



ERASMUS+

Programa da UE para a educação, a formação, a juventude e o desporto

## Projeto Erasmus +

### Testemunhos de alunos ilhavenses



Escola-sede:  
Escola Secundária Dr. João Carlos Celestino Gomes  
Rua da Escola Secundária, 3830-135 Ilhavo  
Tel. 234 320 130 | Fax 234 320 131



direcao@ageilhavo.pt  
<http://www.ageilhavo.pt/sitio/>



◀ Isabel Sousa

As minhas expectativas em relação a realizar a minha formação em contexto de trabalho fora do país prendem-se com o facto de ser uma pessoa dinâmica e aventureira.

Pretendo que a realização da formação em contexto de trabalho num outro país me abra portas para entrar no mercado de trabalho com maior facilidade.

Estou expectante que ao realizar a formação em

outro país consiga conhecer novas culturas e novos hábitos bem como aprofundar o meu conhecimento no que diz respeito à aprendizagem de uma outra língua.

Sinto-me bastante motivada em realizar a minha formação no estrangeiro, pois penso que oportunidades como esta não existem muitas e há que saber aproveitá-las.

**Nota da Redação:** Na última edição, ao lado do texto de Isabel Sousa, que ora repetimos, transpusemos, por lapso, o nome de uma sua colega, pelo que pedimos desculpas repondo a situação, agora sim, corretamente.



Maternura  
Centro Infantil e de Apoio à Família

## Espaço Maternura



### Testemunho de uma "Mãe" da Maternura

**Q**uando cheguei à Maternura, estava já muito cansada e muito triste. Tinha sido mãe pela primeira vez há alguns meses e o meu bebé era aquilo a que poderíamos chamar um bebé «difícil»: dormia muito pouco de cada vez (meia hora, no máximo), tinha um choro incessante que só conseguia acalmar (às vezes...) recorrendo a técnicas mirabolantes como o som de aparelho eléctricos e parecia precisar de colo o tempo todo, porque se recusava gritando a plenos pulmões o berço, o carrinho de bebé e as cadeirinhas-baloço.



Nunca tinha recorrido a terapia de qualquer espécie, mas naquele momento, arriscar nisso pareceu-me a decisão mais sensata a seguir. E ainda bem que o fiz. Posso dizer que as mãos carinhosas da Terapeuta e o espaço acolhedor da Maternura me deram o conforto e a

segurança que eu precisava para me vincular ao meu bebé, coisa que não acontecera durante o parto hospitalar muito pouco respeitado que tivemos e que motivou em grande parte, na minha opinião, os meses difíceis que se seguiram.

Sessão após sessão, a

Terapeuta escutava-me e envolvia-me na bolha reconfortante da sua empatia. Também ajudava a desconstruir alguns mitos que atormentam muitos dos jovens pais. Nunca me esquecerei da resposta dela à minha afirmação: «Ele só adormece ao colo!». Resposta da Terapeuta: «Sim,

os bebés precisam de colo. Todos os bebés que temos na Maternura são adormecidos ao colo.» Na altura, esta verdade simples e ancestral foi uma revelação para mim. Passei a não me revoltar com o tempo que passava com o meu bebé ao colo, passei a não contar as vezes que ele acor-

dava de noite e passei, mais importante do que tudo, a confiar mais no meu bebé do que em quem quer que seja.

Aquilo que eu aprendi na Maternura é que o nosso bebé conduz-nos ao caminho mais harmonioso que podemos percorrer juntos se estivermos aten-

tas ao que ele nos diz, calmas e seguras no nosso papel de mãe. Não aconteceu de um dia para o outro, mas aconteceu. E quando aconteceu, foi (e ainda é) a melhor coisa do mundo.

A.P. (uma das mães da Maternura)

### Dia Aberto



No Domingo, 31 de Maio, véspera do Dia da Criança, a Maternura organiza uma festa aberta a toda a Comunidade com atividades para toda a família.

Para mais informações, contactar pelo email [maternura@outlook.pt](mailto:maternura@outlook.pt) ou pelos telef.: 962 464 682 | 968 111 430.