

ENCONTROS AGENDA CULTURAL

Sinergias que transformam

O Centro Qualifica do AEAnadia, em estreita parceria com a Câmara Municipal de Anadia, tem vindo a reforçar a sua aposta na promoção de percursos de qualificação, contribuindo para o aumento das oportunidades formativas e profissionais da população adulta do concelho.

Como exemplo desta colaboração estratégica, encontram-se atualmente em desenvolvimento cerca de uma dezena de ações de formação na Escola da Bairrada, iniciativas que já mobilizaram aproximadamente 200 adultos, refletindo uma forte adesão da comunidade e um compromisso crescente com a aprendizagem ao longo da vida.

Estas ações procuram responder às necessidades de qualificação da população, promovendo o desenvolvimento de competências pessoais e profissionais, bem como o reforço da empregabilidade e da inclusão social, num contexto em que a formação contínua assume um papel determinante para a valorização individual e coletiva.

Neste processo de colaboração institucional, é de realçar o papel da Câmara Municipal de Anadia, cujo contributo tem sido fundamental na articulação entre entidades e na dinamização de respostas educativas ajustadas às necessidades da população local.

A parceria entre o Centro Qualifica e a autarquia reafirma, assim, uma visão conjunta orientada para a capacitação dos cidadãos, promovendo oportunidades de qualificação que potenciam melhores perspetivas de desenvolvimento pessoal, social e profissional no concelho de Anadia.



EDIÇÃO QUADRIMESTRAL | Nº 31 | JUNHO 2026

EDITORIAL

Num tempo marcado pela globalização, pela transformação digital e pela circulação de informação, a educação assume um papel na formação de cidadãos para os desafios deste século. Mais do que transmitir conhecimentos, educar é hoje capacitar os jovens para compreenderem culturas, pensarem de forma crítica e utilizarem a tecnologia com responsabilidade e consciência ética.

Os projetos Erasmus+ contribuem para este objetivo, promovem experiências que enriquecem alunos e professores, reforçam valores como a tolerância, a empatia e o respeito pela diversidade. Estas iniciativas transformam a multiculturalidade numa vivência concreta, enriquecedora e transformadora.

Paralelamente, a Inteligência Artificial surge como uma das ferramentas mais influentes da atualidade. O seu potencial é inegável: pode personalizar aprendizagens, apoiar docentes, facilitar o acesso ao conhecimento e criar oportunidades pedagógicas. Contudo, a rapidez com que a informação circula nas redes sociais traz também riscos, nomeadamente a propagação da desinformação e a dificuldade em distinguir conteúdos credíveis de falsas narrativas. Perante esta realidade, torna-se indispensável promover a literacia digital, desenvolver o pensamento crítico e incentivar o uso responsável da tecnologia.

Neste contexto, o Centro Qualifica assume um papel importante ao proporcionar oportunidades formativas e profissionais, na Escola e através de Parcerias, numa perspetiva de aprendizagem contínua e de valorização pessoal e profissional ao longo da vida.

Invista na sua formação.

Dirija-se ao Centro Qualifica de Anadia!

Adélia Sampaio | Coordenadora do CQ



DATAS IMPORTANTES

15 de junho: Workshop: "Stress: Herói ou Vilão?";

21 a 27 de junho : Mobilidade Erasmus+ "Artificial Intelligence Course for Teachers: Advanced Tools and Apps" em Bolonha , Itália;

2 de julho : Cerimónia de entrega dos Certificados PLA;

A PAR E PASSO

Encontro Multicultural

O Agrupamento de Escolas de Anadia marcou presença no Encontro Multicultural, realizado no dia 30 de abril, promovendo um momento de convívio, partilha, diversidade e inclusão junto da comunidade. A iniciativa decorreu na Praça da Igualdade, em Anadia, e contou com a participação ativa dos nossos alunos estrangeiros, que apresentaram danças tradicionais, declamaram poemas de autores portugueses traduzidos para diferentes línguas e desfilaram com trajes típicos dos seus países de origem. Em simultâneo, os alunos do Curso de Artes Visuais, da turma 12.ºD, realizaram a pintura de um mural ao vivo.

Merece especial destaque a participação dos formandos do Sri Lanka, integrados no curso de Português Língua de Acolhimento (PLA), que emocionaram o público ao interpretar várias canções tradicionais do seu país, partilhando a riqueza da sua cultura e contribuindo para o ambiente multicultural vivido ao longo do evento.

Esta celebração constituiu o complemento ideal para a inauguração da Praça da Igualdade, reforçando o significado deste espaço enquanto símbolo de inclusão, respeito e valorização da diversidade cultural. Todos participaram com grande entusiasmo e envolvimento, revelando orgulho nas suas raízes culturais e demonstrando uma integração cada vez mais sólida e positiva na comunidade escolar e local.

“Desinformação nas Redes Sociais”

No passado dia 7 de maio realizou-se o workshop “Desinformação nas Redes Sociais”, promovido pelo nosso Centro Qualifica, tendo como orador o Eng. Diogo Rede. A iniciativa teve como principal objetivo sensibilizar os participantes para os perigos da desinformação digital e para a importância da literacia mediática, nos dias de hoje.

A crescente disseminação de desinformação nas redes sociais continua a ser um dos maiores desafios da atualidade, tornando essencial a realização de iniciativas de sensibilização e esclarecimento junto da comunidade. Nesse sentido, esta sessão destacou-se pela qualidade da informação apresentada e pela forma acessível como os conteúdos foram transmitidos.

Os participantes mostraram-se bastante satisfeitos com a iniciativa, referindo que ficaram “bem mais esclarecidos e até surpreendidos com a informação disponibilizada”. O modo de apresentação foi igualmente elogiado, bem como os conteúdos abordados, considerados atuais, pertinentes e fundamentais para compreender os riscos associados ao consumo de informação digital.

Outro dos aspetos mais valorizados foi a explicação clara e o conhecimento diversificado do orador, que conseguiu abordar exemplos concretos de fraudes e casos de desinformação que circulam diariamente nas plataformas digitais. A sessão serviu ainda como alerta para os perigos das mensagens falsas, esquemas fraudulentos e manipulação de conteúdos que podem afetar utilizadores de todas as idades.

Os participantes classificaram a atividade como “super produtiva e muito intuitiva”, destacando também a utilização de uma linguagem bastante acessível, o que permitiu uma melhor compreensão do tema por parte de todos os presentes.

Num contexto em que a informação circula rapidamente e nem sempre de forma credível, iniciativas deste género assumem um papel cada vez mais importante na promoção do pensamento crítico e da literacia digital.



realizado no dia 30 de abril, promovendo um momento de convívio, partilha, diversidade e inclusão junto da comunidade. A iniciativa decorreu na Praça da Igualdade, em Anadia, e contou com a participação ativa dos nossos alunos estrangeiros, que apresentaram danças tradicionais, declamaram poemas de autores portugueses traduzidos para diferentes línguas e desfilaram com trajes típicos dos

ACONTECEU...

Júri de Certificação Escolar

No passado dia 3 de março, três adultos concluíram, com sucesso, o seu processo de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC) de nível secundário. Esta conquista representa não apenas a valorização das suas experiências e saberes adquiridos ao longo da vida, mas também um passo importante no seu percurso pessoal e profissional.

Parabéns a todos pela dedicação, resiliência e determinação demonstradas. Que este seja apenas o início de novas oportunidades e sucessos!



Workshop: “Stress: Herói ou Vilão?”

O Centro Qualifica do Agrupamento de Escolas de Anadia dinamizou, no passado dia 17 de abril, o workshop “Stress: Herói ou Vilão?”, a convite do Instituto de Educação e Cidadania (IEC). Partindo da questão central — *será o stress um herói ou um vilão?* — os participantes foram convidados a refletir sobre o duplo papel que esta resposta do organismo pode assumir.

Com esta participação, o Centro Qualifica do Agrupamento de Escolas de Anadia reforça a sua estreita colaboração com o IEC num compromisso conjunto para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais, numa perspetiva de cidadania ativa e promoção do bem-estar da comunidade.



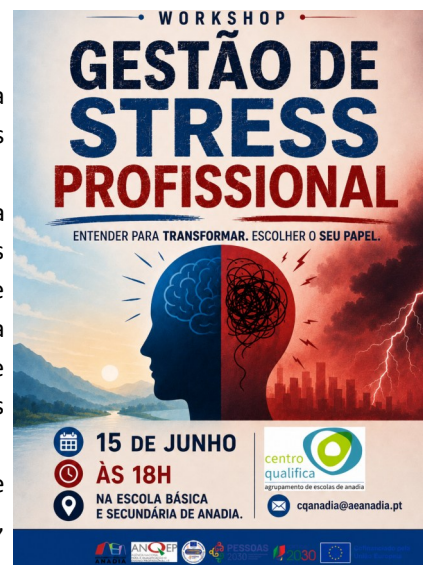
EM MOVIMENTO

Workshop: “Gestão do Stress Profissional”

O stress faz parte do nosso quotidiano e acompanha-nos em diferentes contextos da vida pessoal e profissional. Mas será sempre prejudicial? Ou poderá, em determinadas situações, funcionar como um aliado?

Neste workshop, a realizar no dia **15 de junho** pelas 18h, na Escola Básica e Secundária de Anadia, iremos explorar o papel do stress no nosso dia a dia, compreendendo os seus mecanismos, impactos físicos e emocionais, bem como as diferenças entre o stress que nos impulsiona e aquele que compromete o nosso bem-estar. Através de uma abordagem prática e reflexiva, serão apresentadas estratégias para reconhecer sinais de alarme, desenvolver maior autorregulação emocional e promover uma relação mais saudável com as exigências do dia a dia.

Este Workshop é um convite à reflexão, ao autoconhecimento e à descoberta de ferramentas que ajudam a transformar o stress num recurso de adaptação e equilíbrio, em vez de um fator limitador.



Aprender Português, Construir Futuro

O próximo dia **2 de julho**, pelas 19h00, a Sala Multiusos da Escola Secundária de Anadia acolherá a cerimónia de entrega dos Certificados dos níveis A1, A2 e B1 aos formandos de PLA (Português Língua de Acolhimento).

A sessão contará com a presença das formadoras Ana Paula Figueiredo, Maria Helena Fernandes, Rute Coelho, Helena Sofia Paula e Ana Paula Vicente, do Sr. Diretor, Aníbal Marques, e da coordenadora do PLA, Catarina Simões, que acompanharam de perto este percurso de aprendizagem e crescimento.



À semelhança do que aconteceu em anos anteriores, espera-se que este seja um momento marcado por emoções, partilhas, sorrisos e, naturalmente, muitas conversas em português, a língua que, para estes formandos, foi sendo construída palavra a palavra, aula após aula, esforço após esforço.

Mais do que uma simples entrega de certificados, esta cerimónia representa a celebração de um caminho profundamente humano. Por detrás de cada certificado

existem histórias de coragem, de adaptação e de persistência.

No dia 2 de julho celebraremos, acima de tudo, pessoas, o seu esforço, a sua dedicação e a sua capacidade extraordinária de transformar desafios em oportunidades. Porque aprender uma nova língua é aprender a pertencer.

EDUCAÇÃO/FORMAÇÃO

O Centro Qualifica do AEAAnadia participou recentemente numa mobilidade internacional, no âmbito do programa Erasmus+ KA1-ADU, envolvendo três elementos da sua equipa numa formação realizada em Budapeste, Hungria, durante o mês de maio.

A atividade integrou o curso “Stress Management and Recognition: Key Strategies for Teachers”, dedicado ao desenvolvimento de estratégias de reconhecimento e gestão do stress em contexto educativo. A formação reuniu participantes de vários países europeus, promovendo a partilha de experiências, metodologias e boas práticas relacionadas com o bem-estar dos profissionais da educação.

Ao longo da mobilidade, os representantes do Centro Qualifica do AEAAnadia tiveram oportunidade de aprofundar competências na identificação de fatores de stress, na promoção da saúde mental e emocional e na implementação

de técnicas de autorregulação e equilíbrio profissional, aspetos cada vez mais relevantes no contexto educativo atual. Esta experiência internacional permitiu, igualmente, reforçar a dimensão europeia do agrupamento, fomentar o contacto intercultural e consolidar o compromisso do AEAAnadia com a formação contínua e a valorização das competências dos seus profissionais.

A participação nesta mobilidade Erasmus+ representa mais um passo na estratégia de internacionalização do AEAAnadia e no investimento em práticas educativas inovadoras e centradas no bem-estar da comunidade escolar.



SUGESTÕES DE LEITURA

Educação da tristeza, de Valter Hugo Mãe, apresenta uma reflexão profunda sobre a tristeza enquanto dimensão essencial da experiência humana. Com uma escrita sensível e introspectiva, o autor aborda temas como a perda, a vulnerabilidade, a memória e a condição emocional, defendendo a ideia de que a tristeza pode ter um papel formativo no desenvolvimento pessoal. A obra propõe uma visão humanista, sugerindo que a aceitação das emoções difíceis contribui para uma maior empatia, maturidade emocional e compreensão da vida. Ao longo do livro, o autor convida o leitor a olhar para a tristeza não como um sinal de fraqueza, mas como uma experiência inevitável e transformadora da existência. A narrativa desenvolve-se através de reflexões delicadas e profundamente humanas, questionando a tendência contemporânea para evitar o sofrimento ou procurar soluções imediatas para emoções difíceis. Neste sentido, a obra sugere que o desconforto emocional, quando compreendido e acolhido, pode favorecer processos de crescimento pessoal, resiliência e autoconhecimento.

Helena Mamede|TORVC



LECTORIUM

Poesia do eu

Quando as crianças brincam
E eu as oiço brincar,
Qualquer coisa em minha alma
Começa a se alegrar.

E toda aquela infância
Que não tive me vem,
Numa onda de alegria
Que não foi de ninguém.

Se quem fui é enigma,
E quem serei visão.
Quem sou ao menos sinto
Isto no coração.

Fernando Pessoa



Edward Potthast. Roda da Rosa, 1910-1915.

OUTSIDE IN



A 'European Lifelong Learning Magazine' é, conforme se pode ler na respetiva *webpage*, "uma revista online, gratuita, dedicada à educação de adultos e à aprendizagem ao longo da vida [...] com uma perspetiva europeia, que oferece conteúdos fidedignos e baseados em investigação". Pode ser acedida em:

<https://elmmagazine.eu/>.

A redação está sediada em Helsínquia, na Finlândia, tendo colaboradores e leitores em vários países por toda a Europa. A revista aborda as tendências, políticas, investigação e práticas atuais em ALV, tratando a aprendizagem como um processo contínuo que inclui a educação formal, não formal, informal e a formação profissional.

Num artigo publicado em 4 de maio de 2026, assinado por Dearbháil Lawless, líder da Ireland's National Adult Learning Organisation (AONTAS), intitulado "A educação não formal de adultos coloca os alunos no centro da resiliência", podemos ler que "Ser atencioso faz parte da pedagogia. Através da educação não formal de adultos, podemos ajudar as pessoas a perceber o valor da comunidade, da construção da confiança, da criação de ligações humanas genuínas e do trabalho em equipa. Acredito que isso é vital nos tempos em que vivemos." Ou ainda, "O emprego é importante, mas pessoas saudáveis e interligadas são a base de sociedades e economias prósperas."

Uma publicação de relevo a seguir ...

CENTRO QUALIFICA

Agrupamento de Escolas de Anadia
Rua Almas das Domingas, 4
3780-299 Anadia

CONTACTOS

Tel. Geral: 231 519 050
Tel. Centro Qualifica: 231 519 055
Correio Eletrónico: cqanadia@aeaanadia.pt
Facebook: facebook.com/CentroQualificaeanadia

HORÁRIO DE ATENDIMENTO

2ª a 5ª: 10:00h -13:00h | 15:00h - 19:00h
6ª: 09:00h -13:00h

FICHA TÉCNICA

Responsáveis: Equipa do Centro Qualifica
Colaboração: Comunidade escolar
Edição: Agrupamento de Escolas de Anadia
Distribuição gratuita | Tiragem: 200 exemplares