

ARCO MAIOR

Ano VI . n.º 2 . Jun 2023
Gratuito . Periodicidade Semestral
ISSN 2184-2981

Destaques

- :: "Os braços que nos acolhem" - Entrevista à Dr.ª Sandra Cruz do Grupo Jerónimo Martins
- :: "Há um Arco que os une" - Pátio da Prelada e Oporto Cricket
- :: Experiências profissionais
- :: E depois do Arco?
- :: Op3



Entrevista à Dr.^ª Sandra Cruz do Grupo Jerónimo Martins

“Os braços que nos acolhem”

Aluno Gonçalo Faria (AM4) e professora Teresa Diogo (AM4)

A empresa Jerónimo Martins tem tido, ao longo dos anos, as suas portas abertas para acolher os alunos do Arco Maior, dando-lhes oportunidade de realizar os seus estágios. Deste modo, decidimos entrevistar a Dr.^ª Sandra Cruz, representante da empresa.

Gonçalo Faria: Bom dia, eu sou o Gonçalo Faria, aluno do Arco Maior, polo 4, e estou a fazer esta entrevista como representante dos alunos do Arco Maior.

Gostaríamos de saber qual a função que desempenha na empresa Jerónimo Martins e se já trabalha nesta empresa há muito tempo.

Dr.^ª Sandra Cruz: Em primeiro lugar, muito obrigada por esta entrevista e por esta oportunidade de te conhecer e de conhecer este vosso projeto.

Durante muitos anos, coordenei o Pingo Doce na área de recursos humanos, na Região Norte e, nesse sentido, trabalhei muito especificamente com o Arco Maior e recebia-vos nas lojas para a Formação em Contexto de Trabalho ou para estágios e, depois, até para a contratação. Neste último ano, estou a coordenar a Escola de Formação do Grupo Jerónimo Martins na área de negócio e estou também com alguns projetos, mais abrangentes, relacionados com os recursos humanos, a nível nacional.

Gonçalo Faria: O que a motiva a trabalhar na empresa Jerónimo Martins?

Dr.^ª Sandra Cruz: O que me motiva a trabalhar na empresa Jerónimo Martins é o facto de ser uma empresa muito sólida, com valores muito fortes, que nos ensina a valorizar as pessoas e, nesse sentido, temos uma política de apoio aos colaboradores no contexto de trabalho e no contexto pessoal. Por exemplo, quando os nossos colaboradores têm filhos há um kit específico para os apoiar. Portanto, há todo um conjunto de medidas que visam ajudar os nossos colaboradores, valorizando-os. Depois, em termos de trabalho, respeitamo-nos todos uns aos outros e este é um dos principais pilares do grupo Jerónimo Martins e todos queremos sempre crescer mais, todos nós vestimos a camisola, porque vivemos os valores e a cultura deste grupo. O que me motiva é todos os dias ter trabalho, todos os dias sentir que sou valorizada naquilo que faço, todos os dias ter oportunidade de aprender e de me desenvolver e depois ter responsabilidades no meu trabalho, propriamente dito: poder fazer coisas, poder trabalhar, poder ensinar, por isso é que estou aqui no grupo há vinte e cinco anos. Terminei os meus estudos e entrei para a Jerónimo Martins e, ao longo destes anos, desempenhei várias funções, sempre com a mesma motivação.

Gonçalo Faria: A empresa Jerónimo Martins sempre acolheu alunos do Arco Maior para realizarem FCT/ Estágio. Na sua opinião, qual a motivação na Jerónimo Martins para esta atitude?

Dr.^ª Sandra Cruz: O Arco Maior e este tipo de associações e instituições são suportadas e apoiadas por várias entidades e o grupo Jerónimo Martins tem, particularmente, pelo Arco Maior um carinho e uma estima muito grande, desde que nasceu, pois compartilhamos a mesma visão. Portanto, recebemos e queremos continuar a receber pessoas do Arco Maior e queremos continuar a ajudar, porque é uma instituição que faz um trabalho muito diferente, ao nível do ensino, com uma metodologia e com objetivos completamente diferentes. Se vocês tiverem sucesso nós também temos, porque é mais um colaborador que se ajusta à nossa forma de trabalhar e tem oportunidade de crescer connosco. O vosso modelo de aprendizagem é diferente e permite que os alunos desenvolvam competências para poderem entrar no mercado de trabalho e isso é uma vantagem, pois podem concretizar esse sonho, tendo aqui uma oportunidade de trabalho.

Gonçalo Faria: Quais as tarefas e em que setores os alunos do Arco Maior são integrados durante a sua permanência no grupo Jerónimo Martins?

Dr.^ª Sandra Cruz: Têm entrado diretamente em loja e depois depende muito das aptidões e dos interesses que vocês têm. Quem vem para o Pingo Doce ou para o Recheio tem que ter interesse, para além do financeiro, claro, mas depois juntando-se a nós tem oportunidade de perceber se gosta e se quer continuar a crescer. Portanto entram na loja e podem ir para qualquer uma das funções dentro da loja ou das secções. Quando chegam aqui, para além de nós os formarmos com competências técnicas, para conseguirem fazer bem o seu trabalho, é importante que gostem daquilo que estão a fazer e percebam se, efetivamente, é isto que querem.

Claro que, como em todos os trabalhos, têm que ter a noção dos seus deveres, nomeadamente, cumprir os horários, atender bem o cliente, que é fundamental, saber desempenhar bem as tarefas específicas de cada área, ser responsável e não ter medo de pedir ajuda em caso de necessidade.



Aluno Gonçalo Faria e a Dr.^ª Sandra Cruz

Gonçalo Faria: Que competências, na sua opinião, os alunos desenvolvem com esta oportunidade?

Dr.^ª Sandra Cruz: Desenvolvem competências que têm a ver com o relacionamento interpessoal e com o mundo do trabalho. Desde o respeito por regras e normas, o desenvolvimento do sentido da responsabilidade, o cuidar da apresentação pessoal, o saber relacionar-se com os clientes e ter consciência dos seus deveres. No fundo, têm oportunidade de aplicar na prática os conceitos teóricos que aprenderam na escola. E depois, desenvolvem um conjunto de competências técnicas que lhes permite desempenharem bem uma determinada função.

Gonçalo Faria: No recrutamento de novos colaboradores, quais são as competências que mais valorizam para a sua contratação?

Dr.^ª Sandra Cruz: Nós valorizamos pessoas simpáticas, pessoas que queiram trabalhar connosco e vejam este trabalho como uma oportunidade de fazer carreira. É importante que saibam como nós funcionamos, nomeadamente, tenham conhecimento das regras e das funções que vão desempenhar. E depois que tenham vontade de aprender e que percebam que podem começar a crescer e a ser valorizados. Temos colaboradores que começaram como operadores em part-time e que hoje são gerentes de loja e responsáveis distritais.

Gonçalo Faria: Que conselhos nos dá para a elaboração do curriculum vitae para nos candidarmos a um emprego?

Dr.ª Sandra Cruz: Vou ser muito prática, na minha resposta. Hoje, um curriculum resume-se a uma página e nessa página não podemos mentir e devemos fazer um curriculum especificamente para o trabalho a que nos estamos a candidatar, ou seja, devemos destacar as competências que possuímos e que são exigidas nesse trabalho.

Para que serve um curriculum? Serve para dar a conhecer uma pessoa e para se conseguir uma entrevista. Portanto, tem de ser simples e deve convencer quem o está a analisar de que essa pessoa quer muito aquele

trabalho. Hoje as empresas recebem muitos currícula e quem faz a análise dos mesmos, analisa-os em trinta segundos, portanto estes devem ser elaborados de forma clara e objetiva e colocar o enfoque naquilo que realmente interessa.

Gonçalo Faria: Agradecemos imenso a sua disponibilidade para nos dar esta entrevista e, assim, satisfazer a nossa curiosidade!

Dr.ª Sandra Cruz: O gosto foi todo meu. Gosto muito da vossa instituição e tenho tido excelentes experiências com os alunos da vossa Escola. Obrigada pelo convite.

“Há um Arco que nos une”

Pátio da Prelada

Entrevista realizada pelos alunos na disciplina de Serviço de Mesa e Bar (AM4)

Bom dia, eu sou o Hugo Freitas e estou a frequentar o Programa Integrado de Educação e Formação (PIEF), no Projeto Arco Maior.

O Arco Maior 4 é responsável pela elaboração de mais um número do nosso jornal e, nesse sentido, gostávamos de ouvir a sua opinião enquanto responsável por uma empresa que recebe alunos do Arco Maior para realizarem as suas experiências profissionais.

Hugo Freitas: Gostaríamos que se apresentasse e nos dissesse que função desempenha no seu espaço comercial, Pátio da Prelada.

Márcia Coutinho: Eu sou a Márcia Coutinho, tenho 48 anos e sou responsável por este estabelecimento comercial há 8 anos.

HF: Quantos alunos já recebeu?

MC: Da vossa escola já recebemos dois alunos, no entanto também já recebemos alunos de outras escolas.

HF: Recebeu os alunos em anos diferentes?

MC: Sim, recebi em anos diferentes.

HF: A relação que estabeleceu com os alunos foi positiva?

MC: Foi muito positiva.

HF: Qual é a sua motivação para receber os alunos do Arco Maior?

MC: A minha motivação para receber os alunos do Arco Maior é sentir que participo com algum do meu conhecimento e com a minha experiência, para que eles possam entender que a vida é muito mais do que aquilo que eles vivem. Na realidade existem coisas muito boas e temos que acreditar sempre que o melhor ainda está para vir, por isso, há sempre a possibilidade... Eu trato-os como se fossem meus filhos, mesmo.

HF: Na sua opinião, os alunos vinham com motivação para as funções que lhes eram propostas?

MC: Sim, eles vieram com muita motivação. O André então notava-se que era um miúdo motivado, a outra aluna, a Marlene, esteve bem, só que a achei mais fechada.

Eu acho que os miúdos se forem incentivados e se eles sentirem alguma valorização, vão conseguir fazer melhor, eles têm que perceber que são capazes e que as pessoas estão aqui para os ajudar. Para mim é muito gratificante chegar ao fim e conseguir perceber que eles evoluíram. É uma coisa que realmente me faz sentir muito bem.

HF: Que competências, na sua perspetiva, os alunos desenvolvem com esta oportunidade?

MC: Primeiro, eles desenvolvem a comunicação com o outro, que, na minha opinião, é uma das dificuldades que apresentam. Os alunos que passaram por aqui eram muito fechados e revelavam alguma dificuldade em comunicar com outras pessoas, mas, com o passar do tempo, eles vão melhorando esse aspeto. Por outro lado, desenvolvem as relações interpessoais, uma vez que aqui lidamos, diariamente, com pessoas com características muito diferentes, o que faz com que tenham de se adaptar a essa realidade,



D. Márcia, responsável pelo Pátio da Prelada e a aluna Inês Ferraz



D. Márcia e a professora Susana Silva

melhorando, assim, essa capacidade. Por exemplo, no início esses alunos têm dificuldade em me olhar nos olhos, mas no final já o conseguem fazer com alguma naturalidade. Eu acho que eles têm uma necessidade grande de acreditar que são capazes.

HF: No recrutamento de novos colaboradores, quais são as competências que mais valoriza?

MC: Em primeiro lugar, é a apresentação. Têm que ter uma apresentação cuidada e discreta, porque nós lidamos com muita gente. Em segundo lugar, serem simpáticos e, depois, tudo o resto se constrói. Claro que têm de demonstrar vontade de trabalhar.

HF: Que conselhos nos dá para termos êxito no nosso trabalho, no futuro?

MC: É pensar que realmente tudo é possível, só não conseguimos aquilo que não queremos e depois há uma frase que eu tenho presente diariamente: “o melhor está sempre para vir”, mas temos que fazer por isso...

HF: Agradecemos imenso a sua disponibilidade para nos dar esta entrevista e, assim, satisfazer a nossa curiosidade.

MC: Muito obrigada, eu é que agradeço por vos ter cá.

Oporto Cricket

Chef Paulo Conde

O Oporto Cricket é um restaurante e clube de ténis que se situa no Campo Alegre (Porto). É um clube restrito, fundado em 1855, em que vários dos seus fundadores estão ligados ao negócio do vinho do Porto. Este restaurante, virado sobretudo para a comunidade britânica, recebe alunos do Arco Maior quer para o serviço de mesa quer para o de cozinha.

O chef Paulo Conde refere que as boas práticas, desempenho e hábitos de trabalho são uma mais-valia dos alunos que tem recebido do Arco Maior. São cumpridores, mostram-se disponíveis para aprender e para trabalhar fora do horário da escola. Este restaurante está disponível para continuar a receber alunos da nossa escola, graças ao seu bom desempenho nas suas funções.

Uma mochila de sonhos e de realidades

Professor Antero Afonso

Joana, que acabara de concluir a escolaridade obrigatória aos 20 anos, estava ansiosa para começar uma vida diferente. Decidiu viajar, primeiro pelo país e depois pelo mundo, em busca de novas experiências. Pegou numa mochila e meteu dentro o que julgava imprescindível, a saber, roupa (camisola, calças, gabardine, sapatilhas e uma manta para se proteger do frio) e uma toalha enrolada com alguns produtos de higiene pessoal. O telemóvel também entrou numa bolsa para que ela pudesse comunicar, registar imagens de momentos inesquecíveis e tomar apontamentos sobre o que iria ver e sobre os pensamentos que lhe iriam na alma em cada observação. Permitir-lhe-ia, ainda, consultar mapas, percursos e a sua localização em cada momento.

Por fim, colocou uma peça, pequenina, que tinha construído no Arco Maior, para se lembrar do momento de viragem na sua vida.

Depois, numa bolsa exterior, pronta a ser utilizada quando o dinheiro faltasse e ela precisasse de trabalhar para dar continuidade à viagem, colocou as competências mais importantes que tinham acompanhado o seu crescimento no Arco: a resiliência, para enfrentar as dificuldades e su-

perar os obstáculos que surgiriam no seu caminho; a adaptabilidade, que lhe seria útil em cada paragem, em cada lugar a visitar, onde teria de se adaptar às novas situações e às culturas que iria encontrar; a capacidade de comunicar, na língua portuguesa em Portugal e com o que aprendeu de inglês, nos outros países; a autoconfiança, para acreditar em si mesma e nas suas habilidades, o que lhe dará a coragem e a determinação necessárias para enfrentar os desafios; a curiosidade, que a manterá disponível para aprender novas coisas nesta sua jornada e o que a ajudará a ampliar a sua perspetiva do mundo; a criatividade, que manterá viva a vontade de experimentar coisas novas, a ajudará a encontrar soluções criativas para os desafios; o conhecimento do meio social, da história do homem e as capacidades que desenvolveu em tantas áreas, como em agricultura, pintura, mecânica, moda, cabeleireiro e outras, que não cabe aqui falar delas, e que lhe permitirão encontrar pequenos trabalhos temporários, aqui e ali, para assegurar a sobrevivência.

No final da viagem, Joana quer regressar a casa com a bagagem um pouco mais pesada, com novas competências e com o coração cheio. Bendito o momento em que tropeçou no Arco Maior.

Poesia

Arco de Emoções

Vítor Sousa, aluno (AM4)

Levantar é a palavra do dia.
São 8 da manhã!
A esta hora ainda dormia.
Mas toca a levantar é a hora de ir estudar.

Corre, corre para o metro apanhar.
Só no primeiro intervalo é que páro para fumar.
A stora Paula chama para estudar.
Para o pequeno almoço podermos tomar.

Ganza não podes fumar, se não a TIL para o teu pai vai ligar.
Valha-nos a dona Corina para nos ajudar.
Tem sempre uma palavra amiga para nos dar.

A professora Teresa e o professor Zé Luís estão sempre a resmungar.
Nós precisamos de ter tempo para nos focar.
Tanga não podemos dar.
Os professores querem ensinar para de ano podermos passar.

No Arco Maior eu gosto de estar e os colegas irritar.
No final do dia todos nos estamos a abraçar.



Futuro

Alunos da turma 2 e professora Isabel Pereira (AM4)

Futuro é o tempo que está por vir.
É o que não se pode evitar.
É aquilo a que chamamos destino.
É um substantivo masculino.

O Futuro é incerto
Mas deves investir em ti.
O óbito é certo.
Tu és a personagem principal
Desta vida que tem tudo para ti.
Lembra-te que és especial
E que a vida nem sempre é normal.

À saída do Arco, o que levas na tua mochila?

Pedro Gomes, ex-aluno (AM1)

Como é que te apresentas?

Sou o Pedro Gomes, tenho 21 anos, venho de Gaia, mais concretamente da Afurada.

Onde estás a trabalhar? E o que fazes?

Estou a trabalhar no Pingo Doce, onde iniciei o estágio a tempo parcial. Mais tarde, comecei a trabalhar a tempo inteiro e agora estou na reposição.

Há quanto tempo estás a trabalhar?

Desde há 2 anos, logo que terminei o 12º ano.

Na transição do Arco para o trabalho, quais foram os maiores receios que sentiste?

Um dos meus maiores receios era ficar sozinho com receio de não ter ajuda.

Consideras-te uma pessoa com sucesso?

Não. Ainda não mostrei todas as minhas capacidades.

O que mais te motiva?

A minha fé em Deus.

Quais são os teus pontos fortes?

Ser educado.

O que é que aprendeste de mais útil no Arco?

A cozinhar e a aprender de forma diferente muitas coisas que são fundamentais na minha vida.

Que momentos, no Arco, é que te marcaram mais pela negativa? Porquê?

Nenhum.

Porque deves confiar nas habilidades e talentos que podes oferecer?

Ainda não confio muito porque até agora ainda não mostrei tudo aquilo de que sou capaz.

Sabemos que no Arco sempre foste cumpridor e assumiste as tuas responsabilidades. No trabalho, continuas a ser responsável? De que forma?

Faço o mesmo que fiz no Arco: não faltar nunca, chegar sempre a horas e fazer as minhas obrigações, cumprindo ou tentando fazer o que me dizem para fazer.

No Arco Maior, de que forma te sentiste encorajado para expressares as tuas ideias e opiniões perante os outros?

Quando fazíamos reuniões na Assembleia Geral e quando havia alguma situação grave ou quando havia alguma novidade, tentava sempre participar e refletir sobre as atitudes e encontrar soluções para as diferentes situações. Isso ajudou-me muito a pensar e a refletir sobre os problemas do dia a dia.

No trabalho, sentes que conseguiste causar algum impacto na tua equipa relativamente à tua organização?

Sim, comecei a ajudar mais os outros nas tarefas que lhes foram propostas e comecei a falar e a comunicar mais com os meus colegas.

Relata dois acontecimentos ou experiências importantes no trabalho e explica quais os efeitos que eles te causaram.

Sempre que algo não corria bem no trabalho que tinha de realizar, senti grande preocupação por parte dos meus colegas e superiores. Quando cometia algum erro, fui percebendo a partir das oportunidades que me foram dando.

Como é que lidas com a pressão ou com situações complicadas?

Mantenho sempre a calma e procuro arranjar solução.

De que é que tens medo?

De perder quem gosta de mim e perder a salvação em Deus.

Quais são os maiores desafios e o que fazes para os enfrentar?

Os meus maiores desafios são os meus sentimentos e a forma como lido com eles. Isso tem sido uma situação que me tem afetado quase sempre, quando vou trabalhar ou quando estou com alguém.

Consegues enumerar coisas positivas na tua vida?

Deus, família e amigos.

Para ti, qual é a melhor forma de começar o dia? E já agora, o que é um dia perfeito?

A melhor forma de começar o dia é tomar o pequeno-almoço e fazer atletismo. Dia perfeito é um dia em que me corre tudo bem, quer no trabalho quer com amigos ou família.

O que gostas de fazer nas horas vagas?

Praticar desporto, treinar a corrida, passear, estar com amigos e ver filmes.

Agora que trabalhas, ainda te consegues dedicar ao atletismo?

Sim. Tenho que me organizar no meu dia. Acordo cedo, faço atletismo e depois vou trabalhar.

Qual a coisa que te faz sentir mais grato pela vida?

O facto de a vida ter vindo de Deus.

O que é que gostarias de ter?

Neste momento, mais nada. Só gostaria de estar em paz com Deus e com a minha família.

Até este momento da tua vida, o que é que gostarias de ter feito e por que é que ainda não fizeste?

O que gostaria de ter feito era ter-me esforçado mais no atletismo, porque, neste momento, já podia ser um bom atleta. Às vezes, isso acontece por falta de oportunidade pelo facto de nem sempre saber aproveitar as oportunidades da vida.

Quais os principais acontecimentos da tua vida que te fizeram ser quem és hoje?

Os principais acontecimentos que me fizeram ser quem sou hoje é o facto de ter vindo viver com o meu irmão e de ter fé em Deus.

O que é que já fizeste e que mais te orgulha?

Para já, ainda não há nada que tenha feito e que me faça sentir suficientemente orgulhoso.

Quais são os teus planos para o futuro? Onde e como é que tu te vês daqui a 5 anos.

Vejo-me com uma casa, mulher e a ser promovido no trabalho que faço.

O que é que tu mais queres nos próximos 10 anos?

O que mais quero nos próximos 10 anos é continuar a ter sucesso no trabalho, ter carro, mota e já ter uma família.

Que conselho dás aos jovens que frequentam o Arco Maior?

Que aproveitem a oportunidade que lhes é dada no Arco, onde são tratados com carinho, onde lhes dão responsabilidade e uma formação. Se formos a ver, muita gente não tem este tipo de oportunidade, a que podemos chamar uma segunda oportunidade!



Aluno Pedro Gomes

Pedro Oliveira (AM1)

Infelizmente, o meu tempo no Arco Maior acabou. Foram três anos de um percurso intenso!

Iniciei a caminhada no Arco do Carvalhido, onde completei o terceiro ciclo do ensino básico. Depois, ingressei no Arco Maior 1, onde consegui finalizar o ensino secundário.

Mais do que tudo, vou levar na memória cada um dos momentos e aprendizagens que alcancei. Após entrar no Arco Maior, comecei por aprender conceitos considerados básicos por alguns, mas que para mim diziam pouco: educação, respeito e paciência.

Quando entrei, a minha maior dificuldade era envolver-me e conversar com as outras pessoas, mas depois de muito esforço, consegui perceber que não era assim tão mau. No Arco Maior toda a gente é acolhedora e compreensiva, o que me permitiu ter boas relações que podem durar a vida toda. Aqui, também descobri uma nova área, que nunca imaginei que fosse tornar-se o meu futuro e ambição, que é a área da Moda/Costura. No início, eu tinha

planos de ser programador, mas, entretanto, isso mudou e com essa oportunidade de aprender mais sobre esta nova área, hoje eu tenho a possibilidade de trabalhar como Alfaiate, que é o meu ideal. Sem dúvida alguma eu nunca irei esquecer o que o Arco Maior fez por mim, e tudo o que eu tenho a dizer é obrigado por acreditarem em mim e no meu potencial.

Em resumo, posso dizer que ao sair do Arco levo estas três coisas na minha mochila: coragem, sabedoria e vontade.



Aluno Pedro Oliveira

À Conversa com...

João Cardia (AM1)

O que levo do Arco?

Aqui cresci muito como pessoa, aprendi a trabalhar em equipa, sobretudo na organização dos almoços pedagógicos, o que me será muito útil na minha vida como bombeiro. No futuro vejo-me a fazer mais formação, a aprender mais: quero tirar o curso de TAT (Tripulante de Ambulância de Transporte) ou TAS (Tripulante de Ambulância de Socorro).

Aprendi a cozinhar, aprendi inglês, ganhei confiança em mim mesmo. Aqui vejo diálogo, vejo a possibilidade de evoluir.

Aqui encontrei o que não vi noutras escolas: uma oportunidade. E deixo uma mensagem: "Nunca desistam dos vossos sonhos."



Aluno João Cardia



Aluno André Margarido

André Margarido (AM1)

O que levo do Arco?

De positivo levo o facto de ter crescido, de ser menos egoísta. Aprendi muito, aprendi a ser mais genuíno, mais verdadeiro.

Quando acabar o 12.º ano, vou para a Suíça com o José Fernandes, temos projetos em conjunto. No meu caso, vou fazer jardinagem para angariar dinheiro durante, pelo menos, dois anos. Quando voltar, quero usar esse dinheiro para criar um site de venda de roupa online e acessórios. O José fica encarregado de criar uma linha de roupa para o site (com o curso de designer de moda).

O curso de costura que tirei no Arco abriu-me a curiosidade pelo mundo da moda e o desejo de vingar na vida, de ganhar dinheiro. Acho que o módulo de Economia do próximo ano me vai fazer perceber melhor como gerir o meu negócio, o que é bom.

Ângelo Coimbra (AM1)

O que levo do Arco?

No futuro imagino uma carreira no futebol, uma carreira estável. Para isso, preciso de disciplina e isso desenvolvi no Arco Maior. Aprendi a exigir mais de mim mesmo, a dar mais do que aquilo que me pedem.

Sinto-me agora mais preparado para o futuro porque tenho uma visão a longo prazo do que quero para a minha vida: uma carreira no futebol e um emprego para me sustentar, enquanto a carreira no futebol não se desenvolve.

Deixo uma mensagem aos novos alunos do Arco Maior: acreditem no processo do Arco, ouçam quem sabe mais e procurem melhorar como pessoas.



Aluno Ângelo Coimbra



Aluna Joana Teixeira

Joana Teixeira (AM1)

Que planos tenho para o futuro? Gostaria de ter um trabalho (ser designer de interiores) e rodear-me de pessoas boas. Quero juntar dinheiro, tirar a carta de condução de moto.

Do Arco Maior levo de positivo a possibilidade que tive de voltar a estudar, de ter outra vez atividades que me fizeram sentir igual aos outros. Sinto que posso ser de novo a adolescente que não tive a oportunidade de ser antes por causa das responsabilidades que a vida me deu e os meus problemas de saúde.

Levo comigo o carinho das pessoas, em especial da Professora Isabel Lagarto, que é como uma mãe ou uma avó para mim.

Qualquer idade é boa para aproveitar as oportunidades e o Arco Maior é uma boa oportunidade, aqui aprende-se muito e dão-nos muitas responsabilidades, aprende-se de maneira diferente.

O Arco Maior e o Erasmus+

Professora Teresa Diogo (AM4)

Estar no Arco Maior, seja aluno ou professor, significa que estamos abrigados pelo Arco, que simboliza a nossa instituição, mas também que ele é suficientemente aberto para poderemos levantar voo em segurança. Nesse sentido, o programa Erasmus+ tem permitido oportunidades de voar.

Na minha última mobilidade em Job Shadowing, à Fundação Tomillo, em Madrid, vi um pequeno cartaz que dizia "Que tus SUEÑOS sean más grandes que tus MIEDOS".

Ao longo destes projetos tive a felicidade de constatar quantos jovens conseguiram ultrapassar os seus medos ao enfrentar novos colegas, novas culturas, novas gastronomias, novos meios de locomoção, novas línguas, concretizam sonhos que até aí consideravam impossíveis, mostrando a si

próprios que irão ser capazes de ultrapassar as dificuldades que lhes irão aparecer ao longo da vida.

E para nós professores? Saímos mais enriquecidos, seja na frequência dos cursos estruturados, nas mobilidades de Job Shadowing ou nas mobilidades onde partilhamos projetos e atividades com os nossos alunos e com os colegas e alunos dos países parceiros.

Vivenciamos o crescimento dos nossos alunos, aprendemos novas metodologias e partilhamos experiências com os nossos pares da Comunidade Europeia, também nós ultrapassamos os nossos medos e concretizamos sonhos.

Mobilidade KA 122 - Arzachena, Sardenha

A minha viagem à Sardenha, no contexto do projecto Erasmus, foi uma experiência muito boa.

Aprendi muitos aspectos relacionados com a cultura italiana, visitei muitas praias nas quais tive oportunidade de mergulhar e tive a possibilidade de ver como funciona a cozinha de outras escolas.

Eu voltaria a repetir tudo sem pensar duas vezes, pois vivi situações novas que nunca imaginei e foi uma oportunidade única na minha vida.

Adquiri conhecimentos muito importantes relacionados com a área da restauração que é aquilo que eu quero fazer no futuro.

Aluno Pedro Pereira

Mobilidade KA 229 - Kromeriz, República Checa

Na sequência de um convite para participar num concurso de cozinha, no passado dia 26 de fevereiro, desloquei-me à República Checa, acompanhada pelas formadoras de cozinha do Polo 2.

Quando lá cheguei, fui muito bem recebida por todos e senti-me em casa. Após esta bela receção, tive a oportunidade de conhecer um pouco da cidade de Brno e Praga, antes de iniciar a minha participação no concurso de cozinha.

Entretanto, realizámos as tarefas durante três dias, na cozinha do local onde ficámos alojados. Depois, passámos para uma outra cozinha, numa escola de outra cidade checa, onde permanecemos até ao final desta experiência.

Durante o tempo em que participámos neste concurso, realizámos várias atividades, não só na área da padaria como da pastelaria. Na padaria, confeccionámos pão de diversas tipologias. Quanto à pastelaria,

dedicamo-nos aos bolos típicos da República Checa.

No que diz respeito ao doce típico do nosso país, decidimos fazer leite-creme. Nos restantes dias, passamos algum tempo a realizar um curso num restaurante.



A aluna Francisca em Erasmus, Kromeriz, República Checa

De toda esta experiência, o que mais me marcou foram os primeiros dias na cozinha e, claro, a interação com os meus colegas, o contacto com uma realidade diferente e tão enriquecedora. Tive a oportunidade de conhecer a cidade de Kromeriz, onde pude assistir a uma aula de dança, momento que ficará na minha memória como um dos mais marcantes deste acontecimento.

Recomendo vivamente uma experiência como esta, na medida em que me permitiu conhecer a cultura de outro país, interagir com pessoas oriundas de diferentes países e por me ter proporcionado a possibilidade de andar de avião pela primeira vez.

Aluna Maria Francisca Vieira

Mobilidade KA 229 - Czestochowa, Polónia

Venho falar um pouco da minha experiência em relação à minha participação no projeto Erasmus, nomeadamente a ida à Polónia.

Confesso que, no início, me custou um bocadinho a adaptação a situações totalmente novas para mim, mas, ao longo da experiência, tudo se foi tornando mais fácil e eu re-

conheço, agora, que sou capaz de enfrentar novos desafios. Aprendi imensas coisas e até melhorei o meu inglês.

Realizamos várias atividades como, por exemplo, fizemos a nossa apresentação sobre os benefícios da prática desportiva, fizemos uma caminhada até às ruínas de um castelo e praticamos exercício físico. Porém, de todas as atividades, a que mais gostei foi de fazer a visita guiada à cidade de Cracóvia, que é espetacular.

Aluno Gaspar

Mobilidade KA 122 - Arzachena, Sardenha

Nesta viagem, eu vivi experiências fantásticas para além de tudo o que aprendi na escola.

Apreciei muito os tempos livres porque passeamos imenso pela ilha da Sardenha que é uma espécie de paraíso.



O aluno Cristiano, o empregado de mesa, Mauro e o aluno Pedro, em Arzachena, Sardenha

Conheci muitas praias e locais típicos de Itália e também conheci pessoas novas e um pouco da cultura Italiana.

Voltava a repetir esta experiência, pois aprendi muitas coisas que me serão úteis no futuro.

Aluno Cristiano Silva

Mobilidade KA229 - Czestochowa, Polónia

A viagem à Polónia, mais concretamente à cidade de Czestochowa, no

contexto das atividades do projeto Erasmus+, constituiu o ponto alto no processo de formação dos nossos formandos.

Esta experiência, de cariz educativo, social e cultural, marcará para sempre a vida destes jovens, por todas as aprendizagens realizadas, conhecimentos e valores adquiridos.

Os participantes realizaram as suas atividades teóricas e práticas em torno de conteúdos relacionados com a temática do Desporto e Bem estar que serviu de alicerce à dinamização de interações dinâmicas e construtivas, contribuindo, assim, para o desenvolvimento de competências importantes como a resolução de problemas e a capacidade de aprender com autonomia.

Foi uma semana intensa e plena de experiências memoráveis que se traduziu, acima de tudo, no enriquecimento cultural dos nossos jovens. O facto de os alunos interagirem com os seus pares quer do país anfitrião, Polónia, quer dos outros países participantes, nomeadamente Itália, República Checa, Inglaterra e Roménia em múltiplas atividades de integração, proporcionou níveis de crescimento pessoal e social, deveras importantes para o percurso de vida de cada um.

Para além das atividades desenvolvidas na escola que nos recebeu (apresentações e atividades desportivas), os jovens realizaram uma caminhada de 8 Km, em Olsztyn, próximo da cidade de Czestochowa. Além disso, tiveram a oportunidade de visitar a cidade de Cracóvia, Património Mundial da UNESCO, com a sua herança cultural e histórica extensa, como a praça medieval e o bairro judeu.

Em jeito de conclusão e, apesar das diferenças culturais que se foram esbatendo com o convívio, esta atividade na Polónia, do ponto de vista da comunicação, permitiu desenvolver a competência linguística, proporcionando momentos de alegria entre todos, ensinando, ao mesmo tempo, valores como o respeito e a

EURO

UNITED KINGDOM

SPAIN

tolerância pela diversidade que caracteriza, afinal de contas, o mundo em que vivemos.

Professora Elisabete Coelho

Mobilidade KA 229 - Kromeriz, República Checa

Mobilidade KA 122 - Arzachena, Sardenha

Para mim, o ERASMUS é uma aventura e uma oportunidade de realizar novas aprendizagens, de conhecer outros países, outras culturas e diferentes gastronomias.



A professora Paula Martins, em Brno, na República Chequia

É uma experiência enriquecedora, pois posso conhecer novos métodos de ensino, aperfeiçoar uma língua distinta, contactar com outras pessoas, acabando, assim, por "sair da minha zona de conforto", o que me faz crescer.

Professora Paula Martins

Mobilidade KA 122 - Arzachena, Sardenha

No passado mês de março, dois formandos, Pedro Pereira e Cristiano Silva, do Polo 1 do Arco Maior, beneficiaram da mobilidade Erasmus, Formação em Contexto de Trabalho, durante quinze dias no IPSAR, Istituto Professionale Servizi Alberghieri e Ristorazione Costa Smeralda, escola de formação profissional nas modalidades de cozinha, mesa, bar e receção, em Arzachena, na ilha italiana da Sardenha.

Mais uma vez se demonstrou que a mobilidade internacional, que o Erasmus permite, tem a capacidade de potenciar as melhores características dos formandos, num ambiente formativo diferente, permitindo desenvolver competências em diversas áreas, nomeadamente, linguagem e comunicação, relacionamento social, abertura a novas culturas, outros modos de viver e trabalhar, resolução de problemas e, ainda, neste caso, adquirir mais conhecimentos na área da cozinha, mesa e bar.

Enquanto formadores e acompanhantes dos formandos, cada um de nós que alternou o acompanhamento nas duas semanas, pôde assistir ao crescimento que esta mobilidade permitiu, verificando o melhoramento da postura e o maior à vontade com

que os formandos foram encarando as diferentes situações que enfrentaram, na escola, na viagem e nos pequenos problemas do dia a dia.

Além destes benefícios evidentes que a mobilidade permite e induz nos formandos, também para nós, enquanto formadores, o confronto com outra forma de trabalhar, nomeadamente o tempo longo dedicado na escola italiana à aprendizagem e à prática formativa, permitiu uma reflexão que poderá vir a alterar também a forma, o modo e o tempo que pensamos e praticamos nos nossos projetos, em que baseamos a aprendizagem no Arco Maior.

Professores André Alves e António Teixeira

Mobilidade KA 122 - Kromeriz, República Checa

Mobilidade KA 229 - Arzachena, Sardenha

"Erasmus - uma experiência que nos permite vir sempre mais "cheios", de visão e de inspiração". No meu caso, professora de uma disciplina técnica, essencialmente prática, aplico sempre o que vi e experienciei, seja na mobilidade à Croácia, seja na mobilidade à Sardenha, onde tivemos um contato maravilhoso com uma escola vocacionada para a área de hoteleira, que nos recebeu e integrou. Tecnicamente, vim outra pessoa da Sardenha, além de vir com o coração cheio da amabilidade e cortesia dos colegas de profissão, trouxe uma maneira especial de lidar com a disciplina e os meus formandos. A República Checa, despertou-me a vontade de regressar com os alunos para o concurso de barman e barista, que para mim deixou de ser utópico. E é essa a magia da experiência participar em concursos, falar outras línguas, fazer parte de aulas e workshops inesperados e enriquecedores. Posso resumir que para mim, em particular, foi sempre uma grande inspiração e superação.

Professora Susana Silva

Mobilidade KA 229 - Czestochowa, Polónia

E, de repente, sem contar, convidaram-me para ir à Polónia, atividade integrada no projeto Erasmus.

Foi uma experiência única e incrível, conheci pessoas simpáticas. Adorei o facto de andar de avião, pois foi a primeira vez.

Fiz lá uma amiga, a Nicola. Gostei de ficar em casa dela e de conviver com a sua família. Conheci pessoas simpáticas e alunos de várias nacionalidades.

Pela primeira vez, estive afastada da família, onde deu para perceber o quanto gosto deles.



Alunas Nicola (Polónia) e Ana Rita (AM1)

Gostei de conhecer Cracóvia e de fazer a caminhada de 8 km à chuva.

Gostava de repetir esta experiência, mas agora noutro país.

Aluna Ana Rita

Mobilidade KA 229 - Oradea, Roménia

Mobilidade KA 229 - Arzachena, Sardenha

Participei em duas saídas no Projeto Erasmus. A primeira saída foi a Itália e a segunda à Roménia. Foram saídas bastante desafiadoras, mas, ao mesmo tempo, muito gratificantes, quer para os professores, quer para os alunos. Permitiu-me conhecer novas realidades e novos métodos de trabalho utilizados noutras escolas.

Professor Vítor Pinto

Mobilidade KA 122 - Nice, França

O Curso Estruturado de Neurociência, perceber como aprendem os alunos, permitiu-me compreender o impacto dos comportamentos de risco, na performance dos alunos, e encontrar soluções para os combater, através de um movimento cerebral positivo que permita criar um estado mental recetivo que os inspire, motive e comprometa, nos mais diversificados momentos de aprendizagens.

Professor Antero de Freitas

Mobilidade KA 229 - Kromeriz, República Checa



Ex-aluno Santiago, professora Teresa, professora Paula, ex-aluna Patrícia e professora Manuela Leal

Aeroporto, embarque e nós, o mote para dar início à aventura do Erasmus que começa no pequeno grupo e que irá ao encontro do grande grupo num só país. Aqui, o desconhecido torna-se fascinante pelo clima, pela cultura, pela língua e mesmo pelos horários e hábitos alimentares. Por vezes, tudo parece muito diferente e esse desconhecido, por instantes,

parece assustador, mas rapidamente esmorece, porque o calor humano é imenso e autêntico e a vontade de conhecer é gigante. Assim, escolho a palavra EVOLUÇÃO, porque, quando desembarcamos no Porto, já trazemos algo mais nas nossas vidas.

Professora Manuela Leal

Mobilidade KA 101 - Atenas, Grécia

A ação de formação que decorreu no âmbito do programa Erasmus+, na cidade de Atenas, permitiu aliar o melhor de dois mundos. Por um lado, levou-nos a poder refletir e discutir, com elementos de outros países, as problemáticas subjacentes às dificuldades de integração, em turmas grandes e heterogéneas, de alunos provenientes de outros países, de outras comunidades ou com necessidades especiais.



Professor José Luís Serafim



Professor Miguel Ribeiro

Este intercâmbio permitiu, de forma muitas vezes informal e descontraída, conhecer diversas realidades e perceber como sociedades espalhadas pela Europa encaram essas problemáticas e, mais importante, como tentam mitigar os problemas inerentes a essa realidade. Foram diálogos produtivos e interessantes que nos permitiram ter ideias frescas e novas perspetivas para liderar com os nossos alunos. Por outro lado, as visitas que acompanharam esta formação possibilitaram-nos a imersão na atmosfera helénica e ateniense e a descoberta das idiosincrasias da civilização grega, quer pela beleza altiva e estonteante da Acrópole, quer pelo pitoresco típico e deslumbrante das ruas da cidade que, invariavelmente nos conduzem à Praça Sintagma e ao imponente edifício do parlamento nacional. Assim, podemos concluir que esta experiência nos enriqueceu, quer em conhecimentos variados e pertinentes para a nossa prática letiva, quer pela possibilidade de nos deleitarmos com as relíquias da cidade-berço da democracia.

Professores Miguel Ribeiro e José Luís Serafim

ABP - Aprendizagem baseada em projetos

Professora Flora Silva (AM3)

Saída de campo:

Reserva Natural Local do Estuário do Douro (RNLED)

O relatório da UNESCO da Comissão Internacional sobre a Educação para o Século XXI salienta, na obra Educação: "Um Tesouro a Descobrir", que a educação está baseada em quatro pilares: aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a conviver e aprender a ser. Estes pilares ganham todo o sentido quando se abraça um projeto socioeducativo como o do Arco Maior.

A quem tem a necessidade de se reencontrar, recomeçar, de estabelecer bases minimamente sólidas para um novo itinerário de vida, ambientes de aprendizagem que ajudem a estruturar esses novos projetos, que visam favorecer a autonomia e a inserção social, o caso das saídas de campo e visitas é uma das muitas possibilidades. O caminho, é aquele que se revela o mais adequado a cada um.

As saídas de campo propiciam uma melhor relação professor-aluno e são uma oportunidade de aprendizagem que proporciona o desenvolvimento de técnicas de trabalho, facilita a sociabilidade e favorece a aquisição de conhecimentos, promovendo a interligação entre a teoria e a prática, a escola e a realidade.

Portugal, apesar de ser um país pequeno, tem uma grande biodiversidade e geodiversidade, por isso qualquer que seja a região onde se localiza a escola, há um grande património a descobrir. Assim, no âmbito do projeto: 'Para lá da Ponte', desenvolvido no 1º semestre e construído por professores e alunos, propôs-se o seguinte ambiente de aprendizagem: **saída de campo à RNLED**.



O objetivo desta ação foi cumprido, uniram-se esforços, com trabalho e persistência e dinâmicas de cooperação. Chegámos lá!

Ao longo desta 'viagem' viram parte da riqueza natural relativa à sua comunidade local, pois muitos são os momentos, horas e dias que "Passamos pelas coisas sem as ver..."

Acredito que os olhos que não viam, agora são outros olhos...

A vivência do ensino e aprendizagem no Arco Maior

Professora Raquel Rocha (AM3)

Nenhum ano letivo é igual ao anterior. Todos são marcados pela mudança, incerteza, ansiedade, muitas dúvidas... Este não foi exceção. Ao tomar conhecimento do serviço e das turmas que me foram atribuídas, confesso que me senti um pouco dececionada. Ia trabalhar em duas escolas e numa delas com turmas PIEF. É certo que nunca devemos partir para qualquer situação com ideias pré-concebidas, porém, é inevitável fazê-lo, até porque já tinha experiências passadas com este tipo de grupos.

Normalmente, os alunos destas turmas são pouco trabalhadores e têm uma enorme aversão à escola, o que dificulta o trabalho do professor. Os alunos que conheci, no Arco Maior, não são exceção. Também eles não gostam da escola, têm uma má imagem dos professores e grande resistência a aprender e desenvolver as suas capacidades e competências, mas, talvez seja por isso que considero este ano letivo tão desafiante. À medida que o tempo foi passando, e com o aproximar do final do ano letivo, ao refletir sobre esta experiência, sinto que se foi tornando cada vez mais evidente o meu papel de professora, pois tenho tido em mãos a árdua tarefa de "agarrar" novamente estes alunos, fazê-los ter gosto por aprender e realizar conquistas, ajudá-los a acreditar neles e a perceber que têm competências e que são capazes.



Professora Raquel Rocha

Apesar de ser uma realidade difícil, a experiência de fazer parte da equipa técnico-pedagógica do Arco Maior tem sido muito estimulante. Aqui tudo é diferente. Começa pelas instalações, que fogem ao modelo de escola tradicional. O trabalho que se desenvolve com os alunos é baseado em projetos, o que nos tem permitido ajustar os métodos e as estratégias a cada aluno, fazendo com que realize aprendizagens ou melhore competências e aptidões. Mais do que um ensino teórico, e muitas vezes desatualizado, é através da prática que os alunos aprendem. Mais do que o saber pelo saber, é um saber-fazer, o que é muito mais benéfico para o futuro destes alunos.

No Arco Maior, os alunos são verdadeiramente integrados e acolhidos. Há um esforço constante para os envolver e fazer com que sintam que fazem parte de uma família. Tudo é pensado ao pormenor e com objetivos muito bem definidos.

Estaria a mentir se dissesse que tem sido fácil e que corre tudo bem. Há dificuldades, obstáculos, problemas a resolver, no entanto, sinto que toda a equipa pedagógica trabalha para o mesmo fim, há união entre todos e talvez seja por isso que as conquistas, por mais pequenas que sejam, sabem a vitória.

Por último, concluo esta minha reflexão evocando algumas palavras de um poeta, professor e pedagogo, Sebastião da Gama, que, no livro sobre o dia-a-dia das suas aulas, intitulado *Diário* referia:

"O meu drama resulta de que a mim só me interessa ser bom professor. Ser bom professor consiste em adivinhar a maneira de levar todos os alunos a estarem interessados, a não se lembrarem de que lá fora é melhor."

Projeto Hortícola de Produção Biológica – SARDÃO - Polo 3

Formadoras: Professora Inês Afonso e a Técnica Agrária, Anabela Santos (AM3)

A escola é o lugar onde se fazem amizades, em que se pode estudar, trabalhar, ser alegre, conhecer-se, estimar-se, criar laços e encontrar um ambiente de camaradagem. Para que a escola seja cada vez melhor, é preciso estimular os jovens a serem criativos e desenvolverem permanentemente as suas capacidades. Nesta perspetiva é que foi desenvolvido este projeto comum em que procuramos lutar por um futuro melhor no meio das incertezas quotidianas.



Propagação de suculentas na estufa



Colheita de hortícolas



Propagação de suculentas na estufa



Colheita de hortícolas

No desenvolvimento deste projeto, os alunos, em conjunto com os professores da área agrícola (jardinagem), produzem plantas hortícolas em modo biológico, num terreno cedido na quinta do colégio do Sardão. Fazem parte deste projeto a coordenadora Alexandra Lima, os alunos dos polos 2 e 3, e as respetivas professoras de jardinagem, juntamente com a Técnica Agrária, Anabela Santos, que participa no projeto de forma voluntária. O planeamento e trabalho é realizado com a colaboração de todos os elementos do projeto. Os alunos semanalmente deslocam-se até à quinta do Colégio do Sardão, para realizarem o trabalho necessário no cultivo das plantas hortícolas em modo biológico. Este passa por preparação dos terrenos, sementeiras, plantação, adubação, sacha, monda, colheita e elaboração de cabazes.

Os alunos do Arco Maior, Polo 3, no decorrer das várias tarefas descritas anteriormente, têm sido colaborativos demonstrando bastante interesse, motivação e envolvimento. Deste modo, contribuem para produção de plantas hortícolas, utilizando práticas de produção sustentáveis, valorizando a produção de plantas hortícolas em modo biológico.

Este projeto é muito interessante, sendo uma mais-valia para os jovens aprenderem as técnicas de produção mais amigas do ambiente. Simultaneamente, os alunos contactam diretamente com a realidade agrícola nas várias etapas de produção. Os produtos obtidos são colocados em cabazes e vendidos, posteriormente, à comunidade escolar.

Por último, atendendo a que “os jovens de hoje são o futuro de amanhã”, este género de atividades é muito salutar para promovermos um crescimento mais consciente dos nossos alunos.

Do Arco para o mundo do trabalho

Serafim Fernandes, ex-aluno (AM3)

Antes de entrar para o arco, eu era uma pessoa desinteressada, sem um objetivo bem definido, era bastante complicado lidar comigo, pois eu não ouvia ninguém e tinha muitas dificuldades em cumprir regras e manter a disciplina.

Quando entrei para o Arco, não acreditava no projeto, mas, ao longo do tempo, essa opinião foi mudando e, não só ganhei interesse pelo projeto, como passei a querer fazer parte do mesmo e deixar que ele fizesse a diferença na minha vida.

O Arco veio melhorar muito a minha vida, pois fez-me focar num objetivo, crescer como ser humano, ganhar disciplina, integrar-me completamente na sociedade e no mercado de trabalho e ser civilizado.

A experiência no Arco foi uma experiência muito boa e fundamental para a minha vida porque, pela primeira vez, vi os professores interessados em me ajudar e preocupados com a nossa vida. Foi graças a eles que percebi a



O ex-aluno Serafim Fernandes

importância de nos integrarmos e fazermos algo pela a nossa vida por isso um OBRIGADO a todos os professores do Arco pela ajuda e o total apoio e atenção que tiveram comigo.

O que me levou ao mercado de trabalho foi ter-me focado no meu objetivo. Sempre gostei da área de cozinha e desejei ser um chef.

Então, com o apoio de todos, consegui cumprir o meu objetivo. Não poderia deixar de citar a professora /chef /psicóloga Bárbara que me ajudou sobre a funcionalidade da cozinha e assim se tornou fácil integrar-me na cozinha.

Por fim, gostaria de retribuir o apoio dado pelos professores e todos os que me acompanharam neste percurso.



Serafim Ferreira integrando a equipa do Restaurante Mário Luso

Me refiro al pasar por Fundación donde
 fue muy reconfortante, también el que
 enseñan un método totalmente diferente al de
 los países de América Latina a seguir
 adelante. Antes de llegar a Fundación
 Teniente, no tenía ninguna preparación para
 estudiar, y de hecho me dedicaba a ayudar
 con algunos alumnos de Fundación, y eso
 por familia, me ayudaba a cambiar de
 mentalidad y pensar más en mí mismo. No ya
 de hace dos años de personas que me rodean
 una vida más sana, ya que este tipo de oportunidades
 son muy limitadas, está experimentando con
 una nueva manera de pensar y vivir. Me
 gusta mucho el ambiente y quedarme a estudiar
 y trabajar en un lugar que me permita
 crecer y aprender más cosas. Me gusta mucho
 el ambiente y quedarme a estudiar
 y trabajar en un lugar que me permita
 crecer y aprender más cosas. Me gusta mucho
 el ambiente y quedarme a estudiar
 y trabajar en un lugar que me permita
 crecer y aprender más cosas.

O que sai na minha mochila
 Durante os 2 anos que lixei no 4º ano
 conheci pessoas incríveis desde
 professores até alunos, aprendi muito
 com a vida fora da sala de aula como
 relacionar com os colegas, fazer
 e funcionar como aprendi também
 como trabalhar com as coisas da
 escola, também tive uma ajuda
 imensa da Inês quando eu
 estava triste e chorando
 a Inês que me ajudava a ficar
 melhor com a ajuda dos professores
 também tive as experiências
 incríveis de Erasmus à Belém
 viajei a primeira vez do ano
 tive a oportunidade de conhecer
 outro país, com a sua língua de
 outras pessoas



PARIS
 LONDRES
 NOVA

Felicidade
 colúmbia
 copart

A(15) (Lernan) que vive em
 A-NAK Modula
 Gostei muito das coisas
 de aprender muito bem gostei de fazer
 que a escola é diferente de aqui
 A ele pedi a experiência por
 estudar em outro país



O que sai da minha mochila... da minha mochila
 tem livros, cadernos, apontadores, apaga
 corretor, lápis, canetas e de alguns
 que me ajudam muito a estudar e a
 viver melhor a vida e sobre a oportunidade
 da vida
 consigo ver alguns coisas bem legais
 minha - tem uma sala de aula com
 uma porta a abertura de uma porta
 dia de aulas e depois de uma hora
 entram a sala de aula e depois de
 tempo a sala de aula e depois de
 as pessoas vão trabalhar e se
 profissionais não sabem como se
 ou se ler e estudar com os
 na cabeça e não sabem como se
 eles sabem tudo e que não sabem
 há coisas e a professora não
 aprende a aprender

O que sai da minha mochila
 na minha mochila a dois
 anos sou amigo de amigos
 professores, familiares,
 atividades, coisas.

na minha mochila sou
 gosto muito de estar aqui mas quero
 outras coisas que não gosto
 - gostei da experiência de estar em
 - gostei de estar na escola
 - também gostei de conhecer
 - os professores são muito simpáticos
 - um dos meus melhores professores
 é o professor de matemática
 a professora de matemática

o que sai da minha mochila
 livros, cadernos, apontadores, apaga
 corretor, lápis, canetas e de alguns
 que me ajudam muito a estudar e a
 viver melhor a vida e sobre a oportunidade
 da vida
 consigo ver alguns coisas bem legais
 minha - tem uma sala de aula com
 uma porta a abertura de uma porta
 dia de aulas e depois de uma hora
 entram a sala de aula e depois de
 tempo a sala de aula e depois de
 as pessoas vão trabalhar e se
 profissionais não sabem como se
 ou se ler e estudar com os
 na cabeça e não sabem como se
 eles sabem tudo e que não sabem
 há coisas e a professora não
 aprende a aprender

o que sai da minha mochila
 livros, cadernos, apontadores, apaga
 corretor, lápis, canetas e de alguns
 que me ajudam muito a estudar e a
 viver melhor a vida e sobre a oportunidade
 da vida
 consigo ver alguns coisas bem legais
 minha - tem uma sala de aula com
 uma porta a abertura de uma porta
 dia de aulas e depois de uma hora
 entram a sala de aula e depois de
 tempo a sala de aula e depois de
 as pessoas vão trabalhar e se
 profissionais não sabem como se
 ou se ler e estudar com os
 na cabeça e não sabem como se
 eles sabem tudo e que não sabem
 há coisas e a professora não
 aprende a aprender



E depois do Arco...

Testemunho D. Corina

Aluna Ana Margarida da Silva Ribeiro (AM4)

Por ser uma pessoa que desde a primeira hora esteve no Arco Maior, pedimos à D. Corina que nos desse o seu testemunho.

Começou por nos dizer que trabalha no Arco Maior há dez anos e a sua função é fazer a limpeza dos vários espaços, lavar a loiça das refeições, mas também apoiar no que for preciso. Sente que os alunos a respeitam e, por isso, às vezes, a sua intervenção ajuda a resolver algumas situações mais complicadas.

Considera que o Arco é um lugar onde se apoia os alunos e se procura fazer com que eles se respeitem uns aos outros e também respeitem os professores e funcionários. Por vezes, há fa-

lhas, no entanto, confessa que gosta dos alunos e lhes dá todo o apoio necessário. Gosta daquilo que faz e sente que estes alunos precisam de ajuda e de compreensão.

Destacou de positivo a união entre todos os alunos e a ajuda que lhes é dada, para que consigam ter aproveitamento e sejam mais responsáveis e respeitadores.

Referiu que não mudava nada no Arco, mas que gostava que houvesse mais compreensão por parte de alguns alunos no sentido de perceberem que a instituição existe para os ajudar e preparar para a vida.



D. Corina e aluna Ana Margarida

Testemunho Vera Silva

Vera Silva (AM4)



Vera Silva, Técnica de Intervenção Local

Iniciei funções enquanto Técnica de Intervenção Local no projeto socioeducativo Arco Maior em 2017. Inicialmente comecei por trabalhar no polo dois e, em 2018, integrei o polo quatro, onde estive cerca de quatro anos letivos.

Ao longo destes anos tive a possibilidade de consolidar a minha caminhada no universo da educação, ao abraçar este projeto, trabalhando com uma população que, por razões variadas, abandonaram a escola sem obterem sucesso, sem certificações e sem dispositivos de integração social, tornando-se populações de risco ou efetiva exclusão. Acresce a esta situação a realidade prévia da sua pertença social se

caracterizar, quase sempre, por cenários de desfavorecimento económico, cultural e afetivo.

Procurei desde o início encontrar o “meu lugar” neste contexto repleto de desafios, questioneime sobre o meu papel e do meu contributo para este projeto. Acredito que a intervenção dos técnicos pode fazer a diferença na existência e no percurso destes jovens e famílias. Assim, procurei ser autora de uma intervenção que aproximasse todos os agentes envolvidos. A disponibilidade, a dedicação, a motivação, os afetos, estiveram sempre presentes na minha atuação ao longo da minha permanência neste projeto, pois são na minha ótica, pilares fundamentais para intervir quer ao nível individual, familiar ou social, se quisermos cumprir a nossa missão de acompanhamento, inclusão, reinserção social e de (re)construção personalizada de projetos de vida destes jovens em situação de risco.

A dinâmica do Arco Maior permitiu-me um contacto mais próximo com os alunos, com mais tempo para cada um deles. Esta situação de proximidade, de diálogo e compromisso propicia o estabelecimento de uma relação de confiança, fundamentais para o sucesso da

intervenção. Conseguimos um feedback mais imediato das nossas ações, permitindo-nos, assim, intervir mais rapidamente nas situações que nos surgem. No Arco Maior não desistimos de nenhum jovem. Respeitamos o tempo e ritmo de cada um.

A possibilidade de estar integrada nas equipas pedagógicas, de participar e intervir semanalmente nas mesmas, permite-nos partilhar os problemas e dificuldades que surgem, junto dos coordenadores e refletir em conjunto sobre propostas e abordagens alternativas diferentes das adotadas na generalidade das escolas, utilizando diferentes estratégias e metodologias diferenciadas, consoante a situação e as especificidades de cada aluno que nos chega.

Tendo em conta os diferentes contextos e as vivências de cada aluno, e segundo a minha prática no projeto Arco Maior, considero pertinente adotar, cada vez mais, estratégias que se focalizem em cada um dos jovens, à sua maneira; adaptar e reajustar um processo individualizado e fundamentado à experiência e conhecimento de cada um. **Acredito que só estando mais perto, vamos conseguir chegar mais longe.**

Testemunho João Gomes

João Gomes, ex-aluno (AM4)

O meu nome é João Gomes e tenho 18 anos. Atualmente estou a estudar na Escola Profissional Profitecla.

Durante o meu percurso no Arco Maior frequentei o 6.º ano até ao 9.º ano. O que mais gostei de fazer enquanto estive no Arco Maior foi trabalhar na cozinha, porque me distraia e co-

zinhar na altura era algo que gostava bastante de fazer, embora não tenha seguido essa área.

O Arco marcou-me muito uma vez que me ajudou a não desistir e a persistir bastante até o impossível acontecer. Por vezes, é difícil acreditar e pensar em desistir é frequente, mas no Arco sempre me senti em casa e com o apoio de

todos consegui superar as minhas dificuldades. Estou grato por isso.

Depois do Arco, decidi seguir um curso profissional na área de comunicação e serviço digital. Para além disso, estou a trabalhar no McDonald's, em V. N. Gaia, Mafamude.

Testemunho Mabilde Melo

Mabilde Melo (AM1 e AM4)

Em setembro de 2018, uma professora de História, colocada na Escola Rodrigues de Freitas, no Porto, parte rumo ao desconhecido. O desconhecido descrito como tenebroso por todos aqueles que proferiam as palavras Arco Maior, contudo as palavras ousadia, dedicação e esperança foram fulcrais nos três anos que se seguiram. A ousadia permitiu-lhe ir além daquilo que esperava; a dedicação fez com que esquecesse das teorias da educação e tivesse a preocupação de escutar, conversar, ser mais paciente e preparar alunos para a vida de forma singular e a esperança fizesse parte do seu quotidiano, o que a ajudou-a não desistir.



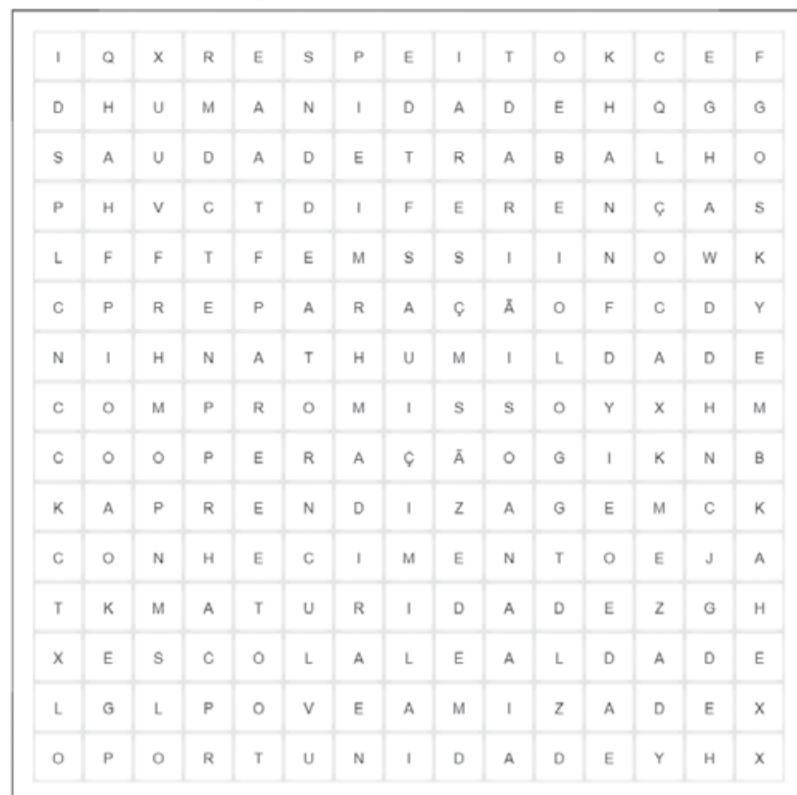
Mabilde Melo, ex-professora

A diversidade de alunos e as diferenças individuais são sempre um desafio no Arco Maior, mas quando abordados com paciência, empatia e dedicação, podem ser oportunidades únicas de aprendizagem e crescimento mútuo. É sempre gratificante quando os desafios se transformam em momentos de crescimento e aprendizagem e parece que foi exatamente isso que aconteceu comigo.

O Arco Maior foi parte integrante na minha vida durante três anos, conheci e experienciei uma escola diferente, tive alunos peculiares vestidos com pele de lobo, mas revelaram-se belíssimos cordeiros - fiz amigos! Recordo com saudade!

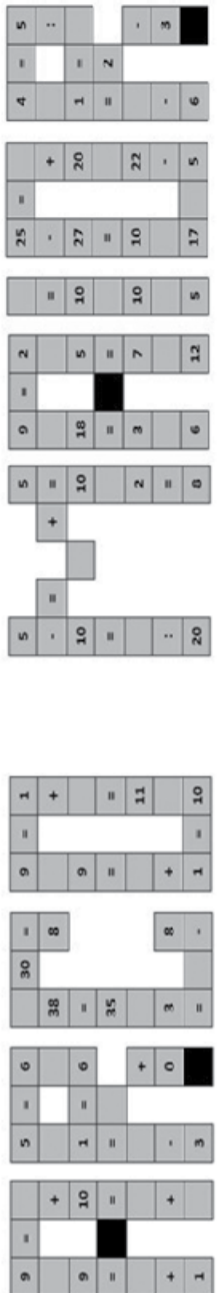
Passatempos (AM4)

O que levo do Arco Maior ?



educima.com

- | | | | |
|-------------|--------------|------------|--------------|
| Amizade | Aprendizagem | Humildade | Lealdade |
| Compromisso | Conhecimento | Maturidade | Oportunidade |
| Cooperação | Diferença | Preparação | Respeito |
| Escola | Humanidade | Saudade | Trabalho |



Passadiço de Gramido à Ribeira de Abade

Professora Joana Couto (AM4)

Valbom, Porto, Portugal



Liga o Núcleo Histórico de Gramido (Valbom-Gondomar) à Ribeira de Abade (perto da portuense zona do Freixo), e vice-versa, pela marginal do rio Douro acompanhando a "Nacional" 108, com maravilhosas paisagens, pontos de encontro, descanso e divertimento merecedores de registo.

Ao longo dos Passadiços existem parques de merendas, parques infantis, praia e cais fluvial, além de jardins e miradouros. Se for do Freixo (Porto) em direção ao final do percurso em Gramido (Valbom), poderá ainda visitar, no núcleo histórico do local, um centro de desportos náuticos, o Clube Naval Infante D. Henrique, o Anfiteatro do Douro e a Casa Branca de Gramido, onde poderá ter acesso privilegiado ao "Lugar do Desenho" - Fundação Júlio Resende, ou ao Centro de Educação Ambiental de Gondomar, na Quinta do Passal.

Com parque de estacionamento para todo o tipo de viaturas e paragens de autocarro, da empresa "Gondomarense", tem acesso imediato a várias esplanadas, estando assim criadas as condições para passar bons momentos, com a família e amigos.

Sugestão de Atividade:

Comprimento: **3,2 km**
 Ganho de elevação: **21 m**
 Tipo de rota: **Ida e volta**

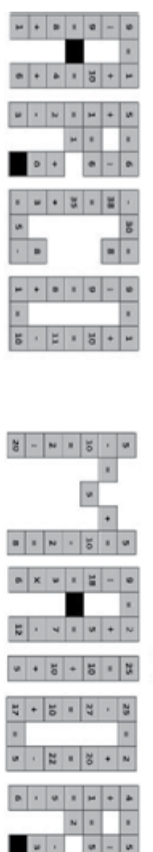
Orientações:

Percorra este passadiço nos dois sentidos que dista de um ponto ao outro, 3,2 km, perfazendo um total de 6,4 km.

Normalmente considerada uma rota fácil, é necessário uma média de 38 min. para o completar.

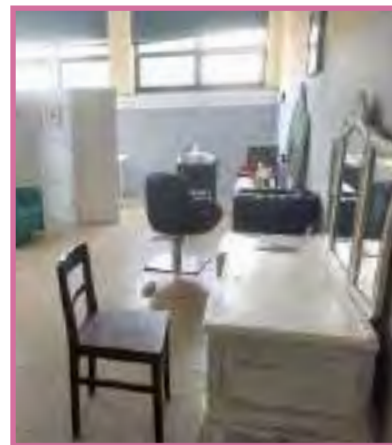


SOLUÇÕES





Horticultura, Sardão



Cabeleireiro



Eletricidade

Oficina Polivalente de Projetos Profissionais (OP3): um projeto em lenta construção

Professor Joaquim Azevedo

Se há trabalho educativo nuclear no Arco Maior ele consiste em tudo fazermos para cativar e motivar os jovens que nos são confiados, ajudando-os a terminar a escolaridade universal e obrigatória e a construir um projeto para a sua inserção socioprofissional.

Temos constatado que uma das formas mais eficazes de promover a concentração e de despertar a atenção destes jovens consiste no desenvolvimento de projetos de formação concretos, contextualizados e teórico-práticos, resultantes da auscultação e do diálogo em torno dos seus interesses e capacidades, que podem ser consubstanciados em vários subprojetos de curta ou de média duração.

Apanhar um peixe por dia, repetimos nós!

Estes projetos podem ser arquitetados e desenvolvidos pelas equipas pedagógicas e podem envolver tanto uma disciplina como serem interdisciplinares, percorrendo sempre várias áreas de conhecimento e o desenvolvimento de várias competências (a intencionalidade educativa tem de estar sempre presente). Cada jovem não tem de ficar amarrado a um projeto, mas pode ir "circulando" por vários, em domínios diferentes, ao longo da sua formação.

Entendemos, em 2017, que a criação de um espaço amplo e polivalente, bem organizado e mobiliado, poderia suscitar a criação e o desenvolvimento de pequenos projetos em diferentes domínios e representar um acréscimo de vontade, disponibilidade e compromisso da parte de muitos jovens.

Pedimos este espaço ao Ministério da Educação, na Escola Secundária Infante D. Henrique, que tem espaços oficinais amplos e que não eram usados. Ao fim de três anos, foi-nos cedido esse espaço. Decorreram mais dois para o preparar. A este juntámos uma quinta, no Colégio do Sardão

Aprendizagem por Projetos em Oficinas

As oficinas podem inscrever-se em múltiplas áreas de interesse, mais ou menos próximas dos diferentes campos das atividades humanas, e os projetos podem ser tanto de uma semana ou de seis meses, como até de um ano de duração.

Temos investido até agora em projetos-oficinas nestes domínios e com estes parceiros da comunidade: horticultura (com o Colégio do Sardão), moda-têxtil (com o Modatex), eletricidade, restauração-cozinha, cabeleireiro, mecânica (com a Salvador Caetano), pintura/restauro de móveis e de edifícios (com as Tintas Barbot) e artesanato.

Cada projeto conta com um tutor, interno ou externo aos docentes permanentes do Arco Maior, que acompanha e orienta presencialmente os trabalhos, sempre que necessário; os professores permanentes do Arco Maior, em equipa pedagógica, articulam semanalmente as propostas curriculares e fazem da realização destes projetos fontes de aprendizagens significativas e verdadeiramente estruturantes.

Ainda não conseguimos realizar o sonho de dispor de um espaço autónomo, grande, amplo e luminoso que pudesse acolher esta diversidade de oficinas e projetos de experimentação, devidamente mobiliado, acolhedor e profundamente fomentador da curiosidade, da experimentação e da aprendizagem.

Nos casos em que se justifique e para favorecer a inserção socioprofissional dos jovens, procedemos à certificação de UFCD (Unidades de Formação de Curta Duração).



Horticultura, Sardão



ArcoServe



Moda e Têxtil



Mecânica Automóvel



Restauração e Cozinha

Editorial

Neste número do nosso jornal, procuramos refletir sobre o modo como a passagem pelo Arco Maior marcou todos aqueles que por cá passaram. Pedimos a alguns deles que dessem o seu testemunho e nos dissessem as coisas importantes que levam "na mochila" e que lhes permitem iniciar uma "nova viagem" com mais otimismo. Damos também destaque às várias entidades que nos patrocinam, nos acolhem e nos ajudam na formação dos nossos alunos. Divulgamos, ainda, as atividades e os projetos desenvolvidos pelos quatro polos, pelas OP3 e pelo Arco Serve.

FICHA TÉCNICA

Direção de jornal
José Luís Serafim e Teresa Diogo
Coordenação editorial
José Luís Serafim e Teresa Diogo
Redação
Professores e alunos do Arco Maior
Fotografia
Professores e alunos do Arco Maior

Edição de imagem
Arco Maior 4
Execução gráfica
LabGraf, Vila Nova de Gaia
Impressão
Penagráfica, Penafiel
Apoios
Família Soares dos Santos e Fundação Manuel Leão

ARCO POLO 1 . GALIZA – GERAL
910 908 410 . arcomaior@gmail.com
ARCO POLO 2 . CAMPANHÃ
225 360 634 . arcomaior2@gmail.com
ARCO POLO 3 . GAIA
927 643 519 . arcomaior3gaia@gmail.com
ARCO POLO 4 . CARVALHIDO
965 055 648 . arcomaior4@gmail.com