

EFC

O ALECRIM



O vício da maquiagem

Fotografia- Programas gratuitos para dares os primeiros passos

2024 traz festivais de verão imperdíveis

EDITORIAL

O Alecrim é um jornal escolar, em formato digital, que aborda diversas temáticas relacionadas com a sociedade em que vivemos. Constituído por um grupo de grandes escritores pretende informar os cidadãos de assuntos da atualidade do Externato e do Mundo que nos rodeia.

Os artigos redigidos ao longo das várias edições centrar-se-ão em áreas como Ciências e Tecnologias e Cultura. Este ano trazemos uma nova seção intitulada “Problemas da atualidade”, na qual os alunos, sob o formato de entrevista, irão redigir sobre questões que têm vindo a afetar muitos adolescentes nos dias que correm.

Nesta quinta edição do ano letivo 2023/2024 procurámos incluir assuntos do interesse de várias faixas etárias, uma vez que da comunidade escolar fazem parte alunos, professores e funcionários de distintas idades. Para além disto, *O Alecrim* é também direcionado aos vários encarregados de educação dos alunos, assim como a todos os seus irmãos, mães, pais, avós, avôs e qualquer outro elemento da família.

De modo a tornar esta viagem jornalística mais divertida e com a época dos festivais de verão a chegar, iremos dar a conhecer aos leitores essenciais, que poderão ser do seu interesse, para estes eventos. Poderão também aventurar-se na cozinha e pôr à prova os dotes culinários, ao experimentar algumas receitas que trazemos.

Alunos do Externato Flor do Campo

ATUALIDADE

O vício da maquiagem 04

CIÊNCIAS E TECNOLOGIAS

Fotografia- Programas gratuitos para
dares os primeiros passos 05

CULTURA

2024 traz festivais de verão imperdíveis 06

PROBLEMAS DA ATUALIDADE

Amizades e as más influências 07

DICAS

O que levar para um festival de verão? 08

RECEITAS

Receitas refrescantes para o verão 09

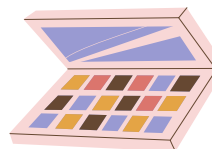


O vício da maquiagem

Pelo mundo, há milhares de crianças e pré-adolescentes a visitar os centros comerciais à procura de skincare e maquiagem inadequada à sua jovem idade. As lojas de cosméticos como a Sephora são os locais com mais procura para comprarem artigos que acreditam precisarem. Segue-se depois a realização de vídeos para redes sociais como o TikTok e o Instagram a maquiarem-se. Este fenómeno, que surgiu nos Estados Unidos, pareceu iniciar-se após verem vídeos de distintas influencers com imensos seguidores.

Os pais acompanham o ritmo dos tempos e não deixam de inculcar limites. Mas o grande problema está no facto de a maioria dos progenitores lidar com esta situação sem conhecer realmente os efeitos que alguns dos produtos têm para a pele, resultando em graves problemas dermatológicos. Por exemplo, por vezes usam produtos, indicados apenas para peles mais maduras, que têm ácidos e princípios ativos, que são muito agressivos para a pele de uma criança ou mesmo de uma pré-adolescente.

O uso de maquiagem acaba por tornar-se, então, num vício, fazendo com que fiquem dependentes da mesma.

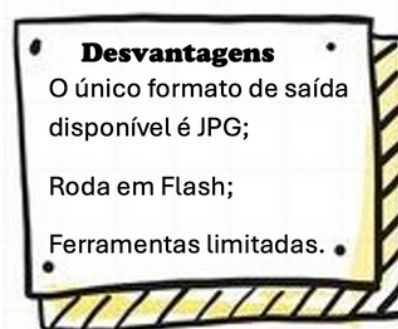




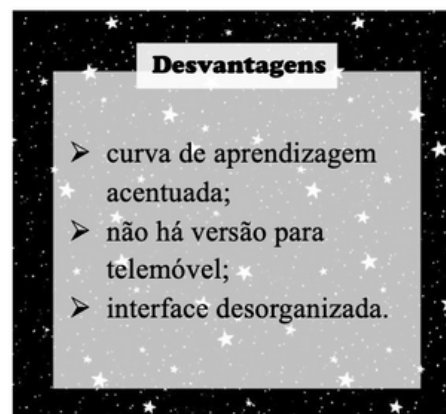
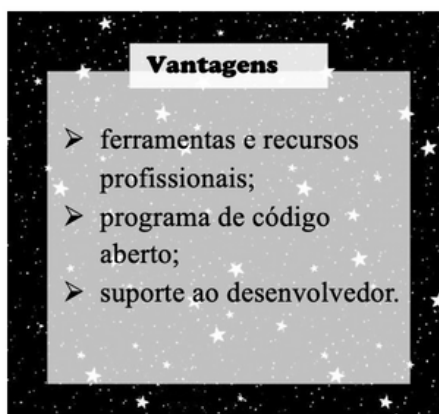
Fotografia- Programas gratuitos para dares os primeiros passos

Adobe Photoshop Express

O Adobe Photoshop Express é uma versão gratuita do Photoshop. Enquanto o primeiro foi criado para iniciantes no mundo da fotografia, o Photoshop é utilizado por fotógrafos profissionais e criadores de conteúdo digital. Com esta aplicação, terás acesso a ferramentas de edição de imagem básicas como, por exemplo, o contraste ou a remoção das manchas.



O GIMP detém uma grande variedade de funcionalidades, tendo inclusive à disposição do utilizador recursos profissionais. Os iniciantes no mundo da fotografia podem recorrer a várias opções de corte, ajuste de cores e montagem, por exemplo. Mas os indivíduos que já possuem uma certa experiência em fotografia conseguem fazer uso de ferramentas mais avançadas como, por exemplo, troca de rostos, pincéis personalizáveis e GIFs animados. Esta plataforma pode ser instalada em desktops ou adicionada a uma chave USB.





2024 traz festivais de verão imperdíveis

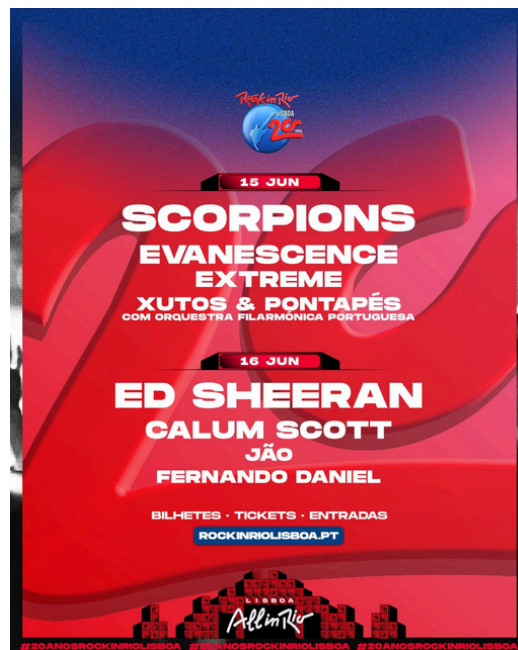
A música é uma das tuas paixões? Então não podes perder os melhores festivais de verão deste ano.

Rock in Rio

Este grande festival irá realizar-se nos dias 15, 16, 22 e 23 de junho no Parque Tejo, em Lisboa.

Vais poder contar com artistas conhecidos como os Xutos & Pontapés no dia 15, Ed Sheeran, Jão, Fernando Daniel, Carolina de Deus e Iñigo Quintero no dia 16, Jonas Brothers, Ivete Sangalo e Carolina Deslandes no dia 22 e por fim, com Doja Cat, Camila Cabello, Luísa Sonza, Pedro Sampaio, Anselmo Ralph e Soraia Ramos para fechar em grande no dia 23.

Os bilhetes diários custam 84€ e os passes fim de semana têm um custo de 147€. Podes ainda adquirir os VIP por 360€. Os bilhetes podem ser comprados no site oficial do evento ou numa loja Worten.



Meo Sudoeste



Nos dias 7, 8, 9 e 10 de agosto irá decorrer na Zambujeira do Mar, Odemira, este conhecido festival. A partir dos 6 anos poderás assistir aos vários concertos que contam com a presença de artistas como Martin Garrix, Matuê, Bárbara Bandeira, Teezo Touchdown, Charlotte de Witte, Rich the Kid, Van Zee, Anitta, Richie Campbell, Oxlade, Da Weasel, Alok e Mizzy Miles. Os bilhetes variam entre 40€ e 499€, sendo possível adquiri-los na Meo Blue Ticket, na Fnac e na Worten.

BONS FESTIVAIS!



Amizades e as más influências

À medida que crescemos, os amigos vão ocupando um papel importante na nossa vida, acabando por nos influenciar no que queremos ser, nos objetivos que queremos alcançar e na forma como nos vestimos, por exemplo.

Esta influência pode ser positiva no sentido de nos fazer investir em nós mesmos e lutar pelo que queremos. No entanto, certas amizades também trazem problemas e exercem pressão pelos maus conselhos que podemos receber e pela pressão de fazermos algo com o qual não estejamos confortáveis.

A entrevistadora de “O Alecrim” falou com dois adolescentes sobre esta temática, no sentido de saber a sua opinião.

O que é para ti uma má influência na amizade?

Para mim, uma má influência na amizade é quando uma pessoa tem certos amigos que a influenciam de uma maneira má. Essas pessoas podem fazê-lo sem se aperceber ou tendo plena consciência de que estão a prejudicar a outra pessoa.

De que forma é que algumas amizades influenciam a nossa vida? Achas que contribuem para que sejamos mais felizes?

As amizades podem influenciar a nossa vida de maneiras diferentes. Se for de uma maneira positiva sabemos que podemos contar com essa pessoa quando precisarmos e que irá estar lá para nós nos bons e maus momentos. Mas muitas vezes, há pessoas que ganham a nossa confiança e quando lhes falamos dos nossos problemas pessoais acabam por espalhar o que é confidencial.

Sentes que mudou alguma coisa na tua rotina ou no teu dia a dia ao te relacionares com certas pessoas?

Sim, noto que mudei algumas coisas mas pouco. Por exemplo, houve coisas que deixei de fazer.

Notaste alguma diferença no teu comportamento ao contactares com determinadas pessoas que podem não ser tão boas para ti?


Sim, eu antes achava que essas pessoas eram boas para mim. Mas, agora percebo que não, o que faz com que em algumas situações acabe por ser mais fria.

Como ages se houver uma amizade que está a prejudicar a tua maneira de ser ao te transformar numa pessoa que não corresponde aquilo que és?

Quando noto que uma amizade me está a prejudicar tento afastar-me aos poucos dessa pessoa. Se me continuar a dar com ela como antes, vou deixar de ser quem sou e tornar-me noutra pessoa e eu não pretendo isso. Quero manter-me fiel à minha maneira de ser.




O que levar para um festival de verão?


- Bilhete do festival. 

- Documentos (cartão de crédito/dinheiro/cartão de cidadão). 

- Casaco, chapéu/boné, sapatos confortáveis e óculos de sol.  

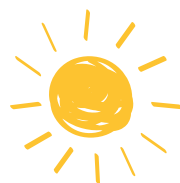
- Carregador de telemóvel e powerbank. 

- Desinfectante para as mãos. 

- Mochila. 

Não te esqueças de usar tudo isto!

Bom verão!





Receitas refrescantes para o verão

Gelado em forma de melancia

INGREDIENTES

- Banana;
- Melancia;
- Kiwi;
- Iogurte natural;
- Palito de gelado.



1º passo- cortar melancia e banana.

2º passo- juntar tudo no liquidificador com iogurte natural e encher a $\frac{3}{4}$ da forma de quadrado.

3º passo- meter na mesma forma uma camada fina de iogurte natural.

4º passo- cortar banana e kiwi.

5º passo- juntar tudo no liquidificador e encher até ao cimo da forma.

6º passo- meter o palito de gelado.

Refresco de morango

1º passo- juntar os morangos congelados e o iogurte natural no liquidificador ou mexer com a varinha mágica.

2º passo- meter numa forma e congelar.

INGREDIENTES

- Morangos congelados;
- Iogurte Natural.

