

# (Proposta) Plano Cultural de Escola (PCE) • ESQM • 2025/2026



*E em vez do medo?*

*“Afinal o que importa é não ter medo” Mário Cesariny*

*“O homem corajoso não é aquele que não sente medo, mas o que conquista esse medo”*

*Nelson Mandela, Long Walk to Freedom, 1995*

## Identidade de Escola

A colaboração com o PNA surge da necessidade de consolidar um projeto escolar (CLAM- do latim Clam, secreto, fora de, oposto, clandestino; do gaélico Clam, nascimento de, tribo), existente há seis anos na escola, que tem como impulso intervir no espaço/ambiente escolar, fazendo da escola um lugar de mudança e de enraizamento ecológico e cultural. O Clam é uma sementeira entre três professores e três amigos, Ana Gonçalves, Salomé Osório e Pedro Morais, que na ligação tecem um impulso.

A arte, segundo a Unesco, é uma linguagem universal de transformação social. Tal como a filosofia, permite um espaço de desaceleração, de desvio da cristalização daquilo que nos era confortável, ainda que acolhêssemos sem questionar. O PNA reforça e abre processos criativos do exterior que entram pelo espaço escolar, enraíza a/s aprendizagem/ns num espaço de vivências, de afetos, de diálogo, de fruição. Essa sementeira impulsiona, num espaço livre, a criação de **“coisas que se fazem”, religando-nos uns aos outros e ao ambiente.**

Propõe-se que o plano seja multidisciplinar, tendo como aglutinador o projeto Clam e a ideia da naturalidade, quer interior, introspetiva, quer a das raízes com a terra/paisagem. A partir deste impulso, propomos um desvio/caminho, muitos desvios em sons, imagens, nuvens, janelas, palavras, sensações, emoções, não esquecendo as plantas. Estes percursos propõem que a inspiração para o fazer deste ano seja a partir da proposta-questão do PNA, “E em vez do medo?”, propondo um Coletivo de Empatia como resposta.

“A ESQM situa-se em Oeiras, na Quinta do Marquês, uma zona urbana, essencialmente residencial, caracterizada pela existência de equipamentos públicos, e de comércio e serviços com qualidade e com boas condições de mobilidade, incluindo mais de um tipo de transportes. Os terrenos da escola estão situados na Freguesia de Oeiras e S. Julião da Barra, numa zona limite do concelho de Oeiras, na fronteira com o concelho de Cascais, e junto de uma dezena de instituições que se dedicam à investigação científica e tecnológica nas áreas de biologia, química, agricultura, agroindústria, ambiente e administração” (PEE)

Neste sentido, a escola insere-se num ambiente sociocultural e económico favorecido. No entanto, a realidade está em mudança, havendo zonas mais interiores, com população mais carenciada. Não veicula isto que haja uma consciência e hábitos culturais, havendo até alguma falta de identidade ou discrepâncias e quase ausente iniciativa socioambiental.

#### Objetivos:

- Espalhar o desejo de momentos de cultura
- Semear tempos e lugares de criação transdisciplinar
- Fruir e contaminar a comunidade com momentos de aprendizagem
- Construir registos de expressão e sentido

---

#### Necessidades / Desafios

---

“Disponibilidade institucional para perspetivar mudanças, a nível da flexibilização pedagógica do currículo e das medidas de inclusão, com vista à melhoria da qualidade do ensino e da aprendizagem” (oportunidades, PEE)

“Insuficiente trabalho colaborativo/cooperativo entre docentes, a nível da articulação curricular, com necessidade de maior aprofundamento” (pontos fracos, PEE)

“Medo da mudança e do desconhecido, que leva muitas vezes a não arriscar, e existência de rotinas organizacionais e individuais mais defensivas” (ameaças, PEE)

No relatório apresentado no âmbito da Avaliação Externa das Escolas 2024-2025 realizada pelo IGEC (página 8) considera-se o “Projeto CLAM, (como) integração de iniciativas com uma visão holística, traduz uma aposta em (re)significar o uso de materiais e integrar linguagens artísticas, reunindo princípios e conceitos de artes plásticas, música, poesia e cinema.  
<https://www.youtube.com/watch?v=J-Y3lk671nc>

#### Oferta educativa e gestão curricular

O Perfil dos Alunos constitui a matriz que sustenta a oferta educativa e formativa que abarca um leque diversificado de atividades, tanto curriculares como de enriquecimento formativo, que incluem as dimensões cultural, artística, desportiva e científica. Assinalam-se, entre outros, o **Projeto CLAM– Arte e Cultura**, o Clube Ciência Viva na Escola, as 12 Semanas, 12 Alimentos, as oito modalidades de Desporto Escolar e projetos internacionais, tais como o GreenComp4Adapt, no âmbito do Programa Erasmus+. Estas iniciativas estão devidamente enquadradas no plano anual de atividades, contribuindo para o desenvolvimento das competências dos alunos e respondendo de forma adequada às necessidades das famílias. A oferta educativa vai ao encontro das expectativas da comunidade, proporcionando aos alunos do ensino básico disciplinas da componente de formação artística como Oficina de Projeto e Oficina de Pensadores.”

---

---

### Coordenação

---

Ana Gonçalves, grupo 410, QE, 912 152 435, [anacristina.goncalves@esqm.pt](mailto:anacristina.goncalves@esqm.pt)

José Pedro Morais, grupo 600, QE, 933 087 632, [jose.morais@esqm.pt](mailto:jose.morais@esqm.pt)

Maria Salomé Osório, grupo 330, QZP, 964 670 601, [maria.osorio@esqm.pt](mailto:maria.osorio@esqm.pt)

---

### Comissão Consultiva • Entidades Envolvidas • Comunidade escolar envolvida

---

Ana Gonçalves, José Pedro Morais, Maria Salomé Osório, Bruno Costa, Maria João Saraiva (psicóloga escolar), Maria João Bravo, Isabel Pinto, Ana Loreto, Filomena Santos, Sandra Nogueira, Luís António (Departamento de Política e Desenvolvimento Educativo CMO), representantes da comunidade escolar (Encarregado de educação), Maria Leão, Anne Desmet, Lia Balegas (alunas) e assistente operacional/administrativo), CASA das Artes/ Atelier Carlos Botelho e Canon Portugal. Parcerias com clubes da escola (Eco-escolas, Escola associada Unesco, Ciência Viva, Clube do Património, entre outros) assim como Departamentos e Diretores de turma.

MEDIDAS DE AÇÃO		Calendarização
<p><b>ATIVIDADES</b></p> <p><u>Reflexão prévia:</u></p> <p><b>Propõe-se que “ e em vez do medo? ” se trabalhe em comunidade a partir de um “Coletivo da Empatia”.</b></p>	<p>Propostas PNA no âmbito do tema “ e em vez do medo?”</p> <p>Propostas Oeiraseduca: Propostas do PNA ao longo do ano</p> <p>Coletivo da empatia - alunos, professores, comunidade escolar em volta de uma mesa e de um impulso colaborativo para criar e intervir- música, poesia, arte. Viver com o medo/do medo/ contra o medo.</p> <p>Espaços, momentos e manifestos ecológicos (a arte e a sua respiração natural; sementeira)</p> <p>Fruição dos espaços de laboratório de fotografia e oficina.</p> <p>Saídas de campo com atividades de envolvimento e criação ao ar livre</p> <p>Ver e agir - ponte com Amnistia Internacional - fronteiras éticas</p> <p>Sessões com ativistas</p> <p>Desvio até ao espaço Amnistia em Santo Amaro de Oeiras</p> <p>Manifesta-te - estendal de T-shirts</p> <p>Conta-me histórias</p> <p>Formação de alunos pela Canon - Canon Young People Programme - formação audiovisual com objetivo de sensibilizar para ODS para uma envolvimento como changemakers do futuro.</p>	<p>Todo o ano</p>

1º Semestre

O que é o medo? (Psicologia B)  
Música - improvisos e gravações poéticas  
Bibliotecas humanas  
Dar a voz/cara por quem não pode: Amnistia Internacional (Escolas Amiga dos Direitos Humanos): cartas e instalações  
Oficinas com escritores  
Cardápio poético - máquina de escrever  
Zero em comportamento - cinema na escola e fora dela (com Oeiraseduca)  
Cidadania - convite dos ex formandos Canon a turmas/Dts para trabalharem fotografia e ODS nas direções de turma

2º Semestre

Caixas Poéticas – escrita criativa  
Mapas de empatia  
Escrevo-te porque me importo  
Clube do livro silencioso  
Ser solidário- animais de todas as patas (gatos de Oeiras/Jardim e outras instituições)  
Propostas de pais na escola  
A manta - tecido bordado e ligado ao longo do ano sobre o medo  
Cinema que dá voz- ecologia, direitos humanos (zero em comportamento)  
Agnes Varda- Agnes- olhares lugares  
Documentários - eternal song  
Museu da resistência- visita e entrada do museu pela escola

## RESULTADOS • INDICADORES • EVIDÊNCIAS



As atividades terão impacto e participação aberta à comunidade escolar, ainda que inicialmente impulsionadas por anos e turmas específicas

Relatório de evidências com colaboração da Comissão Consultiva

Apresentação das atividades na escola

Trabalhos e intervenções várias

*setembro 2025      Ana Gonçalves, José Pedro Morais e Salomé Osório*