonardo Miguel

When I started working on our play, I thought it would be impossible to express all the emotions, memorize all the texts, because I thought I didn't have the capacity to do it all. However, when we started to practice the piece I realized that the chances of being able

were increasing more and more.

From the outside, making a theater looks easy, but it's actually not that easy. It takes a lot of concentration, attention, and self-demand because when you're doing the theater you become someone else. I think this was the hardest part for me to understand and always will be - understanding that what you're doing is not you, it's the character!

So I didn't really enjoy doing theater because it's emotionally demanding. But I liked having the opportunity to "incarnate my body into another".

Na Pedagogia Waldorf é tradicional que para finalizar a 8ª classe os alunos apresentam uma peça de teatro.

Quando eu ouvi isto pela primeira vez, pensei que iria ser mais ou menos fácil, que seria só falar o texto e mover o corpo. Mas ao aprofundar um pouco a peça de teatro, percebi que é preciso mesmo estar focado e conhecer o teu personagem, o que tu queres ser. Não dá para falar com os amigos e estar atento ao personagem ao mesmo tempo!

Quando estás a atuar, tu já não és tu, eu já não sou eu mesmo, mas sou aquilo que quero ser dentro do personagem.

Para mim o teatro é uma aventura que ainda não terminou e que está cada vez mais difícil. Mas eu não gosto muito de fazer teatro, representar, não é uma coisa que eu irei continuar depois.



Noah Schydlo

In Waldorf Pedagogy, it is traditional that to finish the 8th grade, students present a play.

When I heard this for the first time, I thought it would be more or less easy, that it would just be speaking the text and moving the body. But as I

went deeper into the play, I realized that you really need to be focused and know your character, what you want to be. You can't talk to friends and be aware of the character at the same time!

When you're acting, you're no longer you, I'm no longer myself, but I'm what I want to be within the character.

For me, the theater is an adventure that hasn't ended yet and that is getting more and more difficult. But I don't really like doing theatre, acting, it's not something I'll continue later.



A criação da peça de teatro do 8º ano é um trabalho para todo o ano. Os alunos têm que esforçar-se muito e com isso devem amadurecer e aprender bastante.

Estamos a chegar cada vez mais perto da apresentação final e é cada vez mais stressante, pois parece que ainda não chegámos ao ponto em que podemos apresentar orgulhosamente o nosso trabalho.

Honestamente, eu imaginei uma coisa muito mais "evoluída", num palco real com luzes, sombra, efeito de fumo e a peça mais trabalhada, mas acho que estamos num bom caminho e as coisas já estão a ficar mais definidas.

Para mim este desafio é difícil, pois eu era e, ainda sou, muito tímida. Até acho que este trabalho ajudou imenso a melhorar essa parte, pois não só ajuda-nos a estar num palco a falar, mas na vida, em geral, e no dia a dia.

Eu não gosto de ensaiar o teatro todos os dias, às vezes por horas. É muito cansativo e especialmente de manhã cedo quando ainda estou meio a dormir. Acho que não fica bem e depois temos sempre de recuperar, no final, o que estava mal. Eu também acho que é muito difícil representar tantos personagens e ter que conhecer como cada um é. Acho que a apresentação não vai ser grande coisa e não acho que tenhamos que apresentar três vezes, porque não vai haver tanta plateia.

Em resumo não estou a gostar deste trabalho, porém acho que pode ajudar na minha vida.



Padme Neuwert

The creation of the 8th grade theater play is a year-round job. Students have to work hard and with that, they must mature and learn a lot.

We're getting closer and closer to the final presentation and it's getting more and more stressful as we don't seem to get to the point where we can proudly present our work.

Honestly, I imagined something much more "evolved", on a real stage with lights, shadow, smoke effect, and the most elaborate piece, but I think we are on a good path and things are already getting more defined.

For me, this challenge is difficult, as I was and still am very shy. I even think that this work has helped a lot to improve that part, as it not only helps us to be on a stage talking, but in life, in general, and in everyday life.

I don't like to rehearse the theater every day, sometimes for hours. It's very tiring and especially early in the morning when I'm still half asleep. I think it doesn't go well and then we always have to review, in the end, what was wrong. I also think it's very difficult to play so many characters and get to know what each one is like. I don't think the performance is going to be a big deal and I don't think we have to perform three times, because there won't be that much audience.

In summary, I'm not enjoying this work, but I think it can help in my life.

Eu sempre fui tímida, todos os poemas individuais que eu recebia dos professores, traziam imagens de criaturas ou objetos com uma aura muito frágil e sensível.

A partir do 4º ano a minha turma sempre apresentava um pequeno teatro no final do ano. Para mim isto significa como pedir uma flor para voar e privar-se de tudo o que a tinha acompanhado até então e o que lhe era familiar. Por outro lado, nessa altura, eu nunca desempenhei o papel de uma personagem principal.

Agora tudo mudou. Em toda a história da humanidade o ser humano quis voar, era a sua maior ambição e apesar do desenvolvimento, ele não conseguiu até agora. Eu tive de aprendê-lo em 4 anos. Atualmente faço 11 personagens importantes na peça de teatro no final da 8ª classe. Ao longo dos trimestres fui perdendo alguns e ganhando outros personagens, cada um deles como se fosse uma pena das minhas asas. Há penas que eu gostaria de dispensar, atrapalham o meu voo, mas será que sem elas eu seria capaz de voar?

Eu não sou a única que se "elevou da terra" na turma, talvez eu sou a única "com asas", mas não significa que sou a mais próxima da lua. Todos nós estamos a retirar as últimas gotas de esforço de dentro de nós, cada qual com o seu objetivo e a sua motivação, mesmo assim o ponto de chegada é o mesmo: o alívio de voltar a por os pés no chão.

Mas após ter voado tanto, após ter alcançado o maior sonho da humanidade, será que vai trazer satisfação? Será que vou perder as minhas asas? Será que poderei voltar a voar?

Agora, porém, a maior preocupação é não cair. Chegámos tão alto... se cairmos agora podemos dizer adeus a todas as nossas expectativas, sendo elas boas ou más. Mas para a próxima vez que levantar voo, podes ter a certeza que chegarei ao sol.



Maya Rieger

I was always shy, all the individual poems I received from the teachers, brought images of creatures or objects with a very fragile and sensitive aura.

From the 4th year on, my class always presented a small theater at the end of the year. For me, this means like asking for a flower to fly and depriving yourself of everything that had accompanied it until then and that was familiar to you. On the other hand, at that time, I never played the role of the main character.

Now everything has changed. In the entire history of mankind, human beings wanted to fly, it was their greatest ambition and despite the development, they have not succeeded until now. I had to learn it in four years. I currently play 11 important characters in the play at the end of 8th grade. Over the quarters I lost some and gained other characters, each one of them like a feather on my wings. There are feathers I would like to dispense with, they hinder my flight, but would I be able to fly without them?

I'm not the only one who "rises from the earth" in the gang, maybe I'm the only one "with wings", but that doesn't mean I'm the closest to the moon. We are all pulling the last drops of effort out of us, each with its own goal and motivation, yet the endpoint is the same: the relief of getting back on the ground.

But after having flown so much, after reaching the greatest dream of mankind, will it bring satisfaction? Will I lose my wings? Will I be able to fly again?

Now, however, the biggest concern is not to fall. We've come so high... if we fall now we can say goodbye to all our expectations, good or bad. But for the next time I take off, you can be sure I'll reach the sun.



Sílvia Amaral



O teatro proposto para os alunos do 8º ano nas escolas Waldorf visa levá-los a colocar em prática as diversas habilidades desenvolvidas ao longo de todo o Ensino Básico, tais como pintura, desenho, modelagem em barro, carpintaria, eurytmia, trabalhos manuais, recitação, música e coro.

É, para além disto, colocar diante do jovem o desafio de transpor as barreiras de si mesmo e experimentar outros personagens. Nesta fase da vida em que o ser humano busca fortemente identificar-se através do outro, a proposta de uma peça teatral para o grupo tem papel muito especial.

Esta turma pioneira no 3º ciclo tem o desafio e a honra de realizar esta grande tarefa pela primeira vez na história da Escola A Oliveira. Os desafios, claro, são imensos e, entretanto, também as alegrias.

Durante o processo percebi que aos poucos, depois de muito relutarem, os alunos puderam por ao lado as estruturas já formadas e deixaram-se levar através dos intrigantes e divertidos personagens da peça. Belo caminho de descobertas e aprendizagem!

Aprendi a conhecê-los melhor e mais, desenvolvi uma grande admiração por cada um destes alunos. Estou grata por poder participar da história de cada um deles e também por poder ajudar a fazer a história da Oliveira.

The theater proposed for the 8th grade students in Waldorf schools aims to make them put into practice the various skills developed throughout Basic Education, such as painting, drawing, clay modeling, carpentry, eurythmy, crafts, recitation, music, and chorus.

It is, beyond that, putting before the youngster the challenge of overcoming the barriers of himself and trying out other characters. In this stage of life in which human beings strongly seek to identify themselves through the other, the proposal of a play for the group has a very special role.

This pioneer class in the 3rd cycle has the challenge and the honor of carrying out this great task for the first time in the history of Escola Waldorf A Oliveira. The challenges, of course, are immense, and yet so are the joys.

During the process, I realized that little by little, after much reluctance, the students were able to put aside the already formed structures and let themselves be carried away by the intriguing and amusing characters in the play. A beautiful path of discovery and learning!

I learned to know them better and more; I developed a great admiration for each of these students. I'm grateful for being able to participate in the story of each of them and also for being able to help make Oliveira history.

Época de Antropologia

Season of Anthropology

7^A CLASSE
7TH CLASS

Caros leitores,

o 7º ano do currículo Waldorf propõe várias épocas muito especiais que visam - como toda a sua proposta educativa - acompanhar o crescimento do corpo físico e anímico dos alunos. Assim o currículo enche-se de significado pois, o aluno vê-se representado nos processos que estuda, uma vez que o crescimento físico que ocorre no seu corpo e o crescimento interior que germina e vive na sua alma, permite ao aluno reconhecer-se nesses mesmos processos.

Entre outras áreas do saber estudámos este ano Antropologia, Saúde e o Estudo do Corpo Humano. No âmbito do estudo sobre o sistema reprodutor, falámos primeiramente sobre os vários tipos de amor e os seus diferentes significados pela Antiga Grécia. Aquilo que para nós resumimos apenas numa palavra, Amor, os gregos outrora usavam três palavras para definirem tamanho sentimento. De seguida, estudámos a reprodução nos diferentes animais, terrestres, aquáticos e aéreos, como peixes, répteis,

Dear readers,

The 7th year of the Waldorf curriculum proposes several very special times that aim - like all its educational proposal - to accompany the growth of the students' physical and soul bodies. Thus, the curriculum is full of meaning because the student sees himself represented in the processes he studies, since the physical growth that occurs in his body and the interior growth that germinates and lives in his soul, allows the student to recognize himself in these same processes.

Among other areas of knowledge, this year we studied Anthropology, Health and the Human Body. As part of the study of the reproductive system, first we talked about the various types of love and their different meanings for Ancient Greece. What we summarize in just one word, Love, the Greeks once used three words to define such a feeling. Then, we studied reproduction in different terrestrial, aquatic and aerial animals, such as fish, reptiles, birds and mammals. The different phases of reproduction, "moment of courtship", heat,

aves e mamíferos. As diferentes fases da reprodução, "momento da corte", o cio, a fecundação e a gestação ora interna ou externa. Debruçamo-nos sobre a relação entre o "casal" nas diferentes espécies e a relação dos progenitores com a prole.

Assim depois deste estudo, boas e próximas conversas entre nós, partilhas e reflexão estávamos prontos para nos debruçarmos sobre a reprodução no ser humano, assim como, o tema tão delicado que o abraça: o amor e a sexualidade.

Partilho convosco as criações dos meus alunos (redações próprias) sobre o amor. Como tantas vezes, temos os "miúdos a dar lições aos graúdos". Partilhamos ainda um texto criativo sobre o sistema digestivo.

Boas leituras!

fertilization and gestation, either internally or externally, were studied on the relationship between the "couple" in different species and the relationship between parents and offspring.

So after this study, with good and close conversations between us, of sharing and reflection, we were ready to focus on reproduction in human beings, as well as the very delicate topic that embraces it: love and sexuality.

I share with you my students' creations (own writings) about love. As so often, we have the "kids giving lessons to the grownups". We also share a creative text about the digestive system.

Happy readings!

Imagina-te como um alimento e descreve a tua travessia no sistema digestivo. Fala das sensações que terias nessa viagem.

Imagine yourself as a food and describe your journey through the digestive system. Talk about the sensations you would have on that trip.

Bom dia, o meu nome é Nico e eu sou um donuts bem açucarado e gorduroso. Estou prestes a ser mordido por um homem muito feio e gordo. Ai! Comeu-me o braço! Ai! Foi-se o meu rabo! Ui! A cabeça também!

Pronto, agora estou a ser mastigado e desintegrado por dentes amarelos, uma boca mal cheirosa. A saliva corrói-me o corpo todo.

Uhhhhh estou a escorregar... Oh não! Fui engolido, passo pela faringe, vejo uma portinhola, ah! É a epiglote, boa, segui pelo sítio certo. Desço a toda a velocidade pelo esófago e espanco-me contra a parede do estômago. Fui direcionado para uma esteira que conduziu-me para um duche gástrico. Isto cheira ao meu avô Tonho.

Depois de um longo banho de imersão em ácido descí pelo duodeno até ao intestino delgado. Lá fui separado em vários nutrientes. A papa em que me tornei, que antes era parte do meu ser, foi agora para longe de mim. Aquilo eram só curvas e eu batia contra as paredes daquele túnel escuro interminável. Do nada já não sentia nem o chão, nem as paredes do delgado. Estava a flutuar nos gases que ali estavam que me lembram o cheiro de cão molhado (Urrr - odeio cães!). Encontrava-me no intestino grosso. Seguí por aquele lugar desde o apêndice até ao reto. Lá fui eu novamente massacrado e amassado e desta vez transformado numa massa pastosa. E aí tudo ficou quieto. Depois de 2 horas por ali comecei a ouvir um alarme e à minha frente abriu-se uma porta... ví luz! A luz era forte. Depois de 2 segundos fui expelido e caí em água – plof! Desci pelo cano da sanita e morri afogado.

Bernardo Dayrel

Good morning, my name is Nico and I am a sugary and greasy donut. I am about to be bitten by a very ugly and fat man. There! Ate my arm! There! My butt is gone! Hey! The head too!

Okay, now I'm being chewed and disintegrated by yellow teeth, a foul-smelling mouth. Saliva corrodes my whole body.

Uhhhhh I'm slipping... Oh no! I was swallowed, I pass through the pharynx, I see a hatch, ah! It's the epiglottis, good, I went to the right place. I sprint down the esophagus and smack myself against the stomach wall. I was directed to a mat that led me to a gastric shower. This smells like my grandfather Tonho.

After a long bath of acid immersion I descended through the duodenum to the small intestine. There I was separated into various nutrients. The mush I became, which was once part of my being, has now gone away from me. It was just curves and I bumped against the walls of that endless dark tunnel. Out of nowhere I could no longer feel the floor or the slender walls. I was floating in the gases that were there that remind me of the smell of wet dogs (Urrr - I hate dogs!). I was in the large intestine. I followed that place from the appendix to the rectum. There I was again massacred and crushed and this time transformed into a pasty mass. And then everything was quiet. After 2 hours there I started to hear an alarm and in front of me a door opened... I saw light! The light was strong. After 2 seconds I was expelled and fell into water – plof! I went down the toilet and drowned.

Olá, chamo-me Morango e estou prestes a ser comido por um homem. Agora estou na sua boca e encontro-me a ser esmagado por ossos bicudos.

Digo-vos já que esta é a pior dor da minha vida. Ahhhhhhhh agora estou a cair por um tubo chamado de esófago. Até é "fixe" é como se eu estivesse num escorrega. Acabei de cair num lugar sem luz nenhuma e está a ficar muito quente. Sinto que estou num líquido. Aiiii este líquido está a despedaçar todo o meu corpo ainda mais. E agora parece que estou a ser queimado.

Passaram alguns minutos e agora estou a fazer a maior maratona da minha vida. A sério, parece que o intestino delgado nunca acaba! Consigo sentir que os meus nutrientes estão a ser retirados do meu corpo. São meus!!!!

Depois da maratona, estou a passar pelo intestino grosso que parece ser uma travessia ainda mais difícil. Acabei de reparar que estou castanha e cheiro horrivelmente mal. Cheguei ao fim desta jornada e não tenho outro sítio para ir e.... oh não!!! Estou a ver uma luz intensa, branca que me ofusca..... acho que a minha vida está a acabar ohhhh. Espera, vejo algo?? Serão os meus pais?! Serão eles que me vieram buscar? Oh! Espera um minuto, estou dentro de uma sanita e encontro-me a descer. Acho que estou no inferno, pois a única coisa que consigo ver são outros corpos castanhos e mal cheirosos...

Que fim trágico o meu...

Hi, my name is Strawberry and I am about to be eaten by a man. Now I'm in his mouth and I find myself being crushed by pointy bones.

Now I tell you, this is the worst pain of my life. Ahhhhhhhh now I'm falling through a tube called an esophagus. It's even "cool" it's like I'm on a slide. I just fell in a place with no light and it's getting really hot. I feel like I'm in liquid. Aiiii this liquid is tearing my whole body apart even more. And now it feels like I'm being burned.

A few minutes passed and now I'm doing the biggest marathon of my life. Seriously, it seems like the small intestine never ends! I can feel my nutrients being taken out of my body. They are mine!!!!

After the marathon, I'm going through the large intestine, which seems to be an even more difficult crossing. I just noticed that I'm brown and smell horribly bad. I have reached the end of this journey and I have nowhere else to go and.... oh no!!! I'm seeing an intense, white light that blinds me.....I think my life is ending....ohhhh. Wait, see something?? Will it be my parents?! Are they the ones who came to get me? Oh! Wait a minute, I'm in a toilet and I'm on my way down. I think I'm in hell, because the only thing I can see are other brown and smelly bodies... What a tragic end for me...

Olá eu sou um caroço, mentira.. eu era um caroço! Neste momento, a minha casa, que é uma maçã, está a ser mastigada numa boca. Felizmente, eu não sou atingido mas, um líquido viscoso, um ácido, está a correr-me um pouco. Esse líquido é conhecido por saliva. Depois de ser banhado em saliva, fui engolido passando pelo esófago. Este caminho está mesmo apertado. Sinto-me quase sem ar.

Felizmente o caminho acabou. Eu estava mesmo feliz até que uma substância verde e ácida corroeu-me! Depois de ser quase destruídos pelos sucos gástricos cheguei ao duodeno.

E este levou-me, através de contrações musculares, a um caminho cheio de curvas que nunca mais acabava. Fiquei um quanto enjoado.

Esse caminho empurrou-me até um lugar, chamado "ceco" no intestino grosso. Esse lugar cheirava tão mal, mas tão mal que parecia que alguém tinha morrido lá dentro. Sou tão pequenino que flutuei por aquele túnel cheio de gases fedorentos, felizmente não tocava em nada. De repente, vi-me no "reto" até que fui defecado.

Quando saí estava num pequeno riacho, acho que era de noite de tão escuro que estava. Afortunadamente, uma parte de mim ainda subsiste. Porém, sou cada vez mais pequeno. Fez-se luz, algo por cima de mim, saiu. Uma grande massa, dividida em 2 montanhas, levantou-se permitindo que entrasse luz. Compreendo melhor o riacho onde me encontro. Ouí um estrondo! O que é isto? Estou a ser arrastado, uma força puxa-me para baixo... é um ciclone! Sigo por ali, confio, e vou até um túnel escuro cheio de outros mal cheirosos iguais a mim.

Permaneço por ali uns dias. Aqui é mais sossegado. No entanto, a determinada altura, deslocamo-nos calmamente. Deslizei e caí noutra ambiente aquático. Percebo que agora estou num riacho enorme. Não vejo o fim... Talvez seja o mar. Olho para ao lado e vejo imenso plástico ao meu redor. Estou numa ilha de plástico. Que triste fim.

Hi I'm a lump, lie... I was a lump! Right now, my house, which is an apple, is being chewed in a mouth. Fortunately, I'm not hit, but a viscous liquid, an acid, is running through me a little bit. This liquid is known as saliva. After being bathed in saliva, I was swallowed through the esophagus. This path is really tight. I feel almost out of breath.

Fortunately, the path is over. I was really happy until a green, acidic substance corroded me! After being almost destroyed by gastric juices, I reached the duodenum. And this one took me, through muscle contractions, on a path full of curves that never ended. I got a little sick.

This path pushed me to a place called "cecum" in the large intestine. This place smelled so bad, but so bad that it felt like someone had died inside. I'm so little that I floated through that tunnel full of smelly gases, luckily I didn't touch anything. Suddenly, I found myself in the "rectum" until I was defecated.

When I left I was in a small stream, I think it was at night, it was so dark. Fortunately, a part of me still exists. However, I am getting smaller. There was light where something above me came out. A large mass, divided into 2 mountains, rose up allowing light to enter. I better understand the creek where I am. I heard a crash! What is this? I'm being dragged, a force pulls me down... it's a cyclone! I follow that way, trust, and go to a dark tunnel full of other smelly ones just like me.

I stay there for a few days. It's quieter here. However, at some point, we moved calmly. I slipped and fell into another aquatic environment. I realize that I am now in a huge stream. I don't see the end... Maybe it's the sea. I look to the side and see a lot of plastic around me. I'm on a plastic island. What a sad end.

Eu sou uma pessoa microscópica e vivo numa casa microscópica. Num dia – estava a apanhar comida na casa dos gigantes – eu fui.... comida. Comecei na boca fui Au! Que ... uhh dor! Ah, já sei! Vou segurar-me na língua e comecei a gritar: "Tu não sabes ver, idiota. És mesmo um *)=&/\$)# ! Deixa-me sair " Au! De súbito, fui catapultada para a parte mais funda da boca e depois caí... Ao cair no estômago, fiquei meio atordoado. Ali só sobrevivi porque estava em cima de uma papa de banana (que foi comida junto comigo) e que usei como o meu barco. Todavia, o meu barco foi ficando cada vez mais pequeno, consumido pelos ácidos abundantes que nos envolviam. Eu, sendo um herói, saltei para a saída – talvez já não conseguia pensar bem – mas, avistei um leteiro que diz "exit" e fui por ali. Mais à frente, vi mais um que dizia "intestino delgado". E foi por este que segui viagem. Ali fiquei e chegou um ácido diferente! Mas não senti nenhuma dor. Lembrei-me desse momento de uma história que o meu avô me contou. Nessa história, contava-se que nós, as pessoas microscópicas, somos imunes a todos os ácidos e venenos. Nunca acreditei nisso porque nunca ninguém chegou a experimentar tal vivência. Porém, sei agora que era verdade.

Estou agora a nadar no ácido e, por causa de, vários leiteiros sei que passei pelas várias partes do intestino grosso. Estou bem feliz que até aqui sobrevivi. Entretanto, fiquei com muito pouca força, porque com a ajuda do fígado, perdi as últimas gramas de gordura que tinha. Estou com bastante fome. Ainda assim comecei a nadar o mais rapidamente possível. Agora vi passar o reto e com um som repugnante saí pelo ânus e caí para um grande lago, pelo menos para mim que sou microscópico. Percebi que estava a salvo. Ufa, que alívio! Ouí um barulho enorme e, de repente, fui sugado para debaixo de água. Felizmente consegui conseguir respirar uma última vez antes de uma longa apneia. Fui por um caminho muito turbulento e caí em várias cascatas.

Até que fui salva por uma ratazana amistosa. Ela levou-me até à sua casa. Ali caí de joelhos à frente dela e disse-lhe "obrigada, não há nada que possa fazer para pagar a minha dívida. Mas poderei fazer tudo o que me pedires por me teres salvo." A ratazana olhou uma última vez para mim, sacudiu a cauda estreita, como um chicote, passou a língua entre os dentes afiados da frente tocando no seu nariz e..... comeu-me numa só dentada.

I am a microscopic person and I live in a microscopic house. One day – I was picking up food at the giants' house – I was... food. I started in the mouth I went Au! What... uhh pain! Oh, I know! I hold my tongue and start screaming, "You can't see, idiot. You really are a *)=&/\$)# ! Let me out.... "Ow! Suddenly I was catapulted into the deepest part of my mouth and then I fell... As I fell to my stomach, I was a little dizzy. There I only survived because I was on top of a banana porridge (which was eaten with me) and which I used as my boat. However, my boat got smaller and smaller, consumed by the abundant acids that surrounded us. I, being a hero, jumped to the exit – maybe I couldn't think straight anymore – but I saw a sign that says "exit" and went that way. Up ahead, I saw another one that said "small intestine". And that's why I followed my journey. There I stayed and a different acid arrived! But I didn't feel any pain. I remembered that moment from a story my grandfather told me. In that story, it was said that we microscopic people are immune to all acids and poisons. I never believed it because no one ever got to experience such an experience. But I know now that it was true.

I'm now swimming in acid, and because of various signs I know I've passed through various parts of the large intestine. I'm really happy that I've survived so far. However, I was left with very little strength, because with the help of the liver, I lost the last grams of fat I had. I'm really hungry. Still, I started swimming as quickly as possible. Now I saw the rectum pass and with a sickening sound I came out through the anus and fell into a large lake, at least for me who am microscopic. I realized I was safe. Phew, what a relief! I heard a huge noise and was suddenly sucked under the water. Luckily I managed to breathe one last breath before a long apnea. I went down a very turbulent path and fell into several waterfalls. Until I was saved by a friendly rat. She took me to her house. There I dropped to my knees in front of her and said, "Thank you, there is nothing I can do to pay my debt. But I will be able to do whatever you ask me for you to save me." The rat took one last look at me, flicked its narrow tail like a whip, ran its tongue between its sharp front teeth, touched its nose, and..... ate me in one bite.

Merlín Brage Prat

Ronja Weber

Olá eu sou uma maçã e estou a ser mastigada na boca – au, au, au, au. Estou agora a ser engolida e estou a passar pela faringe. Mas continuo a descer! Já passei pelo esófago, lá encontro ácidos.

Agora estou no estômago. Ai, ai, ai que dor! Estes ácidos são mesmo fortes!! Queimam-me!!! Aqui no estômago estou a receber ácidos de todos os lados, parecem cascatas. Estou em transformação, quase a passar para o estado líquido! Ah que bom, finalmente, o ácido desapareceu, agora está quentinho. Até parece um jacuzzi. Não! Não, estou a descer... o meu jacúuuuuuzzzziiiiiiiiiiii

Daqui fui levado para o intestino delgado, onde estava demasiado apertado! Depois segui para o grosso, urrrrrr!!! Cheira mesmo mal, cheira a ovo podre!!! Depois do nada, cá! Oh não!!! Só faltava esta! Fui defecado! Cá numa sanita. Comecei a descer. Ficou muito escuro e já estava a perder o oxigénio de tão abafado que aquilo era. Ao longe, ao fundo do túnel, vi um luz.. Pensei, será o céu?

Quando lá cheguei não era o céu, nem o inferno, era pior! Era muito pior!! Eram os esgotos municipais. A mãe sempre me disse que eu era uma "bosta e que eu ia acabar mal!". A mamã tinha razão. E passei o resto da minha vida nos esgotos, a ser comida por ratazanas. Passou-se um dia desde que cá nos esgotos que infelicidade a minha... ahhhh.. uhhhhh (na verdade passaram apenas 8 minutos).

Vejo algo ao longe, deslocam-se devagar. Estão a comer piza. Ah! São as "Tartarugas Ninja". Vieram salvar-me! Boa!!! Vês, mãe, estavas errada! Ahh ahhh, esperem, esperem estou aqui!! Hello!?! Conseguem ver-me?! Ohh não!!! Elas só passaram por mim. Ignoraram-me!!! Ahhhhhh porquê eu!?!?

Hi I'm an apple and I'm being chewed in the mouth – woof, woof, woof, woof. I am now being swallowed and I am passing through the pharynx. But still going down! I've already gone through the esophagus, I find acids there.

Now I'm in the stomach. Oh, oh, oh, what a pain! These acids are really strong!! They burn me!!! Here in the stomach I'm getting acids from all sides, they look like cascades. I am in transformation, almost passing to the liquid state! Oh good, finally the acid is gone, now it's warm. It even looks like a jacuzzi. No! No, I'm going down...my jacúuuuuuzzzziiiiiiiiiiii....

From here I was taken to the small intestine, where it was too tight! Then I went to the thick, urrrrrr!!! It smells really bad, it smells like rotten eggs!!! After all, I fell! Oh no!!! Only this one was missing! I've been defecated! I fell into a toilet. I started down. It got very dark and was already losing oxygen it was so stuffy. In the distance, at the end of the tunnel, I saw a light... I thought, is it the sky?

When I got there it wasn't heaven or hell, it was worse! It was much worse!! It was the municipal sewers. Mother always told me that I was "shit and that I would end up bad!" Mom was right. And I spent the rest of my life in the sewers, being eaten by rats. It's been a day since I fell into the sewers what a misfortune for me... ahhhh... uhhhhh (it's actually only been 8 minutes).

I see something in the distance, they move slowly. They're eating pizza. Ah! They are the "Ninja Turtles". They came to save me! Good!!! See, mother, you were wrong! Ahh ahhh, wait, wait, I'm here!! Hello!?! Can you see me?! Ohh no!!! They just passed me. They ignored me!!! Ahhhhhh why me!?!?

Olá eu sou o Ricardo e sou um abacate. Vou ser comido agora mesmo, isto vai ser uma montanha russa. Ahhhhhhhhhh estou a cairrrrrrrr.... Espera, aquilo ali era o esófago? Estou a cair tão rápido. Cheguei ao estômago – fogo, cheira mal! Ah és tu estômago... pois lamento dizer-te mas tu não tomas banho à anos! Grrrrrrr.... Que nojo! Porque razão estou a levar com estes guichos de água verde e acinzentada. Ahhhh são os sucos gástricos. Ai vem a bilis, o pior de todos!! Auuuuu... queimam-me! E eu que sou tão fofinho... Espera estou a sentir-me empurrado para baixo. Wow!! Cheguei ao intestino delgado. Este tira-me os nutrientes. Sinto-me mais assim como magro, sei lá, resumido. Agora sigo para o grosso. O intestino grosso cheira muito mal. Falava eu do estômago. Bolas este aqui, o grosso, não se pode com o cheiro! E tem um aspeto estranho. Mas lá vou eu .. meio às cegas e confiando. "Oba, onde estou eu agora?". Estou numa sanita.

– Ei... tu aí?!?! - grito desesperado olhando para cima.

Continuo esperançoso:

– Gabriel, não te lembras de mim?!. Bolas, éramos bons amigos.

Insisto com resiliência:

– Não me abandones, por favor, aqui com o papel higiénico.

Que mau!! Não só o tipo não me ouve como tenho o papel higiénico todo molhado e colado ao que resta de mim.

Ohh não.. não tinha reparado. Sou mole e castanho e eu que era tão fofinho.

Hi I'm Ricardo and I'm an avocado. I'm gonna get eaten right now, this is gonna be a roller coaster. Ahhhhhhhhhh I'm falling... Wait, was that the esophagus over there? I'm falling so fast. I got to my stomach - fire, it stinks! Oh it's your stomach... because I'm sorry to tell you but you haven't bathed in years! Grrrrrrr.... How disgusting! Why am I taking these green and gray water tows. Ahhhh it's the gastric juices. Here comes the bile, worst of all!! Auuuuu... they burn me! And I'm so cute... Wait, I'm feeling pushed down. Wow!! I got to the small intestine. This

one takes my nutrients. I feel more thin, I don't know, in a nutshell. Now I go to the bulk. The large intestine smells very bad. I was talking about the stomach. Oh heck, this one, the thick one, you can't with the smell! And it looks weird. But here I go... kind of blind and trusting. "Wow, where am I now?" I'm in a toilet.

– Hey... you there?!?! - desperate cry looking up.

I remain hopeful:

– Gabriel, don't you remember me?!. Damn, we were good friends.

I insist with resilience:

– Please don't leave me here with the toilet paper.

That's bad!! Not only does the guy not hear me, I have the toilet paper all wet and glued to what's left of me.

Ohh no... I hadn't noticed. I'm soft and brown and I was so cute.

O que é o amor para ti e o que valorizas numa relação amorosa?

What is love for you and what do you value in a loving relationship?

O amor claramente é um sentimento, um dos sentimentos mais fortes! O Homem ama, os animais amam. Há Homens que amam os animais e animais que amam os Homens. Existe amor forte e existe amor fraco. Aprendemos com os antigos gregos que existem três tipos de amor, mas eu acho que há milhões tipos de amor diferentes.

Para mim o importante numa relação amorosa seria a confiança e o cuidado mútuo. O casal tem que se compreender um ao outro e dar espaço ao outro para fazer algo sozinho ou com os seus amigos no caso desejarem fazê-lo. É importante que compreendam e respeitem os interesses do outro, bem como os seus sentimentos e, muito importante, os seus medos. Com essa consideração torna-se mais fácil e menos arriscado amar verdadeiramente. E quando se ama alguém têm que dizê-lo. Também é muito importante sentirem uma profunda amizade e serem mais que tudo bons amigos.

Há muitos livros e em quase todos havia uma história (maior ou menor) de amor. A grande maioria das músicas fala-nos de amor. O mesmo acontece com o cinema. Nas histórias, nas músicas e nos filmes sempre parece tudo tão fácil e perfeito e, na maioria das vezes, acaba bem com um "Happy End".

Eu acho que o mais fácil é encontrares uma pessoa que amas. O mais difícil é dizer isso a essa pessoa. Mais difícil ainda é que essa pessoa depois também gosta de ti. Igualmente difícil é continuar à procura da pessoa certa depois de muitas falhas.

Love is clearly a feeling, one of the strongest feelings! Man loves, animals love. There are Men who love animals and animals who love Men. There is strong love and there is weak love. We learned from the ancient Greeks that there are three types of love, but I think there are millions of different types of love.

For me, the important thing in a loving relationship would be trust and mutual care. The couple has to understand each other and give each other space to do something alone or with their friends in case they want to do it. It is important that they understand and respect the other person's interests as well as their feelings and, most importantly, their fears. With that consideration it becomes easier and less risky to truly love. And when you love someone you have to say it. It is also very important to feel a deep friendship and to be good friends above all.

There are many books and in almost all of them there was a story (major or minor) of love. The vast majority of songs tell us about love. The same happens with cinema. In stories, music and movies it always seems so easy and perfect and most of the time it ends well with a "Happy End".

I think the easiest thing is to find someone you love. The hardest thing is to say that to that person. It's even harder that that person later likes you too. Equally difficult is to keep looking for the right person after many failures.

Por/By Rala

Por/By Hanahaki

O amor é uma emoção muito forte e bastante frágil. Pode quebrar-se facilmente. Não podemos controlar o amor, pois é um sentimento que surge sem o nosso controle. De tal maneira que, por vezes, nem nos apercebemos que estamos apaixonados por alguém. Não devíamos brincar com o amor, pois se isso acontecer normalmente pode correr mal.

Numa relação entre duas pessoas, seja do sexo oposto ou entre o mesmo género, a relação tanto pode ser forte como superficial.

Se eu estivesse numa relação amorosa eu iria querer uma relação forte que nunca fosse quebrada. Numa relação tu vais desejar um parceiro/a que seja leal, querido, confiável - alguém em quem possas confiar - e com quem te sintas confortável. Se tu não te sentires confortável com o outro e se desconfiares dele/dela, se este/a mente-te ou esconde-te algo, o melhor que tens a fazer é falar com ele/ela. Nestas situações, mesmo conversando, muitas vezes, infelizmente, as relações acabam por terminar.

Uma coisa para mim importante num parceiro/a é que ele/ela me ajude e respeite as minhas decisões - eu irei procurar fazer o mesmo por ela/ela. Também é importante para mim que os meus pais respeitem as minhas decisões, ou seja, a escolha do meu parceiro/a. O mesmo acontece em relação aos meus amigos - gostaria que respeitassem as minhas escolhas. Eu gostaria que os meus amigos tenham uma boa relação com o meu parceiro/a e que este/a se sintam confortável entre nós.

Nos tempos antigos muitas famílias combinavam casamentos para os seus filhos, sem o seu consentimento, forçando-os a terem filhos. Felizmente, em algumas destas situações, estes acabavam por se apaixonar.

Love is a very strong emotion and a very fragile one. It can break easily. We cannot control love as it is a feeling that arises without our control. In such a way that, sometimes, we don't even realize that we are in love with someone. We shouldn't play with love, because if that happens it can usually go wrong.

In a relationship between two people, whether of the opposite sex or between the same gender, the relationship can be either strong or superficial.

If I were in a loving relationship I would want a strong relationship that would never be broken. In a relationship you will want a partner who is loyal, dear, trustworthy - someone you can trust - and with whom you feel comfortable. If you don't feel comfortable with the other and if you distrust him/her, if he/she is lying or hiding something from you, the best thing you can do is talk to him/her. In these situations, even talking, often, unfortunately, relationships end up ending.

One thing that is important to me in a partner is that he/she helps me and respects my decisions - I will try to do the same for him/her. It is also important for me that my parents respect my decisions, meaning, the partner I choose. The same goes for my friends - I would like them to respect my choices. I would like my friends to have a good relationship with my partner and for him/her to feel comfortable with each other.

In ancient times many families arranged marriages for their children, without their consent, forcing them to have children. Fortunately, in some of these situations, they ended up falling in love.

Para mim o amor podem conter muitas coisas diferentes, tanto uma coisa linda como uma grande perda de tempo. Eu acho que o amor é um sentimento que se sente na alma, que até pode inclusive levar as pessoas a fazerem coisas estranhas! Quando estás apaixonado e vês essa pessoa, o teu coração põe-se saltos e normalmente ficas corado – o que é uma chatice.

Por/By KingWin

Aquilo que eu mais valorizo no amor é aquela parte de gostares dessa pessoa o sentimento que por ela sentes faz com que queiras estar com essa pessoa o máximo de tempo possível. Todavia, também desvalorizo essa parte, pois pode ser uma perda de tempo passares o tempo todo com essa pessoa impedindo-te de viveres a tua vida. Bem, estou a contradizer-me... Também não gosto da parte que acabas por fazer coisas estranhas quando estás apaixonado. Talvez o amor seja em si uma grande contradição.

Numa relação amorosa eu quero essencialmente lealdade e respeito. Desejo que os meus pais respeitem a minha decisão e a escolha na forma como desejo ser feliz

Considero importante que a pessoa que eu amo respeite os meus amigos e vice-versa. Também preciso que respeitem o meu espaço, não temos que fazer tudo juntos. Aprecio a minha liberdade.

O amor significa que duas pessoas querem estar conectadas e querem fazer muitas coisas muito juntas.

Em algumas circunstâncias o amor pode durar muito tempo. Noutras, nem por isso, pode até ser extremamente triste. Mas noutras pode ser muito feliz. Ao longo do tempo a tua relação amorosa evolui e poderás ter muitos e diferentes sentimentos. Por isso, não podemos resumir o amor a um só sentimento. É muito mais complexo! Podem ser bons ou maus sentimentos.

For me love can contain many different things, both a beautiful thing and a great waste of time. I think love is a feeling that is felt in the soul, which can even lead people to do strange things! When you're in love and you see that person, your heart leaps and you usually blush – which is a drag.

What I value most about love is that part of liking that person, the feeling you feel for them that makes you want to be with that person for as long as possible. However, I also devalue that part, as it can be a waste of time to spend all of your time with that person preventing you from living your life. Well, I'm contradicting myself... I also don't like the part where you end up doing weird things when you're in love. Perhaps love itself is a great contradiction.

In a loving relationship I essentially want loyalty and respect. I want my parents to respect my decision and choice in the way I want to be happy.

I consider it important that the person I love respects my friends and vice versa. I also need that there is respect for my space, we don't have to do everything together. I appreciate my freedom.

Por/By King

Love means that two people want to be connected and want to do a lot of things together.

In some circumstances love can last a long time. In others, not really, it can even be extremely sad. But in others you can be very happy. Over time your love relationship evolves and you may have many different feelings. Therefore, we cannot reduce love to a single feeling. It's much more complex! They can be good or bad feelings.

O amor para mim é uma emoção que não se controla e até te leva a cometer loucuras por este sentimento. Há três tipos de amor que aprendemos com os Gregos na Antiga Grécia: Amor Fileo que corresponde ao um amor que existe na amizade. O Amor Ágape que nos fala sobre o amor fraternos entre as gentes (entre desconhecidos) e o Amor Eros que é o verdadeiro amor e paixão.

Por/By T3rM1NaT0r

Existem diferentes histórias de amor. Há pessoas que estão cansadas à anos e zangam-se muito porque na sua relação passaram por momentos difíceis. Nesses momentos se não conversarem e se não forem bons amigos começam a ter tantas discussões que para eles torna-se normal zangarem-se.

O amor verdadeiro é uma coisa rara de acontecer. Por vezes encontramos alguém e nos apaixonamos momentaneamente. Começamos um relacionamento amoroso e, por fim, percebemos que a pessoa não tem a ver contigo. Ele/ela trata-te mal ou não te respeita!

Para mim, para alguém namorar comigo, esta pessoa tem de ser: amorosa, companheira, apoiar-me nas minhas escolhas, respeitar-me e confiar em mim e eu nela.

Mas uma relação amorosa vai além do namoro, casamento ou sexo. Podemos encontrar amor numa relação de amizade ou amor entre a família. O amor fraterno também existe entre os Homens. Cada tipo de amor requer coisas parecidas e coisas distintas.

O amor é um sentimento muito forte que pode levar uma pessoa a fazer coisas malucas, como abandonar uma carreira profissional de sucesso ou mudar de cidade ou país. O amor é um sentimento que precisa de constante "manutenção" e cuidado. Em suma, é um sentimento frágil.

Love for me is an emotion that can't be controlled and it even drives you to do crazy things for this feeling. There are three types of love that we learn from the Greeks in Ancient Greece: Love Fileo which corresponds to a love that exists in friendship. The Agape Love that tells us about the fraternal love between people (among strangers) and the Eros Love that is true love and passion.

There are different love stories. There are people who are tired for years and get very angry because in their relationship they went through difficult times. At these times, if they don't talk and if they aren't good friends, they start having so many arguments that it becomes normal for them to get angry.

True love is a rare thing to happen. Sometimes we meet someone and fall in love momentarily. We start a loving relationship and eventually realize that the person has nothing in common with you. He/she treats you badly or doesn't respect you!

For me, for someone to date me, this person has to be: a loving, companion, that supports me in my choices, respects me and trust me, and me in her.

Por/By Tomate Cru

But a loving relationship goes beyond dating, marriage or sex. We can find love in a relationship of friendship or love within the family. Brotherly love also exists among men. Each type of love requires similar things and different things.

Love is a very strong feeling that can lead a person to do crazy things, like abandoning a successful professional career or moving to another city or country.

Love is a feeling that needs constant "maintenance" and care. In short, it is a fragile feeling.

Poema

Poem

FERNANDO PESSOA



O amor, quando se revela,

Não se sabe revelar.

Sabe bem olhar p'ra ela,

Mas não lhe sabe falar.

Love, when it reveals itself,

Doesn't know it reveals.

It feels good to look to her,

But doesn't know how to speak to her.

Quem quer dizer o que sente

Não sabe o que há-de dizer.

Fala: parece que mente. . .

Cala: parece esquecer. . .

Ah, mas se ela adivinhasse,

Se pudesse ouvir o olhar,

E se um olhar lhe bastasse

P'ra saber que a estão a amar!

Mas quem sente muito, cala;

Quem quer dizer quanto sente

Fica sem alma nem fala,

Fica só, inteiramente!

Mas se isto puder contar-lhe

O que não lhe ousou contar,

Já não terei que falar-lhe

Porque lhe estou a falar. . .

Fernando Pessoa (1928)
in Poesias Inéditas (1919-1930)

Who wants to say what he feels

He doesn't know what to say.

To speak: it seems that he lies. . .

To be silente: he seems to forget. . .

Oh, but if she guessed,

If she could hear the look,

And if one look was enough

To know they're to love!

But those who feel so much, silence;

Who wants to say how much he feels

Has no soul nor words to speak,

Stays alone, entirely!

But if this can tell her

What I dare not tell her,

I won't have to talk anymore

Because I'm talking to her. . .

Fernando Pessoa (1928)
in Poesias Inéditas (1919-1930)

Notícias do Conselho de Pais

Parent Council News

CONSELHO DE PAIS
PARENT COUNCIL

Abraçando a Incerteza com Compaixão e Respeito

Este ano tem sido um grande desafio para todos nós. Como comunidade, como famílias, ou como indivíduos, fomos todos afetados por mudanças inesperadas. Estas mudanças tiveram um impacto poderoso e profundo no ritmo das nossas vidas, muitas vezes desequilibrando o fluxo e quebrando a harmonia que todos gostaríamos de manter diariamente.

Quando as coisas pareciam voltar a um estado de "normalidade" e estávamos todos a preparar-nos para fechar o ano letivo, surgiu um novo desafio nas nossas vidas que criou dúvidas e silenciou a paz nos nossos corações. É importante lembrar que todos procuramos melhorar e criar um mundo mais pacífico. Mudámos as nossas vidas para investir numa educação diferente para o futuro da humanidade- os nossos filhos. Alguns pais só decidiram deixar um sistema com menos coração, enquanto outros mudaram de país, e alguns até vieram de continentes diferentes.

Embracing Uncertainty with Compassion and Respect

This year has been a big challenge for all of us. As a community, as families, or as individuals, we were all impacted by unexpected changes. These changes had a powerful and deep impact in the rhythm of our lives, many times unbalancing the flow and breaking the harmony we all would like to maintain everyday.

When things seemed to return to a state of "normality" and we were all preparing to close the school year, suddenly, a new challenge appeared in our lives that has created doubt and silenced the peace in our hearts.

It is important to remember that we are all looking to improve and create a more peaceful world. We changed our lives to invest in a different education for the future of humanity - our children. Some parents only decided to leave a system with less heart, while others changed country, and some even came from different continents.

Uma coisa é certa: todos tivemos a coragem de mudar; todos tivemos a coragem de enfrentar a incerteza, perdendo algum conforto, seguindo os nossos corações. Mas, mesmo com um objetivo comum, esta bela comunidade está certamente cheia de diversidade. Diferentes seres humanos com diferentes experiências, diferentes perspetivas e opiniões, diferentes dores, diferentes alegrias, estão reunidos num lugar tranquilo do sudoeste de Portugal.

Esta abundância de diversidade é a riqueza de todos nós, como comunidade.

Quão aborrecido seria se tivéssemos as mesmas opiniões e perspetivas? Como podemos evoluir e crescer sem reconhecer as nossas diferenças únicas?

Na natureza, quando a luz intensa do Sol se cruza com a suavidade da água, às vezes podemos observar a magia de um belo arco-íris, expressando várias cores em total harmonia. Cada um de nós tem uma preferência e expressa algumas cores mais do que outras; mas, como comunidade, podemos expressar o nosso arco-íris coletivo se nos aceitarmos com respeito, agradecendo as nossas diferenças.

Essas diferenças são o que podemos chamar de vida. Essas expressões de cores diferentes são a nossa oportunidade de crescer e evoluir como seres humanos. Todos tivemos a coragem de mudar. Por que não usar essa coragem para aceitar as nossas diferenças pacificamente? Se abraçar é demais, podemos pelo menos expressar um sorriso colorido com os nossos olhos, mostrando bondade e curiosidade pelas nossas diferenças.

Um novo ano letivo chegará em breve. Alguns irão embora e novos pais e filhos chegarão, cheios de diversidade. Novos desafios serão nos apresentados como uma possibilidade de aprendizagem - servirão como uma reflexão para a evolução das nossas almas como indivíduos, famílias e como comunidade.

Vamos fechar este ano desafiante, enchendo os nossos corações de beleza, honra e paz.

Tornemo-nos nesse arco-íris e abracemos o exemplo que queremos dar aos nossos filhos.

One thing is certain: we all had the courage to change; we all had the courage to face the uncertainty, losing some comfort, following our hearts. But, even with a common goal, this beautiful community is for sure filled with diversity. Different human beings with different experiences, different perspectives and opinions, different pains, different joys, are gathered in a quiet place of southwest Portugal.

This abundance of diversity is the richness of all of us, as a community. How boring would it be if we had the same opinions and perspectives? How can we evolve and grow without recognizing our unique differences?

In nature, when the intense light of the Sun crosses with the softness of the water, we can sometimes observe the magic of a beautiful rainbow, expressing several colors in total harmony. Each one of us has a preference and expresses some colors more than others; but, as a community we can express our collective rainbow if we accept each other with respect, thanking our differences.

Those differences are what we can call Life. Those expressions of different colors are our opportunity to grow and evolve as human beings. We all had the courage to change. Why not use that courage to accept our differences peacefully? If hugging is too much, we can at least express a colorful smile with our eyes, showing kindness and curiosity for our differences.

A new school year will come soon. Some will leave and new parents and children will arrive, filled with diversity. New challenges will appear as a possibility for learning – to serve as a reflection for the evolution of our human soul for us as individuals, as families, and as a community.

Let us close this challenging year, filling our hearts with beauty, honor, and peace.

Let us become that rainbow and embrace the example we want to give to our children.

Porquê limitar o tempo nos ecrãs?

Ser pai requer muita atenção, paciência e energia. É totalmente compreensível querer alguns momentos de paz, enquanto permitimos que os nossos filhos vejam algo em ecrãs. A pandemia também tem sido um grande stresse para nós, pais. Alguns de nós têm que trabalhar em casa quando os nossos filhos também estão em casa a precisar da nossa ajuda para as aulas de zoom. É tão difícil.

Os cérebros dos nossos filhos são altamente sensíveis e influenciados por circunstâncias ambientais externas, incluindo interação contínua com os media digitais, por isso é bom estar ciente dos perigos do tempo em ecrãs, que é muito bem explicado neste [artigo do Waldorf Today](#).

Links referenciados:

Links referenced:

» Waldorf Today
<https://bit.ly/3AXxdmu>

Why Limit Screen Time?

Being a parent requires a huge amount of attention, patience and energy. It's totally understandable to want a few moments of peace, while we allow our children to watch something on the screen. The pandemic has been a huge stress on us as parents too. Some of us have to work from home when our children are also at home needing our help to navigate zoom classes. It's so tough.

Our children's brains are highly sensitive to and influenced by external environmental circumstances, including sustained interaction with digital media, so it's good to be aware of the dangers of screen time, which is explained very well in this [article from Waldorf Today](#).



Receita do mês

Delicioso pão de banana sem grãos - perfeito para o café da manhã e lanche escolar

- 4 bananas (2 1/2 xícaras de purê ou 575 gramas)
- 4 ovos
- 1/2 xícara de manteiga de amêndoa ou outra manteiga de nozes
- 4 colheres de sopa de manteiga derretida
- 1/2 xícara de farinha de coco
- 1 colher de sopa de canela
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1 colher de chá de fermento em pó
- 1 colher de chá de baunilha
- pitada de sal marinho
- opcional: adicionar passas, nozes, pepitas de chocolate, etc.

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius

2. Combine as bananas, ovos e manteiga de nozes, e a manteiga derretida num liquidificador ou tigela e misture bem (se usar tigela, precisa de uma boa batedeira).

3. Depois de todos os ingredientes misturados, adicione a farinha de coco, a canela, o bicarbonato de sódio, o fermento em pó, a baunilha e o sal marinho. Misture bem.

4. Despeje a massa numa assadeira de silicone e espalhe uniformemente (você pode usar uma forma de pão também, apenas unte bem).

5. Coloque no forno pré-aquecido e asse 55-60 min. ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

6. Retire do forno e vire o pão numa grade para arrefecer.

Fatie e sirva.

Recipe of the month

Delicious grain free banana bread - perfect for breakfast and school snack

- 4 bananas (2 1/2 cups mashed or 575 grams)
- 4 eggs
- 1/2 cup almond butter or other nut butter
- 4 tablespoons grass-fed butter melted
- 1/2 cup coconut flour
- 1 tablespoon cinnamon
- 1 teaspoon baking soda
- 1 teaspoon baking powder
- 1 teaspoon vanilla
- pinch of sea salt
- also optional to add raisins, nuts, chocolate chips, etc.

1. Preheat the oven to 180 degrees Celsius

2. Combine the bananas, eggs, and nut butter, and grass-fed butter in a blender or mixing bowl and mix well (if using a mixing bowl you need a good hand mixer).

3. Once all of your ingredients are blended, add in your coconut flour, cinnamon, baking soda, baking powder, vanilla, and sea salt. Mix well.

4. Pour the batter in a silicon pan and spread it evenly (you can use a loaf pan as well, just grease it well).

5. Place in the preheated oven and bake for 55-60 minutes or until a toothpick inserted into the center comes out clean.

6. Remove from the oven and flip your bread out onto a cooling rack.

Slice and serve.

Calendário Escolar

School calendar

1º Período / 1st Period

Setembro	September
Início dos trabalhos—professores (reuniões) 9–13h	1 Start of work—teachers (meetings) 9–13h
Reunião geral (pais e professores)	3 General meeting (parents and teachers)
<i>Novos pais: 15h / Todos os pais: 16h</i>	<i>New parents: 15h / All parents: 16h</i>
Início do ano letivo (2ª–8ª classe)	15 Beginning of the school year (2nd–8th grade)
Início do ano letivo (1ª Classe)—Cerimónia de recepção dos novos alunos (com pais)	17 Beginning of the school year (1st grade)—Reception ceremony for new students (with parents)
WOW Day	23 WOW Day
Festa de S. Micael	29 St. Michael Party

Outubro	October
Feriado (Implantação da República)	5 Holiday (Implantation of the Republic)

Novembro	November
Feriado (Dia de todos os Santos)	1 Holiday (All Saint's Day)
Dia de S. Martinho—Festa das Lanternas	11 St. Martin's Day—Lantern Festival
Mercado de Outono	13 Autumn Market
Roda de Luz	26 Wheel of Light
Espiral do Advento	29 Advent Espiral

Dezembro	December
Feriado (Restauração da Independência)	1 Holiday (Restoration of Independence)
Dia de S. Nicolau	6 St. Nicholas Day
Feriado (Imaculada Conceição)	8 Holiday (Immaculate Conception Day)
Festa Trimestral—Natal (Sábado)	18 Quarterly Party—Christmas (Saturday)
Feriado—Natal	25 Holiday—Christmas

(19 Dez. a 2 Jan.) Interrupção letiva—Natal (Dec. 19 to Jan. 2) School Break—Christmas

2º Período / 2nd Period

Janeiro	January
Feriado—Ano Novo	1 Holiday—New Year
Início das aulas	3 Start of classes
Dia dos Reis	6 Epiphany
Feriado Municipal de Vila do Bispo	22 Municipal Holiday of Vila do Bispo

Fevereiro	February
Festa de Carnaval	25 Carnival Party
Carnaval (Sábado)	26 Carnival (Saturday)

(28 Fev. a de 4 Mar.) Interrupção letiva—Carnaval (Feb. 28 to Mar. 4) School Break—Carnival

Março	March
Retoma das aulas	7 Back to classes
Dia do Pai	19 Father's Day
Último dia de aulas	23 Last day of classes

Abril	April
Festa Trimestral—Páscoa (Sábado)	2 Quarterly Party—Easter (Saturday)
Feriado—Páscoa	17 Holiday—Easter

(De 3 a 17 Abr.) Interrupção letiva—Páscoa (From 3 to Apr. 17) School break—Easter

3º Período / 3rd Period

Abril	April
Início das aulas	18 Start of classes
Feriado (Dia da Liberdade)	25 Holiday (Liberty Day)

Maio	May
Feriado (Dia do Trabalhador)	1 Holiday (Labor's Day)
Dia da Mãe	1 Mother's Day
Mercado da Primavera	7 Spring Market
Dia da Espiga e Ascensão	26 Tang and Ascension Day

Junho	June
Dia mundial da Criança	1 Internacional Children's Day
Pentecostes (Domingo)	5 Pentecost (Sunday)
Celebração de Pentecostes	6 Pentecost Celebration
Feriado (Corpo de Deus)	10 Holiday (Corpus Christi)
Feriado (Dia de Portugal)	16 Holiday (Portugal's Day)

Julho	July
Festa Trimestral—S. João (Sábado)	2 Quarterly Party—St. John (Saturday)

Interrupção—Férias de Verão Interruption—Summer Holidays

Informações Úteis

Useful information



Contatos Pólo da Figueira

+351 282 098 719

+351 965 091 099

Figueira Branch Contacts

Contatos Pólo Vila do Bispo

+351 282 639 209

Vila do Bispo Branch Contacts

Equípa da Secretária

Pedro Miguel

Tânia Camacho

Florence Antunes

Office administrative team

Secretaria (horário de funcionamento)

das 9 às 16:30 / from 9 to 16:30

Office (operating hours)

Email

escolalivredoalgarve@gmail.com

Email

Síte e Blog

www.escolawaldorfaoliveira.org

Site and Blog

