

A Voz do Projecto

Morada: Ao Lado da Associação dos Amigos da Ilha,
Rua do Banco - Bairro Museu
Contacto: 820306919

Este mês no Spotlight >> Felício A. Jorge

A minha insaciedade na área do conhecimento científico e de tentar perceber melhor o mundo em que estou inserido fez com que procurasse um local adequado com o fim de poder saciar.

É desta forma que mergulhei nas ondas do **Projecto Oceano**, depois de ter lido na vitrina da escola, informação das actividades ministradas por este projecto.



Primeiramente inscrevi-me nas aulas de informática nível 2 "Logo", e passado algum tempo comecei a participar noutras actividades tais como: ensino de línguas estrangeiras, inglês e espanhol. mais recentemente enquadrei-me no clube de estudos de aulas de ciências, monitorizadas por uma especialista nessa área. De lá para cá, tenho passado boa parte do meu tempo no projecto não só a estudar, mas também a trocar experiências com pessoas novas, facilitando assim o meu processo evolutivo de aprendizagem. Tem sido dito "Nunca é tarde

para aprender". Com este provérbio convido a você que ainda não conhece o projecto para que siga o meu exemplo , pois tem muita coisa que lhe pode servir hoje, amanhã e para sempre!

Novos cursos, aulas e actividades no Projecto Oceano!

Ao longo dos próximos meses vão arrancar muitas aulas e actividades no Projecto » vê aqui em baixo e vem falar com a Jessica no Projecto para mais informações!

Informática	Clube de Estudo
Inglês	Ler e Aprender
Aprender a Ler e Escrever	Filmes
Actualidades	Arte
Inovação	Torneios de Vólei
Debates Sociais	Música
Programação	Aptidões Académicas
Web Design	Jornalismo

VOZ JOVEM

Vol 14
Janeiro
2013

Novo Ano, Novos Sonhos	p1	Alcool e Matapa	p2/3	Voz do Projecto	p4
---------------------------	----	--------------------	------	--------------------	----

« Novos Sonhos »

Levelinha Adelino

O ano 2012 foi um ano marcado por todos os estudantes como sendo os finalistas deste ano que já se foi

o espírito inovador criativo e aplicando noções de empreendedorismo.

É preciso, sim, estudar e aprender para depois saber apresentar e ensinar aos outros!



Cada aluno pensa nos sonhos e nos planos que foram traçados, como ingressar nas universidades, outros pensando em montar o seu auto-emprego. Por um e outro lado é lamentável que apesar de muitos terem vontade, não podem sustentar os seus estudos por motivos financeiros, e optam por desistir das faculdades. A **Voz Jovem** conversou com alguns alunos que se encontram nessas condições e que julgam que o 2013 será um ano sem estudos, mas a batalha ainda vai continuar: tentando encaixar-se nos mercados de emprego e pondo em prática

Conselho Amigo

De manhã quando você acorda
Tens simplesmente duas opções ...!
Voltar a dormir e sonhar.....
Ou acordar e correr atrás dos sonhos....

A escolha é sua.....

O álcool, o tabaco e as drogas expandem-se pela Ilha

Geralmente é na adolescência que as pessoas começam a beber e fumar depois de serem incentivadas pelos amigos e parentes. As pessoas ficam rapidamente viciadas no álcool, tabaco e drogas.

O vício é uma dependência física, psicológica e emocional.

Continuação na pág 2

Continuação da pág 1

É visto e é de notar que nos últimos tempos há um aumento no índice de jovens e adolescentes alcoólatras dentro e fora do nosso distrito.

O alcoolismo é uma doença crónica progressiva provocada pela ingestão exagerada do álcool. O álcool produz no organismo um efeito tóxico directo e um efeito sedativo. Este pode vir a causar danos sobre os principais sistemas do organismo. O álcool provoca certas infecções, entre elas: a pancreatite crónica, hepática bem como lesões irreversíveis no sistema nervoso central, e probabilidade de ocorrência de desmaios, alucinações muito graves, etc. Mesmo com tratamento adequado, o consumo de álcool pode ser mortal.

Mesmo com as consequências sabidas pela maioria das pessoas, os jovens são facilmente influenciados. No início os jovens dizem “é só uma brincadeira, quando eu quiser paro de fumar, beber e me drogar”, o que não é verdade porque a nicotina, substância presente no tabaco, provoca rapidamente uma dependência física e a

pessoa fica escrava do tabaco.

Pois a maioria engana-se dizendo "bebo porque tenho vontade ou para diminuir stress e afinal quem não bebe é matreco".

É de salientar que os vendedores deste produto podem estragar o futuro destes jovens e sujar a memória dos menores pois a maior parte dos consumidores compreende idades os entre 14 aos 27. A quantidade de jovens está cada dia aumentando, fruto das influências negativas, da ignorância e da globalização. A continuar, a Ilha será como um largo de jovens alcoólatras e marginais, porque haverão sempre roubos, palavras obscenas, enfim, jovens com uma fraca capacidade para enfrentar os desafios do amanhã.

Dentro do nosso distrito têm actividades educativas. Porque não pensar que grandes conquistas partem de pequenas, porque não pensar que somos capazes de mudar, e agir positivamente!!



Não podemos ficar mudos, cegos a espera que o tempo nos salve, é preciso mudar de atitude e mostrar a si mesmo que és capaz de mudar e fazer a diferença.

"Nunca é tarde para mudar.....!!!"

Diz sempre aos que te oferecem álcool, cigarro ou tabaco:

Não gosto do cheiro

Não gosto do sabor

Não quero ter vícios

Não! não quero obrigado

Vivo tão bem sem isso

Para todos o mais importante e o que está em primeiro lugar é a nossa saúde, então o que adianta divetirmo-nos contra a nossa saúde? Será que matreco é aquele que não precisa de beber para se sentir corajoso ou por outras, é aquele que precisa de beber para se sentir corajoso? Não podemos deixar que a ignorância, a globalização e a agitação estraguem os nossos sonhos, dizendo sempre não aos maus vícios...

Pratos Típicos da Nossa Terra

Typical dishes from our country ... Here is a recipe for the traditional *Matapa*, which we wrote in our Projecto Oceano English class!

Matapa

Ingredients:

Cassava leaves

2 coconuts

Peanuts – 0.5kg (half kilo)

4 onions

4 tomatoes

1 paw paw

Salt to taste

Method:

Wash all the vegetables.

Crush the cassava leaves and the peanuts separately.

Finely grate the coconuts and the paw paw separately.

Chop the onions and the tomatoes.

Put the cassava leaves in a pan with a little water and put to boil. Add water little by



little until cooked.

Meanwhile, squeeze the grated coconut with water to produce milk. Put the milk to one side and repeat the process.

Add the peanuts and the second batch of milk to the pan and bring to the boil, stirring occasionally.

Once the peanuts are cooked, add the tomatoes, onions, paw paw, salt and the first batch of coconut milk.

Leave to boil for 20 minutes, and serve with rice or chima.