

## ÍNDICE

Dia de Reis - - - - -	2
Entrevista aos habitantes do nosso bairro - - - - -	3
Carnaval- - - - -	4
Rastreio de Acuidade Visual- - - - -	5
Pandemia Covid-19 - - - - -	5
Dia da Mulher - - - - -	6
Dia do Pai - - - - -	6
Primavera - - - - -	6
Trabalhos em sala - - - - -	7
Curiosidade - - - - -	9
Estamos em casa... e agora? - - - - -	9
Páscoa - - - - -	10

## EDITORIAL



**O Olipandó tem o prazer de vos apresentar mais um dos seus jornais!**

Este 2º período foi muito especial para nós e bem diferente do que estávamos à espera!

Ainda assim, unidos, conseguimos aproveitar muito bem o tempo que estivemos todos juntos, sempre de forma divertida e tentando aprender mais e melhor!

## DIA DE REIS

O dia de Reis é celebrado anualmente a 6 de Janeiro. Esta celebração católica está associada à tradição natalícia, que diz que três Reis Magos do Oriente visitaram o Menino Jesus na noite de 5 para 6 de Janeiro, depois de serem guiados por uma estrela. Os três Reis Magos chamavam-se Belchior, Baltazar e Gaspar e levaram presentes ao Menino Jesus - ouro, incenso e mirra.

A tradição manda que, neste dia, cada família se reúna para celebrar o fim dos festejos de Natal. É também o dia em que se cantam as janeiras pelas ruas ou de porta em porta para alegrar as pessoas.



### Poema do dia de Reis

Vieram os três Reis Magos  
Das suas terras distantes.  
Guiados por uma estrela,  
Cujos raios cintilantes  
Os levaram ao Deus Menino  
Que, a sorrir de bondade,  
Recebeu os seus presentes  
E os acolheu com amizade.



## ENTREVISTA AOS HABITANTES DO NOSSO BAIRRO



Foi no dia 23 de Janeiro que algumas crianças e jovens do nosso CATL andaram pelos bairros Quinta das Laranjeiras e Casal dos Machados a entrevistar habitantes, com o objetivo de saber que opinião tinham acerca da limpeza das ruas do bairro, da separação do lixo, bem como da forma como este é recolhido.

Toda esta experiência foi muito divertida porque a Dra. Ana Galvão e outros parceiros da Rede L&M acompanharam-nos e permitiram que os nossos meninos e meninas experimentassem como funciona a gravação de áudio, vídeo e ainda algum registo fotográfico.

Depois de tudo editado pela Dra. Ana, vimos o resultado do nosso trabalho.

Foi muito esclarecedor, pois pudemos ver que ainda há muito a fazer para que a limpeza do bairro seja melhor, isto é, perfeita.

Para já, queremos agradecer à Câmara Municipal de Lisboa pelos novos contentores que temos nas ruas, que são maiores e mais limpos!





## CARNAVAL



Este ano, o tão esperado dia de Carnaval celebrou-se no dia 25 de Fevereiro. No nosso CATL, todos se mascararam a rigor representando os personagens de que mais gostam. Desfilaram todos, no nosso pátio, com muita diversão e energia sempre à mistura.

No final do desfile fizemos um somatório dos pontos dados a cada um dos nossos meninos e meninas e os três primeiros lugares receberam os seus prémios.

Damos de novo os parabéns à Madalena, à Paula e aos irmãos Ian e Bianca! Foi assim que passámos a nossa tarde carnavalesca, sempre animados e com muita música.



## RASTREIO DE ACUIDADE VISUAL

No dia 15 de Fevereiro, as crianças, com idade entre os 6 e os 10 anos, do nosso CATL Olipandó, realizaram um rastreio visual nas instalações da Igreja da Nossa Senhora dos Navegantes, no Parque das Nações. Este rastreio foi oferecido pela Fundação Essilor Vision For Life em conjunto com a Fraternidade Nuno Álvares - Núcleo 19 Nossa Senhora dos Navegantes.

Para além da consulta de oftalmologia gratuita, também ofereceram os óculos a quem precisava.

Os nossos meninos ficaram muito contentes com esta oferta, pois agora conseguem ver bem.

Agradecemos à FNA, por ter disponibilizado as suas instalações e à fundação Essilor pelas consultas e pelos óculos.



## PANDEMIA COVID-19



Em Março de 2020 chegou a Portugal um vírus que não nos é indiferente; que nos obriga a ficar em casa, a estudar sem ir às aulas, que não nos deixa ir passear ou ao Centro Comercial. Mas a Primavera não sabe disso e continua a fazer crescer flores, a espalhar cores e cheiros pelo ar. Sabemos que um dia vamos ouvir que o vírus perdeu esta batalha e vamos poder abraçar-nos livremente. Nesse dia, vamos dar valor à vida – à nossa e à dos que nos rodeiam e são importantes para nós. No dia em que tudo isto acabar, vamos olhar para a Primavera e entender a lição que ela nos dá – a vida não pára e, apesar das dificuldades, temos de cuidar sempre dos outros e de nós.

## DIA DA MULHER

Ser mulher é ser mais forte  
do que os olhos podem ver.  
É ter no coração lugar para  
todos os sonhos do mundo.  
Feliz dia da Mulher!



No dia 8 de Março, celebra-se o Dia Internacional da Mulher.

Este dia simboliza a dedicação e empenho das mulheres na batalha sobre os direitos de igualdade. Deste 1975 que é lembrado por todos.

Depois de uma pequena reflexão, as crianças e jovens do Olipandó entenderam a importância deste tema e perceberam que todos nós podemos fazer parte de um mundo melhor, mudando apenas algumas atitudes e ajudando os que nos rodeiam a fazer o mesmo.

## DIA DO PAI

O dia do Pai é celebrado a 19 de Março. Todos os anos, é com muito carinho que nos lembramos o quanto a figura paterna é tão importante nas nossas vidas. Neste dia, em especial, recordamos alguns momentos passados com os nossos pais e o quanto eles nos fazem felizes.

Apesar de já estarmos um bocadinho distantes da referida data, recordamos que, o Olipandó desejou a todos um dia cheio de amor com aqueles que são vistos por alguns como verdadeiros heróis para os seus filhos.



## PRIMAVERA



Em Março chega a Primavera!  
É a estação que nos traz mais cores, mais sol e, para alguns, até espirros!

Este ano, pode haver momentos em que não vemos tanto essa cor e alegria por estarmos em casa, mas as crianças e jovens do Olipandó trazem a esperança no coração e divertem os outros com os seus sorrisos. Continuem!



## TRABALHOS EM SALA

Ao longo deste 2º Período, abordamos temas muito importantes derivados da nossa programação. Alguns ficaram por refletir, mas queremos que, através deste jornal, chegue a todos o que nos é pedido através dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

Para que o mundo seja justo não podemos aceitar que existam pessoas que vivem na pobreza e, todos juntos, podemos trabalhar para que esta seja erradicada da nossa realidade.

Em pequenos grupos, assistimos a alguns vídeos sobre o tema depois dos quais tivemos um tempo de reflexão. Concluimos, que, se cada um se aplicar e investir no seu futuro, poderá ajudar a diminuir os casos de pobreza no nosso país.

### 1 ERRADICAR A POBREZA



### 2 ERRADICAR A FOME



A palavra fome inclui todos os estados de carência de alimentos ou elementos nutritivos indispensáveis à manutenção da saúde.

Para combatê-la, as crianças e jovens do Olipandó juntaram alguns alimentos não perecíveis e com eles conseguimos construir pequenos cabazes que distribuimos por três famílias do nosso bairro que necessitavam.

“Vivemos em sociedade, por isso, não podemos deixar ninguém viver em carência”

Para que haja boa saúde é indispensável que todos tenham acompanhamento médico, as vacinas em dia, e uma higiene cuidada. Isto implica lavar os dentes, lavar as mãos, pentear, tomar banho e muito mais...

Para além disso, devemos ter uma alimentação equilibrada e fazer seis refeições por dia.

Respirar ar puro também é importante e as árvores têm um papel essencial neste aspecto, visto que são elas que nos fornecem o oxigénio.

Assim, o CATL Olipandó semeou uma tangerineira! Vamos cuidar dela, ver como cresce e quando dará frutos!

### 3 SAÚDE DE QUALIDADE



## 4 EDUCAÇÃO DE QUALIDADE



É absolutamente necessário que cada indivíduo venha a ser consciente, ativo e com intervenção positiva na sociedade.

Para tal, é necessário que as famílias transmitam às crianças e jovens os valores devidos.

Também a escola tem um papel fundamental, visto que, é aí que, para além da transmissão de conhecimentos, pode ser trabalhada a relação entre pares.

Se tudo isto for cumprido, o jovem virá a ser capaz de escolher o seu próprio caminho – o caminho de um cidadão digno.

Todos temos as mesmas capacidades e merecemos o mesmo respeito por parte de todos os elementos da sociedade.

Com isto, recordámos alguns homens e mulheres que foram importantes para a história mundial - é o caso de Santa Teresa de Calcutá, Martin Luther King, Marie Curie e Albert Einstein.

Por fim, depois de algumas reflexões, aprendemos que devemos todos, homens e mulheres, colaborar para que o mundo se torne cada vez mais justo e feliz.

## 5 IGUALDADE DE GÉNERO



## 16 PAZ, JUSTIÇA E INSTITUIÇÕES EFICAZES

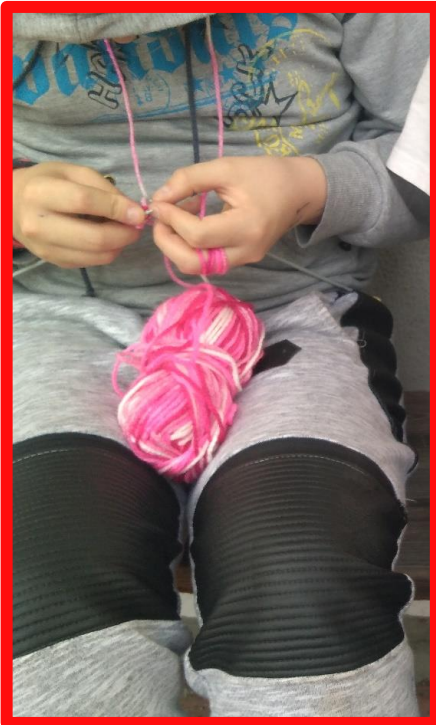


São instituições como a Organização das Nações Unidas, a Comunidade Europeia, a Assistência Médica Internacional e a Cruz Vermelha, entre muitas outras, que ajudam muita da população do nosso planeta para que todos possamos ter uma vida justa, pacífica e feliz.

Em grupo, as crianças e jovens do Olipandó fizeram algumas pesquisas na internet sobre estas instituições, para ficarem a conhecer melhor o que cada uma faz e como são importantes para a humanidade.



## CURIOSIDADE



Este período, alguns dos meninos e meninas do Olipandó aprenderam a fazer Tricot.

Muito entusiasmados, lá foram começando as suas obras!

Uns completaram fitas para o cabelo que enfeitam, agora, as bonecas das nossas casinhas, outros não tiveram tanto sucesso e terão de continuar a afeiçãoar a técnica!

O importante é que todos se divertiram muito com estes trabalhos manuais.

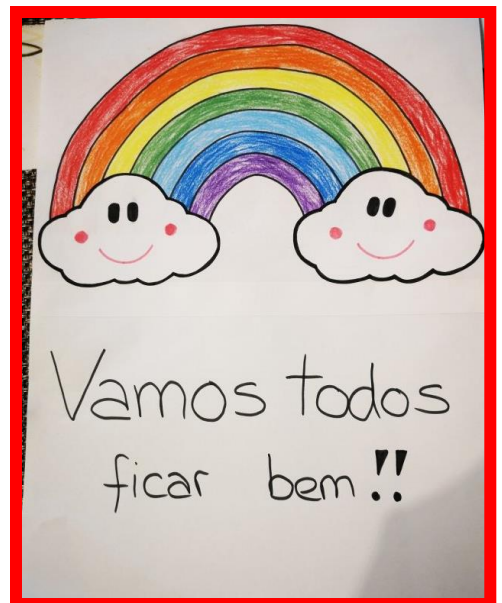


## ESTAMOS EM CASA... E AGORA?

Apesar de, neste momento mais complicado para todos, termos de estar resguardados nas nossas casas, o CATL Olipandó continua a trabalhar para apoiar, o melhor possível, todos os seus utentes, quer a nível escolar, quer a nível social.

Continuamos em contacto com todas as crianças e jovens para os auxiliar com os trabalhos da escola e, para além disso, continuamos a distribuir bens do Banco Alimentar aos mais carenciados, semanalmente.

Aproveitamos, ainda, para alertar todos para o cumprimento dos cuidados recomendados pelas autoridades de saúde como a lavagem frequente das mãos e a permanência em casa, durante o máximo tempo possível.



# PÁSCOA

A Páscoa é uma das datas comemorativas mais importantes entre os cristãos. Trata-se de uma festa cristã que celebra a morte e Ressurreição de Jesus.

A semana anterior à Páscoa é chamada Semana Santa. Começa com o Domingo de Ramos, que relembra a entrada de Jesus em Jerusalém e tem esse nome, pois o povo cortou ramos de árvores para cobrir o chão por onde Ele passava. Depois da Paixão e morte, na 6ª feira, celebra-se a vitória da Vida no Domingo de Páscoa, que este ano, será no dia 12 de Abril.

## E quais são os símbolos que caracterizam a Páscoa?



Os **Ovos da Páscoa** são símbolo da ressurreição.

O **Coelho** simboliza a fertilidade e a abundância de vida.



A **Cruz** recorda-nos o sofrimento e a ressurreição de Jesus.

O **Pão e o Vinho** representam o “Corpo e o Sangue de Cristo”.



Cristo é o **Cordeiro de Deus** que se sacrificou por todo o seu rebanho.

O **Círio** significa que Deus está vivo e presente no meio de nós.



A **Corrente Partida** é símbolo de libertação e de vitória perante a morte.