

# Das 9h às 5h

Edição mensal : Maio 2021

## A Lenda de Hércules



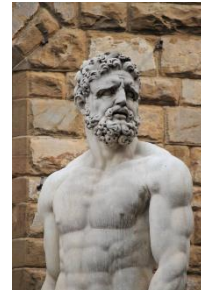
Hércules é filho de Zeus e meio irmão de Perseu. Foi treinado por Quíron e foi casado com Mégara, mas ficou enlouquecido por Hera e, por isso, teve realizar 12 trabalhos.

Com por exemplo:

1º) Matou o Leão da Nemeia com as próprias mãos.

2º) Matou a Hidra de Lerna (monstro com várias cabeças).

12º Desceu ao Reino de Hades e de lá trouxe vivo Cérbero – o cão de três cabeças, guardião do submundo.



Formandos do curso de AFAC

## Técnica da Lastra

Aprendemos a técnica da Lastra no curso de Cerâmica. Esta técnica usa como ferramentas um rolo e duas régua. O barro é colocado no meio das duas régua e o rolo passa por cima do barro e das régua. No fim, o barro fica com a altura da régua.

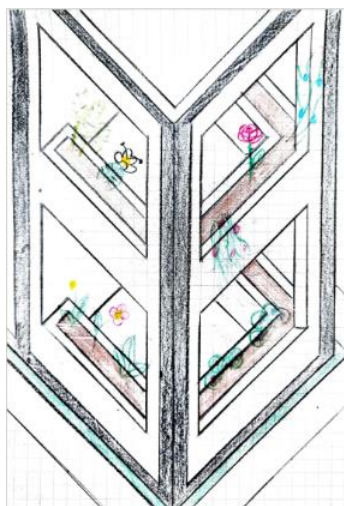
As pontas são cortadas com uma faca para depois fazer as peças.

No curso fizemos amostras, azulejos e caixas.



Formandos do curso de Cerâmica

## Jardins de Varandas



Para fazer um jardim na varanda, plantas devem estar em vasos que podem estar na parede ou no chão. Quando queremos jardins verticais, os vasos são presos na parede. Temos de ver o peso e a resistência da parede.

Para escolher as plantas precisamos de analisar o espaço, luz e água que precisam. Já existe sistema de rega automática eficiente que permite poupar água e tempo.

Podemos ter muitos tipos de plantas como flores ou pequenas árvores. Também podemos plantar legumes e ervas aromáticas.

Formandos do curso de Jardinagem

## História do dia do trabalhador

No dia 1 de Maio de 1886, em Chicago, milhares de trabalhadores manifestaram-se para reduzir as horas de trabalho de 17 horas diárias para 8 horas diárias.

O dia internacional do trabalhador foi estabelecido num congresso de 1889 em Paris.

Este dia celebra os nossos direitos como trabalhadores e pretende sensibilizar para a falta deles noutros países.

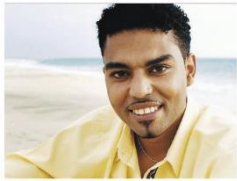
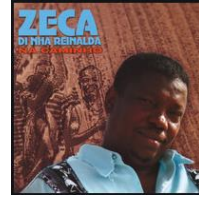
Em Portugal só depois do 25 de Abril é que começou a ser feriado no dia 1 de Maio. Antes disso não podiam existir manifestações nas ruas.



Formandos do curso de Pastelaria

## Sugestão musical 🎵

Mundu ka bu kaba – Zeca Reinalda



Maria Julia – Gil Smedo

Formandos do curso de AFAC

## Sopa de letras – Edição especial trabalho

R	C	R	T	O	P	Q	Z	P	O	N	T	U	A	L	I	D	A	D	E	E	L	T	V
Y	U	T	Q	I	G	O	V	C	A	I	L	P	Q	U	P	T	P	Ç	U	T	I	G	C
Ç	R	E	F	A	F	I	H	A	S	A	I	G	Ç	H	S	A	I	Q	A	U	O	L	S
P	R	I	X	T	A	W	E	E	D	E	F	H	P	O	U	T	E	X	J	O	K	A	X
Y	Í	O	Ç	R	I	C	A	T	V	F	T	Q	P	X	I	P	Z	D	K	A	P	R	P
V	C	L	A	S	S	I	F	I	C	A	D	O	S	H	L	O	O	J	L	M	D	E	A
C	U	H	P	Q	Y	T	U	O	T	T	R	A	A	F	D	Q	P	F	É	R	I	A	S
A	L	F	F	O	I	P	U	P	Y	P	Q	P	M	E	X	A	U	G	D	P	N	F	E
E	O	R	D	E	N	A	D	O	D	O	U	U	F	L	G	F	J	L	F	O	H	M	J
G	T	R	I	I	A	G	D	C	G	R	T	R	J	O	S	H	R	G	B	I	E	X	G
T	Q	P	H	E	R	P	C	T	H	E	O	A	E	P	L	R	T	Q	V	A	I	B	C
O	P	E	S	O	T	M	B	U	J	A	E	W	V	T	L	G	F	R	X	G	R	V	X
P	L	U	Q	P	O	N	M	E	N	T	R	E	V	I	S	T	A	X	A	L	O	F	M
Q	H	Ç	Ç	L	I	A	L	I	K	X	A	U	G	R	G	J	G	I	K	U	L	Ç	J
G	D	Z	E	A	E	O	P	P	O	B	V	R	L	Z	M	Z	V	P	G	T	Ç	A	P
R	E	S	P	O	N	S	A	B	I	L	I	D	A	D	E	X	C	O	S	D	N	I	O

Currículo	Folga	
Entrevista	Férias	
Classificados	Responsabilidade	
Proposta	Pontualidade	
Ordenado	Dinheiro	

Formandos do curso de Empregados de Andares

**Referências dos textos:**

[Http://blog.friasneto.com.br/jardim-vertical-na-varanda/](http://blog.friasneto.com.br/jardim-vertical-na-varanda/)

<http://pt.noocity.com>

<https://expressoemprego.pt/carreiras/historia-do-dia-do-trabalhador/4497>

[https://pt.wikipedia.org/wiki/Dia\\_do\\_Trabalhador](https://pt.wikipedia.org/wiki/Dia_do_Trabalhador)

**Ficha técnica**

Imagens retiradas da internet.

**Jornalistas:**

Márcio Dias, Amilton Carvalho, Henrique Matias, Reinaldo Semedo (Formandos do curso de AFAC)

Tomás Boaventura, Sara Vieira, Iara Pereira da Silva, Adilson Varela, Gelson Fernandes, José Ricardo Correia (Formandos do curso de Cerâmica)

Rodrigo Pinto, Hugo Teixeira, Myro, José Jacinto, Miguel Antunes (Formandos Jardinagem)

Ivan lopes, Micael Ramos, Daniel Guedes, Fábio Esperança (Formandos do curso Pastelaria)

Cláudia Pina, Inês Sabroso, Bruno Reis, José Mário, Carlos Dias, Ana Paula (Formandos do curso de Empregados de Andares)



**Soluções:**

	C						P	O	N	T	U	A	L	I	D	A	D	E				
	U														T							
	R														S							
	R														O							
	Í													P								
	C	L	A	S	S	I	F	I	C	A	D	O	S							D		
	U									R							F	É	R	I	A	S
	L									P										N		
	O	R	D	E	N	A	D	O						F						H		
															O						E	
															L						J	
																	G				R	
									E	N	T	R	E	V	I	S	T	A				
	R	E	S	P	O	N	S	A	B	I	L	I	D	A	D	E						

**Cofinanciado por:**



INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL