

BI

BOLETIM
INFORMATIVO

204

3º trimestre 2017

*A costa dos Açores
em alturas de baixa-mar*

Ana Isabel Neto

Delegações

*Conselho
Nacional*

Curiosidades

*Investimento em Ciência,
uma réstia de esperança*

Cartão Galp

ASSP VIAGENS
Viaje com a ASSP

CÁCERES – MÉRIDA
3, 4 e 5 de Novembro



Nesta edição

<i>Editorial</i>	3
<i>Delegações</i>	4
<i>Conselho Nacional</i>	14
<i>ASSP Viagens</i>	16
<i>Delegações</i>	18
<i>Artigo "A costa dos Açores em alturas de baixa-mar"</i>	20
<i>Ana Isabel Neto</i>	
<i>Delegações</i>	22
<i>Curiosidades</i>	25
<i>Cartão Galp</i>	26

Residências Sênior (ERI) Casas dos Professores



Aveiro

Rua Nova, 50, Santiago-Glória
3810-370 Aveiro
Tel. 234 373 230



Carcavelos

Rua Pedro Álvares Cabral, 150
2775-615 Carcavelos
Tel. 214 584 400



Porto

Est. Interior da Circunvalação,
3201 - 4350-111 Porto
Tel. 225 106 270



Setúbal

Avenida António Sérgio, 1
2910-404 Setúbal
Tel. 265 719 850

Delegações

AÇORES

Praça da Autonomia Constitucional, 7, Paim
9500-787 Ponta Delgada
Tel./Fax 296 286 034
d.acores@assp.pt

ALGARVE

Rua Engº Aboim Sande Lemos, 14, R/C
8000-544 Faro
Tel./Fax 289 824 822 | d.algarve@assp.pt
[Casa em Pechão](#)
Tel. 289 723 744

AVEIRO

Rua Nova, 50, Santiago-Glória
3810-370 Aveiro
Tel. 234 373 230 | Fax 234 348 446
Tlm. 963 767 425
d.aveiro@assp.pt

BEJA

Rua Infante D. Henrique,
Edif. Escola Primária N.º 4
7800-318 Beja
Tel. 284 087 018 | Tlm. 960 195 118
969 172 537
d.beja@assp.pt

COIMBRA

Travessa dos Combatentes da Grande Guerra,
3 3030-181 Coimbra
Tel./Fax 239 483 952
d.coimbra@assp.pt

ÉVORA

Rua Chafariz D'El Rei, 31
7005-323 Évora
Tel./Fax 266 709 477 | Tlm. 967 804 246
d.evora@assp.pt

GUIMARÃES

Rua Alto da Bandeira, 23
4835-014 Creixomil
Tel. 253 512 369 | Tlm. 967 532 787
d.guimaraes@assp.pt

LEIRIA

Av. Combatentes Grande Guerra, 65, 1º Esq.
2400-123 Leiria
Tel./Fax 244 813 492 | Tlm. 966 260 077
d.leiria@assp.pt

LISBOA

Rua D. Dinis, 4, I 1250-077 Lisboa
Tel. 213 700 330 | Fax 213 700 338
d.lisboa@assp.pt

MADEIRA

Rampa do Forte, 2 - Santa Maria Maior
9060-122 Funchal
Tel. 291 229 963 | Fax 291 282 546
d.madeira@assp.pt

PORTALEGRE

Rua Capitão José Cândido Martinó, 1
7300-295 Portalegre
Tel./Fax 245 331 612
d.portalegre@assp.pt

PORTO - NOVAS INSTALAÇÕES

Praça General Humberto Delgado, nº 267,
2º andar, salas 9, 10 e 11
4000-288 Porto
Tel. 222 032 049
d.porto@assp.pt
[Casa da Torre](#)
Rua da torre, nº 208, 4580-752 Sobrosa
Tel. 255 963 538 | Tlm. 931 736 357

Núcleo de V. Nova de Gaia

Rua Paula Vicente, 30,
4400-243 Vila Nova de Gaia

SANTARÉM

Rua Luíz Montez Matoso, 38
2005-145 Santarém
Tel./Fax 243 322 212
d.santarem@assp.pt

SETÚBAL

Avenida António Sérgio, 1
2910-404 Setúbal
Tel. 265 719 850 | Fax 265 719 851
d.setubal@assp.pt

VISEU

Rua 21 de Agosto, Edifício Viriato, BL 5A - 1º A
3510-120 Viseu
Tel. 232 449 099 | Tlm. 925 321 167
d.viseu@assp.pt

Sede Nacional



SERVIÇOS CENTRAIS

Largo do Monte, 1 | 1170-253 Lisboa
Tel. 218 155 466 | 218 888 428
Fax 218 126 840
www.assp.pt | info@assp.pt
Seg. a Sex. 9.00h-13.00h / 14.00h-17.30h

Nunca é Sempre



Ana Maria Morais

Presidente da Direcção Nacional da ASSP

Nunca e Sempre dão eternidade ao que sabemos ser efémero.

A cada instante vestimos a realidade com os trajes necessários e indispensáveis que nos dão tempo para construir o Futuro que pretendemos.

À noção de finitude contrapõe-se a procura do eterno.

Nunca e Sempre minimizam esse sentimento de finitude. Permitem recusá-lo. Recusa que implica a arquitectura de projectos, traçados de estratégias e teimosias tácticas para fazer o Futuro segundo a configuração idealizada.

Sentimos a obrigação de sonhar os sonhos que levam muito para lá do que é o nosso tempo real.

Organizamo-nos em pequenas unidades que no seu conjunto determinam a Sociedade de que fazemos parte, como construtores e como produto.

Desta organização resultou um ramo do processo económico chamado Economia Social.

Pela via da acção das organizações de Economia Social têm-se beneficiado sectores com problemas específicos e é onde podemos encontrar a melhor capacidade de resposta a novos desafios sociais, inovando, avançando, juntando vontades, em áreas que exigem soluções solidárias que envolvam as comunidades. A ASSP é uma IPSS, integrada, portanto, no sector da Economia Social, que tem vindo a dar expressão a novas vias de acção da Solidariedade para resolver ou minorar problemas prioritários da comunidade em que está inserida, os Professores.

O empenhamento posto em recusar o Nunca e o Sempre tem como objectivo partilhar um sonho porque *“Um sonho que se sonha sozinho é apenas um sonho. Um sonho que juntos sonhemos é realidade”*.

Ana Maria Morais

Ficha Técnica

DIRECTORA

Ana Maria Morais

DIRECÇÃO E ADMINISTRAÇÃO

Largo do Monte n.º 1 - 1170-253 Lisboa

Tel. 218 155 466 / Fax 218 126 840

info@assp.pt / www.assp.pt

PROPRIEDADE

Associação de Solidariedade Social dos Professores

COORDENAÇÃO EDITORIAL

Maria Margarida Sousa

CONCEPÇÃO GRÁFICA E PAGINAÇÃO

Sandro Costa

IMPRESSÃO

Finepaper - Rua do Crucifixo, n.º 32 - 1100-183 Lisboa

REDACÇÃO

Largo do Monte n.º 1 - 1170-253 Lisboa

assp.comunicacao@gmail.com

PUBLICAÇÃO TRIMESTRAL DE DISTRIBUIÇÃO GRATUITA AOS ASSOCIADOS

Isenta de registo na ERC ao abrigo do

DEC- REG 8/99 de 9/6 art.12º n.º1 - A

Depósito Legal36086/90

Número Avulso0,50 €

Assinatura anual solidária10,00€

Tiragem (n.º exemplares)10 500

NOTA

A adopção do Novo Acordo Ortográfico é da responsabilidade dos autores.

Angra do Heroísmo

Cidade Património Mundial



Vitorino Nemésio, ilustre escritor e poeta terceirense, brindou as nossas gentes com o programa *Se bem me lembro*, entre 1969 e 1975. Tocava viola da terra e cantava como só ele o sabia fazer. Sobre Angra imagino ouvir na sua voz:

És linda, és linda, és engraçada!

És engraçada, és uma bonita amante,

Bonita amante, vivò meu bem!

Efetivamente, Angra do Heroísmo destaca-se pela sua grande beleza.

Recebe-nos com o altaneiro Monte Brasil, lugar aprazível, onde os angrenses convivem e fazem piqueniques. Neste local, ergue-se o Castelo de S. João Batista, única guarnição militar da ilha. No cimo, fica o Pico das Cruzinhas, com um padrão levantado pelos descobridores. Daqui, vislumbra-se um espetáculo impressionante: as povoações circundantes com o casario de neve, ao longe a serra de Santa Bárbara e a baía de Angra aos pés, onde se destaca a marina e o Porto de Pipas que continua a receber os barcos como outrora recebia as naus, nomeadamente as de Vasco da Gama no regresso da sua viagem à Índia.

A sala de visitas de Angra é o Jardim Duque da Ilha Terceira,

onde se encontra o busto de Almeida Garrett, rodeado de árvores seculares e artísticos canteiros floridos. Este sítio é reconhecido pelas juras de amor aqui sussurradas. Por carreiros serpenteados chega-se ao alto e encontra-se o obelisco «A Memória» que lembra o rei soldado, Pedro IV.



Esta cidade passeia-se garrida e orgulhosa dos seus pergaminhos pelo Pátio da Alfândega, onde se ergue a imponente estátua de Vasco da Gama. Exibe, com orgulho, a Sé Catedral, o Palácio dos Capitães Generais, o Solar da Graça, a Igreja da Misericórdia, o Santuário de Nossa Senhora da Conceição, entre outros.

As suas casas, com história,

testemunham o passar dos tempos e dos homens, mas permanecem embelezadas com varandas ricas e nobres que lhes conferem aspectos arquitectónicos singulares.



Angra, «cidade, menina airosa», possui também belos títulos honoríficos! É conhecida como «MUI NOBRE LEAL E SEMPRE CONSTANTE», por ter chegado a ser a única parcela de território português fiel ao rei Pedro IV. É CIDADE PATRIMÓNIO MUNDIAL, título atribuído pela Unesco, após a reconstrução do sismo de 1980. Aí, levantou-se e mostrou ao mundo com denodo, a dignidade da gente da terra dos bravos!

Maria de Fátima Vieira Sequeira
Associada 16670

O Algarve não é só sol e mar Alte – Aldeia Cultural

*«Porque nasci ao pé de quatro montes
Por onde as águas passam a cantar,
As canções dos moinhos e das pontes,
Ensinaram-me as águas a falar.
(...)»*

Francisco Xavier Cândido Guerreiro inicia desta forma um dos sonetos mais belos dedicado à aldeia de Alte, onde nasceu no ano de 1871. O encanto natural da aldeia é cantado na obra do poeta Cândido Guerreiro e os seus sonetos, gravados na pedra e em azulejo, embelezam as Fontes, orgulho de todos os Altenses.

A típica aldeia de Alte situa-se no interior do Algarve, na parte norte do concelho de Loulé, entre o Barrocal e a Serra do Caldeirão. O seu casario branco e ordenado estende-se pela encosta e sob o monte da Francilheira, tendo ao redor, quais sentinelas atentas, os serros da Galvana, Castelo e Rocha Maior.

Desde os tempos mais remotos que a aldeia soube conquistar um lugar de destaque na história do Algarve. Vestígios de comunidades do Neolítico, cerca de 4000 anos a.C., foram encontrados nesta região e mais tarde, a existência de grande quantidade de cobre permitiu trocas comerciais entre os povos mediterrânicos que se instalaram e permaneceram ao longo dos séculos.

Nos anos 20 do século passado um grupo de Altenses criou a «Folha de Alte», um jornal local que contribuiu para o conhecimento e divulgação desta aldeia algarvia. Outro facto igualmente importante para a valorização de Alte a nível nacional e regional, foi a realização do concurso da aldeia mais portuguesa, no ano de 1938, uma vez que obteve um dos primeiros lugares na classificação.

De referir ainda que o Guia de Portugal em 1927 sugeria uma excursão à queda de água do Vigário e anteriormente a essa data festejava-se o 1º de Maio na Fonte Grande, encontro popular que se mantém até hoje.



A ribeira de Alte atravessa a povoação desde a Fonte Grande à queda de água do Vigário, oferecendo lugares aprazíveis a quem quiser desfrutar deles. Para além disso a água da ribeira foi ao longo dos tempos o motor de desenvolvimento da povoação devido à indústria doméstica do esparto e ao funcionamento dos moinhos. Estas actividades contribuíram de forma significativa para o desenvolvimento da povoação até à primeira metade do século XX e foram indispensáveis à sobrevivência de muitas famílias. Hoje, podemos conhecer o ciclo do esparto através da representação em azulejo na Rua dos Pisadoiros, desde a fase do tratamento da planta em bruto até à «baracinha», depois utilizada em alcofas, sacos de rede e tapetes.

Ao longo da ribeira nove moinhos moíam os cereais ainda no século XX, alguns continuaram até aos anos 70 e todos pertenciam ao morgado de Alte. O Moinho da Abóbada teria sido o primeiro a ser construído desconhecendo-se a data de construção. No entanto, na concessão do Foral de Loulé (1266) consta que o moinho de Alte passava para o domínio real.

Alte oferece a memória de uma aldeia autêntica com o seu casario branco salpicado de azul e amarelo ocre, as ruas estreitas e floridas, a beleza natural das Fontes, características próprias da aldeia considerada a mais típica do Algarve e uma das mais belas de Portugal.

Fernanda Paulo de Sousa
Associada 10631

O Projecto *ASSP em Terras de Santa Maria* continua a cumprir um dos objectivos para que foi criado: levar ao conhecimento da comunidade das Terras de Santa Maria o nome da ASSP.

Apresentamos hoje uma página do periódico de S. João da Madeira, **O Regional**, onde a ASSP é notícia, aquando do II Concerto Solidário, organizado pelos responsáveis do Projecto e integrado nas comemorações do 90º aniversário da criação do concelho.

José Luís Malaquias

6 de Julho de 2017

O Regional 29

"Canções da nossa história"

Carlos Santos

No passado dia 28 de junho, pelas 21h00, teve lugar na Casa da Criatividade o espetáculo solidário "Canções da nossa história", levado a cabo pela Associação de Solidariedade de Professores, com a coordenação técnica da Prof. Cristina Ferraz e Prof. Marta Ferreira.

A apresentação de onze das canções mais marcantes do Festival da Canção, desde o ano de 1965 a 2017, interpretadas pelo Grupo Coral da ASSP, foi intercalada por curtos diálogos sobre acontecimentos políticos e culturais importantes que tiveram lugar no ano ou na década de cada um dos diferentes Festivais. Para acompanhar as canções, entraram em cena vários grupos de crianças, adolescentes e adultos, com diferentes números temáticos de dança, instrumental, judo e Danças de Salão que contaram com o par Marina Bernardo e Ivo Pais. Todos estes participantes ajudaram a embelezar e colorir a interpretação de cada uma destas canções. Além do já referido coro intergeracional da ASSP, que conta atualmente com cerca de 60 membros (crianças e Adultos), as crianças que participaram neste espetáculo vieram dos Centros Sociais e Paroquiais de Arrifana, Nogueira do Cravo e Romariz; do Centro Social Dr. Crispim, em Milheirós de Poiares, e dos



Centros Infantis da Santa Casa da Misericórdia e Centro Infantil de S. Roque, onde a ASSP presta serviço. Os restantes intervenientes são alunos da Academia de Bailado Liliana Leite e do Grupo de Dança Criativa da ASSP de S. João da Madeira.

A concretização deste espetáculo contou ainda com o empenho e dedicação dos professores Rui Silva, Ana Castro, Sara Rocha, Tiago Ferreira, Cátia Caetano, Lara, Ana Gual, Ana Azevedo, Daniel Padrão e Ricardo.

O montante deste espetáculo solidário foi entregue no final à representante da Cruz Vermelha, pelo Vice-presidente da área financeira da ASSP, Eng. Augusto Pascoal.

A ASSP desenvolve desde 2014 as valências de Atividades para Adultos, Centro de

Estudos e Atividades do Ensino Pré-escolar em vários Centros Infantis.

O Projeto ASSP em Terras de Santa Maria é um projeto intergeracional que continua a crescer e se destaca pela maturidade e responsabilidade com que se empenha, não só em relação ao processo educativo, cultural e social, mas também no acompanhamento contínuo e responsável dos seus utentes, especialmente os mais jovens.

No final do espetáculo, foram também feitos alguns agradecimentos especiais aos Diretores Técnicos e respetivos diretores dos diferentes Centros Infantis presentes, bem como ao Vice-presidente da Câmara de S. João da



Madeira, Dr. Paulo Cavaleiro, à Vice-presidente da ASSP Nacional, Dr.ª Maria Helena Malaquias e ao Vice-presidente da ASSP Nacional para a área financeira, Engenheiro Augusto Pascoal. O Prof. Rui Maia agradeceu ainda ao Presidente da Delegação de Aveiro, Dr. José Luís Malaquias e à sua respectiva Direção pelo apoio e proximidade que têm manifestado em relação ao Projeto ASSP em Terras de Santa Maria, desde 2014.



OURIQUE PARAGEM OBRIGATÓRIA PARA VISITA A CAMINHO DO ALGARVE

O concelho de Ourique situa-se na confluência da região alentejana com o Algarve.

A fundação desta vila é tradicionalmente datada de 711, ano da entrada dos muçulmanos na Península Ibérica. Contudo, vários fatores apontam para uma existência mais recuada. São conhecidos vestígios de diversos assentamentos populacionais, desde o Paleolítico, Calcolítico, Idade do Ferro e do Bronze, às presenças proto-históricas, romanas, celtas e árabes.

Quanto à origem do topónimo de Ourique, esta poderá estar entre "Ouro" (pela proximidade com explorações auríferas) e "Orik" (da palavra árabe para desgraça

ou infortúnio, no seguimento da derrota mourisca na batalha ali travada).

Esta refrega, ocorrida a 25 de julho de 1139, foi decisiva para a independência de Portugal. Lideradas por D. Afonso Henriques, as tropas cristãs venceram, com grandes dificuldades, os muçulmanos comandados pelo governador de Santarém.

Atualmente, no concelho de Ourique, a Capital do Porco Alentejano, realizam-se dois certames: a Feira do Porco Alentejano, em março, na sede do concelho (onde predominam os enchidos e o presunto), e a Feira de Garvão, em maio, na vila com aquele nome, ambas destinadas à promoção das atividades agríco-

las e pecuárias da região e à preservação e dinamização do melhor do mundo rural.

O Santuário de Nossa Senhora da Cola, integrado no parque arqueológico do Castro da Cola, constitui também um lugar de encontro e de oração dos mais importantes do Baixo Alentejo, onde tem lugar uma romaria anual, no dia 8 de setembro.

Na sede do concelho, vale a pena visitar a Igreja Matriz, a Igreja da Misericórdia e o miradouro, donde se avista uma paisagem imensa e deslumbrante, e onde se encontra uma estátua do rei D. Afonso Henriques.

Colaboração da Câmara Municipal de Ourique



Um breve olhar sobre o voluntariado

Em 1987/1988 fui convidado na qualidade de artista plástico a colaborar como voluntário no Hospital de Dia de Psiquiatria nos CHUC ou seja no Centro Hospitalar da Universidade de Coimbra. Não havendo mais que a vontade de contribuir na melhoria da qualidade de vida dos utentes de Psiquiatria.

Neste preciso momento integro um projeto na instituição anteriormente citada desde 2015 que se prolongará até 2018, projeto esse denominado "Melhoria Continuada da Qualidade dos Cuidados de Enfermagem". Qualquer enquadramento jurídico ao longo dos anos de atividade foi sem conhecimento de qualquer conjuntura legal. Este desconhecimento é ainda hoje o padrão para a maioria das pessoas que fazem o voluntariado.

Que é o voluntariado? Tem como princípio uma escolha livre e de vontade própria de cada indivíduo, sem nenhuma espécie de compensação material, ou remuneração, e muito menos se reveste de fins lucrativos.

Mas o voluntariado não se trata apenas de uma forma de trabalho, é mais do que isso. Trata-se também de uma forma de participação e valorização dos indivíduos. No voluntariado as pessoas participam na sociedade que querem ter, não são apenas espetadoras.

No entanto o voluntariado muitas vezes pode causar transtornos nas normais rotinas de uma empresa ou instituição, e por outro lado pode ser profundamente desvalorizado e explorado por terceiros, dado que não tem remuneração e muitas vezes nem estatuto. O voluntariado é uma moeda de verso/anverso, ele deve ser livre, conveniente e oportuno, não deve usurpar o emprego de quem o necessita, nem produzir lucro financeiro a terceiros. Nunca deve de ser coagido a funcionários nem permitido a pessoas incapazes ao que se proponha. O bom voluntariado é um prazer cívico e um lucro para a humanidade.

É importante prestar atenção ao fator da inclusão que o voluntariado também pode promover. "O mesmo é um caminho de inclusão entre grupos populacionais que com frequência são excluídos, como as mulheres, os jovens e os idosos, pessoas com deficiências, migrantes..." (Relatório sobre o Estado do Voluntariado Mundial, 2011), estes podem ser desenvolvidos pelas Entidades promotoras para a sua minimização.

Considero que o voluntariado será cada vez mais reconhecido como importante podendo oferecer uma forma de organização e participação futura que nos levará a uma felicidade humana. Um sistema que não leve a ganhos obtidos pelas instituições, mas sim da solidariedade. No fundo, uma forma de ação solidária onde trocamos as competências e vontades de cada pessoa, e não a sua liberdade.

Portugal tem desde 1998 uma Lei, Bases de enquadramento jurídico do voluntariado – Lei 71/98 de 3 de Novembro. A primeira legislação portuguesa que aborda o tema foi em 1945 (Decreto-Lei n.º 35108). Porém, e desde 1998, pouco mais foi desenvolvido no campo jurídico sobre o voluntariado, à exceção de um ou outro decreto e do Conselho Nacional para a Promoção do Voluntariado.

Muito mais havia a explanar sobre o tema, pois o mesmo é polémico e aliciante.

Carlos Daniel Fernandes Pinto

Professor aposentado, Fundador da Disciplina de Fotografia no Agrupamento de Escolas de Penela (EB123), "Licenciado em Ensino de Educação Tecnológica Variante em Educação Visual e Tecnológica", "MÁSTER EN DIFICULTADES DEL APRENDIZAJE", "Curso de Formação Profissional de Arte-Terapia" e "Formador na área e domínio – C13 Sensibilização à Educação Especial".

Todas as Longitudes

Sou geógrafa, tenho obrigação de ter uma noção razoável da terra e suas paisagens, gentes e culturas. E acho que tenho, pelo muito que estudei e li.

Viajei muito. A Europa, do Cabo Norte ao Cabo Sunion, de Gibraltar ao Cabo da Roca, do Mar Negro ao Báltico, era para mim uma casa onde quase tudo parecia familiar. Nas muitas paisagens, catedrais, museus, cidades e aldeias que percorri senti-me quase sempre em casa.

Regressei há cerca de 10 meses de uma volta ao mundo, e dessa experiência vou dar fé, sobretudo das reflexões novas a que me obrigou.

Panamá, Equador, Chile (Ilha da Páscoa), Tahiti, Austrália, Indonésia, Myanmar e Uzbequistão foram as escalas nesta viagem.

Dormi em arranha-céus, mas também num pequeno hotel que metia água até no quarto. Andei de avião, de comboio histórico, de autocarros novos e velhos, de pirogas, canoas, barcos e barquinhos a cair de podres, de riquexós a pedal (a uma velocidade estonteante) e fiz muitos percursos a pé.

Canais artificiais, igrejas barrocas, estátuas gigantes, edifícios contemporâneos de autor, templos, pagodes, mesquitas, madrasas, túmulos, mercados e mercadinhos, tudo paisagens culturais apenas antevistas nas "GEO", National Geographic, etc. encheram dias e dias de sensações e fotografias novas.

Mas também analisei nesta viagem fenómenos que me fizeram ver quão fragilizado está o nosso planeta azul.

Pude ver a enormidade das grandes metrópoles sul-americanas e do sudoeste asiático com centros de arranha-céus para os ricos e a imensidade de bairros precários, sem condições, construídos em locais desadequados, para os outros (são sempre os pobres que morrem nas grandes catástrofes...).

Vi, *claramente visto*.

Vi "florestas" de arbustos espinhosos que substituíram as ricas florestas de teca e outras madeiras preciosas.

Vi margens de grandes rios atulhadas de plástico.

Vi águas de abastecimento público turvas e com cheiros suspeitos.

Vi cidades afogadas em negras nuvens de poluição.

Vi claramente visto estes e outros fenómenos preocupantes.

Pobreza, sobreexploração de recursos, territórios desordenados, poluição, são todos filhos das mesmas práticas desrespeitadoras dos direitos humanos e do planeta único em que vivemos.

Aqui, acantonados numa Europa rica e privilegiada, facilmente esquecemos os problemas dos outros, a fragilidade dos sistemas e a interligação de tudo.

Os fenómenos climáticos extremos, mas também os económicos e sociais atingem quase toda a gente das mesmas maneiras, especialmente os mais vulneráveis.

Só os olhos das crianças nos afagam. Em todas as longitudes, os olhos dos meninos têm o mesmo

brilho, a mesma curiosidade, o mesmo medo, a mesma esperança, as mesmas interrogações.

Por outro lado, ganhei a noção de que o planeta é mais pequeno do que eu própria imaginava.

Dar uma volta completa em algumas dezenas de horas, durante 23 dias, alterou o meu sentido de escala.

A Europa é grande e linda, sempre com um local desconhecido para explorar.

Mas, ao mesmo tempo, é bem pequena (uma espécie de península da Ásia) comparada com o resto da Terra, que, por sua vez, é mais pequena que o imaginado.

Este facto também me transportou para o meu lugar, no meio de muitos povos e culturas tão respeitáveis quanto a minha.

Senti-me pequenina e com vontade de viajar ainda mais...

Manuela Oliveira

Geógrafa e Associada ASSP.



Turismo em Guimarães e parceiros da ASSP

A ASSP tem como missão a solidariedade com todos/as os/as associados/as na preservação da sua qualidade, entre outras formas, através do desenvolvimento de atividades promotoras da cultura e realização pessoal. As viagens são uma excelente forma de promoção cultural e pessoal, pelo que temos procurado desenvolver um conjunto de protocolos (que abrangem ascendentes e descendentes) com unidades hoteleiras, que daremos a conhecer.

Hotel da Oliveira



Oferece uma tabela de preços vantajosa aos associados.

Um hotel de charme no coração da cidade. O projeto transformou uma antiga Pousada de Portugal numa contemporânea unidade hoteleira. O seu luxo discreto e a localização em pleno coração do centro histórico da cidade fazem do hotel, o local perfeito para todas as pessoas que querem conhecer a oferta cultural e a animação de Guimarães.

Hotel da Penha



Oferece 10% de desconto nas estadias e um preço especial, no serviço de Eventos.

Localizado na encosta da Penha, encontra-se instalado num edifício histórico edificado no início do século passado, cuja paisagem natural envolvente o torna único.

Destaque para o restaurante do hotel com uma vista incomparável para a cidade.

Santa Luzia ArtHotel



Oferece 10% de desconto na estadia, 10% em todos os programas especiais, 5% no serviço de restauração e nos tratamentos do SPA.

Com uma localização excecional, conjuga o conforto e modernidade com a verdadeira experiência de sentir o quotidiano desta cidade milenar. Um hotel perfeito para estar, desfrutar e descobrir Portugal através da sua arte, no coração da cidade que o viu nascer.

TM Guest House



Oferece 15% de desconto nas estadias diárias e 25% no caso de estadia mínima de 5 noites. Oferece ainda preço especial no serviço de Residência Temporária.

No coração do centro histórico, surge com a idealização e criação de um conceito de hostel jovem e inovador.

Camélia Hotel&Homes



Oferece preços especiais para associados na estadia.

Um Hotel / Residência Sênior, construído de raiz nos terrenos de uma Casa de Quinta projetado e equipado a pensar em quem já passou dos 60 e procura uma solução habitacional de excelência, permanente ou temporária. Localizado a 10 minutos do centro de Guimarães.

Quinta Pedras de Baixo



Oferece um desconto de 15% para uma noite e 25% em alojamentos iguais ou superiores a duas noites.

O proprietário é um arquiteto que interveio sobre as casas antigas naquele campo com engenho para, ao mesmo tempo, manter a tradição rural minhota, e acrescentar-lhes formas de modernidade, com soluções audazes que reflitam a continuidade do tempo.

Guimarães espera por si!

ESCOLA NA HORTA

A Associação Escola na Horta iniciou a sua actividade em 2011 no Agrupamento de Escolas Josefa de Óbidos em Óbidos. Em Outubro de 2012 apresentou o projecto - **Uma escola na horta em vez de uma horta na escola** - no TEDx Lisboa.



No ano lectivo de 2012/2013, em parceria com o Centro de Formação de Professores das Caldas da Rainha e a Universidade de Lisboa – IE, financiou parte das 75 horas da formação dos professores inscritos no projecto da Escola na Horta. Esta formação foi ministrada por professores universitários.

Desde 2014 que o projecto se desenvolve, no Colégio Rainha D.^a Leonor em Caldas da Rainha, com 5 turmas do 1º ciclo, do 1º ao 4º ano e 2 salas do Pré-Escolar, em tempo curricular. A avaliação interna do projecto é feita, anualmente, por uma Professora Catedrática do ISCTE.

Todas as aulas na horta e laboratório são planificadas e acordadas, antecipadamente, com os professores



das turmas. Para mais informações, consultar:
"https://www.youtube.com/watch?v=BfRcNbv3WpQ".

A Escola na Horta aplica a metodologia **GBL** (Game-Based Learning) com os seguintes objectivos pedagógicos:

1. Educar para o século XXI

Um mundo em rápida mudança exige novas competências. Os **4 Cs**!

Pensamento **C**rítico e resolução de problemas

Comunicação eficaz

Cooperação e trabalho de equipa

Criatividade e Inovação

2. Proporcionar uma aprendizagem activa, crítica e exigente

A horta e o laboratório experimental são o ponto de partida para todas as aprendizagens.



3. Educar para a sustentabilidade

Através do contacto com a natureza, as crianças são despertadas para a sua protecção, biodiversidade e poupança de recursos naturais. Princípios de agricultura biológica são, naturalmente, a regra.

4. Educar para ser pessoa

Esta prática "hands on" permite o desenvolvimento nas crianças do espírito de equipa, da motivação, da responsabilidade, do amadurecimento pessoal, da criatividade e da gestão de emoções.

Matilde Monteiro

Presidente da Associação Escola na Horta



MAFRA: lendas e realidades

Vamos sair de Lisboa e visitar concelhos da nossa Delegação

A série televisiva “Madre Paula” deu-nos a ideia de começar por Maфра já que o seu enredo se entrelaça com o nosso tema.

Corre a lenda que o diabo passou por lá e vociferou: “És Má e fria! Daí “Mafria” e depois Maфра.

No Século XVIII, reinava D. João V e com a chegada do ouro do Brasil, a corte vivia em ambiente de fausto e opulência. A Rainha, Maria Ana Josefa de Áustria, sentia-se infeliz por não dar ao Rei um sucessor. Contudo, o soberano tinha filhos bastardos que Ana de Áustria retirava às mães e mandava para um Orfanato.

Reza a lenda que Frei Antônio de S. José profetizou aos Reis o nascimento de um filho legítimo se ... mandassem erguer um convento na vila. Finalmente, em 1717 nasce o herdeiro, e D. João V cumpre a promessa de mandar construir o Palácio-Convento, obra maior



Claustros do Convento

do barroco em Portugal, composta pela Basílica, Palácio Real, Convento e o Hospital Monástico.

Na Basílica, existem os maiores carrilhões conhecidos e seis órgãos únicos no mundo. Desde a sua restauração, em 2010, vários concertos têm maravilhado o público.



Biblioteca

O Convento tem duas Bibliotecas, verdadeiras preciosidades, devido ao seu estilo e espólio.

O Jardim e a Tapada completam esta magnificência.

Recentemente foi apresentada a candidatura deste monumento a Património Mundial da Humanidade.

A região onde abundam praias famosas não perdeu o seu lado saloio caracterizado por animadas festas, romarias, boa gastronomia e artesanato.

Onde será o próximo passeio?



O Néctar dos Deuses

A malvasia, uma casta ligada ao início da ocupação da Ilha deu o nome ao afamado **Vinho Madeira**.

A sua introdução é atribuída ao Infante D. Henrique que mandou vir os bacelos do Mediterrâneo.

O melhor vinho é produzido na costa sul.



A forma de produção mais frequente das uvas são as latadas, mais utilizadas nas cotas inferiores, a 400 metros.



No final do verão, depois da vindima, as uvas são transportadas para os **lagares**, nos tradicionais cestos de vimes.



Dizia-se que, se as uvas fossem esmagadas com pés femininos, o vinho se tornava mais suave.



Um dos mais tradicionais tipos de lagar



Eram os borracheiros que transportavam o vinho nos odres ou borrachos feitos de pele de cabra.



O vinho da Madeira depressa se impôs, internacionalmente, pela sua reconhecida qualidade. As castas mais afamadas são **Malvasia, Verdelho, Boal e Sercial**.

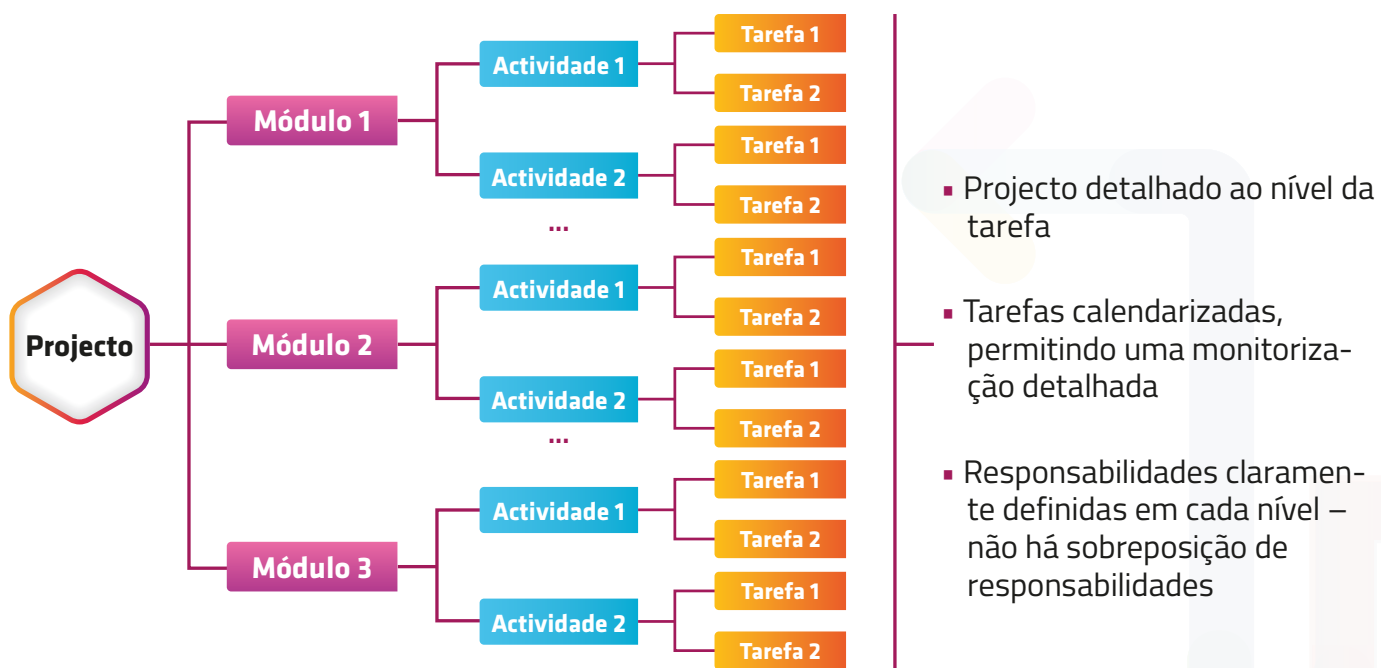
O vinho da Madeira é inimitável por vários motivos: Pelas propriedades comuns a cada casta, pelas condições do solo e variedade de microclimas, as quais determinam as suas peculiaridades, nomeadamente uma elevada acidez que o favorece no processo de envelhecimento em cascos, tonéis e cubas de carvalho, mogno ou cetim.

Ariete Gouveia

Presidente da Delegação da ASSP - Madeira

Depois de aprovado na generalidade o Plano Estratégico na última reunião da Direcção Nacional e posteriormente apresentado ao Conselho Nacional, é necessário agora dar-lhe seguimento e proceder ao detalhe da nova organização de funcionamento

O Plano está estruturado em Projectos que por sua vez se encontram organizados em Módulos, Actividades e Tarefas, numa única estrutura em árvore



A estrutura de acompanhamento operacional do Plano Estratégico segue o modelo



Cada Equipa de Projecto será composta por membros com papéis muito específicos

Papel dos diferentes intervenientes em cada Equipa de Projecto

Direcção Nacional	Membro da Comissão da Direcção Nacional	Líder	Equipa Operacional	Equipa de Suporte
<ul style="list-style-type: none"> Aprova as grandes linhas do projecto e o macro-calendário 	<ul style="list-style-type: none"> Acompanha de forma pontual o andamento dos trabalhos Informado regularmente por parte do Assessor do estado do projecto Interface para tomada de decisões de conteúdo do Projecto 	<ul style="list-style-type: none"> Responsável pela execução dos trabalhos e pelo cumprimento dos objectivos e dos calendários definidos Aloca tarefas e define datas Discute metodologia com Equipa Operacional e com o Assessor Garante actualização da informação sobre o projecto 	<ul style="list-style-type: none"> Dedicação significativa ao projecto Realização de reuniões de trabalho com o líder com uma frequência semanal Condução directa das actividades e coordenação das actividades de recursos de suporte ou externos de acordo com os prazos e metodologias definidas 	<ul style="list-style-type: none"> Dedicação pontual de acordo com as necessidades Presença nas reuniões quinzenais da Equipa Realização de actividades pontuais de acordo com o definido nas reuniões de projecto semanais

Os Projectos a desenvolver no âmbito do Plano Estratégico enquadram-se em cinco grandes áreas: Associados, Gestão, Operações, Sistemas de Informação e Outras Áreas

Associados	Gestão	Operações	SI
<ul style="list-style-type: none"> 1 Infra-estrutura de Acção 2 Oferta – P. Valor 3 Rede de Residências 4 Plano de Angariação de Associados 5 Rede de Delegações 6 Canais Directos 7 Preços e Comissões 8 Imagem e Comunicação 20 Voluntariado 	<ul style="list-style-type: none"> 9 Processo de Gestão Centralizada de Contas nos Bancos 10 Centralização e negociação dos financiamentos em curso 21 Captação de Incentivos <ul style="list-style-type: none"> · PAO 2018 (R) · Relatório e Contas 2017 (R) 	<ul style="list-style-type: none"> 11 Reengenharia de Funções e Processos da Associação (2.ª Fase) 12 Iniciativas de Partilha e Outsourcing 	<ul style="list-style-type: none"> 13 Actualização da Arquitectura de Sistemas de Informação (Base de Dados)
Outras áreas	<ul style="list-style-type: none"> 14 Redução de FSTs 17 Donativos-Fundraising 	<ul style="list-style-type: none"> 15 Desenvolvimento de Recursos Humanos 18 Rentabilização Património 	<ul style="list-style-type: none"> 16 Visão e Valores 19 Revisão dos Estatutos

CÁCERES – MÉRIDA 3, 4 e 5 de Novembro

desde **295€**

Para inscrições
ou informações
contacte
218 223 080 ou
filipafaria@assp.pt

PREÇO POR PESSOA EM QUARTO DUPLO

PARA ASSOCIADO ASSP	NÃO ASSOCIADO
295€	312€

Mínimo 40 participantes

SUPLEMENTOS - Quarto individual - 65€

INCLUI:

Circuito em autocarro de turismo;
Alojamento e pequeno-almoço no hotel mencionado
ou similar;
Meia pensão (3 almoços);
Taxas hoteleiras, serviços e IVA;
Seguro Multiviagens (assistência, cancelamento
e interrupção).

EXCLUI:

Entradas em museus e monumentos;
Bebidas às refeições;
Opcionais, extras de caráter particular e tudo
o que não estiver mencionado como incluído.

1º DIA • LISBOA – ÉVORA – ELVAS – CÁCERES

Em horário e local a combinar saída de Lisboa em direção a Elvas, com paragem em Évora para entrada de passageiros. Continuação até Elvas.

Após o almoço, tempo livre para visita à cidade famosa pelas suas complexas fortificações, classificadas recentemente Património da Humanidade pela UNESCO. Prosseguimento para Cáceres cidade declarada Património da Humanidade pela UNESCO, em 1986.

Alojamento no Hotel Barceló Cáceres V Centenario.

2º DIA • CÁCERES

Visita guiada, acompanhada por guia especializado.

Locais a destacar, o Palácio de Carvajal, edifício renascentista com uma torre árabe redonda do séc. XIII, a Igreja Concatedral de Santa Maria, de estilo gótico-renascentista, a Casa del Sol, elegante edifício renascentista, outrora residência da família Solis e a Casa y Torre da Cegonha.

Almoço durante as visitas. Alojamento.

3º DIA • CÁCERES – MÉRIDA – ÉVORA – LISBOA

Saída em direção Mérida.

Visita guiada, acompanhada por guia especializado.

Cidade fundada por Augusto em 25 a.C, onde poderemos destacar o Teatro e Anfiteatro Romano, um dos mais bem preservados conjuntos arqueológicos romanos do mundo, ainda usado hoje em dia para festivais dramáticos. Após almoço, início da viagem de regresso a Lisboa, com paragem na barragem romana de Proserpina, obra de engenharia civil única no mundo romano. Continuação da viagem até Lisboa com passagem em Évora. Fim da viagem e dos nossos serviços.

**Marque já
a sua Viagem
Inscrições
até 13 de Outubro**

CÁCERES

O centro Histórico de Cáceres é um dos conjuntos mais completos e homogêneos da Europa, formado por edifícios (na sua maioria palácios) da Idade Média e do Renascimento. Com uma história que remonta ao Paleolítico, foi uma importante cidade romana. O período de ocupação árabe também a marcou.

Contudo, foi após a reconquista cristã em 1229, que teve o seu enorme desenvolvimento, atingindo o esplendor nos Sécs XV e XVI, nomeadamente no tempo dos Reis Católicos. Ruas empedradas, casas-fortaleza medievais e palácios renascentistas rodeadas por uma muralha e torres monumentais, levaram à sua classificação como Património Mundial em 1986.

Percorrer este Centro Histórico é vivenciar uma viagem até um passado, muito ligado à descoberta e conquista do Novo Mundo das Américas.

MÉRIDA

Mérida é hoje o centro de observação e estudo do período romano em Espanha, pela importância e estado de conservação dos seus monumentos originários da ocupação do Império.

Esta importância advém do facto de Emerita Augusta ter sido a capital da grande província da Lusitânia, ponto central e estratégico para a administração deste território peninsular.

Dezenas de monumentos bastante bem conservados, têm uma concentração no Teatro, no Anfiteatro, em várias residências nobres e no Museu, edifício da autoria de Rafael Moneo, construído para albergar um espólio notável de mosaicos, esculturas, cerâmica, moedas, etc.

Dispersos pelo tecido urbano de Mérida, outros notáveis monumentos continuam a remeter-nos para a grande urbe romana, como o Templo de Diana, o Arco de Trajano, o Circo e a Ponte sobre o Guadiana.

Um pouco mais periféricos, o Aqueduto dos Milagres e a Barragem de Proserpina (que ainda hoje funciona como há 2.000 anos, formando uma belíssima albufeira), completam o conjunto dos mais importantes monumentos romanos de Mérida.

Elvas, Forte da Graça

O Forte de N^a Sr^a da Graça ou Forte de Lippe, é um dos mais notáveis monumentos da arquitectura militar em Portugal (Monumento Nacional desde 1910 e Património Mundial desde 2012).

Integra uma enorme rede de fortificações abaluartadas da raia, desde Caminha até Castro Marim.

O Monte da Graça foi desde cedo um importante ponto estratégico de defesa, o que se veio a confirmar aquando da Guerra da Restauração, integrando-se na Batalha das Linhas de Elvas, em 1659.

Um século mais tarde, D. José I encarregou o Marquês de Pombal a modernizar o local defensivo. Para tal, foi chamado o conde de Lippe que coordenou o projecto e a construção. Em 1763 iniciou-se a obra, que demoraria 30 anos. Sabe-se que foram necessários 6.000 homens, 4.000 animais e 120.000 moedas de ouro para a sua construção. Recentemente restaurado, este monumento é de visita obrigatória, pela monumentalidade e integridade da sua arquitectura.



A Oliveira da Paz

No âmbito da participação de Portugal na 1ª Grande Guerra, Portalegre deu o seu melhor, com o contributo dos Regimentos de Infantaria 21 e de Artilharia de Montanha, nº5.

iluminada, com as bandeiras Nacional, dos Aliados e das Bandas Euterpe e Bombeiros. Seguir-se-ia um Festival no Jardim Público.

Mas havia que deixar algo que fizesse lembrar aos vindouros o valor da Paz. Por isso, foi plantada uma oliveira, no que fora o Passeio Público de Portalegre, próximo da antiga Cascata e atual Jardim do Tarro.

Lido o Auto Comemorativo, assinado pelos presentes, foi o mesmo entregue à guarda da Câmara "... para que, no futuro não reste dúvida alguma da procedência e motivo que originou a plantação da referida Oliveira neste local...".

Seguiu-se a revista militar, vivas à Pátria, à República, ao Exército e à Marinha. Das janelas e

varandas engalanadas caía uma chuva de flores. A festa continuou pela noite dentro, culminando com vistoso fogo-de-artifício.

Mas a Oliveira da Paz, mesmo simbolizando a Paz, dava fruto, recebido de muito bom grado pela Santa Casa da Misericórdia.

Recentemente, no âmbito das comemorações do 1º Centenário da Grande Guerra, foi a Oliveira da Paz e o recinto adjacente, objeto de obras de beneficiação.

Isilda Garraio



Terminado o conflito, e, tal como ordenara o governo da República, em Portalegre, realizaram-se as "Festas da Paz", a 14 de Julho de 1919. Na sessão camarária de 10 do mesmo mês, determinou-se que a fachada da Câmara fosse





Palacete Araújo Porto: passado e presente

Carismático edifício da cidade do Porto, o Palacete Araújo Porto está na posse da Santa Casa da Misericórdia do Porto desde 1891, legado pelo benfeitor José Vaz D'Araújo Veiga. Na verdade, a doação abrangia não só a casa nobre com capela e jardim, como outras casas existentes na quinta em que se inseria.

A casa nobre foi adaptada de modo a servir para um estabelecimento de ensino, correspondendo ao desejo de outro benfeitor, José Rodrigues d'Araújo Porto.

Este benfeitor nasceu no Porto, em 10 de janeiro de 1815 e residiu 31 anos na cidade do Recife, onde casou com Cândida Cardosa d'Araújo Porto. Tiveram um filho que nunca se casou nem teve descendentes. Depois de regressar a Portugal, viveu 12 anos em Lisboa até que se fixou na cidade do Porto. Viria a falecer em 27 de julho de 1887.

Nas suas disposições testamentárias, de 28 de novembro de 1883, tendo já falecido a sua mulher e filho, contemplou a Santa Casa da Misericórdia do Porto com grande parte da sua fortuna, a fim de esta aplicar os fundos legados na criação de uma escola para o ensino de surdos, o que era invul-

gar para a época, sobretudo em Portugal, e que preenchia uma enorme lacuna no quadro da instrução pública portuguesa. O instituto que iria ser criado teria o nome de Instituto de Surdos-Mudos Araújo Porto. Esta estrutura viria a ser inaugurada em 26 de fevereiro de 1893 na casa hoje conhecida por Palacete Araújo Porto, no largo da Paz, na freguesia de Cedofeita, sob a administração da Santa Casa da Misericórdia do Porto.

Mais tarde, aí esteve também instalado o Instituto de Cegos S. Manuel e, nos anos 90, acolheu alguns idosos em situação de dificuldade. Recentemente a Misericórdia do Porto reabilitou o edifício, que se encontrava devoluto há vários anos para aí instalar o seu Centro Corporativo, os Serviços Partilhados e Corporativos da misericórdia do Porto (SPEC).

A recuperação e renovação do imóvel teve como objetivo permitir uma maior proximidade entre os vários departamentos.

A principal preocupação na recuperação feita foi manter a traça original, recuperando os elementos arquitetónicos mais relevantes, aproveitando a maioria dos mate-

riais existentes, mas adaptada às necessidades atuais através da criação de um edifício inteligente.

Na ala nascente encontra-se a antiga capela, onde se pode admirar um retábulo novecentista de inspiração neoclássica, mas com elementos de outros estilos. Outros elementos do antigo edifício foram preservados, homenageando a sua história: as armas em pedra, representando a honra e a missão da Misericórdia do Porto, a sineta que voltou a anunciar novas chegadas, bem como o relógio da torre central que, embora de forma automática, volta a dar conta do tempo que passa. A obra realizada espelha, deste modo, um compromisso entre tradição e modernidade.

Em março deste ano o primeiro lugar do prémio que distingue as melhores intervenções na área de reabilitação urbana em Portugal na categoria de Melhor Intervenção de Uso Comercial e Serviços, foi entregue à Misericórdia do Porto pelo projeto de reabilitação urbana do Palacete Araújo Porto.

Assim se devolveu à cidade um edifício histórico renovado, uma casa com memória e que agora nos recebe com um anjo lembrando as pessoas que por ali passaram.

Flora Azevedo

Professora Associada n.º 1074

A costa dos Açores em alturas de baixa-mar

A linha de costa das ilhas dos Açores é muito irregular, predominando as escarpas e as Arribas que, de onde em onde são recortadas por baías e portos. As costas são dominadas por escoadas lávicas compactas e/ou blocos rochosos. As baías de calhau rolado são comuns, mas as praias de areia são raras e estão ausentes em algumas ilhas.

Esta linha de costa muda de aspeto em função da alternância da maré que, duas vezes por dia, deixa a descoberto uma porção considerável de costa, designada por zona entre marés (Fig. 1). A extensão desta zona varia com o tipo de costa e é maior nos períodos de Lua nova e Lua cheia, e menor nos Quartos crescente e minguante.

Esta zona entre marés marca a transição entre o meio terrestre e o meio marinho e é caracterizada por variações extremas

de temperatura, alterações bruscas de salinidade e agitação causada pelas ondas e vagas. Apesar do rigor deste ambiente, existem muitos organismos que aí habitam, como se pode perceber pelas diferentes tonalidades e aspeto que as rochas adquirem. De um modo geral podemos distinguir quatro zonas principais: a zona mais alta dominada pelos pequenos gastrópodes litorínídeos; a zona seguinte dominada por pequenas cracas; uma zona seguinte dominada por musgo algal e, finalmente, uma zona mais baixa caracterizada por algas de maiores dimensões. O musgo algal exhibe diferentes fisionomias, de acordo com a estabilidade do substrato e a distância à água, encontrando-se desde musgos mais finos monocromáticos, normalmente dominados por uma única espécie de alga, até musgos espessos, multicolores, caracterizados pela associação

de várias espécies de algas. Na zona mais baixa, que marca a transição para a zona submersa, as algas são mais exuberantes e coloridas. Nestes níveis mais baixos, dominados por algas é comum a presença de lapas, gastrópode muito apreciado pelos açorianos.

Existem variações locais na distribuição destes organismos da zona entre marés, que estão associadas ao declive, extensão e exposição das costas, sendo que em alguns locais de escoada lávica é comum a ocorrência de poças litorais. Estas poças são depressões do substrato que ficam cheias de água nos períodos de baixa-mar e permitem a vida a organismos marinhos que normalmente só se observam na zona submersa. Variam em dimensão e forma e ocorrem a diferentes alturas na costa, sendo que são as poças de maiores dimensões e profundidade, localizadas mais próximo



Centro de Ecologia, Evolução e Alterações Ambientais/ Grupo de Biodiversidade dos Açores, Universidade dos Açores, Departamento de Biologia, 9501801 Ponta Delgada, São Miguel, Açores, Portugal; ana.im.neto@uac.pt.

do mar, as que apresentam maior diversidade de organismos. Nestas poças é possível observar algas de várias cores, tamanhos e estruturas (Fig. 2) e animais diversos como o bernardo-eremita (Fig. 3), o camarão das poças, a anêmona, a estrela-do-mar, ouriço-do-mar. Peixes comuns nestes enclaves são os cabozes, os juvenis de

tainha, o peixe-rainha (Fig. 4), o peixe-rei e o rascasso, entre outros.

A melhor forma de observar estes organismos é através de passeios pela costa durante períodos de baixa-mar. Um olhar cuidadoso revelará uma grande variedade de cores, formas e tamanhos.



Ana Isabel de Melo Azevedo Neto

Licenciada em Biologia pela Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa e com formação académica a nível superior na área da Biologia Marinha, Ana Isabel Neto é professora associada com agregação na Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade dos Açores (Unidade Orgânica de Biologia) e investigadora do Grupo de Biodiversidade dos Açores/ Centro de Ecologia, Evolução e Alterações Ambientais, onde coordena o Grupo de investigação em Ecologia Aquática Insular.

Cyberbullying

Um problema novo?

Ou um problema antigo com nova "roupagem"?

(Parte I)

Tanto o *bullying* como o *cyberbullying* constituem problemáticas atuais, cujos contornos e implicações, têm suscitado, nos diferentes profissionais, preocupações, inquietações, angústias e, consequentemente, despoletado uma série de manifestações sob as mais diversas formas (reportagens, artigos nos jornais, programas de televisão e/ou rádio, dissertações de mestrado e teses de doutoramento, artigos científicos, manuais de boas práticas, entre outras).

Toda esta produção reveste-se de crucial importância, porque nos transmite uma quantidade de conhecimento essencial e, ao mesmo tempo, consciencializa uma geração (a geração dos adultos, dos pais, dos professores e de outros profissionais de saúde e de educação) para uma certa inaptidão e inabilidade no que concerne à sua capacidade para se apropriar e movimentar num mundo virtual, absolutamente inédito (um verdadeiro *admirável mundo novo*).

A atual geração de pais e filhos cresceram em mundos diferentes, arriscar-me-ia a dizer que habitamos mundos sensoriais diferentes, que mobilizamos competências comunicativas distintas e que evidenciamos níveis periciais tecnológicos desiguais. E é nesse abismo entre gerações que nos solicitam tantas vezes que intervenhamos, que consigamos conceber e implementar estratégias que possam proteger as nossas crianças, os nossos jovens, os nossos filhos e os nossos alunos, que tantas vezes navegam



por sítios virtuais (aparentemente e erroneamente, considerados menos perigosos que alguns locais reais) que tantos perigos albergam.

Deixando de lado alguns dos riscos que uma navegação pouco segura pela Internet pode potenciar (exposição a conteúdos impróprios, estabelecimento de contactos com pessoas mal intencionadas, pirataria, etc.), gostaria de me focalizar em particular no *cyberbullying*.

O *cyberbullying* trata-se de um fenómeno recente, novo, ao contrário do *bullying* que sempre existiu, que tem vindo a proliferar devido à, também ela recente, proliferação de dispositivos e aplicações digitais.

Enquanto que o *bullying* tende a ocorrer preferencialmente no interior das escolas, sendo vivenciado e visível ao olhar de alguns alunos (os que, direta ou indiretamente, participam nesse comportamento, seja como vítimas, agressores ou observadores), o *cyberbullying* ocorre nos locais virtuais por onde

a nossa geração de jovens circula, comunica e publica.

Trata-se de agressões onde os conteúdos podem ser diversificados (texto, áudio, fotografia, vídeo), onde as formas de disseminação são inúmeras (email, sms, mms, fóruns, salas de chat, blogs, redes sociais, entre outras), e onde o anonimato do agressor pode ser assegurado. Para além disso, a persistência desses conteúdos na web é praticamente garantida, podendo a sua visualização atingir em minutos uma audiência de milhares de utilizadores. Veja-se o caso de conteúdos que se tornam virais.

Cumulativamente, todas estas características, tornam o *cyberbullying* potencialmente mais perverso do que o *bullying*, particularmente porque os ecrãs dos nossos jovens (telemóvel, tablet ou portátil) acompanham-nos 24h por dia, todos os dias da semana, encontrando-se, por isso, sujeitos a ataques agressivos fora do horário letivo.

... continua no BI 205

PARQUE DO BONFIM UM PULMÃO DA CIDADE

Existe, em pleno coração da cidade, ocupando uma área de 42.531 metros quadrados, o denominado Parque do Bonfim. A origem deste espaço verde remonta ao séc. XVI, quando D. Manuel I adquiriu a então Herdade Barbuda onde mandou plantar um jardim.

Ao longo do tempo, foi crescendo e sofrendo modificações, incluindo a do arquiteto paisagista António Viana Barreto no início da década de 60 que também, por sua vez, foi sofrendo pequenas alterações, até aos dias de hoje.

No Outono, por este espaço, circulam revoadas de crianças e adolescentes a caminho das escolas que são várias na área circundante desta zona.

Curiosamente, sendo este por definição tempo de nostalgia, de folhas caídas, de saudades que se instalam é quando a cidade renasce, animada pelo chilrear de tanta juventude.

Um passeio lento, descontraído, por este parque, apreciando as esculturas, reprodução em tamanho maior de pequenas peças de artesanato criadas por Elsa Rodrigues, chamados "os Pasmadinhos" que, de uma forma "algo bizarra", representam e identificam figuras típicas ou ilustres da cidade, terminando com uns momentos num espaço recentemente reinaugurado, junto ao lago, repousando os sentidos na borbulhante dança da água, é mais uma forma aliciente de vos convidar a visitar Setúbal.





Feira há 625 anos!

A antiga **Feira Franca de Viseu**, hoje em dia conhecida como **Feira de S. Mateus**, foi criada pela Carta de Feira, concedida pelo rei D. João I, em 10 de janeiro de 1392. Reza a história que esta feira foi uma prenda do Mestre de Avis por Viseu ter estado a seu lado na crise de 1383-1385. Ao longo dos séculos, ao sabor da história económica e política, a Feira experimentou alguns períodos áureos e outros de maior declínio. Sobreviveu, e é hoje considerada a **mais antiga Feira Franca da Península Ibérica**.

Neste ano de 2017, a Feira vive o **625º ano** desde a sua criação, e continua a renovar-se e a requalificar-se para receber os residentes, os emigrantes e os turistas, procurando sempre atrair novos públicos. Em 2016, fez-se grande festa, em pleno concerto de Rui Veloso, quando o **milionésimo visitante** deu entrada no recinto da feira. Um milhão de visitantes continua a ser a fasquia para a edição deste ano.



A Feira de S. Mateus é um certame com a duração de 38 dias (agosto e setembro) e tem lugar na zona da cidade, habitualmente designada por Ribeira (Coordenadas GPS | N 40° 39' 48.2', W 7° 54' 50.5'). Para este ano, a entidade organizadora promete **novos passos no projeto de revitalização e qualificação**, trazendo ao espaço **novas arquiteturas e experiências-surpresa**, ao lado de um **"cartaz de luxo em ano de ouro"**.

"2017" é o **"Ano Oficial para Visitar Viseu"**

Esperamos a sua visita!



Investimento em Ciência, uma réstia de esperança

Nos últimos anos, muitos foram os investigadores portugueses que se distinguiram - quer em Portugal, quer no estrangeiro - pela qualidade dos seus trabalhos e pela contribuição que deram aos múltiplos ramos da Ciência.

Há vários factores que o determinam, entre os quais o profícuo contacto dos estudantes portugueses com outras Universidades e Centros de Investigação do mundo inteiro, mas sobretudo o produto do investimento realizado nesta área, nomeadamente entre 2006 e 2011, com o Professor Mariano Gago à frente dos Ministérios da Ciência e Tecnologia e do Ensino Superior.

O investimento sofreu uma quebra a partir de 2011, com a chegada da Troika.

A curva descendente agora começa a inverter-se, mesmo que de forma muito tímida; olhando os números, inscritos no gráfico, chega-nos uma réstia de esperança.

Em 2016, Portugal investiu 2348 milhões de euros em Investigação e Desenvolvimento (dados provisórios publicados pela DGEEC). Este valor representa 1,27% do PIB de 2016 e significa que, pela primeira vez, desde 2010, o país aumenta as despesas com o sector, relativamente ao ano anterior. Estes dados referem-se ao investimento público e

privado. Segundo a DGEEC, em 2016, 48% da despesa nacional em Investigação e Desenvolvimento foi assegurada pelas empresas.

O ensino superior executou 45% dos gastos em ciência no ano passado, enquanto o próprio Estado assegurou 5%. Os restantes 2% foram da responsabilidade de instituições privadas sem fins lucrativos.

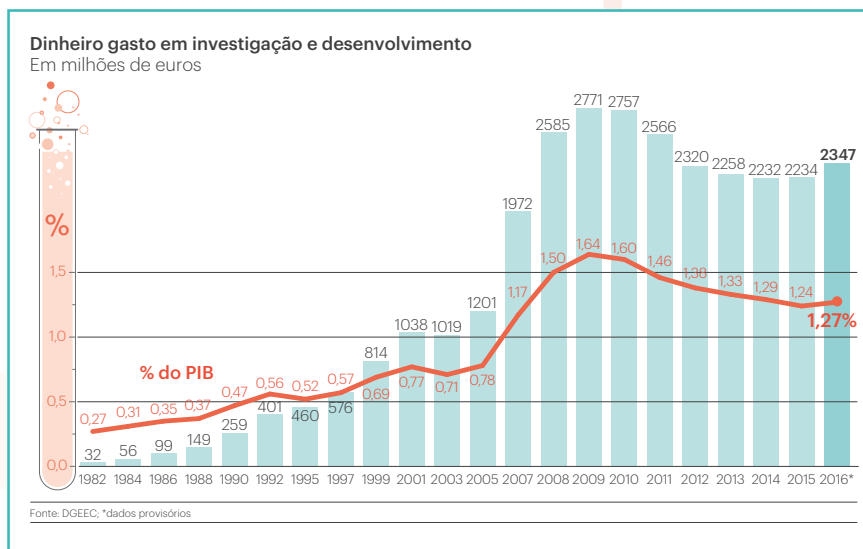
Também o número de investigadores que trabalhavam em Portugal em 2016 é animador: 40.746, o que significa mais 2074, face ao ano anterior

O ensino superior público continua a ser quem emprega mais investigadores: 26.432 (65% do total), enquanto no sector privado trabalham 13.041 (32%).

“Os dados confirmam que podemos voltar a ter a esperança e a confiança da retoma do processo de convergência com a Europa do conhecimento”, defende o Ministro da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior.

O Governo tem como objectivo que o nível de investi-

mento global em I&D, em 2022, seja de 2,15% do PIB, o que, a concretizar-se, seria recorde nacional de despesa com ciência. Para tal, a despesa pública tem de crescer “cerca de 50 milhões de euros por ano a partir de 2018”, enquanto a despesa privada terá de ter um aumento de 200 a 300 milhões de euros, por ano, nos próximos cinco anos, afirma o governante.



energia cria energia



Peça o seu cartão de descontos Galp!

Com este cartão poderá usufruir de descontos imediatos na compra de combustíveis nos postos de abastecimento Galp.

Descontos imediatos em Portugal Continental e na Madeira

Combustíveis **Evologic**

7 cênt./litro

Abastecimentos iguais ou superiores a 25 litros, se o consumo no mês anterior for superior a 50 litros.

6 cênt./litro

Abastecimentos iguais ou superiores a 25 litros.

5 cênt./litro

Todos os abastecimentos inferiores a 25 litros.

Em combustíveis simples e GPL Auto, o desconto aplicável é 1 cênt. inferior ao desconto em combustíveis Evologic. Desconto aplicável até 60 litros por abastecimento, até 2 abastecimentos por dia, até 120 litros com desconto por dia e 150 litros por mês.

Receberá ainda:

- **Desconto fixo de 4 cênt./litro** nos postos Galp dos Açores
- **Desconto fixo de 3 cênt./litro** nos postos Galp em Espanha
- Informação privilegiada sobre todas as novidades Galp
- Promoções e ofertas exclusivas

Peça o seu cartão através do Serviço a Clientes 707 504 257, disponível todos os dias úteis, das 9h às 21h ou maispormenos@galp.com.

Vantagens de ser Associado



Formação Contínua

A ASSP faz uma comparticipação directa de 50% do custo de Acções de Formação Acreditadas pelo Conselho Científico Pedagógico da Formação Contínua através de um Centro de Formação.



Seguros de Saúde

Seguros Maiores: **Maior Economia. Maior Segurança. Maior facilidade:**

Seguro de Saúde, Seguro Automóvel, Seguro Habitação, Seguro de Acidentes Pessoais, Seguro de Vida/Crédito, Seguro Poupança. Há ainda Seguros de Saúde, com vantagens únicas, concedidas pela MGEN e acesso ao Seguro de Saúde de Grupo ASSP-Multicare, com preços aliciantes.



Combustível

Todos os Associados têm acesso ao cartão da **GALP MAIS POR MENOS** que permite descontos imediatos na aquisição de combustíveis nos postos **Galp**.



Descontos

Descontos vários em Farmácias parceiras e em muitas outras empresas das mais variadas áreas, nomeadamente nas da Saúde, Beleza e Bem-Estar, Educação, Cultura, Lazer.



Alojamento

Acesso às 4 Residências Sénior da ASSP, ao alojamento temporário e à *Casa da Torre*, Turismo Rural da ASSP.

Descontos em outras Residências Sénior do país.



Actividades e Convívios

Nas Delegações da ASSP desenvolvem-se cursos e actividades que promovem a valorização pessoal dos participantes, tecem-se laços com a comunidade envolvente, e marca-se a presença da ASSP em eventos de carácter variado.

Desencadeiam-se iniciativas que visam fomentar o envelhecimento activo, socialmente gratificante e estimulante.



Campos de Férias

Destinados a filhos e netos de Professores, assegurados por equipas de monitores multidisciplinares e especializadas.

Os Campos visam o desenvolvimento integral das crianças e jovens, proporcionando momentos de lazer, reflexão e partilha, num ambiente saudável e seguro.



Apoio ao Estudo

Em Guimarães e em Terras de Santa Maria (Santa Maria da Feira, S. João da Madeira e Oliveira de Azeméis) funcionam actividades de Apoio ao Estudo e de ocupação de tempos livres, destinadas a crianças e jovens.





Convocatória (AOS DELEGADOS)

Para cumprimento do disposto na alínea c3 do n.º 2 do Artº 31º dos Estatutos da ASSP, convocam-se os Delegados para uma Reunião Ordinária da Assembleia Nacional de Delegados, a realizar no dia 25 de Novembro de 2017, pelas 10:00h, em Lisboa, com a seguinte Ordem de Trabalhos

1. Informações
2. Plano Estratégico da ASSP
3. Plano de Actividades e Orçamento para 2018
4. Património ASSP. Situação de:
 - 4.1 apartamento nas Caldas da Rainha
 - 4.2 terreno na Madalena

Se à hora marcada não estiverem presentes ou representados mais de metade dos Delegados, fica a mesma marcada para meia hora depois, no mesmo local, com qualquer número de presentes.

O Presidente da Mesa da Assembleia Nacional de Delegados

Miguel Vilhena

Convocatória (AOS ASSOCIADOS)

Para cumprimento do disposto na alínea c do n.º 1 do artº 51º dos Estatutos da ASSP, convocam-se as Assembleias de Associados para definição das linhas de orientação a seguir pelos Delegados na Assembleia Nacional de Delegados marcada para 25 de Novembro de 2017, em Lisboa.

A Ordem de Trabalhos destas Assembleias é idêntica à da AND.

Se à hora marcada não estiverem presentes mais de metade dos associados da Delegação, fica a mesma marcada para meia hora depois, no mesmo local.

Os Presidentes das Delegações

Delegação	Data	Hora	Local
Açores	20 /11	15.00	Sede da Delegação
Algarve	21/11	16.30	Sede da Delegação
Aveiro	20/11	15.00	Sede da Delegação
Beja	22/11	15.30	Sede da Delegação
Coimbra	21/11	16.30	Sede da Delegação
Évora	21/11	16.45	Sede da Delegação
Guimarães	21/11	18.30	Sede da Delegação
Leiria	21/11	15.00	Sede da Delegação
Lisboa	21/11	14.30	Sede da Delegação
Madeira	20/11	17.00	Sede da Delegação
Portalegre	22/11	17.30	Sede da Delegação
Porto	21/11	14.30	Sede da Delegação
Santarém	21/11	15.00	Sede da Delegação
Setúbal	21/11	17.00	Sede da Delegação
Viseu	22/11	17.00	Sede da Delegação