

**Educar é uma questão de coração.**

**Queremos formar bons cristão e honestos cidadãos.**



**Basta que sejais jovens, para que eu vos ame.**

**Não basta que os jovens sejam amados, devem saber que são amados.**

**S. João Bosco, 31 janeiro**

# PASTORAL



## ENCONTRO MJS-ZONA SUL

No dia 19 de janeiro os pré-adolescentes e os adolescentes reuniram-se nos Salesianos do Estoril para o Encontro MJS – Sul, para partilharem bons momentos e conhecerem novas pessoas.

Ao longo do dia, foram feitas várias atividades entre os grupos com o intuito de conhecer melhor a vida de alguns santos salesianos.

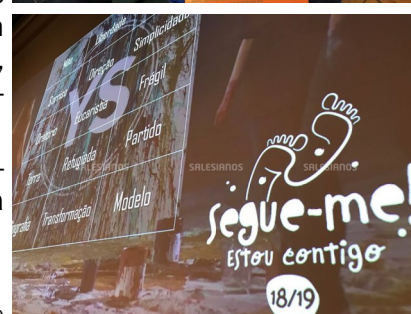
Na primeira parte do dia, após os participantes terem sido divididos em grupos, houve uma reflexão sobre atitudes que devíamos ter perante certas situações do dia-a-dia e de que forma estas nos afastam de Deus.

Após um almoço animado e partilhado, com muita diversão pelo meio, na segunda parte do dia fizemos um jogo, no qual nos era atribuído um código secreto que tínhamos de desvendar para saber qual o santo que nos tinha sido atribuído. Após desvendarmos o código e aprofundarmos os nossos conhecimentos sobre a vida do santo, cada grupo teve de fazer um vlog sobre os pontos principais da vida do seu santo, de forma a transmitir a informação essencial aos restantes grupos.

O encontro terminou com um momento muito importante de encontro com Deus, através da Eucaristia com todos os participantes e animadores.

Foi um encontro memorável e todos adoraram.

Margarida Carvalho (9º J)



## PANAMÁ IN LISBON

Nos dias 26 e 27 de janeiro, jovens do Movimento Juvenil Salesiano da zona Sul do país reuniram-se para o Panamá in Lisbon. Esta atividade foi uma oportunidade para quem não conseguiu deslocar-se ao Panamá, para as Jornadas Mundiais da Juventude.

Chegámos aos Salesianos de Lisboa, onde refletimos em grupos sobre o tema destas jornadas. Ao longo do dia, fizemos várias atividades, terminando com uma vigília.

No dia seguinte, participámos na Eucaristia, na Igreja do Santo Condestável e depois dirigimo-nos ao Parque das Nações, onde nos juntámos a vários grupos da diocese para assistir à Missa de Envio e ao anúncio do local das próximas Jornadas (que serão realizadas em Lisboa, em 2022).

Foi uma experiência memorável! Espero que daqui a 3 anos se sinta a mesma alegria que senti neste momento.



Carolina Santos (12º C)



# NOITES DE ORAÇÃO

No dia 1 de fevereiro, sexta-feira, realizou-se na Capela da Escola mais uma noite de oração organizada pelo grupo (Pro)cura-te.

Desta vez, o tema escolhido foi “Os Sonhos de Dom Bosco”, algo que faz todo o sentido, dado que somos uma comunidade salesiana e estamos no mês deste Santo.

O objetivo das noites de oração é reunir toda a família num momento mágico e diferente, procurando proporcionar momentos de aproximação e partilha da fé com todos. Este grupo encontra-se uma vez por mês, para se aproximar de Deus. O momento em família, serve também para refletir sobre as atitudes do dia-a-dia.



Após a oração, todos fomos convidados a passar pela Sala da Alegria, para nos deliciarmos com

os maravilhosos Sonhos de Natal.

Foi uma ótima forma de terminar esta bela noite.

*Inês Lourenço (11º E)*

*Pedro Raposo (11º F)*



# PASTORAL

## FEVEREIRO

**03** — Festa de S. João Bosco (Comunidade de Manique/Bicesse)

**06** — Treasure

**08** — ECDB e ECDBMM (Secundário) | JovenzAttivos

**13** — ECDB e ECDBMM (3º Ciclo)

**17 a 25** — Semana Missionária Salesiana

**20** — Treasure

**22** — JovenzAttivos



# ESCOLA

## AULA ABERTA DE EDUCAÇÃO MUSICAL LUÍSA SOBRAL



No dia 10 de janeiro, no auditório 1, entre as 15h00 e as 16h00, o 6.º ano assistiu a uma aula aberta de educação musical dirigida pela cantora e compositora Luísa Maria Vilar Braamcamp Sobral.

*A cantora e compositora Luísa Sobral veio à nossa escola. Quando entrámos no auditório, foi com grande surpresa e emoção que a vimos no palco com a sua guitarra. Ela foi muito amável e simpática quando esteve na nossa presença. Começou por cantar temas escolhidos por nós e depois colocámos algumas questões para a artista nos explicar melhor o seu amor pela música. Fico feliz que a escola tenha tido esta iniciativa para conhecermos melhor os artistas e o seu trabalho. Na despedida, cantou duas músicas da sua autoria: “João” e “Xico”. Depois desta maravilhosa apresentação da Luísa Sobral o que é que se pode dizer?! Foi um momento maravilhoso que eu nunca esquecerei!*

Aluna – 6.º H

## TEATRO O AUTO DO CUBO

O teatro veio à Escola (duas vezes) e trouxe com ele a Matemática...

Foi nos dias 4 e 11 de janeiro que os alunos do 9.º ano puderam assistir, no Auditório dos Salesianos de Manique, à peça de teatro “Auto do Cubo”, representada pela Companhia Profissional de Teatro Educa!

Em o “Auto do Cubo”, um cozinheiro, um futebolista e um bailarino são teletransportados, inesperadamente, para um CUBO gigante. Sem janelas ou portas, a única forma de voltarem à vida normal é resolverem os enigmas matemáticos lançados pelo próprio CUBO.



Uma atividade que nos ajuda a compreender que a Matemática está presente em diversos momentos da nossa vida.

Foram seguramente momentos bem passados e onde a matemática foi abordada de uma forma lúdica.

## SAÍDA DE CAMPO PAISAGENS NATURAIS

Durante o mês de janeiro, os alunos do 7.º ano participaram numa Saída de campo – “Paisagens naturais”.

A visita, orientada pelos professores de Ciências Naturais e de Geografia, tinha como objetivos: conhecer os principais pontos de interesse no concelho de Cascais, identificar o tipo de paisagens observadas, a sua geomorfologia e fazer recolha de amostras.

*Saímos bem cedinho da Escola e fomos em direção à Praia do Guincho. Aqui vimos as dunas, passámos pelas passadeiras (que estão entre as dunas), vimos um dos restaurantes mais apreciados na zona do Guincho (Muchaxo), tirámos amostras (rochas magmáticas, arenitos e outras) e fotografias.*

*Depois seguimos para a praia da Cresmina que fica logo ao lado da praia do Guincho. Na praia da Cresmina estivemos a identificar o tipo de paisagem existente, isto é, paisagem sedimentar e o tipo de rochas, os arenitos.*

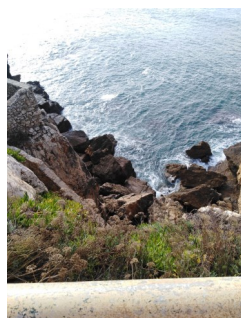
*Dali seguimos de autocarro para a Quinta da Marinha em Oitavos, onde pudemos observar paisagens fantásticas caracterizadas por uma duna fóssil.*

*Dirigimo-nos para o Farol da Guia, para lanchar. E ali pudemos observar as arribas e o quanto são perigosas!*

*Por último, já na praia da Bafureira, observámos uma grande rocha que sai da terra e entra pelo mar adentro. Reparámos nos muitos surfistas, na água, a surfar.*

*Regressámos à escola, mesmo a tempo de almoçar.*

Bianca Oliveira, 7.ºE



*Com o tempo que aproveitamos a estudar as rochas, na segunda-feira passada, metemos mãos à obra! Fomos fazer uma visita de campo!*

*Vimos chaminés de fadas, dunas, paisagens magníficas (naturais e humanizadas), o farol da guia, filamentos por onde o magma passava e ainda tivemos a oportunidade de ver o MAIOR ARENITO DA EUROPA! Foi muito giro! As chaminés de fadas estavam dentro do mar do guincho. As dunas estavam ao pé da praia e eram enormes e tinham muitas plantinhas que as sustentavam, uma delas a Duna da Cresmina. Seguimos para o farol da Guia, onde observamos o desgaste e as perfurações das rochas e das arribas. Fomos ver o arenito com muitos milhões de anos e reparamos como, realmente, era muito grande e frágil, com fragmentos muitos pequeninos. Na praia da Bafureira conseguimos ver o filão por onde o magma passou há vários milhões de anos e tirámos amostras do mesmo.*

*Foi uma saída de campo que deu para aplicar a matéria que demos neste semestre.*

Joana Ferreira 7.ºE

ESCOLA



**SALESIANOS**  
DE MANIQUE



## OLIMPIADAS DA BIOLOGIA

No passado dia 16 de janeiro, pelas 14h30, realizou-se, na nossa escola, a 1.ª eliminatória das Olimpíadas Portuguesas de Biologia Sénior 2018/2019, somente para os alunos do 11.º e 12.º anos. Participaram 20 alunos das turmas A,B,C e D do 11.º Ano e da turma D do 12.º Ano.

Aguardamos os resultados de quem foi apurado para a 2.ª eliminatória que se realizará no dia 13 de março.



2019 OLIMPIADAS  
PORTUGUESAS  
DE BIOLOGIA

## AUTO DA BARCA DO INFERNO AO VIVO

Ao longo do mês de janeiro, os alunos do 9.º ano deslocaram-se até ao Mosteiro dos Jerónimos para assistir a uma peça de teatro, realizada no âmbito da disciplina de português.

*Auto da Barca do Inferno*, obra escrita no século XVI pelo ilustre Mestre Gil foi agora encenada no século XXI pela incrível companhia de teatro *Ar de Filmes*.

Com um cenário básico, vestes casuais, no entanto com atores excecionais, esta companhia de teatro conseguiu encenar esta obra de uma forma cômica, dinâmica e impressionante!

Não foram precisos 20 atores nem roupas de luxo ou um cenário extraordinário, bastou apenas talento para criar uma bela memória deste dia.

No final de contas, a simplicidade é a maior sofisticação.

Beatriz Fonseca, 9.ºL

Daniela Mateus, 9.ºL

Inês Pereira, 9.ºL

Leonor Vaz, 9.ºL



## FESTA DE S. JOÃO BOSCO

No dia 31 de Janeiro, celebrámos a Festa de S. João Bosco.

A manhã iniciou-se com a Eucaristia Solene, presidida pelo Sr. Pe. João Braz, e contou com a presença de todos os alunos da escola, ex-alunos e vários pais.

Durante todo o dia, decorreram várias atividades, para as quais os alunos se distribuíram por anos ou ciclos.

O 5.º ano participou no já tradicional concurso de D. Bosco e, da parte da tarde, como as condições meteorológicas não foram as mais favoráveis, jogaram jogos de tabuleiro. O 6.º ano participou, por grupos, nas olimpíadas do saber, mostrando assim as suas competências nas diferentes áreas do saber.

Para o 3.º ciclo, a proposta foi a atividade *O Pátio*, um jogo de equipas que testou conhecimentos e criatividade de cariz salesiano. O Ensino Secundário participou na tão esperada *Chuva de Talentos*. Todas as turmas fizeram uma apresentação de grande qualidade técnica e muita criatividade.

Foi, sem dúvida, um dia repleto de sorrisos e alegria, celebrando o Pai e Mestre dos Jovens.



# ESCOLA

# SPORT BOSCO



## VEM AÍ MAIS UM ANO EM CHEIO!

2018 foi um ano cheio de coisas boas e temos a certeza de que o 2019 ainda será melhor. Os próximos meses serão cheio de atividades e aventuras que queremos tornar inesquecíveis, por isso partilhamos convosco um pouco da nossa agenda:

Fevereiro – Visita à Academia da Fundação Real Madrid

Março – Baile de Máscaras

Abril – Prémio de Mérito e Estágio de Páscoa

Prometemos partilhar convosco o relato destas atividades espetaculares! Até já....

## VIVER E BRINCAR AO ESTILO DE D.BOSCO!

Janeiro é, como sabemos, um mês muito querido para os Salesianos. A figura incontornável de S. João Bosco enche-nos de alegria e vontade de partilhar a sua riquíssima história. Aqui, na SportBosco, vivemos este mês de forma muito especial! Além das boas tardes diárias, onde recordamos o seu legado, vivemos o dia 31 de Janeiro, lembrando o pátio de D. Bosco, sempre enérgico e cheio de

jogos divertidos.

Para além disso, estivemos de portas abertas para todos aqueles que se quiseram juntar a nós neste dia, vivenciando e experienciando a felicidade que é estar nesta grande família, a SportBosco!

Para acabar este mês em beleza, participámos na Festa de S. João Bosco, que juntou os vários grupos juvenis ligados à obra dos salesianos de Manique e onde apresentámos

uma pequena peça, que muito nos alegrou a preparar. A mais meses felizes como este! Obrigado, D.Bosco





## II TORNEIO DE NATAÇÃO DESPORTO ESCOLAR



Realizou-se no passado dia 12 de Janeiro de 2019, o 2.º Torneio de Desporto Escolar de natação do ano letivo 2018/2019. Com a presença de 100 alunos/ atletas de diferentes agrupamentos de escola do concelho de Cascais, a equipa da “Casa” representada por 30 elementos obteve um excelente desempenho individual e coletivo. Parabéns!

*Carrega Salesianos!!!*

---

## PROVA COMBINADA DE DESPORTOS GÍMNICOS-ACROBÁTICA

Ainda no dia 12 de janeiro de 2019, realizou-se a Prova Combinada de Desporto Gímnicos, sendo que participaram 12 alunas da atividade da Acrobática. Esta atividade decorreu na Escola EB 2,3 Ferreira de Castro em Mem Martins. Uma das nossas equipas dos Salesianos Manique ganhou o diploma de bronze, sendo que a outra venceu o diploma de prata.

Parabéns às nossas atletas!





## I ENCONTRO ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS



No dia 18 de janeiro de 2019, teve lugar o 1.º encontro de Atividades Rítmicas Expressivas, no agrupamento de escolas de Paço de Arcos. Estiveram presentes 7 escolas e 150 alunos.

As exibições foram muito diversificadas com uma técnica bastante elevada e com um figurino muito colorido. A nossa escola, foi muito bem representada com 14 alunas, do 5.º ao 7.º ano. Dançaram uma coreografia contemporânea tribal com o tema Seres da Floresta.

Relembramos ainda a árdua tarefa dos Juizes/árbitros, onde a nossa escola se fez representar com dois elementos, que colocaram em prática o que aprenderam na ação de formação realizada no próprio dia, no auditório da escola secundária Luís de Freitas Branco em Paço de Arcos.



## XI ETAPA DE TÊNIS DE CARCAVELOS



Os atletas Filipe Pinto e Tomás Sardinha participaram na 2.ª Etapa de Ténis de Carcavelos em representação da equipa de Ténis dos Salesianos de Manique. Ambos os atleta estão de parabéns pela sua prestação, sendo de destacar o 2º lugar na prova do nosso atleta Filipe Pinto.



## OPEN DE INVERNO NATAÇÃO MASTER

Decorreu no fim de semana de 18, 19 e 20 de janeiro de 2019 o Open de Inverno de Natação Master na Mealhada. A equipa de natação Master da Fundação Salesianos (Manique e Lisboa) participou com 23 atletas, tendo obtido honroso 8.º lugar, entre 66 equipas participantes.



## FESTIVAL DE JANEIRO DE INFANTIS E JUVENIS

ANL-



Após muitas horas de treino e de muita entrega, os nossos atletas Infantis da equipa de competição de natação participaram no seu 3.º torneio oficial da Associação de Natação de Lisboa e, como não podia deixar de ser, superaram as expectativas. Parabéns, Equipa!



## TORNEIO NATAÇÃO FUNDAÇÃO INATEL EM ALVALADE



A equipa de competição de natação de Juvenis, juniores e seniores participou no torneio de Natação da Fundação Inatel, no passado dia 26 de janeiro de 2019, tendo ficado em 4.º lugar da classificação coletiva, em 16 equipas participantes. Parabéns aos nossos atletas que demonstraram a evolução alcançada até esta fase da época.



ARTISPORT / SWC-PISCINA

## SESSÕES DE RELAXAMENTO

No âmbito da disciplina de Projeto de Vida, as turmas do 7.º ano tiveram oportunidade de realizar algumas sessões diferentes.

Nestas sessões, os alunos aprenderam e praticaram vários exercícios de respiração e de relaxamento, com o objetivo de auxiliar na gestão das emoções.



Os alunos dispõem agora de um conjunto de ferramentas práticas para utilizar no seu dia-a-dia, na escola e em casa, que os ajudará a estarem mais tranquilos e a terem um maior bem-estar.

De forma geral, os alunos aderiram bem a estas atividades e mostraram-se bastante satisfeitos com as mesmas.

## ORIENTAÇÃO VOCACIONAL

Os alunos do 9.º ano têm, no âmbito da Orientação Vocacional, assistido a várias apresentações sobre os cursos existentes no secundário e sobre diversas profissões. Estas sessões permitem que os alunos conheçam os vários percursos possíveis e comecem a delinear as suas opções para o futuro, facilitando uma tomada de decisão.

No dia 16 de Janeiro, os alunos tiveram um encontro com alunos do 12.º ano, de vários cursos. Durante os meses de janeiro e fevereiro, os alunos conhecerão 18 profissionais de diversas áreas, que darão o seu testemunho sobre a sua profissão.



## TERAPIA DA FALA: PERGUNTAS FREQUENTES



### O que faz o Terapeuta da Fala (TF)?

O Terapeuta da Fala é o profissional de saúde responsável pela prevenção, avaliação, intervenção e estudo científico de indivíduos com perturbações da comunicação, linguagem oral, linguagem escrita, articulação, fluência, voz, deglutição e motricidade orofacial (APTF, 2015).

### O Terapeuta da Fala só trabalha com crianças?

Não! A atuação do TF é muito abrangente e estende-se a todas as faixas etárias, desde os recém-nascidos e crianças em idade pré-escolar, passando pelas crianças e jovens em idade escolar com perturbações da leitura e da escrita, comunicação e gaguez, até à idade adulta com patologias vocais, da deglutição e perturbações adquiridas da linguagem (APTF).



## PROVINCIAL, PE. ANÍBAL MENDONÇA

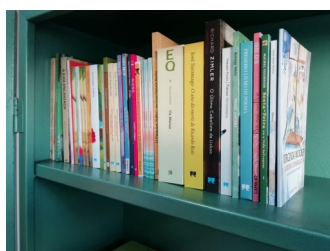
O Padre José Aníbal Mendonça, atual Provincial, e antigo diretor dos Salesianos de Manique, esteve, no dia 15 de janeiro, na sede da Associação de Pais e encarregados de educação, onde conversou com membros da Direção, tomou conhecimento dos vários projetos em curso e das atividades já desenvolvidas em 2018/2019.



## PROJETO LIVRO AMIGO DA APEESM

As primeiras obras já nos chegaram ao longo do mês de janeiro, quer através da generosa doação da FNAC, quer através dos associados que de forma espontânea quiseram apoiar o projeto e a reutilização de livros.

Esteja atento a novas iniciativas do LIVRO AMIGO e participe:  
**Partilhe, Requisite e Reutilize.**



**PARTILHAR  
REQUISITAR  
E REUTILIZAR**



**LIVRO AMIGO**

BANCO DE LIVROS DE LEITURA OBRIGATÓRIA  
Do 5º ao 12º ano

Esta é uma iniciativa da Associação de Pais (APEESM) para promover a reutilização de livros e assim disponibilizar aos seus associados os livros de leitura obrigatória e extensiva do Departamento de Português dos SM.

**LIVROS USADOS PODEM SER PARTILHADOS,  
ENTREGUE OS QUE JÁ NÃO UTILIZA.**

**PONTO DE ENTREGA E RECOLHA:**

Sala APEESM - Edifício da Pastoral  
Horário: 3ª feira das 7h45 às 8h30  
(restantes dias na receção da pastoral)  
requisicaoobrasapeesm@gmail.com

**CONSULTE O REGULAMENTO:**

- Facebook da APEESM  
(www.facebook.com/Associação-de-Pais-Escola-Salesiana-de-Manique)  
- Site da escola / AP  
(www.manique.salesianos.pt/associações/associação-de-pais)

**COLABORE.  
UM LIVRO PARA TODOS!**



**APEESM**



Associação de Pais da  
Escola Salesiana de Manique

APESM

## MARQUE NA SUA AGENDA

### VIVER FELIZ - PSICOLOGIA POSITIVA




**"Viver Feliz"**  
Psicologia Positiva

Convidada:  
**Sónia Gaudêncio**  
Psicóloga Clínica  
Diretora da **Estima** +  
Co-Autora do livro  
"Sou como Sou e gosto"



Que recursos tem a Psicologia Positiva para nos ajudar a lidar com o stress do quotidiano?  
Algumas estratégias para tornar a relação pais-filhos mais satisfatória. (Parentalidade Positiva)

**26 fevereiro - 21 H**  
Salesianos de Manique  
Inscrição Gratuita  
Confirme a sua presença para  
[associacao.pais@manique.salesianos.pt](mailto:associacao.pais@manique.salesianos.pt)

A palestra, que decorrerá no dia 26 de fevereiro, conduzida pela **Psicóloga Sónia Gaudêncio**, será destinada a pais, educadores, auxiliares de educação, professores e todos os interessados em educar pela positiva e pretende proporcionar técnicas para melhorar o seu bem-estar e o relacionamento familiar entre pais e filhos. Venha descobrir as razões por detrás do comportamento e conhecer as poderosas **ferramentas práticas da Disciplina Positiva**, que ajudam as crianças a **desenvolverem autonomia, responsabilidade, co-operação e autoestima**.

Por uma questão de organização, os interessados em assistir a esta Sessão deverão proceder a uma **inscrição pré-via, respondendo ao e-mail** enviado pela Associação de Pais ou, em alternativa, na nossa **Página do Facebook**. Contamos com a vossa presença e sugerimos a partilha do evento com os vossos contactos!

### JANTAR DE SOLIDARIEDADE

A Associação de Pais e Encarregados de Educação dos Salesianos de Manique (APSM) tem o prazer de convidar todos os membros da nossa comunidade para o Jantar de Solidariedade.

As contribuições do jantar revertem a favor de ações de solidariedade que beneficiam os alunos da nossa escola. O jantar terá lugar no refeitório dos **Salesianos de Manique**, no dia **22 de março, pelas 20h00**. É, também, uma oportunidade de convívio e descontração para todos os participantes, sendo o delicioso jantar servido com música ao vivo e com a promessa de surpresas para a sobremesa, como o sorteio de fantásticos prémios oferecidos pelos nossos parceiros.

A circular com toda a informação necessária para a inscrição será enviada aos pais por e-mail. Inscrevam-se!



**Jantar de Solidariedade**

**22 março 20h00**

Programa:  
Orquestra dos Salesianos de Manique  
Jantar  
Fados ao piano: **MÁRIO MOITA**  
Acordeão: **António Barros**  
Piano e voz: **Mário Moita**

Local:  
**Salesianos de Manique**

Inscrições: [associacao.pais@manique.salesianos.pt](mailto:associacao.pais@manique.salesianos.pt)  
Pastoral - 3ª Feiras das 7h45 às 8h30  
Associação de Pais dos Salesianos de Manique

Organização:   Parceiros: 

[associacao.pais@manique.salesianos.pt](mailto:associacao.pais@manique.salesianos.pt)



