

TERRA MINHA, *Coração do Minho* "MY LAND, MINHO HEART"

O coração de Viana pertence à joalheria tradicional portuguesa e simboliza vida, amor, fraternidade, amizade... amor universal
Viana heart is traditional portuguese jewellery, symbolizes life, love, fraternity, friendship... universal love



Project: **Including without excluding**
KA2 STRATEGIC PARTNERSHIP - 2019-1-FR01-KA229 06 23 14

Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia





Editorial

Terra Minha, Coração do Minho

Autores – Curso Técnico de Restaurante Bar, turma do 10º ano Y

Coordenação | Celeste Silva

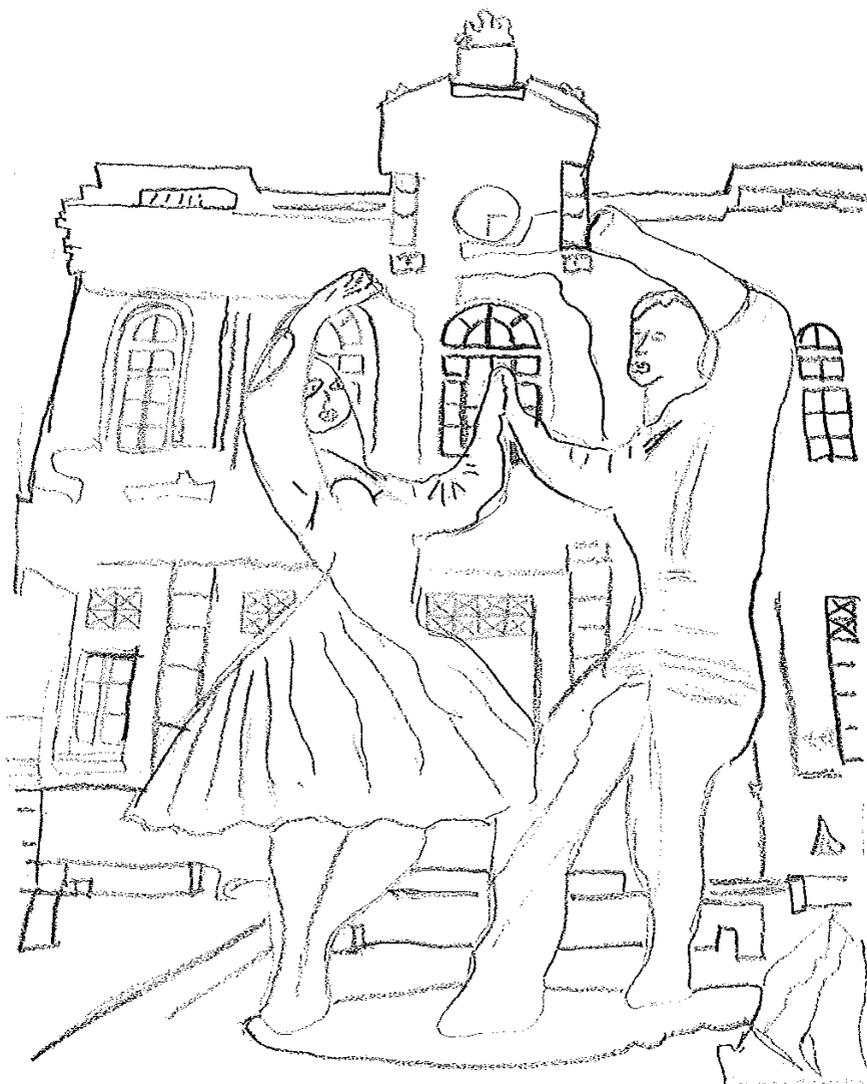
Design e paginação | Dani Dias

Primeira Edição

**www.epralima.pt
www.isweb-eu.eu/**



Monte de Santa Luzia – Santuário do Monte de Santa Luzia
Sanctuary of Monte de Santa Luzia
Viana do Castelo



Dançarinos de Viana - casal de bailarinos envergando traje vianense, envolvidos num passo de dança
A couple of dancers wearing Vianense costumes, engaged in a dance step

Viana do Castelo

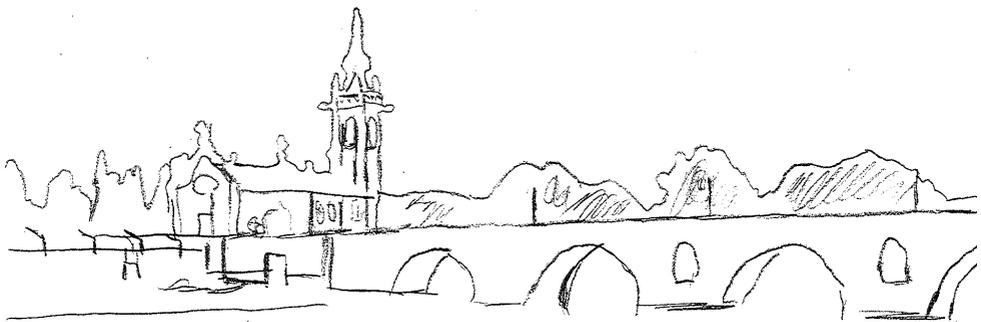


Estátua do Bom caminho
Local de passagem dos peregrinos no caminho de Santiago de Compostela desde o século IX
Statue of the Good Way
Place of passage of pilgrims on the way to Santiago de Compostela since the 9th century

Ponte de Lima

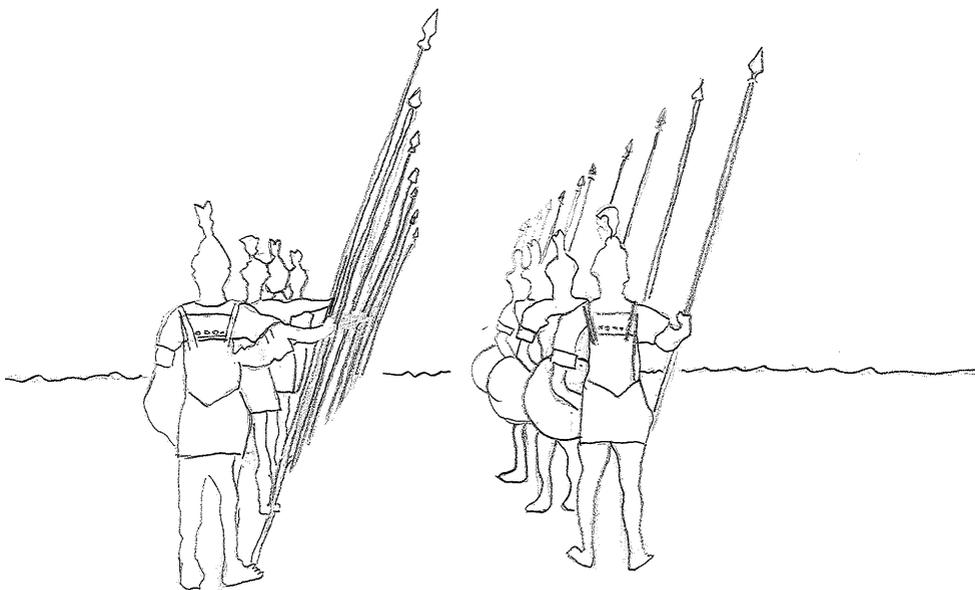


Igreja Matriz de Ponte de Lima
Mother Church of Ponte de Lima



Ponte sobre o rio Lima - Conjunto formado por um troço romano que data do século I, altura em que se procedeu a abertura da via militar XIX que ligava Braga a Astorga e mandada abrir pelo imperador Augusto

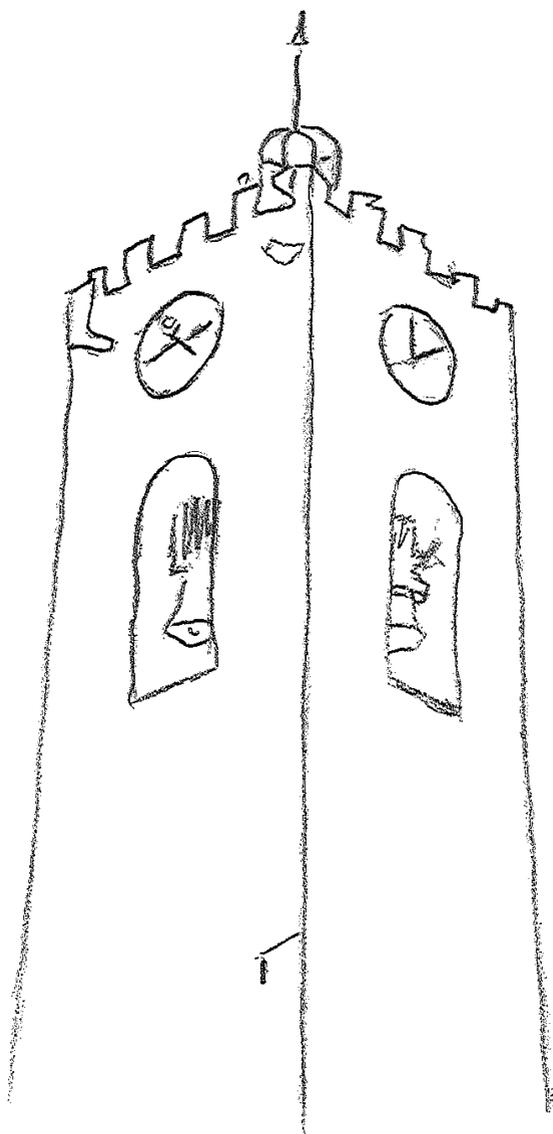
Bridge over the river Lima - Set formed by a Roman section dating from the 1st century, when the XIX military road (via) was opened that linked Braga to Astorga and ordered to be opened by Emperor Augustus



Lenda do Rio Lethes – Ponte de Lima

Quando a Legião romana viu o rio Lima estacou. Seria este o Lethes? Estavam tão longe de casa, tinham já passado tantas privações e agora deparavam-se com mais este obstáculo. Seria? – É o rio Lethes. Daqui não passamos!O temor do exército romano era compreensível. Se fosse o Lethes, bastaria tocar nas suas águas para se esquecerem de tudo e de todos. Porque o Lethes, toda a gente o sabe, é a fronteira para o mundo inferior, o mundo dos mortos. Este era mesmo o rio Lethes e quem o atravessasse não mais voltaria para os seus amados. Num impulso, Décimo Júnio Bruto arranca o estandarte da Legião do soldado que o levava, esporeia o cavalo e entra decidido no rio, perante o terror dos seus homens. O Cônsul atravessou o Lima e chegado à outra margem começou a agitar a Águia Imperial e a chamar pelos seus homens, um por um, provando-lhes assim que aquele não era o Lethes. Convencido, o exército atravessou as águas do Lima e seguiu a sua marcha que lhe daria a glória. Décimo Júnio Bruto passou à História com o cognome de Galaico, por ter sido o conquistador da que é hoje a Galiza.

When the Roman Legion saw the Lima River, it stopped. Could this be Lethes? They were so far from home, they had already been through so much deprivation, and now they were faced with yet another obstacle. Would be? – It's the River Lethes. We don't go from here! The fear of the Roman army was understandable. If it were Lethes, it would be enough to touch its waters to forget everything and everyone. Because Lethes, everyone knows, is the frontier to the underworld, the world of the dead. This really was the River Lethes and whoever crossed it would never return to his loved ones. On impulse, Décimo Júnio Bruto snatches the Legion's standard from the soldier who was carrying it, spurs his horse and enters the river decisively, in the face of the terror of his men. The Consul crossed the Lima and, on the other side, began to wave the Imperial Eagle and call out to his men, one by one, thus proving to them that this was not Lethes. Convinced, the army crossed the waters of Lima and followed the march that would bring them glory. Décimo Júnio Bruto went down in history with the nickname of Galaico, for having been the conqueror of what is now Galicia.



TorreSineira da Igreja matriz
Mother Church bell tower
Ponte de Lima

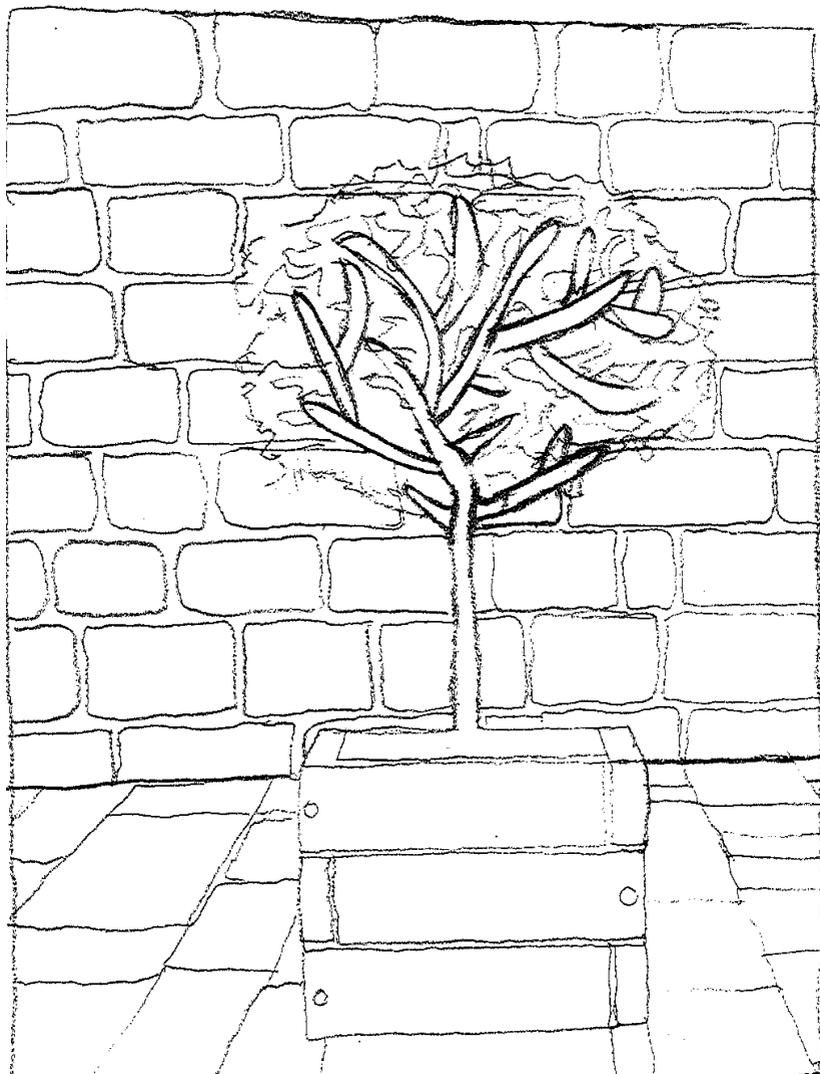


Chafariz do Largo de Camões – Ponte de Lima

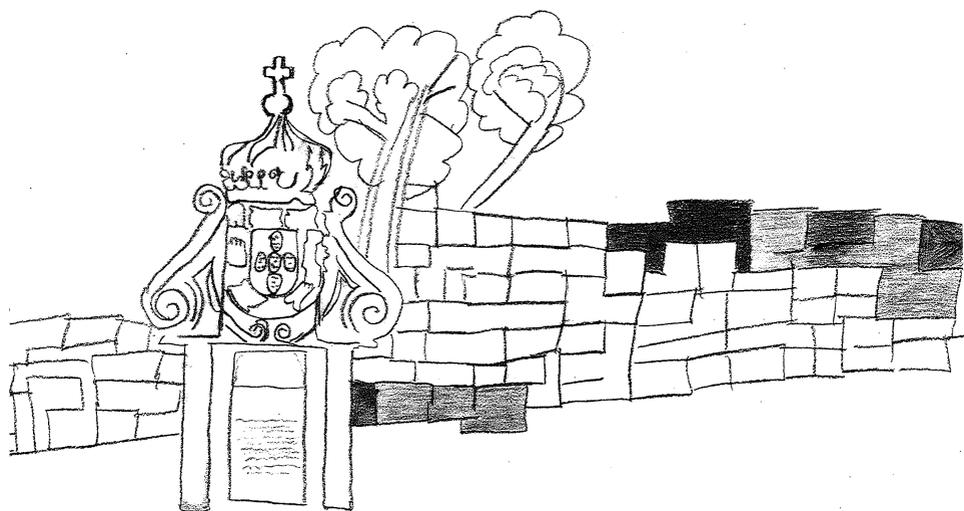
Por ser tão importante a água potável, uma vez que na vila só existia uma fonte e não raras vezes a população se queixava, foi colocada junto ao chafariz uma inscrição num bloco granítico, onde se lêem as coimas aos que o sujassem. Se o prevaricador fosse apanhado, a primeira vez passava 3 dias na cadeia, se repetisse o feito a pena era em dobro.

Largo de Camões fountain

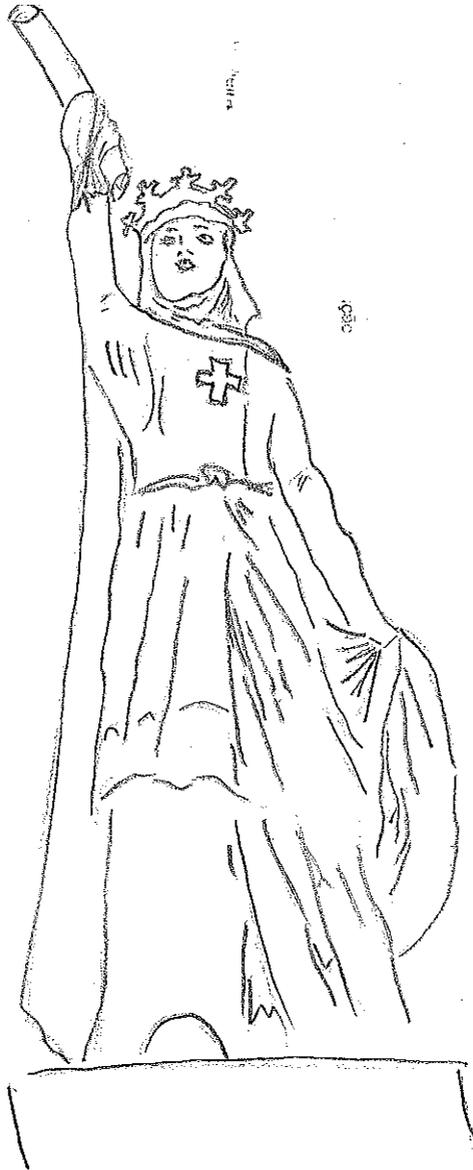
Because drinking water is so important, since there was only one source in the village and not infrequently the population complained, an inscription was placed next to the fountain in a granite block, where the fines to those who dirty it were read. If the offender was caught, the first time he spent 3 days in jail, if he repeated the deed the penalty was doubled.



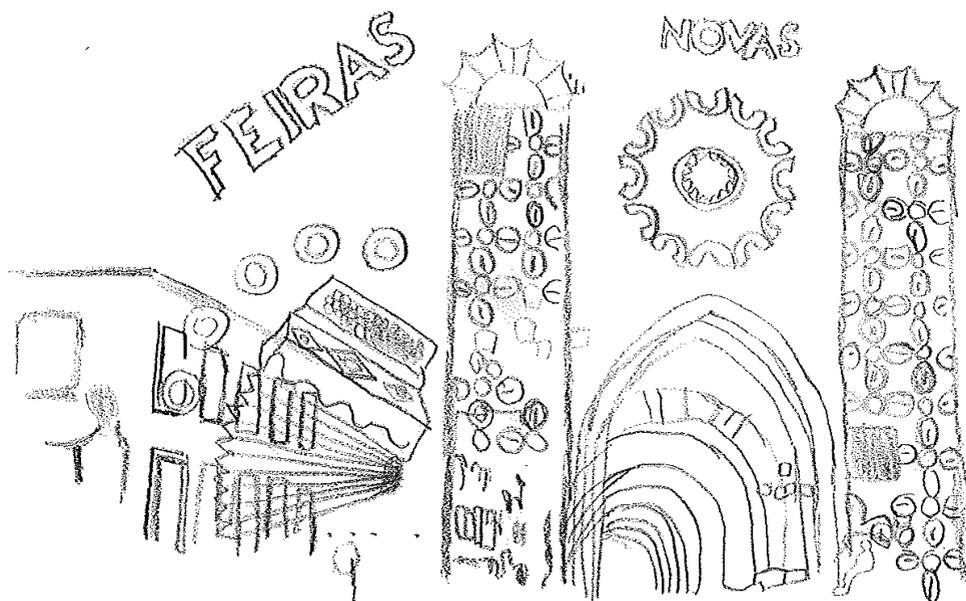
Equipamento urbano de embelezamento da vila de Ponte de Lima
Urban village adornment equipment



Brasão em Pedra - Ponte de Lima
Stone coat of arms
Ponte de Lima



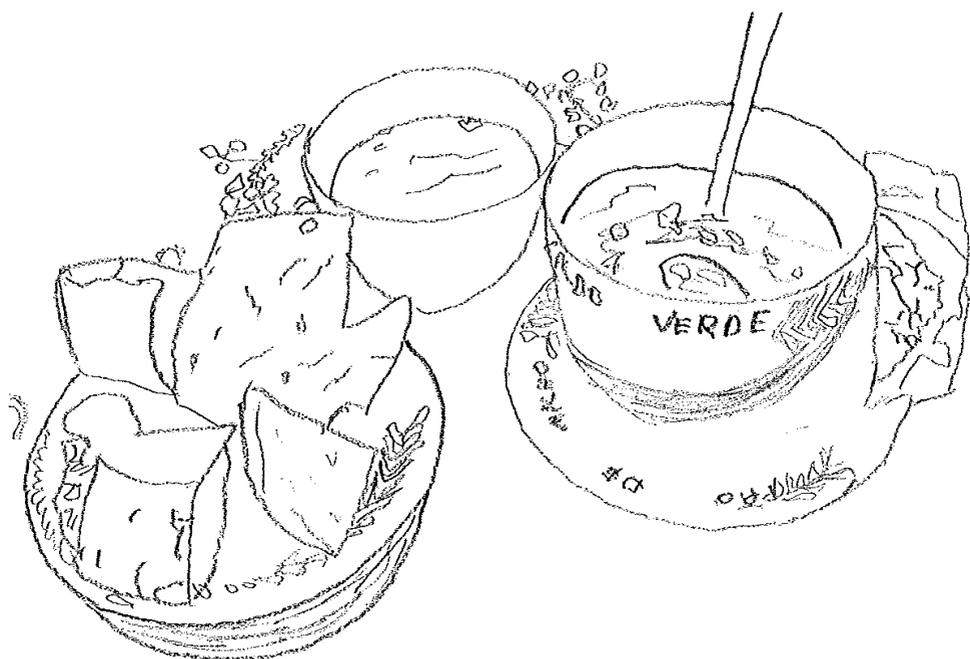
D. Teresa de Leão, mãe de D. Afonso Henriques, primeiro rei de Portugal que outorgou o foral à vila de Ponte de Lima em 1125
D. Teresa de Leão, mother of D. Afonso Henriques, first king of Portugal. She granted a charter to Ponte de Lima town in 1125



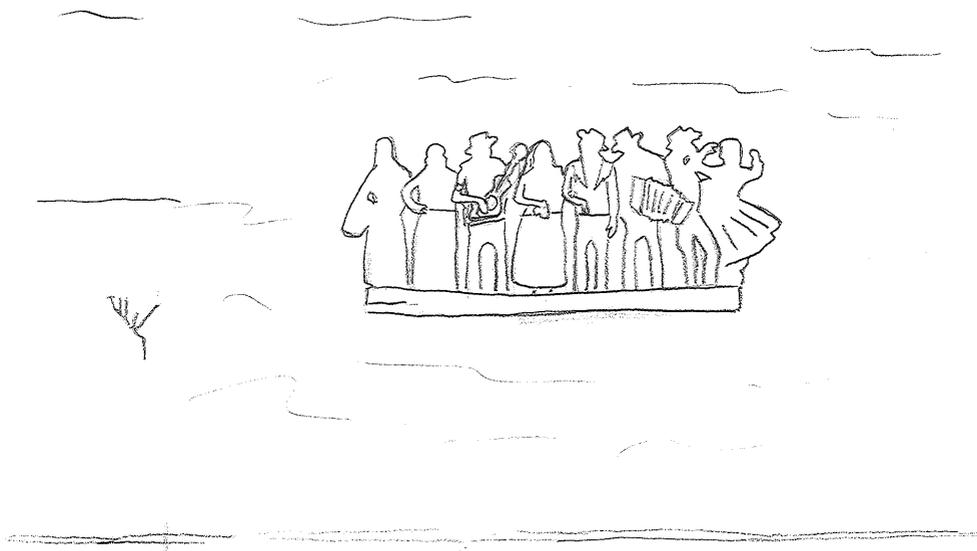
Feiras Novas - Ponte de Lima

As Feiras Novas oferecem três dias e noites de diversão, cor, alegria, folia e música. As festas surgem de forma espontânea com gente a cantar e dançar em todos os cantos da vila, o que faz das Feiras Novas uma experiência muito autêntica considerada o "maior legado ao vivo de cultura popular em Portugal".

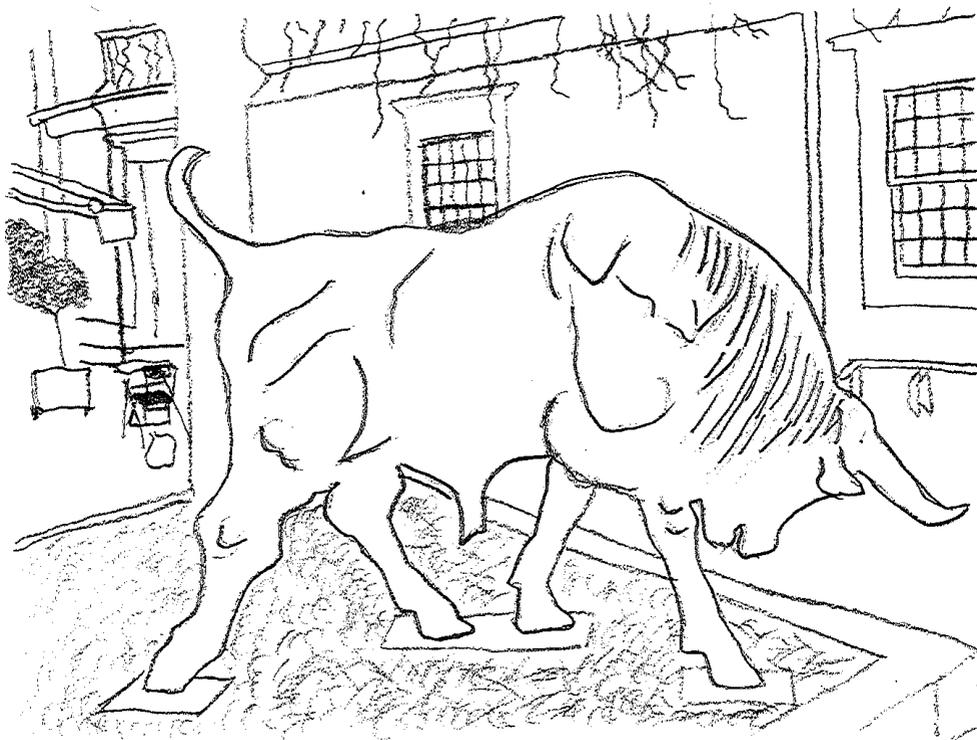
The Feiras Novas offers three days and nights of fun, color, joy, revelry and music. The parties emerge spontaneously with people singing and dancing on every corner of the village, which makes the Feiras Novas a very authentic experience considered the "largest live legacy of popular culture in Portugal".



Gastronomia típica do Minho: vinho verde, broa e caldo verde
Typical Minho gastronomy: green wine, bread and green broth



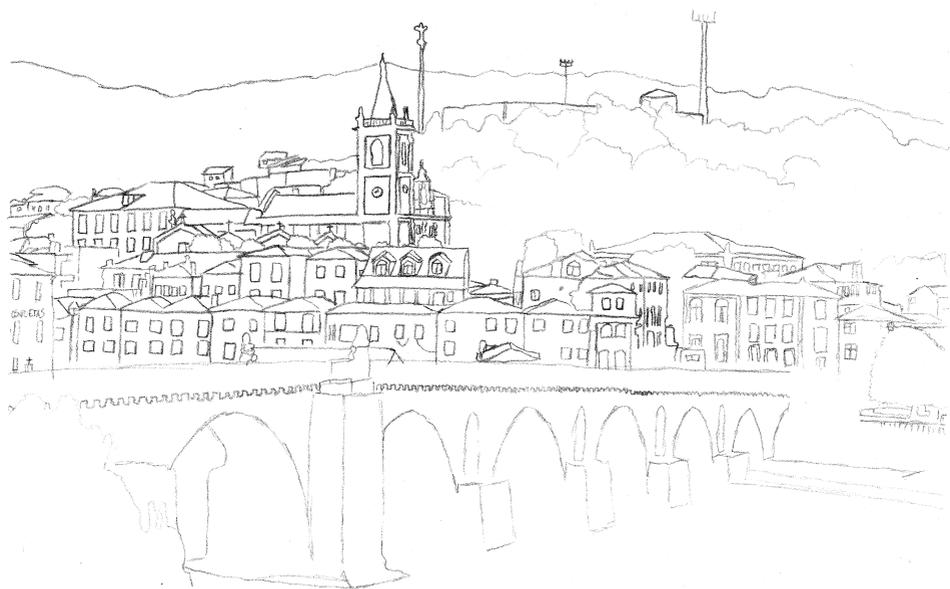
Alegoria às Feiras Novas (festas do concelho de Ponte de Lima) e ao Folclore durante umas cheias do rio
Allegory to Feiras Novas (festivals in the municipality of Ponte de Lima) and Folklore during a flood of the river



Vaca das cordas, tradição festiva na véspera do Corpo de Cristo
Rope Cow, Corpus Christi Day Eve, it´s a festive Tradition



Igreja Matriz de Ponte de Lima
Ponte de Lima mother church



Ponte medieval sobre o rio Lima em Ponte da Barca com o seu povoado ao fundo
Medieval bridge over the river Lima in Ponte da Barca with its town in the background



Jovem a festejar o ano novo de 2022 em Arcos de Valdevez com as marcas da pandemia do Covid
Young woman celebrating the new year of 2022 in Arcos de Valdevez with the marks of the Covid pandemic

EPRALIMA
PONTE DE LIMA - PORTUGAL

LYCEE TOULOUSE LAUTREC
ALBI - FRANCE

ZALIMA
CORDOBA - SPAIN



COLLEGE LOUISA PAULIN
REALMONT- FRANCE

MARIJAMPOLES VET CENTER
MARIJAMPOLES - LITHUANIA

Impressão numa rua do Porto da palavra Erasmus, programa que tornou possível o nosso projeto ISWEB
Impression in a street of Porto of the word Erasmus, program that made possible our ISWEB project.



Técnico de Restaurante Bar | 10ºY

- 2 – Monte de Santa Luzia | **Letícia Carvalho Pereira**
- 3 – dançarinos de Viana | **Tiago Rafael Viana Esteves**
- 4 – Estátua do Bom caminho (escrito Camões) | **Leticia Fabiana Pereira Soares**
- 5 – Igreja matriz | **Ricardo José Puga Costa**
- 6 – Ponte sobre o rio Lima | **João Pedro Pinheiro Araújo**
- 7 – Soldados romanos | **Gustavo da Cunha Pereira**
- 8 – Torre | **Joana Filipa Lima Fernandes**
- 9 – Chafariz do Largo de Camões | **Rosa Maria Andrade Sequeiros**
- 10 – Equipamento urbano | **André Pereira Meireles**
- 11 – brasão em pedra | **Ricardo Manuel Pacheco Pires**
- 12 – Estátua de D. Teresa | **Maria Celeste Silva**
- 13 – Feiras Novas | **Jonathan Alves de Barros**
- 14 – Caldo Verde | **Bruno Rafael Salgado Lago**
- 15 – Estatua do grupo folclórico | **Alvaro Filipe Fernandes Dantas**
- 16 – Touro | **Yannick Philipe de Sá Melo**
- 17 – Igreja matriz (com suporte vertical de lado) | **Ricardo Jorge Amorim Caixeiro**
- 18 – Ponte da Barca | **Erika da Silva Teixeira**
- 19 – 2022 | **Andreia Rodrigues Vieira**
- 20 – Erasmus

No âmbito do projeto Erasmus + / ISWEB que pretendeu, através de diversas metodologias e instrumentos prevenir o abandono escolar, desenvolveu-se com uma turma CEF 28 e mais tarde com a turma do 10º ano Y do curso Técnico de Restaurante Bar um trabalho de reconhecimento da identidade pessoal e social destes jovens através do contacto com a área técnica do curso e da cultura e geografia da região onde vivem. Procurou-se responder à questão - Quem sou eu, aqui e agora, neste tempo e neste espaço?

Em conjunto com os professores de diversas disciplinas foi-se ao encontro desta pergunta tão plena de significado para estes jovens adolescentes tão carentes de rumos e caminhos de vida com sentido.

Entre a receção de colegas oriundos da Lituania, Espanha e França e a ida tão esperada a Albi/França produziu-se este livro. Um livro que reflete a estima que eles têm pela sua terra e cultura mas igualmente "a sua busca pelo reconhecimento e busca pela sua satisfação pessoal pela capacidade de concretizar com sucesso algo a que se propuseram." Acreditamos que a elaboração deste livro permitiu diminuir os níveis de ansiedade e aliviar o stress que alguns destes alunos vivem no seu dia a dia, exercitar a sua mente e a sua criatividade, aprender a gerir emoções e a disciplinar agitações físicas através do relaxamento que o desenhar proporciona. Este trabalho permitiu ainda melhorar a concentração dos alunos, a sua força mental e a valorizarem-se a si-próprios e às suas competências. Este projeto permitiu que todos os envolvidos se tornassem melhores pessoas, todos tiveram que acreditar que era possível investirem de si nesta empreitada.

odos esperamos que o aqui foi iniciado permaneça nas memórias e nas vidas destes jovens para lhes lembrar do quão são capazes, do quão corajosos podem ser.

Within the scope of the Erasmus + / ISWEB project, which aimed, through various methodologies and instruments, to prevent school dropout, a work of recognition of the personal and social identity of these young people through contact with the technical area of the course and the culture and geography of the region where they live. We tried to answer the question - Who am I, here and now, in this time and in this space? Together with the teachers of different disciplines, we went to meet this question so full of meaning for these young teenagers so lacking in direction and life paths with meaning.

Between the reception of colleagues from Lithuania, Spain and France and the long-awaited trip to Albi/France, this book was produced. A book that reflects the esteem they have for their land and culture but also their search for recognition and their search for their personal satisfaction for the ability to successfully achieve something they set out to do. We believe that the elaboration of this book made it possible to reduce anxiety levels and relieve the stress that some of these students experience in their daily lives, exercise their mind and creativity, learn to manage emotions and discipline physical agitation through the relaxation that drawing provides, improve their concentration and mental strength and to take advantage of themselves and their skills.

This project allowed everyone involved to become better people, everyone had to demonstrate and believe that it was possible, even for the most unmotivated, to invest themselves in this endeavor.

We all hope that what was started here will remain in their memories and in their lives to remind them of how capable they are, how brave they can be.

Maria Celeste Silva

Coordenadora portuguesa do projeto ISWEB - Including without excluding



Relaxamento, concentração, criatividade e divertimento
Dê asas à sua imaginação!



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia

