

Brincar, Ser e Crescer

Nº 1 - 2025-2026 | setembro e outubro 2025

Portas Abertas, Corações Presentes - um convite aos pais para cuidarem de um privilégio que é de todos



Nestes tempos em que se fala tanto de segurança, de limites e de controlo, acreditamos que é ainda mais importante falar de confiança, proximidade e comunidade.

Vivemos um momento em que a tendência é fechar — por medo, por excesso de cautela ou por desconfiança —, mas nós, equipa da CAF, continuamos a escolher abrir: abrir portas, abrir espaço e abrir diálogo.

Fazemo-lo porque acreditamos, profundamente, que a presença dos pais na escola é um bem para todos — para as crianças, para as famílias e para a própria comunidade educativa.

Quando um pai entra na escola ao fim da tarde, não entra só para buscar o filho. Entra o carinho, a curiosidade, o olhar atento, o “como correu o dia?”.

Esses pequenos momentos são, muitas vezes, o que dá sentido ao nosso trabalho. É nesse instante que partilhamos com as famílias as conquistas, as dificuldades, os sorrisos e as aprendizagens que acontecem na CAF — um espaço que é de brincar, mas também de crescer.

Nós gostamos de ver os pais na escola. Gostamos que saibam o que os filhos fazem, que conheçam os técnicos, que se sintam parte deste espaço.

Acreditamos que os filhos crescem melhor quando sentem que escola e família jogam na mesma equipa — com confiança, respeito e alegria.

Mas também sabemos que este é um privilégio que precisa de ser cuidado.

Nem todas as escolas permitem que os pais entrem em tempo de CAF, e isso faz-nos sentir ainda mais responsáveis por preservar este direito.

Por isso, queremos deixar um alerta sentido: cuidem deste tempo, vivam-no com respeito e consciência.

Quando entram na escola, entrem com calma e gentileza.

Cumprimentem os técnicos, respeitem as rotinas das crianças, não apressando nem interrompendo atividades.

Entrem com o mesmo cuidado com que entrariam na casa de um amigo — porque é isso que queremos que este espaço seja: uma casa onde todos se sintam bem-vindos.

Ter os pais connosco é uma riqueza enorme.

Ver os filhos a correr para os braços dos pais no fim do dia é um momento bonito, que nos lembra o sentido do nosso trabalho: educar em conjunto, lado a lado.

Mas para que esta porta continue aberta, todos temos de cuidar dela.

Vamos, juntos, continuar a mostrar que é possível termos escolas com portas abertas, pais presentes e crianças felizes.

Esse é o verdadeiro espírito da CAF — uma comunidade feita de confiança, diálogo e proximidade.

Artigo de opinião - Equipa da CAF

Começou mais um ano cheio de descobertas...

Com o início do novo ano letivo, damos também início ao nosso jornal mensal, dedicado a acompanhar tudo o que se passa nas AEC e CAF da EB1/JI Padre Andrade. Aqui vamos partilhar fotos, notícias e pequenas histórias sobre as atividades, oficinas e momentos de brincadeira das nossas crianças, mostrando como se envolvem, aprendem e se divertem ao longo do mês.



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

OFICINAS



As nossas emoções...



Na nossa oficina das emoções, que as crianças exploraram os seus sentimentos de forma divertida e criativa. Através de jogos, dinâmicas e atividades artísticas, aprenderam a reconhecer, expressar e compreender as suas emoções, fortalecendo a autoestima e as relações com os colegas. Um espaço para crescer emocionalmente e aprender a cuidar de si e dos outros.



emocional-te



Mandalas com a natureza



A construção de mandalas com elementos da natureza (folhas, flores, pedras e paus) transformaram-se em peças de arte únicas, criadas com paciência, imaginação e trabalho em equipa. Esta atividade permitiu às crianças explorar a simetria, as formas e as cores, ao mesmo tempo que desenvolveram a concentração e o sentido estético, em contacto direto com o ambiente natural. No final, a sala encheu-se de mandalas coloridas que celebram a beleza da natureza e a criatividade.



Escavação sensorial



As crianças tornaram-se pequenos exploradores científicos numa divertida atividade de escavação sensorial. Dentro de blocos coloridos de gelatina e gelo, estavam escondidos vários bonecos e figuras misteriosas, que as crianças tiveram de libertar usando diferentes estratégias e ferramentas. Através desta experiência, puderam explorar texturas, temperaturas e sensações, desenvolvendo a coordenação motora, a curiosidade e o raciocínio experimental. Entre risos e descobertas, a atividade transformou-se numa verdadeira missão de exploração sensorial, onde aprender foi, acima de tudo, uma grande brincadeira!





Relaxamento e Bem Estar



Momento de calma e relaxamento nas AEC. A atividade consistiu em massagens e imersão dos pés em água morna, criando um ambiente tranquilo e agradável. Entre risos suaves e conversas serenas, as crianças aprenderam a valorizar o autocuidado, o bem-estar e o respeito pelo próprio corpo. Este momento simples, mas especial, ajudou a desacelerar, relaxar e reforçar o equilíbrio entre o corpo e a mente, terminando com uma sensação de leveza e tranquilidade.



Construção de quadros com natureza

Nesta atividade, as crianças exploraram a criação artística com elementos naturais, construindo quadros com árvores feitas a partir de folhas, ramos, flores e outros materiais recolhidos na natureza. Cada árvore ganhou forma e personalidade própria, revelando a imaginação e sensibilidade de cada criança.

Além de desenvolver a criatividade e a motricidade fina, a atividade promoveu a consciência ambiental e o respeito pela natureza, mostrando como é possível criar arte de forma simples e sustentável.





Quem sou eu e o que sinto



Atividade de autoconhecimento e expressão emocional intitulada “Quem sou eu e o que sinto”. Com a ajuda de um espelho, cada uma observou o próprio rosto e realizou o seu autorretrato, procurando representar não só a aparência, mas também as emoções e sentimentos.

Depois, todos os desenhos foram colocados na “parede das emoções”, um espaço coletivo onde cada expressão tem lugar e significado.

A atividade permitiu às crianças reconhecer e partilhar o que sentem, desenvolvendo a autoestima, a empatia e a consciência emocional, num ambiente de respeito e valorização de cada identidade.



Saquinhos de alfazema



Aproveitámos a alfazema podada do nosso espaço exterior e explorámos um pouco as propriedades desta planta tão especial.

Durante a atividade, tivemos oportunidade de costurar os sacos, secar e desfazer a alfazema, valorizando cada etapa do processo.

Foi um trabalho de equipa, cheio de curiosidade, cooperação e valorização do que a nossa escola tem de melhor.



Sabias que?

A alfazema, também chamada lavanda, é uma planta que vem da zona do Mediterrâneo.

Há muito, muito tempo, os egípcios e romanos já a usavam para tomar banhos cheirosos e curar doenças.

Para que serve?

A alfazema ajuda a acalmar, a relaxar e até a dormir melhor.

Também pode ajudar quando temos dores de barriga ou tosse, e o seu cheiro afasta insetos!

E o mais especial é que esta alfazema cresceu na horta nossa escola.

Sopra e Pinta



Nesta atividade, as crianças exploraram uma forma diferente de pintar: soprar tinta com uma palhinha! Cada uma escolheu as cores que queria usar e, com o sopro, viu as tintas espalharem-se de maneira inesperada, criando formas únicas e divertidas. Foi uma experiência de descoberta e criatividade, onde o controlo do sopro e a mistura das cores trouxeram muitas surpresas e risadas!





TRI-CRI-BRINCA

Transforma-Cria-Brinca

O TRI-CRI-BRINCA é um projeto que acontece em tempo de AEC e que vem acrescentar novas experiências às atividades existentes, através de oficinas criativas onde as ideias das próprias crianças ganham forma, permitindo-lhes transformar materiais, criar objetos e renovar o espaço escolar, tornando a escola um lugar mais vivo, bonito e construído por todos.



A reconstrução da cozinha de lama



A construção de uma mesa com mobiliário estragado da escola para a cozinha de lama



upCYCLiNG

Sabem o que é **Upcycling**?
É um conceito que consiste em transformar materiais e resíduos descartados em novos produtos de maior valor, qualidade ou funcionalidade, utilizando criatividade e inovação



A cerejeira que morreu e que estamos a transformar numa cabana



A reciclagem de uma antiga estrutura de madeira para cultivar “cheirinhos”



Desfile HALLOWEEN



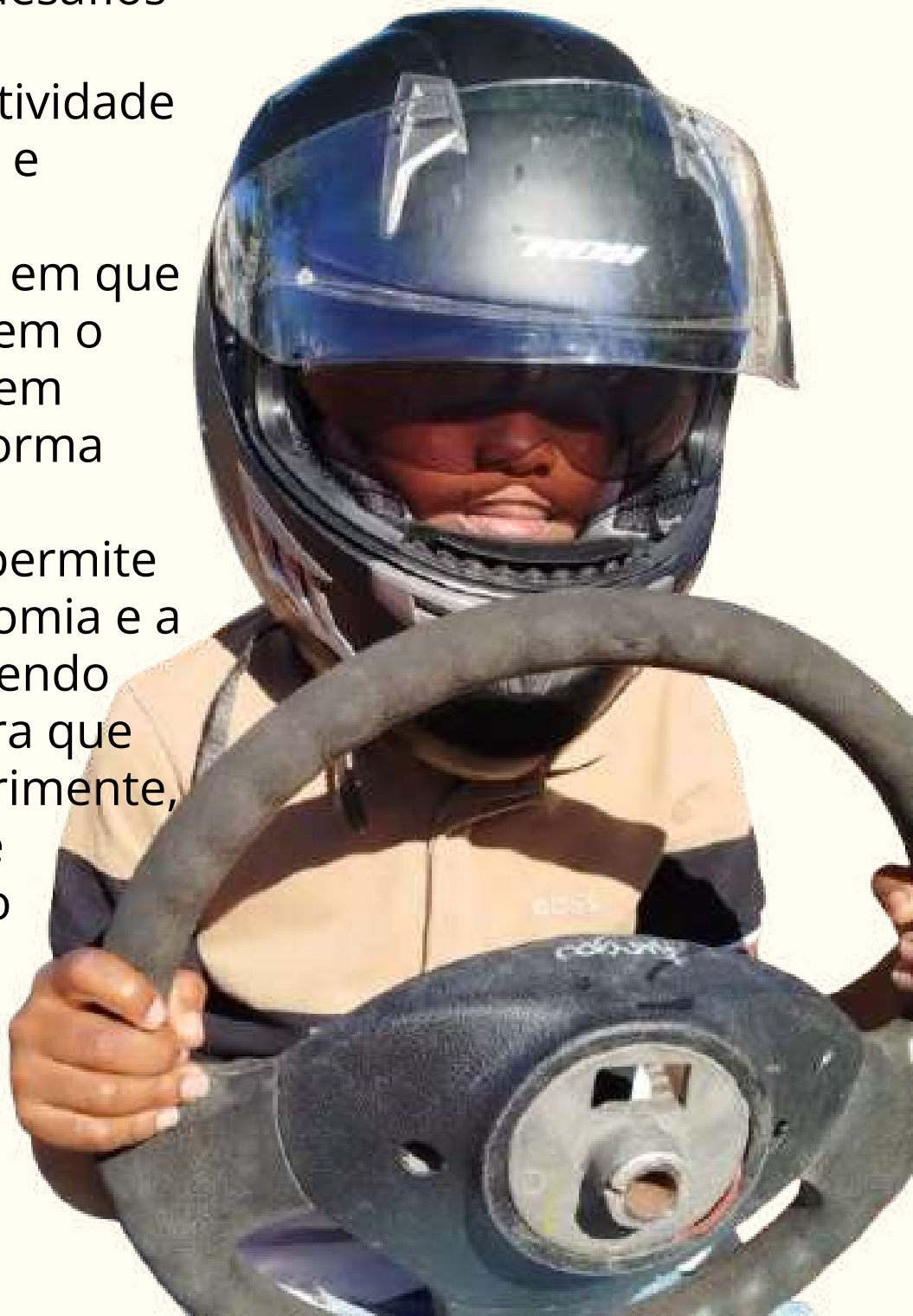
Celebrámos o Halloween com um divertido desfile cheio de personagens assustadoras e criativas! As crianças mostraram as suas fantasias, desfilaram com entusiasmo e partilharam muitos sorrisos e gargalhadas. Foi um momento de alegria, imaginação e espírito de grupo!



AEC - Atividades de Enriquecimento Curricular

Nas AEC, o brincar tem um lugar central no quotidiano das crianças. Ao longo da semana, existem momentos de **brincadeira orientada**, em que os técnicos propõem jogos e desafios que estimulam a cooperação, a criatividade e a aprendizagem, e momentos de **brincadeira livre**, em que as crianças escolhem o que fazer, com quem brincar e de que forma explorar o espaço. Esta combinação permite equilibrar a autonomia e a orientação, oferecendo oportunidades para que cada criança experimente, imagine, partilhe e descubra o mundo à sua maneira.

HORA DE
brincar



BRINCADEIRAS orientadas



Treinar a pontaria



Brincar com intenção

Nas brincadeiras orientadas, as crianças aprendem enquanto se divertem. Através de jogos e desafios pensados para cada grupo, promovemos a cooperação, a criatividade e o desenvolvimento de várias competências — como a atenção, a comunicação e a resolução de problemas. Estes momentos ajudam as crianças a crescer de forma equilibrada, aprendendo a relacionar-se com os outros e a explorar o mundo à sua volta de forma segura e divertida.



Carrinhos, Índios e Cowboys



Jogos de equilíbrio e cooperação



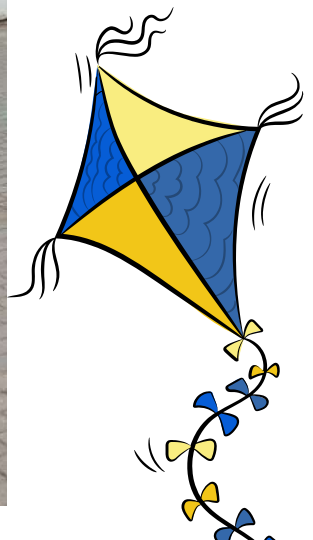
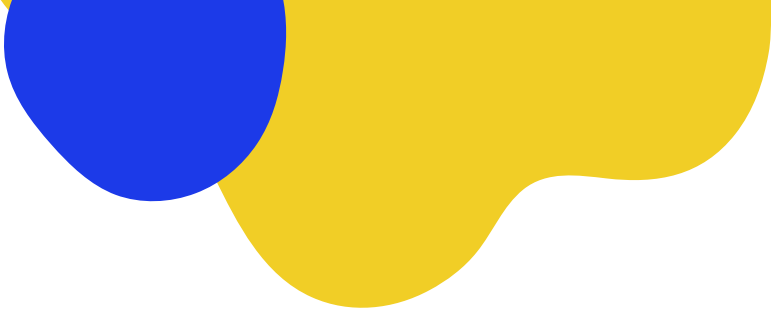
BRINCADEIRA livre



A brincadeira livre é um momento essencial no dia das crianças. É quando escolhem o que querem fazer, exploram o espaço, inventam histórias e criam as suas próprias regras. Neste tempo, desenvolvem a autonomia, a imaginação e aprendem a lidar com os outros de forma espontânea.

Ao brincar livremente, as crianças descobrem quem são, o que gostam e como se relacionam com o mundo à sua volta.





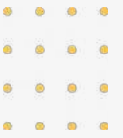
CAF- Componente de Apoio à Família

Um Novo Começo na CAF

Neste início de ano, começámos por ouvir as crianças: queríamos saber que cantinhos gostariam de ter na CAF e que mudanças imaginavam para o nosso espaço. As ideias foram muitas e cheias de criatividade! Depois, todos juntos, pusemos mãos à obra — pintámos paredes, organizámos materiais e transformámos alguns espaços para os tornar mais acolhedores e divertidos. Foi um verdadeiro trabalho de equipa, onde cada criança ajudou a construir o seu lugar na CAF.



O dia a dia na CAF



Depois de criados, os cantinhos da CAF tornaram-se espaços cheios de vida! As crianças exploram, aprendem e brincam de diferentes formas — sozinhas ou em grupo. Cada canto ganhou o seu propósito: uns para imaginar, outros para construir, desenhar ou simplesmente relaxar. Assim, a CAF tornou-se um lugar ainda mais especial, pensado por todos e vivido com entusiasmo todos os dias.

