

# ECOS DA ALDEIA

Julho de 2024

Trimestral

Edição #7 / Ano #2

## ECOESCOLAS

**Centro de Formação Profissional de olhos num futuro mais sustentável**

Ação de sensibilização de sustentabilidade ambiental (pág. 4)



## “O Desenho e a Pintura como Meio de Comunicação”

Formandos criam objetos artísticos na disciplina de DPS-Artes Plásticas. (pág. 6)

## Práticas Intergeracionais entre diferentes serviços da SCML:

Aprendizagens e laços de solidariedade

CFP da ASI e MITRA colaboram em atividade intergeracional (pág. 5)



## CONVERGÊNCIA Curricular de Carpintaria

Da matemática até aos bancos e às mesas e às mesas do futuro carpinteiro (pág. 6)



## “A Aldeia de Santa Isabel celebra os 50 anos do 25 de abril”



Na evocação dos 50 anos do 25 de abril celebrados na Aldeia de Santa Isabel a equipa educativa desenvolveu uma atividade de carácter lúdico com os formandos nos seus tempos livres, construindo cravos para expor num espaço comum, a Praça da Alegria, simbolizando a revolução, mas sobretudo do conceito de liberdade e união de forma a transmitir a importância e os valores desta revolução para o Portugal de hoje.

Os cravos simbolizam a Revolução de 25 de abril de 1974 em Portugal, marcando o fim da ditadura e a chegada da democracia. As flores, distribuídas pacificamente pelos militares e população, representam liberdade, paz e a força da mudança sem violência. Transformaram-se num ícone de esperança e renovação.

Catarina Santos  
Educadora CFP

representam liberdade, paz e a força da mudança

## Formar para Intervir Melhor

Comportamentos Aditivos e Dependências em contexto escolar (pág. 3)

## Residência S. João de Deus

Entrevista à D<sup>a</sup> Helena Pinto (pág. 2)

## A realidade da profissão...

Pintores de Construção Civil restauram e recuperam património da Santa Casa (pág. 2)



## JANTAR COLABORATIVO NA ALDEIA

União e colaboração num animado convívio entre colaboradores da Aldeia de Santa Isabel (pág. 8)

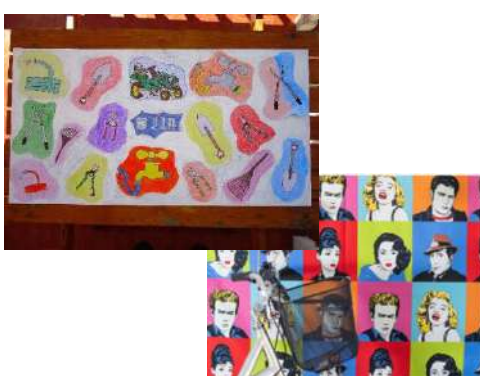
## Casa Padre Agostinho da Motta visita Academia Cristiano Ronaldo

A crianças e jovens do CAPAM foram conhecer a Academia do Sporting (pág. 4)



## POP ART NA ALDEIA

Na disciplina de DPS – Arte e Cultura Visual, formandos criaram arte. (pág. 5)





Desde a articulação com a Direção da Cultura (SCML), onde foram ao Instituto São Pedro de Alcântara e fizeram o restauro de umas mesas que eram do antigo convento de freiras, passando pela visita de estudo à empresa EMOTIVAR, onde puderam ver e aprender como se pinta um edifício em escalada, ou ainda os dois móveis que se encontram a ser restaurados em oficina, os formandos aplicaram em contexto real os seus saberes e perceberam a utilidade das aprendizagens que realizam na sua oficina de formação.



Fotografias: António Rei

## “A realidade da Profissão”

Pintores de Construção Civil restauram e recuperam património da Santa Casa

**POR ANTÓNIO REI**

FORMADOR DE PINTURA DE CONSTRUÇÃO CIVIL

Os formandos do curso de Pintura de Construção Civil (PCC) do Centro de Formação Profissional da ASI têm vindo neste ano letivo a realizar atividades diferenciadas com o intuito de conhecer a diversidade de tarefas/trabalhos que a sua profissão pode realizar, neste caso, pintura por escalada.



**emotivar**  
reabilitação & gestão urbana

## Testemunho de D<sup>ª</sup> Helena Pinto – Residencia S. João de Deus

**DONA HELENA**

viveu sempre em Lisboa.

Depois da morte de seu pai, quando ainda tinha 2 meses, viveu com a sua mãe e avó que a educaram e mimaram muito.

Essas são as suas memórias mais presentes, que nos conta com muita admiração pela família que teve.... Pergunta até se é normal? Ter memórias do seu pai??? Dizemos que sim e explicamos que o que nos contam na infância, fica na nossa memória para sempre.

Foi casada...pouco tempo. Mas o suficiente, diz ela...

Depois da morte de sua mãe ficou a viver sozinha, mas manteve sempre a sua independência, até precisar de apoio devido à sua saúde.

Foi costureira e mostra com orgulho os vestidos, saias e blusas que fez para si e que mantém como seu guarda-roupa.

O Centro de Dia que frequentava, apesar de lá passar o dia inteiro, e se sentir muito bem, deixou de ser resposta, porque a atenção e o cuidado de que necessitava, principalmente à noite já não lhe podiam ser dados. E o quarto em que vivia, era pequeno e sem condições.

Aqui, encontrou o que ela mais valoriza, que são as **pessoas** que a tratam bem! Verbaliza com frequência que é muito bem cuidada e mostra-se grata ao mínimo gesto que tenhamos com ela. Não poupa nos elogios. E confia!

A sua maior relíquia: As fotografias dos seus pais e avó, que guarda com o maior cuidado. Destacadas agora na parede do seu quarto, junto a sua cama são para ela um importante elemento de “conforto”.

Tem ainda algumas resistências aos outros residentes, sendo crítica nos comentários que faz .... Termina sempre dizendo: A minha mãe deu-me outra educação.... O que quer? Fui muito mimada!!! Percebe-se, no entanto, que estas vão sendo ultrapassadas, num processo natural de adaptação e aproximação aos outros.

Já não se vê a viver noutra local!

Com a autonomia de que ainda dispõe, é possível encontrá-la com frequência nas ruas da Aldeia, no bar, a tomar o seu café e lendo uma revista, conversando com quem encontra no caminho.



Fotografia: Jorge Fava

**POR EUGÉNIA SILVA**

Assistente Social RSJD

**COMPORTAMENTOS ADITIVOS e DEPÊNDENCIAS em CONTEXTO ESCOLAR**



Fotografia: Jorge Fava

momentos de aprendizagem e reflexão crítica, reforçando os conhecimentos dos formadores e técnicos da Aldeia de Santa Isabel sobre esta temática, numa perspetiva de desenvolver uma abordagem intencionalmente preventiva no domínio do consumo de substâncias psicoativas (SPA) e de outros comportamentos aditivos, bem como, apoiar os outros membros da comunidade educativa nas

Em última instância, o que se pretende de forma indireta, é consequentemente, capacitar os nossos formandos de conhecimentos e competências para lidarem com o risco associado ao consumo de substâncias psicoativas e outros comportamentos aditivos e dependências, na certeza de que Capacitar é Prevenir!

**Formar para Intervir Melhor**

As dúvidas existiam e a discussão e partilha de ideias e opiniões sobre o tema encontrava-se muitas vezes, presente, no dia a dia de quem trabalha no Centro de Formação.

"Como evitar ou minimizar os riscos dos consumos em contexto formativo? Como intervir? O que fazer?"

Sabemos que não há respostas fáceis e estanques, nem soluções mágicas. No entanto, temos a consciência que enquanto agentes educativos tornamo-nos melhores a intervir e sobretudo, a prevenir, se nos capacitarmos e consolidarmos os nossos conhecimentos teórico-práticos no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde.

Estas e outras questões foram, o mote para estreitar a relação de parceria que já tínhamos estabelecido com a Equipa de Prevenção do CRI Lisboa Ocidental da Divisão de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e Dependências - ARSLVT e retomar o projeto de formação e qualificação dos formadores e técnicos da Aldeia de Santa Isabel no âmbito da prevenção e intervenção na área dos Comportamentos aditivos, interrompido com a pandemia.

A ideia era dar continuidade ao projeto iniciado em 2019, pretendendo-se facilitar

situações relacionadas com estes comportamentos.



FONTE: <https://apef.pt/campanha-comportamentos-aditivos-nos-jovens/>

Assim, no passado dia 10 de abril teve início a formação sobre o tema "Guião de Procedimentos de intervenção em situações de comportamentos aditivos em meio escolar" onde estiveram presentes 25 colaboradores, entre formadores de acompanhamento, técnicos e coordenações.

Durante o mês de abril e durante três sessões de 3h, discutiu-se e partilhou-se conceitos e crenças sobre comportamentos aditivos com e sem substâncias ativas, esclareceu-se qual o enquadramento legal sobre esta temática e, não menos importante, refletiu-se sobre a construção de um Guião de Procedimentos de Intervenção em meio escolar.

O objetivo do Centro de Formação passar a ter ao dispor, um instrumento com linhas orientadoras para se poder lidar com as ocorrências associadas aos comportamentos aditivos (por ex. consumos e utilização problemática da internet) irá contribuir, certamente, para a clarificação e harmonização de normas e procedimentos adequados às situações identificadas bem como, para a diminuição dos fatores de risco e promoção de fatores de proteção junto dos formandos da ASI.

**POR SOFIA MARQUES**  
ASSISTENTE SOCIAL CFP



FONTE: <https://pesgaviao.blogspot.com/p/prevencao-de-comportamentos-aditivos-e.html>

**POEMAS DE EX-FORMANDOS**

**Sonhos**

Existem sonhos  
Sonhos que achamos que são impossíveis  
de atingir, impossíveis de agarrar,  
impossíveis de viver  
Existe a expressão "sonhar acordado" e  
existe por uma razão  
A minha razão é que por vezes isso é tudo o  
que temos  
Sonhar, mas sonhar acordado  
Sonhar acordado para se recordar  
Sonhar acordado para se lutar  
Sonhar acordado para que vejamos o tanto  
de liberdade que temos  
Liberdade de sentir, liberdade de ser,  
liberdade de escolher  
Temos toda esta liberdade e escolhemos  
nos aprisionar  
Aprisionarmos-nos a coisas que não nos  
darão felicidade  
Aprisionarmos-nos a coisas que talvez nos  
deem um sorriso casual

Mas não será melhor viver para um sorriso  
sem outro igual?

**Magda Silva**  
Ex-formanda OJ – Nível 2  
2018-2020



## “Eco Escolas”

De olhos num futuro sustentável



Fotografia: Jorge Fava

**POR RITA NOGUEIRA**

COORDENADORA OFICIAL CFP

No passado dia 8 de abril, o Centro de Formação Profissional da ASI, deu o primeiro passo, rumo à implementação do projeto Eco-Escolas e à conquista do Galardão.

Com o apoio do Gabinete de Sustentabilidade Ambiental e Transição Energética da Câmara Municipal de Sintra, realizaram-se ações de sensibilização ambiental para todos os formandos do Centro.

Esta faz parte de um conjunto de iniciativas planeadas para este ano, à qual se juntarão a visita ao Ecoparque de Trajouce (Tratolixo), uma ação de limpeza com a CMS, e uma ação de consolidação com o apoio do SMAS.

Tem sido para a Aldeia de Santa Isabel uma preocupação constante melhorar a sua performance ambiental, minimizando os impactos decorrentes das suas atividades e efetuando uma utilização mais racional dos recursos.

No CFP, consideramos que a integração das questões ambientais no processo pedagógico, constituem um elemento essencial para alcançar os objetivos a que nos propomos, sendo nossa ambição formar bons profissionais e cidadãos responsáveis, mas também indivíduos conscientes da proteção da sua saúde e do meio ambiente.



## Casa Padre Agostinho da Motta

Jovens visitam Academia Cristiano Ronaldo

POR ANTÓNIO MONTEIRO

EDUCADOR SOCIAL CAPAM

Inserido nas atividades exteriores da Casa de Acolhimento Padre Agostinho da Motta os jovens foram conhecer a Academia do Sporting.

No dia 20 de maio a Casa Padre Agostinho da Motta levou um grupo de jovens à academia Cristiano Ronaldo, em Alcochete, o renomeado jogador de futebol, é conhecido pela sua dedicação aos treinos e à forma física. Ele é um exemplo de disciplina e comprometimento com seu condicionamento físico. Ronaldo é conhecido por investir nas suas próprias academias de treino, chamadas de "CR7 Fitness", onde oferece programas de treino de alta qualidade para o público em geral.



Essas academias geralmente contam com equipamentos de ponta, treinadores qualificados e programas de treino personalizados para atender às necessidades de seus membros. Os estabelecimentos também costumam refletir a mentalidade e o estilo de vida saudável de Cristiano Ronaldo.

A visita foi muito bem orientada e com direito a formação de equipas e um treino personalizado.

Foi um privilégio para quem foi, independentemente da preferência clubística.

Obrigado, Cristiano Ronaldo e Sporting pela oportunidade.



## POP ART NA ALDEIA

POR FERNANDA COELHO

FORMADORA DPS-ACV

Na Disciplina de Desenvolvimento Pessoal e Social - Arte e Cultura Visual (DPS-ACV), os trabalhos desenvolvidos pelos jovens das turmas de Operador/a de Jardinagem 1B, Reparador/a de Carroçarias de Automóveis Ligeiros e Pintor/a de Construção Civil B, tiveram como exemplo alguns dos trabalhos desenvolvidos por Andy Warhol, uma vez que os mesmos têm por base a repetição de imagens e as cores garridas, bastante apelativas.

A Arte Pop é um movimento cultural que de 50 e 60 do século XX, centrado na



FONTE: <https://www.design-market.eu/pt/129975-large-vintage-marilyn-monroe-pop-art-print-by-andy-warhol-1962.html>

Inglaterra e nos Estados Unidos, dos quais o Artista Visual Andy Warhol é seu fundador. O termo *pop* é uma abreviatura de "popular" e indica a raiz cultural e estética desta corrente inspirada no imaginário da sociedade de consumo e na cultura de massas.

Todos os trabalhos foram desenhados à mão pelos formandos/as, as suas bases foram imagens pesquisadas e desenhadas à vista. Ao início não foi fácil, uma vez que não os formandos não conseguiam "ver" o produto final,

mas à medida que iam evoluindo os desenhos, a motivação foi aumentando e criou, nos formandos, um sentimento gratificante.

Os trabalhos estiveram em exposição no Centro de Recursos Intergeracional (CRI).



## Práticas Intergeracionais entre serviços da Santa Casa - Centro de Formação e MITRA colaboram em atividade

POR ERNESTINA LEITÃO – ASSISTENTE SOCIAL CFP  
E CECÍLIA CARVALHO – PSICOLOGA CFP

Numa atividade inovadora entre diferentes equipamentos da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa no domínio da intergeracionalidade, jovens formandos do CFP/ASI e idosos da MITRA/Polo de inovação Social partilharam durante quatro dias olhares, cumplicidades e afetos difíceis de esquecer!

Numa primeira fase os utentes da Mitra deslocaram-se nos dias 15 de abril e 6 de maio à Aldeia de Santa Isabel, onde puderam conhecer a Aldeia. As formandas dos cursos de Cabeleireiro e Manicura/Pedicura realizaram atividades de embelezamento dos utentes (massagens, unhas e cabelo) enquanto os cursos de Cozinheiro/a e Empregado/a de Restaurante/Bar ofereceram um coffee break preparado pelos formandos.



Nos dias 16 e 20 de maio foi a vez dos formandos dos cursos de Manicura/Pedicura e de Carpinteiro/a de Limpos se deslocarem à MITRA. As formandas de Manicura/Pedicura voltaram a realizar as atividades de massagens e unhas e os formandos de Carpintaria ofereceram à MITRA três floreiras numa atividade oficial em que "meteram mãos à obra" para a sua construção.

No dia da entrega na MITRA, meteram as mãos na terra" e ajudaram a plantar flores com os utentes. Foram ainda oferecidas umas bolachinhas aos utentes, confeccionadas pelos formandos do curso de Cozinheiro/a.

Se todos sabemos como é gratificante para os idosos poderem visitar um espaço agradável como a Aldeia de Santa Isabel, e ainda por cima receberem por parte dos jovens os

"miminhos" que lhes foram oferecidos, também sabemos que para estes jovens é uma experiência nova poderem, por um lado "mostrar" o que sabem da sua profissão, mas também criarem relações positivas com pessoas que já tiveram uma vida rica de experiências pela frente.

Tendo sido esta a primeira vez de uma atividade conjunta entre o CFP/ASI e a MITRA, não será certamente a última, uma vez que todos ganharam com a construção de relações sociais saudáveis e com o fortalecimento de laços de solidariedade. Por conseguinte, foi mais um exemplo de que a aprendizagem intergeracional é parte integrante da aprendizagem ao longo da vida, na medida em que é realizada em qualquer momento da vida com o objetivo de melhorar os conhecimentos, as aptidões e as competências de cada um – jovem e menos jovem, no quadro de uma perspetiva pessoal, cívica e social!



# CONVERGÊNCIA Curricular de Carpintaria

**POR FRANCISCO GOMES**

FORMADOR DE CARPINTARIA E

**JOANA MENDES**

FORMADORA DE MATEMÁTICA

Nas sessões da disciplina de Convergência de Carpintaria e Matemática (CCMT) com CL1, foi elaborado pelo mestre e a formadora da disciplina, um projeto de construção de 2 mesas e 4 bancos/sofás, para serem colocados na sala de tempos livres.

Como objetivos gerais da disciplina foram pensados o desenvolvimento de uma temática que envolve os conteúdos da área científica e da área tecnológica; a promoção do conhecimento de algumas medidas “standard” para mobiliário e potenciar o trabalho em equipa.

A atividade dos formandos no projeto de construção passou pela escolha da madeira adequada para a criação destas peças de mobiliário, medir, cortar e lixar, usando diversas ferramentas e materiais.

A matemática foi importante na ajuda da conversão das unidades de comprimento e respetiva medição, no cálculo de operações básicas utilizando valores unitários e decimais.

Este projeto irá estender-se ao próximo ano letivo.



# O Desenho e a Pintura como Meio de Comunicação

**POR BRUNO VAQUEIRO**

FORMADOR DE DPS - AP



As expressões são fundamentais para que haja um melhor desenvolvimento de todas as aptidões de um ser humano, tornando-o mais capacitado para a vida.

Como formador da disciplina de Desenvolvimento Pessoal e Social - Artes Plásticas, foquei-me em três pontos fundamentais: os formandos e as suas capacidades, os materiais e a motricidade com o objetivo de potenciar a sua comunicação, desenvolver os seus pensamentos e de se expressarem, saberem ser críticos quer na relação com os pares, com o grupo e com o adulto.

Utilizamos os instrumentos/materiais de desenho e pintura: grafite, carvão, lápis de cor, marcadores, guache, aquarela, suportes de papel, régua graduada, esquadros, transferidor, compasso, entre outros.

Foi pedido aos formandos que com o que tinham ao seu dispor elaborassem um trabalho a seu gosto dando largas à imaginação com base nos elementos estruturais da linguagem plástica.

Na fase final, após a conclusão de todos os trabalhos usámos a fotografia para registar todos os trabalhos dos formandos antes do corte dos mesmos, mas também as Obras de Arte de cada turma e a Grande Obra de Arte Final.

O trabalho desenvolvido pelos formandos foi apreciado pela observação direta com o intuito de capacitá-los. Os formandos mostraram interesse e colaboraram de forma muito positiva, com espírito de entre ajuda e comunhão salutar.

- O produto final deste trabalho tem por título “Obra de Arte Final” .

“Aprender a aprender;  
Aprender a estar;  
Aprender a ser”

Ganhar um bom cidadão formando um bom profissional

# NOVA REPROGRAFIA NO CENTRO DE FORMAÇÃO



## “JANTAR COLABORATIVO NA ALDEIA”

Jantar organizado e preparado por todos, para todos

Num desafio lançado pelo Dr. Jorge Gomes, Diretor da ASI, foram convidados todos os colaboradores a participarem num jantar colaborativo, que foi realizado no dia 8 de maio no Pátio do Galo.

Este evento foi organizado com o intuito que fosse “Nosso”, com o contributo de todos na realização do jantar. Sim, todos os que participaram prepararam e confeccionaram a ementa, prepararam e organizaram o espaço, limparam e arrumaram o espaço após o jantar.

Tendo como principal objetivo que os colaboradores sintam ou continuem a sentir que a Aldeia de Santa Isabel não existe sem a presença e o contributo de TODOS, ficou o sentimento de franca colaboração e mútua confiança.

Prometido ficou por parte do Diretor da Aldeia que outras iniciativas se irão realizar num futuro próximo.



## POEMAS DE EX-FORMANDOS

## Sou o Sol ou a lua?

Acho que estou mais “pra” estrela, sabe?  
Eu estou lá desde o começo dessa bela história de romance,  
Eu vi o Sol se apaixonar pela lua, eu vi como isso aconteceu, eu também me  
Apaixonei...me apaixonei pelo sol,

Sendo apenas uma pequena estrela, eu vi como encantador e romântico o Sol  
Era, também vi como fria era a lua, Eu me apaixonei pelos dois, me  
Apaixonei por essa bela história de romance que não tem um final tão bom  
Afinal, não julgo a lua por ser tão fria, talvez ela só tenha medo de toda essa  
Intensidade, de todo esse amor que o Sol tinha para dar,

Mas também não julgo o Sol, ele amava a lua e só lhe queria mostrar que o  
Universo não é tão vasto e vazio quando se tem alguém para preencher o  
Vazio em si mesmo.

Eu estava lá, o tempo todo, eu poderia dar ao Sol o que a lua não lhe deu,  
Mas ele já estava apaixonado pela lua, afinal ela era tão linda, mas o Sol  
Estava tão cego que não via que o brilho dela era tirado dele mesmo.

Lembro quando o Sol disse que eu brilhava, talvez ele só estivesse  
Acostumado com a coisa de ter que estragar todo seu brilho para ter o  
Mínimo, que senti medo quando viu que eu tinha meu próprio brilho, e que  
Eu lho queria entregar.

A lua não merecia o Sol, assim como o Sol não merecia aquela pequena

Estrela radiante.

Angelinna Silva

(Operador de Jardinagem - 2022/2024)

## Liberdade

Apesar de estarmos num país livre, mesmo assim eu sinto-me presa.

Sinto-me presa dentro de mim mesma, presa entre todas as palavras que eu  
queria ter dito, mas não disse, presa entre todas as coisas que eu queria ter  
feito e não fiz, presa entre os demónios que habitam dentro do meu ser e que  
demonstram que não querem que eu seja feliz, presa entre as vozes que se  
instalaram dentro da minha cabeça e que insistem em dizer que eu não sou o  
suficiente ou que não serei capaz, presa no passado, presa entre pessoas que  
partiram, mas que mesmo assim permanecem no meu coração, presa entre  
todas as vezes em que eu dei o melhor de mim para os outros e que mesmo  
assim não foi o suficiente, presa entre todas as lágrimas que eu forcei para  
não escorrerem no meu rosto.

Quando era mais nova achava que deixaria de me sentir presa a partir do  
momento eu que saísse do armário e de certa forma sim, senti-me livre, mas  
conforme o tempo foi passando alguma coisa, ou alguém, colocou âncoras  
em cima de mim, âncoras tão pesadas que são raros os dias em que me sinto  
livre e leve. É como se o meu barco estivesse preso no meio de uma  
tempestade, não tenho formas de sair do mesmo sítio, não tenho formas de  
me salvar, sendo que o barco está ancorado e não há forma de eu retirar a  
âncora. A única coisa que eu posso fazer é rezar para que a tempestade passe.

“Falamos tanto de liberdade e nos limitamos o tempo todo”, já ouviste essa  
frase, certo? Limitamo-nos quando deixamos de fazer algo por medo do que  
os outros vão falar ou pensar, limitamo-nos quando deixamos de dizer algo  
que tanto grita dentro de nós, mas não dizemos por medo da falta de  
reciprocidade... acho que o medo limita-nos de imensas coisas, deixamos de  
tentar por medo de errar, por medo de não dar certo...

O sentimento de culpa, o sentimento de achar que eu poderia ter feito mais...

Como disse Nina Simone, “Liberdade para mim é isto: não ter medo”

Santos Tavares

(Carpinteiro de Limpos - 2021/2023)

## Ficha Técnica:

**Título:** Ecos da Aldeia

**Estabelecimento de formação:** Centro de  
Formação Profissional da Aldeia de Santa  
Isabel

**Colaboradores:**

António Monteiro (Educador CAPAM)

António Rei (Formador PCC)

Bruno Vaqueiro (Formador DPS – AP)

Catarina Dias (Formadora LP)

Catarina Santos (Educadora CFP)

Cecília Carvalho (Psicóloga CFP)

Ernestina Leitão ( Ass. Social CFP)

Eugénia Silva (Ass. Social RSJD)

Fernanda Coelho (Formadora DPS - ACV)

Francisco Gomes (Formador CL)

Joana Mendes (formadora Mat)

Jorge Fava (ETAF)

Rita Nogueira (Coordenadora Oficial)

Sofia Marques (Ass. Social CFP)

**Grafismo:** Jorge Fava (ETAF)

**Endereço:** Avenida dos Combatentes,  
Albarraque, 2635-029, Rio de Mouro

**Telefone:** 219155900

**E-mail:** secformacao.asi@scml.pt

## Sim, era ela...

Sim, era ela quem ouvia  
Sim, era ela quem compreendia  
Sim, era ela que se levantava  
Pois isso era o mínimo, o mínimo que ela  
poderia fazer  
Refiro-me ao mínimo literalmente, pois era  
isso que ela queria  
O mínimo.  
O mínimo do mundo, uma pequena fração  
para que se conseguisse agarrar  
Agarrar-se àquilo que poderia desmoronar  
Ou devo dizer que se irá desmoronar?  
O mundo é isso, um pedaço de solo no qual  
pisamos e não sabemos quando irá ruir  
Isso também é a vida, uma ruína  
Resta saber se estamos a viver nessa ruína  
ou se é uma ruína linda de se visitar no  
futuro, uma ruína que deixou história  
Uma ruína que deixou interesse  
Uma ruína que deixou lembrança...

Magda Silva

Ex-formanda OJ – Nível 2  
2018-2020