



# SER CAPAZ

Newsletter



## S. Martinho !

Comemorámos, como habitual, o S. Martinho. Fazendo justiça à tradição assámos castanhas e sentimos o calor num cone de jornal. O **S. Martinho é uma tradição** já bem conhecida de todos. Conta a lenda que Martinho seguia no seu cavalo, num dia de chuva, quando encontrou um mendigo. Sem hesitação Martinho ofereceu a sua capa ao mendigo para que se protegesse da chuva e do frio. De repente o sol apareceu e o dia ficou claro como um dia de verão. Esta lenda ajuda-nos a reforçar que **as nossas atitudes podem transformar a vida de outras pessoas**. Basta que **estejamos atentos ao que se passa à nossa volta!**



## Construir a casa ao contrário? (parte I)

Aprender é também sinónimo de estudar. **Estudar** é, na maioria das vezes, uma tarefa aborrecida, mas é altura de perceber que **é muito mais do que apenas decorar**. O estudo começa no momento em que entramos na sala e **escutamos** o professor, passa pela **curiosidade** sobre os mais variados temas, pela iniciativa de **questionar** e de pensar sobre vários assuntos. Só depois chegamos às tarefas complementares de fazer apontamentos, sublinhar textos, desenhar esquemas de ideias, ler ou resolver problemas e exercícios. **Estudar sem colocar questões e sem refletir sobre cada assunto é um processo difícil** e de grande complexidade que tende a gerar alguns problemas. Já tentaram construir uma casa começando pelo telhado? Pode não correr bem! (...)

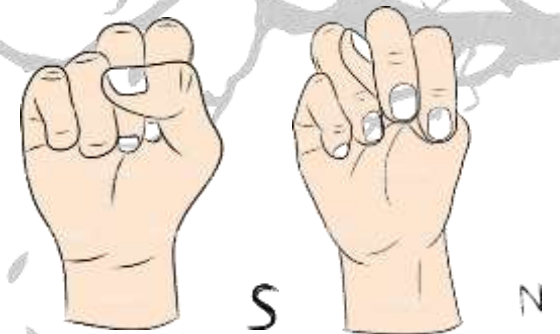
## Dia Nacional da Língua Gestual

Sabias que a expressão “surdo-mudo” é errada? Um surdo pode não ter problemas vocais e desde que estimulado pode conseguir verbalizar várias palavras. A língua gestual é uma forma muito importante de integrar e incluir pessoas com dificuldades em ouvir. É, por isso, muito **importante que saibamos comunicar desta forma** para podermos, caso seja necessário, ajudar outras pessoas.



### A importância da comunicação e da partilha

O Ser Capaz não é uma sala de aula mas **tem alguns princípios que devem ser respeitados**. O espírito de grupo é fundamental assim como o respeito e a entreaajuda. Na prática **todos devemos ter o cuidado de nos colocarmos no lugar do outro** e de, antes de falar, pensar **como serão recebidas as nossas palavras**. Respeitar o outro é um dever a praticar todos os dias – no Ser Capaz **TAMBÉM!**



# BOAS FESTAS

