



ÍNDICE

Dia de Reis - - - - -	2
Rastreio auditivo “É para te ouvir melhor” - - - - -	3
Carnaval - - - - -	3
Início da “Companhia das Agulhas” - - - - -	4
Dia da Mulher - - - - -	4
Aniversário da Dra. Fernanda - - - - -	5
Dia do Pai - - - - -	5
Chegada da Primavera - - - - -	6
Kit de Saúde Mental - - - - -	6
Projecto Girassóis - - - - -	7
Trabalhos em sala - - - - -	8
Páscoa - - - - -	10

EDITORIAL

Olá, amigos! Estamos de volta!

Neste 2º período trazemos muitas novidades. Desde aulas de culinária a workshops de dança entre outras coisas que poderão ler.

Tivemos muitas aventuras e até criámos novos projetos.

Esperamos que gostem!

Santa Páscoa para todos!

Até breve!



DIA DE REIS



Este ano, comemorámos o Dia de Reis com muita animação.

No dia 5 de Janeiro, logo ao início da tarde, recebemos a visita de vários membros da Junta de Freguesia do Parque das Nações que ofereceram presentes muito giro a cada um dos meninos e meninas do Olipandó.

Depois disso, fomos todos até ao Centro de Dia levar a nossa alegria aos mais idosos e, com eles, cantámos as "Janeiras" ao som dos nossos instrumentos de percussão.



RASTREIO AUDITIVO “É PARA TE OUVIR MELHOR”



Todos sabemos que é muito importante cuidar da saúde. E a audição é uma dos nossos 5 sentidos; por isso, devemos cuidar bem dela!

Assim, em conjunto com o Projecto Radar da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, organizámos, no dia 31 de Janeiro, um rastreio auditivo para jovens e Idosos com o nome “É para te ouvir melhor”.

Todas as nossas crianças participaram e ficaram muito felizes por saber que estava tudo bem com a sua audição!

CARNAVAL

Na sexta-feira de Carnaval, as monitoras do CATL Olipandó fizeram uma surpresa aos utentes e mascararam-se de *Barbies*. Quando os fomos buscar à escola, ficaram muito admirados e contentes com a surpresa. Claro que todas as crianças também tinham as suas máscaras, que estavam muito giras e divertidas.

Na parte da tarde, fizemos o habitual desfile de Carnaval, mas desta vez no Centro de Dia e foram os Idosos que deram a pontuação a cada uma das máscaras.

Depois da entrega de prémios, tivemos um belo lanche partilhado e dançámos e cantámos muito todos juntos!



INÍCIO DA “COMPANHIA DAS AGULHAS”

Desde o início de Fevereiro, todas as terças-feiras são dedicadas ao nosso clube de croché de seu nome “Companhia das Agulhas”. Com o objetivo de combater o isolamento da população mais idosa e de passar conhecimentos e tradições aos mais novos, criámos este clube, que tantos momentos de partilha tem trazido. Temos cada vez mais participantes e pretendemos trabalhar em conjunto para criar um painel em croché, que será colocado e exposto na Festa em Honra de Nossa Senhora dos Remédios, em Julho.



DIA DA MULHER



No dia 8 de Março celebrámos o Dia da Mulher e tudo aquilo que estas têm vindo a conquistar ao longo da História.

Para celebrar as mulheres mais importantes da nossa vida, no Olipandó cozinhámos umas bolachinhas de canela para lhes oferecer.

Além das bolachas normais e redondinhas, conseguimos fazer algumas com as iniciais do nosso nome.

Gostávamos muito de repetir esta experiência tão divertida e saborosa!

ANIVERSÁRIO DA DR^a. FERNANDA

No dia 11 de Março, a instituição organizou uma festa de aniversário surpresa, no centro Majari, para a nossa primeira Secretária Diocesana - a Dr^a. Fernanda Reis.

Foi um momento muito bonito e emocionante, em que cada centro apresentou uma dança ou canção, como forma de agradecimento por todo o seu trabalho, oferecendo-lhe também uma pequena lembrança – um cesto de flores.

Muitos parabéns e muitas felicidades,
Dra. Fernanda!
Obrigada por tudo!



DIA DO PAI

Para celebrar o Dia do Pai, os nossos meninos e meninas fizeram uma lembrança para entregar ao seu pai, ou a outra figura paterna na sua vida.

Construíram um porta-chaves com a inicial do nome do pai, com cores à sua escolha. A lembrança ficou muito bonita e os pais gostaram muito.



CHEGADA DA PRIMAVERA

A Primavera é muito bonita e dá para brincar com as flores. Para mim é muito bom estar ao pé das árvores a ver as borboletas.

Beatriz Marques

Eu gosto muito da Primavera porque nesta altura as folhas das árvores ficam bonitas.

Márcio Sousa

Eu adoro a Primavera porque tem muitas flores e muito coloridas.

Beatriz Conceição

A Primavera é muito gira porque é uma estação com muita cor.

Simão Santana



KIT SAÚDE MENTAL

A convite da Junta de Freguesia do Parque das Nações e de uma equipa de psicólogas da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, os meninos e meninas do nosso CATL, com idades entre os 6 e os 8 anos, estão a participar numa actividade chamada “Kit Saúde Mental”, que durará 5 semanas.

Assim, nas duas quartas-feiras passadas realizaram-se as primeiras sessões, onde as nossas crianças fizeram algumas actividades e partilharam sobre vários temas, como as suas emoções, os seus medos e receios e estratégias para os superar, sempre com base nalguns vídeos que viram logo no início de cada sessão!



PROJECTO GIRASSÓIS

Neste período, com o nosso Projeto Girassóis pretendemos consciencializar as nossas crianças e adolescentes para a importância da alimentação saudável, bem como para a necessidade de exercício físico.

AULA DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



Numa das tardes livres de sexta-feira, promovemos uma aula de alimentação saudável, onde nos focámos na roda dos alimentos. Terminámos com uma actividade muito dinâmica em que as crianças, divididas em grupos, tinham que decorar um prato da forma mais original possível, com as frutas disponíveis. O resultado foi muito melhor do que tínhamos imaginado!



AULA DE GINÁSTICA

Desta vez, aproveitámos a greve de professores para trabalhar a nossa capacidade física. Sabemos que o exercício físico é fundamental para a nossa saúde e não quisemos desperdiçar esta oportunidade. Assim, colocámos uma vídeo-aula no Youtube e seguimos as instruções do professor. Apesar de cansativo, foi um momento muito divertido e de grande cooperação entre todos. A partir daqui, conseguimos repetir este momento todas as tardes de sexta-feira!

No início da aula fizemos o aquecimento, depois vimos um vídeo com um professor de ginástica, que nos dizia os exercícios a fazer. Fiquei cansada mas muito contente porque consegui fazer tudo.

Mélanie Monteiro



DANÇA ESPANHOLA

No dia 27 de Março, realizou-se, no Olipandó, um Workshop de dança com duas animadoras espanholas, promovido pela Associação Mulheres Sem Fronteiras. Neste dia, aprendemos alguns movimentos típicos da dança sevillhana e de outras.

Fãs de dança como somos, gostámos muito desta actividade e esperamos poder repetir algo deste género muito brevemente.



TRABALHOS EM SALA

MOVIMENTOS DE ROTAÇÃO E TRANSLACÇÃO

Movimento de translacção

Translação é um dos movimentos realizados pela Terra, assim como o movimento de rotação. Diz respeito ao caminho percorrido pelo planeta ao redor do Sol. A velocidade média em que a Terra realiza o movimento de translacção é de aproximadamente 107.000 km/h, apesar da velocidade, ela não é sentida na Terra. O movimento de translacção dura 365 dias, 5 horas e 48 minutos.

Neste 2º período, começámos por aprender ou relembrar o que são os movimentos do planeta Terra sobre si próprio – movimento de rotação – bem como o movimento do nosso planeta em torno do Sol – movimento de translacção. Vimos também como é que estes dois tipos de movimentos dão origem às estações do ano, ao dia e à noite e até aos anos bissextos.

Movimento de rotação

A rotação da Terra é o movimento que o planeta faz sobre si próprio. É o que faz que haja dia e noite. Por causa desse movimento e da posição do seu eixo em relação ao Sol, a duração da rotação da Terra é de 23 horas e 56 minutos.

AS LINHAS DO NOSSO PLANETA

Para facilitar os estudos feitos pelos cientistas, foram criadas algumas linhas imaginárias em volta do planeta Terra que o divide em partes mais pequenas.

Aprendemos algumas delas e a sua importância.

Por exemplo, o Equador divide a Terra ao meio na horizontal e o Meridiano de Greenwich que é o mais conhecido e o que passa mais perto de Portugal, divide-a ao meio na vertical.



O PAÍS EM QUE VIVEMOS



Portugal é um país que se situa no continente europeu, na Península Ibérica, na qual faz fronteira com Espanha e é banhado pelo Oceano Atlântico.

O nosso país foi fundado em 1143 por aquele que foi o nosso primeiro rei - D. Afonso Henriques!

AS CONQUISTAS DE D. AFONSO HENRIQUES



D. Afonso Henriques foi o primeiro rei de Portugal.

Diz-se que D. Afonso Henriques era muito forte e alto, um facto pouco vulgar na época.

A lenda refere que eram precisos três homens para lhe tomar a espada, isto é, para o desarmar, tal era a valentia e a destreza com que D. Afonso a esgrimia. Com tanta valentia, conseguiu conquistar algumas das cidades mais importantes de Portugal como Santarém, Lisboa, Sintra e Palmela.

A CARTA DE FORAL

Os reis de Portugal iam concedendo a cada pequena zona ou região um documento – a carta de Foral – em que apareciam escritas as regras de funcionamento dentro dela.

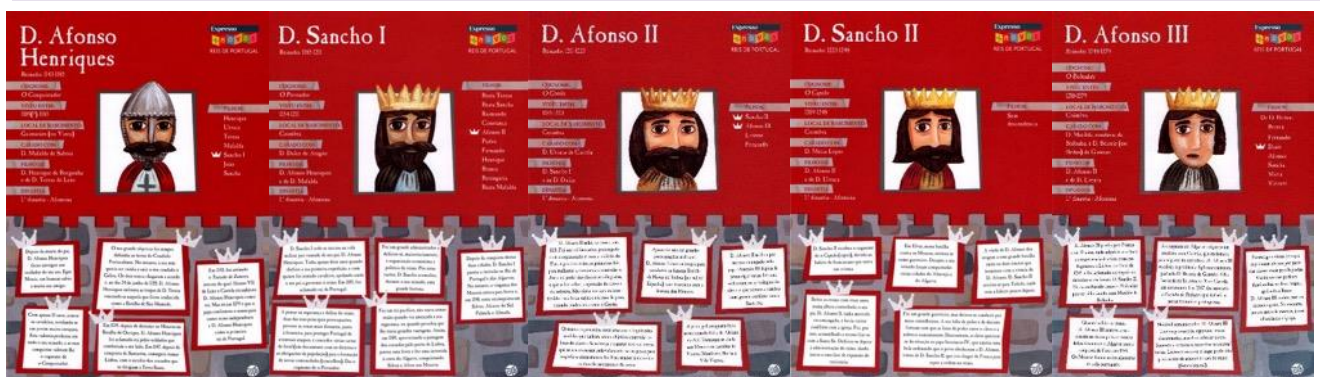
Para melhor perceberem o que isto é, as crianças gostaram muito de ler o livro “Foral”, que lhes permitiu conhecer o que foi conferido há 800 anos por D. Sancho II a Sanguinhedo, em Trás-os-Montes.



OS PRIMEIROS REIS DE PORTUGAL

Os primeiros reis de Portugal marcaram a nossa história pelas suas conquistas e pelos ensinamentos que deixaram para todas as gerações futuras a diversos níveis.

Focámo-nos nos cinco primeiros reis e utilizámos estas imagens que têm excelentes resumos das suas histórias e conquistas.



PÁSCOA

Páscoa vem da palavra hebraica “pesah” e significa passagem - para os povos antigos, a passagem do Inverno para a Primavera e para os cristãos, a passagem de Jesus da morte para a vida, trazendo salvação para todos que crêem nele.

A Páscoa celebra-se depois da Quaresma, num Domingo, exatamente 40 dias desde a quarta-feira de cinzas e é o feriado que encerra a semana santa.

A Páscoa

A Páscoa tem coelhinhos,
ovos, galinhas,
pintainhos e pintainhas.
O coelho traz os ovos,
a galinha faz os ovos,
os ovos fazem a alegria
e as pintainhas e pintainhos,
elas e eles,
entretêm as crianças.

Tudo é mágico
e esta canção
é para agradecer a todos.

Por isso ponham-se de pé
para dançar esta música mágica.

Estão prontos para as brincadeiras?
a primeira é tudo,
a segunda também é tudo.
Por isso vamos festejar esta linda
páscoa (X2).

Olha lá vai o coelho a esconder os
ovos! (X2) .

Poema e música escritos por
Clarinha Gonçalves

