NOTÍCIAS DA ESCOLA PROFISSIONAL CEFAD

"O sucesso é a soma de pequenos esforços repetidos dia após dia" – Roberto Collier

Para muitos, esta frase é **"só mais uma frase motivacional"**, para mim, um lema a seguir.

No meio de uma pandemia, na qual todos vivíamos, encontrei uma escola que promove a valorização dos alunos, não dando apenas ênfase aos resultados de provas escritas - **a Escola Profissional CEFAD** - e foi onde tudo começou.

Atualmente no 12º ano, estou a concluir o meu curso de Técnico de Massagem de Estética e Bem-Estar, com orgulho de mim mesma por toda a diligência para alcançar o que queria, com todo o meu esforço e empenho e em querer fazer sempre melhor.

Na CEFAD, era apenas uma das demais alunas, hoje, pelo segundo ano consecutivo, sou delegada e representante dos alunos. Não é do conhecimento de todos o meu percurso nem as dificuldades com que me deparei para chegar onde cheguei, mas a dedicação voou mais alto e com os esforços vieram as novas conquistas: participar na mobilidade Erasmus+ em Barcelona e engrandecer o meu currículo.

"Eu faço da dificuldade a minha motivação. A volta por cima vem na continuação." - uma frase inspiradora de Charlie Brown Jr. E aqui deixo uma mensagem para vocês, alunos da escola: por mais dificuldades que passem hoje, tudo valerá a pena no futuro.

Nunca deixem de traçar o vosso percurso por muito difícil que seja.

Rita Lopes
Aluna 12ºTMEB

> **A alegria que se tem de pensar e aprender faz-nos pensar e aprender ainda mais.**
>
> *Aristóteles*

pág. 3
ACONTECEU EM OUTUBRO ...
» FEIRA DA ESTÉTICA
» TERTÚLIA SAÚDE MENTAL

pág. 4
ACONTECEU EM OUTUBRO ...
» TEATRO "A NOITE DE REIS"

pág. 5
ACONTECEU EM OUTUBRO ...
» CINEMA SÃO JORGE

pág. 5
ACONTECEU EM NOVEMBRO ...
» ANTIGOS ALUNOS VISITAM A CEFAD

pág. 6
ACONTECEU EM NOVEMBRO ...
» DIA DE SÃO MARTINHO

pág. 7
ACONTECEU EM NOVEMBRO ...
» DIA DE SÃO MARTINHO
CONTINUAÇÃO

pág. 8
ACONTECEU EM NOVEMBRO ...
» CERIMÓNIA DE ENTREGA DE DIPLOMAS
» TEATRO BOCAGE - "FERNANDO (QUE) PESSOAS"

pág. 9
ACONTECEU EM NOVEMBRO ...
» MUSEU DE ETNOLOGIA

pág. 10
ACONTECEU EM NOVEMBRO ...
» VISITA AO COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL

pág. 11
ACONTECEU EM NOVEMBRO ...
» VISITA À FUNDAÇÃO INATEL

pág. 12
ACONTECEU EM DEZEMBRO ...
» MUSEU DOS COCHES E PORTO DE LISBOA

pág. 13
ACONTECEU EM DEZEMBRO ...
» ATIVIDADE COM A ESCOLA PROFISSIONAL DE JAZZ

pág. 14
E AINDA ACONTECERAM ...
» DIA DO IDOSO

pág. 15
REUNIÕES:
» REUNIÃO DO CONSELHO CONSULTIVO

pág. 17
ATIVIDADES COM OS NOSSOS PARCEIROS:
» MEIA MARATONA DOS DESCOBRIMENTOS

pág. 18
» PELA VOZ DOS NOSSOS ALUNOS

ACONTECEU EM OUTUBRO ...

FEIRA DA ESTÉTICA

As turmas de 11º e 12º ano do curso de Técnico de Massagem Estética e Bem-Estar no dia 10 de outubro foram visitar a Feira Internacional de Estética, Cosmética e Cabelo "In Beauty" com o intuito de fazer recolha de informação para as Provas de Aptidão Profissional e para o seu futuro profissional.

Assistiram a workshops sobre cosmetologia, estabeleceram contactos com as diversas marcas, analisaram possíveis parcerias e fornecedores.

Tratou-se da 8.ª edição desta feira e o mote deste ano foi "Urban Protect" e, assim, nos vários stands foram apresentados e divulgados "produtos com efeito antipoluição que ajudam na redução da oxidação da pele", devido às "propriedades de autodefesa que apresentam" para o rejuvenescimento da pele.

TERTÚLIA SAÚDE MENTAL

A Direção Regional de Lisboa e Vale do Tejo, do Instituto Português do Desporto e Juventude, no âmbito da Semana da Saúde Mental, teve a iniciativa de promover a Tertúlia «A saúde mental pelos nossos olhos», incluída nas atividades da Semana da Saúde Mental em Lisboa e Vale do Tejo.

No dia 11 de outubro, o auditório do Centro da Juventude de Lisboa encheu-se com 124 jovens, fazendo parte deste grupo, os nossos alunos de 11º e 12º anos das turmas de Desporto. Durante 90 minutos conseguiram fazer-se ouvir, porque lhes foi dada voz.
A psicóloga Flávia Garrido referiu que "É importante ouvir os nossos jovens, ouvir as suas partilhas, as suas dores e fazê-los sentir escutados. O que aconteceu hoje no auditório do CJL foi das coisas mais bonitas que eu já presenciei, jovens a aplaudirem-se uns aos outros por terem a coragem de falar sobre a saúde mental."

O assunto, além de ser bastante atual, é também importante pelo facto de ser o tema a trabalhar para o Parlamento dos Jovens deste ano letivo.

TEATRO «A NOITE DE REIS»

As turmas dos 11.º anos de Massagem e de Desporto estiveram no Teatro Municipal Joaquim Benite, em Almada, no dia 26 de outubro, para assistirem à peça "A Noite de Reis" - texto de William Shakespeare e encenação de Peter Kleinert, encenador e dramaturgo alemão. Trata-se de uma comédia escrita por volta de 1601 que se desenvolve em torno da ideia de identidade, na qual se brinca com os tipos-sociais e a identidade de género.

"Assistimos à história de Viola, que chega a uma terra chamada Ilíria na sequência de um naufrágio no qual julgara ter-se afogado o seu irmão, Sebastião. Para evitar os perigos de se apresentar como mulher numa terra estranha, decide disfarçar-se de homem, e passa a ser Cesário, um criado logo contratado pelo Conde Orsino.

A sua tarefa consistirá daí em diante em ser portador das apaixonadas mensagens do Conde para a princesa Olívia, que, no entanto, não lhe retribui os sentimentos amorosos. Só que a princesa Olívia, enquanto recusa o amor do Conde, acaba por apaixonar-se pelo mensageiro, ou seja, por Viola disfarçada de Cesário.

Na verdade, Viola/Cesário – que, entretanto, também se apaixonara pelo seu patrão – acaba por ficar em muito apuros. Aparentemente, nenhuma destas personagens encontra o amor que procurava. Mas esta é apenas uma pequena parte do grande quiproquó que se instala quando finalmente aparece o irmão gémeo de Viola, Sebastião, que afinal não se afogara no naufrágio do início da história.

Nesta altura, a confusão instalada escala para uma situação de caos. Noite de Reis é sobretudo uma peça sobre o amor, a esperança e o equívoco – e é bastante musical."

CINEMA SÃO JORGE

No âmbito do Projeto de Cinema, as turmas dos 12.º TMEBE e 12.º TD assistiram ao filme «Adeus Senhor Haffmann», no Cinema S. Jorge, no dia 27 de outubro.

Trata-se de um drama histórico de Fred Cavayé incluído na 23.ª Festa do Cinema Francês 2022. No filme, é apresentada a história de François Mercier que deseja constituir família com Blanche, sua esposa e é empregado do Sr. Haffmann, um joalheiro judeu. Perante a ocupação alemã, os dois homens celebram um acordo que irá mudar o destino das três personagens.

O filme, com a duração de 116 minutos, é de 2022 e tem como principais protagonistas Daniel Auteuil, Gilles Lellouche e Sara Giraudeau. Não se trata de mais um filme sobre a ocupação nazi, mas sim de um filme que "mexe" com os nossos sentidos de dever, das promessas feitas e não cumpridas e do esforço para viver com as nossas escolhas.

ACONTECEU EM NOVEMBRO ...

ANTIGOS ALUNOS VISITAM A CEFAD

Nos dias 2, 3 e 4 de novembro, recebemos antigos alunos nossos do curso de Técnico de Desporto para falarem sobre as suas experiências na escola, as escolhas que fizeram posteriormente e ainda deixaram conselhos para o futuro dos nossos atuais alunos.

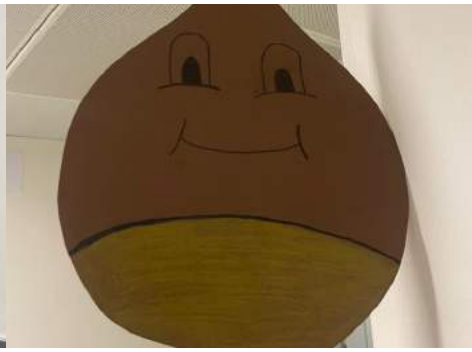
Nuno Cardoso, da turma TD17-20, falou sobre o acesso ao ensino superior pela via profissionalizante e sobre a sua experiência enquanto aluno da licenciatura de Ciências do Desporto no ISCE. Bernardo Jerónimo e João Varela, da turma TD19-22, falaram sobre as suas PAP e sobre as suas experiências na mobilidade Erasmus em Budapeste. Gonçalo Santos, da turma TD18-21, fez uma apresentação sobre o acesso ao ensino superior pelo concurso geral nacional e também sobre a sua experiência na licenciatura de Desporto no Politécnico de Setúbal.

No último dia, Hugo Patrão, da turma TD17-20, falou sobre a importância do desenvolvimento pessoal e formação contínua, bem como da sua experiência como Personal Trainer e nos cursos CET.

DIA DE SÃO MARTINHO

Durante a semana que antecedeu o dia 11 de novembro, os alunos prepararam atividades para comemorar o Dia de S. Martinho:

A turma do 11.º ano de Massagem criou as decorações para a Comemoração do Dia de São Martinho, além disso, elaboraram convites e pequenas lembranças para o staff da Escola.



A turma do 11.º ano de Desporto criou uma Caça ao Tesouro, no âmbito do S. Martinho e com a supervisão da prof.ª Patrícia Alves.

As atividades foram em inglês para as turmas da escola. Antes da Caça, aplicaram um Quizz sobre o outono e S. Martinho.

A turma do 12.º ano de Desporto, com a supervisão dos professores Hélder Espínola e César Lacerda, criou Jogos Tradicionais e realizou-os no Parque Bensaúde, com as turmas da escola, que tiveram a oportunidade de saltar à corda, jogarem à Batata Quente, ao Macaquinho do Chinês, à Malha, à Petanca e ainda fizeram um Quizz.

DIA DE SÃO MARTINHO

a turma do 12.º ano de Massagem adaptou para teatro a Lenda de S. Martinho e apresentou a peça à comunidade escolar, com a supervisão da prof.ª Fernanda Duarte, além disso, os cenários, adereços e som foram também da responsabilidade desta turma.

Depois da representação teatral, seguiu-se um momento tradicional em que alguns alunos das turmas do 10.º TTAR/Tmebe, 11.º e 12.º anos de Massagem leram quadras alusivas ao S. Martinho, provérbios e adivinhas.

CERIMÓNIA DE ENTREGA DE DIPLOMAS

No dia 11 de novembro, pelas 18 horas, no Auditório da Escola Secundária Virgílio Ferreira, a EPC (depois de ter adiado durante 2 anos devido à pandemia) convidou todos os alunos finalistas até ao ano letivo 2021/2022 para a cerimónia de Entrega de Diplomas.

A abertura da cerimónia esteve a cargo dos alunos da Escola Artística de Música do Conservatório Nacional; seguiram-se depois os discursos do prof. António Campos e da Diretora Pedagógica – Valéria Afonso. Os diplomas foram entregues aos alunos pelos respetivos diretores de turma – Bruno Rocha, Cláudia Pato, Hélder Espínola e Maria do Céu Gonçalves .

No final, alunos, pais, amigos, professores, membros da direção da EPC e pessoal não docente conviveram e disfrutaram de um excelente buffet.

TEATRO BOCAGE – «FERNANDO (QUE) PESSOAS»

No passado dia 17 de novembro, os alunos das turmas dos 12.º anos foram ao teatro Bocage assistir à peça «Fernando [Que] Pessoas», na companhia dos professores Bruno Rocha, Cláudia Pato e Fernanda Duarte.

O texto é da autoria de Fátima Franco, adaptação e encenação a cargo de Maria João Miguel. Trata-se de um monólogo, interpretado pelo ator Gonçalo Cabral, que nos revela a fragilidade e o lado humano de Fernando Pessoa, através das suas várias vozes (os heterónimos), dos silêncios, dos gestos e dos ritmos.

"Um sentido de humor refinado sempre presente, numa busca incessante de atmosferas, fisicalidade, vozes, ritmos e palavras, onde o silêncio importa e cada respiração expressa sentimentos, alegrias, dúvidas ou frustrações. Venha sentir-se à mesa com este gigante da literatura portuguesa e mundial."

MUSEU DE ETNOLOGIA

A visita ao Museu de Etnologia, no dia 17 de novembro, com a Turma do 10º ano do Curso de Turismo Técnico de Turismo Ambiental e Rural, permitiu-lhes compreender que, por um lado, o património cultural português atravessou o continente nacional acabando por se fundir com as culturas dos vários povos com quem contactou, nomeadamente com os países africanos e asiáticos; por outro lado, através da exposição "Lugares Encantados, Espaços do Património", os alunos conseguiram consolidar a noção de património imaterial através de exemplos fotográficos como as peregrinações religiosas a Fátima, paisagens naturais invulgares da Serra de Sintra ou, ainda, na Exposição de "Empresta-me os teus olhos", a forma como a arte pode ajudar na inserção social e na promoção do bem-estar de indivíduos com doenças mentais, recorrendo ao livro Ensaio sobre a Cegueira, de José Saramago e transformando-o na peça de teatro "Ajuda-me a não ter medo!".

VISITA AO COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL

No dia 24 de novembro, o 10ºTD foi visitar o Comité Olímpico de Portugal, com o objetivo de saber mais sobre o papel desta instituição no desporto em Portugal; o Movimento Olímpico e as Participações Portuguesas ao longo da História.

Ao longo da visita, numa abordagem formativa, pedagógica e lúdica, os alunos ficaram também a conhecer os símbolos olímpicos, os valores e as mascotes. Assistiram a uma palestra dada por Joaquim Videira, atleta olímpico de Esgrima e elemento do COP, que contou com uma sessão de perguntas muito participada pelos alunos. No final, foi realizada uma atividade de kahoot para acrescentar uma componente mais divertida à atividade e também perceber o nível de compreensão dos alunos acerca de tudo o que foi abordado.

VISITA À FUNDAÇÃO INATEL

No dia 25 de novembro, a turma do 10º ano de TTAR, no âmbito da disciplina de Sociologia do Lazer, visitou a Fundação INATEL.

Esta visita teve como objetivo perceber como é que o lazer, como dimensão do turismo, contribui para o desenvolvimento pessoal e social do indivíduo, assim como analisar a forma como a Fundação INATEL organiza esta resposta.

Até ao início do século XX, o turismo era considerado uma atividade de luxo para os mais favorecidos. "A ocupação dos tempos livres dos trabalhadores centrava-se em associações e sociedades populares de educação e recreio e em atividades de excursionismo, música e leitura. O desenvolvimento de um verdadeiro "turismo social" só em meados dos anos trinta conhece um efetivo desenvolvimento. E o impulso decisivo deve-se (...) à criação, em junho de 1935, da Fundação Nacional para a Alegria no Trabalho, hoje Fundação INATEL."

ACONTECEU EM DEZEMBRO ...

MUSEU DOS COCHES e PORTO DE LISBOA

Nos dias 5 e 6 de dezembro, os alunos do 12º TMEB e 12º TD participaram na visita de estudo ao Museu Nacional dos Coches e ao Porto de Lisboa.

Tiveram a oportunidade de ver e compreender a evolução técnica e artística dos meios de transporte de tração animal, utilizados pelas cortes europeias até ao aparecimento do automóvel e conhecer o património histórico e cultural do Porto de Lisboa e a importância da sua atividade para o desenvolvimento sócio económico da região e do país.

A nossa aluna Carolina Ruxa foi a repórter da visita ao Porto de Lisboa:

«Antes de iniciar esta visita de estudo ao Porto de Lisboa, pensava que era apenas uma visita para vermos os navios e o porto; no entanto, entrámos na sede do porto e pudemos ver uma apresentação sobre temas relacionados com o local, mas também as rotas que eram realizadas a partir do mesmo e os navios que desembarcavam em Lisboa. Não pensei que fosse tão interessante, posto que não tinha procurado saber algo sobre este tema. Fiquei impressionada com a diversidade de produtos que eram exportados dos portos, bem como com a existência de navios diferentes. Fiquei a saber que todos os navios têm diversas funções e muitas delas vieram dos nossos antepassados com o início do transporte de mercadorias, mercadorias essas que podiam vir de África, da Ásia, dos EUA e mesmo das ilhas da Madeira e dos Açores.
Uma curiosidade importante que também descobri foi o facto de que, para podermos exportar e importar mercadoria dos EUA, temos de ter uma máquina que faz um género de Raio-X para que, desse modo, haja um controlo sobre a mercadoria. Infelizmente, Portugal importa mais do que consegue produzir e, caso haja algum incidente, o nosso país tem um porto específico onde são armazenados quilos de comida que pode durar alguns meses.
As rotas marítimas têm uma grande importância e depois da apresentação quis procurar saber mais, pois é por essas rotas que chegam todos ou a grande maioria de produtos que vão diretamente para os supermercados ou para outros destinos de consumo final. Assim como o transporte de passageiros que aumenta o turismo e Portugal e respetiva economia.
Antes dos navios chegarem ao território português, passam por uma torre de controlo de tráfego em Algés, esta serve para controlar e proteger tanto funcionários como os portos em si.
Consegui também entender que existem vários tipos de contentores, uns maiores, outros menores, e ainda outos que podem servir como arcas frigorificas. Soube também que está em vigor um projeto que consiste na criação de um observatório de animais marítimos, o que acho muito importante devido ao aumento de golfinhos no Tejo, assim como muitas outras espécies.
Para concluir, posso dizer que gostei da visita, pois foi muito interessante e muito educativa, dado que é importante sabermos de onde vem a mercadoria e muitos dos estrageiros que vêm visitar Portugal, assim como é importante saber um pouco mais sobre aspetos nacionais e históricos.»

Carolina Ruxa

ATIVIDADE COM A ESCOLA PROFISSIONAL DE JAZZ

No dia 16 de dezembro, a nossa escola recebeu os alunos da Escola Artística de Música do Conservatório Nacional para uma tarde de atividades organizada pelos nossos estudantes. A tarde foi dividida em duas partes: a primeira com a turma do 11º de Desporto e a segunda com o 11º de Massagem.

Os alunos de desporto organizaram uma série de atividades que permitiram dar a conhecer melhor a nossa escola, bem como os conteúdos do curso de técnico de desporto. Para o efeito, foram formados vários grupos de alunos de ambas as escolas, os quais percorreram um circuito previamente definido e organizado que consistiu em cinco estações: uma aula de step liderada pelos alunos do 11ºTD, um pequeno circuito na sala de exercício com os nossos alunos a assumirem o papel de Personal Trainers, uma atividade de orientação no Parque Bensaúde, uma gincana de jogos tradicionais e, por fim, uma pequena atividade Kahoot para testar várias áreas de conhecimento do curso de desporto.

Por sua vez, os alunos das turmas de 10.º e 11.º TMEBE proporcionaram uma tarde de Bem-Estar, tendo organizado uma sala de receção com atendimento personalizado onde puderam colocar em prática a sua criatividade e os conhecimentos adquiridos quer na formação em contexto de trabalho quer nos módulos ministrados; criaram também uma sala de SPA para proporcionar aos visitantes um ambiente de Bem-Estar onde aplicaram técnicas de massagens de relaxamento. No final, serviram chá verde e de camomila, águas e preencheram fichas de diagnóstico e de satisfação do cliente.

DIA DO IDOSO

No dia 1 de outubro comemorou-se o Dia Internacional do Idoso (instituído pela Organização das Nações Unidas em 1991).

No âmbito da parceria existente entre a EPC e a Junta de Freguesia de S. Domingos de Benfica, com o intuito de "valorizar, cuidar e dedicar tempo aos idosos", as nossas alunas Débora Alfonso (finalista de Tmebe 2021/2022), Nídia Rodrigues e Inês Beatriz Silva (11.º ano) estiveram presentes nos Jardins da Quinta da Alfarrobeira e fizeram massagens na cadeira aos idosos.

REUNIÕES:

REUNIÃO DO CONSELHO CONSULTIVO

No dia 2 de novembro de 2022, reuniu o conselho consultivo da Escola Profissional CEFAD. Quem esteve presente? O que foi debatido?

Nela estiveram o Diretor Geral, Manuel António Campos; a Diretora Pedagógica, Valéria Afonso; o Representante dos Docentes, Bruno Rocha; o Representante do Poder Local (Junta de Freguesia de São Domingos de Benfica), Filipe Silveira; o Representante FCT Desporto, Gonçalo Henriques; as Representantes FCT Massagem, Liliana Sousa e Teresa Vidal; a Representante dos Estudantes, Rita Lopes; a dos Encarregados Educação, Vanda Costa, e a Coordenadora da Qualidade, Inês Luís Carvalho.

Nesta reunião, perspetivou-se o ano letivo de 2022/2023 e discutiu-se o projeto educativo vigente, invariavelmente à luz da melhoria contínua dos resultados obtidos, com vista ao sucesso da Escola.

Todos os protagonistas da reunião lograram do direito à sua palavra e opinião, tecendo comentários assaz apreciativos e construtivos; com efeito, enalteceu-se a generalidade do cumprimento das metas EQAVET.

Apresentou-se igualmente a taxa de ex-alunos/as a trabalhar por contra própria que espelha valores aquém do previsto; foi igualmente referido a matemática constitui a área disciplinar na qual geralmente os alunos evidenciam maiores dificuldades, seguida pelo inglês. Em vários momentos foi, cumulativamente, reiterada a importância do feedback dos stakeholders, tendo em vista a melhoria contínua tranversal aos vários eixos de ação e do Projeto Educativo da EPC.

Assim decorreu mais uma reunião do Conselho Consultivo da Escola Profissional CEFAD!

Autoria: Tomás Francisco, estudante estagiário na Direção da EPC.

A EPC tem, pela primeira vez, Acreditação Erasmus+ e já está escolhida a cidade para a mobilidade 2022-2023 dos nossos alunos – Barcelona.

As turmas dos 11.º e 12.º anos de TMEBE receberam Tomás Alexandrino (aluno finalista de 2021/2022) que partilhou com os colegas as suas experiências da mobilidade Erasmus+ em Budapeste. Falou sobre os locais de estágio, as técnicas que aprendeu, as dificuldades em comunicar com os cidadãos húngaros pelo facto de estes pouco ou nada falarem em inglês; da cidade, dos transportes, dos locais visitados. As turmas estiveram atentas e o Tomás motivou os colegas a participar neste tipo de mobilidades que a escola irá proporcionar.

Até dia 31 de outubro, os alunos dos 11.º e 12.º anos das turmas de Massagem e de Desporto entregaram o documento manifestando a sua vontade em realizar a sua FCT em Barcelona, no período compreendido entre 16 de abril e 6 de maio de 2023.
No refeitório, a equipa do Erasmus+ já disponibilizou o "Cantinho do Erasmus+". Neste espaço, serão colocados trabalhos realizados pelos alunos antes e pós mobilidade.
Além desta mobilidade, teremos um invited expert na nossa escola, três professores que realizarão job-shadowing e dois a mobilidade Teaching or Training. **Na penúltima semana de novembro, foram divulgados, pelos diretores de turma, os resultados da seleção de alunos para a mobilidade Erasmus+ a decorrer em Barcelona, a saber:**

Turmas de Desporto:
Ana Laura Palmela – 11.º
Guilherme Lopes – 11.º
João Alves – 11.º
Beatriz Silva – 12.º
Diana Sousa – 12.º
Diogo Lino – 12.º
Gabriela Santos – 12.º
Jorge Gonçalves - 12.º
Maria do Mar Gonçalves - 12.º

Turmas de Massagem:
Ariana Serafim – 11.º
Denisa Popovici – 11.º
Nicole Leitão - 11.º
Andreia Vicente – 12.º
David Rodrigues – 12.º
Maria Inês Nunes – 12.º
Rafael Gomes – 12.º
Rita Lopes – 12.º

No dia 28 de novembro, a equipa de Coordenação Erasmus+ recebeu na EPC os alunos selecionados e seus Encarregados de Educação (EEs) para lhes apresentar as mobilidades do ano letivo 2022/2023. Foram dadas as primeiras informações sobre a mobilidade dos alunos a realizar em Barcelona e as estratégias de trabalho para preparação da mobilidade, envolvendo também os alunos nesta fase de preparação. Tanto os alunos como os seus EEs colocaram as suas dúvidas, as quais foram esclarecidas por parte da equipa.

ATIVIDADES COM OS NOSSOS PARCEIROS:

MEIA MARATONA DOS DESCOBRIMENTOS

No domingo, dia 4 de dezembro, os alunos das turmas do 12ºTD e do 12ºTMEBE estiveram presentes na Meia Maratona dos Descobrimentos representando a EPC, a qual teve início às 10 horas, com a duração limite de 3 horas.

Percurso:

Os alunos de TD participaram no apoio logístico da prova, desde a receção dos atletas ao apoio dos mesmos no final da prova. Os alunos de TMEBE aplicaram técnicas de massagem desportiva num espaço dedicado aos atletas no final da prova, ajudando-os na sua recuperação.

PELA VOZ DOS NOSSOS ALUNOS

"Para mim, a Escola Profissional Cefad é ótima, as aulas são bem organizadas e com um bom ritmo de trabalho. O almoço tem uma boa qualidade e é saudável. O curso de Massagem de Estética e Bem-Estar é interessante, pois temos mais aulas práticas do que teóricas. O que mais gosto é o projeto de Cidadania, pois cada grupo tem um tema para realizar "ações" relativas ao assunto, durante os 3 anos de curso.

Os professores sabem como interagir com os seus alunos. A escola tem uma sala de estudo, onde os alunos podem ir estudar ou tirar dúvidas, eu acho isso incrível."

» Susana Barros (11.º TMEBE)

"Esta escola, para mim, é a oportunidade de um futuro melhor. O que eu mais gosto na EPC são as minhas colegas, os professores e os funcionários; gosto dos professores, porque me ajudam muito, não só nas aulas, mas também no meu dia-a-dia; também admiro a aproximação e o cuidado que os professores têm com os seus alunos.

Graças à EPC, tenho uma amiga que eu vou levar para a vida inteira."

» Fatumata Baldé (11.º TMEBE)

"Na escola, eu gosto muito dos funcionários, dos professores e dos colegas; são todos simpáticos, conversadores e compreensivos. Os professores ensinam bem e quando tenho dúvidas eles não se importam de explicar as vezes que forem necessárias até que eu entenda a matéria.

Eu também gosto do curso em si, porque eu gosto da área e é também um curso que pode dar muito jeito no meu caminho profissional."

» (Denise Ribeiro, 10.º TTAR)

"Este curso mudou por completo a minha vida, desde setembro até à data de hoje; provavelmente a minha maturidade e a minha personalidade foram os aspetos que mais mudaram em mim.

Cheguei à Cefad a achar que o curso e a escola seriam como as outras por onde passei, que iria ser maçador e desmotivante, porém foi exatamente o oposto. Acordo sempre motivada; sempre que entro no comboio, lembro-me para onde vou e penso sempre que cada dia vai ser melhor e de facto estou sempre certa, por isso chego à escola sempre sorridente. O curso de Turismo é dinâmico, faz-me bem, motiva-me a querer continuar dia após dia e as próprias pessoas com quem me relaciono diariamente fazem-me sentir acolhida como se fossemos todos uma família."

» Nicole Martins (10.º TTAR).