

## Na sala dos Porquinhos comeram-se castanhas

A sala dos Porquinhos divertiu-se muito no magusto. Que boas que eram as castanhas.



## A sala dos Cavalinhos foi às castanhas

Os meninos da Sala dos Cavalinhos realizaram várias atividades com o tema das castanhas, nomeadamente, exploraram a história da Maria Castanha, fizeram o seu fantoche, foram ver o castanheiro, apanharam ouriços e ainda fizeram o decalque das folhas do castanheiro.



## Nesta edição

- Na sala dos porquinhos comeram-se castanhas
- A sala dos Cavalinhos foi às castanhas
- A sala da Capoeira e a história da Maria castanha
- A turma dos Passarinhos e os ornamentos de Natal
- A turma do 7º ano estudou as doenças mentais
- A Turma do 8º ano foi ao laboratório
- Besouro curioso
- Passatempo de português

O Jornal da Quinta está online no site

<http://jornaiscolares.dge.mec.pt/>

Ajude a divulgar este projeto

### A sala da Capoeira e a história da Maria castanha

As crianças da sala da capoeira, no mês de Novembro estiveram a explorar a história da Maria da castanha e a lenda de São Martinho, onde realizaram algumas atividades alusivas ao tema, pintura com café e construção da sua Maria castanha. Nas visitas à quinta observaram o castanheiro e os ouriços e no dia do Magusto saborearam as saborosas castanhas. Neste mês comemorámos também o dia do pijama, onde elaboramos algumas atividades alusivas a este dia de forma a sensibilizar a importância de termos uma casa e uma família.



### A turma dos Passarinhos e os ornamentos de Natal

Os alunos da turma dos Passarinhos, estiveram a fazer os seus laços de azul clarinho, para enfeitarem a árvore de Natal do colégio.



## A turma do 7º ano estudou as doenças mentais

No desenrolar das aulas de cidadania, a turma do 7º ano esteve a trabalhar em grupo o tema da saúde mental. Um tema atual nos dias de hoje e cada vez mais transversal à sociedade. Os alunos tiveram de realizar uma pesquisa sobre o tema, trabalhar a informação, criar cartolinas e por fim apresentar o trabalho à turma. Foram, sem dúvida, aulas de grande aprendizagem e importantes para o futuro.



## A turma do 8º ano foi ao laboratório

A turma do 8º ano foi ao laboratório para determinar a influência da luz e do dióxido de carbono na fotossíntese. Utilizando discos de espinafre, os alunos mediram a taxa fotossintética com base no número de discos flutuantes, versus discos afundados (a libertação de oxigénio durante a fotossíntese causa a ascensão dos discos previamente afundados com uma solução aquosa mais densa do que o ar). Verificaram que as células dos discos de espinafre necessitam de uma fonte de dióxido de carbono, fornecida pelo bicarbonato de sódio, para realizar fotossíntese, e que este processo só se verifica quando localizadas a uma distância não superior a 5 cm de uma fonte luminosa.



### **Sabias que uma dieta vegana pode trazer-te muitos benefícios para a tua saúde?**

Um estudo de novembro, da *Stanford Medicine*, co-autorado pelo Professor de medicina Christopher Gardner (membro do Instituto Cardiovascular de Stanford, da Aliança Wu Tsai Human Performance, do Instituto de Investigação de Saúde Materno-Infantil e do Instituto do Câncer de Stanford) e Mathew Landry (na altura um aluno de pós-doc na *Stanford Prevention Research Center*) mostrou que uma dieta vegana pode, quando comparada com uma dieta omnívora, fazer baixar o colesterol de baixa densidade (associada com a formação de placas de ateroma nas artérias e conseqüentemente doença cardio-vascular), a insulina (valores altos são um risco para o desenvolvimento de diabetes) e o peso corporal. Este estudo seguiu 22 pares de gémeos idênticos sem problemas cardiovasculares, durante os meses de maio a julho de 2022 (44 participantes). As duas dietas comparadas, omnívora e vegan, foram ambas saudáveis, com muitos legumes, frutos e cereais integrais e sem açúcares ou amidos refinados, a única diferença sendo a dieta vegana inteiramente baseada em plantas.

<[www.sciencedaily.com/releases/2023/11/231130113042.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2023/11/231130113042.htm)>

Paulo Marques, Prof CN & FQ

## Curiosidades da Língua Portuguesa

O provérbio que tem um erro ortográfico é:

- a) Se ferradura trouxesse sorte, burro não puxava carroça.
- b) Quem tem saúde e liberdade é rico e não o sabe.
- c) O bom da viagem é quando se chega a casa.
- d) Quando uma porta se fecha, há sempre uma janela que se abre.

Soluções:

Resposta c)