

**Janeiro-Março 2026**

**#10**

# Para lá das fronteiras

*A diversidade que nos une*



# ÍNDICE

3

**Editorial**

4-13

**Textos de opinião  
(professores e alunos)**

14-16

**No INETE aconteceu...**

30, 31

**Fotos**

32

**Receita - Bolo fofinho**

33-36

**Secção Matematicamente**

37-40

**Entre Risos e Jogos**

41,42

**Quizz- Que país combina com a tua  
personalidade?**

43

**Ficha Técnica**

## Editorial

Há algo curioso na forma como crescemos: passamos grande parte da nossa vida dentro da escola, muitas vezes mais horas do que em casa. É aqui que aprendemos fórmulas, datas e regras, mas também é aqui que, sem darmos conta, aprendemos a ser pessoas. E talvez essa seja a lição mais importante de todas.

Num mesmo espaço convivem histórias diferentes, hábitos diferentes, formas de ver o mundo que, à partida, não têm nada em comum. Há quem venha de contextos culturais distintos, quem traga tradições de casa, quem pense de maneira completamente oposta à nossa. E, no entanto, é precisamente essa mistura que nos constrói.

Hoje, essa diversidade não se limita às paredes da escola. A internet abriu-nos portas para realidades que antes estavam longe, quase inacessíveis. Em poucos minutos, podemos conhecer outras culturas, outras identidades, outras formas de viver e de pensar. Isso influencia-nos, molda-nos, desafia-nos — às vezes até nos confunde — mas, acima de tudo, faz-nos crescer.

No meio de tantas diferenças, torna-se essencial aprender a viver em comunidade. Não é só tolerar o outro, é compreendê-lo, respeitá-lo e, mais do que isso, perceber que cada pessoa carrega um pouco do mundo consigo.

E, de certa forma, também nós somos feitos dessas “partes” que vamos recolhendo ao longo da vida: um costume que adotamos, uma ideia que nos marcou, uma perspectiva que nos fez mudar.

As nossas raízes contam histórias de encontros, de misturas, de caminhos que se cruzaram muito antes de nós. Aquilo que somos hoje não é isolado, mas sim o resultado de muitas influências, de muitas vozes, de muitas vivências.

Talvez seja isso que significa ir “para lá das fronteiras”: perceber que elas existem, mas que não nos definem por completo. Que, apesar das diferenças, há algo que nos liga — a experiência de partilhar espaço, tempo e humanidade.

E se a escola é o lugar onde passamos tanto tempo a aprender sobre o mundo, talvez também devesse ser o lugar onde aprendemos, verdadeiramente, a viver nele, juntos.

Prof.<sup>a</sup> Inês Brandão

## Diversidade cultural em Portugal: Um país de influências

Quando pensamos em Portugal, imaginamos muitas vezes um país pequeno, com tradições bem definidas e uma identidade própria. Mas, se olharmos com atenção para a nossa História, percebemos que aquilo a que chamamos “identidade portuguesa” nunca foi algo fechado ou isolado. Pelo contrário, foi sendo construída ao longo de séculos através de encontros, trocas e influências de diferentes povos.

Muito antes de existir o Reino de Portugal, já este território era habitado por vários povos. Celtas e lusitanos viveram aqui antes da chegada dos romanos. A presença romana mudou profundamente a forma como o território se organizava: construíram estradas, pontes, cidades e trouxeram leis e uma nova língua. O latim, que falavam, está na base da língua portuguesa. Ainda hoje podemos visitar ruínas como as de Conímbriga e perceber como essa herança continua presente.

Séculos mais tarde, a presença islâmica na Península Ibérica também deixou marcas importantes. Entre os séculos VIII e XIII, os muçulmanos trouxeram novas técnicas agrícolas, conhecimentos científicos e formas artísticas que influenciaram a arquitetura e a decoração. Muitas palavras que usamos diariamente, como “azeite”, “arroz” ou “almofada”, têm origem árabe. Elementos como os azulejos refletem essa mistura cultural que faz parte da nossa história.

No século XV, com a expansão marítima, Portugal abriu-se ainda mais ao mundo. Os contactos com África, Ásia e América trouxeram novos produtos, novas ideias e novas realidades. A alimentação mudou com a chegada de ingredientes vindos de outros continentes. A sociedade tornou-se mais diversa. No entanto, este período também ficou marcado por acontecimentos difíceis, como o tráfico de escravos, que trouxe para Portugal populações africanas de forma forçada. A nossa História é feita de encontros, mas também de conflitos e desigualdades, que importa conhecer para compreender melhor o presente.

Ao longo do século XX, muitos portugueses emigraram para outros países em busca de melhores condições de vida. França, Alemanha, Luxemburgo ou Brasil tornaram-se destinos de milhares de famílias. Mais recentemente, Portugal passou também a receber pessoas vindas de várias partes do mundo. Hoje convivem entre nós comunidades com diferentes origens culturais, que enriquecem a sociedade portuguesa com as suas tradições, línguas e experiências.

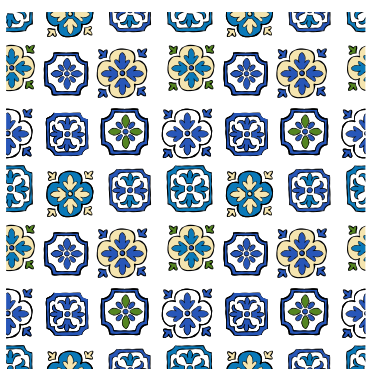


## Diversidade cultural em Portugal: Um país de influências

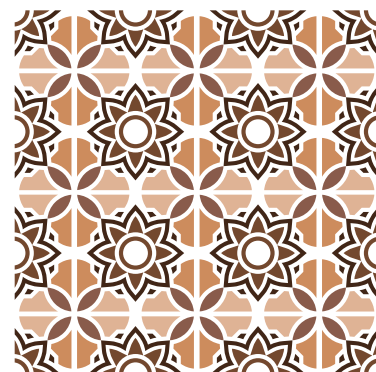
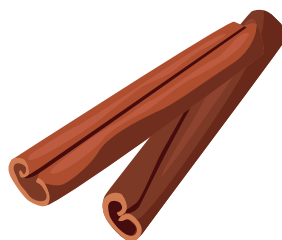
Se pensarmos bem, muito do que consideramos “tipicamente português” resulta precisamente dessa mistura. A nossa língua nasceu do latim, mas integrou palavras de origem árabe e de outros contactos históricos. A arquitetura combina influências romanas, góticas, manuelinas e islâmicas. A gastronomia inclui produtos que chegaram através das rotas marítimas. A música e as tradições populares refletem cruzamentos culturais acumulados ao longo dos séculos.

Perceber isto ajuda-nos a compreender uma ideia importante: a diversidade não é algo estranho à nossa identidade. Sempre fez parte dela. Portugal nunca foi um espaço completamente fechado por fronteiras rígidas. Pessoas, ideias e culturas circularam constantemente.

Conhecer esta realidade histórica permite-nos olhar para o presente com mais maturidade. A diversidade que vemos hoje nas escolas, nos bairros e na sociedade não é uma novidade. É a continuação de um processo longo que começou muito antes de nós. E talvez seja precisamente essa capacidade de integrar influências diferentes que explica aquilo que verdadeiramente nos une.



Prof. Hugo Janota



## A Identidade

A identidade não é apenas o que gostamos ou a forma como nos vestimos; é o conjunto das nossas memórias, medos e escolhas. É também a maneira como reagimos às coisas. Cada pessoa é específica porque cada uma viveu e vive experiências diferentes. O que me caracteriza não é algo visível; é uma mistura das minhas experiências, memórias e das escolhas que compõem o meu dia a dia. Cada decisão contribui para a minha identidade e, aos poucos, constrói quem eu sou. Até os erros fazem parte dessa construção.

Cada pessoa é única porque cada uma vive, sente e interpreta o mundo de maneira diferente. Mesmo quando duas pessoas passam pela mesma situação, raramente se sentem iguais perante ela. Os pensamentos, as emoções e as experiências misturam-se de uma forma própria dentro de cada um de nós. Para mim, é isso que constrói a identidade: a forma como reagimos, o que valorizamos, as escolhas que fazemos e até as dúvidas que temos. Pequenos detalhes que parecem simples fazem parte de quem somos.

A identidade também não é algo fixo; ela muda connosco. Crescemos, aprendemos, erramos, mudamos de opinião e descobrimos novas partes de nós. Não somos para sempre o que um dia fomos e, no futuro, também seremos diferentes. Mas, mesmo com todas essas mudanças, existe algo que sempre permanece: a nossa essência.

No fundo, ser quem somos é aceitar que estamos sempre em construção e é isso que nos torna únicos.

Iris Carvalho TG25  
Curso técnico de gestão

Para mim, identidade é aquilo que nós somos. É a forma como nos pensamos, sentimos e vemos o mundo. Não é so nosso nome, nossa idade ou um lugar, mas também as nossas experiências, valores, memórias e sonhos. Cada um é único porque cada um vive situações diferentes, aprende coisas diferentes e reage da maneira própria. A identidade também tem a ver com as pessoas que nos influenciam, os momentos que nos marcaram e as escolhas que fazemos. É algo que vai mudando e crescendo connosco ao longo do tempo.

Daniil Yablonskyi  
TG25



## Identidade Pessoal

Sou um aluno de 10º ano que segue progredindo todos os dias, sinto que estou numa fase da vida muito importante e cheia de escolhas.

A minha identidade tem sido criada pelas minhas experiências, valores e escolhas que faço todos os dias.

Sou uma pessoa responsável, disciplinada e determinada. Procuo evoluir todos os dias e aprender com os erros. Valorizo também o respeito, a honestidade e a amizade. Tenho objetivos e sonhos para o futuro e assim criar a minha identidade passo a passo.

Anibal Santos 11/03/2026  
TG25

A identidade é o conjunto de características que definem quem somos, integrando as nossas experiências, a cultura em que crescemos, os valores que aprendemos e a forma como pensamos, sentimos e agimos. Não é algo que nasce completamente formado, mas sim uma construção contínua, que se transforma com o tempo. Cada situação que vivemos, cada escolha que fazemos e cada relação que criamos contribuem para moldar a pessoa em que nos vamos tornando.

Há momentos em que não sei bem quem sou e sinto dificuldade em compreender os meus próprios sentimentos e pensamentos.



Por vezes choro sem estar propriamente triste, como se fosse apenas uma necessidade de libertar emoções acumuladas, e outras vezes sinto raiva de forma inesperada. Estas mudanças deixam-me confusa, mas ao mesmo tempo fazem-me perceber que estou a crescer e a aprender a lidar com aquilo que sinto. Nem sempre é fácil aceitar esta instabilidade, mas começo a entender que faz parte do processo de autoconhecimento.

As pessoas de quem gosto e as actividades que me dão prazer são fundamentais neste caminho. Quando me sinto confusa, gosto de arrumar o meu quarto, porque ao organizar o espaço à minha volta sinto que também organizo os meus pensamentos.

Às vezes preciso de estar sozinha para refletir e ouvir-me a mim própria, mas noutras ocasiões são os meus amigos que me ajudam a ver as coisas de outra perspectiva. Acredito que tudo isto faz parte da descoberta de quem sou, ajudando-me a crescer, a fortalecer a minha identidade e a aproximar-me da minha melhor versão e da felicidade que procuro.

Joana Pessoa, TG25

## Ser eu

Às vezes penso no que é, afinal, a identidade. Para mim, não é só o meu nome ou a minha idade. É a forma como eu sinto as coisas, como penso, como reajo e como trato os outros. É aquilo que ninguém vê, mas que faz de mim quem eu sou.

Eu sou uma pessoa que sente muito. Quando estou feliz, estou mesmo feliz. Quando fico triste, também sinto tudo de forma intensa. Sou alguém que pensa bastante nas coisas, que às vezes complica, mas que também aprende com isso. Gosto de ter as minhas pessoas perto de mim e valorizo muito quem fica.

Adaptar-me a coisas novas nem sempre é fácil. Um novo espaço, novas rotinas ou mudanças na vida podem assustar no início. Mas com o tempo vou-me habituando. Vou encontrando o meu lugar. E percebo que sou mais forte do que pensava.

A minha identidade não é perfeita, mas é verdadeira. Sou feita de erros, de tentativas, de sonhos e de vontade de ser melhor. Ainda estou a descobrir muita coisa sobre mim, e acho que isso faz parte. No fundo, ser eu é estar sempre a crescer, mesmo quando não dou conta disso.

Joana Silva, TG25

## A minha identidade

A minha identidade define-se pelas minhas atitudes e pela forma como trato os outros. Sou uma pessoa extremamente leal, calma e que se dá bem com quase toda a gente. Sempre fui visto como um rapaz divertido, mas quando as pessoas me conhecem melhor, percebem que também tenho defeitos porque sou humano e erro como qualquer outro.

Sou ambicioso e persistente. Luto pelo que quero e tento sempre fazer o que é certo, mesmo quando é difícil. Não desisto facilmente dos meus objetivos.

Sinto-me mais eu próprio nos momentos de paz, quando estou no meu espaço ou com pessoas de quem gosto. É nesses momentos que me sinto confortável e verdadeiro.

Tenho falhas, como toda a gente. Posso stressar com facilidade e há coisas que me incomodam, mas procuro manter a calma e seguir em frente. No fundo, estou em constante construção, a tentar crescer e tornar-me melhor todos os dias.

David Caldarariu,  
TG25

## Identidade

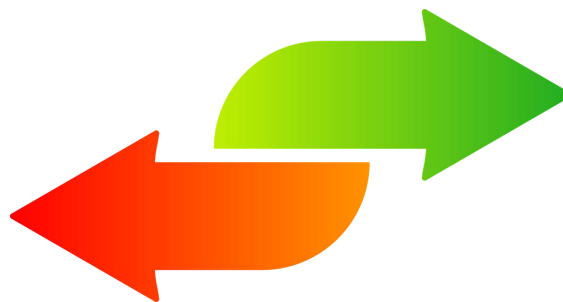
O que é a identidade? Falamos de um documento? Da minha impressão digital? Do meu cartão da escola? A resposta é também essa.

A identidade é a capacidade de ser único, através de atos e pensamentos, os quais podem ser parecidos, mas nunca iguais. A forma de falar, de andar, de correr, de chutar, de amar e de se sentar, pode ser muito parecida. Tal como este texto: foi dado o mesmo tema a todos na sala, mas nenhum vai ser totalmente igual, porque os pensamentos de cada pessoa são diferentes.

Ser diferente faz parte de ser único, faz parte da identidade. Tal como as aulas, o jeito de ensinar e de aprender é diferente. Por exemplo, há professores que gostam de explicar a matéria através de vídeos, outros através de exercícios ou com livros. Os alunos podem estudar com vídeos, exercícios do manual ou a ler; e há outros que nem sequer estudaram. Tudo isso faz parte do seu ser.

A forma de demonstrar amor pode ser através do toque físico ou de um "chatear", com atos grandes ou atos simples, como pagar o almoço.

Sê diferente, cria a tua identidade e ninguém vai tirar-te isso. Se tivermos medo de ser julgados por sermos diferentes, devemos pensar: ser único é um dos maiores orgulhos que podemos ter. Como um grande sábio disse: "Se todos fôssemos iguais, não existiria cor."



## Mudanças

Sou uma jovem Brasileira que vive em Portugal há oito meses. Nesse texto irei escrever sobre a minha adaptação como imigrante ao novo país em termos do clima, da água, das paisagens e do relacionamento entre as pessoas:

Portugal é um país diferente, tão movimentado e agitado que nem vemos a hora passar. Com tantas pessoas diferentes, imigrantes e turistas, como será que lidam com essa mudança, climática, de água, e o que podem esperar das pessoas?

Sou imigrante e vos digo que é muito estranho; é tudo tão diferente; há comidas deliciosas, como muito peixe na verdade. O café não pode faltar. Há lugares históricos lindos, tudo tão preservado.

O clima aqui com certeza é diferenciado, temos dois extremos: o calor e o frio, uma coisa que há em comum é o clima seco.

As praias são tão salgadas que parece que tomamos banho de sal grosso e a água tão gelada! Eu particularmente não consegui acostumar-me com a água, com tanto calcário que a pele fica seca.

Uma das melhores coisas aqui é a igualdade, saber que se eu for a uma cafeteria vão estar pessoas ricas e pobres. É tudo tão acessível, com tantas oportunidades!

As pessoas aqui, como eu disse no começo, podem esperar de tudo. Há pessoas ruins, mas isso há em todo lugar. Eu prefiro olhar as coisas boas, as pessoas que se dão sem esperar nada em troca.

Aqui o vestuário é padrão para os jovens; conseguimos saber o que são pelo que vestem. Os(a) senhores(a) vestem-se de forma diferentes, como eu não me vestiria, mas fica tão bem neles!

Afinal penso que Portugal é um lugar de descoberta até de mim mesma. Todos que entram aqui saem diferentes, temos que vir com a mente aberta. É um lugar incrível com a sua beleza. Às vezes é difícil adaptar-se, mas quem quer faz acontecer.

E tu o que achas de Portugal?

Ester Almeida dos Reis / TG25



## Identidade

Quando penso na minha identidade, penso na pessoa que sou no dia a dia, nas minhas qualidades, nos meus defeitos e na forma como trato os outros. Sei que sou uma pessoa com pouca paciência. Às vezes irrito-me facilmente e nem sempre consigo lidar com tudo com calma. Mesmo assim, tento melhorar e aprender a controlar-me.

Também não sou uma pessoa que dê muita confiança logo às pessoas. Prefiro conhecer bem alguém antes de me abrir ou de confiar. Sou mais reservada e gosto de observar primeiro. Nem sempre demonstro muito aquilo que sinto, mas isso não significa que não me importe com os outros.

Apesar de tudo, gosto de ajudar quem precisa. Não sou aquela pessoa que está sempre a sorrir ou a falar com toda a gente, na verdade sou mais discreta e calada. Mas quando alguém precisa mesmo de ajuda, tento estar lá. Muitas vezes prefiro mostrar que me importo através das minhas ações e não tanto com palavras.

Considero-me também uma pessoa organizada e responsável. Quando alguém me pede alguma coisa, gosto de fazer bem feito e dar sempre o meu melhor. Sou bastante pensativa e muitas vezes fico a refletir sobre as coisas, sobre as decisões que tomo e sobre aquilo que acontece à minha volta.

Em relação à minha família, não sou muito ligada nem muito demonstrativa.

Não sou daquelas pessoas que está sempre a mostrar carinho. No entanto, se alguém da minha família precisar de mim, eu estou lá sem pensar duas vezes. Claro que também tenho defeitos. Um deles é guardar rancor. Quando alguém me magoa ou me desilude, tenho dificuldade em esquecer.

Às vezes fico a pensar nisso durante muito tempo. Sei que não é a melhor coisa, mas é algo que ainda estou a tentar melhorar.

No fundo, a minha identidade é feita de tudo isto. Posso não ser a pessoa mais sorridente ou mais aberta, mas tento ser verdadeira, responsável e estar presente quando alguém realmente precisa de mim.

Bianca Fonseca, TG25



## My life in Portugal

My name is Harmanpreet Kaur and I was born in Haryana, India. Four years ago, I moved to Portugal to start a new chapter in my life. Leaving my home country was a big step for me because it meant starting everything in a completely new place.

Moving to another country can be exciting, but it can also be difficult because you have to adapt to many new things.

When I first arrived in Portugal, everything seemed very different from what I was used to in India. The language, culture, food, and lifestyle were new to me.

Even small daily activities felt different, and sometimes it was confusing at the beginning. I also missed my home, my family, and my friends, which sometimes made me feel a little homesick.

One of the biggest challenges for me was the Portuguese language. At first, it was very difficult to understand people or communicate with them. In school and in daily life, I sometimes felt nervous because I could not express myself clearly.

However, I knew that learning the language was important, so I tried my best to practice and improve every day.

Adapting to life in Portugal was not easy at the beginning.

Everything felt new and different, especially the language and culture. Sometimes it was difficult to communicate with people and I missed my family in India.

However, with time I started learning Portuguese and meeting new people.

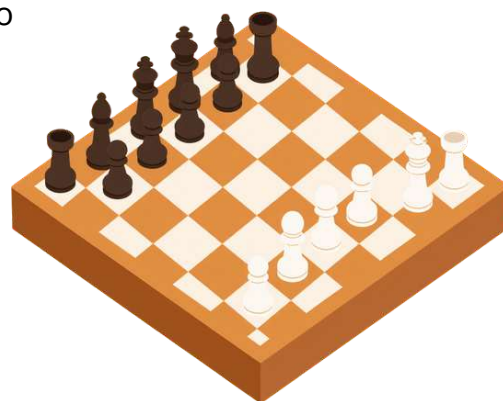
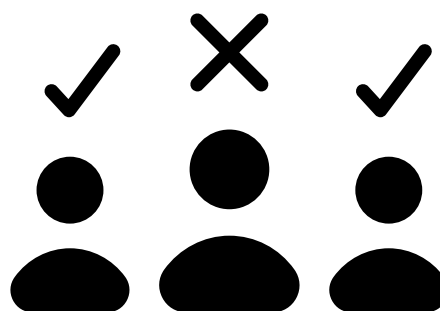
After four years, Portugal has become an important part of my life and I am happy to live here.

Harmanpreet Kaur



## Será

A pergunta que se calhar me faço todos os dias,  
 Será que ainda sou aquele bebé  
 Que antes de conhecer uma pessoa sorria?  
 Ou ainda me veem como uma pequena cópia do meu pai,  
 mas com mais alegria?  
 Eu não gostaria de continuar,  
 mas esta continua a ser a pergunta que não quer calar  
 Quem sou eu?  
 Será que sou, como já fui descrito,  
 Um bandido armado?  
 Ou simplesmente tapo o rosto,  
 por não gostar de ser observado?  
 Será que esta é a pergunta que não quer calar?  
 Será que eu e os meus Eus somos discriminados?  
 Que até estando com um sofrimento no rosto,  
 E a roupa caracterizada de luto  
 Somos olhados de lado?  
 Ou será que estamos no tempo da escravidão??  
 Embora moramos na mesma rua,  
 Continua a não gostar de mim,  
 Mas como sou amigo dos seus filhos  
 Me cumprimenta com um aperto de mão.  
 Será que as coisas más que acontecem comigo, tu não vês?  
 Ou ainda queres insistir num mundo preto e branco  
 Como se fosse xadrez?  
 Já que preferes não falar,  
 Também não falo sobre a pergunta outra vez.  
 Embora me mandam de volta para a minha terra  
 eu respondo com um passo atrás, Sou Português.



One Gomes, TG25

## No INETE aconteceu...

O ano de 2026 começou com entusiasmo e vários planos no INETE! No mês de janeiro, tiveram lugar diversas atividades que envolveram a nossa comunidade. No âmbito dos programas de Erasmus, foram recebidos vários alunos, com destaque para um grupo de italianos, de áreas bastante distintas – mecatrónica, eletrónica e até moda!



Ainda no que respeita a Erasmus, teve lugar uma breve cerimónia, seguida de lanche, em que foi realizada a entrega dos certificados aos nossos alunos que viveram a experiência de estagiar nas Canárias.



Para terminar o primeiro mês do ano, ganhou destaque o Parlamento dos Jovens – num primeiro momento, deu-se o ato eleitoral, seguido da Sessão Escolar. O tema deste ano, “Literacia Financeira: os Jovens Contam”, suscitou bastante debate e os deputados eleitos criaram três medidas para serem defendidas na Sessão Regional:

- 1- Criação de um módulo de economia nas escolas: Com o objetivo de ensinar os alunos a controlar, poupar e gerir o seu dinheiro, deve-se introduzir um módulo prático de educação financeira com exemplos do dia a dia, para promoção da gestão adequada.
- 2- Criação de uma conta poupança com investimento para jovens: Defendemos a criação de uma conta poupança específica para jovens, associada à educação financeira, com parcerias entre o Estado e instituições bancárias, com baixo risco e fácil acesso.
- 3- Realização de workshops sobre poupança e investimento: Workshops dinâmicos e interativos, podem ser realizados nas escolas, com a colaboração de professores ou especialistas da área financeira, para ajudar os jovens a tomar decisões financeiras.

Ainda nesta sessão foram eleitos os deputados que irão representar o INETE na Sessão Distrital, Pedro Vieira e Lucas Lima, bem como a Candidata à Presidência da Mesa, Gabriela Silva.

# No INETE aconteceu...



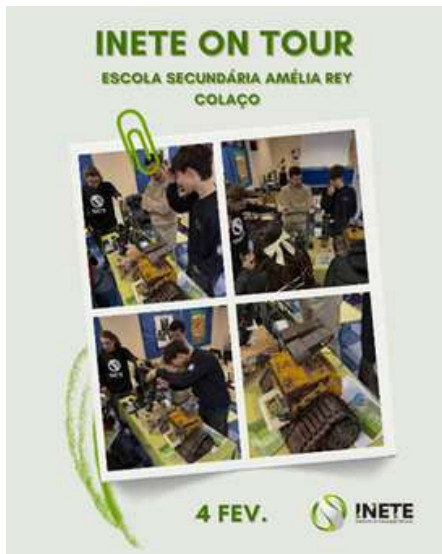
O mês de fevereiro ficou marcado pelo “INETE On Tour” - durante uma semana, o INETE esteve presente em várias feiras de divulgação das escolas a alunos do Ensino Básico.



Foram visitadas quatro escolas, tendo a nossa instituição sido representada por alunos de Mecatrónica e de Eletrónica Automação e Comando. Além de terem explicado a colegas como é que o INETE funcionava, os nossos representantes apresentaram ainda detalhes fundamentais acerca dos respetivos cursos, aliados a demonstrações práticas das técnicas lecionadas - tem sido feita a operação de projetos realizados pelos alunos.



# No INETE aconteceu...



No dia 13 de fevereiro, de modo a assinalar o Dia de São Valentim, alguns alunos, acompanhados pela Professora Susana Machado no âmbito do **VIDALab**, levaram a cabo atividades relacionadas com gastronomia, escrita de poemas e até DIY. Um dia em que se celebrou o amor, em todas as suas formas.



Escrito e organizado pela colaboradora Alexandra Coelho (Communication & Content Junior Manager).



## Origens da comunidade INETIANA



**O INETE é feito de diferentes  
identidades, países, tradições,  
culturas e religiões...**

## Países, cidades e testemunhos

A **Guiné-Bissau** é um pequeno país da África Ocidental, banhado pelo Oceano Atlântico e composto por um território continental e cerca de 80 ilhas que formam o arquipélago dos Bijagós. Antiga colônia portuguesa, conquistou a independência em 1974 e carrega até hoje as marcas dessa herança, expressas na língua oficial (o português) e no crioulo, falado por praticamente toda a população.

O que torna a Guiné-Bissau verdadeiramente especial é a sua diversidade étnica. Mais de 20 grupos convivem no país, cada um com a sua língua, tradições e visões do mundo. Os Balantas são o maior grupo étnico, conhecidos pela sua organização social igualitária e pela resistência à colonização. Os Fulas e Mandingas são predominantemente muçulmanos e dedicam-se ao comércio e à pastorícia. Os Manjacos habitam as zonas ribeirinhas e têm forte presença na diáspora. Já os Bijagós, habitantes do arquipélago com o mesmo nome, desenvolveram uma cultura profundamente ligada ao mar e à natureza, onde as mulheres desempenham papéis de destaque em algumas ilhas.

Os costumes guineenses manifestam-se em rituais que marcam a vida em comunidade. O "fanado", cerimónia de iniciação à idade adulta praticada por vários grupos, é um dos mais importantes, garantindo a transmissão dos conhecimentos ancestrais.

As cerimónias de casamento, funerais e colheitas são também momentos de grande expressão cultural, com danças e cantos que variam de etnia para etnia.

### Punjab (Índia)

**Punjab** é uma região no norte da Índia conhecida como "a terra dos cinco rios". É famosa pela sua agricultura, especialmente pela produção de trigo. A cultura Punjabi é muito vibrante, com música animada, danças tradicionais como o Bhangra e roupas coloridas. As pessoas do Punjab são conhecidas pela hospitalidade e pelo forte sentido de comunidade.



**Angola** é um país de paisagens deslumbrantes e de cultura extremamente rica e vibrante, destacando-se pelas suas danças tradicionais e modernas, como a kizomba, de ritmo envolvente e romântico, e o kuduro, um estilo energético e urbano que conquistou reconhecimento internacional; além disso, a sua gastronomia, com pratos típicos como o funge, reflete a forte ligação às tradições e aos sabores autênticos do povo angolano, tornando Angola uma nação de identidade única e admirável.



## Países, cidades e testemunhos

**Macaé**, fundada no século XVII, cresceu da pesca e agricultura para um polo do petróleo, preservando património como a Igreja de Sant'Anna e tradições culturais ligadas ao carnaval, à música da Sociedade Musical Beneficente Lyra dos Conspiradores e à culinária de frutos do mar.



Sou de **Portugal**, tenho 17 anos e nasci em Lisboa, uma cidade cheia de luz, história e diversidade.

Apesar de ter nascido em solo português, as minhas raízes vão além-mar: os meus pais são **africanos**, e é através deles que herdei valores, tradições e uma forte ligação à cultura africana.

Crescer entre duas culturas deu-me uma identidade rica e única, onde diferentes costumes, sabores, músicas e formas de ver o mundo se encontram.

Ser filho de pais africanos em Portugal é viver uma mistura bonita de influências — em casa posso ouvir histórias, expressões e ensinamentos vindos de África, enquanto na rua vivo o dia a dia típico português.

Essa combinação ensinou-me a respeitar as diferenças e a valorizar as minhas origens. A cultura lisboeta também faz parte de quem eu sou.

Lisboa é conhecida pelo seu fado, pelos bairros históricos como Alfama e Bairro Alto, pelas ruas de calçada e pelo espírito acolhedor das pessoas.

A cultura lisboeta também faz parte de quem eu sou.



Lisboa é conhecida pelo seu fado, pelos bairros históricos como Alfama e Bairro Alto, pelas ruas de calçada e pelo espírito acolhedor das pessoas. É uma cidade multicultural, onde diferentes comunidades convivem e contribuem para uma identidade moderna e vibrante. Crescer em Lisboa significa estar rodeado de tradição e, ao mesmo tempo, de diversidade e movimento.

No fundo, as minhas origens são uma ponte entre **Portugal** e **África** — duas realidades que se unem na minha história e que moldam quem eu sou hoje.

A cultura portuguesa têm muitas influências dos celtas, romanos, visigóticos e mouriscos que foi moldado pelo forte contacto com o mar, a igreja católica e com o tempo para virar o que é hoje.

A cultura portuguesa costuma ser reconhecida:

- pela hospitalidade;
- valorização da família;
- o fado;
- e pela nossa gastronomia.

Para nós aprofundarmos vou destinguir em tópicos e explicar um bocado.

Tradições e património: O fado (património imaterial) é um estilo de música criado em Portugal por volta do século XIX e é muito famoso entre os portugueses mais velhos.

## Países, cidades e testemunhos

Artesanato (o galo de Barcelos, os caretos de Trás-os-Montes), os azulejos, as calçadas e festas populares como as Festas de São João.

- Gastronomia : a gastronomia portuguesa costuma ser reconhecida pelo bacalhau, sardinhas, azeite, os vinhos, o queijo e os doces por exemplo o pastel de nata.



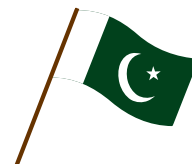
- Arquitetura : A arquitetura portuguesa é reconhecida pela sua capacidade singular de fundir tradição e modernidade, criando edifícios que respeitam a paisagem, a história e a luz local e alguns locais que se destacam são a torre de Belém, o mosteiro de Jerónimos e os centros históricos de cidades como Lisboa ou Porto .
- Literatura e artes: da literatura destacam-se Luiz Vaz de Camões, Fernando Pessoa e Gil Vicente.

Da arte as azulejarias e as calçadas que são distintas e bem populares.



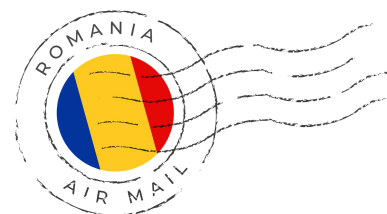
- Comportamento: Valoriza-se a discrição, o respeito (uso de “senhor/senhora”) e a formalidade no trabalho, em contraste com um ambiente acolhedor e familiar na vida social.

O **Paquistão** é um país localizado no Sul da Ásia, com uma cultura rica, muitas tradições e uma história importante. O país é conhecido pelas suas belas paisagens, comida saborosa e fortes valores familiares.



**Suceava** é uma cidade no nordeste da **Roménia**, na região de Bucovina, conhecida pela sua extraordinária herança cultural e natural. Foi capital do Principado da Moldávia nos séculos XIV e XV, e ainda hoje guarda esse passado com orgulho: a Fortaleza de Suceava, imponente e bem preservada, é um dos símbolos mais marcantes da cidade.

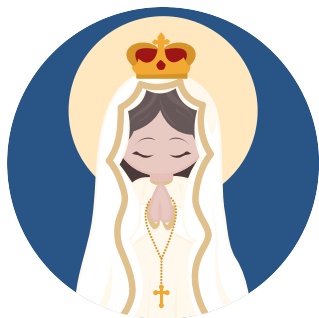
A região é também famosa pelos mosteiros pintados da Bucovina (como Voroneţ, com o seu azul inconfundível) considerados Património Mundial da UNESCO. Com uma paisagem de campos abertos, florestas densas e invernos rigorosos, Suceava mistura história medieval, tradições vivas e uma hospitalidade caracteristicamente romena.



# Tradições

A peregrinação a **Fátima, em Portugal**, é uma viagem especial que milhares de pessoas fazem para visitar o Santuário. Muitas destas pessoas escolhem ir a pé, caminhando durante vários dias pelo sol ou pela chuva, para mostrar a sua fé ou para agradecer algo de bom que aconteceu nas suas vidas. Pelo caminho, os peregrinos ajudam-se uns aos outros e são recebidos com carinho por voluntários que lhes dão comida e água.

Quando chegam ao Santuário, o momento mais bonito é a Procissão das Velas, onde o recinto se enche de luzes a brilhar durante a noite. É um momento de muita paz e silêncio que faz parte da história e do coração de Portugal.



Sou natural de **Angola**, mais especificamente província do **Namibe...** O Namibe é uma província costeira no sudoeste de Angola, capitalizada pela cidade de Moçâmedes, famosa pelas suas paisagens únicas onde o deserto se encontra com o Oceano Atlântico.

As Festas do Mar, celebradas no mês de março na cidade de Namibe, especialmente no dia 19 de março que se assinala o dia da cidade, são uma das festividades mais importantes da província.

Eu considero que esta celebração é muito significativa porque homenageia o mar e os pescadores, que têm um papel fundamental na economia e na vida das famílias locais. Durante as festas, realizam-se concertos, danças tradicionais, atividades culturais e desportivas, atraindo visitantes e promovendo o turismo. Esta festa demonstra a forte ligação do povo do Namibe ao mar e reforça a identidade cultural da região.



**Masnytsia** (Russo: Масленица; Ucrainiano: Масниця; também chamada Maslyana) é um festival tradicional **ucraniano** celebrado durante a última semana antes da Quaresma, marcando o fim do inverno e o início da primavera.

Com raízes nas antigas crenças pagãs eslavas e posteriormente misturado com costumes cristãos, o festival concentra-se na ingestão de alimentos lácteos ricos, como panquecas (bliny), varenyky com queijo, manteiga e natas ácidas, uma vez que a carne já é proibida.

As panquecas simbolizam o sol e a nova vida, enquanto os rituais folclóricos incluem canto, dança, trenó e jogos divertidos de casamento.

# Tradições

Em **São Tomé e Príncipe** existem vários costumes tradicionais quando alguém da comunidade falece. Essas práticas mostram respeito pela pessoa que morreu e ajudam a comunidade a demonstrar tristeza e solidariedade com a família.

Quando alguém morre e deixa filhos pequenos, existe um costume especial para as crianças. As crianças desde recém-nascidas até cerca de cinco anos participam de um ritual simbólico em que passam ou saltam sobre o caixão. Esse ato é visto como uma forma de despedida e também de proteção espiritual.

No caso dos bebês muito pequenos, entre cerca de dois e seis meses, coloca-se um pano preto na cabeça da criança quando ela passa ou salta o caixão. Isso é feito porque se acredita que o bebê não deve ver diretamente o caixão.

Para crianças entre seis e dez anos, é comum colocar uma faixa preta no braço ou no pé. Essa faixa mostra para as outras pessoas que aquela criança perdeu alguém da família.

O uso de roupa preta também é um costume importante. A roupa preta representa o luto e o respeito pela pessoa querida que faleceu. Quando a pessoa que morreu é a mãe, o período de luto com roupa preta costuma durar cerca de um ano e alguns meses. Quando é o pai, o tempo de luto geralmente é um pouco menor, cerca de um ano e alguns meses.

Outro costume é colocar uma tocha ou uma luz feita com um pé de bananeira. Nessa tocha colocam azeite de palma e, às vezes, casca de mamão. Essa luz é colocada perto da casa da pessoa falecida para mostrar à comunidade que ali alguém morreu.

Durante o período do funeral, os familiares — especialmente os filhos da pessoa falecida — costumam permanecer na casa ou no quintal da família. Nesse lugar realizam-se cantos ou músicas de morte, que são músicas tradicionais usadas para homenagear quem partiu e acompanhar o momento de luto.

Depois de oito dias da morte, a família também costuma ir à igreja para uma missa especial em memória da pessoa que faleceu. Essa missa é uma forma de rezar pela alma da pessoa e continuar a homenagear a sua memória.

Uma celebração muito popular em **Portugal** são as Festas de São João do **Porto**. Realiza-se na noite de 23 para 24 de junho, especialmente na cidade do Porto. Nela, as ruas lotam de pessoas que saem para festejar, conviver e comer até à madrugada.

É habitual assar sardinhas na rua, comer caldo verde e broa, e circular pelos antigos bairros enfeitados para o efeito. Um dos usos mais típicos é o de colocar suavemente à cabeça de outros, pequenos martelos de plástico, hoje mais brincadeira.



# Tradições

Antigamente, utilizava-se alho-porro com o mesmo significado. À meia-noite, existe um grande espetáculo de fogo-de-artifício em torno do rio Douro, sendo que muitas pessoas soltam balões de ar quente. Ainda que esteja ligada a São João Batista, a festa também tem uma origem muito antiga, que se relaciona com as festividades do solstício de verão. É uma conjugação entre tradição e religiosidade, costumes populares e um grande espírito comunitário.

Em **São Tomé e Príncipe**, a expressão "Tragédia" refere-se ao Tchiloli, uma manifestação cultural única que mistura teatro, música e dança.

O que é: Um teatro popular de rua baseado no texto quinhentista "Tragédia do Marquês de Mântua e do Imperador Carlos Magno", escrito por Baltasar Dias. A peça narra a história de traição e justiça em que Dom Carloto (filho de Carlos Magno) assassina o seu amigo Valdevinos por amor à mulher deste, Sibila. O clímax é o julgamento e a execução do príncipe.

Foi recentemente nomeado Património Cultural Imaterial da Humanidade pela UNESCO.

A "Tragédia" do Príncipe: Na Ilha do Príncipe, existe uma tradição semelhante chamada Auto de Floripes (ou São Lourenço), que encena o conflito entre Cristãos e Mouros.

Grupos: Os coletivos que encenam estas peças são conhecidos localmente como "tragédias" e os papéis costumam ser passados de geração em geração dentro das mesmas famílias.



O Funaná é um dos géneros musicais mais emblemáticos de **Cabo Verde**, especialmente da **ilha de Santiago**. É um estilo vibrante, cheio de energia, muito ligado à identidade cultural e à história do povo cabo-verdiano. O funaná nasceu nas zonas rurais de Santiago, provavelmente no final do século XIX ou início do século XX. Durante o período colonial, chegou a ser marginalizado e até proibido, por ser visto como música "de gente simples" e por estar associado às camadas populares.

Durante o período colonial, o funaná era marginalizado tornando-se um símbolo de resistência cultural e de afirmação da identidade nacional cabo-verdiana, alcançando maior projeção após a independência e ganhando reconhecimento internacional através de artistas como Bitori e Bulimundo, que modernizaram o estilo sem perder a sua energia contagiante e a forte ligação às raízes populares.



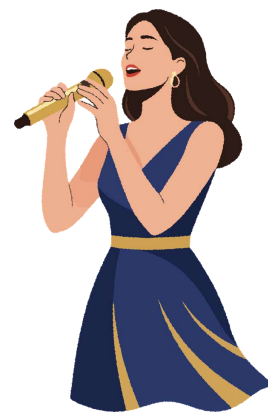
# Tradições

Em algumas regiões, o feriado está ligado ao costume de Kolodiy, em que os homens solteiros eram «punidos» de brincadeira por não se casarem. O ato mais emblemático da Masnytsia é queimar uma efígie de palha do inverno para convidar o calor e a renovação, e o último dia, conhecido como Domingo do Perdão, é dedicado a pedir e conceder perdão para começar a Quaresma com o coração limpo.



Uma das tradições mais emblemáticas de **Portugal** é o Fado, um género musical profundamente ligado à alma portuguesa. Surgido no século XIX em Lisboa, o Fado é caracterizado por melodias melancólicas e letras que expressam sentimentos de saudade, destino e amor perdido.

Normalmente acompanhado pela guitarra portuguesa, este estilo musical tornou-se um símbolo nacional e foi imortalizado por artistas como Amália Rodrigues. Em 2011, o Fado foi reconhecido como Património Cultural Imaterial da Humanidade pela UNESCO, reforçando a sua importância cultural não só para Portugal, mas para o mundo.



Considerado uma das maiores expressões da identidade brasileira, o samba emergiu no pós-abolição a partir da fusão de ritmos africanos como o lundu e o batuque, consolidando-se no cenário urbano do Rio de Janeiro no início do século XX.

Embora tenha enfrentado um período de perseguição e criminalização, sua legitimação na década de 1930 impulsionou uma expansão sem precedentes, transformando a batucada característica e a harmonia dos instrumentos de corda e sopro em um patrimônio nacional.

Hoje, essa herança se manifesta em uma rica diversidade de vertentes do pagode à bossa nova e ao partido-alto, do samba enredo ao samba se roda, ecoando a voz da cultura negra em melodias consagradas por todo o país.



# Tradições

Tradição: Basant

**Basant** é um festival que celebra a chegada da primavera, especialmente na região do **Punjab**.

É marcado por:

- Soltar papagaios;
- Uso de roupas amarelas (cor associada às flores de mostarda)
- Música, dança e celebrações ao ar livre



Música: **Jugni**

Jugni é uma canção folclórica tradicional do **Punjab**.

“Jugni” representa uma figura feminina simbólica que observa e comenta sobre a sociedade, cultura e acontecimentos do mundo.

Dança: **Bhangra**

Bhangra é uma dança folclórica vibrante do **Punjab**.

Características:

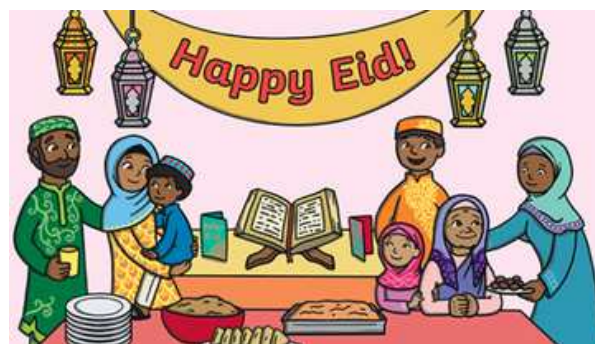
- Movimentos enérgicos
- Saltos e giros
- Uso de tambores (dhol)

Hoje também é popular mundialmente como estilo musical.



Tradição: Eid al-Fitr

Uma das tradições mais importantes no **Paquistão** é o **Eid al-Fitr**. É celebrado no final do Ramadão, o mês sagrado de jejum para os muçulmanos. Durante o Ramadão, os muçulmanos jejuam desde o nascer até ao pôr do sol.



No dia do Eid, as pessoas vestem roupas novas, vão à mesquita para uma oração especial e passam tempo com a família e amigos.

São preparadas comidas e doces especiais, e as crianças recebem presentes ou dinheiro chamado “Eidi”. É um dia de alegria, partilha e gratidão.

Conclusão:

O Eid al-Fitr não é apenas uma celebração, mas também um reflexo dos valores islâmicos e da cultura paquistanesa. Mostra união, generosidade e fortes tradições familiares.

Muhammad Younis shan

TC-24

# Comidas

## O cacau

Conhecido como "ouro de São Tomé", é a espinha dorsal da economia de São Tomé e Príncipe, trazendo diversos benefícios socioeconómicos e de prestígio internacional:

É uma fruta doce e succulenta, que vem de São Tomé e Príncipe, a fruta é utilizada para fazer chocolate e doces.

A casca da fruta serve para dar de comer aos animais como o porco e a cabra.



## Leitão da Bairrada

O leitão assado é uma das tradições gastronómicas mais emblemáticas de Portugal, particularmente na Bairrada, região central de Portugal

- Origem e Importância Cultural

Essa herança tem laços profundos com as localidades da Mealhada e áreas próximas. Tornou-se tão popular que é hoje um símbolo regional e motivo de romarias gastronómicas, atraindo muitos amantes da culinária.

O leitão está presente em:

- Casamentos
- Batizados
- Festas populares
- Convívios familiares

É considerado prato de celebração



- Como é Preparado

A preparação tradicional segue regras muito específicas:

O leitão (porco ainda jovem, alimentado apenas com leite) pesa geralmente entre 6 a 8 kg.

É temperado apenas com sal, alho, pimenta e banha.

Assa lentamente em forno de lenha.

É rodado constantemente para garantir pele estaladiça e carne succulenta.

A pele crocante é uma das características mais valorizadas — deve "estaladiçar" ao cortar.

- Como é Servido

É servido com batatas fritas às rodelas, salada simples (alface e tomate), fatias de laranja para cortar a gordura e sempre com um espumante ou vinho da Bairrada.

- Harmonização

A região é famosa pelos seus espumantes e vinhos tintos da casta Baga, que equilibram a gordura do prato.

- Reconhecimento

O Leitão da Bairrada possui certificação de qualidade regional e é promovido pela Confraria Gastronómica local, que preserva os métodos tradicionais.

# Comidas

Prato tradicional do **Punjab**:



**Sarson da Saag:** creme/puré feito principalmente de folhas de mostarda cozidas e temperadas com especiarias.

**Makki di Roti:** pão achatado feito com farinha de milho, geralmente servido com manteiga ou ghee.

É uma combinação muito popular no inverno.

**Chipa Paraguaia ou Pão de Queijo de Forma (Brasil)**

🕒 50min

🍴 8 fatias

Ingredientes:

- 2 Ovos
- 100 ml de Leite
- 100 ml de Óleo de Girassol
- 1 colher (chá) de Fermento
- 240 g de Polvilho Doce (fiz com 2 xícaras)
- 2 colheres (chá) de Sal
- 80 g de Queijo Parmesão Ralado
- 80 g de Orégano (opcional)



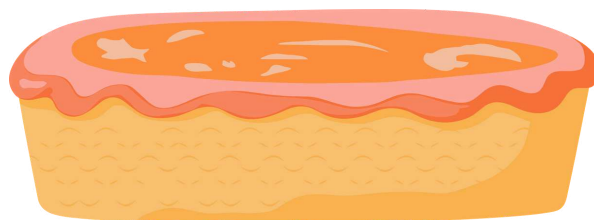
Modo de Preparo:

Em uma tigela média-grande, adicione os ovos, o leite, o óleo e o polvilho doce.

Com o auxílio de um fouet (batedor de arame), bata bem todos os ingredientes, até que vire uma mistura homogênea.

Tempere com o sal, acrescente o queijo e misture mais um pouco. Finalize com o fermento.

Despeje a massa em uma forma redonda com furo central (untada com polvilho doce) e leve ao forno preaquecido a 180 °C por cerca de 40 minutos, ou até ficar levemente douradinha.



O **vinho português** é um dos símbolos mais fortes da identidade nacional, estando ligado à história, à economia e às tradições do país. Desde tempos antigos, faz parte das refeições, das festas e dos momentos de convívio, representando união e hospitalidade.

Regiões como o Vale do Douro e o Minho mostram como a produção de vinho moldou a paisagem e a cultura portuguesa.

Mais do que uma bebida, o vinho é uma expressão do modo de viver do povo português e um elemento central da sua imagem no mundo.

# Religião

## Islamismo

O Islão é uma religião monoteísta, ou seja acreditar num só Deus (Allah) foi fundada no século VII na cidade de Meca, na Arabia Saudita, a partir das revelações recebidas pelo profeta Maomé. No Punjab (especialmente no Paquistão), o islamismo é a religião predominante. O seu livro sagrado é o Alcorão, considerado a palavra de Deus (Allah).

Os muçulmanos seguem os Cinco Pilares do Islão: fé, orações diárias, caridade, jejum no Ramadão, peregrinação a Meca pelo menos uma vez na vida (se for possível). Hoje, o Islão é uma das maiores religiões do mundo.



## Comunidade Sikh (Panth)

A comunidade Sikh chama-se Panth. Os Sikhs acreditam na igualdade, no respeito e na ajuda aos outros. Um dos aspetos mais importantes da comunidade é o Langar, a cozinha comunitária que existe em todos os Gurdwaras. No Langar, comida gratuita é servida a todas as pessoas, independentemente da religião, raça ou classe social.

Os Sikhs valorizam muito o serviço à comunidade, chamado Seva, que significa ajudar os outros de forma voluntária.

A comunidade Sikh é conhecida no mundo inteiro pela solidariedade, especialmente em tempos de crise. Festivais importantes como o Vaisakhi celebram a união e a identidade Sikh.



## Cristianismo

Origens: Nasceu na Judeia, Palestina, no século I, em um território controlado pelo Império Romano.

Após a morte e ressurreição de Jesus, os seus seguidores, chamados discípulos, passaram a reunir-se e espalhar os seus ensinamentos.

Principais crenças: acreditam na ressurreição de Jesus e a sua ascensão aos céus, como filho de Deus. Acreditam que Jesus retornará à Terra para vir buscar aqueles que o aceitarem e seguirem os seus ensinamentos.



# Religião

## Testemunhas de Jeová

As Testemunhas de Jeová são um grupo religioso cristão que surgiu nos Estados Unidos no final do século XIX.

A história moderna deste movimento começou na década de 1870, quando um pequeno grupo de estudo da Bíblia se formou em Allegheny, hoje parte de Pittsburgh. O principal promotor deste grupo foi Charles Taze Russell.

As Testemunhas de Jeová baseiam as suas crenças na Bíblia, que consideram ser a palavra de Deus. Adoram a Deus com o nome Jeová conforme escrito na Bíblia e acreditam que o Reino de Deus é um governo no céu que no futuro substituirá os governos humanos.

Uma das características mais conhecidas deste grupo é a pregação de casa em casa, onde falam sobre a Bíblia e distribuem publicações religiosas.

Hoje, este movimento está presente em muitos países e tem milhões de adoradores em todo o mundo.

יהוה

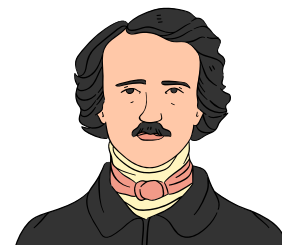


## Espiritismo

É uma filosofia espiritual baseada nos ensinamentos organizados por Allan Kardec no século XIX.

Ele apoia-se em três pilares: ciência, filosofia e religião. Ensina que somos espíritos imortais em constante evolução, que reencarnamos para aprender e melhorar como pessoas, e que as nossas ações têm consequências (lei de causa /efeito).

Valoriza a prática do bem, da caridade, do autoconhecimento e do respeito ao próximo, incentivando cada um a crescer moralmente e a construir um mundo mais justo e solidário.



## Ateísmo

O ateísmo define-se como a ausência de crença na existência de um ou mais deuses. Não é uma religião, nem um conjunto de regras, mas uma posição filosófica face a uma das perguntas mais antigas da humanidade: existe algo divino? As razões que levam alguém ao ateísmo são variadas: filosóficas, científicas ou simplesmente pessoais.

Curiosamente, nem todos os ateus pensam da mesma forma: alguns baseiam a sua visão do mundo na ciência e no pensamento crítico, outros chegam lá por um caminho mais intuitivo ou emocional. O que têm em comum é não encontrarem, na ideia de um deus, uma resposta necessária para explicar a existência. A nível global, o número de pessoas sem afiliação religiosa tem crescido nas últimas décadas, tornando o ateísmo uma das posições mais relevantes no debate contemporâneo sobre crença e sentido.



Foto: Afonso Cristóvão



Foto: Guilherme Antunes



Foto: Guilherme Antunes



Foto: Guilherme Antunes

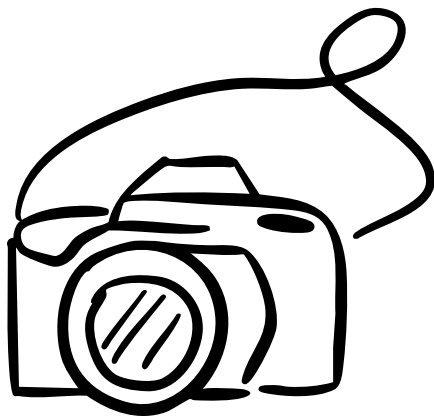
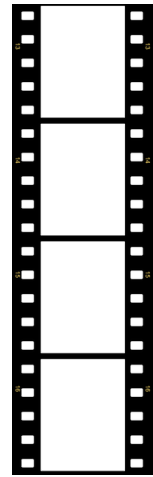
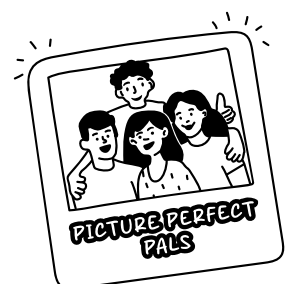


Foto: Afonso Cristóvão



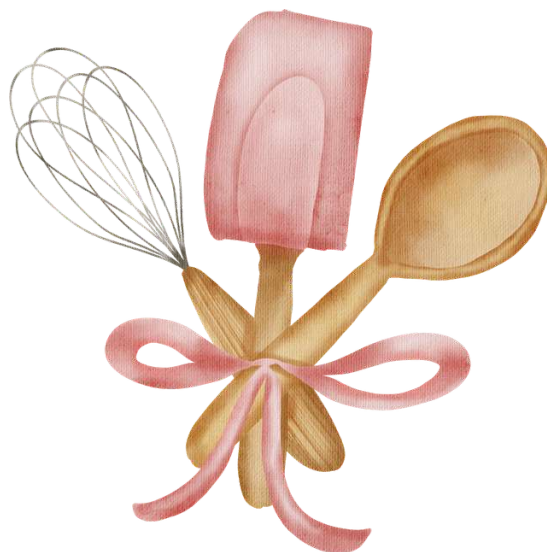
Foto: Guilherme Antunes



## Bolo Fofinho

### Ingredientes

- 4 Ovos
- 100g de Açúcar
- 1,5 dl de Óleo
- 1,5 dl de Leite
- 50g Coco Ralado
- 100g de Farinha Maizena
- 280g de Farinha de Trigo
- 1 Colher de Sopa de Fermento
- Raspas e Sumo de um Limão



### Receita

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de 26 cm com manteiga e farinha.
2. Bata os ovos com o açúcar até formar um creme claro e fofinho.
3. Acrescente o óleo, o leite e o coco ralado. Misture até ficar homogêneo.
4. Peneire a farinha de trigo, a Maizena e o fermento. Junte à massa e mexa delicadamente.
5. Coloque na forma e leve ao forno por 35 a 40 minutos, até dourar ou o palito sair limpo.
6. Deixe arrefecer e desenforme.



**Bom apetite!!**

## Multiplicações no Egito Antigo\*

Diversos estudos já mostraram que dobrar um número, isto é, multiplicá-lo por dois, é uma das multiplicações mais simples de serem executadas.

Por volta de 1650 a.C., os egípcios usavam um método de multiplicação que exigia apenas que se dobrassem os números, seguindo-se uma adição conveniente de alguns resultados.

Você deve estar se perguntando: "Como sabemos disso?". Em 1858, A. Henry Rhind, um antiquário escocês, estava em uma loja na cidade egípcia de Luxor, quando descobriu e comprou um antigo papiro egípcio copiado por um escriba chamado Ahmés. Logo na abertura, o escriba diz que seu objetivo é "mostrar cálculos precisos de penetrar as coisas, o conhecimento das coisas existentes e todos os mistérios... e todos os segredos".

Para compreendermos o método, vamos relembrar duas maneiras de realizar a seguinte conta:  $4 \times (2 + 3)$ .

O primeiro modo de fazê-lo é adicionar o que está dentro dos parênteses ( $2 + 3 = 5$ ), e, em seguida, multiplicar por 4 ( $4 \times 5 = 20$ ).

O segundo modo consiste em multiplicar o 4 por cada um dos números dentro dos parênteses e, no final, adicionar:

---


$$4 \times (2 + 3) = (4 \times 2) + (4 \times 3) = 8 + 12 = 20.$$


---

Apesar de parecer mais demorado, esse segundo modo de fazer a conta, que recebe o nome de propriedade distributiva, às vezes pode ser mais útil, como veremos a seguir.

Vamos realizar a operação  $13 \times 41$ . O primeiro passo é colocá-los lado a lado formando duas colunas. Embaixo do 13 começamos com o número 1 e vamos dobrando: 2, 4, 8. Aqui paramos no número 8 porque seu dobro (16) já é maior que 13 (Figura 1).

13	41
1	
2	
4	
8	

Figura 1

13	41	
1	41	
2	82	(41×2)
4	164	(82×2)
8	328	(164×2)

Figura 2

13	41
1	41
2	82
4	164
8	328

Figura 3

Na coluna da direita, iniciamos com o próprio 41 e vamos dobrando: 82, 164, 328. (Figura 2)

Abaixo do 13, temos os números 1, 2, 4 e 8.

Então, adicionamos apenas aqueles que dão o total 13, ou seja,  $8 + 4 + 1$ .

Por isso, na Figura 3, o 1, o 4 e o 8 estão assinalados em destaque (em negrito).

Finalmente adicionamos na coluna da direita somente aqueles que estão ao lado dos números em negrito:  $41 + 164 + 328 = 533$ .

Assim,  $41 \times 13 = 533$ , que é o mesmo resultado que obtemos usando o nosso modo tradicional de multiplicar.

	41
×	13
<hr/>	
	123
+	41
<hr/>	
	533

## Multiplicações no Egito Antigo\*

A vantagem do método egípcio é que usamos apenas a tabuada do 2.

A desvantagem é que a conta fica muito grande, não é mesmo?

E a propriedade distributiva? O que ela tem a ver com esse método?

Acompanhe abaixo:

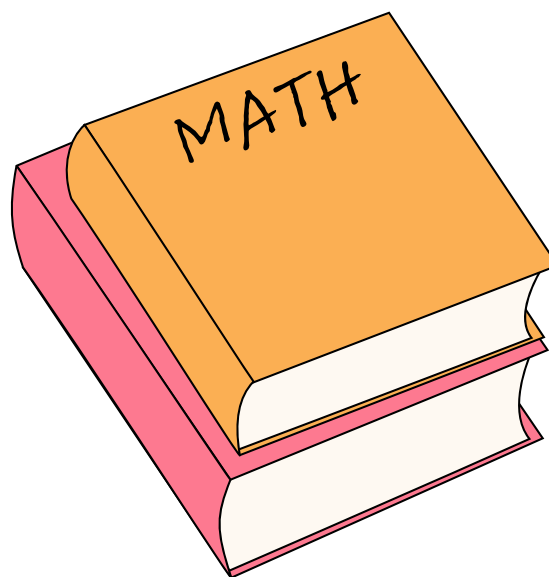
$$41 \times 13 = 41 \times (8 + 4 + 1) =$$

$$= (41 \times 8) + (41 \times 4) + (41 \times 1) =$$

$$= 328 + 164 + 41 = 533.$$



\*Texto adaptado e extraído de *Matemática: História, aplicações e jogos matemáticos*/Fausto Arnaud Sampaio. Campinas, SP: Papyrus: 2005.



## Enigma - O problema dos abacaxis\*

Dois camponeses, A e B, encarregaram um feirante de vender dois caixotes de abacaxis.

O camponês A entregou 30 abacaxis, que deviam ser vendidos à razão de 3 por €10; B entregou, também, 30 abacaxis para os quais estipulou preço um pouco mais caro, isto é, à razão de 2 por €10.

Era claro que, efetuada a venda, o camponês A devia receber €100 e o camponês B, €150. O total da venda seria, portanto, de €250.

Ao chegar, porém, à feira, o encarregado sentiu-se em dúvida.

— Se eu começar a venda pelos abacaxis mais caros, penso, perco a freguesia; se inicio o negócio pelos mais baratos, encontrarei, depois, dificuldade para vender os outros. O melhor que tenho a fazer é vender os dois caixotes ao mesmo tempo.

Chegado a essa conclusão, o atilado feirante reuniu os 60 abacaxis e começou a vendê-los aos grupos de 5 por €20.

O negócio era justificado por um raciocínio muito simples:

— Se eu devia vender 3 por €10 e depois 2, também, por €10, será mais simples vender, logo, 5 por €20, isto é, à razão de 4 euros cada um.

Vendidos os 60 abacaxis, o feirante apurou €240. Como pagar os dois camponeses se o primeiro devia receber €100 e o segundo €150?

Havia uma diferença de €10 que o homenzinho não sabia como explicar, pois, tinha feito o negócio com o máximo cuidado. E, intrigadíssimo com o caso, repetia dezenas de vezes o raciocínio feito sem descobrir a razão da diferença:

— Vender 3 por €10 e, depois, vender 2 por €10 é a mesma coisa que vender logo 5 por €20!

E o raio da diferença de dez euros a surgir na quantia total! E o feirante ameaçava a Matemática com pragas terríveis (como é possível que estejas a fazer agora ao ler este enigma).

Agora é a tua vez! Tenta resolver o problema e, se quiser, envia-nos a tua resolução. A resposta estará na próxima edição do jornal.

\*Texto adaptado e extraído de *Matemática divertida e curiosa* / Júlio César de Mello e Souza. Rio de Janeiro, Record: 2012.

### Solução do enigma “As noventa maçãs” da edição de janeiro.

A Maria iniciou a venda fixando o preço de 7 maçãs por 1€. Vendeu desse modo 49 maçãs, ficando com uma de resto, e apurou nessa primeira venda 77€. A Clara, obrigada a ceder as maçãs pelo mesmo preço, vendeu 28 por 4€, ficando com duas de resto. Por último, a Lúcia, que dispunha de 10 maçãs, vendeu sete por 1€ ficando com 3 de resto. A seguir, a Maria vendeu a maçã com que ficara por 3€. Já, Clara, segundo a condição imposta pelo pai, vendeu as duas maçãs que ainda possuía pelo novo preço, isto é, a 3€ cada uma, obtendo 6€, e a Lúcia vendeu as três maçãs de resto por 9€, isto é, também a 3€ cada uma. Terminado o negócio, como é fácil verificar, cada uma das moças apurou 10€.

## À descoberta da Matemática

Uma das perguntas mais discutidas na formação de professores de matemática é se esta ciência foi inventada ou descoberta. Inicialmente, esta pergunta, aparentemente simples, gera vários debates pois existe uma maior tendência em pensar que a matemática foi inventada pela humanidade quando, na verdade, sempre esteve lá – à espera de ser desvendada e organizada como conhecemos.

Se o contar parece-nos natural, outros tipos de cálculos, como o famoso Teorema de Pitágoras ou a expressão da Fórmula Resolvente desperta sempre algum incômodo em algumas pessoas devido ao facto de, ao saírem do âmbito escolar, nunca mais precisarem utilizar tais expressões na vida. E provavelmente, a maioria delas, realmente não mais as utilizará. Mas é verdade que tantas outras precisarão não só destes cálculos como de outros muito mais complexos e que causam um impacto enorme na evolução da sociedade.

Olhar cruamente para estes processos é encontrar um vazio de significado. No entanto, gosto de trazer aos meus alunos um pouco da história da matemática e contar o porquê destas expressões existirem no dia de hoje, como um cálculo de aulas do ensino básico, mas que, lá atrás, levaram décadas e séculos para tornarem-se conhecidas, respeitadas e, finalmente, utilizadas por toda a comunidade científica.

A álgebra, por exemplo, teve influências diretas do trabalho previamente desenvolvido por gregos e indianos, mas só se tornou formalizada e próxima ao que conhecemos hoje após a expansão realizada pelos árabes.

As equações surgem num contexto de resolução de problemas triviais, como a divisão de espaços físicos e bens, como animais e comida. A princípio, resolviam os problemas com linguagem natural, utilizando termos como “raiz”, “quadrado” e “número simples”.

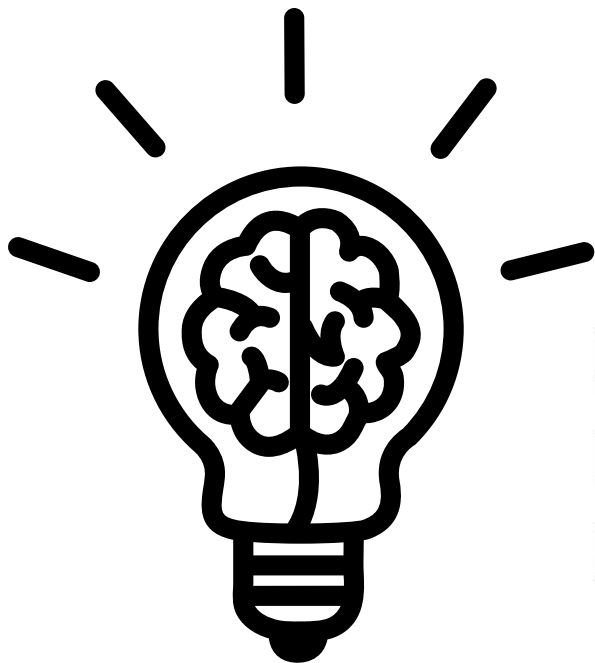
Se, por outro lado, pensarmos nas comunidades indígenas brasileiras e no seu sistema de construção de ocas (casas feitas com madeira, folhas de sapé ou palmeira), pode-se pensar onde estará a formalização matemática, isto é, como estes povos conseguiam realizar os cálculos e procedimentos necessários para erguer tais estruturas sem conhecerem o que era feito do outro lado do Atlântico?

Este tipo de questionamento pode ser respondido com o conceito de Etnomatemática criado com base no trabalho e estudo do matemático brasileiro Ubiratan D’Ambrósio (1932 – 2021). Assim, o conhecimento matemático de um indivíduo é dado também por meio de sua vivência e ambiente social no qual está inserido. Portanto, independentemente de ser um conteúdo formalizado com o rigor académico, a construção matemática está lá e é tão importante quanto àquelas inseridas em livros institucionais.

Assim, a matemática formal e informal é composta por vivências e saberes de povos que se encontram num ponto comum e hoje este encontro pode ser dar por diversas formas, presencialmente ou virtualmente, quando, por exemplo, vemos um vídeo mostrando um cálculo diferente realizado em um país distante de onde vivemos. Estamos, no fundo, sempre à descoberta de mais.

Jessica Brito  
(outras coisas além de professora de matemática)

# Palavras Cruzadas

A crossword puzzle grid consisting of empty squares. The grid is oriented vertically. There are 10 numbered starting points for words:

- 1: Top of a vertical column of 7 squares.
- 2: Start of a horizontal row of 7 squares.
- 3: Start of a horizontal row of 7 squares, overlapping with 2.
- 4: Start of a horizontal row of 10 squares.
- 5: Start of a horizontal row of 10 squares, overlapping with 4.
- 6: Start of a horizontal row of 7 squares.
- 7: Start of a horizontal row of 5 squares.
- 8: Start of a horizontal row of 5 squares, overlapping with 7.
- 9: Start of a horizontal row of 10 squares.
- 10: Start of a horizontal row of 8 squares.



### Horizontais

2. Ato de entrar e estabelecer-se num país estrangeiro.
4. Existência de várias opções ou pontos de vista diferentes.
5. Variedade de características que tornam algo ou alguém diferente.
6. Movimento de pessoas de um lugar para outro em busca de melhores condições de vida.
8. Ato de integrar e aceitar a participação de todos, sem discriminação.
9. Limite territorial entre dois países ou regiões.
10. Respeito e aceitação das diferenças individuais ou culturais.

### Verticais

1. Conjunto de conhecimentos, crenças, costumes e tradições de um grupo social.
3. Convivência e interação entre diferentes culturas em uma mesma sociedade.
7. Processo de integração económica, cultural e social em nível mundial.

## Descobre as diferenças



## Anedotas



O aluno de Ótica apaixonou-se por uma colega de IT.

Disse-lhe:

— “Entre nós há química!”

Ela respondeu:

— “Não sei... preciso de atualizar o sistema.”

Ele suspirou:

— “Então deixa-me ajustar o foco da relação!”

O estudante de IT foi viajar “para lá das fronteiras”.

Levou mala? Não.

Levou passaporte? Não.

Levou Wi-Fi portátil? Claro!

— “Sem internet não atravesso nem a fronteira da sala de aula!”

O professor perguntou:

— “O que nos une para lá das fronteiras?”

O aluno de Eletrónica respondeu:

— “Fácil! Um bom cabo... desde que não haja curto-circuito!”

O aluno de Serviços Jurídicos discutiu com o de Mecânica Automóvel.

O mecânico disse:

— “O meu motor é o mais potente!”

O jurista respondeu:

— “Objecção! Sem provas, isso não passa da primeira instância!”



O carro não pegava.

O aluno de Mecânica disse:

— “Calma, isto é só falta de união!”

O colega perguntou:

— “União?”

— “Sim! A bateria e o motor precisam de se entender melhor!”

O aluno de Mecatrónica construiu um robô para representar a diversidade.

O robô dizia:

— “Somos diferentes, mas funcionamos em conjunto.”

Depois bloqueou.

Mensagem no ecrã:

— “Erro 404: Fronteiras não encontradas.”

Perguntaram ao aluno de Mecânico de Aeronaves:

— “O que significa ir para lá das fronteiras?”

Ele respondeu:

— “É quando o avião levanta voo... e eu fico cá em baixo a verificar se apertei todos os parafusos!”

O aluno de Gestão organizou um lanche multicultural.

Resultado?

Fez um plano estratégico, um orçamento, três relatórios...

E esqueceu-se de comprar os sumos.

— “Gestão de riscos? Fica para a próxima edição!”

O aluno de Contabilidade apaixonou-se... mas primeiro fez as contas.

— “Antes de investir sentimentos, preciso de avaliar o ativo.”

Perguntaram-lhe:

— “E o coração?”

— “Está em equilíbrio. Débito de carinho, crédito de paciência.”

## Crónica de um dia (quase) normal na nossa escola

A ideia era simples: organizar um evento escolar que celebrasse a diversidade dos cursos. O problema? Juntar Ótica, IT, Eletrónica, Serviços Jurídicos, Gestão, Mecânica Automóvel, Mecatrónica, Mecânico de Aeronaves... e claro, Contabilidade... tudo na mesma sala.

Tudo começou na primeira reunião.

O aluno de Gestão abriu o PowerPoint com 73 slides.

— “Preparei um plano estratégico, cronograma, análise SWOT e projeção financeira até 2035.”

O de Contabilidade, calmamente, levantou os olhos da calculadora:

— “Já agora... alguém fez o orçamento realista ou estamos a trabalhar em modo sonho?”

Silêncio.

O de IT interrompeu:

— “Isso está na cloud? É que o Wi-Fi aqui atravessa fronteiras... mas só quando quer.”

Entretanto, o de Eletrónica já estava debaixo da mesa:

— “Se eu ligar isto aqui e isto ali... talvez a reunião tenha energia positiva.”

O de Serviços Jurídicos pigarreou:

— “Antes de começarmos, alguém redigiu a ata? E quem autorizou esta extensão elétrica?”

Do outro lado da sala, o de Mecânica Automóvel analisava a situação:

— “Isto não anda porque está mal afinado. Falta coordenação no motor da equipa!”

O de Mecatrónica sorriu confiante:

— “Calma. Eu programo um sistema automático que organiza tudo.”

Cinco minutos depois, o ecrã mostrava:

Erro: humanos imprevisíveis.

O de Ótica observava atentamente:

— “O problema é falta de foco. Estamos todos a olhar em direções diferentes.”

E o de Mecânico de Aeronaves, muito tranquilo, concluiu:

— “Vocês discutem. Eu garanto que, no final, isto levanta voo.”

O de Contabilidade, que até ali só tinha feito contas em silêncio, levantou-se novamente:

— “Boa notícia: se cada curso contribuir com o que sabe fazer melhor, o evento é viável.”

Pausa dramática.

— “Má notícia: se continuarmos a improvisar, entramos em défice antes do intervalo.”

No dia do evento, algo incrível aconteceu.

O palco tinha luz (graças à Eletrónica), o som funcionava (milagre de IT), os cartazes estavam alinhados ao milímetro (Ótica não perdoa), ninguém foi processado (obrigado, Serviços Jurídicos), o gerador não falhou (Mecânica Automóvel estava de prevenção), o robô da receção cumprimentava visitantes (Mecatrónica orgulhosa), a maquete do avião simbolizava que a escola vai sempre mais além (com supervisão rigorosa do Mecânico de Aeronaves), a organização fluía (Gestão respirava de alívio)...

E as contas?

Certinhas. Fechadas. Equilibradas.

No final, perceberam uma coisa:

Para lá das fronteiras de cada curso, das ferramentas, dos códigos, das leis, dos motores ou das folhas de Excel, há algo que nos une —

Quando cada área contribui com o que sabe fazer melhor, a escola inteira levanta voo.

E com saldo positivo.

## Que país combina com a tua personalidade?

Na nossa escola convivem pessoas de muitos países, línguas e culturas diferentes. Isso é uma das coisas mais interessantes e ricas do nosso dia-a-dia.

Mas já pensaste: **que país combina com a tua forma de ser?**

Responde às perguntas e descobre qual é o país que mais se aproxima da tua personalidade.

(Não penses demasiado. Isto não é um teste de Matemática! É só um teste existencial ligeiro.)

No final, conta quantas respostas escolheste de cada letra.

**1.** A tua tarde perfeita é...

A) Estar horas num café a conversar com amigos (e a pedir “só mais uma coisa”).

B) Ficar em casa a ver vídeos interessantes ou a aprender algo novo.

C) Ir a uma festa, dançar, ouvir música ou fazer alguma coisa animada.

D) Dar um passeio tranquilo e aproveitar o silêncio.

E) Explorar um sítio novo, mesmo que seja só um bairro onde nunca foste.

F) Ver tendências online, moda, música ou criar conteúdo.

**2.** Escolhe o teu snack favorito:

A) Pizza

B) Sushi

C) Pão de queijo

D) Um bolinho ou pastel doce

E) Comida de rua cheia de especiarias

F) Bubble tea

(Sim, sabemos que também escolhias um pastel de nata. Mas tenta entrar no espírito internacional.)

**3.** Os teus amigos dizem que tu és...

A) Muito sociável e expressivo.

B) Calmo, mas muito observador.

C) Energético e sempre pronto para diversão.

D) Tranquilo e equilibrado.

E) Curioso e aventureiro.

F) Estiloso e cheio de ideias.

**4.** Se pudesses viajar amanhã, escolhias...

A) Uma cidade cheia de vida, comida incrível e esplanadas.

B) Um sítio cheio de templos, museus e cultura.

C) Um lugar com praias, música e festa.

D) Um país com natureza, lagos e ar puro.

E) Um destino cheio de mercados, cores e história.

F) Uma cidade super moderna e tecnológica.

**5.** O teu plano de fim de semana ideal:

A) Jantar com amigos e conversar durante horas.

B) Ver um documentário ou aprender algo interessante.

C) Música alta, festa ou atividade divertida.

D) Passear ao ar livre e relaxar.

E) Descobrir um sítio novo na cidade.

F) Ver séries, moda ou coisas criativas online.

**6.** Escolhe uma música para ouvir agora:

A) Algo animado que dá vontade de cantar.

B) Música calma ou instrumental.

C) Algo com ritmo para dançar imediatamente.

D) Música relaxante para desligar da confusão.

E) Música tradicional ou de outro país.

F) O último hit viral que toda a gente está a ouvir.

## Que país combina com a tua personalidade?

7. Escolhe um emoji:

- A) 😊
- B) 😬
- C) 🚶
- D) 🌿
- E) 🌍
- F) ✨

8. Num grupo de amigos, tu és a pessoa que...

- A) Organiza jantares ou encontros.
- B) Dá bons conselhos quando alguém precisa.
- C) Puxa toda a gente para se divertir.
- D) Mantém a calma quando há drama.
- E) Sugere sempre coisas novas para experimentar.
- F) Descobre as tendências antes de toda a gente.

9. Escolhe um tipo de paisagem:

- A) Uma praça animada cheia de gente.
- B) Um templo ou jardim muito tranquilo.
- C) Uma praia com música e pessoas a dançar.
- D) Uma floresta ou lago silencioso.
- E) Um mercado cheio de cores e cheiros.
- F) Uma cidade moderna cheia de luzes.

### Resultados

#### Maioria A — Itália

És sociável, expressivo e apaixonado pela vida. Gostas de boa comida, boas conversas e momentos com amigos. Provavelmente falas com as mãos sem dar por isso.

#### Maioria B — Japão

És observador, curioso e gostas de aprender coisas novas. Tens um lado tranquilo e atento que os outros admiram. És aquela pessoa que sabe sempre factos interessantes... mesmo quando ninguém perguntou.

#### Maioria C — Brasil

Tens energia para dar e vender. Gostas de música, diversão e de estar rodeado de pessoas. Se houver dança ou festa, é muito provável que te encontrem lá.

#### Maioria D — Suécia

És calmo, equilibrado e aprecias momentos de tranquilidade. Gostas de natureza, paz e boas vibes. Provavelmente és a pessoa do grupo que diz: “vamos só relaxar um bocado”.

#### Maioria E — Marrocos

És curioso e aventureiro. Gostas de explorar culturas, sabores e sítios diferentes. Se houver um mercado cheio de cores e cheiros, estás lá em dois minutos.

#### Maioria F — Coreia do Sul

És criativo, moderno e gostas de seguir as tendências. Estás sempre a descobrir música, estilo ou ideias novas. Se fores a primeira pessoa da escola a descobrir algo viral... ninguém fica surpreendido.

#### 🌍 Bónus:

Mesmo que o resultado seja um país diferente do teu, lembra-te: as culturas misturam-se, tal como as pessoas. Agora compara o teu resultado com os teus amigos.

Talvez descubras que a tua turma é metade Brasil e metade Itália... com um Japão silencioso no fundo da sala.



## Ficha Técnica

**Capa:** Criada com inteligência artificial

**Editorial:** Prof.<sup>a</sup> Inês Brandão

**Direção:** Prof.<sup>a</sup> Inês Brandão

**Organização:** Prof.<sup>a</sup> Inês Brandão

**Redação:** Prof. Hugo Janota, Prof.<sup>a</sup> Eliza Bradatian, Prof.<sup>a</sup> Jessica Brito, David Caldarariu (TG25), Joana Silva (TG25), Irís Carvalho (TG25), Joana Pessoa (TG25), Anibal Santos (TG25), Daniil Yablonskyi (TG25), Ester Reis (TG25), Bianca Fonseca (TG25), One Gomes (TG25), Harmanpreet Kaur (TG25), turma de TIIGR24, turma de MAMV25/01, turmas de PLNM, Alexandra Coelho (Communication & Content Junior Manager), aos vários anónimos e à D.<sup>a</sup> Paula Teixeira.

**Fotos:** Prof. Guilherme Antunes e Afonso Cristóvão (TEAC24).

Um agradecimento a todos os que contribuíram para a edição número dez deste jornal; contamos convosco para a próxima edição!

Envia as tuas ideias para: [inetenews@inete.net](mailto:inetenews@inete.net)

