



Editorial

Palavras só para ti

*Estas palavras são só para ti, AMOR!
Sei que há um rio,
que nos separa,
Mas tenho em mim
o calor do sol,
a sede do sal
das ondas do mar,
umas vezes, serenas,
embaladas em luar de prata,
Outras vezes, são um corrupio de tempestade
furiosa pela tua ausência,
Tantas vezes, noite escura de deslumbramento
de um céu de constelações.
Estas palavras são só para ti, AMOR!*

*Repentinamente, uma estrela
voa, cai e anuncia
que este amor é de outra galáxia invisível,
sentido, por mim, em cada poro
e será por ti, também, AMOR?
Estas palavras são só para ti, AMOR.*

*Guardo num baú, nuvens férteis de lágrimas,
sementes que alimentam a terra
e fazem brotar flores amarelas,
que vão enfeitar o chão de poente,
esperança que se aninha
num lugar desconhecido, em mim,
miragem de um oásis
adormecido no horizonte?
Estas palavras são só para ti, AMOR.*

Professora de Línguas Faira Semá

Artigo Principal

São Valentim: Um Guia de Sobrevivência (e Sanidade) Escolar

Fevereiro chegou e, com ele, a habitual mutação genética da nossa escola. De repente, o ar fica saturado de hormonas e perfumes intensos, as redes sociais tornam-se um museu de clichés e o bom senso tira férias prolongadas. O Dia de São Valentim é vendido como um conto de fadas, mas quem circula nestes corredores sabe que a realidade está mais próxima de um documentário sobre vida selvagem. Entre declarações públicas e crises de choro na casa de banho, o amor tem um lado obscuro que merece uma análise e um bocadinho de gelo.

Cientificamente, a paixão é uma espécie de curto-circuito. De acordo com a Harvard Medical School, o cérebro apaixonado desliga as áreas ligadas ao julgamento crítico. Isso explica por que é que um aluno brilhante a Matemática, de repente, perde a capacidade de somar 2+2 mas consegue decorar o histórico de likes do crush desde 2022. Para os professores, este é o “lado negro” oficial: o amor é o maior inimigo da concentração. É difícil explicar a Revolução Francesa quando metade da turma está a tentar decifrar se um “visto” no WhatsApp é uma declaração de guerra ou um convite para o baile.

Entramos então no terreno pantanoso das “provas de amor” modernas. Hoje em dia, parece que o romance se mede em gigabytes: se não partilhas a password do Instagram ou a localização em tempo real, “não me amas”. Caros colegas, isso não é amor, é um regime de alta segurança. E caros professores, desculpem-nos se estamos distraídos, mas o marketing convenceu-nos de que a nossa felicidade depende de um urso de peluche gigante feito na China. O lado “mau” do amor na escola é esta pressão constante para sermos um casal de comercial de televisão, ignorando que o ciúme possessivo e a dependência emocional são apenas “red flags” com um laço bonito.

No fim do dia, o São Valentim é um teste de resistência para todos. Para os alunos, é o desafio de não perder a dignidade por um “Olá” no corredor. Para os professores, é a paciência de lidar com corações partidos que parecem o fim do mundo (pelo menos até ao intervalo seguinte). O amor pode ser incrível, mas o seu lado sombrio, a obsessão, a falta de privacidade e a ansiedade social é o que realmente nos põe à prova. Sobrevivam a este dia com uma dose de humor e lembrem-se: o único amor que nunca te vai tirar pontos na pauta ou pedir a tua password é o amor-próprio. E esse não precisa de filtros.

Sarah Marum 12ºA3

Banda Desenhada de Emma Marques

Amor à primeira vista



Cultura e entretenimento

O Amor no cinema e na música



CINEMA

Retrato de uma Jovem em Chamas (2019)

Dirigido por Céline Sciamma, é um drama romântico francês. Em uma ilha solitária da Bretanha no século XVIII, Mariannne pinta o retrato de casamento de outra jovem mulher relutante em se casar, e as duas criam intimidade.

How to lose a guy in 10 days (2003)

Pride and Prejudice (2005)

10 things i hate about you (1999)

MÚSICA

Sofia (2019)

“Sofia” de Clairo é uma música pop rock do seu álbum Immunity que explora temas como o amor queer, a sexualidade e a excitação de sentir atração por alguém do mesmo género pela primeira vez.

OUTROS SONS QUE BANZELAM MNG

“Falling in Love” de CAS, “Head over heels” de Tears for fears e “Friday i’m in love” de The Cure



Curiosidades

Sabias que...

É uma das datas mais importantes para floristas, joalherias e restaurantes em todo o mundo.

O dia está associado a São Valentim, um sacerdote romano do século III que, segundo a lenda, realizava casamentos em segredo quando o imperador os proibiu.

Enquanto em muitos países é celebrado a 14 de fevereiro, no Brasil o Dia dos Namorados é a 12 de junho, véspera de Santo António, conhecido como santo casamenteiro.

O famoso Cupido tem origem na mitologia romana, inspirado em Eros, o deus grego do amor.

Um cheiro específico pode fazer-te “apaixonar-te outra vez” em segundos, porque o olfato está ligado diretamente à memória emocional.

As pupilas dilatam quando vemos alguém por quem sentimos atração – e o cérebro do outro percebe isso inconscientemente.

A voz de alguém que amamos ativa zonas do cérebro ligadas ao prazer. Por isso, às vezes, ouvir “olá” já dá borboletas.

Tendemos a achar a voz da pessoa amada mais bonita do que ela realmente é – o amor literalmente “afina” o som.

Um toque suave pode reduzir o stress e a dor física. Segurar a mão de quem amamos diminui a atividade em áreas do cérebro associadas ao medo.

Quando estamos apaixonados, o cérebro reage de forma muito semelhante a quando estamos sob efeito de certas drogas.

O amor na adolescência

Voz dos alunos

Já tiveste um amor não correspondido?



Já cometeste uma loucura por amor?



Estás apaixonado?



Quantas vezes já te apaixonaste?



Em quantos relacionamentos?



Artigo Secundário

Ajudar é amar Mabuko a hina

Em regime de voluntariado, um grupo de alunas da turma de economia, do 10º C, está a colaborar com o projeto Mabuko Ya Hina (Os Nossos Livros) na organização e catalogação de livros para as Maletas de Leitura e Bibliotecas das escolas que integram o projeto. Posteriormente, o objetivo será dinamizarem atividades com os alunos de escolas moçambicana começando pela Escola Básica Polana Caniço B, depois das aulas começarem.

As turmas A, B e C do 8º ano, de Francês, juntaram-se ao projeto doando os fundos angariados com a venda de crepes, contribuindo assim para a compra de livros para a biblioteca da escola Básica Polana Caniço B.



Espaço das Artes

Sensibilização do tema



Dara Carimo



Ana Marques



Sofia Judite

12ºA3 na disciplina de Desenho A,